

CONVIVIMOS

Argentina #352
Octubre 2021 / \$245



**SABRINA
GARCIARENA**

*"La maternidad me cambió
al cien por ciento"*

LEYENDO SALÍS GANANDO



¡SORTEOS TODOS LOS MESES!
(PRÓXIMO SORTEO: 01/11)



**1.500.000 EN EFECTIVO
Y 15 PLAYSTATION AL AÑO**

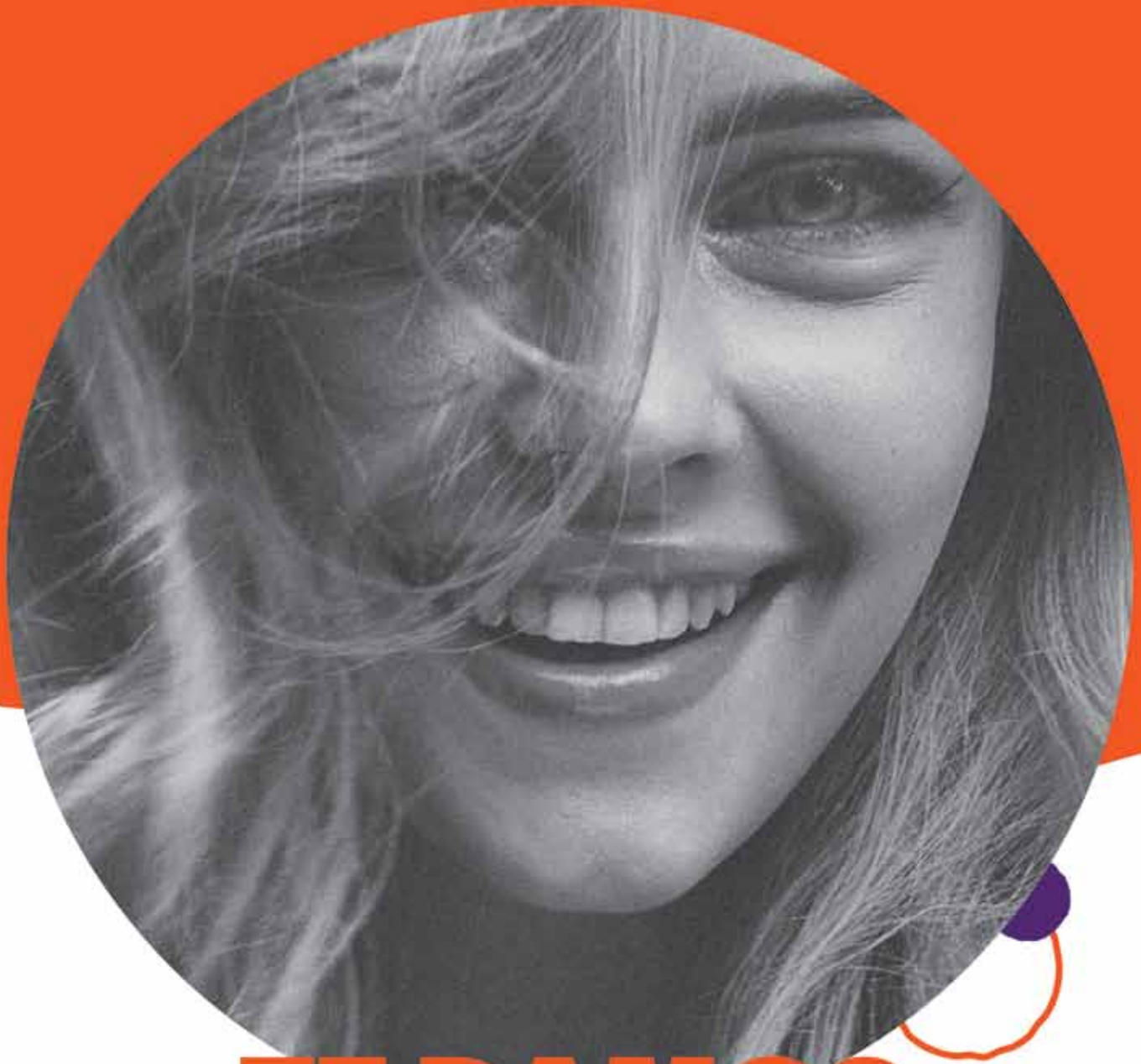
SUSCRIBITE A LAS MEJORES REVISTAS Y PARTICIPÁ:

CONVIVIMOS

AVENGERS



**Disney
Junior**



TE DAMOS
1.500.000
DE RAZONES
PARA SONREIR

NaranjaX

Naranja AHORA ES NaranjaX

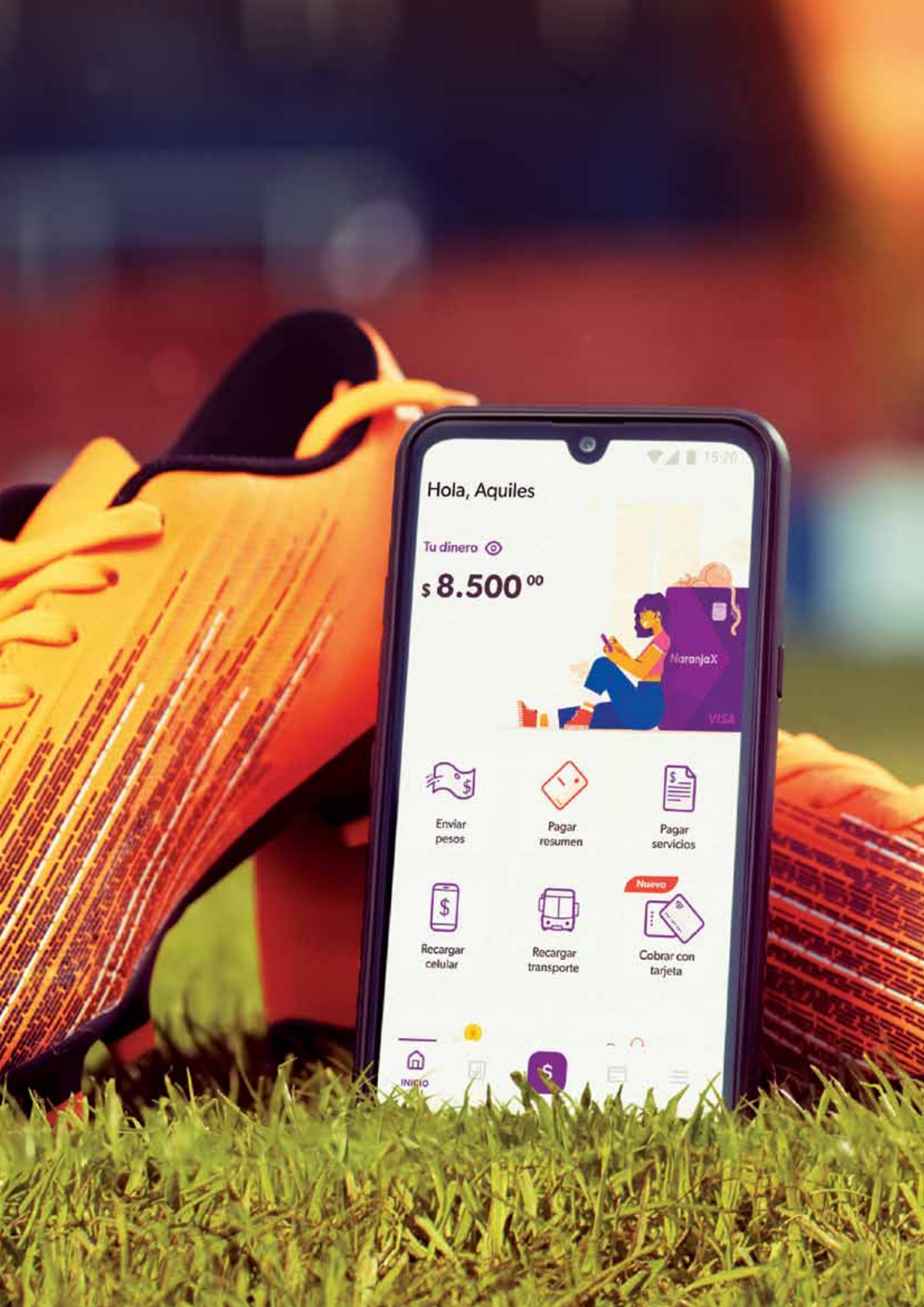
**Una app para que manejes tu plata
con los tapones de punta:**

- **Accedé a una cuenta gratis**
- **Controlá tus gastos**
- **Pagá tus tarjetas**
- **Pagá tus servicios**
- **Hacé transferencias ¡y mucho más!**

Alentamos tus finanzas.

DESCARGÁ LA APP





Hola, Aquiles

Tu dinero

\$ 8.500⁰⁰



Enviar pesos



Pagar resumen



Pagar servicios



Recargar celular



Recargar transporte

Nuevo



Cobrar con tarjeta



INICIO



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

IMPRESIÓN
IPESA
MAGALLANES 1315
CÓDIGO POSTAL C1288ABA - CABA

ARCÁNGEL MAGGIO
LAFAYETTE 1695
CÓDIGO POSTAL C1286AEC - CABA

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

CONTACTO
PUBLICIDAD@CONVIVIMOS.COM.AR

CORRESPONDENCIA
LECTORES@CONVIVIMOS.COM.AR

SUSCRIPCIONES
EN TODAS LAS SUCURSALES DE NARANJA X

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 IPESA.
TIRADA DE ESTA EDICIÓN: 323.000 EJEMPLARES. (161.500 ARCÁNGEL MAGGIO, 161.500 IPESA).
CONVIVIMOS ES UNA PUBLICACIÓN MENSUAL DE DISTRIBUCIÓN NACIONAL PROPIEDAD DE TARJETA NARANJA S.A. EXCLUSIVA PARA TITULARES DE NARANJA X DOMICILIO LEGAL: TARJETA NARANJA S.A. LA TABLADA 451 - X5000JSB CÓRDOBA ARGENTINA
NÚMERO DE EDICIÓN: 352
FECHA DE EDICIÓN: OCTUBRE 2021
EDITADA POR EDITORIAL ACCIÓN S.A.
REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL N° 5342694

SUMARIO OCTUBRE 2021



08. EDITORIAL
UNA AVENTURA
DAVID RUDA

10. INSTITUCIONAL
EL ABECÉ DE LAS FINANZAS
PERSONALES

28. EDUCACIÓN
FILOSOFAR CON NIÑOS

34. CAFÉ CON
FLORENCIA WEHBE

36. NOTA DE TAPA
SABRINA GARCIAREÑA: "LA
MATERNIDAD ME CAMBIÓ AL CIENTO
POR CIENTO"

44. INVITADA
SABRINA CRITZMANN: "LA CRIANZA
ES UNA AVENTURA"

50. HISTORIAS VERDADERAS
UNIVERSO KATZ

52. ENTREVISTA
VALENTINA RAPOSO. LA LEONA DEL
FUTURO (Y EL PRESENTE TAMBIÉN)

54. INFORME ESPECIAL
MÚSICA PARA CHICOS. EL LENGUAJE
UNIVERSAL

58. SOCIEDAD
EL ÁLBUM FAMILIAR, UN BIEN EN
EXTINCIÓN

60. MEDIOAMBIENTE
EXPLOTACIÓN SUSTENTABLE EN
LAS YUNGAS

62. REPORTAJE FOTOGRÁFICO
CRINES AL VIENTO

66. LUGARES
TIERRA DEL FUEGO. UNA BELLEZA
ABRUMADORA

74. MODA
CÓMPLICES DE ESTILO

84. COCINA
POR SANTIAGO GIORGINI

94. HORÓSCOPO
POR GABA ROBIN

96. JUEGOS

98. CRIST

CADENA 3

ARGENTINA

C3

TM
CORDOBA

la
Popu

Seguimos adelante, siempre juntos.

Seguimos creciendo con el mismo compromiso
que siempre, ser la compañía de todos
los argentinos.

Somos la
gran radio
federal

Crecimos:

35 >a> 172
emisoras

1.4M >a> 1.9M
oyentes

C3

35 >a> 88
emisoras

TM
CORDOBA

01 >a> 34
emisoras

la
Popu

01 >a> 50
emisoras



DAVID RUDA
DIRECTOR



UNA AVENTURA

¿Qué mejor que la palabra “aventura” para definir la experiencia de criar y educar a una hija o a un hijo? Todas las sensaciones posibles caben en esa palabra.

En el mes en el que homenajeamos a las madres, Sabrina Garcíarena y Sabrina Critzmann nos cuentan su aventura.

“La maternidad me cambió al cien por ciento”, asegura la actriz en nuestra nota de tapa. Desde muy chica sintió pasión por la actuación y descubrió en su propia familia vocaciones que habían podido florecer y otras que habían quedado en el camino. “Había algo ahí, algo ancestral”, nos cuenta. Con la maternidad le pasó algo parecido. Aunque no lo vivió como un mandato, siempre le atrajeron los bebés. Defensora de los derechos de las mujeres, es muy interesante lo que afirma cuando se refiere al foco de la crianza: “Está esa responsabilidad de tener dos varones que tengo que criar para que sepan que todos somos iguales”.

“Nadie sabe mucho de crianza y es diferente para cada familia”, nos aclara Sabrina Critzmann, nuestra invitada. Médica, pediatra y puericultora, es,

además, una referente importante de las nuevas generaciones de madres y padres. Es también quien resumió en la palabra “aventura” su propia experiencia y la de miles.

Y qué decir de la música especialmente creada para los niños... Nuestro informe da detalles sobre el trabajo de grupos musicales y solistas dedicados a este público en particular, trabajo que tiene una extensa y rica tradición en la Argentina.

También contamos la historia de Silvia Katz y su Taller Azul en Salta. Lo que es algo parecido a decir que contamos la historia de la madre y mentora de cientos de chicos pintores, poetas y creadores que participaron de sus propuestas.

Como siempre, el análisis y la opinión de nuestros columnistas, entrevistas, novedades culturales, humor, moda —este mes con Romina Giardina y Julieta Castro, madre e hija *influencers*— y nuestra querida página en blanco, que brilla con los colores y las palabras de nuestros lectores.

Que la disfruten.

¡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



Amistad con Impacto

A través de una acción en conjunto con Sumatoria, Naranja X invitó a más de 3000 colaboradores a invertir en proyectos de microemprendedores y cooperativas, con un monto puesto a disposición por la compañía.



Javier Farías, apicultor de Santiago del Estero.

Todos los años, el equipo de Naranja X celebraba la amistad con un mismo rito: se juntaba a la hora del almuerzo, cada uno se pintaba las manos con colores según su antigüedad y las pegaba sobre una pared, como un símbolo de “dejar huella”. Después de la pandemia, el contexto cambió y nació la iniciativa Amistad con Impacto, con la intención de reversionar esa celebración interna y generar una experiencia de impacto financiero en la comunidad. Así fue que la compañía logró una sinergia con Sumatoria, una plataforma de inversiones colectiva que

tiene el objetivo de ampliar el acceso al crédito a microemprendedores y cooperativas excluidos del sistema financiero.

Para llevar adelante esta acción, Naranja X reorientó el presupuesto de \$4,5 millones y le dio a cada colaborador el equivalente a un regalo corporativo para que pudiera invertirlo en un proyecto de Sumatoria. De esta manera, el dinero se destinó a impulsar proyectos de microemprendedores, cooperativas y grupos asociativos de distintos puntos del país. El plus: unos meses después, el dinero volverá a cada colaborador para que decida qué hacer con él, si reinvertirlo o quedárselo.

“Este rito cultural no solo nos reunió para celebrar la amistad y la colaboración desde un nuevo punto de vista, sino que nos permitió profundizar alrededor del propósito que nos une como empresa: que más personas puedan acceder a servicios financieros y que cuenten con mejores herramientas para gestionar su dinero”, expresa Romina Ruffino, gerente de Cultura y Comunicaciones de Naranja X.

LOS PROYECTOS

Cerca de 1800 colaboradores, es decir, el 60 por ciento de todo el equipo, concretaron la inversión y lograron apoyar a 98 proyectos en total.

Algunos de los emprendimientos en los que se invirtió son el de Marta, que necesitaba \$62.000 para comprar una máquina industrial de bordados para su negocio de buzos de egresados; el de Javier, que requería \$80.000 para impulsar su proyecto de apicultura orgánica en Santiago del Estero; y el de María, con \$32.000 para terminar su cocina.

Matías Kelly, fundador de Sumatoria y emprendedor social, afirma: “El dinero bien gestionado tiene el poder de cambiar el mundo. A través de Amistad con Impacto, junto a todo el equipo de Naranja X resaltamos el valor de la fraternidad, por medio de inversiones que hoy están apoyando los objetivos y los sueños de cientos de familias”. □

redaccion@convivimos.com.ar

Suscripción

Les informamos que desde la edición de diciembre de 2021, el precio de la revista será de \$270 finales por mes. En caso de no estar de acuerdo, podrá solicitar la baja de la revista en cualquier sucursal de Naranja X, o telefónicamente al 0810-333-6272.

El abecé de las finanzas personales

“Todos deberíamos aprender el abecé de las finanzas personales”, asegura Alejandro Asrin, presidente de Naranja X. Comprender cómo se manejan es vital para poder administrarlas de manera adecuada y alcanzar una mejor calidad de vida.

Las “finanzas personales”, la “economía doméstica” o el “dinero del hogar” se ocupan de cómo las personas o familias administran sus recursos a lo largo de su vida. En todos los casos, se está hablando de la administración de los ingresos (sueldos, rentas, ventas, subsidios, etcétera) y del patrimonio (propiedades, vehículos, colocaciones financieras, etcétera) de la gente.

Una buena gestión de las finanzas personales permite sacar mejor provecho de los recursos que cada uno tiene. Saber cómo administrarlos es útil tanto en épocas de prosperidad (quien organiza sus gastos tiene más posibilidades de ahorrar) como de escasez (al priorizar egresos, es posible evitar endeudamientos no planificados o en exceso).

“Todos tenemos la necesidad de saber y pensar qué hacer con nuestros ingresos y egresos. Así como uno aprende a leer y escribir, también debiera aprender el abecé de las finanzas. La realidad es que por el solo efecto de tener un ingreso, deberíamos saber de finanzas”, asegura Alejandro Asrin, presidente de Naranja X.

“Alguien dijo alguna vez: ‘Cada objetivo o meta en la vida conlleva una decisión financiera’”, recuerda el CEO de la compañía. Así, un manejo adecuado de las finanzas personales se transforma en una especie de precondition para lograr un mejor bienestar, tanto material (por ejemplo, alcanzar metas o llevar adelante planes) como emocional (tranquilidad, disfrute, etcétera). Una clave, en ese sentido, es vivir de acuerdo con “las finanzas reales” y no en función de expectativas o de falsas premisas.



Foto: istock.

Para ello, suele resultar productivo intentar tener todo registrado en un solo lugar. Es decir, todos los ingresos y egresos. En el caso de los ingresos, es fácil cuando se está en relación de dependencia, pero cuando se es cuentapropista, a veces se llega a mitad o fin de mes y es difícil precisar cuánto dinero ha ingresado. Lo mismo corre para los gastos. Tener un resumen con todo (ingresos, pagos, débitos, compras financiadas y demás) hace mucho más fácil el control y permite ver y analizar “cosas” que no estuvieron bien y otras que fueron beneficiosas.

En definitiva, las finanzas requieren tiempo y dedicación. Un buen seguimiento de las propias cuentas permite reflexionar con los pies en la tierra y dar pasos más satisfactorios en términos de la vida cotidiana. **C**

3 PALABRAS CLAVE

Ocuparse: registrar y planear ingresos y egresos.

Controlar: revisar el cumplimiento del plan que se diseñó.

Seguridad: tomar decisiones sobre el “flujo seguro”, es decir, sobre recursos que se poseen (no sobre eventuales o futuros no confirmados).



LOS NOMBRES

FLAVIO LO PRESTI

En su segundo libro de cuentos, el cordobés escribió sobre la incomodidad de la vida y cómo sus personajes intentan resistir entre el deseo y las obligaciones. Un tono ácido recorre los ocho textos.

193 págs.
Obloshka



"PAPÁ QUERIDO"

CYNTHIA WILA

Con suspenso psicológico, se interna en el delicado terreno de las relaciones filiales y muestra hasta qué punto pueden dañarnos o salvarnos aquellos a quienes más amamos.

Emecé
264 págs.

YO LEO **ADRIÁN PAENZA**



Foto: Télam

"ME GUSTA TENER EN LA CABEZA UN PROBLEMA SIN RESOLVER"

"Pondría todo en duda, hasta el amor a la madre", exagera Adrián Paenza para señalar que dudar es el motor del conocimiento y del crecimiento. El matemático insiste en que prefiere pensar en aquello sobre lo que no tiene una opinión formada para enriquecerse en la búsqueda. Por eso, no alcanzar un resultado no lo desespera, dice que en promedio es calmado y paciente. "Me gusta tener en la cabeza un problema sin resolver", reconoce.

Con 72 años podría jubilarse, sin embargo elige seguir produciendo porque disfruta de lo que hace. Además, sostiene que posee una responsabilidad moral en compartir lo que él sabe y otro no. "Quiero publicar todo lo que tengo a mi alcance para hacer conocer historias y despertar o iluminar vocaciones", confiesa desde los Estados Unidos. "Cuando digo que la matemática es fascinante, quiero demostrar que no estoy loco, sino que se está privando a la mayoría de las sociedades de tener el gusto por algo que es maravilloso", explica. Él se siente un detective y se emociona descubriendo cosas.

Acaba de lanzar *Matemática y fascinación*, que, como sus títulos anteriores, puede descargarse gratuitamente de Internet. "El conocimiento no debe depender del poder adquisitivo de una persona. Todo lo que sea educación necesita ser público, gratuito, laico y obligatorio".

¿Un libro que recomiendes?

Seda, de Alessandro Baricco. Y *Rango*, de David Epstein.



MATEMÁTICA Y FASCINACIÓN

Con historias variadas, el divulgador científico despierta la curiosidad por los números y los problemas. Una invitación a autodesafiarse.

320 págs.
Sudamericana

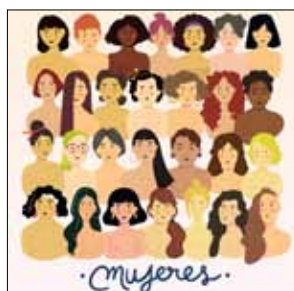


ÉPOCAS

FRANCISCO FATTORUSO

Con su bajo reversiona las melodías de clásicos del mundo, desde Luis Alberto Spinetta hasta Lennon-McCartney. Con la balada como sonoridad e invitados, un disco instrumental y cautivante.

Montevideo Music Group



MUJERES

CAMILA ARRIVA

Una selección de tangos que fueron compuestos o cantados por mujeres, ahora interpretados por una orquesta de músicas y la voz potente de Arriva. También tango nuevo con temas actuales como "Ni una menos".

Acqua Records

YO ESCUCHO **MARÍA EZQUIAGA**



"EL CAMINO SOLISTA IMPLICA DECONSTRUIRSE"

"Sigo el impulso vital llevando mi deseo una vez más", canta María Ezquiaga en *Algo salió bien*, la canción con la que se animó a la carrera solista luego de más de 15 años frente a la banda pop Rosal. Aunque no tiene certezas del camino por delante, para esta nueva etapa confía en lo recorrido y se apoya en su relación con la música. "Necesito reafirmarme sola, en la composición y en la toma de decisiones. Estuve muy protegida por el grupo mucho tiempo", dice la cantante y agrega: "El camino de ser solista tiene que ver con lo que elijo, entender con qué me llevo bien, con qué no tanto, de algún modo implica deconstruirse, dejar de hacer las cosas automáticamente".

Cuenta que para cantar necesita un contexto favorable en el que su voz pueda comunicar de la mejor manera posible: "La técnica es importante, pero no hay que quedarse solo con eso, porque así se pierde la función del arte de expresar algo. Se trata de apropiarse de las herramientas y ponerlas a disposición de un sentimiento".

En *Interacción*, su primer álbum en solitario, aparecen diferentes emociones. "Hay algo luminoso respecto a la esperanza, pero también melancolía por lo que se deja atrás, la sensación de abandonar un lugar conocido. Además hay descubrimientos", describe.

¿Un álbum que recomiendes?

Elis & Tom, de Tom Jobim y Elis Regina, un disco perfecto.



INTERACCIÓN

Con la complicitad de Leo Fernández en guitarras, logró una sonoridad cálida y sugestiva. Letras introspectivas cargadas de emocionalidad.

PopArt Discos



LOS CAFRES

Celebran sus 30 años de trayectoria con un recital en vivo. Repasan todos sus éxitos y presentan *Hoy 3Décadas*, tres álbumes digitales.

1 de octubre, a las 20:30, en Teatro Gran Rex, Av. Corrientes 857, Buenos Aires.



ALAN SUTTON Y LAS CRIATURITAS DE LA ANSIEDAD

Un repaso de su último disco *Hombrecito* y todas sus canciones *indie*. Como en cada *show*, sumarán elementos teatrales y audiovisuales.

8 de octubre, a las 21, en Teatro Bar La Plata, Calle 43 N° 632, La Plata.

DESDE LA PISTA **SERGIO GALLEGUILLO**



"EL FOLKLORE SE LLEVA ADENTRO Y SE PRACTICA"

Sergio Galleguillo nombró *Volver* a su último disco, pensando en que, con más de dos décadas de trayectoria, era momento de "volver a querer lo que hicimos atrás, recuperar esos gestos que teníamos con el folklore de antes y retornar a una fusión con lo moderno, la evolución de la música". Sin embargo, nunca pensó que llegaría la pandemia y el título tendría el peso del regreso a los escenarios.

Es riojano y se reconoce embajador de la *chaya*, una fiesta que dice que hay que vivirla. "Me da mucha felicidad llevarla por todos lados, porque es muy bonita y sana. Su mensaje es la igualdad y la alegría. Cuando nos tiramos la harina —un ritual de la celebración— no existen ni ricos ni pobres, ni altos ni bajos", cuenta.

También, se siente un buen ejemplo para los jóvenes, "lejos de las adicciones, muy cerca del deporte y con el corazón lleno de música y alegría para dar", comenta quien es apasionado del tenis y disfruta de andar a caballo con sus hijas.

"El folklore se lleva adentro, no es una moda, es un sentimiento, son vivencias. Se lleva adentro y se practica siempre", confiesa el creador de *El camión de Germán*. Además, asegura que para hacerse un lugar en la escena no sirven los *realities*, "porque eso dura lo que dura la cámara. El folklore es lo contrario, hay que salir a caminar por la ciudad, la provincia, el país y cruzar las fronteras".

¿Un artista que recomiendes en vivo?

Abel Pintos, Luciano Pereyra, Los Caligaris, Los Auténticos Decadentes...



SERGIO GALLEGUILLO

Presenta su reciente material y repasa sus temas más conocidos.

1 de octubre, en Piedras Blancas, Santa Fe; 2, en Teatro Ópera, Buenos Aires; 3, en Teatro Broadway, Rosario; y 7, en Plaza de la Música, Córdoba.

Naranja AHORA ES
NaranjaX

**LA PLATA
QUE NECESITÁS
AHORA
PEDÍ HASTA \$150.000
DEVOLVELO EN CUOTAS
FIJAS Y EN PESOS**

Escanéa el código QR y sacá tu
préstamo desde el celu,
100% online.



Monto a otorgar sujeto a verificación crediticia.
Consultar condiciones en naranjax.com





LA CASA OSCURA

Un viaje al interior de dos mentes en problemas que, con humor, música, sensibilidad y muchas palabras, tratarán de relatarse a sí mismas, con la única finalidad de iluminar la casa oscura.

Viernes de octubre, a las 21, en El Galpón de Guevara, Guevara 326, Buenos Aires.



¡BAILEMOS... QUE SE ACABA EL MUNDO!

¿Qué pasaría si nos contagiáramos de una epidemia de baile? ¿Tendríamos miedo de bailar individualmente? Una audio-obra interactiva donde se invita al público a danzar como si fuera un baile de pueblo.

Domingos de octubre, a las 18 y a las 20, en Teatro La Luna, Pasaje Escuti 915, Córdoba.

EN ESCENA COTELITO FERNÁNDEZ



“EL DIBUJO ES UN PENSAMIENTO ESTIMULANTE”

El Museo de Arte Moderno de Buenos Aires le propuso a Cotelito intervenir las paredes de la librería y el bar, lugares no tradicionales para una muestra. Entonces, el artista quiso que sus dibujos generaran empatía con quien pasara o se sentara por ahí. “Al ser espacios de descanso dentro del recorrido, permiten un diálogo con el espectador más expansivo y cercano”, le dice a *Convivimos* por videollamada. “Buscaba crear algo hospitalario, que se dé algo afectivo con los personajes, que acompañen y den otras pistas sobre la visita”, aclara.

Dibuja desde su infancia y a sus 38 años ha realizado muestras individuales y colectivas con una obra a la que describe como “un viaje interior”. “Son estados de ánimo, atmósferas mentales, territorios de la fantasía. Siempre influenciado por lo externo, me nutre la contemplación de lo que nos rodea, prestando atención a los detalles que luego decantarán de forma extraña en mis creaciones”, cuenta.

“El dibujo es una manera particular de pensar, que me interesa por lo lúdico y porque aparece lo sorprendente, lo extraño. Ese pensamiento metafórico me parece muy rico y estimulante. Es una manera de decir, reflexionando sobre la vida de uno y la del mundo”, se explaya sobre la técnica.

¿Una muestra que recomiendes?

El día maravilloso de los pueblos, de Elda Cerrato. Y a los artistas Marcelo Pombo, Celina Ezeiza y Marcelo Alzeta.



VUELVO COMO UN JARDÍN DESPUÉS DEL INVIERNO

Los dibujos se despliegan a modo de mural donde lo poético se apropia del lugar. Hasta el 8 de noviembre, en Museo de Arte Moderno de Buenos Aires, Av. San Juan 350.



HOTEL BOUTIQUE

—
EL PUNTO DE PARTIDA
PARA VIVIR LAS TENDENCIAS

22 HABITACIONES - TERRAZA - SPLASH POOL - RESTAURANTE - GYM - REUNIONES - EVENTOS

N
NUSS
BUENOS AIRES SOHO

El Salvador 4916 - Palermo Soho - Buenos Aires

T. +5411 4833 8100 | www.nusshotel.com

Facebook/nusshotel | Instagram @nuss_hotel_boutique

DE TAL MADRE...

Este mes no hay que dejar pasar la ocasión para festejar con las madres. Aquí, un informe con películas protagonizadas por actrices que compartieron pantalla con sus retoños que han seguido sus pasos.

Por Leo González

No siempre se da la oportunidad de que una madre pueda compartir la misma profesión que sus hijos y que ambos sean buenos en ello. El mundo del cine hizo posible que muchas actrices hayan llegado a compartir algún largometraje con sus pequeños, y en esta nota se recopilan algunos ejemplos.

Hay que comenzar con una de las mejores actrices de todos los tiempos: Meryl Streep trabajó junto a su hija Marnie Gummer en *Ricki and the Flash: Entre la fama y la familia* (2015). Ricki es una guitarrista que lo abandonó todo para alcanzar su sueño de convertirse en una estrella de rock. Su exmarido Pete le pide que viaje hasta Chicago para visitar a Julie, la hija de ambos, pues se está divorciando y necesita apoyo. Leslie Mann trabajó varias veces con Iris, la hija que tiene con el director Judd Apatow. Por ejemplo, en *Bienvenido a los 40* (This Is 40, 2012): Pete vive con su esposa Debbie y sus dos hijas, Charlotte y Sadie. Al mismo tiempo que lucha por mantener a flote su discográfica, con problemas económicos, tanto él como Debbie deben aprender a perdonar, a olvidar y a disfrutar de la vida. En *Striptease* (1996) Erin es una mujer que pierde su trabajo y la custodia de su hija. Entonces decide ponerse a trabajar como bailarina de striptease en un sórdido local de Miami con el propósito de reunir el dinero necesario para recurrir la sentencia que le otorgó la custodia a su exmarido. Demi Moore y su hija Rumer Willis fueron las protagonistas. Blythe Danner trabajó junto a su hija Gwyneth Paltrow en el drama *Sylvia* (2003), que cuenta la historia verídica de la relación entre los poetas Edward James "Ted" Hughes y Sylvia Plath. Susan Sarandon y Eva Amurri Martino hicieron de madre e hija en *Locas de atar* (The Banger Sisters, 2002).



La genial Meryl Streep en la película *Ricki and the Flash: entre la fama y la familia*.

Suzette y Vinnie son dos mujeres que eran *groupies* de rock y mejores amigas. Cada una hizo su vida, pero después de 20 años vuelven a conectarse. La reunión de las "Banger Sisters" es la colisión de dos modos de ver la vida totalmente opuestos. Para finalizar, está el caso de Érica Rivas y su hija Miranda de la Serna, que trabajaron juntas en *Bruja* (2019) haciendo de madre e hija. Selena es una madre soltera que vive con su hija adolescente Belén en una humilde chacra en las afueras de un pequeño pueblo. Aunque Selena maneja la magia negra, nunca la ha utilizado en contra de nadie. Un día Belén es secuestrada por una red de prostitución y Selena, al no contar con ninguna ayuda, se verá obligada a utilizar todos sus recursos para encontrarla.

Es hermoso ver cuando un hijo o una hija comparten la misma pasión que su madre. Y también comprobar que pueden ser igual o más talentosos. ¡Feliz Día de la Madre! 🗨

PARA LOS MÁS CHICOS

Estos son algunas de las novedades en distintos canales de *streaming*. Star+ tiene *Sonic: La película*, *El gato con botas*, *Shawn el cordeiro*; La película, *Ploey*; *Nunca volarás solo* y *Un jefe en pañales*.

Por su parte, HBO Max incorporó a su catálogo *Space Jam: Una nueva era*, Disney+ agregó *Robots* y Amazon Prime Video *Minions* y *Alvin y las ardillas: Aventura sobre ruedas*.

NaranjaX

Suscribite en todo el país
y recibí la revista de Paw Patrol



©Spin Master Ltd. TMPAW PATROL y todos los títulos, logotipos y personajes del mismo género y logotipo de SPIN MASTER son marcas de Spin Master Ltd. Bajo uso de licenciamiento. Nickelodeon y todos los títulos, logotipos y personajes del mismo género son marcas de Viacom International Inc.

nickelodeon



WWW.PAWPATROL.COM



**EL ÚLTIMO
DUELO**
(CINES)

Ambientado en Francia en 1386 y basado en hechos reales, el film cuenta el enfrentamiento entre el caballero Jean de Carrouges y el escudero Jacques LeGris al acusar al primero al segundo de abusar de su esposa. La mejor forma de solucionar el conflicto es un duelo a muerte. Dirigida por Ridley Scott (4 veces nominado al Óscar), y protagonizada por Adam Driver, Matt Damon, Ben Affleck y Jodie Comer.



CULPABLE
(NETFLIX)

Un oficial de policía llamado Joe Bayler se ve obligado a trabajar como operador de emergencias tras un incidente. Una mañana recibe una llamada e inicialmente cree que la persona tiene problemas mentales, pero con el tiempo la situación se vuelve mucho más complicada. Nada es lo que parece y que la única solución es enfrentar la verdad. Película de suspenso protagonizada por Jake Gyllenhaal.

YO VI ALFREDO CASTRO



"EL CINE ME ABRIÓ UN APRENDIZAJE MARAVILLOSO"

Cuando Alfredo Castro llega al set pasa directo a maquillarse y vestirse. "Me gusta estar muy metido en lo que tengo que hacer, estar de buen humor en todo sentido y presente, porque creo ser un actor metabólico, biológico, entonces quiero estar en mi cuerpo e imaginario disponible para todo. Lo que venga para mí es 'sí', no conozco la palabra 'no' en un set", cuenta el actor chileno.

Siendo un hombre de trayectoria en teatro y televisión, se metió en el mundo del cine de la mano de Pablo Larraín en 2006. Quedó fascinado, y dice que las más de 30 películas que filmó son un regalo de la vida. "Esto es un misterio para mí. Solo intento hacer mi trabajo lo mejor posible. A mi edad, el cine me ha abierto un conocimiento y un aprendizaje maravilloso", cuenta a sus 65 años.

El año pasado rodó en Argentina *Karnawal*. "El primer film en que no soy un monstruo. La idea fue hacer un personaje que-rible, con delicadeza dentro de su brutalidad, con afecto por su hijo, pésimo padre", comenta desde La Paz, a donde arribó luego de doce horas de vuelo desde su Santiago natal. La pandemia hizo más largo el viaje, pero él está dispuesto a recorrer los kilómetros que sean necesarios con tal de filmar. "No acepto ningún proyecto que no tenga una mirada política al respecto de lo que está tratando", aclara.

¿Una película que recomiendes?

Leaving Las Vegas, de Mike Figgis.



KARNAWAL

Durante el carnaval, en la frontera entre Argentina y Bolivia, un joven bailarín de Malambo se prepara para la competencia más importante de su vida. Cuando su padre, un exconvicto, regresa, pone todo en peligro.

Director: Juan Pablo Félix.

En salas del país.

89.9 FM RADIO CON VOS

Periodismo
de tu lado



BERCOVICH

TENEMBAUM

SIETECASE

IGLESIAS

SEGUIMOS SUMANDO EMISORAS EN TODO EL PAÍS

Bariloche
Río Negro
89.5

Com. Rivadavia
Chubut
100.1

Corrientes
Corrientes
88.3

Córdoba
Córdoba
107.5

El Dorado
Misiones
97.7

Iguazú
Misiones
91.5

Mar del Plata
Buenos Aires
95.3

Mendoza
Mendoza
105.7

Neuquén
Neuquén
95.7

Oberá
Misiones
102.3

Paraná
Entre Ríos
94.5

Posadas
Misiones
94.1

Resistencia
Chaco
90.5

Rosario
Santa Fé
107.5

Río Turbio
Santa Cruz
96.5

Salta
Salta
89.7

San Luis
San Luis
105.1



Santa Fe
Santa Fe
101.3

Villa La Angostura
Neuquén
89.5

89.9 FM RADIO CON VOS

   @radioconvos899

DIARIO CON VOS

   diarioconvos

Available on the
App Store

Google Play

LA PÁGINA EN BLANCO

CONVIVIMOS

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

Enviala a lectores@convivimos.com.ar (no te olvides de incluir tu número de teléfono con el código de área) o entregala en la sucursal de Naranja X 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



Futuros artistas

Les gusta pintar, dibujar y bailar... Este mes compartimos las obras de tres artistas del mañana.



MIRADA A LA LUNA

“Me gusta mucho dibujar, este dibujo lo copié de Internet. También me encanta cantar y bailar”.

Shaiel Olivera
(12 años, Wanda, Misiones)



LA PANTERA ROSA

“Me encanta dibujar, hago dibujitos animados, como La Pantera Rosa, que me gusta verla en YouTube. También dibujo mapas como de Argentina o Córdoba y ¡sin calcar! Los dibujo porque me gustaría conocer esos lugares... y de mi ciudad, dibujaría la Plaza Mitre y la iglesia”.

Gianfranco Angelino Uez
(11 años, Villa Dolores, Córdoba)



MI MENTE

“Estaba en la casa de mis abuelos dibujando algo y mi mamá me contó de ‘La página en blanco’. Entonces se me ocurrió en la mente esta chica. Me encanta dibujar, también hago cosas con arcilla y porcelana fría”.

Josefina Maite Díaz Arias
(8 años, Chilecito, La Rioja)

La moto roja

Cuando tenía 24 años compré una moto usada. Muy usada. Una Gilera roja de 50 cc. Lo curioso es que nunca había manejado una moto. Ni siquiera me gustaban. Sin embargo, la compré siguiendo un impulso emocional: por primera vez era dueño de un vehículo.

Hice negocio con el novio de una prima segunda. Pagué 1000 pesos en esa época, unas 30 lucas de hoy. El ciclomotor venía flojo de papeles. En realidad, no tenía ninguno, no porque llegara del submundo ilegal, sino porque se fueron perdiendo. Al menos, eso dijo el novio de mi prima, junto a fuertes argumentos de venta: “Nunca me dejó a pata, ratea bien, consume poco”, a los que sumó un terminante “Además, humea blanco”, pensando que estaba frente a un avezado motociclista. Le respondí “Buenísimo”, poniendo brazos en jarra como si fuera Valentino Rossi, el italiano campeón mundial en la especialidad.

La moto descansaba en un corralón barrial. Fuimos a buscarla con mi amigo Alfredo, que había manejado una moto alguna vez. Llegados al corralón, un viejito nos dijo “Es esa, la rojita llena de tierra”, indicando con el mentón. Le sacamos un poco el abundante polvillo y la pusimos en posición de largada.

Empezamos a patear el arranque, tratando de que el motor comenzara a ronronear de una buena vez. Una, dos, diez, veinte, cincuenta patadas y no hubo dios ni diablo conocido que fuese capaz de hacer arrancar a esa mal nacida. “No arranca”, dijimos al unísono como si acabáramos de descubrir la fórmula de la Coca-Cola.

Al vernos en tan desfavorable situación, el viejito del mentón nos sugirió “¿Por qué no se la llevan al Toto? Él

sabe un montón”. Y hacia allá fuimos.

El Toto resultó ser un personaje enigmático. De entrada supimos que no era mecánico. Su rostro parecía el del Doctor Milagro cuando no encuentra solución para sus enfermos: ojos saltones, mirada al vacío y dedos en nerviosos movimientos. En el garaje no se veían otras motos. Al darnos la mano, dedujimos que se ponía crema con ácido hialurónico cada media hora. “Este no ha tocado un motor en su vida”, dijo mi amigo. Pidió que la dejáramos y volvíemos en una semana.

Volvimos el día pactado y, antes de pagar 500 pesos por el arreglo, nos dispusimos a ponerla en marcha. “No se olviden de accionar el botón de contacto”, nos dijo Toto, y ahí entendimos la jugada: antes no había arrancado porque no tocamos el bendito botón.

Con 500 pesos menos en mi patrimonio y luciendo el diploma de pelotudo bajo el brazo, llegamos con la moto hasta el domicilio estudiantil de barrio Güemes. Fue el primer y único viaje que hice, nunca más la usé. Pasados cuatro meses, otro pariente me la compró en 800 pesos, la mitad de lo que me había costado.

Estoy convencido de que las grandes victorias se logran perdiendo batallas. Es bueno equivocarse y aprender. Hacer cosas sin pensar tanto, experimentar. La moto roja, más que una experiencia, fue una muestra de la libertad que sentíamos cuando éramos jóvenes y la vida era eternamente maravillosa. Y aunque me haya costado algunos pesos, comprobé que esa sensación no tiene precio. ▣

redaccion@convivimos.com.ar

“ESTOY
CONVENCIDO DE
QUE LAS GRANDES
VICTORIAS SE
LOGRAN PERDIENDO
BATALLAS”.

FERNANDO MEDEOT

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



Oxímoron

Hace tiempo ya, cuando empecé mis estudios universitarios, me topé con un texto del subcomandante Marcos, del Ejército Zapatista de Liberación Nacional (EZLN). El nombre del artículo era “¡Oxímoron!”, y hablaba de la globalización fragmentada y de la tarea de los intelectuales en este contexto.

La cita que tomaba el autor como puntapié para su escrito era un pasaje de Jorge Luis Borges, del libro *El aleph*, específicamente del cuento “El Zahir”: “En la figura que se llama oxímoron, se aplica a una palabra un epíteto que parece contradecirla; así los gnósticos hablaron de luz oscura; los alquimistas, de un sol negro”. De este modo, se ofrecía una primera definición de este vocablo para iniciar el camino de la lectura.

Las palabras son aquellas valiosas herramientas que nos permiten conectar una cosa con un nombre. Esta asociación es arbitraria: “Toda nominación es un acto creador y consciente de origen individual, y al mismo tiempo discontinuo; un individuo crea una palabra que asume al instante su función en virtud de una convención explícita de la colectividad”, sostiene el lingüista francés Pierre Guiraud.

Es decir, a una persona se le ocurre nombrar algo de alguna manera y, una vez que un grupo toma este término como válido y su uso se difunde, se convierte en parte del diccionario de una lengua. Con esto, se puede apreciar que no hay un nexo necesario y natural entre el nombre y el sentido; sin embargo, en los estudios etimológicos se descubre, por lo general, una motivación, en otras palabras, un porqué. Con el uso, esta motivación se olvida,

pero para comprender ciertos significados, es muy útil volver a la fuente.

Ahora bien, volvamos a la palabra que nos convoca. Si analizamos el término “oxímoron”, vemos que tiene raíz griega y que se compone con dos vocablos: *οξυς* (brillante) y *moros* (necio). Posee en su estructura dos expresiones con significados opuestos que dan origen a un nuevo sentido. Es una aparente contradicción que genera otro concepto diferente a los dos anteriores. Precisamente, así se define esta palabra.

Este recurso lingüístico es muy usado. Por ejemplo, en *El aleph*, una vez más, Borges describe: “Beatriz era alta, frágil, muy ligeramente inclinada: había en su andar (si el oxímoron es tolerable) una como graciosa torpeza”.

Los oxímoron pueden ser frases compuestas por dos palabras: silencio ensordecedor, hielo abrasador, dulce amargura, globalización fragmentada (de allí se desprendía el nombre del texto del subcomandante Marcos). Del mismo modo, un solo término puede representar en sí mismo este recurso: agridulce, claroscuro, vaivén.

Encontrar oxímoron en textos o imaginarlos es interesante, porque hallar el nuevo significado que surge del uso de palabras opuestas genera una imagen que no podría alcanzarse de otra manera. Asimismo, puede emplearse, como define la Enciclopedia Espasa, como “una figura que consiste en ocultar un agudo sarcasmo bajo un aparente absurdo”. Así, son múltiples los aportes de este recurso que actúa como un caos controlado. ☐

redaccion@convivimos.com.ar

“LAS PALABRAS SON
AQUELLAS VALIOSAS
HERRAMIENTAS
QUE NOS PERMITEN
CONECTAR UNA COSA
CON UN NOMBRE”.

AGUSTINA BOLDRINI

Lic. en Comunicación Social.
Correctora de textos.



SALUD Y EDUCACIÓN FÍSICA

Entre las asignaturas escolares que más influyen en la salud integral, resalta la Educación Física. Son los propios niños y niñas los que, de poder elegir, prefieren aprender a través del movimiento.

Sin embargo, y a pesar de que la materia sigue siendo parte de los Núcleos de Aprendizajes Prioritarios, la carga horaria que se le asigna es exigua.

Con modalidad presencial o virtual, el sistema determina que los chicos permanezcan en el aula quietos y atentos durante toda su primaria y secundaria, mientras el cuerpo debe conformarse con breves períodos de actividad física, justamente durante los años con mayor capacidad para aprender rutinas corporales, tanto de cuidado como de gestos deportivos.

Desde la medicina, esta realidad se observa a través de las numerosas oportunidades perdidas durante la infancia y la adolescencia para prevenir enfermedades asociadas al sedentarismo.

Si bien muchos escolares compensan con movimientos (juegos y deportes) fuera de la escuela, la incoherencia está planteada: el tiempo destinado a Educación Física es ínfimo comparado con el de Matemática, Lengua o Ciencias Sociales; una explícita desvalorización.

En documentos oficiales se declama para los escolares “La participación en prácticas corporales y ludomotrices saludables que implican

aprendizajes significativos, disfrute, inclusión, cuidado de sí mismo, de los otros y del ambiente”. Su aplicación real dista de dichos objetivos.

En tanto, las restricciones sociales en pandemia –hoy más relajadas– aumentaron la inmovilidad física de chicos y chicas, que tuvieron más

“SON LOS PROPIOS
NIÑOS LOS QUE,
DE PODER ELEGIR,
PREFIEREN APRENDER
A TRAVÉS DEL
MOVIMIENTO”.

exposición a pantallas y menos actividades al aire libre. Las consecuencias son notables: hoy predominan los trastornos de sueño, de alimentación, de concentración y afecciones visuales que demandan ser solucionados por médicos, cuando en realidad todo se podría haber evitado con más movimiento corporal sostenido.

En los escenarios educativos

pospandemia será imprescindible pensar en la revalorización de la educación física como disciplina fundamental, no solo para prevenir enfermedades, sino para enmarcar a los chicos en entornos de aprendizaje de la inclusión, de jerarquías y de aceptación de las diferencias.

Las actividades físicas alivian la contenida necesidad de movimiento infantil, al tiempo que enseñan reglas de respeto, de espera y de aceptación por las limitaciones propias y ajenas. Y cada desafío deportivo estimula la competencia leal, esa que enseña a ganar y a perder, y a reconocer el valor de ambos resultados.

Es urgente que la educación física recupere la consideración oficial si se pretende que los chicos aprendan a cuidar de su cuerpo y el de los otros, eviten dañarlo con alcohol o tabaco, y consideren el movimiento como parte esencial de su vida.

Tal vez no alcancen más módulos, sino incluirla en otras asignaturas, permitiendo al cuerpo memorizar experiencias. Las clases al aire libre, caminatas o bicicleteadas mientras se dicta lengua, geografía o un idioma dejan registros musculares indelebles que incrementan el rendimiento escolar, además de entrenar a los chicos en afrontar situaciones cotidianas.

Toda educación impacta en la salud; y esta, inevitablemente, en la libertad. ■

redaccion@convivimos.com.ar

ENRIQUE ORSCHANSKI

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



LEERLES CUENTOS

Hace algunos años, el secretario de educación de los Estados Unidos recurrió a la televisión para pedir a los padres de ese país, en nombre del Gobierno federal y como un deber patriótico, que les leyeran a sus hijos media hora por día. Es sabido que el desempeño académico de los chicos a quienes les han leído en las etapas iniciales de sus vidas supera al de los que no recibieron esa estimulación. Más allá del fortalecimiento de los vínculos familiares que facilita, esta práctica estimula la curiosidad de los niños, promoviendo el diálogo y la formulación de preguntas. Además, los introduce a un universo de palabras ausentes del limitado lenguaje cotidiano, ampliando su vocabulario desde edades tempranas. Estos efectos son tan importantes que la sociedad que congrega a los pediatras estadounidenses impulsa desde hace tiempo un programa mediante el cual los médicos “prescriben”, inclusive utilizando sus recetas, que los padres les lean a sus hijos como si se tratara de una indicación terapéutica más.

La reclusión en los hogares a la que obligó la pandemia parecía proporcionar una bienvenida oportunidad para difundir esta práctica, ya que los padres estarían más tiempo en sus casas, desde las que muchas veces seguían trabajando. Sin embargo, eso no fue así. Un estudio llevado a cabo en el Observatorio de la Deuda Social de la

Universidad Católica Argentina por Ianina Tuñón y Carolina Martínez muestra que en los hogares donde hay niños y niñas de hasta 8 años, las familias cada vez prestan menos atención a la lectura de cuentos: a más de 4 de cada 10 niños no les leyeron en voz alta. La mitad de los

“ESTA PRÁCTICA
LOS INTRODUCE A
UN UNIVERSO DE
PALABRAS AUSENTES
DEL LIMITADO
LENGUAJE COTIDIANO”.

chicos del país no reciben narraciones orales en sus familias, situación que es más grave en las de menor nivel socioeconómico.

El clima educativo del hogar también desempeña, lógicamente, un papel importante en lo que respecta a la lectura de cuentos a los niños: en 2020 no le leyeron cuentos al 30 por ciento de los niños y las niñas

cuyas madres completaron el secundario o un nivel superior, mientras que cuando las madres tienen un grado de instrucción inferior, la carencia de narración de historias alcanzó al 53 por ciento. Los datos correspondientes a 2019 fueron del 23 y del 38 por ciento respectivamente. El estudio también confirma que, a pesar de permanecer en el hogar y de contar con más tiempo disponible, el 54 por ciento de los jóvenes de entre 13 y 17 años no recurrió a la lectura, una cifra similar a la registrada en años anteriores.

La pandemia que atravesamos tiene graves consecuencias en la formación de nuestros niños y jóvenes, quienes han visto seriamente limitadas sus posibilidades de desarrollo cognitivo, no solo en relación con las escuelas, sino también en sus propios hogares, como lo confirman estas observaciones. Es urgente volver a ocuparnos de enriquecer a los chicos con todos los medios disponibles. Son numerosas las investigaciones que muestran que los padres pueden contribuir de manera decisiva a la formación de sus hijos a partir de edades muy tempranas. En estos tiempos de tecnología sofisticada, una práctica tan sencilla, al alcance de todos y de muy bajo costo como es la de leerles cuentos a los chicos en voz alta resulta fundamental para el armónico desarrollo de su interior. **■**

redaccion@convivimos.com.ar

**GUILLERMO JAIM
ETCHEVERRY**

Médico, científico y académico; exrector de la UBA.
En Twitter: @jaim_etccherry



FILOSOFAR CON NIÑOS

Dar lugar a la filosofía en las escuelas significa dar espacio a las preguntas filosóficas, que no son privativas de los adultos. Una manera de descubrir el mundo que permite a los chicos ver todo con una pregunta en la mano.

POR MARIANA OTERO

P

ortarse bien” es hacer cosas buenas o es obedecer a los adultos? ¿Los adultos siempre hacen cosas buenas? Y si un adulto te pide que hagas algo malo, ¿portarse bien sería no hacerle caso? Y ¿qué quiere decir “cosas buenas”?

Esta reflexión filosófica del profesor Gustavo Santiago (Universidad de Buenos Aires), que recrea el diálogo de una maestra con sus alumnos, es un fragmento inspirador que suele utilizarse en talleres de filosofía con niños para desatar el diálogo y la indagación crítica en escuelas y espacios sociocomunitarios.

¿Para qué filosofar con niños? “Para no perder el ‘no sé’, para no perder el ‘¿Por qué es así?’ o el ‘No entiendo’”. Dar lugar a la filosofía en las escuelas significa no dejar que se adormezca esa visión inaugural del mundo que permite a los niños y las niñas ver todo una y otra vez con una pregunta en la mano, y no permitir que se mecanicen ni automaticen los procesos de pensamiento. Pocas cosas hay más deshumanizantes, creo, que no tener la posibilidad de pensar y equivocarse y volver a pensar e inventar ideas nuevas”, plantea Carmina Shapiro, profesora de filosofía (Universidad Nacional de Rosario), quien durante años participó de Ronda de Palabras, un programa de filosofía con niños y de formación docente de escuelas primarias públicas de Rosario, coordinado por el Ministerio

de Educación de Santa Fe.

De esta manera, la pregunta filosófica (que no es privativa de los adultos) pone en cuestión las estructuras preestablecidas, estimula el espíritu crítico y sostiene la curiosidad, la capacidad de cuestionar.

DESCUBRIR EL MUNDO

Hace dos décadas que el colegio San José de barrio Alberdi, en la ciudad de Córdoba, implementa talleres semanales de filosofía con niños de 5 a 11 años a través del programa Filosofar con Niños, que promueve desde 1995 la Facultad de Filosofía y Humanidades de la Universidad Nacional de Córdoba (UNC) en escuelas, bibliotecas populares y otros espacios.

“La filosofía es una forma de descubrir el mundo, de vincularnos con él, de pensarnos y de inquietarnos. Esto es lo que nos permite darles espacio a las preguntas que buscan las raíces de las cosas, el sentido. Los niños crean todo el tiempo esas preguntas, porque su mirada no está cargada de respuestas, como la de los adultos. Y esa capacidad de asombro es un tesoro, algo hermoso que es importante alimentar para que cada uno pueda animarse a crear nuevas formas de ver y habitar el mundo”, explica Silvia Picca, directora de la escuela.

Para que las preguntas emerjan, opinan Picca y las profesoras de Filosofía Constanza San Pedro y Magalí



El proyecto “Filosofar con niñxs en territorio” articula experiencias pedagógicas desde hace 26 años.

Herranz, es necesario generar condiciones, respetar la palabra y las emociones de los otros, saber que no siempre hay una única respuesta y que hay temas que solo dejan más preguntas.

La tarea es seguir preguntando hasta encontrar los porqué de lo que se piensa y se hace. Lo importante, insisten las docentes, es que los chicos se animen a cuestionarse, a ponerse en juego, porque esa actitud reflexiva y curiosa puede ser una herramienta para la resolución creativa de situaciones en la vida cotidiana.

CUESTIONAR Y CUESTIONARSE

Aunque no siempre es fácil medir el impacto de las experiencias filosóficas, Ronda de Palabras en Rosario tuvo gran repercusión en el interior de las escuelas.

“Los docentes nos decían que, con el paso del tiempo y las prácticas sostenidas, niños y niñas se sentían más habilitados para preguntar. Hasta nos llegó el comentario de que algunos docentes se quejaban de que los chicos ‘cuestionaban mucho’ y no podían dar sus clases”, recuerda Shapiro, entre risas.

En muchos casos los maestros, incluso, reportaron que mejoraba el humor en el aula. “No ocurría porque la filosofía fuera milagrosa, sino porque chicos y chicas se empezaban a conocer más (también con los profes y las profes), y eso generaba ambientes de mayor comodidad y

menor hostilidad”, plantea Shapiro.

“El desarrollo de la escucha activa, paciente (dando el tiempo para encontrar las palabras) y atenta a la otredad que se expresa son efectos muy importantes y notorios después de que la ‘filosofía con niños’ te atravesara”, agrega.

En esta dinámica, es posible salir del reposo complaciente hacia la generación de nuevos sentidos. Los chicos, aseguran los docentes, disfrutaban al jugar con las ideas y las reflexiones.

CÓMO FILOSOFAR

Hay diversas maneras de filosofar con niños. Los pasos más tradicionales (aunque por supuesto no son los únicos) los plantea el filósofo estadounidense Matthew Lipman, que creó programas que incluían novelas filosóficas y manuales de ejercicios de pensamiento.

Según esta línea teórica, los chicos y el docente se sientan en sillas en círculo, sin mesas. El maestro señala el momento de inicio de lo que llama la “comunidad de investigación y cuestionamiento” (CI); luego, un niño lee el fragmento de una novela que da inicio a un momento de comentarios. A partir de lo leído, se plantean inquietudes e ideas en forma de conceptos, preguntas u oraciones.

La intención es que el intercambio conduzca al diálogo. “El rol del docente en ese momento no es dar su



Chicos de una escuela cordobesa durante uno de los talleres.

opinión ni evaluar si lo que dicen está bien o mal, sino acompañar con preguntas para que los estudiantes y las estudiantes se expresen y organicen sus ideas lo mejor posible”, indica Shapiro.

La conversación dura entre 40 y 60 minutos, o menos si los niños son pequeños, para luego reflexionar de manera colectiva sobre cómo transcurrió la charla.

“Ese tipo de cierre, que no llega a una conclusión predeterminedada ni unívoca, es uno de los distintivos de filosofía con niños y uno de los elementos más potentes”, apunta Carmina.

Otras técnicas menos estructuradas, que también se utilizan, no van atadas a la lectura de novelas, sino a otros estímulos artísticos que abren el diálogo.

TODAS LAS VOCES

El profesor de Filosofía en la Escuela de Ciencias de la Educación de la UNC, Sergio Andrade, es el coordinador del proyecto “Filosofar con niñxs en territorio”, de la Secretaría de Extensión de Filosofía, que articula experiencias pedagógicas e investigativas en escuelas y otros espacios sociocomunitarios desde hace 26 años.

Andrade explica que en sus comienzos se abordaban las preocupaciones sobre la enseñanza de la filosofía, pero con el tiempo comenzaron a realizar estudios explorato-

rios sobre las infancias, sus voces no escuchadas, la política y la sexualidad.

“Nos propusimos descentrar ese lugar de conocimiento, tanto respecto a *lxs niñxs* –que en principio se encuentran ‘des-ubicadxs’, se los desconoce como portadores de algún saber– como a *lxs* educadores –a quienes, asimismo, se los considera como instrumento de comunicación de conocimientos producidos por *otrxs*–”, sostiene Andrade.

A partir de allí, la acción se sostiene desde la no prescripción de una determinada niñez, sino que se sale al encuentro de la diversidad de infancias en territorio.

Por su parte, consideran que en toda experiencia con niños es necesario indagar acerca de los modos de manifestación de sus pensamientos y no de supuestos acerca de lo que “*unx niñx* ‘debe pensar’ y ser a una determinada edad”, explica Andrade.

En este proyecto se coordinan actividades desde distintas disciplinas (para actuar en situaciones no previstas, emergentes) y se desarrollan a través de la lectura de textos, dramatizaciones, juegos y dibujos. Es decir que las producciones parten de las inquietudes infantiles para, de esta manera –remarca Andrade–, habilitar un espacio de intercambio genuino. **■**

**“LA FILOSOFÍA ES UNA
FORMA DE DESCUBRIR EL
MUNDO, DE VINCULARNOS
CON ÉL, DE PENSARNOS Y
DE INQUIETARNOS”.**

SILVIA PICCA

Botellas de amor

A través del reciclado de plásticos de único uso que sirven de insumo para la fabricación de muebles, la fundación Llena una Botella de Amor promueve la educación ambiental en escuelas, municipios y empresas.

Por Magdalena Bagliardelli



Foto: Gentileza Botella de Amor Mendoza.

Integrantes del proyecto en Mendoza explican cómo rellenar una botella con plásticos de un solo uso.

Vivimos rodeados de envoltorios plásticos, y desde la fundación Llena una Botella de Amor proponen una alternativa para evitar que se acumulen en basurales: rellenar botellas PET con plásticos de único uso, que son aquellos residuos que descartamos luego de haber consumido su contenido; por ejemplo, paquetes de galletas u otros alimentos y de productos de higiene, envoltorios de golosinas o repuestos de limpieza, por nombrar solo algunos. Luego, depositar esos envases en un centro de acopio y finalmente trasladarlos a empresas que producen muebles de madera plástica y que usan como materia prima cada “botella de amor”.

La iniciativa nació en Colombia y desde 2018 funciona en distintas ciudades de la Argentina.

Más allá de generar un circuito de reciclaje, el objetivo de la fundación es “hacer consciente a la población en el uso de los plásticos”, explica Ludmi-

la Taraborrelli, la coordinadora de la ONG. “Buscamos crear conciencia de que no es solo responsabilidad de las grandes empresas, sino también de la ciudadanía. Ahora vemos que hay ciudadanos que piensan primero en rechazar y luego en reducir, y si no pueden, hacen botellas de amor”, añade.

La institución tiene lazos con escuelas, municipios y empresas para que coloquen puntos de acopio y también brinden la información necesaria. Además, a los puntos oficiales que entregan plásticos las empresas les devuelven algún tipo de mueble por haber contribuido con un ambiente más sano y limpio. Por ejemplo, una mesa de *camping* se realiza con cinco toneladas de plástico, que es lo que logra juntar una escuela de aproximadamente 1500 alumnos en cuatro meses.

“Les debemos todo a las escuelas —dice Taraborrelli—. Las docentes notan que sus estudiantes se enganchan, porque lo viven como un juego que educa y que les permite participar de un inter-

cambio”. Además, desde la fundación advierten que las familias se suman a la propuesta porque parten de “entender que hay un mundo más sustentable y que es necesario hacer esos cambios”.

Ángeles González, integrante del proyecto Botellas de Amor de la ciudad de Mendoza, cuenta que “las personas empezaron a fijarse mucho más en lo que consumen, pero no solo con respecto al plástico de un solo uso, sino a todos los tipos de residuos, y ven de qué manera pueden reciclarlos o reutilizarlos. Nos preguntan con qué productos pueden reemplazar las cosas de plástico que utilizan y hay más preocupación por el destino final de todos los residuos”, señala. ■

CÓMO COMUNICARSE:

Fundación Llena una Botella de Amor:
llenaunabotelladeamorargentina@gmail.com

redaccion@convivimos.com.ar

La vida, más fácil

Propuestas de regalos tecnológicos para mamás que ahora pasan más tiempo en casa. La inteligencia aplicada al hogar, el home office y el placer.

Por Ariel Hendler

Un buen obsequio tecno es una bella manera de agasajar a una madre en su día. Los hay para todos los gustos y todas las necesidades, tanto para una mamá bien actualizada como para una que recién se asoma a la modernidad. En cualquier caso, lo importante es que le sirva para mejorar su vida cotidiana.

Hay *gadgets* muy simples y sumamente útiles para mejorar el confort hogareño, como el velador inalámbrico Aukey, recargable y con luz led hacia los 360 grados, para escritorio o mesa de luz. Es liviano, fácil de trasladar y se activa y regula en forma táctil con solo rozar su base con la yema del dedo. Además, tiene 256 opciones de colores de luz combinando tonos y niveles de brillo: suave, fresco o brillante, para crear el mejor clima de acuerdo con el momento.

En este rubro, sin embargo, un hermoso regalo es el altavoz, asistente de voz y central de control doméstico Google Nest Mini 2nd Gen. Sirve para manejar a distancia las luces, la climatización y el televisor (a través del Chromecast), e incluso programar que todo eso se haga en forma automática; y hasta se puede manejar con la voz desde el Asistente de Google. Ah, y sirve también como altavoz para escuchar música con sonido potente, aunque monoaural.

Una mamá *gourmet* seguro que va a disfrutar una olla eléctrica a presión, que prescinde de la hornalla y, según cómo se la programe desde su botonera, sirve para cocinar tanto a altísima velocidad como a fuego bien lento: el tiempo que requiera cada receta. La Instant Pot Duo 6-Quar es de los últimos y más avanzados modelos, y su olla es de acero inoxidable para una larga vida útil.

Después de comer, puede ser el

turno de usar un cepillo de dientes inteligente como Lebooo Smart Sonic, de Huawei, que funciona con la aplicación AI Life de la misma firma. Trae 20 programas de limpieza que difieren en tiempo, intensidad y tipo de vibración, con opciones como “blanqueamiento” o “dientes sensibles”, entre otras. Además, el lavado se puede monitorear a través de un esquema de la dentadura en la pantalla... o de la guía por voz.

También para el baño, el cepillo facial electrónico Beurer FC45 sirve para hacerse un cuasi tratamiento cosmético completo, con limpieza profunda de los poros y masajes de estimulación sanguínea que ayudan a retardar el envejecimiento de la piel de la cara. Es posible variar la intensidad del masaje y usarlo bajo la ducha, y trae un anillo de colgar para tenerlo siempre a mano.

¡Y que nadie se anime a decir que mamá no es una persona moderna! 📺

redaccion@convivimos.com.ar

EJERCICIO BAJO CONTROL

Desde hace rato, las pulseras inteligentes para *fitness* cambiaron el concepto de lo que es salir a correr y entrenar, pero hay novedades para mamás deportistas.

Por caso, la Mi Smart Band 6 de Xiaomi empieza su monitoreo apenas detecta que el usuario (o usuaria) comienza a hacer *running*, caminata o ciclismo. Su menú incluye yoga, natación y novedades como pilates y bailar zumba o *street dancing*. También los hay más específicos, como el sensor Lumo Run, que tiene un objetivo único y preciso: mejorar la forma de correr, gracias a un sensor que evalúa la cadencia de pasos, cambios de velocidad, rebote en el suelo y muchos más.



Foto: istock.

POR
FELIPE PIGNA



BORGES, EL MEMORIOSO

Seguramente se ha escrito más sobre Jorge Luis Borges que todo lo que el propio autor de *Las ruinas circulares* soñó soñar entre sus ficciones y realidades atemporales.

Don Jorge Luis jugaba con sus apologistas y detractores. Hubo entre Borges y el país una extraña relación de amor y desamor. Retrató como pocos a los personajes de los sectores populares: gauchos, cuchilleros, chinas, muchachas “fabricaderas” como Emma Zunz y el propio Martín Fierro. Y a la vez se sintió ajeno a esa argentinidad que era, también, en su universal literatura fantástica, la base, el escenario y el marco de gran parte de sus relatos. En su anarquismo liberal, heredado de su padre, rechazaba lo patriótico y su relato. Escribió alguna vez: “La asidua reverencia que nuestras escuelas dedican a la historia argentina ha servido para borrarla o, mejor dicho, para simplificarla y endurecerla curiosamente. Las Invasiones Inglesas, la Revolución de 1810, la Guerra de la Independencia, las otras guerras, la larga sombra de la primera dictadura, las anteriores y posteriores contiendas civiles y la Conquista del Desierto han dejado de ser hechos humanos; son las bolillas de un programa o los capítulos de un libro de texto. Los días han decaído en aniversarios o en sesquicentenarios, los hombres que vivieron en próceres, los próceres en calles y en mármoles. Nuestra historia es un frígido museo. No la sentimos o la sentimos de manera elegiaca”.



Ilustración: Pini Arpino.

La Argentina, esa entelequia casi borgeana a pesar de Borges, quizás se vengó de su crítico no dándole el lugar que merecía, condicionando el reconocimiento a sus extraordinarios valores literarios, a sus polémicas opiniones políticas.

Borges atribuía esta ingratitud a algo que no perdonaba en nadie: la falta de imaginación que a él le sobraba y derivaba de allí alguna de las causas de nuestros ancestrales males. Escribía: “Más grave que la falta de imaginación es la falta de sentido moral. Un americano, imbuido de tradición protestante, se preguntará en primer término si la acción que le proponen es justa; un argentino, si es lucrativa. Se da, también, una suerte de picardía desinteresada; ante un reglamento, nuestro hombre se pone a conjeturar de qué manera podría burlarlo. Nos cuesta concebir la realidad de las relaciones impersonales. El Estado es impersonal; por consiguiente, no debemos tratarlo con exceso

de escrúpulos; por consiguiente, el contrabando y la coima son operaciones que merecen el respeto y, sin duda, la envidia. Anoto sin alegría estas reflexiones. También sin ira; dada mi condición de contemporáneo, es inevitable que me parezca de algún modo a quienes denuncio”.

Borges es ya parte imprescindible de nuestra historia y es casi imposible, luego de leer su poema conjetural, pensar a Narciso Laprida solo como el escolar presidente del Congreso de Tucumán. Será entonces un Laprida más argentinamente real, muerto en combate, olvidado.

La fundación de Buenos Aires ya no será sino mítica y según Borges la narra, nada podrán hacer ni don Pedro de Mendoza ni sus memoria-listas. Toda la historia cabe en el insomnio de Irineo Funes y gran parte de ella se resume en la historia del traidor y del héroe. ■

FLORENCIA WEHBE

"EL CINE ES UN ARTE COLECTIVO"

Lleva dirigidas dos películas, y otras tantas como guionista o directora de arte. Trabaja desde Córdoba con el foco puesto en los vínculos y asegura que el cine se logra en equipo. "Es de donde más me agarro", dice.

POR DAI GARCÍA CUETO FOTO SEBASTIÁN SALGUERO

Por su fobia a las agujas, Florencia Wehbe renunció a sus planes de convertirse en veterinaria. El amor por los animales sigue intacto, pero descubrió en el cine su profesión, y a los 32 años acaba de terminar su segundo largometraje como directora. Remonta los inicios de esta pasión a los cuentos que escribía de niña y a su facilidad por inventar mentiras en aquel entonces.

"Al cine lo descubrí, porque no nací con esto, no tenía idea de nada", cuenta la riocuartense que se instaló en la ciudad de Córdoba para estudiar la carrera. "Al principio me costó y me volvía todos los fines de semana, soy muy de estar con mi familia", recuerda rodeada de objetos que la hacen presente, como pinturas de su papá o una mesa de mosaicos hecha por su mamá.

Debutó con *Mañana tal vez*, un film sobre la relación entre un abuelo y su nieta, y en 2022 espera estrenar *Paula*, que cuenta la historia de una chica con anorexia. "En este caso se trata de un vínculo con uno mismo pero que, a la vez, es un vínculo que generamos a partir de una sociedad opresora. Me propuse tratar una problemática interna, pero que se vea como un problema de todos, que no es individual", comenta con los ladrillos de Pedro, su perro, de fondo.

¿Qué aprendiste en la primera película que te haya servido para la segunda?

No sé si fue un aprendizaje de cero, porque vengo

trabajando como equipo técnico de otras películas, sobre todo hago dirección de arte. Siempre entendí que el cine era un arte colectivo, que sin el otro no se puede hacer nada. Fue llevar a la práctica en primera persona eso que sabía, que había visto y experimentado. El trabajo en equipo es lo que estoy reafirmando en *Paula* y de donde más me agarro. Tener la capacidad de decir "Che, no sé cómo solucionar esto, ¿alguien me ayuda?", que no sepa algo o tenga una duda no será nunca una traba para la película, alguien de alrededor sabrá más que yo o podrá solucionarlo. Para lograr eso hay que poder soltar los proyectos. También tener la capacidad de explicar qué se quiere contar y cómo, para que la gente se lo apropie y desde ese lugar pueda aportar.

¿Qué descubriste de vos como directora?

Que soy muy buena dirigiendo actores, aunque me cuesta decirlo [risas]. Para mí los actores son nuestra herramienta para contar las historias, y es la que me genera más inseguridad, porque son seres humanos que le están poniendo el cuerpo a algo que yo quise contar. Entonces, siento que hay que tener cuidado y ser amable; y a veces, en la vorágine de un rodaje, es muy difícil tener esa paciencia de escuchar. Por eso, es un desafío enorme tratar con ellos. Capaz en *Paula* tengo *feeling* con el elenco porque la mayoría son adolescentes, di clases muchos años y me parecen lo más.



¿Cómo es tu mirada del cine?

Lo único que tengo claro sobre mi visión del cine es que para mí es una herramienta para cuestionar cosas, para contar, para denunciar. Si bien también es un entretenimiento y está bien que así sea, yo sé que quiero tenerlo como una herramienta para hablar de las cosas que me incomodan, de lo que creo necesario, para poder hacer pensar y reflexionar. No sé si lo logro, es un objetivo altísimo.

Los procesos en el cine son largos, incluso pueden durar muchos años, ¿sos de po- nerte ansiosa?

El estreno de *Mañana tal vez* fue en pandemia y eso fue durísimo, me calmó el COVID-19. Soy ansiosa, pero no respecto a esto. Tengo mucha capacidad para aprender de los otros, observo mucho y aprendo, así me di cuenta de que no sirve de nada la ansiedad, hay que ir paso a paso. También sucede que los procesos son muy naturales, no podés forzar nada. Luego, una vez que la película está terminada, tiene un poco de vida propia, vos le abriste la puerta y por donde entró, entró. Para mí, lo más tortuo-

CAFÉ COMPAÑERO

Antes de empezar a filmar, Florencia tiene el mate listo bajo el brazo. Toma café solo para compartirlo con su pareja, el también director Darío Mascambro. Su papá es el periodista Osvaldo Wehbe, quien falleció un mes antes del estreno de *Mañana tal vez*, en 2020. "A nivel ético-profesional me dejó la dignidad, la humanidad, ser buen compañero y lo poco exitista que era", comparte, y su emoción se hace profunda como el mar que pintó su "viejo" en un cuadro colgado en el living. "Era un pavo, no quería mostrar nada", cuenta cariñosamente.

so son los años de desarrollo hasta que empezás a filmar. Por ejemplo, *Paula* la escribí en 2016. Además, aprendí a no pasarla mal hasta en este tiempo. Durante el desarrollo agarraba muy poco el guion, solo cuando era necesario. Si no, siento que se desgasta, es difícil mantener el entusiasmo y el amor por lo que estás haciendo después de tantos años. Hay colegas que llegan con la versión diecisiete del guion, yo llegué a la siete. La ansiedad es peligrosa, te puede desencantar.

¿Cómo es un día de rodaje?

No soy la primera que llega, pero tampoco soy impuntual [risas]. Cuando entro al set, me gusta ver el lugar donde vas a filmar sin luces, sin actores, con lo básico de arte. Para poder pensarlo en frío antes de que entren todos. Ahí sí me quedo tranquila para arrancar, cuando ya tenemos qué vamos a hacer.

¿Sos de decir "Mañana tal vez" o preferís el hoy?

Hoy. Si tengo tiempo, no dejo nada para mañana. **■**

SABRINA GARCIARENA

"LA MATERNIDAD ME CAMBIÓ AL CIEN POR CIENTO"

Trabaja desde los quince, recorrió el mundo con su profesión y hace unos años decidió darle prioridad a su familia (es madre de León, Beltrán y Mía), sin dejar de hacer lo que más le gusta.

POR JUAN MARTÍNEZ FOTOS ALEJANDRA LÓPEZ





De alguna manera, todo lo que está viviendo ahora es parte de un plan que trazó hace muchos años: Sabrina Garcíarena supo siempre que sería actriz, oficio que desarrolla profesionalmente desde los quince años. El teatro del colegio Don Bosco, en Ramos Mejía, pleno conurbano bonaerense, fue el espacio donde tomó contacto con la actuación por primera vez, viendo en escena a su primo Hernán. Allí nació la pulsión por expresarse, por construir personajes y hacer del arte su vida. Con el deseo ya instalado, buceó en su historia familiar para buscar compatibilidades, algo en los genes que fuera en la misma línea: además de aquel primo, hubo otro que estudió dirección, apareció el paso de un bisabuelo como escenógrafo del Colón y desempolvó la historia de una abuela que quiso ser actriz y su familia se lo impidió: “Había algo ahí, algo ancestral. Por algún lado tenía que venir, porque es loco que siempre tuve muy clara la vocación”, cuenta.

La atracción por los bebés y la maternidad también la acompaña desde chica. No se sentía obligada a cumplir con un mandato, pero sí seducida con la posibilidad de experimentar ese rol. Hace siete años, con la llegada de León (a quien se sumaron Beltrán y Mía) se sumergió de lleno en este universo: “Toda la vida me gustó la idea, pero en otras relaciones no deseé ser madre. La maternidad viene por mi relación con Germán [N. de la R.: Paolosky, su pareja y el padre de sus hijos]. Yo quise ser mamá con él”, afirma.

Con un recorrido extenso en televisión y cine, en los últimos años Sabrina trabajó más en teatro. Actualmente se sube a las tablas de viernes a domingo como una de las cuatro protagonistas de *Madres*, una obra en la que, asegura, puso mucho de sí misma, y donde se mueve en un equipo íntegramente formado por mujeres (“Es la primera vez que me pasa y me sentí muy cómoda yendo a trabajar con mis hijos. Hay más empatía”). El teatro es un espacio que abordó menos que otros en su carrera, y el hecho de que ahora se haya acercado más también es parte de una planificación: “Sabía que cuando tuviera hijos me iba a dedicar más al teatro, porque

me da más tiempo para estar durante el día con ellos e irme a la noche a trabajar. En televisión son un montón de horas, entrás a las seis de la mañana y estás hasta la noche. En teatro los períodos de ensayo son largos, pero solo uno o dos meses. Es un área que tenía un poco reservada para esta etapa de mi vida”, explica.

Tuviste etapas de mucho viaje, de vivir lejos, incluso...

Sí, estuve siete años viajando casi por todo el mundo: hice cosas en Túnez, en varios lugares de Italia, en diferentes ciudades de España. El actor es un poco nómada, uno actúa donde aparecen propuestas interesantes, y hoy no porque tenga hijos voy a dejar de hacerlo, aunque sí elijo, en este momento, estar en el minuto a minuto con ellos. Hay una etapa en la que los niños te necesitan mano a mano todo el tiempo, y no me la quiero perder.

¿Fue una decisión sencilla la de cortar esa proyección internacional? Hace poco, Germán habló en una entrevista en términos de “sacrificio”.

No, esa es una percepción que tiene él y que nunca la hablamos en profundidad. Yo no dejé nada por él, fue mi elección cien por ciento quedarme acá y formar una familia. No hice un sacrificio. Yo nunca dejé de trabajar, en el embarazo de León lo hice hasta los seis meses, y cuando nació y cumplió tres meses, volví. No me tomé pausas largas, solo viajé menos. Lo viví feliz y también amo en esta etapa estar acá, cerca de mis padres, mis hermanos, mis sobrinos. Con lo difícil que es tener una carrera y los millones de problemas que hay, aun así, apuesto a criar a mis hijos acá.

Hija de un bioquímico y una odontóloga, con tíos psicólogos y pediatras, lo universitario y académico le fue siempre cercano. Estudió Bioquímica durante un año y Comunicación Social otros dos, pero la actuación ya estaba en marcha y las propuestas laborales nunca escasearon, por lo que dejó ambas carreras. Sin embargo, le quedaron la necesidad y el gusto por prepararse formalmente para cada desafío: estudió y estudia teatro, canto y danza, y disfruta especialmente la etapa de investigación y creación de





AGENDA CARGADA

Los días de Sabrina hoy transcurren entre las funciones de *Madres*, en el Teatro Picadero, y la filmación de la película *Seducción*, dirigida por WHO.

Además, prepara una ficción que se verá a fin de año y un proyecto propio en el que actuará y será parte de la producción: "Colaboré bastante en la productora de Germán y estoy cambiando un poco la cabeza en ese sentido: en vez de estar esperando que los proyectos lleguen a mí, está bueno generarlos uno. Hay algunos proyectos de libros que leí y

me interesan, estoy hablando con los autores y viendo cómo materializarlos".

También realiza campañas de fotos y seguirá incursionando en trabajos de conducción para algunas marcas, un rol que ya visitó durante el año pasado: "Me sentí bien, pero me tuve que preparar un montón. Le tengo respeto. Germán me ayudó a pulir algunas cosas, así como hacemos escenas en casa cuando lo llaman para actuar. Somos críticos positivos uno del otro".

personajes. "Me gusta estar sola con mi cuadernito, en el que anoto todo. Empiezo a leer libros, buscar cosas en Internet, escuchar música, todo para ver qué tono y energía tiene el personaje. A mí la música me acompaña un montón, es meterme en lo rítmico del personaje. Cuando se duermen todos en casa, a la noche, tengo mi momento más creativo. Después, hay todo un proceso en equipo con los directores. En el caso de *Madres*, como es un musical, tuve un trabajo muy profundo con la directora vocal, la coreógrafa, la directora, y después se unificó todo. Es un proceso. A veces, como con este personaje, estoy un poco perdida y no sé por dónde entrar, pero va decantando y voy tomando decisiones", cuenta.

Hay quienes van a los bordes en los primeros ensayos, para luego ajustarse, ¿vos cómo lo llevás?

Soy de las que arrancan más despacio, a probar y jugar tranquilo. Después veo qué me funciona y qué no. Algunas compañeras el primer día lo dan todo y ya está, ya la tienen clara. Esto está relacionado con los procesos de cada una. Me gusta escuchar a mi directora, ver bien qué energía tiene mi personaje. Analizo y analizo, y en un momento, ¡tac!, es por acá. Aparece solo.

¿En función de qué cosas decidís sumarte a un proyecto?

Confío mucho en mi intuición. Cuando leo el libro, veo qué me pasa con eso. Trato de tener desafíos actorales, cuando lo leo pienso si me visualizo ahí, haciéndolo. Veo si hay algo mío que pueda aportar, o de dónde podría tomar algo para componerlo. Pienso mucho en

mis hermanos, que son muchos y todos muy distintos, con diferentes colores. Si el libro está bien escrito y el personaje me resulta atractivo, me tiro de cabeza en un proyecto. También soy de decir mucho que no: me llegan un montón de propuestas y en algunas no me veo, o es algo que ya hice, o desde la intuición algo no me cierra, y digo que no. Esta obra en particular la sentí muy sólida, y creo que puse bastante de mí, de mi experiencia como mamá.

¿Cuánto te transformó la maternidad?

Me cambió al cien por ciento. Por ejemplo, a nivel sueño: yo dormía todo el tiempo que podía, ocho o nueve horas por día. A partir de que soy madre, no dormí nunca más. Real. Todos mis hijos tomaron teta alrededor de tres años. Cuando León tuvo tres y dejó, nació Beltrán; cuando él dejó, nació Mía. Antes estaba preocupada por mí, mi trabajo y mis cosas, y ahora soy como una computadora: tengo todo anotado y organizado, me pongo alarmas para todo. Me hace muy feliz acompañarlos, estar con ellos, verlos crecer. Siento que pasa tan rápido que no me quiero perder nada.

¿Cómo asimilás ese nivel de entregada?

Se me da bastante natural, porque nunca lo sentí como una carga o como algo que me saca tiempo. Desde que soy mamá, la prioridad son ellos. Eso no significa que no haga mis cosas, porque trabajo desde los quince y cuando cumplen un mes ya me visualizo trabajando. Actuar me pone en mi eje. Es lo que me gusta hacer, no siento que esté trabajando cuando actúo. Por supuesto

que, con tres hijos, filmando, haciendo teatro y mil cosas más, tengo ayuda. Eso hace que pueda compatibilizar todo, sin irme de mambo y estar solo trabajando, sin tiempo para mis hijos, ni tampoco tomándome dos años para dedicárselos exclusivamente, sin trabajar.

Decías que no te querés perder nada de su crecimiento...

No, porque me encanta. Se me está pasando rápido, además. En la obra tenemos una parte que habla de esto. Siento que pestañeé y mi hijo va a segundo grado, voy a volver a pestañear y ya va a estar en la secundaria... Las semanas se me pasan volando. Todo el tiempo estoy escribiendo cosas que ellos dicen o filmándolos, porque va a pasar tan rápido... Es muy lindo y muy veloz. Hace poco le mandé a Germán un video que vi de Beltrán cuando tenía dos años, y él ya se había olvidado. Decía unas cosas geniales. Le pasa a todo el mundo, pero yo tengo cierta conciencia con eso del tiempo.

¿Cómo orientás sus intereses a medida que crecen?

Estoy atenta. León, el más grande, es fanático de los *youtubers*. También percibo que el arte le gusta, es muy sensible. Le gusta la música y es medio actor. No me dice que quiere actuar, pero me doy cuenta. Es muy histriónico. No sé para dónde va, pero lo voy siguiendo y en lo que me pide trato de ayudarlo. El otro día me dijo que quería tocar un instrumento y cantar, y busqué un profesor para eso. Lo escuchó. No creo en imponer. Para mí, hay que estar atentos a esas primeras sensaciones.



“CON LO DIFÍCIL QUE ES TENER UNA CARRERA Y LOS MILLONES DE PROBLEMAS QUE HAY, AUN ASÍ, APUESTO A CRIAR A MIS HIJOS ACÁ”.

Hace poco, en una nota, contaste que fuiste a la marcha del 8 de marzo, ¿sos de ir habitualmente?

La verdad, no. Fui a alguna, pero no suelo hacerlo. Creo en los derechos de la mujer y siempre que una mujer lo necesita o es vulnerada en alguna situación, estoy de su lado. Apoyo un montón de cosas, pero no soy del equipo de Actrices Argentinas, por ejemplo. Las valoro y las respeto mucho, y creo que se logran muchas cosas, pero me pasa por otro lado. Me parece hermoso lo que está sucediendo, es un gran momento para las mujeres y para todos, en el que dejamos de naturalizar cosas que antes nos eran naturales.

En ese sentido, desde la crianza, ¿dónde se pone el foco?

Creo que en el varón. Soy madre de dos varones, y es una responsabilidad. Una ya evolucionó un montón con ese tema también. Yo tengo un papá que es divino, pero que se sentaba en la punta de la mesa y había como un halo más machista. No era agresivo ni nada, pero estaba eso de “Papá trabajó, está cansado y tiene que tener todo preparado”. Sin embargo, mi cabeza es otra, y mis hijos ven que mamá y papá trabajan y hacen todo, no que todo recaer sobre mí o sobre Germán. Nos dividimos las cosas de la casa. Se dan las cosas muy naturales, Germán tiene una crianza de una mamá y un papá muy modernos, se crió con dos hermanas y tiene una mirada muy femenina con todo esto, lo que lo hace más fácil. Sí está esa responsabilidad de tener dos varones, que tengo que criar para que sepan que todos somos iguales.



LEYENDO SALÍS GANANDO

GANADORES DEL SORTEO MENSUAL PARA SUSCRIPTORES

\$100.000

Marzo: Yanina Anabel Yedro, Córdoba.
Abril: Máxima Chávez, Buenos Aires.
Mayo: Mariela Yolanda Pérez, Salta.
Junio: Matías Adrián Pelozo, Santa Fe.
Julio: Fabián García, San Juan.
Agosto: Jacinto Moyano, San Luis.
Septiembre: Irma Fuembuena, Catamarca

Play Station 4

Marzo: María Rosa Parra, Buenos Aires.
Abril: Mirta Susana Soto, Río Negro.
Mayo: Daniel Esequiel Antonino, Córdoba.
Junio: Gabriela Espinosa, San Juan.
Julio: Leonela Yanet Mosmann, Buenos Aires.
Agosto: Elba Itatí Olmos, Entre Ríos.
Septiembre: Pablo Snieg, Buenos Aires.

CONVIVIMOS

AVENGERS



DISNEY
JUNIOR

SUSCRIBITE A LAS MEJORES REVISTAS Y PARTICIPÁ
(PRÓXIMO SORTEO: 01/11)

NaranjaX

SABRINA CRITZMANN

“LA CRIANZA ES UNA AVENTURA”

En el consultorio y en las redes sociales comparte información sobre crianza respetuosa. La “gurú” de las madres y los padres de hoy acaba de lanzar un nuevo libro centrado en la alimentación.

POR DAI GARCÍA CUETO

Nadie sabe mucho de crianza”, dice Sabrina Critzmann acercándose a la cámara con los ojos muy abiertos, como confesando una infidencia. Enseguida su risa atraviesa la pantalla y, con profunda calidez, asegura que no hay respuestas para todo mientras los chicos crecen. Ni siquiera las tienen quienes, como ella, estudian el tema. “La crianza es una aventura y es diferente para cada familia. Se dan infinidad de situaciones en el día a día. Hay que animarse, no hay manuales”, completa la idea la médica pediatra y puericultora que, además de miles de seguidores en redes sociales, editó dos libros con información para acompañar a las infancias desde una mirada respetuosa.

Lo de ser *influencer* llegó sin querer; ni siquiera fue por Instagram. Empezó a replantearse la formación y el ejercicio de la medicina tradicional luego del nacimiento de su primer hijo. Los días en la sala de neonatología con Juani la ubicaron del otro lado, en el de “mapadres” durante la internación. Además, buscó leer sobre lactancia hasta que Juani falleció a los siete meses. Se emociona y sus

ojos se ponen redondos como sus aros de perlas, porque cuenta que él tomó la decisión y ella le está agradecida porque pudieron donar sus órganos. En 2018 se enteró de que estaba embarazada de su segundo hijo, Lisandro. Al mismo tiempo, comenzaba un posgrado, pero cambió otra residencia hospitalaria por descansar y profundizar en puericultura. “Como necesitaba mantenerme fresca en lo académico, empecé a publicar en Facebook lo que estudiaba, sobre todo información que me hubiera gustado tener a mí. Las dudas que yo había tenido eran las de muchas personas”, cuenta.

Vive en Ciudad Evita, en la provincia de Buenos Aires, donde nació hace 34 años, porque prefiere un lugar más tranquilo, con plazas y familias en la calle. Confiesa que disfruta de tener la agenda completa, que siempre fue así, y se acuerda de que en la época de estudiante hacía de todo, desde voluntariados hasta cantar en el coro de la facultad. Hoy sus días comienzan temprano para llevar a su hijo al jardín, se divierten en el camino conversando y vuelve orgullosa de las viandas que le prepara. Lo último que sumó a sus actividades es tocar el ukelele

solo por el placer de aprender. Es docente, atiende en un consultorio de Ramos Mejía y está al frente de Jacarandá, un centro de atención integral a las infancias y sus familias.

¿Tu comunidad se armó porque falta información sobre crianza?

La información dentro del ámbito de formación profesional es muy escasa, y en el día a día hay mucha pero confusa y desactualizada, en relación a lo que nos exigen de las crianzas. Por ejemplo, volver rápido al trabajo remunerado fuera del hogar o que un bebé se quede quieto. Los bebés siguen siendo bebés, pero el sistema productivo trata de acomodarlos a su ritmo y no es así. Es repensar a las infancias como personas y sujetos de derechos.

¿Qué implica una crianza respetuosa?

Se confunde la crianza respetuosa con decir “sí” a todo, lo cual no es bueno para la salud de nadie. Y por otro, con una lista de cosas por cumplir, como portear [llevar al bebé en un dispositivo ergonómico], los pies descalzos, el



Sabrina

SOS MICROBIOS

A CONTRA MARIS

“La crianza respetuosa es comprender que el niño es una persona a respetar y que hay que acompañar ese proceso”.

movimiento libre, y eso es otra cosa, son decisiones de cada familia de acuerdo con la información que tiene y sus posibilidades. La crianza respetuosa es comprender que es una persona a la que hay que respetar y acompañar en ese proceso. También replantearse las formas de crianzas y construir nuevas maneras de relacionarnos con todas las personas.

¿Por qué nos cuesta mirar al niño como persona a respetar?

Aun existiendo la Convención de los Derechos del Niño, nos cuesta respetar sus puntos, tanto a nivel político-estatal como individual. Es importante aclarar que no hay crianza sin apego. Los adultos somos como superhéroes para ellos, nos observan y copian, porque les parece fabuloso y la única manera que hay para hacer las cosas. Como nos creen todo, si le digo “Sos un inútil”, construye una imagen psíquica alrededor de eso. La gran parte de las familias buscan lo mejor para los chicos y, a veces, confían en que la forma en que han sido criadas es la correcta. Por eso, algunos piensan que les pegan por su bien o están quienes dicen “Me pegaron y no me pasó nada”, pero sí te pasó, porque considerás que pegarle a una persona es una manera de educarla. Sin embargo, si te ponés a pensar cómo te sentías cuando te pegaban, seguro recuerdes tu miedo, tu angustia y la sensación de que la persona a quien amás te puede hacer daño. Estamos repitiendo la misma historia y haciéndoles sentir lo mismo a esos niños. No es una crítica, tal vez no sabías, pero la crianza respetuosa no es algo nuevo, porque hay muchas familias que hace mucho tiempo vienen haciéndolo y pensando que pegar no soluciona nada.

¿Si no fuéramos violentos entre adultos, no lo seríamos con los niños?

Si yo trato de no ser violento con mi hijo, pero después en el mercado me pongo adelante de una señora en la fila o voy manejando y puteo, ¿qué sentido tiene? Es más que crianza respetuosa, es un modelo de respeto social, porque es algo que se enseña con el ejemplo. Es un trabajo que excede la crianza en casa, tiene que ver con la relación con todas las personas.



EL LIBRO DE LA VIDA

Sabrina no quería ser pediatra. No solo son colores, dibujos y jugar con los chicos, es triste ver a una niña o un niño sufrir, hacer un diagnóstico de una enfermedad grave o ver la pelea de familias con las obras sociales. Ganaron la vocación y el amor que le despierta escuchar a sus “pacientitos”.

“Algo que me gustaba de pediatría era que podíamos prevenir las cosas que sabemos que pasarán si los adultos seguimos con ciertos hábitos”, aclara. Por eso, en su último libro, *Comer y criar*, se dedicó de lleno a la alimentación. “Las infancias están enfermado cada vez más, más tempranamente y con enfermedades que antes eran solo de adultos, como hipertensión o diabetes. Esto tiene que ver con cómo están comiendo y moviéndose”, explica.

¿Por qué el interés en la alimentación?

En mis estudios de lactancia y ali-



Fotos: Alejandra López – Gentileza Editorial Planeta.

PING-PONG

Dulce o salado: Ahora, salado.

Un juego: Carrera de mente.

Una canción de cuna: *Noni noni*, de Cantuécnicos.

El último libro que leíste: *Las malas*, de Camila Sosa Villada, la amo.

Película o serie: Serie. Terminé *Modern Family*.

mentación infantil, comprendí cómo la alimentación transversaliza todos los procesos del ser humano. Es clave en los primeros 1000 días. Esto es muy claro, no hay controversia. He visto gente de escasos recursos económicos que se mata por comprar un yogur que cuesta una fortuna, encima le hace mal y dentro de diez años le hará gastar más dinero en medicación y tratamientos. Y no lo sabemos, hasta los profesionales lo indicamos y no desde el conflicto de intereses, sino porque lo aprendimos como lo mejor. De esto somos conscientes hoy, antes no se comía tanto procesado. La medicina cambia; si vos seguís diciendo lo mismo que hace veinte años, seguramente habrá algo que repensar, porque sabemos cosas nuevas. Para que las próximas generaciones sean más sanas, tenemos que intervenir urgentemente, porque el impacto es en todos los ámbitos de la vida, sobre todo en el neurodesarrollo. Hablar de esto es contar ciertas cosas que son incó-

modas, pero hay que dar la información. Después, cada persona elige, si no la tenés, no podés elegir.

¿Por qué un libro?

Para mí, en ambos libros el gran trabajo es la bibliografía, ponerle un sustento científico a lo que uno plantea, no tirar frases en el aire o cosas que sean más creencias que ciencia. Generar conceptos propios, pero con sustento científico.

Sos muy lectora, ¿releés tu libro?

No tanto, porque si releo, quiero agregar cosas. Además, la ciencia avanza muy rápido, entonces terminás de escribir y ya salieron trabajos nuevos que me hubiera gustado poner. El anterior tenía 400 páginas, este más de 600, y hubiera escrito más [se ríe]. Sí cuando releo me acuerdo del momento que atravesaba cuando lo escribía. ☑

redaccion@convivimos.com.ar

DENISE SCIAMMARELLA

ENTRE EL TANGO Y EL LABORATORIO

Fundadora y cantante de una orquesta típica integrada solo por mujeres, es también una destacada investigadora sobre “física de fluidos”.

POR ARIEL HENDLER FOTO XAVIER MARTÍN

De día es doctora en física, con diez años de especialización en Francia, y directora adjunta del Instituto Franco Argentino para el Estudio del Clima y sus Impactos, que funciona en la Facultad de Ciencia Exactas de la Universidad de Buenos Aires. De noche es la mentora y cantante de Sciammarella Tango, una pequeña orquesta típica cuya curiosidad es que sus miembros son todas mujeres y, además, de distintas nacionalidades. Denise Sciammarella es una mujer dueña de talentos muy variados y con la capacidad de multiplicarse para dar lo mejor con cada uno de ellos. Porteña de ley, a pesar de haber nacido en Mar del Plata, y portadora del mismo apellido que el fallecido compositor de *hits* populares Rodolfo Sciammarella, Denise habló con *Convivimos* y develó la clave de cómo compatibilizar —y encima con éxito— dos pasiones tan heterogéneas.

¿Hay elementos en común o algún tipo de confluencia entre tus dos profesiones?

Sí, la hay, porque la voz humana como fenómeno físico es el resultado del encuentro entre un fluido, que es el aire, y una estructura, que son las cuerdas vocales. Como mi área de investigación es la física de fluidos, que básicamente son los líquidos y los gases, y entre ellos el aire, tengo la posibilidad de estudiar mi instrumento musical, que es la voz. De hecho, en la Facultad de Ingeniería de la UBA hemos montado varios experimentos que reproducen distintos aspectos del funcionamiento de las cuerdas vocales y que permiten tomar medidas sobre el aire que

las anima, aplicando los mismos principios que permiten estudiar el océano o la atmósfera.

¿Tenés formación musical?

Lo que tengo es un vínculo muy fuerte con la música, porque un tío mío es uno de los socios de la tienda de instrumentos Antigua Casa Núñez, y otro tío fabricaba los órganos electrónicos Gem, de industria nacional, así que desde muy chica tuve en casa guitarra y teclado, y por eso puedo acompañarme con los dos para cantar. Pero lo que estudié en profundidad es canto, porque la voz es mi verdadero instrumento: primero canto lírico, con Hernando Iraola, y más tarde me entrené para cantar tango con Lidia Borda.

¿Cómo llegaste al tango?

El tango me pegó desde chica porque sonaba siempre en el tocadiscos de mi casa, mis padres eran fanáticos. De hecho, creo que aprendí a cantar tangos antes de saber hablar, deformando las letras. A un nivel más profesional, la historia empezó cuando, en 2013, tuve que buscar músicos para cantar en un homenaje que se le hizo a Rodolfo Sciammarella en la Academia Nacional del Tango. Y aclaro que mi vínculo familiar con él no es muy preciso, más allá del origen común en Paola, un pueblito de Calabria.

¿Cómo fue? ¿Buscabas músicos y encontraste solo mujeres?

Algo así, porque mi intención jamás fue armar una orquesta femenina. A la primera que contacté fue a la chilena Cindy Harcha, bandoneonista, arregladora y direc-



“CREO QUE APRENDÍ A CANTAR TANGOS ANTES DE SABER HABLAR, DEFORMANDO LAS LETRAS”.

tora musical. Lo que pasó fue que cada una de las que se sumó trajo a alguien de su confianza, y así llegaron otras mujeres que, además, eran de países distintos. El grupo, con dos bandoneones, dos violines, piano, contrabajo y yo misma en voz, anduvo muy bien en el homenaje. Tocamos composiciones de él, muchas de ellas inéditas, y con ese repertorio grabamos nuestro primer disco, en 2015. Lo de ser mujeres se convirtió en un emblema, pero lo importante es que son todas instrumentistas de primer nivel.

Otra característica del grupo es la búsqueda casi “arqueológica” del repertorio, con muchos tangos inéditos... ¿Fue esa tu intención desde el comienzo?

Más bien fue el producto del homenaje a Rodolfo. Yo no me imaginaba que incluso él, uno de los fundadores de Sadaic, pudiera tener composiciones no registradas. Tampoco sabía que existe tal cantidad de tangos que jamás se grabaron, incluso de compositores reconocidos. En general solemos creer que el repertorio de tangos viejos es acotado, pero hay una cantidad increíble de piezas desconocidas.

¿Dónde se encuentran esos tangos ignorados?


Muchos fueron registrados en Francia, y grabamos algunos en nuestro segundo disco, *Tangos franco-argentinos* (2018). En general son solo instrumentales, como uno supuestamente de Virgilio Expósito y Héctor Stampóni titulado “Lutecia”, que además de ser el nombre romano de París era un barquito que hacía el trayecto

Bordeaux-Buenos Aires, y al que yo misma le puse letra en francés. También encontré una versión en francés de “El choclo”, de Ángel Villoldo, de 1912, archivada en la Biblioteca Nacional de Francia, que grabamos para el tercer disco, *A Villoldo* (2020). De paso, así nos enteramos de que el tango fue cosmopolita casi desde el comienzo, mucho antes de Gardel.

¿Quedarán muchos tangos por descubrir también en la Argentina?

¡Seguro! De hecho, nuestro cuarto disco va a estar basado en tangos y vidalás inéditas que le fueron dedicadas en vida a Benito Quinquela Martín. Nos contactaron los directivos de su museo, en La Boca, cuando se enteraron de que nosotras nos dedicamos a recuperar composiciones inéditas.

¿Siguieron trabajando a pesar de la pandemia y la cuarentena?

¡No! ¡Estuvimos 18 meses sin juntarnos! Encima, varias se fueron a sus países y no sabemos si van a volver o tendremos que reemplazarlas. Lo único que llegamos a hacer es un video de todas tocando al mismo tiempo desde distintos lugares del mundo; fue casi un milagro lo que hizo el estudio de grabación para juntar las partes. La verdad es que el músico está muy desamparado en estas situaciones; yo soy una afortunada por tener también la ciencia. 

UNIVERSO KATZ

Artista plástica, poeta, editora, música e incansable promotora del juego y la creatividad, Silvia Katz dirige desde hace más de 30 años el Taller Azul en Salta. Un espacio de arte para chicas y chicos “con pajaritos en la cabeza”.

POR MARITÉ ITURRIZA

En el universo de Silvia Katz entran todas las palabras: las de antes, las de ahora y las que vendrán. Las rimas, los colores, también los sentimientos y las emociones. La realidad entra y sale transformada de allí. De hecho, puede decirse que es un lugar donde nada está siempre en el mismo lugar y en el que lo único que persiste es el azul y las ganas de crear todo el tiempo.

“Soy muy ututa”, asegura Silvia, y enseguida aclara que “ututo” es el nombre que le dan en Salta a la lagartija finita que se mete en todas partes. Los animales forman parte de su ecosistema: tiene tres gatos, peces, una rana y dos tortugas. “Cuento con el privilegio de vivir en el centro y tener un patio enorme, con higueras, donde aparecen los duendes de las fiestas”, dice por estos días en los que está pensando cómo festejará su cumpleaños.

Desde 1987 coordina el Taller Azul, un espacio de arte y literatura para las infancias. Y desde su editorial Laralazul edita sus propios libros y también los que producen los chicos cada año. El último se llama *Navegantes: postales de la pandemia desde un puerto siempre azul*. En total, lleva publicados 23.

En febrero ganó el primer premio de poesía en la edición XVIII del Pre-

mio Luna de Aire, de la Universidad de Castilla-La Mancha y Ediciones SM. Y se prepara para publicar el libro de poemas con el que ganó el segundo premio provincial en 2019.

También forma parte de Allá Ellas, un colectivo de mujeres artistas plásticas con el que arman muestras, editan libros y organizan *performances*.

A Silvia no le gustan los rótulos, prefiere no encasillarse y “beber de distintos ríos”. Luego de recibir el premio internacional, armó un proyecto musical para el que convocó a músicas amigas y grabó en estudio la primera de las canciones (una zamba) de un disco que aún no tiene título.

Los ríos donde bebe la llevan siempre hacia la poesía. Este año, en el taller trabajaron de un modo similar al de los diccionarios de “El pequeño ilustrado”, donde los chicos definían palabras y las ilustraban. “Este es del estilo de aquel, pero trabajando más la metáfora”, explica, mientras busca ejemplos en su computadora y comparte la magia: AMOR “es una biblioteca de sentimientos”, “una lámpara que enciende los abrazos” o “un sol tan grande como el cielo entero”. También es “como comer un melón” o “fuerte como el fuego”. Y POEMA es “un rugido de rimas y palabras silenciosas”, o “un amuleto que te salva”,

tal cual se lo imaginó Rodrigo, quien tiene apenas seis años.

“Vamos trabajando sobre frases, jugando con las palabras. La idea es ponerlas una detrás de otra para que quede como un gran poema. Estoy enamorada de cómo los chicos definen el mundo”, afirma, y se intuye una sonrisa del otro lado del teléfono. “Encontraron, por ejemplo, la palabra ‘domador’, entonces un nene definió ‘Papá es un domador de niños’. O apareció la palabra ‘bosque’, y cuando le pregunté a Félix, me contestó: ‘Un bosque es un niño recién comenzado’”, cuenta.

Silvia les recuerda siempre que eso que están haciendo es poesía.

Sube el mediodía y la casa está más azul que nunca. “Me gusta vivir en esta parte –asegura–, con los pies en los Andes, en las raíces más latinoamericanas”.

Cuando tenía 21 años abrió el taller de manera temporal, soñaba con viajar y exponer. Estudió, ganó becas y vivió dos años afuera. “En el taller me quedé y me quedé, porque me di cuenta de que realmente amaba hacer esto. Tuve la oportunidad de irme a vivir a Francia, pero me quise quedar”, dice antes de retomar las ideas que le estaban dando vueltas en la cabeza como pajaritos. ■



Foto: Gentileza Silvia Katz.

VALENTINA RAPOSO

LA LEONA DEL FUTURO (Y EL PRESENTE TAMBIÉN)

Con solo 18 años, fue pieza clave del seleccionado de hockey que ganó la medalla de plata en Tokio. Entre la sorpresa por el lugar en el que está y la fortaleza mental para asumirlo sin tambalear, avanza a paso firme.

POR JUAN MARTÍNEZ FOTO MARTIN WAICHMAN

Cuando comenzó el año, Valentina Raposo concentraba en el Cenard junto al grupo de Las Leoncitas, el seleccionado sub-21 que se preparaba con vistas al Panamericano Junior. Dando tres años de ventaja, a sus 18 años se dio el gusto de debutar con buenas actuaciones y marcar un gol en un amistoso contra India. Después del partido, se le acercó el Chapa Retegui y le dijo “No te volvés a Salta”. Desde ese momento se convirtió oficialmente en una Leona y cumplió uno de sus grandes sueños.

En agosto, con la medalla plateada en su pecho, se anotó como la primera deportista salteña en la historia en ganar una presea olímpica y la segunda más joven a nivel nacional (solo detrás de Gabriela Sabatini, medallista de plata en Seúl 1988). Con una actuación a la altura del desafío, metiendo incluso dos goles en el certamen (contra España, en la primera victoria del equipo; y contra Alemania, en cuartos de final), su nombre, hasta entonces una sorpresa, recorrió el mundo: fue nominada por la Federación Internacional de Hockey como “Estrella Naciente” del año.

“Todo el tiempo me están pasando cosas increíbles, y siento que no llego

a asimilar el grado de magnitud de lo que estoy viviendo –reconoce Valentina–. Estoy muy feliz, contenta y agradecida”.

En su casa el deporte siempre fue protagonista: su papá y su mamá lo practicaron y decidieron que sería una herramienta fundamental para Valentina y sus hermanas. Ella pasó por natación, tenis, danza y atletismo, pero los deportes individuales no terminaban de engancharla y fue en el *hockey* donde hizo pie. Muchas de las amistades que cultivó desde los cinco años en el club siguen hoy a su lado. La pasión por este deporte la tomó por completo: salía de entrenar o jugar y, en casa, los partidos con su hermana Camila, un año mayor (también jugadora de Las Leoncitas), se sucedían sin contemplaciones. Luego se sumaría Bárbara, cinco años más chica.

En 2010, comandadas por Lucha Aymar, Las Leonas se consagraron campeonas del mundo en Rosario. Desde Salta, Valentina, con siete años, no se despegaba de la pantalla para ver los partidos y se prometió a sí misma vestir aquella camiseta alguna vez (“Aunque no esperaba que se me diera tan rápido”, confiesa). “Siempre estuvo en mi cabeza el deseo de ser Leona, pero fue a los doce cuando arranqué a ir a los seleccionados

salteños; esto dejó de ser solamente un juego y me propuse de verdad competir y crecer. Íbamos a los torneos, jugábamos contra Buenos Aires o Córdoba, y me daba mucha bronca que nos ganaran fácil. Me mentalicé en entrenar y cuidarme todo lo posible, intentando disfrutar el proceso, para cambiar eso”, explica.

¿Te entrenabas con los varones para mejorar?

Sí, entrené con los chicos de la quinta y también con la primera de Popeye, mi club. Algunos chicos me ayudaban a entrenar arrastradas. Quería jugar a un nivel más intenso, los varones juegan más rápido y tenés que ir más fuerte. Es otro *hockey*. Eso me ayudó mucho a mejorar mi ritmo y el nivel, sobre todo para sumarme a Las Leoncitas, porque el nivel de competencia en Salta no es tan alto.

Pasaste de entrenarte con la sub-21 a jugar un Juego Olímpico con la mayor en pocos meses, ¿en algún momento sentiste vértigo?

No, nunca tuve vértigo ni nervios. No podía creer el lugar en el que estaba, pero lo disfruté y lo sigo disfrutando, nunca lo sentí como un peso. Creo que la cabeza es casi el 70 por ciento del deportista. Si uno no está



ILUSIONES Y METAS

Antes de viajar a Tokio le llegaron propuestas desde Bélgica, Estados Unidos y España, pero prefirió descartarlas para solo pensar en los Juegos (“Le di prioridad al seleccionado, que es donde quiero estar”, afirma). Se ilusiona con jugar en el exterior, pero no se apura; sabe que es chica y las oportunidades, si mantiene el nivel, van a seguir apareciendo. Mientras tanto, piensa anotarse en la universidad el año que viene. No se decidió aún entre Comunicación Social y Kinesiología, carrera que ve como un paso previo para investigar lo que más le interesa: la biomecánica.

bien con uno mismo o con su cabeza, no rinde al máximo. Yo siempre tiro para adelante y trato de ser positiva, a pesar de las adversidades que pueda haber.

Este año también supo de adversidades, porque al regresar de Tokio se reincorporó a Las Leoncitas para viajar al Panamericano Junior y buscar la clasificación al Mundial, pero un contagio en la delegación hizo que todo el equipo quedara aislado por ser contactos estrechos. Se perdieron la competencia, donde un plantel B representó al seleccionado, aunque no consiguió clasificarse al Mundial:

“En un mes pasé de la máxima felicidad a la máxima desilusión”, cuenta.

Sin Mundial, la etapa juvenil de Valentina comienza a cerrarse, mientras que su llegada a Las Leonas parece solo el comienzo de una historia que promete varios capítulos más. Encabeza las perspectivas de futuro de un grupo de jugadoras que desde hace veinte años cambia de nombres y mantiene los resultados. La Leona más joven de todas, poco a poco, se hace cargo de su lugar: “Cada vez me siento más parte del grupo, aunque todavía no del todo. Es increíble todo esto para mí”. **■**

MÚSICA PARA CHICOS

EL LENGUAJE

UNIVERSAL

Público sincero y transparente, los niños tienen una amplia oferta de músicos que componen desde el respeto por las infancias, sin subestimar a sus destinatarios.

POR JUAN MARTÍNEZ

Un velociraptor corre por la avenida principal a toda velocidad, hay una nube y mucha lluvia, soplará el aire y qué baile encontrará. Hay una ronda esperando en algún lugar, es un encuentro de luces que bailan en paz. Ruedan los colores, bailan en la luz. Las calles mojadas, veredas inundadas: solo quiere ir a chapotear.

El universo de la música dedicada a los niños contiene desde escenas disparatadas hasta imágenes cotidianas, con poesía y mucho movimiento. Son canciones que sirven de puerta de ingreso a un mundo de ritmos, metáforas, juegos y disfrute. La Argentina es un país con una extensa y rica tradición en la música dedicada a este público en particular, que no se reduce a un solo género, sino que se diversifica y ofrece una amplia paleta de colores, con un nutrido grupo de proyectos referentes que crean desde el respeto y sin subestimar a sus pequeños oyentes.

“La diferencia entre la música para chicos y la que no es para chicos es la intención del que la hace. Si uno se pone a analizar desde lo estrictamente musical, muchas propuestas para chicos no se diferencian en nada de lo que podría ser música para adultos”, ensaya una teoría Juan Bernabé, músico, compositor y pro-

ductor del álbum *Risas del sol*, de Magdalena Fleitas.

Fleitas, precisamente, aborda tanto la melodía como la letra sin subestimar a sus destinatarios: “Busco un lenguaje simple, pero que sea rico, para que los chicos y las chicas puedan cantar canciones que nombren lo que les pasa cuando están contentos y quieren bailar, pero también si están tristes porque les sucedió algo en el día y necesitan una canción más íntima”, explica.

Su trabajo se ubica lejos de la tradición de una música infantil disciplinaria o normativa (*El elefante trompita*, *Arroz con leche*, *La paloma blanca*). Recorre una línea más cercana, en el modo de abordaje, a María Elena Walsh y Hugo Midón, en donde hay lugar para lo surreal, lo lúdico, lo fantástico, las metáforas elaboradas y una búsqueda musical que no se ciñe a acordes básicos y explora más allá.

En *Risas de la Tierra*, la escuela dirigida por Fleitas, no solo se formaron niños, sino también docentes y músicos que actualmente llevan adelante proyectos con mucha repercusión, como Pim Pau, Vuelta Canela y Anda Calabaza, entre otros.

Hace más de diez años, Matías Pozo llegó a aquel espacio porque se enteró de que buscaban gente ligada al arte y le dio curiosidad. Trabajó en la sala Calabaza, que le dio nombre a la propuesta allí surgida: Anda Calabaza. No es su único pro-

yecto musical, ya que también integra el dúo Martes de Lavanda, con canciones de autor para un público adulto. “Pienso que no hay diferencia en la forma de componer para un proyecto u otro. Es un artista enfrentándose a un público, y no es que con Anda Calabaza decimos ‘Vamos a hacer una canción que sea infantil’, sino que el hecho de trabajar desde hace muchos años con chicos nos acerca a ese universo de la infancia. Se va formando con el trabajo y la inspiración, una mezcla de las dos”, analiza.

Santiago Reyes, integrante de Vuelta Canela, coincide en que no hay diferencias: “La música es música, toda. No es que tiene que ser sencilla para chicos y compleja para adultos. Lo único que cambia es quién está escuchándola”.

Los Raviolis presentan una propuesta que sirve de transición entre la primera infancia y la futura adolescencia. Gabriel Wisznia, uno de sus fundadores, destaca algunas particularidades del público al que se dirigen: “Uno de los permisos cuando uno trabaja con chicos es lo lúdico, convertir esa propuesta en algo más que formalmente musical. Por otro lado, aunque no somos mojigatos, hay temas que no son para chicos, de los que uno no va a hablar en una canción: no vamos a tocar un tema violento o explícito, ni insultos, por ejemplo”.

Además de las temáticas, en el plano





RECOMENDACIONES

La lista de artistas de esta nota no pretende ser exhaustiva. Sin embargo, para ampliar un poco más el horizonte, los entrevistados recomiendan a algunos de sus colegas, basados en lo que escuchan sus hijos y en sus propios gustos:

Juan Bernabé: “Mi hijo al principio escuchaba mucho a Pim Pau, el disco *Semillita*, Los Raviolis y también algo que no es para chicos, como el disco *Los planetas*, de Carl Orff”.

Eva Harvez: “En casa siempre sonó María Elena Walsh. También Gilberto Gil, Caetano Veloso, Dúo Karma, Palmito y Tierra Verde, entre otros”.

Elisa López Oroño: “Marta Gómez, Lila Downs, Vuelta Canela, Bigolates de Chocote, Cielo Arriba, Naranja Dulce, Los Tinguiritas, Canticuénticos”.

Gabriel Wisznia: “En casa son un poco más grandes y ya están con Vos, Ca7riel, Louta”. Santiago Reyes: “Mariana Baggio, Vuelta Canela, Rita del Prado, Palavra Cantada, Me lo Contó un Pajarito”.

Magdalena Fleitas: “Ana Iniesta y La Banda de la Luna, Miriam Makeba, mucho folklore de Argentina y otros países”.

Matías Pozo: “Koufequin, Hugo Midón”.

musical predomina un clima más luminoso, que Bernabé asocia directamente con la mirada que se tiene de lo que las infancias representan: “Supongo que la oscuridad suele evitarse, porque si uno le está cantando a niños, es porque alguna cosa optimista sobre el futuro ve”.

A grandes rasgos, se podría decir que la música orientada a las infancias tiene tres grandes ejes: lo artístico, lo lúdico y lo educativo (sin que esto último signifique una bajada de línea explícita).

Sobre ese equilibrio profundiza Eva Harvez, del trío Pim Pau: “A mí me hace ruido pensar el arte disociado de la educación, porque a través de los diferentes lenguajes artísticos aprendemos cosas, crecemos y tenemos la posibilidad de intervenir el mundo y poder expresarnos. Nosotros no apelamos mucho a la palabra ‘entretenimiento’, porque la asociamos a algo un poco vacío. Tratamos de que el contenido que generamos esté desaturado de estímulos que adormezcan y entretengan de una manera pasiva. Queremos generar momentos lúdicos, de interacción, que ayuden a despertar el cuerpo e interactuar”.

Elisa López Oroño, directora de Valor Vereda, agrega: “No separaría tanto

los tres planos, porque están presentes en todo. La parte artística se encuentra en el compromiso inicial de formarnos, en convocar a músicos muy profesionales y en la creación de cada propuesta. La mirada lúdica está en el germen de Valor Vereda. En lo educativo, no hay intención de bajar un contenido curricular, sino que la idea es inspirar y permitir abordajes de contenidos en el cole, como la educación emocional, algo por lo que nos convocan muchos jardines”.

Muchos de los filtros que operan sobre las conductas humanas en la vida adulta aún no se activaron en la infancia. Es lo que señalan los diferentes entrevistados sobre su público: su reacción es absolutamente franca, sin escatimar en demostraciones, para bien o para mal. Si les gusta lo que escuchan y ven, acompañan fervientemente; si no logran captar su atención o conectar con sus emociones, el abandono es inmediato.

A la hora de pensar en qué estímulos acercar a sus hijos, madres y padres disponen de una oferta enorme de posibilidades. ¿Por qué es importante que los niños tomen contacto con ella desde temprana edad? “La música es un lenguaje natural para los chicos y las chicas,

ya están vinculados a ella y hay que fortalecer este canal de comunicación para que se enriquezca y crezca. Desde que nacemos estamos inmersos en un universo sonoro y jugamos con nuestro cuerpo como productor de sonidos. La voz es un juguete. La música es un lenguaje maravilloso que construye belleza y bondad, que nos ayuda a expresarnos y a reconocer la propia voz en resonancia con la voz colectiva”, explica Magdalena Fleitas.

Eva Harvez se detiene en el aspecto educativo: “No todos aprendemos ni nos apropiamos de los contenidos de la misma forma, y los canales expresivos dan la posibilidad de que cada uno vaya a su tiempo y a su modo, incorporando y construyendo conocimiento e interacción”.

Santiago Reyes destaca a la música como una opción *slow*, ajena al vértigo de los consumos actuales: “Creo que es una manera de conectarse con un sentido. Hay mucha invasión de lo visual y lo rápido: la tele, el celular, todo tiene una impronta muy puesta en la vista y me parece que la música tiene un acercamiento al mundo y una manera de abordarlo

que abre la posibilidad de manejarse con otros tiempos”.

“Lo importante de la música radica en lo que nos ayuda en la comunicación. Y es algo que está a mano de cualquier persona. Así como nos enseñan matemá-

**“LA MÚSICA ES MÚSICA,
TODA. NO ES QUE TIENE
QUE SER SENCILLA PARA
CHICOS Y COMPLEJA
PARA ADULTOS”.**
SANTIAGO REYES

ticas o geografía, creo que la música termina aportando a nivel humano, porque muchas veces la gente quiere mandar a su hijo a clases de música y lo importante no es tanto que sea un músico el día de mañana, sino la comunicación del len-

guaje, aprenderlo. La música está llena de historias, cuenta cosas y, además, es un desarrollo importante del habla, de los movimientos, de la percusión. Creo que fundamentalmente favorece el desarrollo de la persona”, piensa Matías Pozo.

Para Elisa López Oroño, la música “es un lenguaje que permite convocar y expresar emociones. Cada persona elige desde qué medios resonar, si es con la literatura, el arte visual, la música, la danza o una mezcla de todo. Los artistas que la generamos podemos ser resonadores de un mundo que de otra forma tal vez no se traduce. Es un medio de expresión por excelencia, y por eso hay tanto compromiso y respeto a la hora de convidar”.

El cuerpo en movimiento, la voz propia que resuena y se integra en una voz colectiva, el lenguaje que se adquiere, las emociones que se canalizan, los momentos compartidos, los recuerdos que se activan, una puerta que se abre. Eso, y muchísimo más, es la música. También la destinada a chicos y chicas. ■

redaccion@convivimos.com.ar



EL ÁLBUM FAMILIAR, UN BIEN EN EXTINCIÓN

La irrupción de las fotos digitales y los smartphones terminó por hacer desaparecer aquella vieja costumbre de ordenar, clasificar y exhibir las fotos de familia. ¿Qué será ahora de esos recuerdos tan queridos?

POR ADOLFO RUIZ

No era frecuente. Eran pocas pero deslumbrantes las épocas del año en que podíamos presumir de la siguiente frase: “La cámara está con rollo”. Eso significaba que había licencia para disparar. Por lo general, se compraba un rollo de 36 a inicios de diciembre. Fiestas de fin de año en la escuela, Navidad y Año Nuevo en familia, y el resto para las vacaciones.

Con suerte quedaban dos o tres al final del verano, que eran disparadas en la vereda de casa. O haciendo morisquetas, o posando con una mascota. Hasta que el rollo hacía “trac”. Rebobinar hasta que suelte, y al día siguiente ir al centro a dejarla para el revelado. Casi siempre era en 10x15. Pero cuando había buena expectativa por “el material”, nos animábamos a pedir en 13x18.

Aquellas fotos de nuestra infancia, en los 80 y 90, todavía duermen en esos álbumes de folios de celofán y coloridas portadas, con alguna información consignada en el lomo. Así han sabido atravesar ausencias, mudanzas, olvidos. Pero ahí están, listas para ser repasadas nuevamente. Sobreviven esos álbumes familiares como sobrevive con ellos el recuerdo que transportan.

ADIÓS, PAPEL

Lo que no sobrevive hoy es ese ritual de tomar un viejo álbum y repasarlo en una sobremesa. Sencillamente porque aquellos álbumes ya no están más. Y si están,

ya no están en papel. Y aun estando en soportes digitales, ni siquiera están con nosotros, sino en algún servidor del otro lado del océano.

La irrupción de la fotografía digital y luego de los teléfonos con cámara ha desatado una absoluta revolución en materia de fotografía. El soporte digital ha dado vuelta lo que antes era un bien escaso, costoso y “dosificado”. Pasamos de tomar 36 fotos en un año, toda la familia, a tomar una cifra similar por día.

Son miles de fotos que producimos y que por lo general tienen una vida muy corta. Lo que nació para ser perpetuo ha caído en el océano de lo efímero.

“Todos los días, estamos escribiendo la historia de la fotografía con los millares de imágenes que producimos”, describe Daniel Merle, célebre fotógrafo argentino, hasta 2019 columnista de *La Nación*. “Qué bueno sería saber qué equipo de historiadores podría compilar y clasificar este corpus descomunal e incontrolable”, se pregunta, a modo retórico.

Una pequeña parte de esas fotografías serán subidas por nosotros a las redes sociales. Antes, mayoritariamente a Facebook. Hoy a Instagram. El resto tendrá serias chances de quedar arrumbado en el celular y ser barrido en algún ataque de ansiedad, cuando el equipo nos dice que se está quedando sin espacio.

Afortunadamente, la totalidad de las fotos que sacamos es subida de manera automática al servicio de Google Photos o a algún otro servidor. Allí duermen millones de imágenes tomadas por usuarios de todo el mundo, y



“HOY LA FOTOGRAFÍA HA DEJADO DE SERVIR COMO RECUERDO DE UN PASADO PARA SER UN REGISTRO DEL AHORA DE LAS PERSONAS”.

MARIANO PAIZ

un enorme porcentaje de ellas jamás serán consultadas, vistas ni visitadas. Jamás.

“Aquello tan reverenciado hace un siglo, o tan apreciado décadas atrás, lo que nosotros tomábamos como un recuerdo, hoy nos ha quedado simplemente reducido a un uso banal”, señala Mariano Paiz, fotógrafo platense de larga trayectoria. “Hoy la fotografía ha dejado de servir como recuerdo de un pasado para ser registro del presente, para mostrar el hoy, el ahora de las personas, lo que sucede en la estricta actualidad y que mañana ya no interesa”, le explica a *Convivimos*.

CÓMO HACEMOS

Como concepto es interesante. El tema es cómo hacer con los recuerdos. Cómo asegurarse de que las fotos van a estar ahí cuando sean buscadas.

Eduardo Aguirre es divulgador tecnológico, editor del sitio *PeriodismoMovil.com.ar* y capacitador del Programa Redacciones 4G de Telecom. “Hay básicamente dos formas de manejarlo”, responde ante esta consulta. “La primera es –digamos– la forma más artesanal, que implica ir bajando las fotos a un disco rígido externo”, explica. Ahí hace la salvedad de la conveniencia de utilizar este tipo de dispositivos, ya que son “soportes mucho más permanentes”. Por eso desaconseja el uso de *pendrives*, que “tenden a dañarse con el tiempo” (¡y sobre todo a perderse!).


La recomendación, en este caso, es tratar de impartirle un orden. Preparar carpetas por fechas o por eventos, y procurar generar etiquetas para favorecer las

búsquedas.

“La otra alternativa es más automática”, continúa Eduardo, refiriéndose a Google Photos. Este servicio tiene la ventaja de que “te las va almacenando en orden, ya sea por fecha, por evento, hasta por geolocalización”. Incluso ofrece inteligencia artificial aplicada a las búsquedas, de modo tal que reconoce rostros, lugares, paisajes, mascotas. “Es una herramienta muy interesante que hace todo por el usuario”, señala.

El problema es la “baja” capacidad de almacenamiento que ofrece el sistema. Los 15 gigas se pueden agotar con gran rapidez. Llegado a ese límite, no quedará otra que borrar material o bien comprar un almacenamiento en la nube, que arranca desde los dos dólares mensuales.

¿Alternativas? Sí, hay otros servicios como Dropbox, iCloud, OneDrive y algunos otros. “Pero siempre recordemos esto –advierte–: la nube es la computadora de otro, y por eso no estará de más tomar recaudos, como hacer ciertos *backups* cada tanto”.

Con suerte, las fotos estarán ahí, listas para volver a ser disfrutadas cuando se busquen. Eso sí: aquel disfrute de las fotos de papel, aquel pasar de página en página recorriendo recuerdos, aquellos anaqueles o cajones llenos de fotos de la vida da la sensación de que se han ido para no volver. La tarea de cada uno será encargarse de seguir conservando sus memorias. Aunque sean convertidas en *terabytes*. 

EXPLOTACIÓN SUSTENTABLE EN LAS YUNGAS

Cómo convive esta ecorregión de alta biodiversidad con las comunidades y los emprendimientos productivos que son vitales para el desarrollo de la población.

POR DENISE DESTÉFANO

Hay quienes piensan que el medioambiente y la producción son mutuamente excluyentes, que hay pocos que estén dispuestos a realizar actividades productivas a gran escala y tomar los recaudos necesarios para no impactar negativamente en la naturaleza. Pero en este nuevo siglo, el enfoque tradicional está empezando a ser superado por uno más conciliador que integra biodiversidad y progreso.

En la zona del noroeste argentino se encuentran las yungas, una ecorregión de selvas subtropicales de montaña ubicadas entre la frontera de Bolivia y el límite entre Tucumán y Catamarca. Son unos tres millones de hectáreas con 200 especies de árboles, más de 100 especies de mamíferos y 500 de aves. Es uno de los últimos refugios para el yaguareté, que tiene menos de 250 ejemplares en nuestro territorio, según Greenpeace. Pero también aloja, entre otros, al tapir, el pecarí de collar, el hurón mayor, el zorro y la corzuela, que viven en medio de cedros, nogales, lapachos y quinas que conforman una vegetación densa y húmeda.

“Es la selva más grande que tiene la Argentina, tres veces más que la selva misionera”, explica a *Convivimos* Alejandro Brown, presidente de Fundación Proyungas, y agrega que “es un lugar de alta biodiversidad, al igual que la selva misionera. Entre las dos abarcan un poco más del 2 por ciento de las selvas del país, pero tienen más del 50 por ciento de las plantas y los animales de la Argentina”.

Esta ecorregión cuenta, por un lado, con una zona más plana, transformada históricamente con actividades agropecuarias, principalmente para cultivo de caña y después para cítricos y soja, donde está ubicada la población; y, por otro lado, con la montaña, entre los 700 y los 2500 metros sobre el nivel del mar, con poca población, que está en muy buen estado de

conservación y es fundamental para la provisión de agua.

El valor de las yungas no es solamente la riqueza de su biodiversidad, sino además los recursos económicos que de ella se obtienen, como el forestal: son valiosas proveedoras de madera de alta calidad, una actividad fundamental para la región.

“Esta ecorregión tiene mucho para mostrar en términos del vínculo entre las actividades productivas y la preservación del entorno ambiental. Es un mensaje positivo, pero también de compromiso por parte del propio sector productivo”, expresa Brown.

PRODUCTIVO Y PROTEGIDO

Fundación Proyungas surgió en 1999 de un núcleo técnico de personas que se dedicaban a investigar la región y consideraban que era necesario protegerla, siguiendo la idea de que las actividades humanas pueden coexistir armoniosamente con la naturaleza. La fundación, que tiene presencia en Salta, Jujuy y Tucumán, busca establecer un nexo entre los actores de un territorio para que se involucren activamente en la gestión sustentable del ambiente que comparten.

“Eso es lo que desde Proyungas llamamos ‘paisajes productivos protegidos’: espacios dedicados a la actividad productiva, pero que tienen acciones de conservación promovidas por la propia actividad”, señala Brown.

Este programa aplica un modelo de gestión que contribuye a la conservación de la zona en el largo plazo mediante la planificación territorial, la mejora continua del desempeño ambiental de la actividad productiva, el monitoreo de biodiversidad, una buena comunicación interna y externa, y la consolidación de alianzas con distintos grupos de la comunidad. Por citar algunos casos, Proyungas trabaja hoy con Ledesma en Jujuy, el ingenio azucarero San Martín del Tabacal en Salta y algunas



Foto: Gentileza Proyungas.

citricolas en Tucumán.

Pero además acompaña a los gobiernos provinciales en ordenamientos territoriales vinculados a la Ley de Bosques y en la protección de áreas críticas como La Florida, en Tucumán, y la Reserva Potrero de Yala, en Jujuy, y colaboró con el gobierno de Salta en la creación de dos áreas protegidas de yungas, como la Reserva del Nogalar de Los Toldos y el Parque Provincial Laguna de Pintascayo, en Orán.

EL PRIMERO DE SUDAMÉRICA

En esta ecorregión se encuentra el río San Francisco, la principal corriente de agua de la provincia de Jujuy y el afluente de mayor caudal del río Bermejo. Proyungas está impulsando, junto con el Ministerio de Ambiente provincial y otras organizaciones, la conservación de una franja de 130 kilómetros de largo, hasta la frontera con Salta, y 1500 metros a cada lado del río en lo que sería el primer paisaje protegido fluvial de Sudamérica, con una superficie de 23.000 hectáreas.

“Nos pareció fuerte poder vincular una actividad productiva, como la cañera, con una idea de preservación. Ya lo veníamos trabajando, pero ahora podíamos hacer algo más regional con muchos productores, con los municipios y con la provincia en un esfuerzo conjunto, y mostrar también la fuerza que tie-

PATRIMONIO FLUVIAL


Una de las grandes riquezas que poseen las yungas es su valor hídrico. En esta región las cuencas del noroeste de la Argentina nacen o incrementan su caudal significativamente cuando la selva descarga el agua que recibe de las lluvias en los ríos y arroyos que confluyen en el río Bermejo, que a su vez desemboca en el río Paraguay. Según Proyungas, más de dos millones de personas dependen del agua que se acumula en las yungas durante la época de lluvias.

ne cuando los gobiernos están dispuestos o lideran un trabajo conjunto con el sector privado”, declara Brown.

Proyungas presentó el proyecto al gobierno de Jujuy, ya realizó un primer taller con los productores y otras partes interesadas, y proyecta formalizar la creación de este espacio en breve. “Aspiramos a que muchos más ríos en la Argentina en un

futuro sean conservados”, asegura Brown.

Entre otras actividades, la fundación también realiza programas de monitoreo usando máquinas fotográficas con sensores de calor y movimiento, las “trampas cámara”, lo que permite, analizando la frecuencia con que aparecen los animales, evaluar el estado de esa población.

En este diálogo entre producción y ambiente es fundamental la participación de las comunidades que viven de ese trabajo que la industria genera. En este sentido, Proyungas se involucra con la producción de frutas y de miel en Los Toldos, y con el desarrollo turístico en el Valle Grande jujeño. También posee un sello de certificación verde para productos y servicios que son generados en las yungas, “Productoyungas”, que hoy se aplica en miel, dulces, salsas de ají picante y bienes industriales como el papel, el azúcar y los cítricos. 

CRINES AL VIENTO

Durante un viaje al interior profundo de la provincia de Buenos Aires, las imágenes poderosas de caballos criollos con libertad de movimiento para desplazarse hablan por sí solas de estos protagonistas absolutos de la llanura.

FOTOS NICO PÉREZ TEXTO ARIEL HENDLER

Los caballos al galope en pleno campo al amanecer, en el momento justo en que el sol se asoma y su luz es apenas un filo de claridad que recorta las siluetas en movimiento contra el horizonte, es quizás uno de los espectáculos más impactantes que puede ofrecer la pampa infinita. A la maravilla del lugar y la hora se le agrega la sensación de libertad que los equinos transmiten con su cabalgar por la llanura y al desnudo, sin monturas, riendas ni cabezada.

Se trata de nuestro caballo criollo, que bajó de los barcos españoles hace seis siglos en el Río de la Plata y todavía soporta bien el esfuerzo y el clima, aunque, según se dice, no podría competir en estampa ni estatura con otras razas ecuestres. El mismo caballo que sobrevivió a todas las guerras, cacerías y epidemias —a diferencia de los “paleocaballos” autóctonos, exterminados muchos siglos atrás por un hombre prehistórico americano que desconoció su utilidad y su disfrute—.

Sin embargo, la caballada silvestre, a pesar del frenesí de libertad que transmite al galopar, se atiene a leyes muy estrictas.

Quien estudió las complejidades de su vida gregaria fue, entre otros, el hacendado y escritor de origen francés Emilio Daireaux, afincado a fines del siglo XIX en la pampa bonaerense. Este autor explicó que la manada siempre es comandada por un “caballo padrillo”, que suele expulsar “por celos” a los potros (machos jóvenes) cuando llegan a la pubertad y obligarlos a unirse a una “tropilla”, liderada por una “yegua madrina”. Más tarde, de la manada surgen los corceles, que el hombre destinará “al arreo, junto a los reseros”, mientras que de la tropilla “se eligen los caballos para servicio”.

También las obras maestras de la literatura gauchesca se interesaron por la suerte de estos animales, y hasta denunciaron el destrato al que los sometían los humanos. En el *Martín Fierro*, José Hernández describe en verso la privación de su libertad: “Y allí el gaucho inteligente / en cuanto el potro enriendó / los cueros le acomodó / y se le sentó en seguida / que el hombre muestra en la vida / la astucia que Dios le dio”.

A su vez, don Segundo Sombra, en la novela homónima de Ricardo Güiraldes, se compadece con buenos motivos de su propio corcel: “¿Qué va a hacer el pobre con tal desgracia en el lomo?”. Y a la pregunta obvia (“¿cuál desgracia?”), responde señalándose el pecho: “Un servidor...”.

Así que mejor disfrutar las imágenes y soñar con esa libertad que jamás dejará de ser una aspiración legítima, tanto para ellos como para nosotros. **■**









NICOLÁS PÉREZ



“Con mis fotos intento hacerle justicia a la naturaleza. Inspirar a las personas a tomar acciones para asegurar que los ambientes naturales y la vida salvaje persistan”. Apasionado de la naturaleza desde la infancia, Nicolás Pérez es fotógrafo y artista visual. Nació en Buenos Aires (Argentina) y se recibió en la Escuela de Arte Fotográfico (EDAF) en 1997. Se dedica a la fotografía desde hace más de 20 años, mayormente en el campo editorial y publicitario.





TIERRA DEL FUEGO UNA BELLEZA ABRUMADORA

La provincia más austral de la Argentina se ofrece todo el año como una alternativa extraordinaria para el turismo, con sus paisajes increíbles y su naturaleza desbordante. Ushuaia, Río Grande, Tolhuin, las múltiples islas y la puerta que se abre a la Antártida. El fin del mundo resulta conmovedor e inigualable.

POR RICARDO GOTTA

Los lagos fueguinos ofrecen un paisaje distinto cada época del año. Todos deslumbran, sin excepción.

El estrecho de Magallanes y el fuego. El silencio salvaje y el mar. Una calma conmovedora y el viento que lo arrasa todo. El verde rabioso de la naturaleza, el blanco ennegrecido de la nieve, las formas indescifrables y multicolores de los extremos finales de los macizos cordilleranos. El intrincado misterio de la distancia, del sur profundo, de una isla que comparten Argentina y Chile, con un límite que parece dibujado con un hachazo.

Ushuaia, la capital; Río Grande, la ciudad más poblada; la moderna Tolhuin, que significa “corazón”; y, en semejante lejanía, los tan próximos mil kilómetros que la separan de la península Antártica. Cómo obviar el inigualable canal de Beagle, que atrapa toda la historia, los conflictos, que une con su fiereza a los océanos Atlántico y Pacífico, y que a la vez cobija una fauna increíble y única, junto a insuperables tesoros subacuáticos. La isla Grande y la de los Estados. La Navarino, las Malvinas y sus vecinas del Atlántico sur. El faro Les Éclaireurs y el del Fin del Mundo. El extremo sur de la interminable mítica ruta 40, una región que supera la imaginación, la prolongada sucesión de parajes, los rincones, los firmamentos, los paisajes más asombrosos y encantadores. Una particular geografía, con predominio de montañas, valles y lagos.

Y los incomparables sabores fueguinos. La noche más larga en invierno, el día con más horas en verano. Una tierra de infinitas leyendas y de una belleza natural que estremece. El fin del mundo.

Todo eso y muchísimo más en tan solo una de las 23 provincias argentinas, la más austral, Tierra del Fuego.

Para reconocerla a fondo se puede empezar por visitar Río Grande, una ciudad ubicada al noreste, a solo 83 kilómetros del paso fronterizo San Sebastián. Tiene la fama de que en sus surcos de agua se pueden pescar inigualables ejemplares –por tamaño y por calidad– de trucha marrón, trucha arcoíris y salmones. Además, se impone allí una visita a la Misión Salesiana Nuestra Señora de la Candelaria, cuya fundación se remonta a 1893 y que refleja la génesis del lugar, sus antecedentes europeos que entran en contacto con los de los originarios de la etnia selknam. La Estancia María Behety es otro sitio muy particular, a 15 kilóme-

tros de la ciudad, que fundó en 1897 don José Menéndez, el “Rey de la Patagonia”. Fue un emprendimiento ganadero que con el tiempo se convirtió en un pueblo en miniatura, en medio de la estepa, con 40 kilómetros de costa sobre el río. Unos 80 kilómetros al norte, por la RN 3, ya en la Reserva Costa Atlántica, se encuentra la bahía San Sebastián, una de las mayores concentraciones de aves del neotrópico: la becasa de mar y el playero rojizo son las más destacadas.

El siguiente paso necesario es Tolhuin, un centenar de kilómetros de Ushuaia y otro tanto de Río Grande. Y a la misma distancia de Chile, hacia donde desemboca el lago Fagnano, en cuya cabecera se asienta esta ciudad que tiene en sus alrededores las reservas provinciales Corazón de la Isla, Laguna Negra y Río Valdez. Al recorrer sus calles sinuosas se percibe la arquitectura típica realizada en madera de lenga. Distintos espacios verdes son característicos: la Plaza Cívica y la Plazoleta Héroes de Malvinas. Claro que los conocedores de la región aseguran que son inigualables las caminatas y cabalgatas que pueden encararse en un entorno de bosques, lagunas, cerros y ríos, todos de una excepcional belleza.

El siguiente paso será, entonces, la ciudad más austral...

EL SUR TAMBIÉN EXISTE

Parece colgada del último tramo de la cordillera de los Andes, surcada por la latitud 54° sur. Ushuaia se encuentra a 4987 kilómetros de La Quiaca: los extremos de un país, unidos por la RN 40.

La baña el estrecho canal Beagle, que en voz nativa recibe el nombre de *Onashaga*, y en lengua yámana significa “bahía mirando al poniente”. Se la suele reconocer desde el aire, toda vez que su Aeropuerto Internacional Malvinas Argentinas está pegado a la bahía. De sus orígenes como puesto militar y carcelario devino en un centro turístico de jerarquía internacional. Cada 12 de octubre celebran que en 1884 se creara la Subprefectura Naval de Ushuaia, en una zona que habitaban 300 misioneros anglicanos de la South American Missionary Society:



todos los años, una marcha de antorchas baja por el monte Martial, como mirando hacia los picos, que como los dedos de una mano le dan el nombre al majestuoso monte Cinco Hermanos. En el vértice del triángulo, en la boca del canal, el faro Les Éclaireurs, construido en 1920 con una altura de 11 metros, se erige en un islote, entre piedras y brillosos lobos marinos. Muy cerca sobrevuelan cormoranes, petreles, gaviotas australes, gaviotines y *skúas*, entre las islas de los Pájaros y la de los Lobos, y los restos del crucero Monte Cervantes, hundido en la zona en 1930. Al este, hacia la isla Martillo, muy cerca de la Estancia Harberton, el espectáculo lo dan las colonias de pingüinos magallánicos. Los cruces a Puerto Williams representan un modo diferente de admirar el canal.

Es indispensable, de igual modo, realizar un circuito por el Parque Nacional



La Isla de los Lobos. Las excursiones en barco son propicias para aproximarse, con una condición: hacerlo con respeto, en silencio y admirando la fauna y la naturaleza.

La noche más larga
en invierno, el día con
más horas en verano.
Una tierra de infinitas
leyendas.

Tierra del Fuego, el único del país situado entre las montañas y el mar. Uno de sus vértices se acuesta en la costa suroeste del Beagle, a 12 kilómetros de la ciudad. Se trata de una reserva austral de especies autóctonas (zorro colorado) y aves (pato vapor austral, cauquén marino, albatros ceja negra, caranca, zorzal patagónico y carpintero gigante) que habitan un tupido bosque de canelos, guindos, ñires y lengas: es infinita la gama de tonos que surgen cada otoño. Contiene al lago Roca: por su margen derecha se arriba al Hito 24, que marca el límite territorial con Chile. La bahía Lapataia resume todos los atributos paisajistas de una región espectacular para practicar senderismo o *trekking*, así como canotaje. El mirador Cabo San Pablo, el sendero Glaciar Vinciguerra, el del Filo o el de la Nuca, el cerro Guanaco, la cascada Beban, los de las lagunas Esmeralda, Fiel o del submarino,

o el de punta Popper son solo algunos sitios que contienen muchísimos senderos, a cual más maravilloso, todos con paisajes deslumbrantes. Otro lugar muy particular es Puerto Almanza, un pequeño poblado de pescadores ubicado sobre la costa este del canal.

Claro que Ushuaia es la Capital Nacional del Esquí de Fondo, por lo que el más tradicional de los atractivos turísticos lo representan sus afamados centros, con sus pistas naturales generadas sobre turberas. Por ejemplo, el complejo Villa Las Cotorras, la Escuela de Esquí Ushuaia, el Haruwen, el Nunatak, el Llanos del Castor, el Tierra Mayor y el Valle Hermoso. Todos de primerísimo nivel. Aunque el más afamado, el más austral del planeta, el mejor equipado técnicamente de Sudamérica, el de altísima calidad de su nieve dada la orientación de la ladera sur de la montaña es Cerro Castor. Ubi-



Dos de las muchas atracciones en Ushuaia. A la izquierda, la isla del faro Les Éclaireurs (no confundir con el del Fin del Mundo); a la derecha, las excursiones en trineos impulsados por perros.

cado en el paralelo 54, a 26 kilómetros de la ciudad por la RN 3, es un inmejorable centro para esquí, *snowboard*, esquís de fondo, *ski fox*, *snowblade* y raquetas. En uno o en otro punto se pueden desarrollar otras muy particulares actividades como caminatas con raquetas sobre la nieve profunda, o circuitos en motos de nieve, ATV o cuatriciclos. Pero nada más excéntrico que los paseos en trineos tirados por perros, travesías que se realizan por los turbales y bosques.


La ciudad en sí es muy particular y ofrece sitios históricos de gran atractivo turístico. En el Museo del Fin del Mundo se recorre la historia local y la provincial: la vida de sus pueblos originarios, las primeras expediciones europeas y diversos restos arqueológicos. Otros centros de exposiciones históricas son el Museo de la Ciudad, el Casa Beban (en la vivienda originaria de don Fortunato Beban), el Museo Yámana (dedicado íntegramente a la vida de los aborígenes nativos) y la Galería Temática Historia Fueguina.

Pero, sin dudas, el sitio más emblemático es la estremecedora Cárcel del Fin del Mundo, por la que desde principios del siglo XX pasaron presos políticos y los delincuentes más peligrosos, como el tristemente célebre "Petiso Orejudo". Eran

enviados allí por sus condiciones extremas e inhumanas de aislamiento. En 1942 había 540 presidiarios cuando el propio director, Roberto Pettinato (padre), le solicitó al presidente Juan Domingo Perón que la cerrara. Así fue. Con el tiempo, sus cinco pabellones fueron convertidos en un museo, muy visitado, al encontrarse tan cerca del centro de la ciudad. En uno de sus brazos funciona el Museo de Arte Marino. Hay teatralizaciones con vestimentas similares a las de los propios presidiarios. La visita se puede combinar con el recorrido del tren que trasladaba a los presos, también especialmente acondicionado y remozado, que permite observar la inclemencia del terreno y las condiciones infrahumanas en que desarrollaban esos menesteres. La estación se encuentra remodelada y en las afueras de la ciudad.

Solo cinco ciudades son reconocidas como "puertas de acceso" a la Antártida, y es Ushuaia la que cuenta con la infraestructura indicada para recibir a grandes cruceros y buques de expedición, por lo que se la considera la "Capital Internacional del Turismo Antártico". Entre noviembre y abril, la temporada en que se puede incursionar en el continente blanco, miles de turistas llegan para dar ese salto al asombro infinito.

Desde los más recónditos rincones del planeta arriban los aventureros que se animan a deslizarse por el pasaje Drake, atravesar sus aguas inquietas, deleitarse con la compañía del pingüino emperador y zambullirse en la máxima aventura de reconocer esos hielos profundos. Y para completar la experiencia de modo ideal se recomienda probar la comida regional de montaña y no privarse de degustar las infinitas versiones de cervezas artesanales de sabores incomparables.

Dicen, también, que en el fin del mundo se inician las sensaciones más placenteras. 

redaccion@convivimos.com.ar



La preciosa vista de Ushuaia a la vera del canal Beagle. Al fondo, el imponente Monte Martial: cada 12 de octubre bajan por sus senderos cientos de esquiadores con antorchas. Una experiencia extraordinaria.

DATOS ÚTILES

CÓMO LLEGAR

En auto: Distancia entre Ushuaia-Buenos Aires: 3065 km. Se puede ingresar en auto por la RN 3: nace en la CABA, corre paralela a la costa atlántica y finaliza en la bahía Lapataia. Para llegar se debe cruzar en *ferry* el estrecho de Magallanes y transitar por Chile. En avión: Es la forma más utilizada. El Aeropuerto Internacional Malvinas Argentinas, de Ushuaia, se encuentra a 5 kilómetros del centro. En barco: Al puerto, ubicado en la bahía, en la zona norte del canal, arriban buques de transporte navales, barcos comerciales, turísticos y científicos, como así cruceros y otras embarcaciones que visitan la ciudad.

Se suele llegar a Ushuaia para luego ir a la Antártida o a las islas Malvinas, entre otros destinos. También es un clásico el circuito que incluye a Ushuaia y El Calafate, en la provincia de Santa Cruz.

CENTOLLAS Y MUCHO MÁS

De primerísimo nivel es la oferta gastronómica. Los productos típicos

de la zona son la centolla, mariscos, la merluza negra, el cordero fueguino, la cerveza artesanal, los deliciosos chocolates o los téis, dulces y helados con sabores de los frutos del bosque. Una de las claves es transitar la principal avenida de la ciudad, la San Martín, y elegir uno de los muchos locales gastronómicos que ofrecen sus delicias.

EL PASADO CERCANO

En el poblado de Puerto Williams, el turista se puede enfrentar a la Ushuaia de mitad del siglo XX. Claro que para tener esa diferente perspectiva de Tierra del Fuego se debe transitar por las muy atractivas islas chilenas que contienen esas pequeñas poblaciones.

FRÍO Y HÚMEDO

Según la época del año, tiene características de clima frío y húmedo, con una amplitud térmica anual baja (7,5 °C), con una media anual de 5,6 °C. Las precipitaciones son uniformes y de baja intensidad durante todas las estaciones (200 días al año).

LOS CAUQUENES

Con una gama muy alta de alojamiento, Ushuaia está preparada especialmente para brindar el confort que requieren los turistas. Por ejemplo, Los Cauquenes Resort + Spa, ubicado a orillas del canal Beagle, ofrece diferentes alternativas para "vivir una experiencia única: turismo activo y de aventura, gastronomía, tratamientos de spa y bienestar, piscina *in-out* y un entorno natural inigualable". Es uno de los lugares imperdibles, un hotel que cuenta con las mayores comodidades, instalado en un predio rodeado de un bosque de ñires, lengas, guindos y hayas. Se trata de una construcción elegante, amplia, con habitaciones comodísimas y la más completa gama de servicios: por ejemplo, cocina *gourmet* europea y platos patagónicos en un restaurante con vista al Beagle, o un *wine bar* informal y confortable donde se "puede degustar más de 90 selectas etiquetas maridadas con pequeños platos *gourmet*".



FABIÁN ZITTA

DISEÑOS, DE

RIGOR QUIRÚRGICO

El diseñador y médico oriundo de Corrientes se reinventó durante la pandemia con prácticas más sustentables y nuevos proyectos creativos.

POR CATA GRELONI PIERRI FOTO PATO PÉREZ

Norman Foster decía que tu universo creativo es como una célula con un núcleo donde reside tu identidad. Después hay un citoplasma, que también tiene otras sustancias y pertenece a otros universos, y finalmente el resto de los elementos, donde viven las fuentes de inspiración”, comenta Fabián Zitta desde el primer piso de su tienda en la avenida Quintana, en el barrio de Recoleta, en la ciudad de Buenos Aires. El diseñador y anesthesiólogo, que se mudó de Corrientes a la capital para estudiar Medicina en la Universidad de Buenos Aires a los 18 años, da su definición de la identidad de un diseñador, en las palabras del arquitecto británico que homenajeó en su última colección de invierno, presentada en medio de la pandemia por el coronavirus.

Las características que residen en el núcleo de la célula creativa de Zitta tienen que ver con la rigurosidad de las líneas, los recortes geométricos, los plisados y los materiales nobles. Además, con una experimentación de calados láser en cuero y una paleta de color distintiva que varía cada temporada, pero que combina tonos desaturados, empolvados y suaves, como rosados, grises, *nudes* y pasteles, que se conjugan con otros estridentes como verdes lima y esmeralda, rojos y fucsias, y también azules cobalto. Estas cualidades

saltan a la luz al ver las creaciones del correntino de 54 años que fue jurado del *reality* televisivo *Corte y confección* y combina sus días entre los quirófanos, fríos y asépticos, y su atelier de dos pisos, donde viven vestidos de seda con recortes de organza plisada, sacos *smocking* plateados y monoprendas livianas en cuero de oveja.

Este año, el diseñador que viste a *celebrities* como Pampita, Valeria Mazza y Flor de la V cumple 20 años en la moda junto a su pareja y socio Charly Fonseca, y lo festeja desde el hacer, sumando nuevos complementos: una colección *resort* de alto verano con la que se presentó en la última edición del ciclo de desfiles Designers Buenos Aires, una línea de accesorios que se suman a su primera creación, la cartera Bárbara –hecha por artesanos argentinos y llamada así en honor a su primera gata– y nuevos servicios de interiorismo.

¿Cómo encontraste tu camino en la moda?

Empecé como un *hobby* para los tiempos libres por fuera del quirófano, intuitivamente y sin mucho conocimiento. De forma particular, estudié con Norma Bertol, que estuvo trabajando más de 20 años entre Chanel y Sonia Rykiel, y después vino a vivir a Buenos Aires. Ella me enseñó todo lo que sé, desde historia de la moda y sociología del vestir, y todavía sigue siendo mi mentora y hace la curaduría de cada colección mía



DE LA FIBRA TEXTIL A LA CAPILAR

Además de crear sastrería rigurosa, geométrica y futurista o vestidos vaporosos, el diseñador fue elegido este invierno por Hairssime, la compañía argentina de cosmética capilar, que lo llamó como director creativo de la campaña Ssime Cálidos, su línea de coloración de temporada que incorpora tonos dorados a su paleta de pigmentos. El litoraleño intervino desde el estilismo (aires retro de los años 40 y 60) y creando piezas exclusivas para la producción fotográfica, bajo el lente de Florencia Cisneros. "Es la primera vez que hago una alianza con una marca, y me interesó mucho que fuera argentina y trabajara la amplitud cromática como yo lo hago", dice Zitta.

para lograr un buen equilibrio entre los recursos, la materialidad, la silueta y la paleta de color de cada temporada.

¿Qué hábitos modificaste por la pandemia?


Primero, nos dio tiempo para bajarnos de la vorágine del diseño de colecciones y la creación de campañas, y repensar nuestra empresa, que es una pequeña pyme que prioriza la relación directa con las clientas. Luego, el aislamiento nos forzó a ser más creativos, modificar hábitos de trabajo y reciclar telas que teníamos en *stock*. Siempre diseñé sobre telas nuevas y empecé a tomar un camino más sustentable, a leer y ver documentales acerca de quién está detrás de la construcción de tu producto de lujo, y eso hizo que además redujera la cantidad de prendas de cada temporada, de 170 a 95 artículos, donde hay solo uno o dos por diseño. Con esta filosofía, armamos pequeñas cápsulas con una inspiración puntual. Nuestras clientas, que son fidelizadas y a quienes conozco mucho, entendieron el concepto y las prendas se vendieron bien.

¿Cómo fue la experiencia de ser jurado del programa Corte y confección?

Si bien me interesa más el prestigio que la fama, me pareció un lindo desafío estar en los medios, pero no me sedujo la fama. Mi primera carrera es la Medicina,

y el diseño lo hago porque me apasiona, no porque me interese tener horas de televisión. El lado positivo que tuvo mi paso por el programa fue que me conectó con clientas del interior del país que tal vez no me conocían por ser un diseñador instalado en Buenos Aires.

Pampita es casi una embajadora de tu marca. ¿Cuándo empezaste a vestirla?

La primera vez que la vestí personalmente fue una casualidad. Estábamos en una inmobiliaria en Uruguay, a la espera de la entrega de las casas que habíamos alquilado para el verano, y nos presentamos. Me preguntó si había traído vestidos para la temporada y le mostré los diseños que tenía en el baúl, de los cuales eligió varios, y uno lo usó esa misma noche para una fiesta importante. A partir de ese día, hace más de diez años, la empecé a vestir para eventos personales cruciales y otros sociales. Es una mujer de códigos, segura y profesional. Además, me ayudó mucho vestirla el año pasado para *Showmatch* para tener vidriera durante la pandemia, en medio de un año muy difícil para la industria textil argentina. Cualquier cosa que ella se pone se vende mucho, y siempre se relaciona con buenos estilistas que le aportan un *look* moderno y con sello propio. 

CÓMPLICES DE ESTILO

Romina Giardina y Julieta Castro son dos *influencers* que además de compartir su amor por la moda también están unidas por el vínculo más hermoso: son madre e hija. Juntas proponen conjuntos versátiles, prendas con morfologías originales y accesorios con mucha personalidad.

FOTOS PATO PÉREZ
ESTILISMO SOFÍA PÉREZ Y SANTÍA





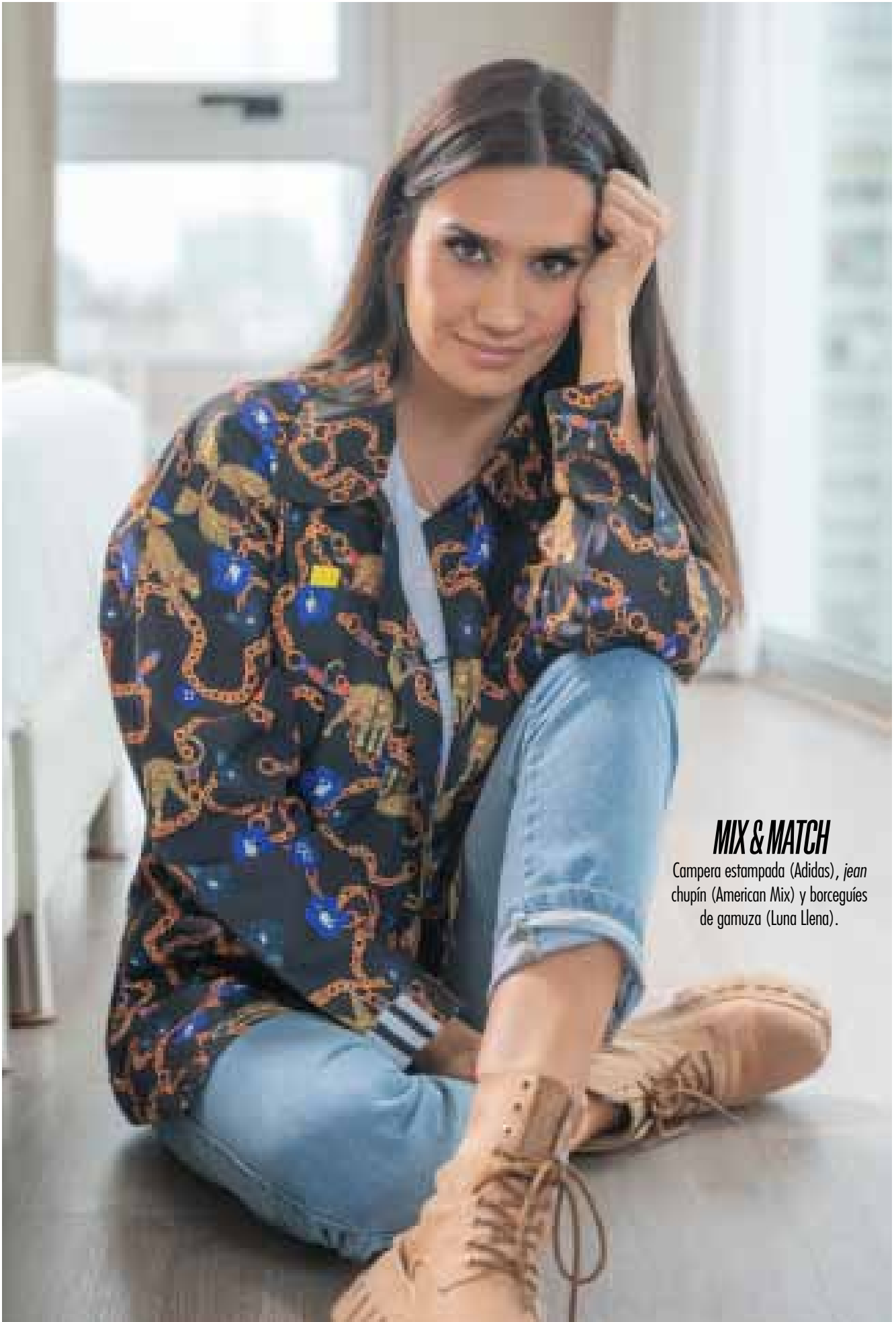
EN SINTONÍA

JULI: *Blazer* y falda de lino (American Mix), y texanas de cuero (Valentino di Zavatti).
MOMI: *Campera* y *short* con tablas (Furzai), y texanas de gamuza (Valentino di Zavatti).



FRESCA SENSUALIDAD

Blazer de lino y pantalón Oxford (Swa-mi), top con frunce (47 Street), zapatillas de cuero (Perramus) y pulseras (Lolas Complementos).



MIX & MATCH

Campera estampada (Adidas), jean chupín (American Mix) y botegués de gamuza (Luna Llena).

GUERRA DE ESTILOS

JULI: Conjunto de top y leggings estampadas (Puma), y camisa escocesa (47 Street).

MOMI: Blazer sastrero (Bendita Conjura) y pantalón deportivo (Puma).





ELEGANTE *SPORT*

Mono de lino (Bendita Conjura),
txananas de cuero (Valentino di Zavatti),
anteojos de sol (Orbital) y collar con
piedra (Lolas Complementos).



DEPORTE CHIC

Set de campera y *short* estampado (Furzai), zapatillas de cuero (Adidas), anteojos de sol (Orbital) y aros (Lolas Complementos).

¡A CELEBRAR!

JULI: Blazer y short de lúrex (47 Street), y texanas de cuero (Valentino di Zavatti).
MOMI: Buzo y maxipantalón de lentejuelas (Adidas), y botas de cuero (Paruolo).

Agradecemos a:
Hotel Dazzler Polo
(dazzlerpolo.com,
www.instagram.com/dazzlerpolo/) por la locación
Julieta Castro: @juli.castro
Romina Giardina: @momigiardina

Direcciones:
47 Street: www.47street.com.ar.
Adidas: www.adidas.com.ar.
American Mix: www.americanmix.shop.
Bendita Conjura: benditaconjura.com.ar.
Furzai: www.furzai.com.ar.
Lolas Complementos: www.instagram.com/lolascomplementos.oficial.
Luna Llena: www.instagram.com/lunallena.shoes.
Orbital: www.tiendaorbital.com.ar.
Paruolo: www.paruolo.com.ar.
Perramus: perramus.com.ar.
Puma: www.instagram.com/pumaargentina.
Swa-mi: swa-mi.com.ar.
Valentino di Zavatti: www.valentinodizavatti.com.ar.

Síndrome de ojo seco

Una especialista describe qué es y cómo debe tratarse esta condición que afecta a gran cantidad de personas y que aumenta día a día por el uso de las pantallas.

Por Alejandra Clutterbuck

El ojo seco es una condición crónica multifactorial de la superficie ocular. Se debe a una deficiencia o a una evaporación excesiva de las lágrimas, lo que provoca una mala lubricación de dicha superficie”, explica la doctora Lorena Di Nisio, médica oftalmóloga especialista en vía lagrimal y órbita (www.lorenadinisio.com). La función de la lágrima es la de lubricar y nutrir la superficie ocular. Por eso, cuando pierde calidad, el parpadeo deja de ser suave y ocasiona daños en la vista. Así, actividades como leer, escribir y utilizar dispositivos electrónicos se tornan muy molestas. Algunos síntomas son: sensación de cuerpo extraño o arenilla, lagrimeo excesivo, dolor ocular, inflamación, sensibilidad a la luz y picazón. “En caso de tener síntomas, la consulta debe hacerse lo antes posible. Esto permite iniciar el tratamiento adecuado y evitar la progresión a formas más severas, como la queratitis o la úlcera de córnea”, sostiene Di Nisio.

DIAGNÓSTICO

El síndrome de ojo seco puede ser acuodeficiente o evaporativo. “El primero es aquel en el que la producción de lágrima es menor a lo normal, mientras que en el segundo caso la lágrima se evapora más rápido de lo habitual por una alteración en su calidad. El grupo evaporativo es el más frecuente y se registra en el 80 por ciento de los casos”, explica Di Nisio. Los estudios utilizados para detectar el ojo seco son las tinciones con colorantes vitales –tiñen la conjuntiva que no está cubierta de manera adecuada por la capa de mucina– y el tiempo de ruptura lagrimal (BUT) –muestra el grado de evaporación de la lágrima y su calidad–.



TRATAMIENTOS

Existen variados tratamientos en función del tipo de ojo seco que se padezca. Los más sencillos consisten en utilizar humidificadores, evitar el humo del cigarrillo, reducir la exposición a las pantallas y usar lágrimas artificiales y ungüentos sin conservantes. Para el ojo seco evaporativo se recomienda la aplicación de compresas tibias. Las gotas con antibióticos, antiinflamatorios o inmunomoduladores se aplican en aquellos casos que no mejoran con los tratamientos mencionados. Di Nisio explica que también existen tratamientos en el consultorio con muy buenos resultados, como las almohadillas de calor, la expresión mecánica de las glándulas de meibomio y la luz pulsada intensa (IPL). La cirugía ocular es una última instancia que se utiliza para el tratamiento de los problemas que el ojo seco puede generar. ■

FACTORES PREDISPONENTES

Existen algunos factores que favorecen el ojo seco. Entre ellos se encuentran los cambios hormonales, la edad avanzada, el consumo de medicamentos, el uso de lentes de contacto, la cirugía ocular, los ambientes secos y el déficit de vitaminas. Una dieta rica en vitaminas puede favorecer el buen funcionamiento ocular. Las hortalizas y frutas recomendadas son:

- Cebolla. Aporta vitamina A, C y quercetina, que previene las cataratas.
- Verduras naranjas, amarillas y rojas. Tienen vitamina A, que ayuda al funcionamiento de la retina y previene las cataratas.
- Arándanos. Sus flavonoides previenen el envejecimiento de las células oculares.
- Espinaca. Contiene antioxidantes.
- Brócoli. Aporta altas dosis de vitamina C.
- Almendras. Tienen vitamina E.

¡Hoy necesitamos tu ayuda!



Somos **VASO**. Hace 17 años decidimos acompañar a la infancia de Córdoba para nutrir el futuro de quienes menos tienen. Nos ocupamos de intervenir en situaciones de déficit nutricional infantil, realizando acciones positivas, de forma profesional e interdisciplinaria, para que los sectores más vulnerados adquieran herramientas útiles que permitan alcanzar el sueño de una niñez cordobesa completamente nutrida.

DONANDO

\$500

POR
MES

=



Podés ayudar a cubrir la ración de leche de quienes más nos necesitan

¡Ayudanos a llenar el **VASO!**

Código QR

donaciones@vasodeleche.org

Seguinos en redes

[@vaso.cba](https://www.instagram.com/vaso.cba)

www.vasodeleche.org





CHEESECAKE, DE MARACUYÁ

POR
SANTIAGO
GIORGINI



Fotos Fernando Giampieri (Estudio Migone)



CHEESECAKE DE MARACUYÁ

8 PORCIONES 30 MIN PREPARACIÓN 50 MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

Base:

150 g de galletitas de vainilla
75 g de manteca

Relleno:

750 g de queso crema
150 g de azúcar
20 g de almidón de maíz
Jugo de 1 limón
2 huevos
1 cucharadita de esencia de vainilla
180 cc de crema de leche

Relleno de maracuyá:

100 g de pulpa de maracuyá (sin semillas)
2 yemas
1 huevo
100 g de azúcar
75 g de manteca

Cubierta o salsa para acompañar:

Pulpa de 2 maracuyás
Azúcar: la mitad del peso de la pulpa

PREPARACIÓN:

Para hacer la base:

Triturar las galletitas y mezclar con la manteca fundida.

Cubrir la base de un molde desmontable de 22 cm de diámetro, o una cintura con papel aluminio, con las galletitas. Presionar bien para que quede compacta. Reservar en frío.

Para hacer el relleno de maracuyá: Mezclar en un recipiente las yemas, el huevo, el azúcar y la pulpa de maracuyá. Llevar a baño María y mezclar continuamente con un batidor hasta que espese. Retirar, pasar a otro recipiente y añadir la manteca fría y en cubitos, mezclar para integrar. Tapar con film en contacto y reservar.

Para el relleno de queso:

Mezclar el queso crema (dejarlo un rato a temperatura ambiente para que sea más fácil) con el azúcar hasta que se disuelva. Agregar los huevos, la esencia de vainilla y el almidón disuelto en el jugo de limón. Por último, incorporar la crema.

Volcar esta preparación en el molde, sobre la base de galletitas.



Colocar por encima, de a cucharadas, el relleno de maracuyá, y luego con una cuchara mezclar levemente para hacer un marmolado.

Hornear a 150° por aproximadamente 50 minutos (bordes firmes, pero centro punto flan).

Para hacer la cubierta:

Calentar la pulpa con el azúcar hasta

que espese (punto mermelada).

Una vez frío, desmoldar el *cheesecake* y cubrir con la mermelada de maracuyá.

TIP:

Para evitar que se agriete, una vez completada la cocción, apagar el horno y dejarlo enfriar dentro del horno por una hora. Luego enfriar en la heladera.

MALFATTIS DE ESPINACA GRATINADOS

4 PORCIONES 40 MIN PREPARACIÓN 15 MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

1 atado de espinaca fresca
500 g de ricota
100 g de queso rallado
2 huevos
300 g de harina (aproximadamente)
Nuez moscada a gusto
Sal y pimienta c/n
Salsa blanca:
1 litro de leche
60 g de manteca
60 g de harina
Sal y pimienta c/n
Nuez moscada c/n
100 g de queso gruyere o pategrás
200 g de queso *mozzarella*
50 g de queso parmesano o sardo

PREPARACIÓN:

Para los *malfattis*:

Ecurrir la ricota para que quede bien sequita. Poner en un bol junto con la espinaca –limpia y cortada finita–, el queso rallado, los huevos y condimentos.

Comenzar a unir e ir incorporando la harina (sin amasar demasiado) hasta formar una masa.

Tomar porciones y hacer bolitas.

Cocinar en agua hirviendo con sal, retirar una vez que floten y reservar.

Para la salsa:

En una olla derretir la manteca y agregar la harina de una sola vez, cocinar a fuego bajo un minuto y volcar la leche caliente sin dejar de batir. Cocinar unos minutos hasta que espese, condimentar con sal, pimienta y nuez moscada.

Incorporar los quesos rallados y mezclar hasta fundir. (Reservar un poco de los quesos para poner por arriba)

Poner un poco de la salsa en la base de una fuente para horno, colocar los *malfattis* cocidos y cubrir con más salsa. Espolvorear con el queso reservado y llevar al horno hasta gratinar.



TIPS:

• Se puede reemplazar la espinaca por acelga (sin los tallos).

• Si se utiliza espinaca o acelga congelada, dejar descongelar y escurrir bien, que quede lo más seca posible.

MASAS DANESAS

2 DOCENAS APROXIMADAMENTE **20** MIN PREPARACIÓN **15** MIN COCCIÓN



INGREDIENTES:

200 g de manteca
120 g de azúcar impalpable
4 yemas
1 cucharadita de esencia de vainilla
280 g de harina 0000
1 pizca de sal

PREPARACIÓN:

Batir la manteca blanda con el azúcar impalpable previamente tamizada, hasta formar una crema lisa.

Agregar las yemas y la esencia de vainilla.

Por último, incorporar con una espátula la harina tamizada con la sal.

Colocar la preparación en una manga con pico rizado y formar piezas de forma circular, en placas frías, con papel manteca enmantecado.

Llevar a la heladera mínimo por 1 hora.

Cocinar en horno a 170° hasta que estén levemente doradas.

Una vez frías, unir de a dos con dulce de leche y espolvorear con azúcar impalpable.

TIPS:

- Para hacerlas de chocolate, reemplazar 20 g de harina por cacao amargo. Se pueden también bañar en chocolate o hacer otras formas.

- Para una cocción pareja, tener en cuenta que todas las piezas de la placa sean de igual tamaño.

POR
FABRICIO PORTELLI



PINOT NOIR, LA NUEVA JOYA PATAGÓNICA

TIPS

Es la protagonista del vino más caro del mundo gracias a su carácter sensual, elegante y tenso, pero también por su capacidad de trascender en el tiempo. Oriunda de la Borgoña francesa, además de ser muy importante en los vinos de Champagne, es una uva que prefiere el frío. En la Argentina, siempre se trataron de lograr grandes exponentes como lo han hecho otros países del Nuevo Mundo (Estados Unidos, Nueva Zelanda y Chile, por ejemplo), pero el desafío fue mayor por tratarse de terruños cálidos y desérticos. No obstante, muchos hacedores intentan con uvas de zonas más frescas como el Valle de Uco (Mendoza), el Valle de Pedernal (San Juan), la costa atlántica y la Patagonia. Hasta hace poco, el total de hectáreas plantadas en el país era de 218.000, y el Pinot Noir representaba solo el 1 por ciento de ellas. De la superficie patagónica, Neuquén ostenta 238 hectáreas;

Río Negro, 128; y el resto se las reparten Chubut y La Pampa, es decir que ocupa el 13 por ciento en la región. Si bien la mayoría son viñedos viejos —sobre todo en el Valle de Río Negro—, también surgieron nuevas fincas de Pinot Noir, demostrando que la zona sigue siendo la elegida para lograr variedades de alta calidad. Y esto quedó confirmado últi-

¿Se puede degustar un vino sin descorchar la botella? Es la gran pregunta que la tecnología ha podido responder últimamente creando el Coravin. Un aparato mecánico para introducir una aguja hueca a través del corcho y de la cápsula, permitiendo que salga el vino. Al mismo tiempo inyecta argón —un gas noble, incoloro e inerte— para presurizarla evitando su oxidación. Claramente esto tiene diversos usos para los amantes del vino, aunque no es tan conveniente para servirse por copas una botella a lo largo del mes, ya que el costo del gas es importante. Pero sí es superinteresante para los coleccionistas y aquellos que ostentan una cava importante con botellas guardadas, para poder entender cómo está cada vino en un momento determinado. Y con esa información tomar la decisión correspondiente: está para descorchar ya, sirve para regalar, se puede seguir guardando por algunos años más, etc.

mamente con varias bodegas mendocinas que recurren a la región patagónica para adquirir uvas Pinot Noir para elaborar sus variedades, algo similar a lo que ocurre desde hace 20 años con el Torrontés de Cafayate. Es decir que el mejor *terroir* —las condiciones de suelo, clima y manejo de los hacedores— para el Pinot Noir en el país está allí. **■**

MINIGUÍA DE VINOS



ALTOS LAS HORMIGAS LA DANZA 2019
ALTOS LAS HORMIGAS,
MENDOZA (\$940)
PUNTOS: 88,5

Nuevo *blend* a base de Malbec, Bonarda y Semillón (que aporta un toque extra de acidez), provenientes de Luján de Cuyo y Valle de Uco. Elaborado en cubas de cemento, resulta un tinto ágil y expresivo, directo en sus aromas y sabores, bien frutado con dejos especiados. De paso fluido y fresco, listo para disfrutar, ya sea

por copa o en la mesa con platos caseros.



CASA BOHER FINCA ALTO AGRELO VIOGNIER 2021
ROSELL BOHER, ALTO
(\$1500)
PUNTOS: 90,5

La flamante línea de la casa, un tinto (Malbec de San Pablo) y este blanco del año con el foco puesto en el carácter de la finca más allá de la tipicidad. De aromas intensos y expresivos, paladar franco y amplio, untuoso y potente, bien equilibrado por la frescura. Hay fuerza y personalidad, se puede descorchar ya

o guardar un par de años.



CLOS DE LOS SIETE 2018
CLOS DE LOS SIETE,
VISTA FLORES, VALLE DE UCO
(\$1550)
PUNTOS: 90

La nueva cosecha llega renovada estéticamente, pero la filosofía se mantiene. Corte base Malbec, con Merlot (19%), Syrah (12%), Cabernet Sauvignon (10%), Petit Verdot (2%) y Cabernet Franc (2%). De aromas frutales con dejos herbales y especiados marcados, de paso mordiente fino y muy fluido. Paladar franco y fresco, con cierta

potencia que resalta su juventud.

Plantar en la vereda

En 2012 nació Ciudad Frutal, un movimiento que llenó las veredas de Necochea y Quequén con árboles frutales y huertas. A continuación, consejos para replicar la experiencia.

Por Alejandra Clutterbuck

Ciudad Frutal nació de un grupo de amigos que en 2012 soñaban con llenar espacios públicos con alimento saludable para sus habitantes. Para ponerlo en práctica, investigaron y encontraron en la ciudad inglesa de Todmorden a su musa inspiradora. El paso siguiente fue plantar los frutales, una iniciativa bien acompañada por los vecinos. “Los árboles son entes vivos que nos acompañan y nos brindan muchísimos beneficios: regulan el clima, aportan oxígeno y absorben el ruido ambiente. Que además nos den frutos es algo extraordinario”, explica Eugenia Podlesny, una de las fundadoras del movimiento. Con el tiempo decidieron sumar una huerta comunitaria que hoy abarca una hectárea y media del Hospital Municipal Doctor Emilio Ferreyra. La mayor parte de lo que se cosecha se utiliza en la cocina del hospital, y otra parte se destina a los talleres de cocina saludable para que los niños incorporen verduras. Otro gran logro de Ciudad Frutal es la biblioteca de semillas: “Estas se prestan y vuelven cuando lo sembrado da frutos. Cada semilla nueva viene con conocimiento y experiencias para compartir”, concluye Eugenia.


PASOS PARA REPLICAR LA EXPERIENCIA

- Contactar a las autoridades del municipio y solicitar permiso para llevar adelante la propuesta.
- Si se comparte el arbolado de calle con vecinos, es importante conversar para ponerse de acuerdo.
- No hay necesidad de quitar otros árboles, ya que es posible ampliar el cantero y colocar un frutal de pequeño porte (limonero, lima, quinotoero, ciruelo) que no requiera tanto espacio.

- Si el cantero ya tiene un árbol, también existen opciones para aprovecharlo, como recurrir a especies aromáticas (romero, orégano, salvia, perejil, cilantro), arbustos (arándano) o frutillas; sembrar hortalizas (tomate, lechuga, zapallo, melón, sandía dependiendo de la época). Es importante colocar una o dos plantas, ya que el lugar es escaso.

- Localizar los canteros municipales en donde falte arbolado y aprovecharlos para plantar árboles de mayor porte, como nogales, almendros, perales, cerezos, paltas o manzanos.

- Conversar con hospitales y escuelas para ver si están de acuerdo en el armado de una huerta orgánica comunitaria que los abastezca, y que el sobrante quede para quienes trabajan en ella.

- Establecer normas de convivencia para la recolección: todos pueden servirse fruta e intercambiarla, pero el vecino que cuida el árbol y las plantas posee prioridad. 

redaccion@convivimos.com.ar

CIUDADES FRUTALES

Todmorden. Ubicado en las afueras de Manchester (Inglaterra), este pueblo posee frutales, verduras y hierbas en más de 70 espacios públicos para que vecinos y turistas se abastezcan a voluntad.

Copenhague. En 2020, las autoridades de Dinamarca decidieron que plantarán árboles frutales en los espacios públicos de la capital —como parques, instalaciones deportivas, cementerios y plazas infantiles— para ofrecer alimento saludable y gratuito a sus habitantes. Algunas de esas especies serán los manzanos, las moras y los arándanos.



El mejor alumno

Educar a un cachorrito tiene la ventaja de que se le puede inculcar todo lo necesario desde el primer día. Lo más importante: enseñarle qué está bien y qué no.

Por Yamila Garab

Cuando una familia recibe a un cachorrito como nuevo miembro, cuenta de entrada con la enorme ventaja de poder enseñarle todo desde cero, a una edad en la que le será muchísimo más fácil aprender las normas que regirán su presencia en el hogar.

Hay muchísimas enseñanzas concretas, pero lo más importante es la forma de transmitir las. Lo ideal es que sea a través de premios o de la falta de estos, o incluso escarmientos, para que la mascota entienda qué cosas puede (o debe) hacer y cuáles no. Para eso también se le debe inculcar el significado del “sí” y del “no”, dos palabras con las que habrá que familiarizarlo desde el inicio.

Una de las primeras lecciones es hacerle comprender la diferencia entre la conducta en la casa y fuera de esta, ya sea en un jardín, plaza o vereda: dos ámbitos con actividades y reglas bien distintas. En exteriores se puede correr, saltar y jugar a juegos más intensos, mientras que en la casa “rigen” las normas de comportamiento cotidianas y los “buenos modales” perrunos.

Desde los cuatro meses los pichichos ya son capaces de acudir cuando se los llama y también de aprender algunas normas básicas de obediencia. Por ejemplo, hay un ejercicio que consiste en colocar el plato de alimento frente a él y, sin dejar de sujetarlo, decirle “Espera”, y permitirle comer recién después de que se tranquilice, lo “entienda” y obedezca. Cuando lo haya aprendido, se puede agregar otro: con el plato en la mano se le dice “Sentate”, señalando hacia el suelo, para dárselo recién cuando haga caso.

Asimismo, el jardín o la plaza son el lugar para enseñarle el juego clási-



co de lanzar una pelota y ordenarle que vaya a buscarla para que la traiga. Recién cuando lo haya hecho bien (este o cualquier otro juego) hay que felicitarlo con palabras de aliento y gestos acorde, o premiarlo con alguna golosina, de modo que asocie una tarea bien hecha con el premio. A la inversa, debe aprender a asociar una acción mal hecha con un tono de voz severo o con la ausencia de premio.

Es recomendable también que cada prohibición sea acompañada de la enseñanza de lo que sí está permitido y lo que no. Por ejemplo, si muerde algo que no sea conveniente, como muebles, objetos, las manos o los pies de alguien, no solo hay que retarlo, sino que a continuación hay que darle algo que sí pueda morder, como los juguetes especiales para eso. Y felicitarlo e incluso premiarlo para que aprenda que esa es la acción correcta. Por suerte, los perros tienen la inteligencia suficiente para asimilarlo rápido. **■**

TIPS PARA EDUCAR AL CACHORRO

- Es necesario enseñarle desde el primer momento a obedecer y a diferenciar las acciones permitidas de las prohibidas.
- Para que nos obedezca, las órdenes verbales deben ser bien claras y se deben repetir siempre las mismas para cada acción.
- En el trato con los cachorritos es útil acompañarse de un lenguaje corporal que concuerde con lo que se pide.
- Todos los miembros de la familia tienen que compartir la forma de dar órdenes, las mismas palabras y los mismos ademanes para que el perrito no se confunda.
- La única forma de conseguir buenos resultados es a través de la constancia y la paciencia. Sin ellas, todo será mucho más lento y difícil.

CHERY TIGGO 4

GRAN ESPACIO INTERIOR Y PRECIO TENTADOR

Por Fernando Soraggi



PRECIO
USD 21.900

165 KM/H
Velocidad
máxima

122 CV
Potencia máxima
a 5500 rpm

11,7 KM/L
Consumo
promedio

DISEÑO. 3 ½/5

Chery, fabricante chino, sigue demostrando el compromiso de aumento en la calidad asumido para todos los vehículos que ofrece en nuestro mercado. Con el Tiggo 4, el SUV compacto que probamos, se nota un gran adelanto, con mejoras en las terminaciones, en la calidad de materiales, equipamiento acorde y un motor rendidor.

El dibujo exterior es armónico, con un capó corto y lanzado, surcado por nervaduras, que culmina sobre una gran parrilla negra, tipo panal de abeja, que muestra un listón cromado en la parte superior, formando en el centro el logo de la marca. A los costados se ven los faros de buen tamaño, con buena iluminación. Abajo tiene un nuevo dibujo que contiene las antiniebla en led.

En el lateral destaca el diseño aerodinámico, con llantas de aleación de 17", con nuevo dibujo y perfil de neumático generoso. Atrás, un nuevo deflector sale del techo y cuenta con luces led de stop elevadas. Las ópticas son anchas, el nuevo paragolpes es más amplio y todo el auto se encuentra rodeado en los bajos por un material negro que le otorga presencia de todoterreno.

CONFORT. 3 ½/5

El diseño muestra uniformidad y amplitud, con una plancha bien resuelta, materiales acolchados que suman al estilo, todo bien encastrado y con terminaciones de buena calidad y sin rebabas. El tablero es simple, con buena información y una computadora central con datos escuetos, pero precisos. Destaca la pantalla táctil de 9", con buena interfaz.

Adelante tiene dos cómodas butacas, con buena sujeción lateral, que modifican en altura. Atrás, con mayor altura de los asientos, cuenta con espacio como para que dos adultos viajen cómodamente; un tercero viajará apretado en el centro, a no ser que sea un menor.

El baúl, con apertura horizontal, es amplio, con buena capacidad de 340 litros iniciales que se pueden ampliar hasta casi 1700 rebatiendo los asientos posteriores. Posee distintos huecos para guardar objetos y dos alojamientos para las balizas y el instrumental para cambiar el neumático, que es de uso temporal.

MOTOR. 3 ½/5

El motor es un Acteco de 2.0 l con 122 CV, algo anticuado, pero de gran funcionamiento, con caja CVT, de siete marchas, y respuestas moderadas en



MOTOR

Naftero delantero transversal. Cuatro cilindros en línea, cuatro válvulas por cilindro, doble árbol de levas. Alimentación por inyección electrónica multipunto.
Cilindrada: 1971 cc
Tasa de compresión (ratio): 10
Potencia: 122 CV a 5500 rpm
Torque: 180 Nm a 4000 rpm

TRANSMISIÓN

Tracción delantera
Caja: Automática CVT (7 velocidades) y marcha atrás

MEDICIONES

Largo / ancho / alto: 4318 mm / 1831 mm / 1632 mm
Distancia entre ejes: 2610 mm
Peso en orden de marcha: 1350 kg
Capacidad de baúl: 340 litros
Capacidad de combustible: 57 litros

SUSPENSIÓN

Delantera: Independiente, tipo McPherson, con resortes helicoidales
Trasera: Multibrazo, con resortes helicoidales

FRENOS

ABS
Delanteros: Discos ventilados
Traseros: Discos macizos

DIRECCIÓN

De cremallera con asistencia hidráulica

LLANTAS Y NEUMÁTICOS

Llantas: Aleación de 17"
Material: Aluminio
Neumáticos: 215/60-R17
Rueda de auxilio: Temporal

FABRICANTE/IMPORTADOR

Chery China / Chery Argentina

PRECIO Y GARANTÍA

USD 21.900, 5 años o 100.000 kilómetros

el acelerador, es decir para llevarlo con tranquilidad, aunque ofrece un buen torque, por lo que queda bien plantado. Acelera de 0 a 100 en casi 11 segundos y recupera en algo más de 8. El consumo sufre si lo queremos apurar, pero para un uso urbano es aceptable, con un promedio de 11,70 km/litro, por lo que gracias al tanque de 57 litros, se puede circular alrededor de 500 km sin detenerse a cargar.

EQUIPAMIENTO. 3½/5

Gracias a los impuestos internos con los que el gobierno multa a las importadoras, el equipo es comprimido, aunque con todo lo que requiere la ley, más algunos buenos agregados. Cuenta con encendido automático de luces, cámara y sensor trasero, control crucero, volante multifunción con ajuste solo de altura, aire acondicionado, cuatro levantavidrios eléctricos, asientos con seis ajustes manuales, cinturones de seguridad de tres puntos, equipo de audio con Bluetooth, dos USB y cuatro parlantes, entre lo más destacado.

SEGURIDAD. 3½/5

Tiggo 4 viene con una suspensión delantera, tipo McPherson, y la trasera independiente, ofreciendo buen nivel dinámico, copiando bien, ofreciendo un notable confort de marcha tanto en la ciudad como en ruta, con inclinaciones regulares en las curvas cerradas. En el nivel de seguridad viene con lo pedido por la ley, es decir, doble *airbag*, control de estabilidad y sistema Isofix para asientos infantiles, cerradura de seguridad para niños y ayuda ascendente. Los frenos son a disco y poseen ABS+EBD, por lo que se detiene en distancias cortas sin perder eficiencia ante frenadas reiteradas.

PRECIO. 4/5

La Chery Tiggo 4 llega a nuestro mercado en dos opciones, la T3XCMT 2.0 Comfort manual, a 20.600 dólares, y la que manejamos, T3XCCVT 2.0 Comfort CVT, a 21.900 dólares, lo que es un gran atractivo para este utilitario deportivo con buena historia en nuestro mercado y, sobre todo, clientes satisfechos, lo que no es poco. 📌

HORÓSCOPO



POR GABA ROBIN
LA BRUJA POP

ESCORPIO (24/10 - 22/11)



Amor: Sacarás el lobo interno y experimentarás tu energía sexual de otra forma, más visceral, sin fronteras. Tu casa se expande, ya sea por otra o por refacciones para pasar unos meses de verano que llega, cambios de placer. Sensación de bienestar en familia.

Trabajo: Cancelás un contrato, terminás una situación. Rendís exámenes. Se cumple un ciclo. Trámites con hermanos, cuestiones de familia eternas. Si tenés un socio, este puede estar con temas personales que no te cierran y molestan tu negocio.

Salud: Cuidá tu tiroides, tus bronquios y tus piernas. Llegará el momento de una cirugía programada de huesos que hace tiempo venís demorando.

SAGITARIO (23/11 - 22/12)



Amor: Noticias familiares que te llenan de alegría. Encuentros con hermanos. En tus relaciones en general hay sanación de vínculos, y eso te da mejor energía para decir lo que sentís. Posibilidades de mudanzas. Entendés la base de tu relación.

Trabajo: Cierta inestabilidad en lo laboral, esto puede ser por el trabajo en sí (la empresa, el taller o el negocio está con transformaciones) o por algo tuyo, tus planes, tus ganas. Cancelás una deuda que tenías hace tiempo. Contratos y exámenes.

Salud: Temas para tratar relacionados con tu estómago. Visitas al médico. Dietas. Mantené un cuidado en tus comidas, en tus bebidas y en tu rutina diaria.

CAPRICORNIO (23/12 - 20/01)



Amor: Si tenés hijos, estos estarán pasando una etapa de crisis o de rebeldías que te hará querer estar en cuarentena en una isla solo. Encuentro hermoso con amistades, un grupo que se arma y que te tiene con ganas de vivir.

Trabajo: Estarás generando nuevos ingresos, acomodando la base de tu economía, sacando créditos o haciendo transacciones económicas para que tus finanzas cambien. Éxito con autoridades, conversaciones positivas con jefes.

Salud: Dentista. Tu energía en general está con vaivenes, muy arriba y a pleno, y al otro día te venís abajo y caés. Cuidado con tu peso, que podés comer más calorías que de costumbre.

ACUARIO (21/01 - 20/02)



Amor: Las posibilidades de armar un viaje a otro país están acentuadas. Si estás solo, podés chatear y encontrar una relación con alguien que vive en el extranjero. En tu familia alguien está con problemas y necesita tu ayuda.

Trabajo: Éxito en lo que hacés. Tu estatus crecerá, no exageradamente, pero sí con tus esfuerzos y con las responsabilidades que llegan. Muchas cosas se precipitan, tu mirada está más seria y vas por tus logros a paso firme.

Salud: Estás cambiando tu presencia, puede ser estética, tratamiento de dientes. Tu mente se abre y eso te lleva a manejar otros conceptos y poder ver la vida con más inteligencia de acción.

PISCIS (21/02 - 21/03)



Amor: Podés estar viviendo un romance que te lleva a nubes de oro, te sentís caminando sin pisar la tierra. Cuando puedas, revisá tus prioridades y ve a esa persona de forma más real, ya que si generarás ilusiones tan inmensas, te desilusionarás.

Trabajo: Bienes inmobiliarios, pueden ser familiares, con tu pareja o ex, que tendrás que cerrar, comprar, vender o sellar. Manejo de dineros con otras personas. Plasmá tus fantasías económicas y no dejes que se evaporen.

Salud: El sexo te llevará a canalizar aquellas cosas que están estancadas en tu memoria celular, limpieza energética. Chequeos ginecológicos. Tu mente puede estar llena de conmociones.

ARIES (22/03 - 20/04)



Amor: Este mes estarás con disputas o alteraciones en tu relación de convivencia, puede que no seas vos, sino el otro que está irritable. Por otro lado, tu función, en vez de saltar como ariano, será la de conciliar e intentar armonizar. Un familiar te necesita.

Trabajo: Buenos dineros para gastar, comprar, ganar y disfrutar. Un jefe se va. Si trabajás en forma independiente o sos tu propio jefe, hay un cambio en la forma de manejarte, puede ser de razón social, categoría, etc.

Salud: Podés integrar un grupo de deporte o un entrenamiento con muchas ganas. Aunque seas joven, necesitás una visita al oculista. La columna precisa elongar, estirar y moverse.

TAURO (21/04 - 21/05)



Amor: Al margen de que estés en pareja o no, puede haber una atracción que te dé vuelta el árbol genealógico, también podés ser vos el que incite a otro; intempestivamente conocés a alguien. Romance. Sexo tierno.

Trabajo: Este mes tenés que afilar antenas, ya que hay oportunidades seguras. Conversaciones que deriven en trabajo, aunque lo tengas. Viajecito corto que te genera una idea. Un evento te hace conocer a alguien que abre puertas. Nuevas oportunidades.

Salud: Tu fuerza está para hacer, es un buen momento para entrenar, caminar, ponerte una meta, ya que estás con energía y disciplina.

GÉMINIS (22/05 - 21/06)



Amor: Apasionado. Tu mente andará sin parar y sin consolidar un pensamiento. Perceptivo. Viajecito con hijos con alegrías. El amor te buscará de la forma que sea, estés solo o con alguien. Si estás en pareja consolidada, las oportunidades de que llegue un hijo son muchas. Aparece alguien del pasado.

Trabajo: Creatividad inmensa. Al margen de tu actividad, puede darse un *hobby* de algo que te sale naturalmente y que puede llegar a ser una fuente laboral en un futuro. Innovarás en la forma de ganar dinero.

Salud: Necesitás desintoxicarte, ya sea a través de líquidos, de alimentos o de terapias hídricas. Descansá, hacé un alto y cuidate.

CÁNCER (22/06 - 24/07)



Amor: La familia llega a vos, sea por visitas, por trámites o por invitación. Tu hogar se pone hermoso: detalles, arreglos, cambios. Tu pareja tendrá noticias de su familia que resonarán en la relación. Viajes al lugar de origen.

Trabajo: Negocios inmobiliarios, sea por compra o venta, herencias, trámites con otros. Cambia el grupo laboral repentinamente. Terminás un tema judicial de hace años. Contactos con el extranjero, con una persona o empresa.

Salud: Los riñones necesitan revisión, líquidos y cuidados. Chequeá tus órganos sexuales. Tus noches de sueño pueden estar convulsionadas, podés estar agotado mentalmente.

LEO (24/07 - 23/08)



Amor: La pareja está pasando por ráfagas de pruebas. Según cómo se manejen, habrá solidez o podés decidir separarte. Todo se está moviendo en tus relaciones en general, pero la convivencia más. Cambios de casa. Revertas con hermanos o primos.

Trabajo: Concursos, exámenes, preparación y capacitaciones. Temas de trámites por tu actividad que llevan tiempos largos. Títulos, jubilación, juicio laboral, marca, etc. No trabajarás más con personas con las que trabajás.

Salud: Cirugía programada. Necesitás entrenar, salir a caminar, moverte, ya que estás más sedentario. Cuidá tu columna, que puede estar sufriendo.



LIBRA (23/09 AL 23/10) ALEJANDRO FANTINO

San Vicente, Santa Fe, 26 de septiembre de 1971. Llegó a Buenos Aires con 18 años, trabajó como profesor de tenis y como empleado de un vivero. Actualmente conduce *Intratables* y *ESPN FC Show*.

Amor: Tu sensualidad está en alza. Mas allá de manejar ese poder hacia afuera, estarás lleno de ganas de conectar con tu propia musa interna. Embrazos. Trámites familiares.

Trabajo: Buenos dineros llegan. Tu energía creativa está fuerte, esto al margen de que seas artista. Tu mirada hacia la forma de ganar dinero será innovadora.

Salud: Estética, estás preparando tu cuerpo para la temporada que llega. Tu estado de ánimo en general es alegre.

VRGO (24/08 - 23/09)



Amor: Tus pasiones van de intensidad a miedos, de estar seguro a celos, de querer estar y de querer huir. La pareja puede estar manejando negocios en común que serán gratificantes a pesar de los obstáculos. Se arma viaje al extranjero.

Trabajo: El tema del dinero y lo laboral están muy explícitos en este tiempo, tenés que aprovecharlo. Buenos ingresos, buenos acuerdos, negociaciones provechosas. Contratos. Estarás trabajando mucho y pleno.

Salud: Cuidado con los golpes en la cabeza, accidentes domésticos. Entrenarás, te prepararás para la próxima temporada. Dieta y salud. Si corrés, cuidá tus huesos con alimentos y médicos.

SUDOKU

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

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

MEZCLAGRAMA

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

					A			
A								E
			P					

Horizontales:

- (... Burton) Director de cine nacido en Estados Unidos.
- Ahora mismo, en este instante.
- Atrevida, audaz.
- Elemento químico radiactivo, uno de los gases nobles.
- Loro, papagayo.
- País de Europa cuya capital es Atenas.
- Planta crucífera hortense.
- Prefijo: oído.
- Relativo a la nariz.

Verticales:

- Agradable, placentero.
- Antes de Cristo.
- Apenas, por poco.

- Cada una de las formas alternativas de un gen que ocupan el mismo lugar en los cromosomas homólogos y cuya expresión determina las características del mismo rasgo de organización, como el color de los ojos.
- Dios egipcio del Sol.
- Idumea, antigua región ubicada al sur de Judea y del mar Muerto.
- Isla de Grecia.
- Otorgar, conceder.
- Película protagonizada por Bill Skarsgård.
- Pronombre personal de primera persona, singular.
- Vano, fútil.

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 San Agustín.

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

Definiciones

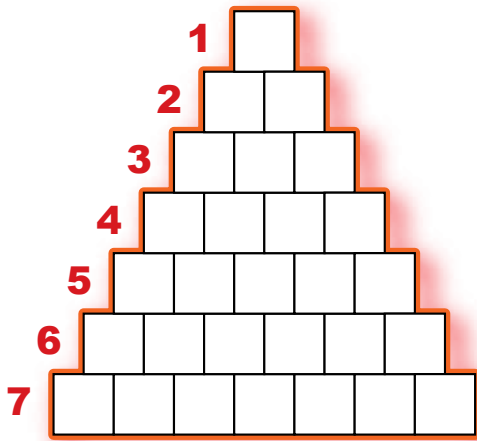
- 1 • En la mitología griega, doncella que habitaba en el mar en calma.
- 2 • (...Orsini) Esposa de Lorenzo de Médici y madre del papa León X.
- 3 • Tardar, retrasarse.
- 4 • Quiste sebáceo.
- 5 • Adquirir pleno desarrollo físico e intelectual.
- 6 • Planta perenne de la familia de las aráceas.
- 7 • Tablado que se levanta en cualquier sitio para un acto solemne.
- 8 • Ferrocarril establecido en una calle o camino carretero.
- 9 • Mujer que tiene, presen- ta o asiste a otra persona al recibir esta el sacramento del bautismo, de la confirmación, del matrimonio o del orden.
- 10 • Dícese del número indeterminado de veces que se repite un suceso.
- 11 • Vigencia.
- 12 • Acertijo en el que se trata de adivinar una palabra a través de pistas.
- 13 • Camerino, habitación donde los artistas se visten, maquillan o preparan para actuar.
- 14 • Revuelta, motín.
- 15 • Actitud solidaria con el sufrimiento ajeno.

Sílabas:

- A - A - A - A - A - CA - CA - CA - CHA - CLA - DA - DA - DAD - DAL - DE - DEZ - DRI - DU - E - GA - LA - LI - MA - MA - MA - MA - MO - MO - NA - NA - NÉ - RA - RAR - RAR - RI - RI - RÍ - RÍN - RO - RO - SA - SA - SI - SO - SO - TE - TE - TRAN - VA - VÍ.

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 Segunda vocal. 2 Película de Steven Spielberg. 3 División de un partido de tenis. 4 Dos más uno. 5 Operación matemática de sustracción. 6 Obstruyas, atasques. 7 Sitio de honor, algo elevado, en un salón de actos.

SOPA SIN LISTA

Encuentre en esta sopa de letras 23 palabras de 6 letras cada una. Atención: no valen los verbos conjugados ni los plurales.

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

EN CLAVE

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

8	B	1	25	25	23	17	1		1	25	1	8	1	11	1
1		25	10	1	4		21	1		1	15	1	9	1	17
9	1	15	7		10	7	17	23	15		14	1	4		
1	11		15	10	9		1	21		11	23	15		9	
4	7	17		14	23	15		23	13	10		7	9	1	
1		7	25	1		23	15		10	15	7		1	4	
	23	20	7		10	14	1	9	1		4	7	25	23	
1	9	1	14	1	4		17	7		1	9	10	16	1	
20	7	25	23	14	1	15		25	7	9	1	16	7	4	

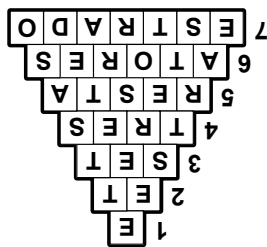
SOLUCIONES

B	A	L	L	E	N	A					
A	C	A	T	A	R	N	O				
E	G	O	I	T	A	C	A	R	O	L	E
A	O	L	A	E	S	I	S	O	C	A	R
R	O	N	T	E	S	E	P	I	O	C	A
A	M	S	I	C	A	J	M	E	S	C	
C	A	S	O	I	O	N	E	S	T	A	R
A	L	I	A	R	J	A	S	A	C	A	N
B	A	L	L	E	N	A	A	L	B	A	M

EN CLAVE

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

SOPA SIN LISTA



PIRAMIDAL

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

GRILLA

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

MEZCLAGRAMA

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

SUDOKU

ROBO DE TIEMPO

POR CRIST



LLEVÁ TU REVISTA CON VOS

CONVIVIMOS

ESCANEÁ
Y LEELA



NaranjaX

CONVIVIMOS.NARANJA.COM





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 ICJ 12571. Agente Insititrio: N° de Inscripción 136 - Tarjeta Naranja S.A. CUIT: 30-68537634-9. Contratación de la cobertura sujeto 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. Superintendencia de Seguros de la Nación. 0800-666-8400. 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 Organismo 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/politicaprivacidadprotecciondatospersonales>.

N° de inscripción en SSN
0589

Atención al asegurado
0800-666-8400

Organismo de control

www.argentina.gob.ar/ssn

 **SSN** SUPERINTENDENCIA DE
SEGUROS DE LA NACIÓN