

CONVIVIMOS

Argentina #353
Noviembre 2021 / \$245



**Eleonora
Wexler**

*"Me acepto con
las marcas de la vida"*

LEYENDO SALÍS GANANDO



¡SORTEOS TODOS LOS MESES!
(PRÓXIMO SORTEO: 01/12)



**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 Naranja X

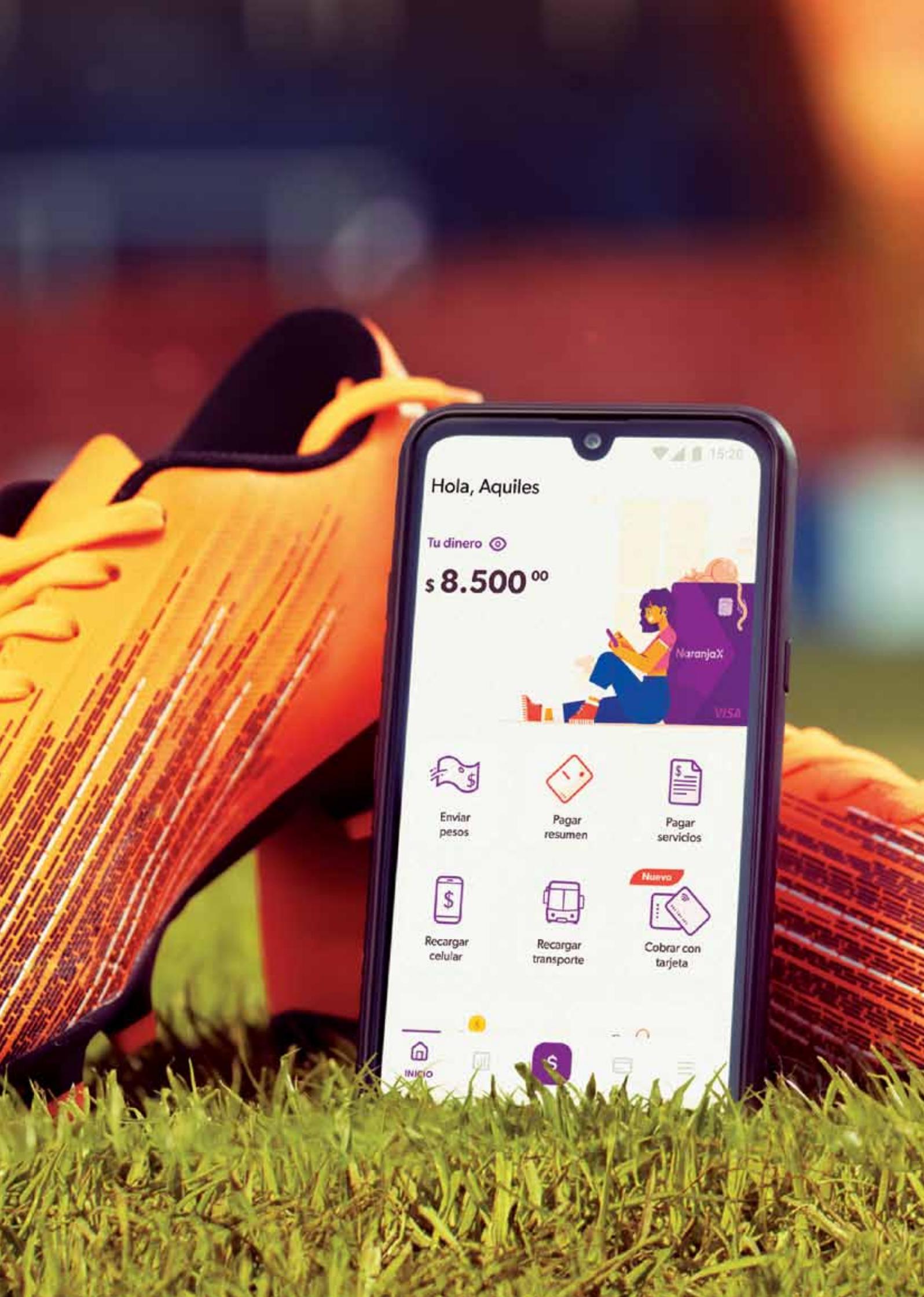
**Una app para que manejes tu plata
con los tapones de punta:**

- **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



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: 316.000 EJEMPLARES.
(158.000 ARCÁNGEL MAGGIO, 158.000 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: 353
FECHA DE EDICIÓN: NOVIEMBRE 2021
EDITADA POR EDITORIAL ACCIÓN S.A.
REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL N° 5342694

SUMARIO NOVIEMBRE 2021



08. EDITORIAL
LIBERTAD Y DISFRUTE
DAVID RUDA

10. INSTITUCIONAL
DÍA MUNDIAL DE LA CIBERSEGURIDAD
¿CÓMO PROTEGERSE DE LAS ESTAFAS VIRTUALES?

12. LIBROS
YO LEO: PABLO BERNASCONI

13. DISCOS
YO ESCUCHO: AXEL KRYGIER

14. EN VIVO
DESDE LA PISTA: GUSTAVO FONTANA

16. ARTES VISUALES Y ESCÉNICAS
EN ESCENA: DABEL ZANABRIA

18. ESTRENOS
YO VI: CECILIA BARRIONUEVO

20. CINE
HOLLYWOOD MALDITO

22. LA PÁGINA EN BLANCO

23. LECTORES

24. GANADORES DE LA PÁGINA EN BLANCO

25. FICCIONARIO
FERNANDO MEDEOT



50.



66.



52.



74.



62.



84.

26. PALABRAS CRUZADAS
AGUSTINA BOLDRINI

27. PENSAR LA INFANCIA
ENRIQUE ORSCHANSKI

28. EDUCACIÓN
LAS CARRERAS DEL FUTURO

31. REFLEXIONES
GUILLERMO JAIM ETCHEVERRY

32. EDUCACIÓN
SAPUKAY, DONDE VIVE EL CINE

34. TECNOLOGÍA
CONFORT AL AIRE LIBRE

35. CONTAR LA HISTORIA
FELIPE PIGNA

36. CAFÉ CON...
SILVANA D'ONOFRIO

38. NOTA DE TAPA
ELEONORA WEXLER: "ME ACEPTO
CON LAS MARCAS DE LA VIDA"

46. INVITADO
CARLOS MENTASTI: "EL PÚBLICO
TIENE LA VERDAD"

50. HISTORIAS VERDADERAS
HACIENDO MILONGA

52. ENTREVISTA
BRUNO LIMA. EL COLEADOR DE
BRONCE

54. INFORME ESPECIAL
EL LADO BUENO DEL HELADO

58. SOCIEDAD
HIJOS Y FAVORITISMOS

60. MEDIOAMBIENTE
MISIONES MARCA EL PASO A LA
SUSTENTABILIDAD

62. REPORTAJE FOTOGRÁFICO
JUEVES DE COMADRES

66. LUGARES
FLORIANÓPOLIS. LA ISLA DE LA
MAGIA

72. MODA ENTREVISTA
VICTORIA SÁNCHEZ. UN IDILIO DE
VERANO

74. MODA
EL NUEVO *LOOK* LABORAL

82. BELLEZA
TEÑIDOS SEGUROS Y DURADEROS

84. COCINA
POR SANTIAGO GIORGINI

89. BIENBEBIDOS
POR FABRICIO PORTELLI

90. JARDINERÍA
FLORES DE CARA AL SOL

91. MASCOTAS
SIN PLAGAS

92. AUTOS
NISSAN KICKS. MEJORADO EN
SEGURIDAD Y TECNOLOGÍA

94. HORÓSCOPO
POR GABA ROBIN

96. JUEGOS

98. CRIST

DAVID RUDA
DIRECTOR



LIBERTAD Y DISFRUTE



Libertad para elegir el camino y disfrute para transitarlo. Eso es lo que sienten y transmiten los protagonistas de esta edición.

Desde la tapa, Eleonora Wexler confiesa que se acepta a sí misma “con las marcas de la vida”. Esta mujer arrolladora que acaba de protagonizar cuatro películas de hondo contenido social siente que está en una excelente etapa. “¡Guau, voy a cumplir 50!, pero también me siento mucho más plena ahora que a los 20, mucho más tranquila, gozadora y disfrutadora ahora que a los 30”, nos dijo con una sonrisa.

Silvana D’Onofrio –la única mujer dirigiendo ópera en el país– nos cuenta cómo es como directora: “Siempre amable, pero si quiero llegar a un determinado lugar, tenemos que llegar y llegamos”. Cuando se recibió, entendió que no tendría un lugar en los organismos oficiales, porque las mujeres pueden ser solo directoras invitadas. “Yo soy muy cabeza dura, y me dije: ‘Voy a armar mi propia compañía’”. Y la armó. ¡*Chapeau!*

Libertad, disfrute y visión. Como los de Carlos Mentasti, productor de más de 70 películas, series y obras de teatro. “Soy un productor atípico, cien por ciento creativo”, dice. En la entrevista que le hicimos cuenta que cuando estrena una película, recorre los cines para ver lo que responde la gente. “El público tiene la verdad”, afirma el encargado de producir *Un argentino en Nueva York*, *La fuga* o *Esa maldita costilla*, entre tantos éxitos.

Libertad, disfrute y plenitud. Lo que sintió Bruno Lima al recibir la medalla de bronce en los Juegos Olímpicos de Tokio. Fue el máximo anotador del torneo. “El mayor placer es cuando termina la competencia y lograste lo que estabas buscando. Se te afloja todo. Decís: ‘Realmente valió la pena’”.

Las mismas sensaciones con las que se expresa Jorge De Ángeli, lector de *Con-vivimos* y excelente artista, que transforma las páginas de la revista en “un lienzo interminable” sobre el que plasma maravillosos dibujos. ¡Un regalo que agradeceremos y compartimos con ustedes!

¡Buena vida!

CADENA 3

ARGENTINA



Seguimos adelante Siempre juntos

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

Somos la gran cadena federal

Crecimos:

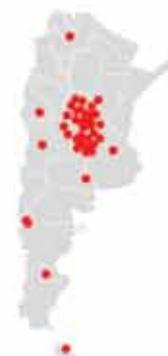
35 ➡ 184
emisoras

1.4M ➡ 2.1M
de oyentes


C3
33 ➡ 93
emisoras


m
CORDOBA
01 ➡ 37
emisoras


R3P
01 ➡ 54
emisoras



DÍA MUNDIAL DE LA CIBERSEGURIDAD

¿Cómo protegerse de las estafas virtuales?

Este mes se conmemora el Día Mundial de la Ciberseguridad. Un resumen sobre cómo trabaja el equipo de Naranja X para mitigar las estafas virtuales, sus consejos y recomendaciones.



En el año 1988 se presentó el primer caso de propagación de *malware* –software malicioso– del mundo. Desde entonces, el 30 de noviembre se dispuso como el Día Internacional de la Ciberseguridad, con el objetivo de concientizar a la población sobre cómo operar *on-line*.

El incremento del uso de Internet obliga a repasar cómo garantizar la seguridad de la información, tanto para navegar como para realizar transacciones. Una práctica segura por parte de los usuarios limita las posibilidades de sufrir experiencias negativas o estafas virtuales.

QUÉ HACE NARANJA X

En Naranja X se crean productos y oportunidades de negocio a cada momento con diferentes tecnologías.

El equipo de ciberseguridad trabaja con un enfoque proactivo y en sinergia con múltiples áreas para lograr que los productos y procesos de la compañía sean seguros en todos los canales, diseñando e implementando medidas que contribuyan a proteger los datos de los usuarios y mitigar fraudes.

“En Naranja X vivimos la ciberseguridad con mucha pasión y compromiso. Hemos formado un gran equipo de trabajo con la meta de construir una cultura organizacional con conocimientos en ciberseguridad para que cada colaborador pueda realizar sus tareas con altos niveles de concientización”, comenta Santiago Fernández, Chief Information Security Officer en Naranja X.

En esa línea, la estrategia del equipo se resume en tres pilares fundamentales: concientizar a colabora-

dores, usuarios y público en general en materia de seguridad; reducir los niveles de exposición a amenazas, con un enfoque proactivo –en este punto, la automatización de los procesos y la prevención de ataques son claves–; y, por último, proteger adecuadamente los datos sensibles de la organización y agregar la mayor cantidad de capas de protección, hasta llegar al activo más crítico, la información.

“Estamos convencidos de que la seguridad la hacemos entre todos, pero no podemos actuar de manera segura si nadie nos concientiza y nos guía en adquirir los mejores hábitos. Por esta razón, hemos asumido desde Naranja X el compromiso de hacer extensivos a la comunidad estos consejos que permitan desarrollar hábitos seguros de uso y cuidado de nuestras identidades digitales”, concluye Fernández.

CONSEJOS

- Naranja X nunca solicitará datos personales. No compartir información de la tarjeta o contraseñas por *e-mail*, SMS, redes sociales u otros canales.
- Asegurarse de estar comunicado siempre con las redes oficiales, identificadas con la tilde azul.
- No confiar en llamados o mensajes que regalen premios, realicen sorteos u ofrezcan servicios gratis.
- Prestar atención a la ortografía, la gramática y los diseños pocos confiables.
- Si se detecta un movimiento irregular o se expusieron datos, escribir a centrodeseguridad@naranja.com o llamar al 0810-333-6272. 

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.



HOTEL BOUTIQUE

EL PUNTO DE PARTIDA
PARA VIVIR LAS TENDENCIAS

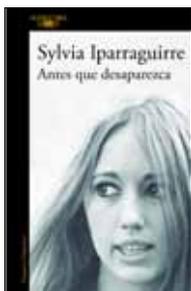
22 HABITACIONES - TERRAZA - SPLASH POOL - RESTAURANTE - GYM - REUNIONES - EVENTOS

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



**ANTES QUE
DESAPAREZCA**
SYLVIA IPARRAGUIRRE

Lucía se instala en Buenos Aires para estudiar en la universidad, a fines de los 60. Una historia sobre la amistad y el descubrimiento de la vida con un trasfondo político convulsionado.

384 págs.
Alfaguara



PECADORA
FLORENCIA CANALE

Una novela sobre la prohibida y trágica historia de amor entre Camila O’Gorman y Ladislao Gutiérrez. La autora recrea a un personaje femenino intrépido e idealista.

384 págs.
Planeta

YO LEO **PABLO BERNASCONI**



Foto: Sebastián Salguero

“TODO LO QUE HAGO ES UN EXPERIMENTO”

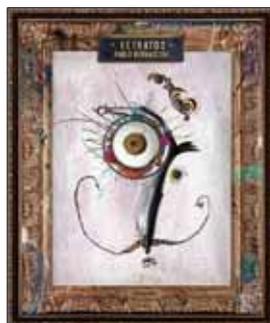
Antes de realizar un retrato, Pablo Bernasconi investiga hasta el último detalle del personaje, porque, asegura, no da lo mismo cada uno de los objetos que utiliza en sus *collages* digitales. “Los construyo con elementos conceptuales, pero a la vez reales, por eso soy cauteloso y preciso con lo que elijo”, cuenta.

“Por ejemplo, a Diego Maradona le hice los pelos con botines, pero no podía poner de cualquier marca, tenía que ser la que él usaba”, explica el dibujante que lanzó una nueva edición de *Retratos* que incluye los tomos anteriores y las últimas creaciones. Desde los primeros hasta los actuales, logró liberar la presión sobre la recepción de los espectadores y aprendió la irreverencia frente a las personalidades que ilustra. “Al principio era más pacato, los tomaba con muchas pinzas, por las dudas no se enojen, ahora no me importa nada. Entendí que si le vas a plantar un morrón en la nariz no le podés tener respeto”.

“Todo lo que hago es un experimento, me desafía lo que todavía no probé. Además, por más práctica que tenga, mi sensación es que estoy empezando de cero cada vez. Arranqué con un retrato y me parece que nunca lo hubiera hecho antes, cuando hice más de trescientos”, dice el autor que, en simultáneo y por pura coincidencia editorial, junto con *Retratos* publicó otro libro: *Para mover el mundo*.

¿Un libro que recomiendes?

Ararat, de Louise Glück.



RETRATOS

Gabriel García Márquez, Caetano Veloso, William Shakespeare, Madonna y también Jorge Rafael Videla o Donald Trump, entre los noventa elegidos. Cada uno con una frase que lo identifica.

220 págs.
Catapulta



VOLÁTIL

SILVINA GÓMEZ

Una estética delicada y profunda en canciones de músicas populares de Latinoamérica. Aires de jazz entre sonidos del Río de la Plata en formato de cuarteto e interpretaciones contundentes de la artista entrerriana.

Shagrada Medra



DECANTADO

IVÁN SALO

Pop, indie, reggae y bossa nova en temas frescos y optimistas. Es el tercer disco del músico de Buenos Aires, quien compuso este material en cuarentena y habla de los deseos, la paternidad, el amor y la naturaleza.

Independiente

YO ESCUCHO AXEL KRYGIER



“NO ME INTERESA TANTO LO PROFESIONAL COMO LO LÚDICO”

“De algún modo vivo en una sociedad con gente que mayormente no se parece a mí. Siempre estoy queriendo bailar, dispuesto al juego o a inventar algo en el momento. No me interesa tanto lo profesional como lo lúdico”, dice el músico Axel Krygier con una gran sonrisa. Ese espíritu está presente en toda su discografía, y *Axelotl*, el sexto álbum de su carrera solista, también suena así: experimental y ecléctico.

“En el disco hay un recorrido un poco anfibio, una percepción de la realidad a través del sentido del oído, lo cual es muy acuático. Los bichos del agua son muy sonoros, utilizan esa técnica de radar, de emitir un sonido para saber dónde están”, describe quien tocó con Soda Stereo y Charly García.

Para no perderse en el mar de posibilidades de la música, buscó un productor que lo ayudara a definir. “Me cuesta ese rol conmigo y no es algo deseable a esta altura”, confiesa con más de tres décadas de trayectoria. Cuenta que en este último tiempo produjo a otros artistas y compuso la banda sonora de dos obras de teatro, procesos colaborativos que lo impulsaron a compartir sus propias creaciones. “Mantenia mis discos como algo muy mío, como el lugar donde no tener ningún condicionamiento, pero a partir de trabajar en equipo sentí que pasaba algo muy rico, entonces decidí tomar mi propio álbum como una obra”, finaliza.

¿Un disco que recomiendes?

Psíquedelic Sanza, de Francis Bebey.



AXELOTL

Un disco electrónico con sintetizadores y programaciones. Ya tiene lado A y B, pensando en su edición en vinilo; uno más enérgico, otro más apacible.

Los Años Luz



**JUANA
MOLINA**

En formato solista, con guitarra, *looper* y sintetizadores, revisita un amplio repertorio de sus siete álbumes de estudio.

13 de noviembre, a las 19, en Club Paraguay, M. T. de Alvear 651, Córdoba.



**CAROLINA
MINELLA**

Presenta en vivo su tercer disco, *Cénesis*, además de interpretar clásicos del tango. *Show* benéfico para la ALCEM.

6 de noviembre, a las 21, vía *streaming*, por tickethoy.com

DESDE LA PISTA **GUSTAVO FONTANA**



"HAY QUE PONER LA LUPA EN NUESTRA IDENTIDAD"

Gustavo Fontana no cree que la música académica y la música popular estén separadas, pero sí que es necesario tender puentes que acerquen al público a las dos orillas. "Son rótulos, en algún momento lo que hoy es música clásica fue popular en su momento", explica el director de Sinfónico.AR, una propuesta que las integra reversionando íconos del cancionero nacional.

"Siempre tuvimos la mirada en lo que viene de otras latitudes. Para mí Beethoven es patrimonio universal, y también hay que poner la lupa en nuestra identidad, bucear en nuestros artistas", se explaya. Por eso, adelanta que el espectáculo reúne desde canciones de Carlos Gardel hasta de Serú Girán y Gilda. "Son himnos, porque son obras que nos permiten imaginar un universo alternativo, nos hacen identificar y logran otra distribución de lo sensible, distinta a la que se impone desde los medios y la industria", le cuenta a *Convivimos*.

Comenzó su carrera musical a los siete años en el Coro de Niños del Teatro Colón, y cuando estaba cambiando la voz, el solo de trompeta de *El cascanueces* lo enamoró del instrumento. Luego, descubrió que la dirección de orquesta era su vocación. "Siempre me gustó la idea de proponerles a los colegas una manera distinta o personal de hacer las cosas. Era el camino y lo disfruto mucho", resume.

¿Un artista que recomiende ver en vivo?

Divididos, Lìgia Piro, Fito Páez...



HIMNOS ARGENTINOS

Un recorrido por los géneros musicales más representativos del país a través de esas canciones que ya son parte del acervo cultural.

20 de noviembre, a las 21, en Teatro Coliseo, M. T. de Alvear 1125, Bs. As.

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 BOMBA

El primer día de trabajo puede ser inolvidable, como el de Marcelo, que quedó encerrado en su oficina con una clienta, el dinero de la financiera, una bomba y el dilema: ¿desactivarla o escapar?

Miércoles 3 y 10 de noviembre, a las 20 horas, en Paseo La Plaza, Buenos Aires.



PAISAJE EN FOCO. MIRADAS DESDE EL PRESENTE

La muestra se centra en el medioambiente y el entorno natural, con obras de la colección del museo y de artistas contemporáneos. Es parte de BienalSur 2021.

Hasta el 28 de noviembre, de martes a domingos y feriados, en Museo Emilio Caraffa, Poeta Lugones 411, Córdoba.

EN ESCENA **DABEL ZANABRIA**



“COMO UNO ES EN LA VIDA, ES EN EL ESCENARIO”

“Cada uno tiene que tomar su impronta, tener su propio baile, porque cada uno vive diferente, y estoy convencido de que lo que se transmite al escenario es cómo uno es en la vida”, dice el bailarín Dabel Zanabria. Y él es seguro, apasionado y desafiante. Además sostiene que la técnica sola no es suficiente y que el recorrido es tan exigente como el de un futbolista. “Hay que entrenar todos los días, si no, cuando bailás se notan las dificultades. El escenario te pide otras cosas, tenés que estar preparado física y actoralmente”, agrega.

De niño, su mamá lo mandó a folklore, pero no le encontró el gusto hasta la juventud, cuando vio al Ballet Brandsen en acción y se le despertó el deseo por bailar. Así, en el 83 comenzó el camino profesional que lo llevó a recorrer el mundo. Además de las danzas folklóricas, se acercó “muy de a poquito” al tango; tenía sus dudas y lo juzgaba de aburrido, pero en aquel momento surgía el espectáculo *Tango Argentino*, que había sido un éxito. “Me fue muy difícil, porque traía la estructura del folklore. Empecé a meterlo al cuerpo por conceptos y ahora soy un enamorado”, recuerda. En sus *shows* siempre están presentes los dos estilos, “folklore y tango van de la mano”, resume el también coreógrafo y director, durante una pausa del ensayo de *Tango. El regreso*.

¿Un ballet que recomiendes?

Nativo y Tanguera, en Teatrix. Y al bailarín Juan Saavedra.



TANGO. EL REGRESO

Bailarines de alta competencia, finalistas del último Mundial de Tango, en un *show* con actualidad y raíz. Homenajes a Aníbal Troilo y Astor Piazzolla.

3 y 17 de noviembre, a las 22, en Teatro Picadilly, Av. Corrientes 1524, Buenos Aires.

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



ALERTA ROJA
(NETFLIX)

Cuando la Interpol envía una “alerta roja”, significa que los departamentos de policía de todo el mundo deben estar alerta para capturar a los criminales más buscados. Todas las alarmas saltan cuando un temerario robo une al mejor agente del FBI con dos de las mentes criminales más brillantes y que son rivales entre sí. Un film de acción que promete romper los registros de audiencia.



EL ESCUADRÓN SUICIDA
(HBO MAX)

Un grupo de supervillanos se encuentran encerrados en Belle Reve, una prisión de alta seguridad. Para salir de allí harán cualquier cosa, incluso unirse al grupo Fuerza Especial X, dedicado a llevar a cabo misiones suicidas bajo las órdenes de Amanda Waller. Fuertemente armados son enviados a la isla Corto Maltese, una jungla repleta de enemigos.

YOVI CECILIA BARRIONUEVO



“EL CINE DEMOSTRÓ SU CAPACIDAD DE PERDURACIÓN Y CAMBIO”

“El mar y el cine siempre se han llevado bien”, dice Cecilia Barrionuevo, la directora artística del Festival Internacional de Cine de Mar del Plata. Por eso, el primer objetivo de la edición número 36 es que se realice en “La Feliz”.

Además, a días de que comience el único evento competitivo clase A de la región, señala: “El festival es un ámbito de visibilidad para el cine tanto argentino como de la región y por eso es necesario fortalecer su carácter de ventana de películas argentinas, latinoamericanas e internacionales”.

Como cada año, la programación fue definida “con mucho cuidado”, buscando un equilibrio entre la amplitud del universo cinematográfico. “Trabajamos para integrar una serie de títulos que reflejan la tensión entre tradición y contemporaneidad, consagrados y noveles, cine *mainstream* e independiente, clásicos y revelaciones”, comenta desde San Sebastián, España.

Aunque la pandemia introdujo la incertidumbre sobre el futuro del cine, para Cecilia no hay dudas de que lo tiene. “Siempre lo tuvo, y lo construye y redefine, a la vez que ha demostrado su capacidad tanto de perduración como de cambio. El festival es un lugar propicio para pensar en conjunto en lo que vendrá”, sostiene la especialista.

¿Una película que recomiendes?

Recomiendo todas las que forman parte del festival. Estamos orgullosos de cada una de las películas de esta edición.



FESTIVAL DE CINE DE MAR DEL PLATA

Además de las competencias oficiales, se desarrollarán actividades como presentaciones de libros, foros, *master classes*, paneles, entre otras.

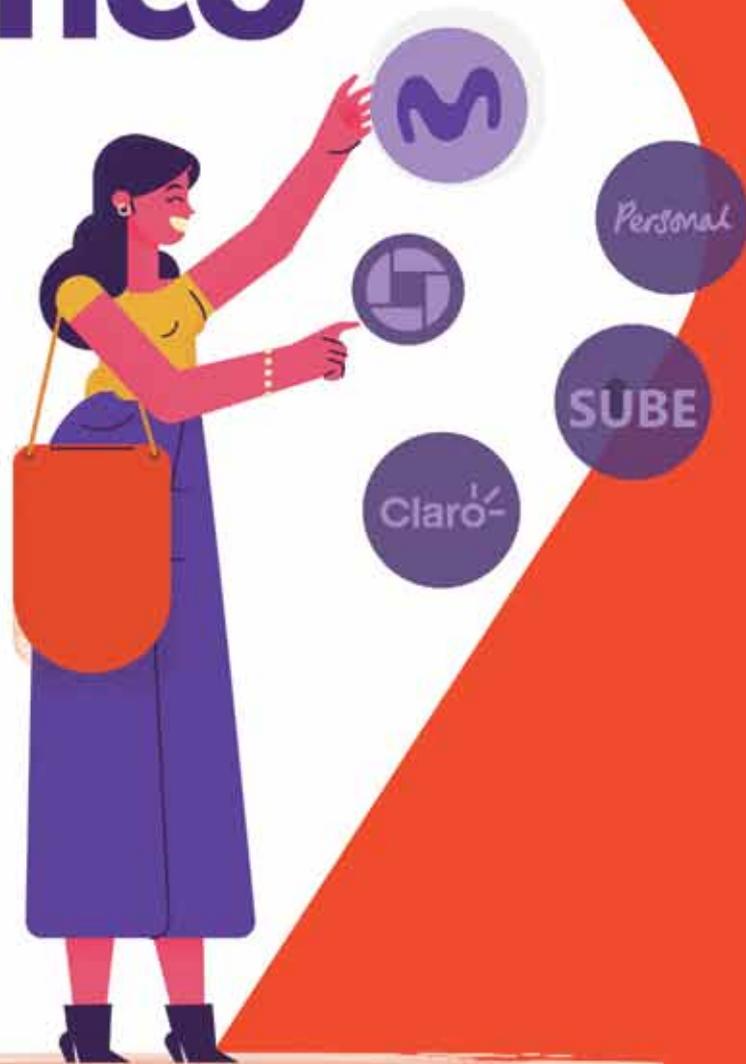
Del 18 al 28 de noviembre, en formato híbrido. www.mardelplatafilmfest.com

Naranja AHORA ES
NaranjaX

ADHERÍ TU DÉBITO AUTOMÁTICO

**¡PODÉS GANAR
\$100.000!**

Escaneá el código QR, adherí
tus impuestos y servicios ¡y
participá del sorteo!



Promoción sin obligación de compra, válida del 26/SEP/21 al 25/NOV/21.
Bases y Condiciones en www.naranjax.com/concursos

HOLLYWOOD MALDITO

Por distintas razones, a lo largo de la historia del cine, muchas películas quedaron con el mote de "malditas". Un repaso por estos largometrajes, que tal vez no sea bueno ver en soledad o con la luz apagada.

Por Leo González

Cuando se realiza una película, el sueño de todos los involucrados en ella es que sea buena y que el público la adore. Y también que, con suerte, tenga el privilegio de pasar a la historia como una de las mejores de todos los tiempos. A veces eso pasa, pero por diferentes motivos. Hay films que por circunstancias extraordinarias pasan a la categoría de "malditos". Muchos creen que estas son campañas de prensa armadas adrede para obtener publicidad. Otros no están tan seguros de eso.

La más famosa de todas, por caso, es *El exorcista* (The Exorcist, 1973). La película dirigida por William Friedkin tuvo varios accidentes extraños: un set se incendió sin causa aparente, varios rollos de película de los que habían filmado se velaron, hubo muertes de actores, de gente de producción o sus familiares. Friedkin, para que todos se calmaran, llegó a pedirle al reverendo Thomas Birmingham, asesor del film, que exorcizara el set. En *El conquistador* (The Conqueror, 1956) tuvieron mucha mala suerte. Usaron como locación el desierto de Nevada, pero lo que nadie sabía del equipo de producción era que allí los militares realizaban pruebas nucleares. El resultado fue que 91 de las 220 personas que participaron del film se enfermaron de algún tipo de cáncer, y de ellas 46 murieron. Entre ellos, John Wayne, Susan Hayward y el director Dick Powell. De la saga *Poltergeist* se realizaron tres largometrajes y una *re-make* hace algunos años. Esta franquicia se cobró la vida de varios de los protagonistas culpa de, aparentemente, un maleficio: Heather O'Rourke (*shock* séptico por una infección), Dominique Dunne (su exnovio la estranguló provocándole muerte cerebral), Will Sampson (complicaciones en una operación) y Julian Beck (cáncer de estómago). En *La profecía* (The Omen, 1976), que también trata



El actor John Wayne, fallecido tras la filmación de *El conquistador*.

sobre demonios, sucedieron hechos paranormales: el avión en el que viajaba el actor Gregory Peck fue alcanzado por un rayo y solo ocho horas después le ocurrió lo mismo al vuelo de David Seltzer, guionista de la película. Por su parte, el realizador Richard Donner había alquilado un jet que, en el vuelo anterior, se estrelló apenas se elevó y chocó con un automóvil (en donde iban la esposa y el hijo del piloto). Los dos perros rottweiler del film mataron a un cuidador, así como un león —que nunca se incluyó en el corte final— lo hizo con su domador. Para finalizar, está la maldición de *Rebelde sin causa* (Rebel Without a Cause, 1955), que hizo que muchos actores del elenco murieran antes de los 45 años: James Dean (accidente automovilístico), Nick Adams (sobredosis), Sal Mineo (apuñalamiento) y Natalie Wood (ahogo).

No se sabe si estos films están malditos o si es pura fantasía alimentada con los años. Queda en cada uno elegir creer o no hacerlo... ❏

PARA LOS MÁS CHICOS

Estas son algunas de las novedades en distintos canales de streaming. Disney+ sumó a su catálogo *Lego Star Wars: Historias aterradoras*, *Muppets Haunted Mansion: La mansión hechizada*, *Monsters Inc.*, *Monsters University* y *El extraño mundo de Jack*. Por su parte, HBO Max subió *Animales al ataque*, *All-Star Superman*, *Las aventuras de Tintín*, *Axel y los chicos espaciales* y *El gigante de hierro*. Finalmente, Netflix agregó la película *Pokémon: Los secretos de la selva*, *El origen de los guardianes*, *Bright: Alma de samurái* y *Violet Evergarden: La película*.



ESTAMOS



D O
N Á

Desde hace 20 años, estamos sosteniendo la esperanza, en el compartir que alegra, en la sonrisa que calma.



Manos abiertas
Córdoba

SIGAMOS ESTANDO DONDE MÁS NOS NECESITAN. DONÁ HOY.

Entrá a sigamosestando.com.ar y sumá tu aporte.

f    351 651 2728

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.naranjax.com



"UN LIENZO INTERMINABLE"

Estimados editores:

Soy mendocino radicado en Córdoba Capital hace unos pocos años. Vengo de la clientela primigenia de Nevada y soy parte del mundo Naranja.

Les escribo para contarles que *Convivimos* es un espacio en el que el fin del camino que traza la lectura se transforma en un lienzo interminable en el que me expreso con libertad y disfrute.

Quizás no lo sepan, pero este medio no solo es un vehículo de información y contacto, sino que, además, a otros nos propone y provoca otros espacios para anidar esos momentos y para seguir creciendo.

Gracias por eso. Si bien por ello ya son parte indisoluble de esto, les comparto algunos. Espero se sientan partícipes y también lo disfruten.

Gracias.

¡Fuerte abrazo!

Jorge De Ángeli

N. de la R.: Estimado Jorge, gracias por compartir tus dibujos. ¡Son hermosos! Nos llena de alegría saber que la revista genera esos momentos de creatividad y a la vez se transforma en un vehículo para expresarlos. ¡Abrazo de todo el equipo!



¡Juntos!

Con amigos, hermanos, primos o mascotas, la vida se llena de colores. ¡Es que juntos todo es más bello! Así lo reflejan las obras de nuestros lectores.



PESCANDO DE NOCHE

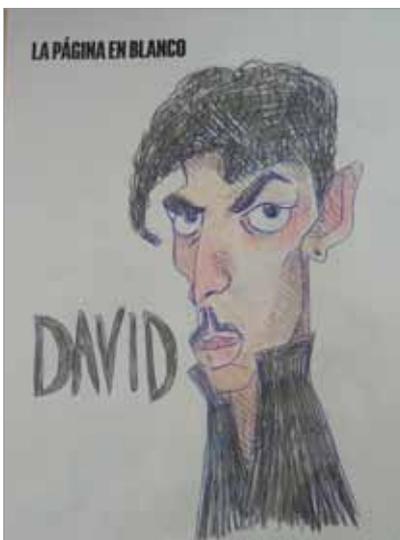
“En el dibujo estoy con mi hermano Santino, que tiene 5 años. Sé pescar, siempre voy con él y mis papás. Me gusta mucho leer libros y también dibujar. Voy a primer grado y me gusta escribir”.

Benjamín Pizzi
(7 años, Santo Tomé, Santa Fe)

PASEO EN EL PARQUE

“Este dibujo vino a mi mente y quise compartirlo con ustedes. Se llama MC y pasea a sus dos perros en el parque. Yo tengo una gata y un perro, Firu, al que paseo con mi papá por el río. Voy a primer grado, me gusta dibujar y escribir palabras”.

Thiago Daniel Canales
(7 años, Ingeniero Huergo, Río Negro)



DAVID

“El dibujo es para nuestro compañero David de Cuba. ¡El mejor compañero de todos y el más gracioso de la clase! Y además, una sorpresa para mi amiga Valentina, ella lo hizo y me parecía muy bonito si se publicaba. Siempre dibujamos juntas en clase y nos intercambiamos libros”.

Evelyn Marino
(13 años, Luján de Cuyo, Mendoza)

Buena gente

Diariamente se puede observar en medios masivos, sitios digitales o informes para determinados segmentos, centenares de investigaciones que reflejan distintas facetas sobre las personas. Análisis profundos que exploran su comportamiento, sus hábitos, sus niveles de ingresos, cómo se comunican, qué hacen cuando van al súper, cómo eligen la mayonesa o el papel higiénico, cuánto tiempo libre tienen, qué red social están usando, cuáles son sus gustos en comidas, perfumes, películas, autos o posiciones sexuales. Incluso investigan hasta la basura que tiran.

Datos actitudinales que permiten conocer el detalle de un cuerpo social en constante mutación y cada vez más fragmentado en pequeñas tribus.

A ello sumémosles las nuevas coordenadas de datos invisibles que generan los algoritmos de las plataformas digitales, montañas de informes que caen en manos de vaya a saber quién –en realidad lo sabemos– donde se develan gustos personales e íntimos a nivel de preferencias sociales, políticas, ambientales, deportivas y sexuales.

Ahora bien, en esa enorme maraña de datos fríos, nunca encontré una investigación para determinar cuántos “buenos tipos” hay en cada ciudad o país. También me pregunto si es necesario, ya que si no la han hecho, es porque nadie la solicitó. O a lo mejor sí, pero no se difunde.

Personalmente me sigue persiguiendo esa saludable inquietud de saber cuánta buena gente nos rodea. No la del falso gesto ampuloso y el abrazo superficial, ni aquella de verba prodigiosa y envolvente, aunque dudosa, sino esas personas que son buenas de verdad.

Las que apoyan causas nobles aunque sepan que están perdidas, las que dan todo sin reclamar algo a cambio, las que son capaces de arrepentirse y pedir perdón cuando se equivocan, las que nunca mienten aunque las traten de buenudas, las que cuando te abrazan sentís que su afecto te perfora, las que rechazan un soborno vergonzante, las que devuelven la guita que encontraron porque saben que pertenece al esfuerzo de otro, las que discuten para ser mejores y no solo para tener razón, las que no se ocultan, las sinceras, las honestas, las que no tienen vergüenza de sentir vergüenza.

El título de “buena gente” es algo que no se compra ni se consigue en ninguna universidad, solo lo conceden los valores que se persiguen y las actitudes que se asumen. Confucio tenía una buena frase: “No todos podemos ser ilustres, pero sí podemos ser buenos”.

Desconozco si a las consultoras, a las empresas de recursos humanos o al marketing moderno en general les interesa conocer ese número. Pero la gente común disfrutaría teniendo un *ranking* de los buenos. Qué lindo sería poder contarlos y saber que el mundo guarda la esperanza de ser mejor mientras ellos existan. Tengo la certeza de que son muchos más de los que creemos. Y ese simple dato sería un baño de oxígeno, al menos para poder seguir respirando entre tantas noticias tóxicas que interesadamente nos traen los medios y la tristeza de una pandemia que no tiene ganas de abandonar el barco. ☐

redaccion@convivimos.com.ar

“QUÉ LINDO SERÍA
PODER CONTARLOS
Y SABER QUE EL
MUNDO GUARDA LA
ESPERANZA DE SER
MEJOR MIENTRAS
ELLOS EXISTAN”.

FERNANDO MEDEOT

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



La vasija rota

¿Notaron que a veces los sucesos más simples pueden definir nuestra suerte? Precisamente, para graficar esto vamos a viajar a la antigua Grecia para conocer una práctica democrática de aquel momento.

“La democracia parece perseguir por encima de todo la igualdad; de modo que a los que dan la impresión de que sobresalen en poder, por dinero, por abundancia de amigos o por alguna otra influencia política, los ostracizaban y expulsaban de la ciudad por un período determinado”. Con estas palabras, Aristóteles explica el ostracismo en su libro *Política*.

Este término, “ostracismo”, deriva de la palabra griega *óstrakon* (‘pedazo de vasija rota’) y se refiere a la pena de destierro que recibían aquellos políticos que fueran hallados culpables de acumular poder.

El castigo por ostracismo era un método empleado para preservar la democracia. Habiéndose eliminado la tiranía de Atenas, Clístenes —político ateniense que introdujo el gobierno democrático y la igualdad de los ciudadanos ante la ley— ideó una forma para cuidar la polis: establecer el exilio de aquel a quien el voto popular juzgara peligroso.

El nombre de la pena tiene relación con el material que se utilizaba para elegir. Recordemos que el empleo del papel como soporte para escribir aún no se había difundido en este período helénico.

Así, para realizar las inscripciones que debían perdurar en el tiempo (leyes, homenajes, epígrafes), los griegos recurrían a materiales resistentes, como el mármol o el bronce; y para usos cotidianos, usaban cortezas vegetales, hojas de árboles, tejidos y,

como en el caso del ostracismo, trozos de vasijas.

La votación se hacía en el Ágora de Atenas, que quedaba al lado del barrio de los alfareros. En este lugar, abundaban los desechos de los productos de cerámica y barro. De este modo, los ciudadanos tomaban estos pedazos y con un objeto punzante escribían el nombre de aquel político que consideraban debía ser desterrado. Esta actividad se llevaba a cabo en una asamblea que tenía lugar una vez al año.

La norma señalaba que para que alguien fuera condenado, se necesitaban 6000 votos. También establecía que cuando una persona resultaba penada con el ostracismo, debía marcharse de Atenas en diez días y permanecer en el exilio durante diez años. Sin embargo, no perdía sus títulos ni sus propiedades. Asimismo, una nueva votación en asamblea podía decidir su regreso.

Cabe señalar que este método no siempre era sinónimo de justicia, ya que muchas veces tenía un rol protagónico la especulación política para eliminar adversarios. Grafica esto el análisis de cientos de trozos de vasijas que se encontraron en el Ágora. El estudio observó que solo una decena de manos distintas tallaron los nombres, lo que hace pensar que los votos ya escritos se distribuían para guiar voluntades.

Hoy, la palabra “ostracismo” continúa ligada a la arena política y se emplea para referirse al apartamiento, voluntario o forzoso, de los oficios públicos, en general motivado por conflictos. ▣

redaccion@convivimos.com.ar

“LA VOTACIÓN SE HACÍA EN EL ÁGORA DE ATENAS, QUE QUEDABA AL LADO DEL BARRIO DE LOS ALFAREROS”.

AGUSTINA BOLDRINI

Lic. en Comunicación Social.
Correctora de textos.



DE PIE

Una teoría evolucionista ubica el origen de los primates 30 millones de años atrás. Desde entonces ocurrieron múltiples adaptaciones físicas y funcionales, en particular el cambio de postura cuadrúpeda a bípeda, que nos hizo llegar al *homo erectus*.

La reducción de bosques obligó a los homínidos a desplazarse a la sabana, donde la postura erguida era indispensable para vigilar el horizonte y controlar potenciales peligros. Las patas delanteras quedaban libres para múltiples usos, como alimentación, cuidado personal y fabricación de utensilios.

Es curioso que esta evolución sea reproducida por cada niño actual durante su primer año de vida.

Todos los bebés nacen con una estructura física de primates cuadrúpedos. Disponen de cuatro patas con similar agarre, apoyo y habilidad. Las sutiles diferencias son uñas en lugar de garras, y dedos más cortos en las patas traseras.

Recién entre los tres y cuatro meses de vida las ahora llamadas “manos” comienzan a diferenciarse de los ahora llamados “pies”, por la oposición del pulgar y, en etapas siguientes, logran sus primeras destrezas manuales, aparentemente sencillas pero valiosas para determinar su normalidad.

Después de los seis meses de vida, la mayoría de los bebés logra sentarse, usando las manos, tanto para el apoyo como para manipulaciones complejas; y desde los ocho meses

muchos consiguen la ansiada libertad a través del gateo.

Este desplazamiento adquiere diversas formas, desde el avance “a lo cangrejo” hasta el uso de tres patas, rezagando una cuarta; desde movimientos “oruga” hasta un organizado y veloz gateo bien coordinado. Todo es normal, en tanto les permita cumplir el objetivo de llegar a donde quieren y cuando quieren.

“TODOS LOS BEBÉS
NACEN CON UNA
ESTRUCTURA FÍSICA
DE PRIMATES
CUADRÚPEDOS”.

Después de los diez meses casi todos consiguen ponerse de pie y algunos ensayan pasos, siempre con sostén. En posición erecta, su campo visual se agranda y esa perspectiva los deslumbra. Ante un nuevo horizonte, no pocos postergan el gateo para insistir en sostenerse en las patas traseras.

Niños-simios y niñas-simios comienzan a “abandonar los bosques para poblar la sabana”.

El panorama ha cambiado radicalmente: frente a ellos hay un mundo para explorar. A partir de entonces quieren tocar todo, tirar, romper, masticar y desordenar. Y lo logran.

Los padres, entre embelesados y temerosos, acompañan este crecimiento sin reparar en que su retoño ha sintetizado, en pocos meses, la evolución humana de millones de años.

Como logro mayor, los chicos comienzan a caminar solos después del año de vida; siempre presionados por la ansiedad familiar, sobre todo si son primeros hijos.

No obstante, los pediatras preferimos que posterguen la bipedestación para que, cuando caminen, lo hagan con seguridad y menor riesgo de golpes.

En una síntesis emocionante, tanto familiar como de la humanidad, el homínido ha quedado de pie.

En la alegría de verlos crecer no se advierte que luego deberán cargar con algunos inconvenientes que conlleva el aún imperfecto logro de la bipedestación: cefaleas, dolores de espalda, columnas vertebrales deformadas, várices, hernias y problemas de tensión arterial.

Pero claro, son humanos actuales: caminan en dos patas.

A partir de entonces solo resta saber lo esencial: hacia dónde irán. **■**

redaccion@convivimos.com.ar

ENRIQUE ORSCHANSKI

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



LAS CARRERAS DEL FUTURO

Ciencias de datos, ingeniería de la innovación, bioinformática, ingeniería en inteligencia artificial son solo algunas de las carreras del futuro que ya forman parte del presente. Universidades públicas y privadas adaptan su oferta a las nuevas demandas.

POR MARIANA OTERO

El vertiginoso avance de la tecnología, que provoca desde cambios en el comportamiento y en el modo de relacionarse hasta en el mercado laboral, viene impulsando en los últimos años transformaciones en las ofertas educativas de nivel superior y universitario.

Todo está cambiando de manera acelerada, y la creciente industria de la información ha desnudado el déficit de recursos humanos en esta área en el país.

La Cámara de la Industria Argentina del Software (CESSI) estima que cada año quedan sin cubrir alrededor de 5000 puestos de trabajo. La proyección para el 2030 indica, además, que se requerirán unos 500 mil puestos vinculados a la industria del conocimiento.

Ciencias de datos, ingeniería de la innovación, biotecnología, bioinformática, biomedicina, negocios digitales, ingeniería en inteligencia artificial (se dictará en la Universidad de San Andrés en 2022) y matemática aplicada son hoy algunas de las disciplinas a la vanguardia de la tecnología que pretenden formar personas capaces de sacarles el jugo a los datos en la era de la información.

En los últimos tiempos, las universidades públicas y privadas de distintas provincias vienen adaptando sus ofertas a las nuevas demandas. Cada vez son elegidas por más estudiantes, aunque el número de interesados está

aún muy lejos de las más tradicionales.

En otras palabras, las “carreras del futuro”, que ya son las carreras del presente y están en reconversión permanente, comienzan a tener un lugar visible.

Nicolás Wolovick, licenciado en Ciencias de la Computación y profesor de la Facultad de Matemática, Física, Astronomía y Computación de la Universidad Nacional de Córdoba (UNC), explica que las carreras del futuro con mayor impacto son aquellas que combinan dos o más disciplinas relacionadas con la tecnología. Computación Cuántica (física y computación) o Bioinformática (computación aplicada a la biología), por citar solo algunos ejemplos.

“Computación pura no es una carrera del futuro, atrae poca gente. Pero sí tienen mucho sentido las carreras que tienen gran aporte de computación, como Ciencias de Datos o aprendizaje automático. Son aplicaciones de las ciencias básicas hacia otros campos y ahí hay grandes vacíos”, apunta Wolovick.

CIENCIAS DE DATOS

La Universidad de Buenos Aires (UBA) abrió este año la Licenciatura en Ciencias de Datos, dentro de la Facultad de Ciencias Exactas y Naturales.

Ana María Bianco, directora adjunta de la carrera, asegura que la oferta que combina computación y ma-



temáticas ha generado gran interés entre los ingresantes.

“Las posibilidades de inserción laboral son altas y diversas. Hoy cualquier decisión que se tome en una industria, en finanzas, en el Estado o en ciencias es basándose en análisis de datos. La inserción es múltiple. También en el ámbito académico y científico. Son alumnos que ni bien egresan tienen trabajo, con salarios muy interesantes”, subraya Bianco.

La Licenciatura en Ciencias de Datos también se cursa, entre otras, en la Universidad Nacional de Guillermo Brown, en la ciudad de Burzaco, provincia de Buenos Aires, y en universidades privadas como la Torcuato Di Tella, en la ciudad de Buenos Aires.

BIOINFORMÁTICA

En la Facultad de Ingeniería de la Universidad Nacional de Entre Ríos (UNER) se dicta la carrera de Bioinformática, creada en 2004 y con su primera cohorte de egresados en 2010. La propuesta acopla biología, física y química con computación y matemáticas.

“Con el advenimiento del programa de genoma humano, la idea fue trabajar con herramientas que combinaran las ciencias exactas con las ciencias biológicas. Ese es el origen y la motivación de la carrera”, explica Víctor Casco, vicedecano de Ingeniería y director del Instituto de Investigación y Desarrollo en Bioingeniería y Bioinformá-

tica, del CONICET y la UNER.

“Hay una alta demanda de nuestros graduados en el mercado. Los primeros estudios que hicimos antes de abrir la carrera estuvieron basados en el pedido de empleo en revistas científicas de prestigio a nivel internacional. En el país no estaba tan desarrollada esa temática. Nuestros graduados están todos empleados, fundamentalmente en el sector científico. Aunque en la actualidad también están relacionados con el desarrollo de fármacos, de vacunas”, explica Casco.

La matrícula crece año tras año. “Todos los graduados han conseguido posiciones para hacer sus doctorados e insertarse en la academia, en actividades científicas. Algunos están trabajando a nivel privado, sobre todo, en institutos de diagnósticos que cuentan con herramientas de alta tecnología, bioquímicos o de biología molecular. Y tienen grandes perspectivas en cuanto al trabajo con vegetales”, aclara el vicedecano.

La Universidad de Quilmes, por su parte, dicta la carrera de Biotecnología, y la Universidad Argentina de la Empresa (UADE), de gestión privada, también ofrece Bioinformática.

“En el exterior, salvo en Israel y en los Estados Unidos, no existe prácticamente como carrera de grado”, agrega Casco, y explica que es una oferta educativa sincrética muy novedosa para el mundo.



Fotos: iStock.

**“LA BIOINFORMÁTICA
HA SERVIDO PARA
DESARROLLAR NUEVAS
VACUNAS Y FÁRMACOS,
PERO TAMBIÉN PARA
ANALIZAR PROBLEMAS
AMBIENTALES”.**
VÍCTOR CASCO

“Son carreras del presente, pero tienen mucho futuro. En estos últimos dos años ha quedado demostrado que la bioinformática ha servido para el desarrollo de nuevas vacunas y fármacos, pero también, un aspecto no demasiado conocido, para modelos epidemiológicos y para analizar problemas ambientales”, sostiene Casco.

En la actualidad, graduados en Bioinformática de la UNER trabajan en la modelización de la pandemia del virus SARS-CoV-2 y en la proyección de la patología con poblaciones vacunadas o no inoculadas en relación con todas las variables dentro del cuadro de la pandemia.

COMPRENDER EL MUNDO DIGITAL

¿De qué manera “despertar” en el secundario el placer por el estudio de estas ciencias que se van posicionando como neurálgicas para las sociedades del presente?

Marcos Gómez, doctor en Ciencias de la Computación, especializado en didáctica de esta ciencia, considera que, en primer lugar, la enseñanza de ciencias de la computación en la escuela debe promover la ciudadanía; es decir, permitir vivir en el mundo digital y comprenderlo.

“Nuestra vida ha cambiado. El modo de resolver los problemas diarios se vincula con el uso de computadoras. Entender cómo funcionan nos da otras herramientas para poder tomar decisiones”, plantea Gómez.

En la misma línea, Cecilia Martínez, doctora en Educación, profesional adjunta de CONICET y docente de la UNC, considera que urge que las escuelas secundarias aborden la comprensión del mundo digital.

“Es necesario no solo para entender el mundo atravesado por lo digital, sino, y más importante, para participar de él, para no ser meros espectadores, para poder hacernos preguntas y pensar en cómo la tecnología digital puede (o no) contribuir al bien común”, plantea.

Y agrega: “Los ‘programas’ computacionales median todas las áreas del desarrollo social y productivo, y este proceso se seguirá intensificando. Comprender cómo funcionan los programas es necesario para no ser nosotros programados por ellos”.

Nicolás Wolovick, en tanto, considera que en el secundario aún se enseña tecnología desde la ciencia básica, con un gran nivel de abstracción.

“¿A quién le interesa la física porque sí? Tiene que haber una conversión de la escuela para que toda enseñanza tenga una mirada más social, de más aplicación, de derechos. La gente no elige estas carreras vinculadas a la tecnología porque no entran dentro del radar, porque no las conoce”, concluye. 

“¡SILENCIO, ESTAMOS LEYENDO!”

Desde esta página insistimos con frecuencia en la importancia de la lectura. Tal vez la intención quede bien expresada en este comentario de Antoine Compagnon, reconocido profesor de Literatura del College de France, París, y de la Universidad de Columbia, Nueva York: “Escribir y tal vez aún más leer sean en sí mismos actos de resistencia al no-pensamiento, a la ausencia de juicio, a la modernidad ciega. Por eso, leamos, es lo mejor que podemos hacer para asegurar a la literatura su lugar en nuestra vida y en la sociedad”.

En ese sentido resulta trascendente la iniciativa que surgió hace quince años en el liceo Tevfik Fikret de Ankara, Turquía, y que se ha extendido a otros países. Todos los días a la misma hora las personas que se encuentran en la escuela –alumnos, profesores y personal administrativo– hacen una pausa y durante quince minutos, en total silencio, leen un libro de su elección. Para difundir la idea en Francia surgió la organización “¡Silencio, estamos leyendo!”, cuyos promotores señalan que en los intercambios que luego se generan en los que cada uno manifiesta sus gustos y reflexiones se evidencian los efectos benéficos de este tiempo dedicado a la lectura por alumnos y adultos. No solo mejoran la expresión escrita y oral, y los vínculos entre los alumnos y sus docentes, sino que también se estimulan la curiosidad

y el espíritu crítico. Ese grupo, que brinda asesoramiento a quienes desean llevar adelante la iniciativa en sus escuelas (www.silenceonlit.com), destaca: “La lectura nos permite ampliar nuestro conocimiento del mundo, de los demás, de lo que está lejos de nosotros, así como de

“TODOS LOS DÍAS
A LA MISMA HORA
Y DURANTE QUINCE
MINUTOS, EN TOTAL
SILENCIO, LEEN
UN LIBRO DE SU
ELECCIÓN”.

lo que hay en nosotros. En definitiva, enriquecer nuestra cultura”.

La idea es que se lean libros, no periódicos, revistas o textos, y, por supuesto, que no se utilicen pantallas. Se debe leer un libro de papel cualquiera sea su tema, idioma o estilo literario. Están permitidas las historietas, aunque, curiosamente,

muchos estudiantes que parecían estar exclusivamente interesados en ellas finalmente optaron por los libros. Cada persona puede leer el libro que desee y se los proporciona a quienes no los tienen, atendiendo a sus intereses. Se buscó comprometer al personal de la escuela, cualquiera fuera su función, instruyéndolo a respetar el silencio absoluto durante esos minutos, inclusive si no sentían deseos de leer. Muy pronto todos se plegaron a la experiencia y se hizo innecesario que los maestros recorrieran la clase para asegurar que todos tuvieran un libro. Aun sin supervisión, las personas se concentraron en la lectura durante los quince minutos previstos.

El vicepresidente de “¡Silencio, estamos leyendo!”, Olivier Delahaye, mencionó algunos problemas que surgieron al impulsar la iniciativa en las escuelas francesas: “Ha sido preciso superar la resistencia al cambio así como la adicción a las pantallas, que capturan nuestros ojos y nuestra mente afectando el desarrollo emocional y relacional. Leer a diario es una filosofía, un arte para vivir, una lucha”.

Sería una buena idea promover entre nosotros una experiencia similar, accesible y económica, para intentar superar la alarmante pérdida de la capacidad de lectura que afecta a las nuevas generaciones. **▣**

redaccion@convivimos.com.ar

**GUILLERMO JAIM
ETCHEVERRY**

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



SAPUKAY, DONDE VIVE EL CINE

“Sapukay. La Casa de Fernando Birri” es un centro cultural y mucho más. En San José del Rincón (Santa Fe) funciona una escuela de alfabetización audiovisual y de títeres que sigue las huellas del reconocido cineasta argentino.

POR MAGDALENA BAGLIARDELLI

Qué mejor lugar para aprender a hacer cine que la casa de Fernando Birri, el “padre” del nuevo cine latinoamericano? El cineasta, poeta y actor santafesino falleció en 2017 y “el rancho” (como le gustaba decir) que construyó a mediados de los 90 junto con un amigo y colega que además era maestro mayor de obra funciona hoy como un espacio artístico de gestión pública, destinado a introducir a niños, jóvenes y adultos en el mundo cinematográfico y del teatro de títeres.

Luego de su muerte, la vivienda –que está ubicada en la localidad de San José del Rincón, en las márgenes del arroyo Ubajay y el río Colastiné, muy cercana a la ciudad de Santa Fe– comenzó a ser cogestionada por el Ministerio de Innovación y Cultura de la provincia y el municipio. Allí funciona una escuela de cine para niños de cuatro a diez años que acuden a talleres semanales de duración trimestral. “Se trabaja en la construcción del relato audiovisual, con técnicas de *stop motion*, con el acompañamiento de una docente de artes visuales y una de cine. Les enseñan a pensar personajes y a darles vida a través de una cámara multiplano, construida de manera casera, que permite ver capas de una imagen y que está conectada a una computadora con un programa de edición para trabajar esta idea de animación”, explica Amiel Rodríguez, coordinadora de “Sapukay. La Casa de Fernando Birri”.

El verano pasado, los participantes del taller reali-

zaron un registro de eventos artísticos con el objetivo de profundizar en el manejo de las cámaras. “Fuimos a cubrir música en vivo, con artistas que se presentaban en la costa. Allí aprendieron a hacer manejo de sonido y luces, la utilización de las cámaras, como un taller exprés de cine”, cuenta Rodríguez. Una de las propuestas que quedó en el tintero y con la que piensan avanzar en los próximos meses es la introducción al mundo cinematográfico con grupos de otras edades.

En Sapukay también se realizan talleres de títeres, dirigidos a un público amplio, de todas las edades. “Incorporamos a artistas reconocidas que viven en esta zona porque nos parece una forma más simple de relacionarnos con el ambiente y con la gente que nos rodea”, dice Rodríguez. Los talleres de construcción y manipulación de títeres y objetos se realizan una vez por semana con jóvenes de seis a doce años, y también existe un espacio para trabajar con adultos. “Hay un proyecto más grande detrás, con la idea de acompañar a los adultos en el tránsito por instituciones educativas, vecinales, escuelas, con temáticas de interés popular. Queremos que el espacio sea un semillero y que los participantes puedan desprenderse y continuar con sus propias presentaciones”, añade.

Para favorecer el vínculo entre la institución y la comunidad, la coordinadora explica que las producciones que realizan salen a rodar por distintos ámbitos. Lo hacen ya sea acompañando actividades que se realizan a lo largo de la costa los fines de semana, en bibliotecas o en



Foto: Gentileza Sapukay. La Casa de Fernando Birri.

Chicas y chicos de San José del Rincón aprenden a hacer cine.

centros vecinales a través de funciones de cine rodante, con películas propias o hechas por realizadores santafesinos, así como también con funciones de títeres, que son esencialmente “trotamundi”.

Si bien las actividades presenciales se vieron “replegadas” debido a la pandemia, la virtualidad también les permitió llegar a su público. En los meses de mayores restricciones, la escuela de cine mudó sus actividades a una plataforma virtual de acceso gratuito, y, a la vez, las docentes continuaron armando materiales para que las familias pasaran a buscarlos por el centro cultural. “Construimos estos desafíos para mantener el vínculo con los padres y los chicos”, explica la coordinadora. En el caso del taller de títeres, también se distribuyeron clases grabadas y había contacto virtual una vez por semana entre profesores y alumnos.

“Nosotros trabajamos a lo ‘birriano’”, afirma la fiel seguidora del cineasta. Y agrega: “Él tenía un proyecto ambicioso de cine documental, de aprender haciendo, con cámara en mano. Fernando decía que la cámara va a la altura de los ojos del hombre y que la gente te va a dar material para contar”.

OBRA Y LEGADO

Además de los talleres que se realizan en Sapukay, se creó un espacio de investigación colaborativo de la vida y obra de Fernando, con residentes jóvenes, estudiantes del Instituto Superior de Cine y Artes Audiovisuales de Santa Fe, que realizan trabajo de archivo y docu-

mentación de lo que sucedió en la casa de Birri, de qué historias y proyectos ha sido testimonio este lugar y de las producciones que realizó el cineasta. “Seguimos sosteniendo la idea de Fernando de documentar la realidad. Lo vemos como un espacio de formación, que permite que residentes puedan realizar un programa de pasantías de la provincia, que indaguen sobre teatro, arte popular y organización social”, explica Amiel Rodríguez.

Al mismo tiempo, están trabajando en un proyecto para “mundializar la casa”, lo que implica poder generar un recorrido virtual 360 por una de las tres casas centrales que habitó el cineasta: el “rancho” en San José del Rincón, la casa de Cuba y la de Italia, donde finalmente falleció. “Con cada una de sus producciones, Fernando generó redes humanas, relaciones, y nosotros intentamos agarrarnos de eso y no construir la historia solos. Para eso, estuvimos haciendo entrevistas y localizando gente que nos pueda hablar de esos espacios”, afirma entusiasmada quien desde hace años viene trabajando en la vida y la obra de Fernando Birri. □

CÓMO COMUNICARSE:

Sapukay. La Casa de Fernando Birri
En Instagram y Facebook: @Sapukay.sf
Mail: Sapukay@santafe.gob.ar

redaccion@convivimos.com.ar

Confort al aire libre

Una excursión a algún lugar alejado puede disfrutarse mucho mejor si se va equipado con todo lo necesario para garantizar el confort y la buena conectividad.

Por Ariel Hendler

La primavera siempre es un buen momento para salir de excursión a algún rincón agreste fuera de la ciudad, lo más aislado posible del gentío y los ruidos de la vida cotidiana. Pero eso no significa privarse de los beneficios de la tecnología y la conectividad, a los que ya es muy difícil renunciar. La buena noticia es que existe una gran variedad de productos ideados también para mejorar las experiencias al aire libre.

Una precaución elemental es pensar en cómo se van a cargar los dispositivos, y para eso resultan de gran utilidad las mochilas inteligentes, como Exo o Noga S/1, que cuentan con un panel solar capaz de recargar al mismo tiempo una batería autónoma y una *tablet* o un *smartphone* en sus dos puertos USB (además, son acolchadas para llevar adentro todos los dispositivos a resguardo de golpes). Por supuesto, hay opciones más sencillas, como las baterías externas para celulares o tabletas, como Goal Zero Venture 70, que tiene el tamaño aproximado de un *smartphone*, con un diseño robusto y resistencia al agua: cualidades muy útiles para la vida *outdoor*.

Claro que, además de la corriente de alimentación, se necesita la conectividad para acceder a Internet, usar las redes sociales y demás. Si el plan de la salida incluye llevarse una o más *tablets* para chequear los *mails*, usar las redes sociales, ver películas, series o algún partido de fútbol, es de gran utilidad tener un *router* 4G. Existen modelos como el TP-Link M7200, con su diseño compacto y una forma atractiva (similar a un jabón de tocador), que ofrece una velocidad del wifi de hasta 150 Mbps, permite conectar hasta diez dispositivos a la vez y trae

una batería que asegura hasta ocho horas de uso intensivo.

Si es para mantenerse comunicado entre compañeros de excursión en lugares agrestes, otra opción son los viejos y queridos *walkie talkies*, que nunca dejaron de renovarse. Los nuevos Motorola Talkabout T82 Extreme Dúo Pack tienen un alcance de hasta 10 kilómetros, pantalla LCD y funcionan con dos pilas AA para una autonomía de 18 horas.

Pero como no todo es conectividad, es útil también contar con una botella con filtro para purificar el agua que pueda recogerse de un arroyo, un río o una canilla no demasiado confiable. Una opción muy interesante es la LifeStraw Go, que posee un sistema de filtrado en dos fases a base de carbón activo –el mismo sistema que utilizan las purificadoras hogareñas para la cocina–, eficaz para eliminar bacterias y otros parásitos para poder calmar la sed y refrescarse. ■

redaccion@convivimos.com.ar

LA NUEVA GOPRO

Imprescindibles cuando la excursión tiene cierta dosis de aventura, las cámaras deportivas y ultracompactas GoPro son desde hace dos décadas la mejor opción para sacar fotos y grabar videos en alta definición gracias a su lente gran angular con una amplitud de campo inédita. En septiembre pasado se presentó la última versión, Hero 10 Black, con el nuevo procesador GP2 que duplica la velocidad de fotogramas de video al punto de que ahora es capaz de grabar videos de 5,3K con 60 fotogramas por segundo. Además, cuenta con una interfaz más ágil y un *software* más veloz, aunque su aspecto exterior sigue siendo el mismo.



**POR
FELIPE PIGNA**



CAFÉS

Desde aquel monje pastor etíope llamado Kaldi, que asombrado por el cambio de hábito de sus cabras tras comer unos extraños frutos que crecían en un monte dedujo que algo novedoso e interesante había allí, hasta el presente, ha corrido mucho café. Un alimento sólido que convertido en infusión fue ganando las voluntades de sus consumidores, manteniéndolos despiertos, atentos y, en principio, alejados de los vicios, hasta convertirse también él en uno de ellos y caer bajo ciertas prohibiciones islámicas.

Tras las cruzadas, los comerciantes italianos serán los primeros en Occidente en notar sus ventajas y potencialidad económica, instalando allí, entre los canales, los primeros “cafés”. La bebida ganará rápidamente el mercado inglés, y los patrones, pensando en el aumento de la productividad y no en reconfortar a sus obreros, lo proveerán gratuitamente en las fábricas de la Revolución Industrial. Se desatará entonces una fuerte competencia entre holandeses, franceses e ingleses por el control de la producción y comercialización del café. Hay historias novelescas, como la de la llegada del café a Martinica, la guerra entre la achicoria y el café, o los efectos mucho más que económicos de su cultivo en Haití y la lucha de la Coca-Cola y la Pepsi contra el café, con amplias campañas en la prensa demonizándolo.

El consumo de café se popularizó entre nosotros a fines del siglo XVIII con el Café de los Catalanes, y a principios del siglo XIX con el Café de Marco —ubicado frente al

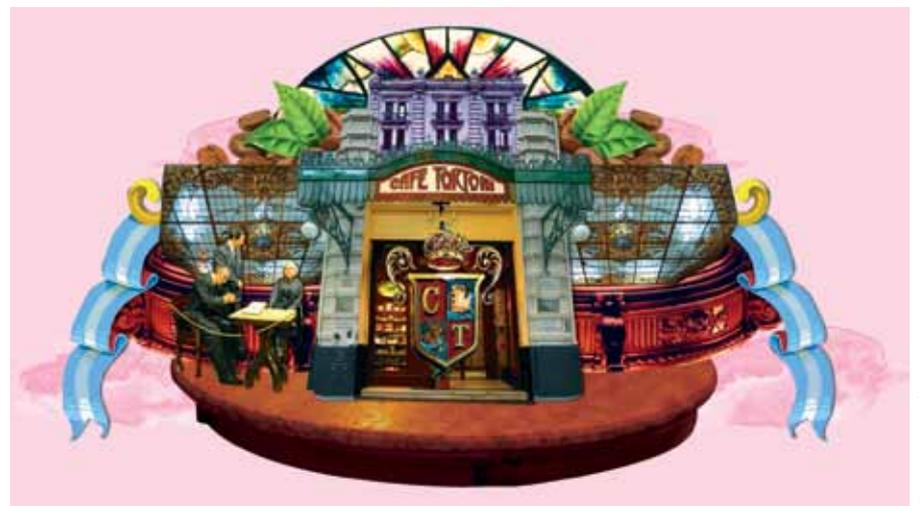


Ilustración: Pini Arpino.

Colegio de San Carlos, actual Nacional Buenos Aires— y el Café de la Victoria, en una de las esquinas de la Plaza de la Victoria, la Plaza de Mayo de nuestros días. Aquellos cafés pioneros fueron centros de agitadas reuniones políticas. El de Marco era algo así como la sede de los morenistas, allí se pergeñaron las estrategias revolucionarias y allí nació la Sociedad Patriótica promovida por el tucumano Bernardo de Monteagudo. El Café de la Victoria fue el lugar elegido para festejar el triunfo contra los ingleses en 1806 y 1807, la victoria de los patriotas en el Cabildo del 22 de mayo y la formación del nuevo gobierno el 25 de mayo de 1810. Desde entonces, los cafés proliferaron y nacieron algunos notables como el Tortoni, que tomaba su nombre de un célebre establecimiento del Boulevard de los Italianos de París. A principios del siglo XX nació allí, bajo el impulso de Benito Quinquela Martín, la famosa Peña del Tortoni, que supo

reunir a visitantes ilustres con lo más notable de la bohemia porteña. Por allí pasaron, entre otros tantos, Pablo Neruda, Federico García Lorca, David Siqueiros confraternizando con Alfonsina Storni, Carlos Gardel, Natalio Botana, su mujer Salvadora Medina Onrubia, Jorge Luis Borges y los hermanos Tuñón. En los años 60 se juntaban en sus marmoladas mesas los promotores de la revista *El Escarabajo de Oro*, encabezados por Abelardo Castillo. El Molino concentró frente al Congreso la actividad parlamentaria, y entre sus paredes nacieron y murieron proyectos de ley y candidaturas. Entre los 50 y los 60 nació la bohemia “correntina”, ubicada en la avenida Corrientes entre Callao y Uruguay, con lugares emblemáticos como La Ópera, La Paz, el Ramos y La Giralda, paso obligado antes o después del teatro, el cine y el infaltable recorrido por las librerías. ■

SILVANA D'ONOFRIO

"UNA ÓPERA ES MUCHO MÁS QUE LA MÚSICA"

Es la única mujer dirigiendo ópera en el país y confiesa que realiza obras donde tiene algo que decir. En su última puesta, Dido y Eneas, encara cuestiones de género y las mujeres en los roles de poder.

POR DAI GARCÍA CUETO FOTO LAURA ORTEGO

Dios escribe derecho sobre renglones torcidos", le decía su abuela cuando era chica, y Silvana D'Onofrio la comprendió más tarde, cuando una lesión en la mano la puso nuevamente en la senda de su vocación, la de dirigir orquestas.

Con discos de Mariano Mores y una guitarra, Silvana fue descubriendo el mundo de la música desde la infancia. Al terminar el secundario, vio al maestro italiano Ricardo Muti dirigir en un concierto y supo que eso era lo suyo. "Entré al Conservatorio Manuel de Falla con la idea de ser directora, pero mi profesora de piano me convenció de que tenía dotes para el instrumento. Lesionada, dejé de tocar y me dije 'Tengo que poder hacer algo con la música' más allá de ser pianista, y ahí volvió la idea original. Era mi destino", recuerda la única mujer dirigiendo ópera en la Argentina.

Asegura que en el país es un género difícil de realizar, porque no hay apoyos específicos: "De teatro te dicen que sos de música, y viceversa, quedamos en un limbo", comenta con la certeza de que la pandemia dejó a las compañías independientes en una situación muy compleja. Ella tiene la propia, Música en Escena, con la cual a fines del año pasado empezó a montar *Dido y Eneas*, aun con incertidumbres sobre la posibilidad de presentarla en vivo. "Teníamos la necesidad de encontrarnos a hacer música. Era tan así que los cantantes ensayaban con el barbijo puesto y no se quejaron jamás", cuenta mientras espera las nuevas fechas para esta adaptación de Purcell, graba la versión para plataformas digitales y prepara una nueva obra.

¿Qué te gusta de dirigir?

Por una parte, me gusta mucho el proceso creativo desde que empezás a juntarte con los cantantes para pasar las partes al piano. La orquesta llega a último momento. El ensayo es prueba y error, todo lo que se te ocurra lo podés probar, eso es una maravilla. Por la otra, el estudio de una ópera es mucho más que la música, es entender procesos sociales y culturales. En *Dido y Eneas* fue comprender el rol de una mujer en un contexto muy hostil y que ya en 1600 daba vueltas esta idea de que el género no es blanco o negro, como se planteó desde el romanticismo en adelante. Por ejemplo, hay unos personajes que son brujas, pero con voces de tenores y bajos. Los procesos históricos ciclan ideas y las instauran como lo que debe ser. No dejo de asombrarme por lo que podés aprender estudiando una partitura, es fantástico.

¿Cómo sos como directora?

Creo en la cordialidad para trabajar, no podría hacerlo en un ámbito poco amable. Soy muy organizada, muy ordenada, me gusta probar cosas, no me da miedo cambiar, y eso también tiene una evolución. Hasta hace algunos años pedía cosas y si veía que la persona no podía, trataba de amoldarme y negociar, luego comprendí que si tenía una visión y quería eso, había que insistir para conseguirlo. Siempre amable, pero si quiero llegar a un determinado lugar, tenemos que llegar y llegamos.



Dirigiste Dido y Eneas para recibirte, ¿qué cambió en vos desde aquella vez hace 20 años y ahora en esta nueva puesta?

Si miro en retrospectiva, tengo la sensación de que no entendía nada; igual fue una muy buena versión para una estudiante. Ahora mi mirada es más profunda y no hago una obra si no tengo algo para decir con ella. Necesito tener algo que contar de lo que nos pasa, en general me resulta más atractiva la cuestión femenina. Es cualitativo el cambio, más allá de la cuestión técnica que por supuesto mejoró, porque con los años una va aprendiendo y estudiando.

¿Te gustaría crear tu ópera?

No, no soy compositora. Estoy entrenada para decodificar lo que escriben otros.

Dido y Eneas habla de las mujeres en el poder, y vos sos la única en la Argentina dirigiendo ópera. ¿Qué pensás al respecto?

Es todo un tema. Cuando me recibí, entendí que no tendría un lugar en los organismos oficiales, porque las

CAFÉ Y HORA LIBRE

Nacida en Liniers, Buenos Aires, en 1969. Además de profesora artística de Piano y Dirección de Orquesta, es docente en el Colegio Nacional de Buenos Aires de primero a tercer año, cursos en los que hay clases de música. “Extraño tomar el café en el bar del frente del colegio y compartir con mis compañeros la hora libre, charlar de música, eso fue duro durante la cuarentena”, rememora, y confiesa que su preferido es el café con leche.

mujeres no lo tenemos más que como directoras invitadas. Es un lugar de hombres y todavía no se perfila que esas instituciones se abran. Yo soy muy cabeza dura, y me dije “Eso a mí no me importa, voy a armar mi propia compañía y dirigir las cosas que tenga ganas”. En general, cuando termina una función, una dama invita al escenario al director, y yo les pedí: “No me vengan a buscar, muchachos, porque yo hasta acá llegué sola, entonces tengo ganas de subir sola, no de que un hombre me dé la mano, porque ninguno me la dio para llegar hasta acá”.

¿Qué relación tiene el público con la ópera?

En la Argentina sigue siendo un espectáculo de elite, no es que la gente va a la ópera como al cine. Las compañías independientes hacemos mucho para acercar a la gente, por ejemplo con localidades más accesibles. En Italia la gente tiene la misma pasión por el fútbol que por la ópera, sería maravilloso que sucediera, pero estamos lejos de eso. Hay que trabajar para ampliar el público. ■





ELEONORA WEXLER

“ME ACEPTO CON
LAS MARCAS
DE LA VIDA”

Con 47 años y 39 de trayectoria, está en un momento de su carrera de mayor compromiso social. La introspección y la acción. El paso del tiempo y sus desafíos. Charla con una mujer que puede encarnar cualquier personaje, y que en su madurez se siente más plena.

POR VALERIA GARCÍA TESTA FOTOS ALEJANDRA LÓPEZ

Eleonora Wexler sabe manipular el fuego sin quemarse. Tiene el talento de entregarse a las llamas en un doble rol: como si fuera un pedazo de vidrio hirviendo a punto de ser modelado y, a la vez, convirtiéndose en la que lo sopla y lo esculpe. Suele decir que los personajes le cruzan el paso en el momento preciso de un camino personal. Que vienen a mostrarle algo, a traerle ciertas respuestas o muchas preguntas. No es casual entonces que este año haya hecho cuatro películas que relatan sucesos muy sensibles y profundos, algunas con anclaje en hechos reales. En *Yo nena, yo princesa* (de Federico Palazzo), estrenada el 28 de octubre, es Gabriela Mansilla, la mamá de Luana, la primera nena trans que obtuvo su cambio de identidad a los siete años. En *Historias invisibles* (de Guillermo Navarro), es la madre de una chica captada por una red de trata. En *Algo incorrecto* (de Susana Nieri), es la hija de un juez marplatense acusado de abuso sexual. En *Ahora Ariel* (de Alison Murray), se convierte en hermana de un hombre que descubre que es hijo de desaparecidos. Nos cuenta de su proceso interno y de cómo es poner el cuerpo y las emociones al servicio de la potencia y la profundidad de las historias.

¿Cómo te atravesó *Yo nena, yo princesa*?

Para mí es un canto a la libertad. Me llegó por medio de Fede Palazzo. Yo estaba por filmar otra película, una comedia romántica. Pero cuando terminé de leer el libro, quedé muy conmovida y lo llamé al toque y le dije que la iba a hacer.

Con ese impulso, desde la entraña.

Eso fue, desde la entraña, dije: "Esto es un compromiso que yo voy a tomar, es algo que no se puede no contar". Era marzo, y en abril empezamos a filmar, con todo lo que implicaba en ese momento, porque se volvían a cerrar actividades. Fue un plan de filmación muy ambicioso, con COVID en el medio. En un momento no dormía por la preocupación, porque quería llegar a terminarla. Fueron cinco semanas al palo.

¿Es distinto comprometerte con un personaje de ficción que con uno que tiene anclaje real, como en este caso es Gabriela Mansilla?

Ella estaba ahí, todos los días en la filmación, muchas veces venía Luana, otras Elías, su otro hijo. Yo fui a su casa, conocí a su familia, me hizo entrar en su mundo, me abrió su corazón para charlar, para que le pregunte lo que necesitara. Estaban sus ojos ahí que me seguían, imagínate lo que es para ella ver armada la historia...

¿Cómo analizás que las cuatro películas que hiciste este año sean historias de tanta intensidad?

Hay algo de justicia social que apareció en todas. Por algo me están llegando. *Ahora Ariel*, por ejemplo, es una historia relacionada con el tango, pero también con los desaparecidos y con la identidad. En *Yo nena, yo princesa*, los derechos de esta niñez trans, con esta historia de amor, en busca de igualdad. En *Algo incorrecto*, la búsqueda de justicia, porque el juez O'Neill existió y murió sin ser condenado, fue denunciado por un grupo de mujeres entre las que estaba su hija, imagínate lo que es esa denuncia social. Luego, con *Historias invisibles*, tengo una hija de 17 años que empieza a descubrir un submundo que yo no conocía. Entonces me siento privilegiada de haber podido contar todas estas historias.

¿Cómo repercutieron en tus emociones?

La que más me pegó fue *Algo incorrecto*, porque estaba toda la densidad puesta ahí, era mucho secreto y mucha cosa guardada, y esta mujer descubre esto de su padre a sus 40 años, cuando él era como sus ojos... Estuve un mes filmando en Mar del Plata, y cuando volví no podía tragar, tenía como una pelota. Fui al otorrino y me hicieron una fibrolaringo, mis cuerdas vocales estaban mejor que hace diez años. Pero se dio cuenta de que tenía una inflamación en una parte de la garganta que se inflama por tensión o por angustia.

¿Cómo lo destrabaste?

Llamé a mi terapeuta y le dije: "¡¿Qué me pasó con este personaje!?". Estaba muy angustiada, hacía mucho tiempo que no me pasaba esto.





LO QUE VIENE

En noviembre, comenzó a rodar *Sin etiquetas*, una serie para Flow, donde encarna a una detective que investiga un asesinato en un pueblo costero. Un *thriller* que promete tener en vilo a los espectadores. En el verano, entre muchas propuestas, eligió hacer *Porno Brujas King Kong*, uno de los monólogos de *Teoría King Kong*, de Virginie Despentes, en el Teatro Cervantes. También está ultimando detalles para subir al escenario con un texto del que no puede adelantar el nombre, porque aún está

en tratativas, pero sí contar de qué se trata: fue escrito por una mujer en el siglo XVIII y habla de los derechos femeninos y de cómo se imaginaba ella a la mujer del siglo XX y los vínculos con los varones, de la libertad, del amor y de lo que significa no estar encadenadas a un compañero. Ese pensamiento fue volcado en un libro que luego adaptó la autora y actriz española Paloma Pedrero, y quedó transformado en el monólogo que interpretará Eleonora Wexler.

Has contado que en tu adolescencia te costaba despegar pieles de los personajes.

Re, re. Y esta se quedó pegadita. Mi terapeuta me dijo que llamara a un señor que es un sabio y que tiene una farmacia. Él me armó dos preparaditos naturales, uno para equilibrarme y otro para hacerme buches. Al día siguiente, no tenía más trabada la garganta. Así se me fue. Con mi análisis y un antiséptico natural.

¿Te asustó que se repitiera esto que no te sucedía hace tanto?

Me asustó cuando no podía tragar. Me preguntaba por qué estaba tan angustiada si no tenía nada para estarlo, pero mirá cómo el cuerpo es sabio... El cuerpo me dijo: "Escuchá qué tenés que limpiar".

Todo lo que venís haciendo tiene que ver con la identidad, ¿creés que vas a descubrir otra capa de tu propia cebolla o estás más o menos "armadita"?

No, no, estar armadita es un aburrimiento, yo nunca estoy armadita. Lo interesante es sorprendernos al descubrir nuevas capas de nosotras mismas y que eso nos vaya llevando.

Venías de un 2019 de mucha exploración, con la aventura de vivir seis meses en Madrid y ser parte de la serie La valla. ¿Cómo te resultó el repliegue de la pandemia?

Como movimiento interno, fue muy enriquecedor. En septiembre, el no trabajar me generó una cosa, ya necesitaba expresarme. Tuve la suerte de tener ahorros, podía estar tranquila en mi casa. Armé un cuartito arriba para practicar yoga, y sigo haciéndolo a *full* porque

me conectó con algo profundo mío que me hace mucho bien. Hice un curso de Shakespeare. Empecé a estudiar otra vez inglés. El vínculo con mi hija fue muy enriquecedor también. Nos acompañamos mucho y fue de redescubrimiento. A mis padres no los vi durante siete meses, mi hermana y cuñado, médicos, en primera línea en el hospital Fernández.

¿Tuviste miedo?

No, la verdad que no. Soy respetuosa y cuidadosa, pero creo que el miedo es el peor enemigo frente a determinadas situaciones, que nunca está bueno fomentar algo desde el miedo. Soy muy positiva, pero ojo que también tuve días de bajón, de tristeza, de preguntarme cuándo iba a terminar esto o si iba a volver a ejercer mi profesión, pensaba qué podía hacer si no actuaba. De hecho, sigo pensando en un plan B, todavía no lo estoy encontrando.

¿Es que no parás!

Pero viste que hay gente que puede poner la cabeza y los huevos en distintas canastas. A mí me cuesta.

Lo tuyo es poner "toda la carne en el asador".

¡Sí, lo otro me cuesta un montón! [risas]. Me replanteé si iba a volver a actuar, cómo sería la vuelta. Y aparecieron las películas, que es lo que tenía ganas de hacer este año, y pude estar en las cuatro en pandemia. Hay que agradecer esas cosas.

¿Cómo lográs no perderte en ese hacer arrollador que te caracteriza?

Me parece que tiene que ver con las bases con las que me han criado mis padres, que les agradezco mucho; con la

compañía, el cuidado, el trabajo interno que sigo haciendo. Te vas encontrando con vos, con tus propias necesidades y fallencias, con lo no tan lindo tuyo, y también con lo bueno, hacés un *mix* y vas como equilibrando. Y la pandemia fue un trabajo de introspección para mí, de decir qué quiero contar, con qué contacto. Y lo que más me conecta es mi hija, mis perros, mi casa, mi familia, los amigos; me llevan a un cable a tierra muy placentero.

¿Esa nena de 8 años que fuiste y empezó a actuar jugando sigue jugando hoy en vos con tus 47?

Sí que sigue jugando, pero a veces me cuesta animarme a jugar más, me gustaría dejarla salir un poco más.

¿Cómo estás llevando la madurez y el paso del tiempo?

A mí me gusta en cierto punto, creo que estamos en una buena etapa. Por momentos uno dice: "¡Guauu, voy a cumplir 50!". Pero también me siento mucho más plena ahora que a los 20, mucho más tranquila, gozadora y disfrutadora ahora que a los 30, tengo mucho menos rollo que antes. Entonces, bienvenido, me acepto con las marcas de la vida, con lo que pude aprender y sigo aprendiendo, y con los cambios del cuerpo y todo eso que se avecina. Será ver cómo lo llevamos de la mejor manera posible. Siento que la actividad física, mi yoga, mi meditación, mi pasión, eso me mantiene bien.

El edadismo, la discriminación por edad, sigue muy activo y recae aún más sobre las mujeres.

Tal cual, es algo que podemos romper nosotras, porque el sistema no te lle-



"ME SIENTO MUCHO MÁS TRANQUILA, GOZADORA Y DISFRUTADORA AHORA QUE A LOS 30".

va a eso sino a ser joven y divina. Entonces después ves esas caras desfiguradas y decís: "¿Por qué? ¡Cuánto más interesante es una cara marcada por la vida y con una expresión!". Lo que pasa es que si no estás bien plantada, el sistema te lleva puesta. Ojalá que esto se vaya modificando.

Ahí está qué batallas quiere dar uno.

Exactamente, o me voy a disfrazar de pendeja toda la vida o voy a aceptar que ya no soy una pendeja.

Entonces para poder romper el sistema hay que poner el cuerpo...

Claro, y bancate la pelusa también. Pero creo que vale la pena, porque es más sano, más enriquecedor, no tenés que estar pendiente de venderle el alma a nadie, sos vos con vos, y podés jugar, explorar, porque tenés tantas posibilidades también con otra edad. Claro que es fácil decirlo y muy difícil llevarlo a cabo. Porque yo me veo en las fotos y uno cambia un montón. Pero esta soy, esta soy con lo que hay, con lo que tengo y con lo que tengo para contar y transmitir ahora. Es acá donde estoy.

¿Tenés alguna cuenta pendiente?

[piensa] No, es lo que toca.

La "fórmula Wexler" es aquí y ahora, y con todo.

Es que si hay algo que nos enseñó el año pasado, es que es aquí y ahora. Si entendemos eso, hay un disfrute completamente diferente y no estamos pensando en el futuro, ¡¿qué futuro!?. Lo que nos queda es el ahora.



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.
Octubre: Dante Piccinini, San Luis.



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.
Octubre: Ramón Albornoz, Entre Ríos.

CONVIVIMOS

AVENGERS



DISNEY
JUNIOR

SUSCRIBITE A LAS MEJORES REVISTAS Y PARTICIPÁ
(PRÓXIMO SORTEO: 01/12)

NaranjaX

A portrait of Carlos Mentasti, an older man with short grey hair, wearing a black V-neck t-shirt. He is sitting on a grey sofa with his hands clasped in his lap. The background shows a modern living room with a wooden table, a lamp, and a doorway.

CARLOS MENTASTI

"EL PÚBLICO TIENE LA VERDAD"

Produjo más de 70 películas argentinas, también obras de teatro y series de televisión. Asegura que el secreto de su éxito está en escuchar y ver con los ojos de la gente.

POR DAI GARCÍA CUETO FOTOS LAURA ORTEGO



Carlos Mentasti vive adelantado. La entrevista estaba pautada para un miércoles, pero el productor de cine y teatro ya estaba listo un día antes. “Me pasa siempre, me adelanto a mi agenda”, confiesa con una sonrisa.

Dice que su profesión se moldeó así, que los proyectos le insumen por los menos dos años. “Así que me tengo que anticipar. Pienso en ese tiempo hacia adelante”, cuenta quien es responsable de películas como *Un argentino en Nueva York*, *La fuga*, *Esa maldita costilla* y *Apasionados*. Entre las más de 70 que realizó, figura *Tango*, nominada al Óscar como Mejor Película Extranjera en 1998.

Mientras conversa con *Convivimos*, tiene una obra de teatro en la cartelera de Buenos Aires, *Madres*, y se prepara para llevarla al Teatro Provincial de Mar del Plata, el tradicional complejo cultural que dirige desde 2019. Además, en asociación con Alejandro Roemmers trabaja en tres proyectos audiovisuales, entre ellos una *biopic* sobre Juan Manuel Fangio. “Estamos tratando de no tomar muchos proyectos, porque no nos da el tiempo y prefiero poco pero de mucha calidad”, explica.

Carlos tiene 69 años y hace más de 40 que se dedica al séptimo arte. Empezó trabajando como cadete y luego en Prensa de Argentina Sono Film, la productora que fundó su abuelo Ángel en 1933, que después dirigió su padre y más tarde él mismo. “Mi locura eran el fútbol y el cine. Mi viejo un día se enteró de que había faltado a la facultad porque me vio atajando en un partido en una foto en el diario. Ahí me dijo ‘Venite a laburar conmigo’”, recuerda.

Además, cuenta que escucha hablar del tema desde que estaba en la

panza de su mamá. “Ella era actriz; sin querer se me fue metiendo en la piel. Niní Marshall es mi madrina; a casa venían ella, Mirtha Legrand, entre otros personajes de la época. Yo jugaba con los autitos y pasaba entre sus piernas”, recuerda. También de chico recorría los cines de la calle Lavalle junto a Ángel Luis, su papá, y se metía en todas las funciones “a mirar *trailers* y ver la reacción de los espectadores”.

Su primer film fue *Atrapadas*, en 1984, un éxito total al que le seguirían otros títulos aclamados por el público. Para él no hay más secretos que “mirar con los ojos del público y juntarse con gente joven, porque los gustos cambian”.

“SOY UN PRODUCTOR ATÍPICO, CIENTO POR CIENTO CREATIVO”.

¿La mirada anticipada es algo que fuiste construyendo?

No se puede estar en el momento en que una película se va a estrenar para después rodar a partir de eso, hay que verlo antes. Tengo muchos anticuerpos o filtros, como hablar con la gente que está a mi lado.

Si sueño durante dos años con un proyecto, y luego de pasar por esos filtros sigue latente en mi cabeza, recuerdo el título y la idea, entonces continúo. Es una manera particular de trabajar. Yo trabajo con las ideas de producción, con los títulos, no con los libros. Si alguien me viene con un proyecto, le pido que me escriba en un renglón cuál es la idea. Si me gusta, se mantiene en mi cabeza, imagino el título y el afiche, voy con el proyecto. Si no, no.

¿Los soñás literalmente?

La palabra “soñar” para mí es desarrollar, discutir, en el sentido de intercambiar ideas. Y de las ideas, sin importar de quién vengan, tomar lo mejor para el proyecto. El secreto del éxito de mis películas es juntarme con gente más capaz que yo, que las mejore. Hoy hay que

PING-PONG

Una película que te hubiera gustado producir: *Rocky*.

Un director que te gustaría convocar: Brian de Palma.

Un jugador de fútbol: Richard López.

Una actriz: Viviana Puerta.

Un músico o grupo de música: Palito Ortega, Charly García, Nito Mestre; los que convocan son míos, al margen de mis gustos.

Un libro: *La fuga*.

Un productor: Yo.

ser muy abierto para desarrollar un proyecto de cine, de serie o teatro. Hay que escuchar a todo el mundo, a mí nunca me interesó quién lo decía, sino lo que servía, y así me fui creando.

El de productor es un rol bastante desconocido, ¿en qué consiste?

Soy un productor atípico, cien por ciento creativo. Inclusive me molestan los números, que los tengo que llevar porque es parte de mi negocio. Yo estoy constantemente en las películas, las diez horas de rodaje al lado del director, sugiriéndole o apoyándolo, o hablando con los actores. Lo que uno filma queda para toda la vida. Entonces, cuando uno ve algo que no le gusta, si no busca otra opción y la filma, no hay otra oportunidad. Lo mismo en teatro: me junto con la directora a sugerir. Mi función es creativa, soy muy sensible con respecto a lo que se transmite y muy realista. Mi rol, una vez que la película está terminada y se la entregamos al público, es todos los días recorrer los cines y ver lo que responde la gente. A partir de eso, aprendo a decir “Me equivocué”, veo qué modifico. El público tiene la verdad. Yo trabajo con los ojos de la gente.

¿Qué significa tu decisión de hacer cine no para la crítica, sino para la gente?

Mi debut fue *Atrapadas*. Revolucionó el mercado, era la primera película que tenía violencia y escenas de sexo, y su heroína era una mujer. Fue un éxito tremendo; me acuerdo que había una fila enorme para entrar la noche del estreno, y sin embargo la crítica me mató. Pero yo veía lo que pasaba con la gente y me preguntaba qué hacer. Luego hice mi segunda película, *Brigada cola*. Me dije: “¿Cómo hago una película para competir con Olmedo y Porcel?”. Así que busqué en los cuatro personajes al argentino. También fue un éxito importante y la crítica me mató. Entonces pensé: “No me sirve adaptarme a la crítica, sino



a la gente”. Me dediqué a trabajar para el público y me fue bien.

¿Cuáles fueron los principales cambios en el cine estos años?

Los cambios son cuantiosos. Primero el VHS, y parecía que el cine se acababa; ahora la pandemia paralizó los negocios de cine y teatro. El cine es lo que está más afectado, porque es un sentimiento de costumbre, y cuando lo cortás, se complica. En este último tiempo, la gente se acostumbró a quedarse en su casa y a ver las películas en televisión. Pero se pierde la magia de la sala, con factores inigualables como la oscuridad, la cercanía con el otro, el contagio de la risa, la imagen más grande que uno, que es lo que permite meterse de lleno en la experiencia. Estamos complicados, es una competencia muy dura. Nos va a costar mucho, sobre todo el cine,



no tanto el teatro, porque cada función es única para la gente, es mucho el vivo. Día a día cambia y nos tenemos que adaptar.

¿Le ves futuro al cine?

No va a desaparecer, pero sí tenemos que ser inteligentes para acercarnos a la gente al cine. Hay que darle siempre algo más de lo que piensa que va a recibir. Las personas se van a saturar de ver la serie en su casa, porque de pronto viene el diariero, el lechero, el nene, el perro... y no es lo mismo ver una película con estas interrupciones que estar en una sala, sentir la oscuridad, la risa, el miedo y ver esa imagen divina. Hay que pensar cómo después de esta pandemia volvemos a llevar al público al cine con magia. Si no, será difícil.

¿Qué es la magia?

Son buenas historias, y en todo lo

que uno hace, sorprender con algo más. Si la gente se sorprende, sale agradecida. Así se genera el boca en boca, que es lo que hace que el público vuelva. Pasa por el ingenio nuestro y por ofrecer cosas brillantes.

¿El cine argentino puede competir con Hollywood?

En la Argentina sí. En todas mis películas busco la identificación, y cuando la gente se identifica con el proyecto, le podés ganar a cualquier tanque americano. Respecto del mundo, es difícil, porque hoy un film grande, americano, cuesta unos 250 millones de dólares, en cambio uno argentino no supera los 800 mil dólares. Con esa diferencia, tiene que ser una maravilla fuera de serie para que llegue al exterior. Igualmente, la calidad de algunos proyectos supera la cantidad de la plata. Acá hay profesionales valio-

sos que pueden hacer proyectos interesantes. Es un trabajo muy difícil el nuestro para ese nivel.

Cuando jugabas al fútbol, eras arquero, ¿es una posición que se parece al rol del productor?

Como arquero me acostumbré a anticipar la jugada. El arquero tiene que estar atento al pase que hará el jugador para llegar antes a la pelota, y eso es lo mismo que me pasa como productor.

Y atajás penales...

Todos los días, pero ya tengo la coraza y estoy acostumbrado al vértigo. Imaginate que cualquier película u obra en algún momento pasa por una crisis, y el productor tiene que estar tranquilo para saber cómo resolver y actuar. 📺

HACIENDO MILONGA

El nombre de su emprendimiento es el verbo que usa para describir en qué consiste: fabricar muñecos de figuras que nadie más haría, pero que todos quieren tener. Memes, famosos, bromas entre amigos y familiares, todo es material para crear.

POR JUAN MARTÍNEZ FOTO PATO PÉREZ

A los nueve años le arrancó los brazos a un muñeco y se los cambió por los de otros: uno de un caballero del Zodíaco, otro de un personaje de *Star Trek*. La cabeza fue reemplazada por la del monstruo de Alien, y las piernas por las de Spawn. Así, por primera vez, tuvo en sus manos un muñeco único, de una estética alternativa y una construcción artesanal. Sería el germen de lo que hoy, más de 20 años después, hace para Milonga Customs, la pyme punk de muñecos que comenzó como un pasatiempo entre amigos y se convirtió en un trabajo tiempo completo.

“Está bueno caer a un lugar con algo que no tenga nadie, pero no tipo Quico, para presumirlo, sino para *flashear* porque es bizarro y feo”, dice Esteban Rocconi, “Rocko”, uno de los fundadores de esta usina de creaciones donde se mezclan humor, memes, nostalgia y figuras de acción. En su mesa de trabajo se despliegan algunas joyas que sirven como muestra del catálogo amplio que manejan: el extraterrestre al que se le realizó una autopsia en el programa de Chiche Gelblung en los 90, Oscar Ruggeri, Bart Vader (un Bart Simpson tuneado como Darth Vader y con un mate en la mano, por la sencilla razón de que había uno a mano en un *souvenir* de recuerdo de un viaje), Ka-Ruso (algodón copando todo el espacio de la burbuja, aludiendo a la “venta de humo” de Ricardo Caruso Lombardi), La Fuerza de Star Wars (un blíster vacío, recurso también utilizado en los *packs* de la capa de Harry Potter y el avión invisible de la Mujer Maravilla).

El vínculo de Rocko con los juguetes siempre sucedió con el afán exploratorio como mediador. Lo que a ojos de un adulto podría verse como un niño destruyendo muñecos y autos en realidad era una pulsión creativa que no se conformaba con lo que ofrecían los fabricantes. Desde chico entendió que recibir como regalo un muñeco original implicaba la presión de cuidados extra de parte de los adultos, por lo que siempre prefirió tener juguetes más baratos, sobre los que no cayera una vigilancia tan intensa: “En lugar de recibir un muñeco por cien pesos, preferíamos con mi hermana que nos compraran dos de veinticinco para cada uno”, recuerda.

Recorriendo ferias y eventos donde se cruzó con otras personas de gustos similares, se hizo amigo de quienes más tarde serían sus socios en Milonga Customs. El proyecto estaba en su mente, pero recién terminó de tomar forma en 2016, cuando lo echaron de la juguetería donde trabajaba. Entre fernets y viendo un partido de la selección argentina, decidió, junto a Franco Cáceres, ponerse a “hacer milonga”. Ese verbo es el que resume, para ellos, su tarea. Es un juego, un trabajo y un arte, aunque Rocko esquivé esa palabra: “En mi cabeza, el arte es otra cosa. Pienso en cuadros, cosas bien hechas, de museo, a las que cuando te acercás, ves los detalles. Si lo nuestro lo ves bien de cerca, perdemos...”, concluye.

En un rincón de su taller descansa una veintena de figuras de Pablo Cabaleiro (más conocido como “el mago sin

dientes”). Desde hace un tiempo, a sus creaciones originales Milonga sumó el servicio de producción a pedido. Son encargos que les llegan principalmente para tener un *souvenir* singular en un evento o para hacerle una broma a un amigo o familiar: hay una serie, que denominaron “Quebrados”, que engloba los muñecos que retratan a personas que tomaron un poco de más.

Aún amoldándose al hecho de que Milonga sea su fuente principal de ingresos, Rocko transita las vicisitudes del trabajador autónomo, que regula y administra sus propios horarios laborales. Con tres televisores prendidos para inspirarse y distraerse, y el *joystick* cerca para despejarse de vez en cuando, lucha tenazmente contra la fiaca para crear y producir. Siempre con la idea de que los ingresos alcancen para mantenerse, pero sin la obsesión de conseguir mucho más, en Milonga sostienen precios populares para sus productos. “No te voy a cobrar 500 pesos por un muñeco pintado al que sé que no le puse ganas. Tengo que dormir a la noche, estar libre de culpas, saber que no estafé a nadie”, se sincera Rocko.

En un bloc de notas descansan (y a veces mueren) muchos proyectos para expandir el universo de Milonga, con los *streams* y las animaciones como los más ambiciosos. Rocko, personalmente, espera saldar una cuenta pendiente consigo mismo y sumar al catálogo las figuras de Wendy Sulca, Delfín hasta el fin y La tigrera del Oriente. ■



BRUNO LIMA

EL GOLEADOR DE BRONCE

Juega desde los seis años y fue el máximo anotador de los Juegos Olímpicos de Tokio, donde la Argentina consiguió una medalla en vóley por primera vez desde 1988.

POR JUAN MARTÍNEZ

Cuando el remate del brasileño Douglas Souza se estrelló primero en el bloqueo de Agustín Loser y luego en el suelo, Bruno Lima solo atinó a llevarse las manos a la nuca, sin poder creer lo que acababa de suceder. Inmediatamente, saltó encima de él Matías Sánchez, el amigo con el que recorrió buena parte de este camino que desembocó en la primera medalla olímpica para el vóley argentino en 33 años.

“Sigo sin caer en lo que hicimos, realmente. Miraba la medalla todo el tiempo. Cuando la tenía en la mano, pensaba ‘Qué locura lo que pasó’”, cuenta el máximo anotador de Tokio 2020 desde Francia, donde comenzó la temporada de una de las ligas más fuertes del mundo vistiendo la camiseta del Niza (es su cuarta experiencia europea, luego de sus pasos por Chaumont VB 52, de Francia; Volleyball Bisons Bühl, de Alemania; y Afyon Belediye Yüntaş, de Turquía). La meda-

lla descansa en la casa de sus padres, en San Juan (“Tiene que quedar en un solo lugar y no hay que tocarla mucho para que no se vaya a lastimar”, bromea). Allí, su mamá la custodia junto a la colección de camisetas y recuerdos de la carrera de Bruno que se encarga de organizar.

Recién después de ocho meses de su llegada a Francia pudo sacar la ropa de la valija y meterla en un placar: entre concentraciones y viajes a los diferentes torneos (Liga Mundial en Italia, Juegos Olímpicos en Japón, Campeonato Sudamericano en Brasil), el año no le dio respiro ni lugar para asentarse. De hecho, el tiempo para disfrutar del bronce obtenido en Tokio fue breve, ya que a las pocas semanas tuvo que competir en Brasilia, donde fueron subcampeones sudamericanos. “Fue muy difícil entrar en ritmo de nuevo, entrenar y pensar en el próximo torneo. En todo el proceso olímpico estás con la cabeza a *full*, tenés mucho desgaste mental y físico, dolores, problemas familiares, personales, y todo eso te lo vas guardando.

Después de que lográs algo tan importante, la cabeza afloja por completo”, explica.

Llevás diez años en las distintas selecciones, ¿qué significa eso para vos?

Es todo. Cuando era chiquito y arranqué a jugar, se estaba jugando el Mundial en la Argentina, y siempre fue mi deseo usar esta camiseta. Jugar en la selección no tiene precio. Nosotros nos desvivimos por estar en ella. Lo aprovecho y lo disfruto mucho.

En los últimos años, las selecciones juveniles, incluyendo el U21 que integraste en 2015, llegaron a finales de mundiales y de Juegos Olímpicos de la Juventud, ¿por qué no se podían repetir esos logros en torneos de mayores?

Nosotros mismos también nos preguntamos qué pasa que no logramos lo mismo que en las selecciones de base. Creo que tiene que ver con el crecimiento de las ligas nacionales. En las ligas europeas apuestan mucho



Foto: Gentileza Volleyball World.

EL BOOM

El vóley argentino hizo despertar tempranísimo o trasnochar a muchísima gente que se enganchó con los resultados, con el alma de un equipo que peleó cada partido al máximo y, también —esto lo agrega el propio Bruno—, con los relatos emotivos que José Montesano ofreció en la pantalla de TyC Sports. En cuanto a popularidad, fue un antes y un después para el plantel. “Cada vez más gente se interesó no solo en los partidos, sino en nosotros, en nuestras vidas. Salíamos de jugar un partido y teníamos 20 mil seguidores más en redes. No sabíamos qué estaba pasando. Ojalá esto le sirva al vóley y a la liga nacional”, dice.

más por el vóley, las selecciones tienen mucho más apoyo, no solo a nivel económico. No es solamente entrar y pegarle a una pelota para conseguir resultados. Todo va de la mano. En los últimos años, nuestra liga viene empeorando, especialmente a raíz de la pandemia, que hizo que muchos clubes dejaran de apostar al vóley. La última edición fue una de las de más bajo nivel.

¿Cómo te hacía sentir jugar en un contexto así?

Para mí y para todos los chicos es triste ver cómo decae la liga nacional, pero obviamente siempre el objetivo a nivel personal es tratar de crecer cada año, por eso buscamos equipos del exterior. Está muy bueno que podamos conseguirlos, habla muy bien de la formación que tiene la Argentina.

Su historia en el vóley es la continuación del legado familiar. Su tío y sus hermanos mayores jugaban en Obras, en San Juan, y fue inevitable que de chico insistiera con seguirlos. A

los seis años ingresó en este mundo y se quedó para siempre. El juego y, sobre todo, los amigos lo enamoraron de este deporte. Allí comenzó a jugar con Matías Sánchez, con quien 19 años más tarde festejó el bronce en Tokio.

A los 15, con su primera convocatoria a un seleccionado nacional, se dio cuenta de que además había un camino profesional posible, una carrera.

¿Las presiones y la competencia quitan un poco de aquel disfrute inicial?

Hay muchos momentos de estrés, en los que no se disfruta. Cuando perdés, la pasás mal. Pero así es el deporte, y hay que superar esos momentos de crisis para poder seguir creciendo. Cuando jugás bien, cuando ganás, se disfruta mucho. El mayor placer es cuando termina la competencia y lo graste lo que estabas buscando. Se te afloja el cuerpo, la cabeza, todo. Decís “Realmente valió la pena”. **C**

EL LADO BUENO DEL HELADO

Es alimento. Es golosina. Un motivo de salida y también de encuentro. El helado es, sin dudas, un componente de la cultura argentina que trasciende holgadamente la cuestión alimentaria. ¿Cómo disfrutarlos de la mejor manera?

POR ADOLFO RUIZ

S obremesa familiar de domingo. Mientras se estira la charla en el balcón o en la galería, los chicos comienzan a mirarse entre sí, sabiendo qué es lo que viene. Hasta que uno lanza la iniciativa al aire: “¿Y si vamos a tomar un helado?”.

Momento de gloria si los hay, donde todos fingen sorpresa. “¡Qué buena idea!”, repiten, como si a todos o a la gran mayoría no se les hubiera estado ocurriendo exactamente lo mismo en ese momento.

El helado, sin dudas, es de esos alimentos que —como el asado o el mate— logran trascender el simple concepto de “alimento”. Y esto es por su carácter “social”. Porque saborear un helado está emparentado con las salidas familiares, con los festejos, con la niñez y la adolescencia. Incluso hasta con las primeras salidas solos y, por qué no, con el primer amor.

El problema recién llega cuando uno se pregunta por el famoso tema de “las calorías”. Un hecho tan simple como comer un helado resulta que en un momento comenzó a ser puesto en discusión, por esto de la “alimentación saludable”. Esa es la pregunta que va a tratar de contes-

tar este informe a partir de la voz de especialistas: ¿es tan grave comer un helado?

Quien comienza a responder ese interrogante es Cecilia Garau, licenciada en Nutrición, que trabaja en el Hospital Pirovano y en la Clínica Cormillot en CABA. “Desde nuestro punto de vista, el helado puede ser considerado no como una simple golosina o un refresco veraniego, sino como un postre delicioso y nutritivo compatible con una dieta equilibrada, tanto en la niñez como en la etapa adulta”, señala. En ese sentido, sostiene que “una bocha de helado puede combinarse con fruta fresca, con una merienda o un postre delicioso, saludable y rico en vitaminas, que puede alegrar nuestro menú”.

Dijo “alegrar”... por lo visto, también las nutricionistas pueden incorporar este concepto a las dietas y a la alimentación saludable. Al fin y al cabo, la salud también se compone del bienestar emocional. Pero Cecilia va un poco más allá al señalar que los helados son beneficiosos “no solo por el placer mismo de tomarlos”, sino que también entre sus componentes tienen un “aminoácido esencial que proviene de la leche que se llama triptófano, conocido por aumentar los niveles de seroto-

nina”. La serotonina, explica, “es popularmente conocida como la hormona del placer, ya que actúa en los estados de ánimo, inhibiendo especialmente los síntomas de depresión, calmando estados de agresividad e ira, y además potencia el rendimiento intelectual”.

Y del chocolate ni hablemos. De eso también nos comenta su colega Analía Cufi, jujeña, egresada de la Universidad Nacional de Córdoba y que dirige su propio centro de nutrición en la capital cordobesa. “Sin dudas, el chocolate tiene la capacidad de generar placer a nivel emocional, y eso tiene importancia”, señala, aclarando, no obstante, que aun con esos beneficios, “el helado se sigue situando en la punta de la pirámide alimenticia”. Porque por más calcio, nutrientes, fibras, vitaminas y minerales que pueda aportar un helado, también es cierto que marca cifras altas cuando se le analiza el contenido de azúcares y grasas.

NI TAN MALO NI TAN BUENO

El tema, para Cecilia Garau, es que este tipo de alimentos son también ricos en los llamados “nutrientes críticos”, es decir, “aquellos que, consumidos con mucha frecuencia o en grandes cantidades, pueden traer





como consecuencias enfermedades no transmisibles, como obesidad, hipertensión o accidentes cerebrovasculares”, explica.

De ahí que cuando hablamos de helados, “el problema pasa por las cantidades y por las frecuencias”. En ese sentido, sostiene que no es un alimento para comer todos los días ni tampoco en grandes porciones.

¿Qué entendemos por “grandes porciones”? Sin dudas depende de cada persona, pero, en general, estamos hablando de que lo aceptable son porciones de unos 150 gramos, quizás un poco más. En esto son enfáticas las dos profesionales. Más aún a la hora de resaltar que “un cuartito de helado” no es una porción para una persona. “Sin dudas es un exceso, pese a ser algo que se comenzó a naturalizar con la mayor accesibilidad de los helados, ya que antes eran un lujo que pocos podían darse y solo cada cierto tiempo”, explica Garau.

En este mismo sentido, Analía Cufi agrega: “Mientras te comas una bocha o dos, estamos bien. El problema es que un cuarto ya es mucho, y hay algunos que se comen un kilo, y

ahí estamos hablando de un exceso”, sostiene.

“Tengamos en cuenta que es un alimento muy rico en colesterol, tiene mucha grasa. Para una persona con problemas cardíacos, es complicado. Y una diabética, directamente no puede”, advierte.

SIES ARTESANAL, ES OTRA COSA

No todos los helados son iguales, eso pueden percibirlo los propios consumidores. Pero ¿qué diferencias de fabricación existen entre uno artesanal y uno industrial?

“El helado artesanal tiene de por sí mayor calidad que el industrial”, asegura Cecilia. Y esto radica básicamente en el tipo de ingredientes que se usan. “En primer lugar, poseen menos conservantes que los industrializados, y ahí ya tenés una diferencia”, aporta Analía Cufi.

Pero el énfasis principal lo pone en ingredientes como la leche, la crema o la pulpa de fruta. “Cuando hablamos de helados artesanales, sabemos que están elaborados con leche y no con emulsiones o con leche en polvo, que actúan como sustituto en el caso de los

helados procesados o industrializados. Con la fruta pasa lo mismo. Tienen pulpa, no esencias. Ya es otra cosa. Y la crema no es crema, sino emulsiones, que por lo general tienen mayor cantidad de ácidos grasos”.

Esto hace que los helados industriales, con todas esas observaciones marcadas, sí terminen convirtiéndose en “simples golosinas” que no difieren demasiado de un alfajor triple. “Son exactamente lo mismo”, define Cecilia, y vuelve a encender la alarma.

ATENCIÓN A LOS CHICOS

Esa “alarma” que menciona la profesional cobra mayor dimensión cuando hablamos de los chicos. Es que, sin dudas, a esa edad es cuando se desarrollan los mejores hábitos en todos los sentidos de la vida. También en la alimentación.

“Yo creo en el helado como una salida familiar, como un paseo. Eso está bien”, señala Analía. Pero enseñada aclara que nunca los helados ni los alimentos deben entrar dentro de un juego de premio/castigo. “Le dicen: ‘Como te portaste bien, vamos a comer un helado’. Y no. Eso no está

bien, porque de esas construcciones suelen salir problemas mayores. Y porque en el acto, el niño comienza a asociar comida con placer, comida con premio. Y yo personalmente estoy en contra de este tipo de consignas”, asegura.

Su colega, Cecilia Garau, lo explica en un tenor similar, haciendo énfasis en la disponibilidad. “Está bárbaro comer un helado, pero no tiene que ser la habitualidad. No tiene que ser algo de todos los días”, explica. Por esa razón recomienda no tener helados en el *freezer*. “Si el chico abre la puerta de la heladera y puede acceder a un helado, es obvio que va a elegir eso en vez de una comida saludable, y ahí ya comenzamos a tener problemas”, advierte.

Insiste, por ejemplo, en el hecho de que no es conveniente que el helado sirva para reemplazar otras comidas. “Si un niño te avisa que en vez de tomar la merienda va a servirse una porción de helado del *freezer*, desde ya

te digo que no conviene”, asegura, admitiendo que “si lo hace una vez cada tanto, no es problema”.

Por eso también está desaconsejado el consumo de helados en las cantinas escolares. “Si un chico no

“EL HELADO PUEDE SER CONSIDERADO NO COMO UNA SIMPLE GOLOSINA, SINO COMO UN POSTRE DELICIOSO Y NUTRITIVO”.

CECILIA GARAU

lleva su merienda al colegio y le dan plata para que compre en la cantina, es difícil que vaya a pedir una manzana verde. Se va a comprar un alfajor y una gaseosa, un pebete de

salame o un helado si hace calor. Y en ninguno de los casos es conveniente”, señala Garau.

Y otra cuestión puede darse en una salida con varios chicos a la heladería. “No es el momento de hacer diferencias. Si a uno le gusta mucho más el helado, no es buena idea comprarle una porción más grande. Como tampoco es recomendable comprarle una porción menor al chico que es más gordito, tampoco ayuda”, sostiene Cecilia, señalando que, en todos los casos, lo mejor es la misma porción a todos, “ya que se trata de una salida semanal”.

Ambas profesionales coinciden en que la clave es manejar las porciones y las frecuencias. Al fin de cuentas, “el helado es un deleite para el gusto. La mayoría de las veces se toma en familia o con amigos, convirtiéndose en uno de los mejores momentos del día”. **C**

redaccion@convivimos.com.ar



HIJOS Y FAVORITISMOS

¿Qué pasa cuando los padres demuestran abiertamente quién es el predilecto? Los especialistas aportan su mirada y pautas para actuar ante esta situación.

ALEJANDRA CLUTTERBUCK

Es natural que aquellos padres que tienen más de un hijo se vinculen de manera diferente con cada uno, pero... ¿qué sucede cuando existe una predilección marcada hacia uno de ellos? El psicólogo Santiago Montiel (@santimontiel) sostiene que el favoritismo está directamente ligado a las expectativas de los padres: “La mirada desde este viejo paradigma implica que los hijos están para cumplir los deseos de los padres, algo que se aleja de una crianza respetuosa en la que los cuidadores se encuentran emocionalmente disponibles. Esto deforma la relación entre los padres y los hijos, ya que estos solo son reconocidos en la medida en la que cumplen con las expectativas de sus progenitores”. El especialista también aclara que todos los padres tienen expectativas puestas en sus hijos, pero que deben estar atentos para que la seguridad que los niños necesitan recibir por parte de sus cuidadores no esté dada a través de cumplir con los deseos de los padres.

Para el psicólogo Patricio Furman (@patriciofurman) es difícil definir y encasillar de forma contundente qué está bien y qué está mal: “La idea es pensar este tema desde un lugar más abordable: ¿ese chico está dando algún tipo de señal de que existen favoritismos en la familia y de que eso lo está afectando?”. El especialista sostiene que no se trata de encontrar indicadores que delatan conductas favoritistas por parte de los padres, sino de aprender a escuchar señales y síntomas de que algo está sucediendo. Y agrega: “Aunque pudiéramos hacer un listado de cosas que indicaran que un padre tiene preferencia por un hijo sobre otro, estas no

tendrían sentido si los hijos no sintieran eso”.

Ambos especialistas entienden que las relaciones entre padres e hijos no son iguales. “A veces se presta más atención a uno que a otro, se comparten más temas o puede existir mayor identificación con uno; pero nada de eso indica favoritismo, y tratar a diferentes personas de la misma manera tampoco sería una expresión de igualdad”, aclara Furman. Para él es importante estar atentos a las señales recurrentes que detectamos tanto en nosotros como en nuestros hijos que nos indican que algo sucede.

LO QUE SIENTEN LOS HIJOS

Furman explica que podemos hablar de un síntoma o un problema en tanto y en cuanto el protagonista (en este caso el hijo) da señales de que algo lo está afectando. “Cuando un hijo siente que su hermano es el preferido, podemos caer en la trampa de pensar si será verdad. Pero eso no es lo que importa, sino que ese chico está dando señales de que algo lo está afectando. Si lo pensamos en términos de verdad, es muy fácil que el padre descarte el tema con una postura defensiva diciendo que trata a todos sus hijos por igual. Entonces hay que entender que es un hecho que se siente así. Después se verá con qué tiene que ver ese sentimiento. Pero es importante estar atentos a escucharlos y a no descartar lo que sienten. Si lo sienten, el sentimiento es real”, detalla. También es importante entender qué sucede con el hijo que se autopercibe como el favorito.

“Este niño encuentra la seguridad cumpliendo con las expectativas de los padres, y a la vez comienza a desarrollarse con un enorme desconocimiento sobre su pro-



Foto: iStock.

pia identidad y sobre qué quiere, porque está absolutamente conectado con las necesidades de sus padres y lo que a ellos los hace felices”, asegura Montiel. Para el psicólogo esto es un gran problema, porque el niño se desconecta de sus necesidades y se la pasa pendiente de los demás. Así, estas personas son las que se ocupan de que los padres estén tranquilos, de que no se enojen y hasta cuidan a sus hermanos. Son sobreadaptados, se portan bien, no molestan y siempre ceden para complacer a los otros: a sus padres, sus educadores, sus parejas y sus jefes. “La otra cara de la misma moneda es el no favorito. Estas personas se sienten poco suficientes, que no dan la talla de lo que se espera”, explica Montiel. Consideran que no son buenos padres, amigos, hijos, estudiantes y la lista sigue. “Es un niño que no es mirado, entonces cree que hay algo en él que no funciona bien, que está fallando”, agrega el especialista.

La manera en la que los padres deben enfrentar esta situación requiere amor y compromiso. “La idea no es volverse paranoico ante cualquier señal de algo que pudiera pasar, sino sencillamente no mirar para otro lado

LOS HERMANOS SEAN UNIDOS

En su libro *Hermanos, vínculos que dejan huella*, la psicóloga Fanny Berger explica que el vínculo fraterno está muy influenciado por el vínculo padre-hijo. La especialista señala que el trato padre e hijo es vertical, a diferencia de la relación entre hermanos, que es horizontal. Aunque los hermanos compartan los padres, jamás van a tener el mismo vínculo con ellos ni las mismas vivencias o interpretaciones sobre su realidad familiar. Berger sostiene que los hermanos se comparan entre sí por la relación que cada uno ha tenido con sus padres. Esto quiere decir que los hijos observan cómo los adultos se vinculan con sus otros hijos: si les responden amorosamente o con fastidio, por ejemplo. De ahí la importancia de que los padres analicen qué les sucede en cada una de sus maneras de vincularse con los hijos y qué circuitos emocionales se encienden.

logra al conectar con sus emociones y sus miedos. Que los padres sean una base segura les permite desarrollarse libremente a lo largo de toda su vida. “Es importante descubrir la belleza y la singularidad de cada uno, con sus matices, con sus texturas y diferencias. Aprender a maravillarnos y valorarlos más allá de nuestras limitaciones. La incondicionalidad implica la aceptación de que ellos son ellos, y de que nosotros debemos ofrecerles los recursos para que desplieguen su esencia más genuina en esta vida”, resume Montiel. **■**

cuando algo está haciendo ruido en los hijos, en la relación con sus hermanos o con sus padres”, concluye Furman.

Para Montiel la solución pasa por una crianza respetuosa en la que exista una conexión emocional y una mirada atenta a las necesidades del niño. “Debemos transmitirles seguridad y calma a nuestros hijos para que puedan manejarse en el mundo y se conozcan a sí mismos”, dice, y agrega que esto se

MISIONES MARCA EL PASO A LA SUSTENTABILIDAD

Políticas sustentables que llevaron a Misiones a ser reconocida internacionalmente y esfuerzos locales contra el cambio climático en otras partes del país.

POR DENISE DESTÉFANO

Es la primera provincia argentina en tener un Ministerio de Cambio Climático y también en crear un Ministerio de Ecología y Recursos Renovables en 1984. La primera que instauró el juramento ambiental a los chicos que están terminando la primaria y la que más resuena en ámbitos internacionales cuando de sustentabilidad se trata. ¿Qué es lo que posiciona a Misiones como líder en la lucha contra el cambio climático y cómo podemos aprender de sus acciones ambientales?

Según datos oficiales, la provincia tiene el 52 por ciento de la biodiversidad del país y menos del 2 por ciento del territorio argentino. Fue pionera en instaurar el compromiso ambiental por ley, según el que los chicos de séptimo grado juran cuidar el medioambiente, una ceremonia similar a la de la jura a la bandera que se realiza cada año el 5 de junio. Esta ceremonia incluso fue imitada en eventos como el Lollapalooza y también en escuelas de Chile, México y Paraguay de la mano de Revolución 21 (R21), la organización fundada por el músico Charly Alberti y Patricio Lombardi, quien hoy es el primer ministro de Cambio Climático provincial.

Según el Inventario Nacional de Gases de Efecto Invernadero (GEI) del Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible de la Nación, elaborado con la tecnología del Panel Intergubernamental del Cambio Climático (IPCC) en 2016, Misiones es la única provincia argentina que mantiene su tendencia hacia la carbononegatividad; es decir que absorbe más carbono del que emite, una meta que la Unión Europea se planteó para 2050.

Haber creado un Ministerio de Cambio Climático, que funciona desde septiembre de 2020, la distingue también del resto de América del Sur y la equipara en este sentido a Israel, Australia, Canadá, Pakistán y varios países de Europa.

Entre sus acciones ambientales, Misiones realiza estudios sobre emisiones de GEI, cuenta con planes de adaptación y mitigación con el respaldo técnico del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo, y fomenta el uso de energías renovables. Además, el 27 de agosto organizó la primera reunión del Gabinete Provincial de Cambio Climático que articula políticas y busca generar conciencia mientras elabora un plan de respuesta a esta problemática.

TRES VECES MÁS YAGUARETÉS

En 2003, según organizaciones internacionales como el Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF), a la provincia le quedaban 40 ejemplares de yaguararé. Hoy, 18 años después, son 120 en total, en libertad.

En el mismo tiempo, la provincia logró frenar la tasa de deforestación promoviendo la conservación de los bosques y la biodiversidad. De 3 millones de hectáreas, 1,2 millones están conservadas bajo la gestión pública y privada. Cerca de la mitad de su territorio es bosque nativo y cuenta con planes de manejo sustentable a través de la Ley Provincial N° 854, la Ley de Ordenamiento Territorial N° 105 y la Ley Nacional de Bosques Nativos N° 26.331.

Estos territorios de Misiones son parte del Bosque del Atlántico, una zona que abarca además el este de Paraguay y la costa de Brasil en los estados de Río Grande do Norte y Río Grande do Sul. Es uno de los bosques de mayor riqueza y diversidad biológica del mundo.

Este Ministerio comparte su visión holística con quien desee escucharla, desde la Organización de las Naciones Unidas (ONU) hasta el Papa, la Unión Europea o el mismo Gobierno nacional. Realiza un trabajo colaborativo con la ONU, que aporta técnicos para hacer el inventario de GEI y los planes

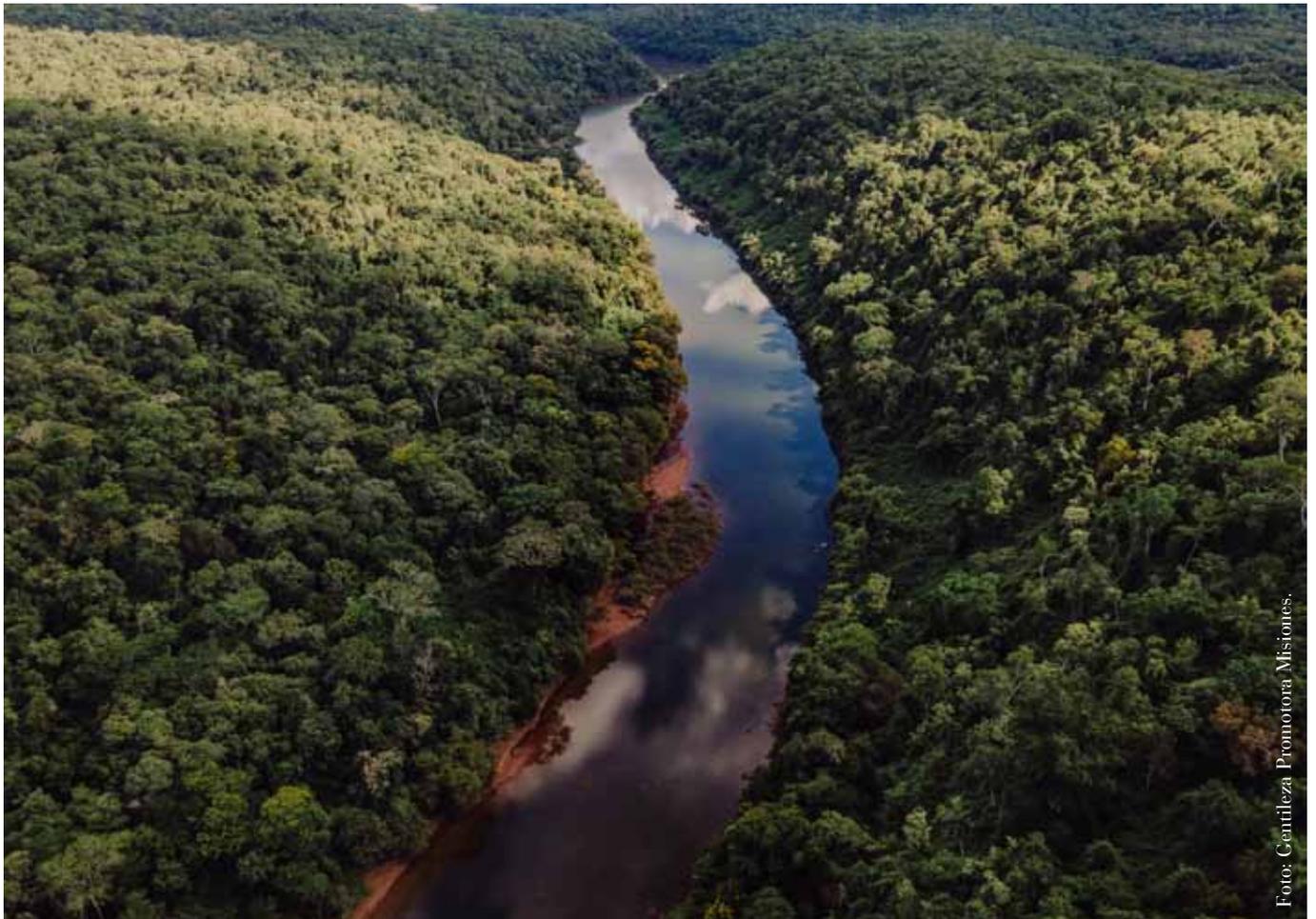


Foto: Gentileza Promotora Misiones.

de adaptación y mitigación al cambio climático. También interactúa con fundaciones misioneras y con los intendentes, con quienes comenzó un inventario de GEI provincial el 1° de junio.

ESFUERZOS MUNICIPALES

Vimos las iniciativas misioneras, pero ¿qué es lo que dificulta avanzar con la agenda ambiental en nuestro país de manera que todas las provincias asuman un rol activo en la lucha contra el cambio climático? El financiamiento es un gran obstáculo.

“El principal desafío hasta ahora viene siendo el tema del financiamiento. Lo comprometido internacionalmente, de fondos y de tecnología apropiada, a los países como el nuestro no está llegando todavía. Entonces estamos focalizándonos mucho en movilizar recursos, como con el fideicomiso”, decía a fines de 2020 Ricardo Bertolino, director de la Secretaría Ejecutiva de la Red Argentina de Municipios frente al Cambio Climático (RAMCC).

Esta red está conformada por más de 200 localidades argentinas y se encarga de coordinar e impulsar políticas públicas locales enfocadas en la mitigación del cambio climático, la adaptación a sus efectos adversos y el acceso universal a energía segura, limpia y accesible. Cuenta con la validación del Pacto Global de Alcaldes por el Clima y la Energía (GCoM), una alianza mundial de ciudades y gobiernos.

ENERGÍAS RENOVABLES

Una de las innovaciones del Ministerio de Cambio Climático fue haber dispuesto que todos sus expedientes se transporten con motos eléctricas que fueron dadas en comodato por la Cámara Argentina de Vehículos Eléctricos y Alternativos. Esta medida permite un ahorro económico al eliminar el gasto de combustible, pero también evita el costo para el planeta. En esta línea, el Ministerio colocó además el primer tótem gratuito de la provincia para cargar autos, motos, bicicletas y patinetas eléctricas.

Precisamente, en octubre la RAMCC presentó en Alemania, en el marco del Foro sobre Contratación Pública Sostenible en Red, su fideicomiso a más de 80 expertos de Europa, África y América Latina. La idea es impulsar “la contratación conjunta, la contratación electrónica sostenible y las opciones de verificación para la contratación pública sostenible”.

El fideicomiso de la RAMCC le permite a la red realizar proyectos a escala vinculados directamente con la planificación climática de cada municipio. Hasta el momento, los municipios movilizaron por este medio unos 600.000 dólares en adquisición de tecnologías.

La RAMCC pone en evidencia el esfuerzo de los municipios que la integran. La Municipalidad de Concordia (Entre Ríos), por ejemplo, conformó en 2021 su Gabinete de Cambio Climático para diseñar un Plan Local de Acción Climática con acciones concretas de adaptación y mitigación de GEI en esa ciudad. En la misma línea, los municipios de Cipolletti (Río Negro), Alberti (provincia de Buenos Aires) y Junín de los Andes (Neuquén) son algunos de los que ya terminaron su inventario de GEI y comenzaron a diseñar su Plan Local de Acción Climático. 

JUEVES DE COMADRES

En la quebrada de Humahuaca, el carnaval recién empieza después del topamiento de comadres. El rito ancestral, que se realiza el jueves anterior a la fiesta más importante de la comunidad jujeña, tiene nombre y apellido: las hermanas Cari.

FOTOS GASTÓN GUIRAO TEXTO MARITÉ ITURRIZA

El jueves de comadres –también conocido como *tinkunako*– es un día de fiesta para las jujeñas. Madres, madrinas, amigas y vecinas renuevan los votos de su cofradía. Ese día, muchas de ellas vuelven a verse después de un año. Desde temprano, visitan a sus comadres anunciándose con erquenchos y son recibidas con alguna bebida. Luego, juntas salen a invitar a otras comadres para reunirse en la plaza, el mercado o en algún otro recinto.

Ser comadre es un vínculo de amor entre dos mujeres que comparten la crianza de un ahijado o una ahijada. El jueves de comadres renuevan ese compromiso. Cuentan que en la quebrada de Humahuaca y en otros valles, esta costumbre que viene de los pueblos originarios se ha mantenido casi intacta.

Las comadres y las mujeres que se suman al encuentro se agasajan arrojándose talco, papel picado, colocándose serpentinas alrededor del cuello y ramitos de albahaca en el pelo o en el sombrero. Algunas se regalan chicha, panes y masas dulces que llevan en sus alforjas. Se cuentan sus cosas, pero sobre todo arman una ronda, bailan y coplean mientras hacen sonar sus cajas.

“La copla es como un disfraz, un traje que ayuda a expresar lo que se siente”, dice Lorena García, directora de *Esta cajita que toco tiene boca y sabe hablar*, documental que refleja el valor de esta tradición oral y musical.

La tradición obtuvo visibilidad con dos copleras que llevaron su arte a un escenario, las primeras en hacer sonar su voz y sus cajas fuera del ámbito familiar: las hermanas Candelaria y Ernestina Cari.

En 1977, junto a Jaime Torres y Fortunato Ramos, estas dos maestras rurales se animaron a subirse al escenario del Teatro Margarita Xirgu de Buenos Aires para compartir su topamiento de comadres. Voces finitas y potentes les sacaron chispas a las palabras, poniéndole gracia, ironía y un tono disidente a la oscuridad de la época.

Medio siglo después, las hermanas Cari forman parte del patrimonio cultural de la quebrada. Si bien ya no participan de presentaciones en público, siguen de cerca la evolución de la copla en las nuevas generaciones. Una posta que tomaron las más jóvenes para seguir celebrando el orgullo de ser mujeres. **■**





Homenaje a las hermanas Cari, que celebran sus 50 años como copleras.



Jueves de comadres. Última oración antes de la ronda de coplas.



Agradecimientos y ofrendas a la tierra.



Ronda de coplas de la apertura del jueves de comadres.



Candelaria Cari ofrendando a la tierra.



GASTÓN GUIRAO

Ledesma, Jujuy, 1981. Fotógrafo. Codirector del Proyecto Anuario Fotográfico de Autores del Norte, que recopila los eventos destacados de Tucumán y provincias vecinas desde el día uno posterior al Bicentenario. Codirector del documento audiovisual *Rock Yunga*, la historia de los comienzos del rock local (rock de las yungas), en Libertador General San Martín, Jujuy, Argentina.



FLORIANÓPOLIS

LA ISLA DE LA MAGIA

Es una de las regiones brasileñas preferidas por los argentinos. Más de 40 balnearios entre un centenar de playas se despliegan en un archipiélago de ensueño. La infalible alegría brasileña y el mejor sol están siempre en Floripa.

POR RICARDO GOTTA



La conjunción de mar, sol, playa, verde, naturaleza extrema se da en pocos lugares como en los balnearios del sur brasileño y, sin lugar a dudas, la estrella es Florianópolis, una isla extraída del paraíso.

Cada verano, miles y miles de argentinos cruzaban las fronteras por aire, tierra y mar para llegar a esa alucinante isla brasileña donde, como en la mayoría de las arenas de ese país, parece haber nacido el sol. Con el arribo de los mayores calores, en los próximos meses, normalidad mediante, podría reiterarse ese fenómeno y Florianópolis volver a ser la meta del descanso, la playa y el mar. Es uno de los centros balnearios excepcionales del ya de por sí extraordinario estado sureño de Santa Catarina, siempre tan amistoso con quienes llegan desde la Argentina.

En realidad, se la conoce comúnmente como “Floripa”, y debe su nombre al expresidente Floriano Peixoto. Su denominación original fue la de “Nossa Senhora do Desterro” (Nuestra Señora del Destierro). La capital del estado catarinense es reconocida por muchos organismos internacionales por sus altos niveles de calidad de vida, al punto que parte de la ciudad es un área de preservación ambiental. Tal vez por esa cuestión, en variados ambientes turísticos se la referencie, simplemente, como “La Isla de la Magia”. Es un destino admirable por su increíble conexión con el mar, sustentada en el casi centenar de playas que se encuentran alrededor de la isla más un centro de actividades náuticas.

La parte continental del municipio se divide en São José, Palhoça, Santo Amaro da Imperatriz y Biguaçu. La gran isla está anexada por tres puentes y su forma alargada y estrecha la hace muy particular. Tiene alrededor de 54 kilómetros de largo con un ancho de 18 kilómetros, una invitación a ser recorrida por todos los rincones como si fuera una vuelta al archipiélago que tiene un litoral sumamente recortado, con una diversidad grande de puntas, islas, bahías y lagunas. Está situada en forma paralela al continente, separada por un estrecho canal, lo que le da otra característica muy particular.

Posee varios tipos de playas, todas perfectas para los deportes, el descanso y un supremo baño de naturaleza. Las hay en el extremo norte, en el centro –de cara franca al Atlántico– y también en el sur, mucho más agrestes. Playas para disfrutar en familia... y también de las otras.

Canasvieiras es una de las playas más concurridas de la gran isla, la preferida de los argentinos. Se trata del más antiguo balneario del estado, ubicado bien al norte, entre Jureré, Cachoeira y Praia de los Ingleses. A la par de los turistas que llegan desde todo el mundo, los brasileños se embelesan con sus cálidas y tranquilas aguas, consideradas ideales para pasar el día en familia y con amigos. Pero además tiene una activa vida nocturna.

A solo 3 kilómetros se encuentran unas playas más serenas, menos populares, con más arena y menos olas: como Cachoeira do Bom Jesus, que ofrece un ambiente más familiar y una avenida principal, o la Luiz Boiteux Piazza, donde hay un “centrinho” muy amable con restaurantes y heladerías típicas.

La Praia Jureré es la más internacional, con sus hoteles cinco estrellas e infinitas posadas instaladas en un barrio con exquisitos restaurantes. Tiene fama de cobijar las noches más animadas de la región, por lo que atrae especialmente a los jóvenes. Pero de día es famosa por su playa, una franja estrecha de arenas finas y blancas que son bañadas por un mal calmo, de un color turquesa muy estridente. Además está desbordada de *botecos* que tienen la reputación de ser los locales donde se toman las mejores cervezas y se devoran los más sabrosos bocadillos de mar.

La siguiente es la Praia Brava, a sólo 6 kilómetros de Ponta das Canas. Es tan amplia como fuertes sus olas, lo que la convierte en la predilecta de los amantes del surf y, aunque no es tan “exclusiva” como Jureré, en temporada alta, el tránsito de autos de alta gama es intenso y genera un atractivo extra.

La Praia de los Ingleses, por su parte, es muy parecida a Canasvieiras, con sus amplísimas arenas, su mar apacible y la enorme variedad de restaurantes, bares y boliches. También suele ser recorrida por los argentinos.

Muy cerquita encontramos un balneario más salvaje, más silencioso y, por todo eso, extremadamente hermoso: Santinho. El centro es muy bonito y desde allí salen unos muy particulares senderos que los brasileños denominan “trilhas”, para arribar a uno de los lugares más selectos de Florianópolis: el Morro das Aranhas. Si luego de admirar el sitio persisten las ganas de caminar sobre arenas que pare-



cen interminables, se llegará hasta otra playa paradisíaca, ubicada en una reserva ambiental, la de Moçambique: uno de esos sitios donde no hay nada, ni siquiera vendedores ambulantes, al que se puede llegar solo con lo puesto o, por el contrario, llevar alimentos, sombrillas y todo lo que se necesite. Invita a ser recorrida a pie, aunque sea la más larga de la isla, con sus 8 kilómetros de extensión. Es una excelente opción para quienes opten por alejarse del mundanal ruido y disfrutar de la naturaleza.

Lagoinha do Norte es decididamente una belleza excepcional. Playa bien brasilera, rodeada de morros y con unos verdes increíbles que contrastan con las coloridas casitas. Son famosas sus caipiriñas, así como sus altas olas que rompen contras los morros. Más tranquila aún es Daniela, una de las playas más alejadas del norte, ideal para ser visitada en auto.



Arenas clarísimas, morros, aguas transparentes. En Floripa, casi medio centenar de playas, la mitad de las existentes, tienen características parecidas, aunque siempre muy particulares.

Se la llama
"Floripa". Debe su
nombre al expresidente
Floriano Peixoto. Su
denominación original
fue "Nossa Senhora
do Desterro".

PARA TODOS LOS GUSTOS

En el sobrevuelo rápido por Floripa, llegamos entonces a las playas del este, por ejemplo, la Playa Campeche, con sus enormes extensiones de arena blanquísima. Son las más apreciadas por *surfers* y por quienes aman los deportes extremos de aventura (como parapente, buceo y diferentes variantes de surf), ya que por su orientación suelen tener las más hermosas olas y cuentan con el viento justo, además que ser particularmente parecidas al paraíso...

Aunque, claro, la Ilha do Campeche es justamente la excepción. Es un santuario ecológico y un sitio arqueológico catalogado por el Instituto Nacional del Patrimonio Histórico y Artístico. Para llegar se hace necesario contratar un *tour*, pero verdaderamente vale la pena recorrer a pie su playa y admirar su agua cristalina, sin nada de viento, lo que la convierte prácticamente en una pileta caribeña, aunque enmarcada por

morros verdes. Verdaderamente la postal es inigualable. Claro que no se puede pernoctar en ella y al regresar se recomienda disfrutar de la variedad de la noche del balneario de Campeche.

Y si no, a pocos kilómetros, nos topamos con uno de los rincones más tradicionales y atractivos de Floripa, no solo en este siglo, sino desde aproximadamente los años 70, cuando surgió Barra da Lagoa como un lugar alternativo imprescindible de visitar. Volvió su auge en los últimos tiempos y suele cargarse de gente en los meses de verano, pero mantiene su belleza, sus coloridos, sus rincones inigualables y su onda muy particular que abarca todos los bolsillos y todos los gustos. Además, está bien en el centro de la isla y suele ser tomado como base para recorrerla.

Muy cerquita, cruzando un puente azul, encontramos Lagoa da Conceicao, un pequeño balneario de aguas turquesas que tiene fama de ser el "más brasileiro". Si



El puente Hercílio Luz, el colgante más largo de Brasil, con sus 819 metros de extensión. En el fondo, las luces de Florianópolis al atardecer.

LOS TRES PUENTES

La isla de Santa Catarina se unió originalmente con el continente por el puente Hercílio Luz. Es el puente colgante más largo de Brasil, el segundo de América Latina, uno de los 100 más largos del mundo. La longitud total es de 819 m, con 259 m de viaducto insular, 339 m de vano central y 221 m de viaducto continental. Se inició la construcción en 1922 y se inauguró cuatro años después. En 1975 fue construido otro puente, de concreto, que posee 1227 m de extensión: el Colombo Salles, así llamado en homenaje a un reconocido legislador local. Poco después se erigió el Pedro Ivo Campos, paralelo al anterior, con la misma fisonomía, pero con la característica de que fue concebido con una estructura de hierro.

continuamos, arribaremos a la Trilha das Piscinas Naturais, un sendero hermoso que nos lleva a unas lagunas de color indefinido.

Así llegamos a Joaquina, preciosa y con la diversidad suficiente para que sea la preferida tanto de los surfistas (la consideran un “santuario”) como de las familias. Es una de las más amplias y concurridas, pero también una de las que ofrece todas las comodidades que se requieren para transitar unas vacaciones inolvidables. La leyenda dice que quien la visita se enamora de ella: en Brasil hay muchas mujeres llamadas Joaquina porque sus padres quedaron embelesados con el balneario. Sus amaneceres son inigualables, debido a la posición de los morros.

Y así arribamos al sur agreste. Las playas más alejadas del bullicio son las ubicadas en el extremo inferior de Florianópolis, aun cuando se esté geográficamente más cerca del continente, separado a través de un reducido canal. Son los balnearios más tranquilos y también en los que se escucha casi exclusivamente el portugués y muy poco de español, y en general requieren movilidad autónoma.

Armação, Matadeiro y Pantano do Sul son los balnearios más famosos y están muy cercanos entre sí. Se suele ingresar

por el primero y caminar hacia los otros. Playas amplias, silenciosas, sumamente serenas y con un sol abrasador. Además, los *botecos* tienen fama de ofrecer los mejores tragos que se combinan con los más exquisitos frutos de mar. Un maridaje excelente de cara al mar inconmensurable.

A Lagoinha do Leste solo se llega internándose en una incomparable *trilha*. Se trata de una playa increíble por lo multitoral de su mar y por sus arenas interminables y solitarias. Es como internarse en un bosque casi impenetrable para llegar luego al descampado más absoluto, dos caras tan contrapuestas de la naturaleza. También es recomendable llegar muy temprano y regresar muy tarde... Dicen que es un paseo que no se olvida en la vida, porque además tiene uno de los barcitos más tradicionales y especiales de Floripa, el Arante. Este desborda de mensajes y papелitos que dejan los visitantes luego de comer un *peixe* junto a una cerveza siempre muy helada.

Es otro de los rincones únicos e insuperables de Florianópolis, una isla que tiene miles de ellos y que es ideal para volver a vacacionar con la sensación de vivir la naturaleza con todos los sentidos. ☐



Las tan típicas barcazas de los pescadores que muchas veces son utilizadas por los turistas para realizar unos paseos espléndidos.

DATOS ÚTILES

CÓMO LLEGAR

La distancia entre Florianópolis y Buenos Aires es de 1762,3 km si se contempla el recorrido básicamente por la RN 14 y BR-290. El acceso fronterizo más usual es el de Paso de los Libres-Uruguayana, por el puente internacional Agustín Justo Getúlio Vargas, al que desde la Argentina se accede por la RN 117. A la isla se llega por la BR-282 y el puente Colombo Salle (se sale por el puente Ivo Campos) que desemboca en la Rodoviaria Governador Gustavo Richard. Por supuesto que en épocas normales se puede viajar tanto en automóvil como en bus. También en avión: el Aeropuerto Internacional Hercílio Luz se ubica 15 km al sur del centro de Florianópolis. Es el más importante de la región y al que llega la mayoría de los vuelos desde la Argentina. También coexisten el Aeropuerto Regional Humberto Ghizzo Bortoluzzi (en Jaguaruna, a 169,8

km de Floripa), el Lauro Carneiro de Loyola (en Joinville) y el Ministro Victor Konder (en las afueras de Camboriú).

CUIDADO CON EL SOL

En cualquier viaje por Brasil, no deben faltar jamás lentes oscuros de buena calidad, protector solar, gorra y agua. Suele ser demasiada la exposición al sol, incluso aunque el día esté nublado y no se sienta el calor. También se recomienda llevar repelente, preferentemente biodegradable para cuidar el ambiente y a las especies que habitan la región.

INDUMENTARIA

Es aconsejable usar ropa suelta, generalmente de colores claros, confeccionada con telas de algodón o lino. Aunque, de todos modos, lo que más se usará serán los trajes de baño... Y por supuesto el calzado será preferentemente sandalias o algo similar liviano y abierto.

ALOJAMIENTO

Todo Brasil, y puntualmente la región de Santa Catarina, es muy proclive al turismo, por cuanto el alojamiento ofrece variantes para todos los gustos y las disposiciones económicas. Desde modernísimos hoteles *premium* hasta económicos *hostels* o residenciales. Las alternativas son muy variadas y se recomienda llegar con las correspondientes reservas realizadas.

CLIMA

Los veranos son calientes y opresivos; los inviernos son largos, frescos y ventosos. Las lluvias son frecuentes durante todo el año. Justamente la temperatura en general varía de 13 °C a 29 °C y rara vez baja a menos de 8 °C o sube a más de 32 °C. Las épocas elegidas por el turismo van desde finales de marzo hasta finales de junio, y desde principios de agosto hasta principios de diciembre.



VICTORIA SÁNCHEZ

UN IDILIO DE VERANO

La creadora de Bolazo dejó su carrera como estilista para fundar una etiqueta de prendas románticas, nobles y atemporales de aires gauchescos e italianos, producidas de manera sustentable.

POR CATA GRELONI PIERRI FOTO PATO PÉREZ

Bolazo” en lunfardo quiere decir un invento, una historia no verdadera. Algo ridículo o exagerado. En parte, define un poco el espíritu exacerbado del pueblo argentino, con influencias de la migración italiana. Esta fue y es la inspiración de la marca fundada en 2016 por Victoria Sánchez, la experimentada estilista porteña conocida en la moda como “Vicky Malibú”, que comenzó a crear una marca de cinturones de cuero y ponchos pintados a mano sobre canvas de algodón, una cruz justa y moderna entre la identidad autóctona y patriótica, con guiños de frescura del sur italiano.

Bolazo surgió de una necesidad de Sánchez de crear algo propio. “Me quería ir a Italia a trabajar como estilista y me pareció una buena carta de presentación. Si me iba a Milán con mis estilismos previos, allá no iban a conocer las marcas nacionales con las que había trabajado durante dos décadas”, dice la diseñadora que además de viajar a las costas europeas cada vez que su trabajo se lo permite, estudió en un colegio italiano.

A fines de 2017 empezó con unos ponchos cortos de algodón pintados a mano, con flecos de cuero, que colocaba en locales en Buenos Aires y Punta del Este, en Uruguay, mientras combinaba sus días con sus labores como vestuarista. Un día, una compradora italiana vio sus prendas a través de Instagram y la contactó para venderlas en Roma.

De Buenos Aires, con amor, y de allí al mundo entero, Victoria crea piezas únicas, de producción sustentable y artesanal, con estampas pintadas a mano sobre linos, tusores y canvas que transportan sueños de veranos italianos.

¿De qué se trata Bolazo?

Siempre diseñé para mí vestidos y ropa de fiesta para eventos especiales, porque no encontraba en el mercado textiles que me gustaran. Un día, le hice el estilismo para unas fotos a Mariana Pussacq, la fundadora de Casa Almacén, y me mostró unas telas rayadas y teñidas con tintes naturales. Su fuerte son los textiles para el hogar, en todo tipo de géneros y texturas, y su trabajo me inspiró a crear diseños con ese tipo de textiles nobles. Pegamos buena onda y empezamos a hacer pruebas juntas. Bolazo no necesita mucho accesorio o agregado. Tiene una identidad despojada, fresca y veraniega, que a la vez es elegante, sin ser forzado, y atemporal.

¿Cómo describirías las colecciones?

Mi inspiración principal para diseñar son los viajes, y cada uno va creando un cuento distinto, como “Boleros y Volados” o “Esto es América”, pero en el centro de la marca están siempre los estampados pintados a mano y los vestidos, que son románticos y femeninos. Una de las complejidades de la estampa manual es el tiempo de produc-



NUEVA COLECCIÓN

Victoria Sánchez es inquieta y se mantiene siempre ocupada creando nuevos proyectos. “Empecé a hacer muestras de cerámicas, portavelas de Bolazo para usar en el hotel de Córdoba de mi pareja, pero que también se puedan vender. Quiero armar una especie de bazar de vajilla en cerámica, cortinas y telas de tapicería para ambientar el espacio, pero también para la venta”, dice la diseñadora, que además anuncia la estética de su nueva colección como una mezcla entre las sierras cordobesas e inspiración marinera de los gondoleros venecianos. “Estoy haciendo nuevos estampados en rombos, rayas de distintos anchos, bermudas, cuellos románticos y otros navales, sumando nuevos sombreros, bikinis y enterizas, todo en una gama de tintes azules que me tiene muy motivada”, comenta.

ción y la base sobre la cual se estampa o tiñe, que siempre debe ser de lino o algodón, entonces el trabajo de volumen y las siluetas se arman desde la moldería, desde el frunce o atado, para que el mismo diseño pueda calzar en distintos talles y cuerpos. Además, se suman prendas como los pantalones y *jeans* de tipología de montar, más accesorios como trajes de baño, sombreros y alpargatas que terminan de definir el universo y la estética de la etiqueta. Cada colección tiene alrededor de 40 prendas, y por el momento solo hago prendas estivales.

¿Fue intencional la idea de crear una marca sustentable?

Es consecuencia de crear una pequeña empresa sola, sin inversores ni socias, y también de vivir en la Argentina, donde hay trabas de producción que se pueden ver como limitantes, pero me enfoco en entregar un producto superartesanal y hecho a mano. Los procesos de pintado a mano, donde se marcan las telas con regla antes de pintar, hacen que la marca sea *slow*, sustentable y un negocio difícil de escalar. Sin embargo, no tengo ningún interés en hacer una marca masiva. Me gusta la idea de ser de nicho y tener un contacto casi directo con la clientela, aunque con algunas sea a través de Instagram. Cada vez más, las clientas valoran y entienden acerca de los procesos de producción, y revalorizan el consumo de prendas desde un lugar más consciente.

¿Dónde se pueden encontrar tus prendas?

En la ciudad de Buenos Aires, en un local en Recoleta. En Córdoba, abrí una minitienda en el Hotel Angelus, en La Cumbre, dentro del hotel *boutique*, una casa inglesa del 1900 reformada. En el mundo, en la tienda Big Bang del Hotel Faena, en Miami y en México, en Proyecto República, en el local y la web de esta tienda que es una curaduría italiana de marcas de Latinoamérica. Además se pueden encontrar en Italia (en Roma, Puglia, Milán) y algunas prendas en Ibiza, Barcelona y Copenhague. Todo en lugares pequeños donde puedo ir colocando órdenes de compra chicas para probar, pero hasta ahora viene funcionando muy bien.

¿Qué sentís que sumás a Bolazo de tu experiencia como estilista?

Hice muchas consultorías para marcas acerca del desarrollo de colecciones, entonces tengo el ojo muy entrenado para saber lo que gusta y la gente más pide. Sin embargo, en Bolazo manda el dicho “En casa de herrero, cuchillo de palo”: muchas veces hago las cosas que solo me gustan a mí, y no escucho a nadie, aun cuando sé que me reeditaría más hacer prendas menos complejas que me ahorren tiempo y dinero, y me aseguren tener *stock*. Me gusta ser independiente y seguir mi intuición. 



VIBRANTE

Blazer y pantalón de lino (Swa-mi), camisa de poplín (Calvin Klein), zapatillas de cuero (Perramus) y aros redondos (Lolas Complementos).

EL NUEVO LOOK LABORAL

Un nuevo código de vestimenta para ir a trabajar se impone. Equipos desestructurados, espíritu informal, zapatillas y tonos vibrantes son los protagonistas. La sastrería se aligera y acompaña estos nuevos tiempos.

FOTOS PATO PÉREZ
ESTILISMO SOFÍA PÉREZ Y SANTÍA



HOT PANTS

Cárdigan tejido (Bendita Conjura),
camisa de poplín y *short* de lino
(Giesso), y aros redondos (Lolas
Complementos).



JEAN CHIC

Chaleco de lino (Giesso), camisa con volados (Melocotón), jean Oxford (Levi's) y sandalias de cuero (Oggi).



NUEVA MINI

Blazer sastrero (Swa-mi), camisa larga (Bendita Conjura), sandalias de cuero acharolado (Sofi Martíre), aros largos (Vitamina) y bandolera de cuero (Lacoste).

CICLISTA

Camisa *oversize* (Swa-mi), bermuda de *denim* (Levi's), anteojos de sol (Orbital) y aros y cinturón (Lolas Complementos).



MIL RAYAS

Suéter tejido (Bendita Conjura),
camisa de lino (Perramus), pantalón
sastrero con cinturón (Tommy
Hilfiger) y aros redondos (Lolas
Complementos).



MAXI FALDA

Camisa con volados y falda de cuero ecológico (Melocotón), y sandalias de cuero acharolado (Sofi Martíré).

Agradecemos a WeWork por la locación.
www.wework.com

Bendita Conjura: benditaconjura.com.ar.

Calvin Klein: ar.calvinklein.com.

Giesso: www.giesso.com.ar.

Lacoste: www.lacoste.com/ar.

Levi's: www.levi.com.ar.

Lolas Complementos:

www.instagram.com/lolascomplementos.oficial.

Melocotón: www.melocoton.com.ar.

Oggi: www.oggizapateria.com.ar.

Orbital: www.tiendaorbital.com.ar.

Perramus: perramus.com.ar.

Sofi Martíré: www.sofimartire.com.ar.

Swa-mi: swa-mi.com.ar.

Tommy Hilfiger: ar.tommy.com.

Vitamina: www.vitamina.com.ar.

Teñidos seguros y duraderos

Recomendaciones para teñirse el pelo sin riesgo de dañarlo. Opciones de colores naturales o de fantasía. Consejos y cuidados para el lavado, el secado y el planchado.

Por Yamila Garab

La operación de teñirse el pelo es cosa seria. Aunque muchísima gente la lleva a cabo en soledad y con poco o ningún asesoramiento, en realidad hacen falta muchísimos cuidados para que el cabello quede bien y, además, sin daños.

“Tanto el teñido habitual para tapar las canas como el que se hace para cambiar de *look* requieren cuidados muy estrictos, para lo cual se recomienda el asesoramiento de un especialista calificado”, indica Julieta Expósito, directora técnica de la empresa proveedora de productos de belleza Hairssime. “Antes que nada, hay que saber qué posibilidades nos brinda nuestro cabello”, aclara, y agrega que esto es válido tanto para los colores naturales como para los llamados “tonos fantasía”, es decir, los artificiales.

A propósito, la experta advierte que un cabello oscuro solo puede aclararse hasta un tono y medio, según la clasificación habitual de las tinturas. “En cambio, el que tiene un cabello claro puede llegar a aclararlo dos tonos. Lo que no se puede hacer es pasar de un color negro a uno rubio solo con aplicar un tinte: necesariamente hay que decolorar antes. Teñir es básicamente retirar el pigmento natural alojado en el córtex, que es el núcleo del cabello, y agregar un pigmento artificial”, describe. Lo mismo vale para quien quiera aplicarse un color de fantasía, sea cual sea el tono original.

También señala que el teñido siempre debe ir acompañado de un tratamiento de reparación. Este consiste en utilizar un champú adecuado, un acondicionador, baño de crema y queratina, sustancia que recompone las fibras dañadas y mantiene el pelo flexible e hidratado. “Si no se le devuelve al cabello teñido la capacidad de mantenerse



hidratado, con el tiempo se va a volver quebradizo en unos pocos meses”, indica.

Además, Julieta advierte que después de lavar el pelo con la nueva coloración, se lo debe secar a una temperatura moderada (no muy caliente) y que es conveniente espaciar los lavados: “Hacerlo todos los días puede impedirle al cuero cabelludo generar el sebo, que es su protección natural”. Por último, señala que no se debe abusar del planchado ni del *brushing*, ya que le generan “daño mecánico” al pelo.

Consejos cada vez más necesarios porque, como asegura la experta, desde hace unos años y sobre todo durante la cuarentena los cambios de color de cabello tuvieron un auge notable. “Se usan cada vez más los tonos fantasía, desde el verde menta hasta el violeta, aunque hay dos que sobresalen: el azul petróleo y el rosa, que es el más usado por la generación *millennial*”, concluye. ■

CONSEJOS ÚTILES

- No abusar de la plancha ni del secador, porque el exceso de calor puede generarle un daño a la estructura del cabello.
- Espaciar los lavados y hacerlos cada dos o tres días.
- Se debe enjuagar el cabello con agua tibia, ya que la caliente puede abrir la cutícula capilar y ocasionar una pérdida del color.
- Es sumamente útil el uso de la queratina para proporcionar flexibilidad e hidratación al cabello teñido.
- Para cabellos secos se recomienda el uso del sérum, que ayuda a recuperar los lípidos del cabello y a reducir el frizz.
- Ante cualquier duda buscar siempre el asesoramiento de un especialista.

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



DIARIO CON VOS



Available on the
App Store

Google Play



MATAMBRE A LA PIZZA

POR
SANTIAGO
GIORGINI



Fotos Fernando Giampieri (Estudio Migone)



MATAMBRE A LA PIZZA

4 A 6 PORCIONES **40** MIN PREPARACIÓN **60** MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

1 matambre de ternera
 Caldo de carne o de verdura c/n
 300 cc de salsa de tomates
 250 g de *mozzarella*
 200 g de jamón cocido
 2 tomates
 Aceitunas c/n
 Queso parmesano o *reggianito* rallado
 1 cucharada de orégano o perejil picado
 1 cucharadita de ajo picado
 Aceite de oliva c/n

PREPARACIÓN:

Retirar el exceso de grasa del matambre. Poner en una olla grande y cubrir con el caldo en cantidad necesaria. Cocinar de 45 minutos a 1 hora hasta que esté tierno. Retirar y colocarlo en una placa, con otra placa o tabla arriba para conservar la forma plana. Colocar encima del matambre una capa de salsa de tomates, luego fetas de jamón, la *mozzarella* rallada, el tomate en rodajas, queso rallado y llevar al horno fuerte hasta gratinar. Retirar y terminar con aceitunas, y ajo y perejil picados en aceite de oliva.

OPCIONES:

La cubierta puede ser de las combinaciones que prefieras: cuatro quesos, cebollas, hongos dorados, morrones, etc.



COLACIONES

40 UNIDADES 50 MIN PREPARACIÓN 5 MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

Masa:

250 g de harina 0000
1 cucharadita de bicarbonato
25 g de manteca blanda
25 g de azúcar
1 huevo
4 yemas
30 cc de ron

Relleno:

800 g de dulce de leche repostero

Cobertura:

200 g de azúcar impalpable
½ cucharadita de jugo de limón
Agua c/n

PREPARACIÓN:

Para la masa:

Poner en un recipiente la harina con el bicarbonato, hacer un hueco y colocar en el centro la manteca, el azúcar, el huevo y las yemas.

Agregar el ron y mezclar los ingredientes desde el centro hacia afuera hasta formar la masa.

Trabajar hasta lograr una masa homogénea. Dejar descansar el bollo tapado durante 10 minutos.

Estirar la masa hasta 1 cm de espesor y doblar a la mitad, girar la masa y volver a estirar a lo largo.

Doblar nuevamente a la mitad y volver a estirar.

Repetir estos pliegues ocho veces más. Dejando descansar unos minutos cada tres o cuatro pliegues.

Finalmente estirar la masa hasta 2 mm de espesor. Cortar óvalos de 8 cm de largo x 5 cm de ancho y colocar las tapitas en una placa limpia. Pinchar unas tres veces con un tenedor en el centro.

Cocinar en el horno moderado por 5 minutos.

Retirar y dejar enfriar.

Tomar una tapita y aplicar abundante dulce de leche formando un copo. Alisar.

Para la cubierta:

Tamizar el azúcar impalpable y mezclar con el jugo de limón y el agua



hasta formar un glasé fluido.

Cubrir las colaciones con el glasé y dejar secar.

TIP:

Agregar nueces tostadas y picadas al relleno de dulce de leche.

DONAS FRITAS

16 UNIDADES **40 MIN PREPARACIÓN** **20 MIN COCCIÓN**



INGREDIENTES:

500 g de harina 0000
100 g de manteca
160 cc de leche
2 huevos
½ cucharadita de sal
25 g de levadura fresca
50 g de azúcar
1 cucharadita de esencia de vainilla
1 cucharadita de ralladura de limón
Aceite para freír c/n
Azúcar para rebozar c/n

PREPARACIÓN:

Disolver la levadura en un poco de la leche tibia.
Hacer una corona con la harina y la sal sobre la mesada. Colocar en el centro los huevos, el azúcar, la esencia de vainilla, la ralladura de limón y la levadura disuelta. Agregar el resto de la leche y la manteca blanda, y comenzar a unir todos los ingredientes hasta formar la masa.
Amasar hasta que quede suave y no se pegue en las manos.
Dividir la masa en trozos de 50 g. Bollar con la mano, dejando el cierre hacia abajo y colocar sobre la mesada

enharinada. Dejar descansar.

Hacer un hueco con el dedo, en el centro de cada bollo, abriendo un poco el orificio para lograr la forma. Dejar reposar nuevamente, tapadas con un film o *nylon*, en lugar cálido, hasta que dupliquen su tamaño.

Calentar el aceite a 180° y freír las rosquillas hasta dorar de ambos lados.

Retirar, escurrir sobre papel absorbente y luego pasar en tibio por azúcar.

TIP:

Se pueden rellenar con dulce de leche repostero o crema pastelera.

POR
FABRICIO PORTELLI



LA MEDIDA JUSTA

TIPS

Las restricciones surgidas por la pandemia le han devuelto al vino su lugar, porque muchos consumidores volvieron a disfrutarlo en casa más seguido. Por un lado, el *home-office* y las necesidades de cuidarse obligaron a pasar más tiempo en el hogar y a desarrollar la creatividad a la hora de sentarse a la mesa. Muchos optaron por cocinar más, y la mayoría encontró en el vino un aliado para pasarla mejor. Eso explica el repunte del consumo local, por más que los restaurantes estuvieron mucho tiempo cerrados. Pero la clave del placer, como siempre, no está en la cantidad, sino en la calidad. Y esto vuelve a poner en valor los atributos del consumo moderado de vino, entre una y dos copas diarias. Recientemente, un estudio realizado en 900 pacientes por la Queen's University en Belfast y la Universidad de Kiel en Alemania ha demostrado que beber tres

El origen del vino siempre fue la variable más importante, porque permite otorgarle a esta bebida un carácter único. Recientemente, la Denominación de Origen Controlada Luján de Cuyo, que existe desde 1989, renovó autoridades, su reglamento y, por primera vez, sumó dos nuevas bodegas: Bressia y Mendel. De esta manera, la cantidad de bodegas que ahora forman la D.O.C. Luján de Cuyo son siete: Bressia, Chandon, Lagarde, Luigi Bosca, Mendel, Nieto Senetiner y Norton. Esto surgió de la mano de viticultores y vinicultores de la región con el fin de proteger, promover y difundir el encepado tinto característico constituido mayoritariamente por la variedad Malbec. Esta nueva etapa incluye el desarrollo de un plan estratégico para posicionar al Malbec de Luján de Cuyo con más fuerza en el mercado local e internacional, y abrir la posibilidad a que más productores y bodegas puedan sumarse a la D.O.C. en el futuro.

copas a la semana de vino tinto puede ayudar a reducir la presión arterial por ser un alimento rico en flavonoides. La moderación es clave: los investigadores encontraron que aproximadamente tres copas por semana era lo óptimo. El estudio se centró en cómo los microbios en el intestino descomponen los flavonoides que se encuentran en

el vino tinto, que luego resulta en una caída de la presión arterial. Estos resultados se suman a investigaciones anteriores que han demostrado que los flavonoides (polifenoles presentes en el vino) pueden mejorar la salud del corazón, pero es la primera vez que se puede explicar su conexión con la presión arterial más baja. 

MINIGUÍA DE VINOS



RUCA MALEN CABERNET SAUVIGNON 2020
RUCA MALEN, MENDOZA
(\$420)
PUNTOS: 88,5

Agustina Hanna, enóloga de la bodega, propone un exponente apoyado en la fluidez y el carácter frutal, con dejos herbales que resaltan su gracia y paso fresco por boca. De aromas expresivos y agradables, al agitar la copa aparecen las típicas notas herbales del cepaje. De estilo moderno, paladar franco y directo, y un cuerpo muy

consistente para su segmento.



DOÑA PAULA ESTATE BLACK EDITION 2019
DOÑA PAULA, LUJÁN DE CUYO, MENDOZA (\$895)
PUNTOS: 89

Este *blend* está elaborado con Malbec (60%), Cabernet Sauvignon (35%) y Petit Verdot (5%), provenientes de Finca El Alto Estate en Ugarteche. De aspecto intenso y brillante, y aromas expresivos, con notas de frutas rojas y especias. Entrada refrescante y paso ágil, con taninos incipientes que resaltan los dejos vegetales del Cabernet,

ideal para servir en la mesa.



SAINT FELICIEEN LUNLUNTA MALBEC 2018
COLECCIÓN FRANCIS MALLMANN TRIBUTO A GUSTAV KLIMT (\$3200)
PUNTOS: 91

Malbec de aromas equilibrados y elegantes, voluptuoso y amable, con texturas mordientes finas que resaltan su frescura integrada. Es voluptuoso y terroso, con la típica fruta roja de la primera zona y un final profundo y equilibrado. Acá conviven el estilo de la marca, una frescura actual y la elegancia que permiten las uvas

provenientes de viñedos tradicionales.

Flores de cara al sol

Noviembre es ideal para cultivar girasoles y otras especies que llegarán a su máximo esplendor en los meses más cálidos. Opciones a medida de cada jardín.

Por Yamila Garab

Con la primavera a pleno, noviembre es un buen momento para –además de disfrutar las flores ya bien crecidas– empezar a sembrar las especies propias del verano.

Por ejemplo, animarse al girasol, planta nativa de América Latina que en los meses más cálidos abre su flor inconfundible que siempre gira mirando al sol. Es bueno saber que viene en una gran variedad de tamaños, y que las más bajas, de 50 centímetros, son aptas para ser cultivadas en un jardín urbano. Eso sí, para que crezcan bien sus semillas deben sembrarse a 2,5 centímetros de profundidad y a 15 centímetros de distancia entre sí, siempre en ubicaciones que aseguren entre seis a ocho horas diarias de luz solar directa. A su vez, la tierra debe tener un buen drenaje y retención de nutrientes, y después de la siembra se lo debe regar en forma abundante. Luego, alcanza con mantener el suelo húmedo.

También es muy recomendable la pequeñísima reina Margarita o áster de China, oriunda del Lejano Oriente, de unos 20 centímetros de altura y con flores abundantes que se destacan por sus pétalos ovalados de color rosa, blanco, azul, lila u otros. Curiosamente, esta flor se comporta igual que el girasol en lo que hace a luz solar, sustrato y riego.

Otra flor para la época de los calores es la gerbera o margarita del Transvaal, originaria del sur de África, una planta con la capacidad de dar muy buenas flores durante tres años, en especial bajo las temperaturas habituales del verano argentino. Su flor se caracteriza por sus pétalos alargados y muy abundantes, desplegados en forma radial alrededor del núcleo y de colores rosa, fucsia, rojo, blanco y otros. Noviembre es un momento ideal

para plantarlas y crecen mejor en un sustrato profundo y blando.

Para quienes busquen sutileza y elegancia, una gran opción es la lobelia, planta de baja altura (30 centímetros máximo) también proveniente de África, que puede crecer casi en cualquier lugar, tanto a pleno sol como a la sombra. Su flor es pequeña y parecida a un trébol, aunque sus colores son el azul y el violeta. Tiene una floración tan abundante que prácticamente despliega una vistosa alfombra de color casi al ras del suelo. Y a pesar de su apariencia frágil, suele durar hasta el otoño.

Por último, la coreopsis, nativa del sur árido de los Estados Unidos, es una planta de entre 60 y 90 centímetros de altura que se distingue por sus flores de un color amarillo muy vivo, parecido al de las margaritas, pero sobre todo por su resistencia al clima cálido e incluso a las sequías. De hecho, suele florecer mejor a pleno sol que a la sombra. ■

redaccion@convivimos.com.ar

UNA PLANTA MEDICINAL

Un cultivo muy recomendable en plena primavera es la salvia (*Salvia officinalis*), un arbusto con flores pequeñas de color lila y hojas verdes alargadas y puntiagudas. Justamente sus hojas, aunque son reconocidas en general como condimento para las comidas, poseen además una gran cantidad de aplicaciones benignas para la salud. Son útiles para combatir males tan variados como la mala digestión, las gripes y dificultades en la respiración en general, el insomnio y los dolores menstruales. También es un potente antiinflamatorio e incluso es útil para regular el azúcar en sangre, entre otras virtudes.



Libres de plagas

Cómo resguardar a perros o gatos de las pulgas y garrapatas que los atacan. Un repaso por los productos y las medidas de precaución para ahuyentarlas.

Por Yamila Garab

El hecho de que las mascotas se rasquen o se mordiquesten todo el tiempo suele ser una señal única de que las pulgas las están molestando, algo que en general ocurre con mayor frecuencia cuando empiezan los calores. Estos pequeños insectos pican para absorber su sangre, escondidos entre el pelaje, y así les producen irritación, alergias y una gran comezón. Lo mismo vale para las garrapatas, de mayor tamaño, que, además de chupar la sangre, transmiten toxinas que reducen las defensas y así las mascotas se vuelven más vulnerables de contraer enfermedades.

Hay diversas formas de impedir que estos parásitos molesten a los animalitos. Como medida general, se recomienda mantener limpios los lugares donde comen y duermen. En el caso de los canes, no es conveniente pasearlos por zonas abandonadas o degradadas, ni dejar que se acerquen a perros callejeros o con mal aspecto. También es indispensable revisar su pelaje todos los días y cepillarlos a fondo cada vez que se pueda. Por supuesto, se recomienda bañarlos a menudo con champús especiales y frotarlos fuertemente durante el baño con la esponja hasta la raíz del pelaje.

En cuanto a las pulgas y garrapatas, hay toda una batería de productos específicos contra ellas. Por caso, las “pipetas”, en cuyo interior se aloja un líquido repelente que debe aplicarse vertiendo su contenido sobre la piel (no sobre el pelaje). Hay que hacerlo en dos o tres zonas distintas del cuerpo: lo ideal es colocarlo sobre el lomo o el cuello para que no quede accesible y el perro no pueda quitárselo con su lengua. Tienen una efectividad de un mes; una



vez transcurrido ese tiempo, deben volver a aplicarse.

Otra buena opción son los collares repelentes tanto para perros como para gatos. Están hechos de plástico o fieltro, e impregnados con una sustancia pulguicida o garrapaticida. Son eficaces y cómodos, y se adaptan al grosor del cuello. Según el modelo, pueden brindar entre seis y ocho meses de protección, pero antes es necesario asegurarse de que la mascota no le tenga alergia al repelente.

En cuanto a los aerosoles repelentes de las garrapatas, tienen un efecto inmediato, pero de muy corta duración: en general alcanzan para un solo día de paseo. Por último, existen remedios caseros y ecológicos, como el baño caliente con romero y eucalipto; o bien fabricar un *spray* con limón y vinagre de manzana, que también suele dar buenos resultados.

Opciones suficientes como para que ninguna mascota quede desprotegida. ■

¿QUÉ CONTAGIAN LAS PULGAS Y GARRAPATAS?

Las pulgas, las garrapatas e incluso los mosquitos pueden afectar la salud de perros y gatos porque se alimentan de su sangre y sus nutrientes, causándoles anemia. Las pulgas también pueden causar pérdida de peso, diarrea, dermatitis alérgica y anemia. En tanto, las garrapatas suelen contagiar tres dolencias típicas como la enfermedad de Lyme, que provoca sarpullido y dolores musculares; la babesiosis, que se manifiesta como fiebre y debilidad; y la erliquiosis, cuyos síntomas son pérdida de peso y problemas respiratorios. Por eso, siempre es mejor prevenir para que las mascotas no contraigan estas dolencias.

NISSAN KICKS

MEJORADO EN SEGURIDAD Y TECNOLOGÍA

Por Fernando Soraggi



\$3.047.000

Precio

175 KM/H

Velocidad
máxima

120 CV

Potencia máxima
a 6300 rpm

12,90 KM/L

Consumo
promedio

DISEÑO. 4/5

Desde el lanzamiento oficial, el Nissan Kicks siempre fue uno de los preferidos de los argentinos. Ahora, con el rediseño, ha logrado ubicarse entre los mejores del segmento SUV B, incorporando más tecnología y muchos sistemas de asistencia a la conducción, además de mejorar en diseño, que ya era destacado.

Desde el renovado dibujo exterior se nota una profunda renovación: sobresale el interesante rediseño frontal, con un capó más lanzado, que termina sobre la amplia parrilla, con formato V-Motion, con bordes cromados y la base en plástico negro brillante. A los costados, las nuevas ópticas, más afinadas, incorporan tecnología *full led*. Más abajo se ven dos interesantes tomas de aire, en las que se ubicaron los faros antiniebla. Los paragolpes fueron renovados y son más

grandes. En los laterales, con aspecto de cuña, incorpora espejos y manijas exteriores color carrocería. En este sector sobresalen las bellas llantas de aleación de 17" diamantadas. Atrás, nuevos recortes en el portón del baúl y los faros traseros unidos ópticamente. Todo le da una imagen más moderna que le proporciona más deportividad.

CONFORT. 3 1/2/5

El ambiente también tuvo buenos cambios, con sobriedad, mejores espacios, calidad y originalidad, colores grises y negros, y varias zonas cromadas, dando la sensación de mayor modernidad. Siguen los plásticos duros de buenos atributos y bien ensamblados, que evitan los ruidos. Adelante destaca el espacio para los ocupantes, con butacas de posición elevada que se ajustan en

profundidad y altura, al igual que el volante, por lo que es simple lograr la posición de manejo. El equipo apunta claramente a la tecnología, cuenta con dos relojes análogos con una pantalla LCD con información al centro. Además, posee conexión para todos los sistemas de celulares.

Sobresale el espacio en las plazas traseras, con buena altura, por lo que dos adultos y un menor, para el asiento central, más compacto, podrán estar cómodos.

MOTOR. 3 1/2/5

Sigue el eficiente naftero de 1.6 litros aspirado, con las camisas de cilindros con tecnología Mirror Coating, entregando 120 CV y 149 Nm de torque, con tracción delantera. La transmisión para la versión probada es la CVT (hay ma-



nual de 5 velocidades), de buena labor y excelente pique, aunque cuesta acostumbrarse a reducirlo para controlar el consumo, que finalmente es relativamente bueno –un promedio de 12,90 km/litro–, por lo que por el tanque de corta capacidad (41 litros) puede lograr algo más de 500 km.

EQUIPAMIENTO. 4/5

Cuenta con mejoras en todos los sentidos. Los comandos están a la mano, por lo que no hay que sacar la vista del camino para usarlos. Entre los nuevos componentes se destacan los cambios en conectividad con sistema multimedia Nissan Connect, con pantalla táctil de 8", que permite utilizar aplicaciones desde el celular con Android Auto o Apple Car Play. Además tiene sistema de reconocimiento de voz. Destaca el audio, con un equipo Bose Personal Plus Premium con ocho parlantes, dos en el apoyacabeza del conductor. Cuenta con dos puertos USB-C, climatizador automático, apertura por presencia y arranque sin llave.

SEGURIDAD. 4/5

Lo único para criticar es que ninguna versión dispone de faros antiniebla traseros; después son todas mejoras. El sistema ADAS de asistencia a la conducción ayuda en condiciones de uso diario, con alertas de tránsito cruzado trasero, de punto ciego, de colisión frontal, auto frenado de emergencia con detección de peatones. Mantiene seis *airbags* (frontales, laterales y de cortina), anclajes ISO-FIX, control de estabilidad y asistente al arranque en pendientes.

El sistema de frenos, con sistema ABS, distribución electrónica de frenado y el asistente al frenado de urgencia, también resultó eficiente tanto en el asfalto seco como en el mojado.

PRECIO. 3½/5

Sin duda trae varias mejoras de calidad y diseño. Los precios arrancan desde \$2.650.000 y llegan a \$3.047.000, el de la versión probada, Exclusive CVT. Es realmente confortable y una opción para consultar si se busca un SUV urbano para disfrutar en familia. **■**

MOTOR

Motor naftero, delantero, transversal. Cuatro cilindros en línea, cuatro válvulas por cilindros, doble árbol de levas a la cabeza comandados por cadena. Admisión variable. Alimentado por inyección multipunto. Cilindrada: 1598 cc
Tasa de compresión (ratio): 10,9
Potencia: 120 CV a 6300 rpm
Torque: 149 Nm a 4000 rpm

TRANSMISIÓN

Tracción delantera
Caja: Automática CVT variador continuo y marcha atrás

MEDICIONES

Largo / ancho / alto: 4295 mm / 1760 mm / 1590 mm
Distancia entre ejes: 2620 mm
Peso en orden de marcha: 1139 kg
Capacidad de baúl: 432 litros
Capacidad de combustible: 41 litros

SUSPENSIÓN

Delantera: Independiente, tipo McPherson, con amortiguadores telescópicos, resortes helicoidales y barra estabilizadora
Trasera: Semiindependiente, con barra de torsión, resortes helicoidales y amortiguadores

FRENOS

ABS
Delanteros: Discos ventilados
Traseros: Tambor

DIRECCIÓN

De cremallera con asistencia eléctrica

LLANTAS Y NEUMÁTICOS

Llantas: Aleación de 17"
Material: Aleación
Neumáticos: Continental 205/55R17
Rueda de auxilio: Homogénea, de igual medida

FABRICANTE/IMPORTADOR

Nissan Brasil / Nissan Argentina

PRECIO Y GARANTÍA

\$3.047.000, 3 años o 100.000 kilómetros

HORÓSCOPO



POR GABA ROBIN
LA BRUJA POP

SAGITARIO (23/11 - 22/12)



Amor: Ganas en tu interior de navegar en una relación serena. Podés tener contactos por chat con personas que alteran tu relación con chismes, murmuraciones, mentiras. Mudanza en puerta. Viajes cortos entre dos.

Trabajo: Contratos, firmas, estudios y exámenes que se llevan a cabo. Todo lo que es comunicación está para concretar. Viaje a otro lugar dentro del país con ganas y que no será el último. Cambios virulentos en tu trabajo.

Salud: La salud no está serena, tenés que adelantar los hechos e ir al médico, hacerte chequeos y análisis, así dedicarte tiempo. Extracciones de muelas y cirugía programada de la vista.

CAPRICORNIO (23/12 - 20/01)



Amor: Reuniones y encuentros intensos con personas del pasado. Amores de antes que vuelven. La pareja hará acuerdos y pueden venir hijos. Cambios contundentes con los hijos grandes.

Trabajo: Variaciones en el dinero, ya sea porque producis más o porque hacés una compra o una venta que te deja en mejores condiciones. Encará tu economía con seriedad y sacale frutos.

Salud: Podés estar comiendo grasas de más y sentir que tu cuerpo está más grueso. Pocas ganas de hacer gimnasia, cuidado con tu dieta y con las horas que pasás sentado, porque eso se notará en tu balanza.

ACUARIO (21/01 - 20/02)



Amor: Tus intensidades cansan, tu energía está radiante pero también agota a tu entorno. Búsqueda de seriedad en los vínculos; si estás en una pareja, estarás buscando otros ojos que te den más seguridad.

Trabajo: Serás bien visto por jefes si trabajás en dependencia, y si eres independiente, fuerza en tu actividad y elevarás el estatus. Momento de anclar tu base material, cuidado con los trámites que dejaste de hacer o con impuestos que no pagaste.

Salud: Tus huesos están desvitalizados o necesitan calcio. Tus rodillas pueden hacer ruidos, necesitás turnos al médico y sentarte al sol, en silencio y respirando a conciencia. Atendé tus oídos.

PISCIS (21/02 - 21/03)



Amor: El romanticismo te agota, te cansa. Volás de más alrededor de telenovelas que te hacés. Un amor de otro país o un viaje al extranjero estará sonando en vos. Imaginás un amor de una película de Disney que no está en la vida terrenal. Cambios de lugar de vida.

Trabajo: Te interesarás en estudios más profundos, en prepararte en algo, aunque no tenga que ver con la actividad a la que te dedicás. Practicarás idiomas. Contratos que no se dan y otras oportunidades que no creías y se otorgan, llamados insólitos.

Salud: Tu mente está muy activa, a veces de más, y eso puede traerte problemas de ansiedad. Harás arreglos estéticos en heridas de tu cara que cargás hace años.

ARIES (22/03 - 20/04)



Amor: Tu sexualidad se encendió más de lo establecido, estará en todos los formatos, cuerpo a cuerpo, *chats*, videos, etc. Muchas reuniones grupales que te conectan con personas nuevas.

Trabajo: El dinero se genera por oportunidades que aparecen, por eso, es importante que estés alerta, ya que es un tiempo en el que podés armar un negocio al margen del que hacés o tener tu propia empresa nueva.

Salud: Renovarás el *look*, tu imagen cambia a través de tratamientos estéticos que van desde el odontólogo hasta la piel. Tu energía nerviosa puede descarriarse y provocar insomnio.

TAURO (21/04 - 21/05)



Amor: Este mes es para tener en cuenta que cualquier chispa en el ambiente, en el pensamiento o en el exterior puede producir una fogata. Las relaciones o la convivencia están en alerta roja, cuidado.

Trabajo: Eventos importantes que serán motivo de avances, reuniones, conocerás personas que te ayudarán en tu actividad. Sociedades explosivas. Inesperadamente puede aparecer un trámite que te dará vuelta. Momento de seriedad y de logros.

Salud: Cuidá y atendé el tema de tus huesos, ya sea por edad o por quemaduras. Lo más importante es que estás sanando heridas ancestrales que arrastrás sin darte cuenta.

GÉMINIS (22/05 - 21/06)



Amor: Sentís que estás cerrando o logrando temas en tu mapa emocional. Las parejas después de batallas armarán un viaje para simular una luna de miel. Los solos tendrán un romance con alguien que vive en otro lugar. Los hijos aparecen sin esperarlos.

Trabajo: Mes intenso, cosas que se manifiestan con fuerza, armando proyectos que nunca imaginaste. Tus sueños te dan señales de realidad. Recibís dineros, ya sea porque te deben, porque hay premios o ganancias, por ventas, etc.

Salud: Tu energía está muy alta, así que cuidado con accidentes domésticos, golpes o caídas. Tenés que hacer chequeos de tus órganos sexuales, antes de que termine el año.

CÁNCER (22/06 - 24/07)



Amor: Embarazo. Si tenés hijos, estos pueden traerte sorpresas. Alegría en alza, tu bienestar trae regalos amorosos, aventuras, reencuentros. Las relaciones formales se tiñen de ternura y los amantes ocultos llegan con pasiones atómicas.

Trabajo: Recibirás dineros de ex, socios, créditos, familia, etc. Momento para compra o venta inmobiliarias. Nuevas personas con las que trabajarás o negociarás. La suerte te acompaña a través del azar.

Salud: El sexo es un buen antibiótico para cualquier germen o infección dando vuelta. Sentirás tu libido arriba y al margen del placer, será un pasaporte para acomodarte integralmente en la vida.

LEO (24/07 - 23/08)



Amor: Movimientos y resoluciones en las relaciones que nunca imaginaste. El camino en la convivencia no está sereno, ondula para concreciones más sólidas. Viajes, reuniones y algún reclamo de parte de la familia de origen.

Trabajo: No te sentís en un momento de plenitud laboral, hay situaciones donde no hay seguridad, puede ser en el ambiente, pero está más relacionado con tu seguridad interna, como si estuvieras haciendo algo que no es lo que querés ya.

Salud: Inflamaciones, hinchazones o infecciones. Tus riñones necesitan atención y agua, y tu hígado, depurarse. Procurá más líquidos en tu organismo.

VIRGO (24/08 - 23/09)



Amor: Armarás viaje para disfrutar en pareja, firmarás contratos de a dos. Si estás solo, el viaje lo armarás igual y estarás rindiendo o escribiendo y cerrando contratos. Los romances, no importa cuál es la situación civil, estarán a la orden del día, sensualidad extrema.

Trabajo: Andarás lleno de emociones en tu mundo laboral, que van desde mucha acción y más responsabilidad hasta terminar trabajos pendientes y lograr ascensos o premios. Comprará nuevas herramientas o tecnología.

Salud: Entrenarás y te pondrás a dieta con gran responsabilidad. Como si entraras en un mundo de otros hábitos y otros tiempos. La alegría te acompañará a medida que lograrás tus cometidos.



ESCORPIO (24/10 AL 23/11) PAULO DYBALA

Laguna Larga, Córdoba, 15 de noviembre de 1993. Futbolista. Juega en la Juventus de Italia y en la selección argentina desde 2015. Comenzó su carrera en el Club Instituto de Córdoba.

Amor: La pareja no está estable y puede haber cambios inesperados, situaciones no generadas por vos, sino por el exterior. El hogar se establece, una casa se construye, se compra o se reforma.

Trabajo: Una sociedad para armar, habrá comunicaciones entre los socios. Temas judiciales, atendé tus trámites vencidos.

Salud: Tus nervios pueden hacerse presentes por las noches y no dejarte conciliar sueños perfectos. Tu tiroides necesita revisión.

LIBRA (24/09 - 23/10)



Amor: Tu energía en general es hermosa, y se te nota en los ojos, la piel y el cuerpo. Momentos de mucha sensualidad, aventuras, romance y embarazo. Llega un niño a la familia. Preparate para momentos extraños en la vida. La casa se pone hermosa.

Trabajo: Cambios en tus bienes, podés conseguir dinero a través de una negociación, ya sea con un ex, familia, a través de una herencia o un juicio. Tu parte creativa estará encendida para generar potencialidades laborales.

Salud: Te llenarás de colores en tu imagen, cambio de *look*, rejuvenecimiento, cambian tu postura y tu actitud. Los nervios pueden saltar y generarte crisis en tus exámenes de conciencia.

SUDOKU

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

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

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								

MEZCLAGRAMA

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

					O			
U								L
			T					

Horizontales:

- Arbol de madera blanca.
- Batracio anuro de color verde (pl.).
- Elogia.
- Ferrocarriles.
- Hermano de Patoruzú.
- Mensaje oral o escrito.
- Naipe con el número uno.
- Notación musical: a tempo.
- Período de 24 horas.

Verticales:

- Abreviatura de "apud" ("en la obra de").
- Cerveza ligera inglesa.
- Habitación principal (pl.).
- Muy veloz (fem.).
- Novela de Stephen King.
- Pronombre personal.
- Rostro, faz.
- Siente amor.
- Símbolo del berilio.
- Traspasar bienes o valores en forma gratuita.
- Utilizan.

Definiciones

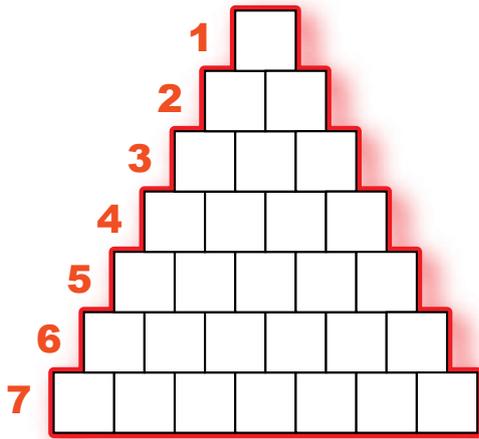
- 1 • Planta iridácea.
- 2 • Hormiga centroamericana de cabeza grande (pl.).
- 3 • Gloria, esplendor.
- 4 • Conjunto de muchos trapos.
- 5 • Golpear las palmas de las manos en señal de aprobación.
- 6 • Cómic, divertido.
- 7 • Cuevas, grutas.
- 8 • Empréstito.
- 9 • Antigua embarcación ligera, larga y angosta.
- 10 • Caballo padre.
- 11 • Inquieto y revoltoso.
- 12 • Arbusto ramnáceo.
- 13 • Especie de cesta grande con dos asas.
- 14 • Polígono de nueve lados.
- 15 • Cuervo marino.

Sílabas:

- A - A - A - BE - CA - CA - CIO - COR - DE - DIER
- DIO - DIR - DRI - E - ES - GLA - GO - GRA
- GRAN - LA - LA - LLO - LO - MO - MO - NAS
- NE - NO - NO - PA - PE - PLAU - PO - POS
- PRÉS - PUER - RA - RÁN - RÍ - SO - SO - TA - TA
- TRA - TRA - VER - VIE - ZA - ZOM.

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 • Cuarta letra del abecedario. 2 • Preposición que indica pertenencia. 3 • Poéticamente, diosa. 4 • Coloque la fecha en un escrito. 5 • Publica por medio de la imprenta. 6 • Régimen alimenticio (pl.). 7 • Recinto con graderías para los espectadores, destinado a competiciones deportivas.

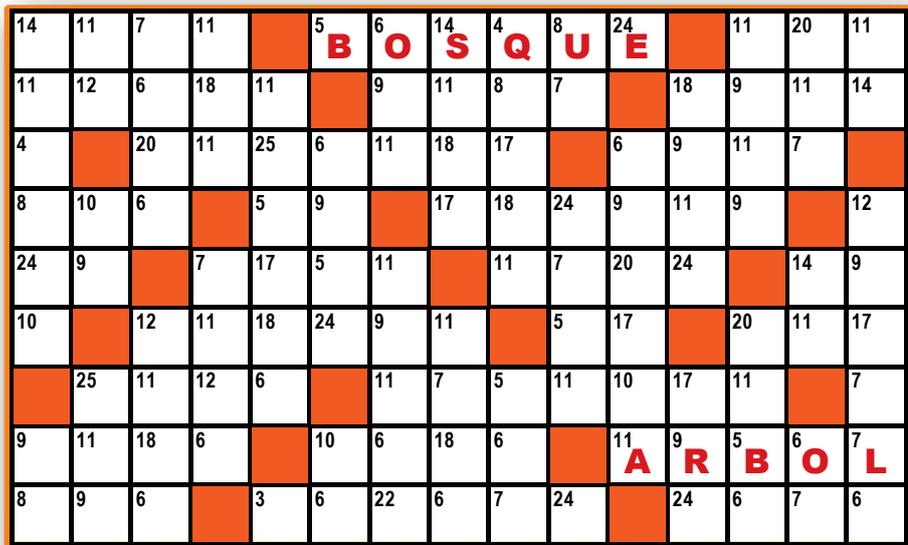
SOPA SIN LISTA

Encuentre en esta sopa de letras 22 palabras de 6 letras. Atención: no valen los verbos conjugados ni los plurales.

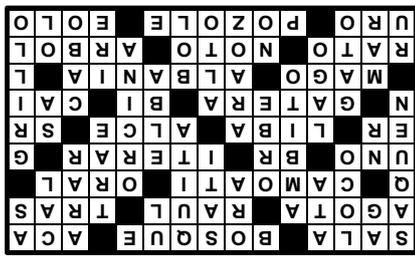


EN CLAVE

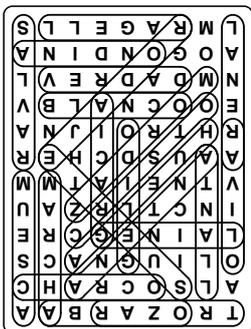
A número igual, corresponde letra igual. Como ayuda, ubicamos dos palabras.



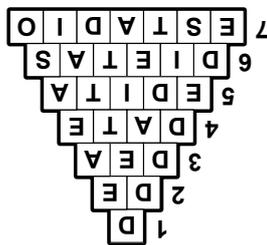
SOLUCIONES



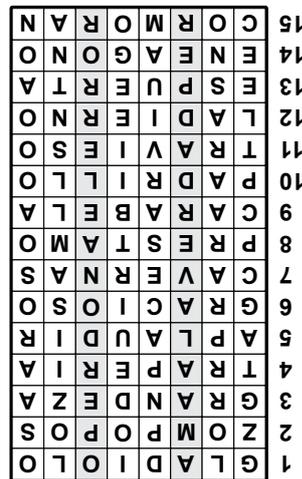
EN CLAVE



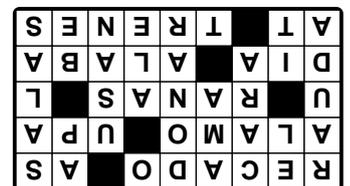
SOPA SIN LISTA



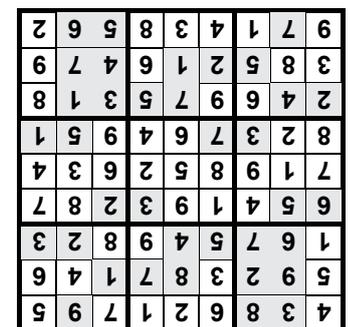
PIRAMIDAL



GRILLA



MEZCLAGRAMA

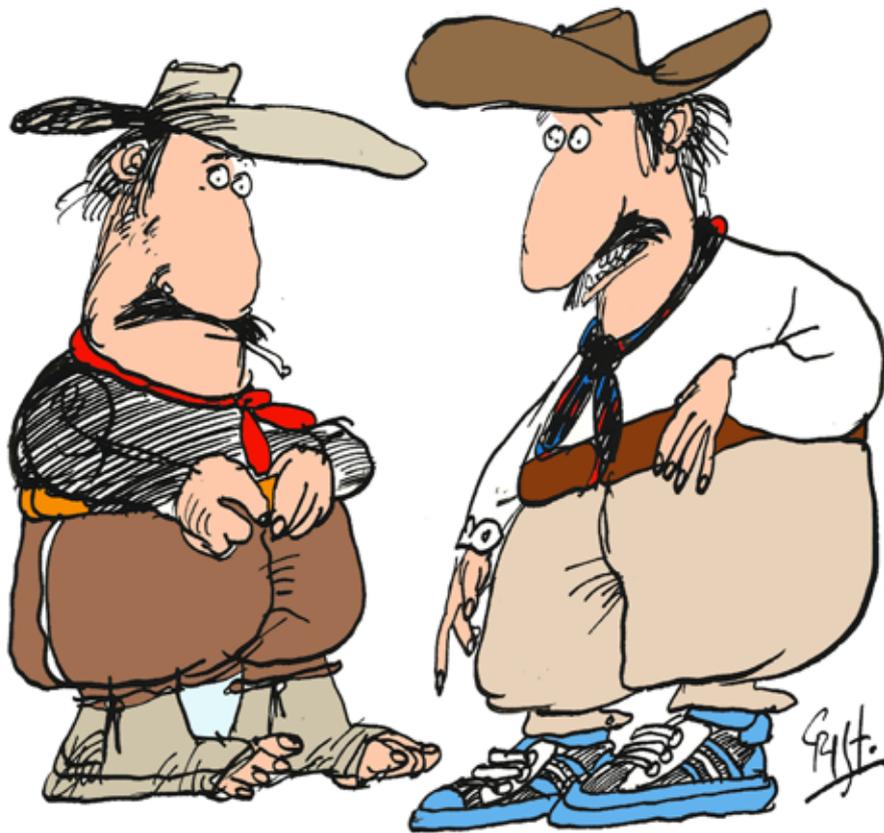


SUDOKU

CAMPOS QUE YO PISÉ

POR CRIST

UD SABE, COMPADRE QUE YO
TAMBIÉN ERA FANÁTICO DE
LA BOTA E' POTRO, HASTA QUE...



LLEVÁ TU REVISTA CON VOS

CONVIVIMOS

ESCANEA
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