

CONVIVIMOS

A portrait of Luciano Castro, a man with dark, wavy hair and a beard, wearing a black t-shirt. He is looking directly at the camera with a slight smile, resting his chin on his hand. The background is a solid teal color.

Argentina **#392**

Febrero 2025/\$6.500 +IVA
en caso de corresponder

**Luciano
Castro**

**"No trabajo pensando
en qué dirán"**

Por ser suscriptor a Convivimos,
o cualquier revista infantil



Accedé a Convivimos
en su versión online.



NaranjaX

Tenés acceso ilimitado a clarin.com
y los beneficios de la tarjeta 365



900 descuentos

Gastronomía

Ropa

Cines

Combustible

Supers



15%



15%



15%



10%



15%



Hasta

15%



15%



10%



10%



Hasta

30%



15%



15%

Suscribite en Sucursales de Naranja X

STAFF

DIRECTOR
DAVID RUDA

EDITOR
SEBASTIÁN MAGGIO
EDITOR@EDITORIALACCION.COM.AR

COORDINACIÓN EDITORIAL
ILATINA S.A.

COORDINACIÓN PERIODÍSTICA
EDITORIAL ACCIÓN S.A.

ARTE Y DISEÑO
EDITORIAL ACCIÓN S.A.

IMPRESIÓN
ARCÁNGEL MAGGIO
LAFAYETTE 1695
CÓDIGO POSTAL C1286AEC - CABA

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

CONTACTO
PUBLICIDAD@NARANJAX.COM

CORRESPONDENCIA
LECTORES@NARANJAX.COM

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
ARCÁNGEL MAGGIO.
TIRADA DE ESTA EDICIÓN: 142.000 EJEMPLARES
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: 392
FECHA DE EDICIÓN: FEBRERO 2025
EDITADA POR EDITORIAL ACCIÓN S.A.
REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL N° 5342694

EDITORIAL

DAVID RUDA
DIRECTOR



La verdad

¿Qué contraste en la actuación? “La verdad”, respondió Luciano Castro en la entrevista que le hicimos. Y agregó: “En la actuación, lo que cualquiera destaca es si la cree o no. Si vos ves un actor y le creés, compraste todo, compraste el cuento. No te importa si vende pochoclos, no te importa nada. Está en la verdad del actor o de la actriz. Y la vida es eso. A mí decime lo peor que me tengas que decir, pero decime la verdad”.

El actor encontró en su oficio la verdad, o al menos una manera de acercarse a ella, de buscarla, de ir a su encuentro. Intenta en la actuación dar respuesta a “¿qué es la verdad?”, la gran pregunta de la filosofía. Dotando de veracidad al personaje que interpreta, encontró el modo de generar preguntas, incertidumbres, sensaciones y contradicciones allí donde todo aparece claro, calmo y seguro. Nosotros, el público, se lo agradecemos. No se pierdan esta nota; van a descubrir que hay mucho más actor que lo que circula en las pantallas y las redes.

Este mes tenemos entrevistas y notas que nos tocan muy de cerca, como el in-

forme dedicado a la “crianza digital”, un tema tan desafiante para las familias. O la nota que refleja los resultados de un estudio sobre la situación de las personas con discapacidad que buscan empleo. Y también la conversación con Suma Rocha, una grande del folklore.

Ni qué hablar de los textos de análisis y opinión de nuestros columnistas, de las recetas de cocina de Santiago Giorgini, de las páginas de moda, del humor de Crist y de la agenda cultural.

Esta vez me quedé enganchado en “Añoranzas”, el relato de Fernando Medet, en el que cuenta que de chico soñaba que podía ser el hombre invisible. “Tenía la edad donde la felicidad eran dos naranjas para ir a la cancha y un buen libro al lado de la cama. El resto podía esperar”. Eso era la felicidad y esa era la infancia.

No viene mal de vez en cuando hacernos las mismas preguntas que se hicieron Platón o Nietzsche. ¿Qué es la verdad? O, al menos, ¿cómo nos acercamos a ella?

Que tengan un hermoso febrero y un especial Día de los Enamorados.

¡Buena vida!





CON VOS 24/SIEMPRE

**CONTRATÁ TU SEGURO DE AUTO Y CONTÁ CON LOS
MEJORES SERVICIOS Y BENEFICIOS LAS 24HS.**



lacaaja.com.ar



GENERALI

PARA MÁS INFORMACIÓN Y CONDICIONES O LIMITACIONES APLICABLES, CONSULTE EN LACAJA.COM.AR. LOS SEGUROS SON EMITIDOS POR CAJA DE SEGUROS S.A. FITZ ROY 957 (C1414CHI) C.A.B.A. CUIT 30-66320562-1. LA FIGURA HUMANA HA SIDO RETOCADA Y/O MODIFICADA DIGITALMENTE. ENTIDAD AUTORIZADA POR LA SUPERINTENDENCIA DE SEGUROS DE LA NACIÓN. REGISTRO Nº 501.

Las promos del verano

Es una gran época del año para disfrutar, y Naranja X tiene distintas promociones para no dejar pasar. Un repaso por las vigentes durante todo febrero.

En todos los rubros y para distintos lugares del país, Naranja X renueva sus promociones para el verano 2025, con interesantes propuestas en entretenimiento. Un detalle de cada “promo” según se abone con código QR o con tarjeta de crédito.

CON CÓDIGO QR

Pagando desde la *app* Naranja X con dinero en cuenta, las principales promociones son: en la heladería GRIDO, todos los sábados y domingos, hay un 30% *off*, con un tope de reintegro de \$3000 por mes. Para los amantes de las hamburguesas, en McDonald's hay un 30% *off*, también todos los sábados y domingos, pero sin tope de reintegro.

Por otro lado, en Farmacity todos los jueves también hay un 30% de descuento, con un tope de \$5000 por mes.

CON TARJETA DE CRÉDITO

Pagando con Naranja X crédito, hay una variada gama de promociones.

En transporte terrestre, un 10% de descuento y 6 cuotas; mientras que en transporte aéreo, con Viajes Naranja X, hay 12 cuotas cero interés volando con Aerolíneas Argentinas, FlyBondi y Jet Smart. Un lujo para aprovechar.

En hotelería regional, también con Viajes Naranja X, hay 8 cuotas cero interés.

ENTRETENIMIENTO

En el rubro entretenimiento, la *fintech* firmó un sponsoreo con la



Foto: iStock.

Asociación Argentina de Parques y Atracciones (AAPA), la cual reúne a los principales exponentes del mercado del entretenimiento en la República Argentina, parques de diversiones, parques temáticos y centros de entretenimiento familiar.

Entre los parques más reconocidos se encuentran: Aquopolis, Aeropark, Aeropolis, Aquarium, TEMAiken, Mundo Marino. Por su parte, los locales de entretenimiento populares son: Sacoa, Go Play, Crucijuegos, Playland, entre otros.

Por otro lado, para la experiencia “Blow Up Sensations”, el fenómeno mundial de arte inflable y tecnología, que está en La Rural desde el 10

de enero, hay una promoción exclusiva abonando con tarjeta de crédito Naranja X en 3 cuotas cero interés con Plan Z.

También, distintos planes y beneficios en teatros: quienes visiten Villa Carlos Paz podrán disfrutar 3 y 6 cuotas cero interés, mientras que en Mar del Plata podrán tarjetear las entradas en 3 cuotas cero interés y con un 20% de descuento (el tope es de \$8000).

Además, hay promociones en gastronomía, productos regionales, estaciones de servicio, indumentaria, entre otros. Se pueden conocer todos los beneficios ingresando a: www.naranjax.com/promociones. 

Siempre cuidando tu información personal, recordá que desde Naranja X no nos vamos a comunicar por ningún medio para reintegrarte supuestos cobros mal efectuados en el resumen o por la suscripción de la revista *Convivimos*. Si dudás de la veracidad de algún contenido relacionado con Naranja X, comunicate con nuestros canales oficiales: al 0810 333 6272 o desde la *app*: MÁS >> CONTACTANOS >> CHATEAR.



VIAJÁ POR ARGENTINA

12 CUOTAS
CERO
INTERÉS

en aéreos, hoteles,
paquetes y actividades
nacionales



Conocé más en:

viajes.naranjax.com

 (011) 2040-1032

CFT 0.0%

TARJETA NARANJA S. A. U. CUIT 30685376349, LA TABLADA 451, CÓRDOBA. APLICAN TÉRMINOS Y CONDICIONES. CONSULTÁ LA VIGENCIA Y DEMÁS TÉRMINOS Y CONDICIONES DE ESTE BENEFICIO EN: VIAJES.NARANJAX.COM



Coste de oportunidad: ¿cuánto cuesta elegir?

Tomar decisiones financieras es un juego de estrategia. ¿Qué dejamos en el camino cuando elegimos una opción sobre otra? El coste de oportunidad es esa pregunta incómoda que vale la pena responder.



Foto: iStock.

Cada decisión financiera que tomamos es, en esencia, una renuncia. Comprar un café *gourmet* en lugar de prepararlo en casa, invertir en bienes raíces en lugar de en acciones o simplemente guardar dinero bajo el colchón en vez de ponerlo a generar intereses. Todas estas elecciones vienen con un coste que, aunque no siempre lo veamos, puede influir mucho en nuestras finanzas. Se trata del coste de oportunidad. Entender este concepto es clave para optimizar las decisiones económicas y priorizar lo que realmente importa.

¿QUÉ ES Y POR QUÉ IMPORTA?

El coste de oportunidad representa entonces lo que se pierde al elegir una opción sobre otra. En otras palabras, es el valor de la mejor alternativa que no se eligió. Por ejemplo, si se decide gastar \$100.000 en ropa en lugar de invertirlo, el coste de oportunidad es el rendimiento que se podría

haber ganado si se hubiera invertido ese dinero.

Aunque puede parecer un cálculo puramente teórico, tiene implicaciones prácticas gigantescas en nuestras vidas. Este concepto aplica al dinero, pero también al tiempo, los recursos y hasta nuestras energías mentales.

La clave es aplicar metas financieras concretas. Esto es porque las decisiones que tomamos hoy influyen en nuestras metas de largo plazo. Si el objetivo es ahorrar para una casa o un viaje soñado, cada peso gastado sin planificación tiene un coste oculto. Por eso, ser consciente de las prioridades ayuda a minimizar el impacto del coste de oportunidad.

CÓMO MINIMIZARLO

Para minimizar el coste de oportunidad en tus finanzas personales, antes de gastar o invertir hay que hacerse la siguiente pregunta: ¿esto me acerca a mis objetivos?

Para eso, hay que tener metas claras que ayuden a identificar qué de-

cisiones tienen un impacto positivo y cuáles podrían desviarte de tu camino. Con ese fin, se podría:

- Hacer cálculos informados. Aunque el coste de oportunidad no siempre es fácil de medir, herramientas como calculadoras de rendimiento o simuladores de inversión pueden darte una idea clara de lo que estás ganando o perdiendo.

- Adoptar un enfoque consciente. Tomar decisiones financieras de manera automática es uno de los errores más comunes. En cambio, si te das tiempo para reflexionar antes de actuar, podrás maximizar el valor de tus recursos.

Algo tan simple como preguntarse “¿qué podría hacer con este dinero si no lo gasto?”. El coste de oportunidad no es simplemente un concepto financiero, sino que es una herramienta poderosa para tomar mejores decisiones. Entender esta herramienta y aplicarla en la vida diaria te permitirá optimizar los recursos y alcanzar tus metas más rápido. 

LAS MARIAS

Naciendo todos los días desde hace

100 AÑOS

las mismas manos

Una casa de marcas unidas por una misma forma de trabajar

TARAGÜÍ

unión

LA MERCED

Mañanita

Viví nuestra
experiencia 3D



www.lasmarias.com.ar

[experiencialasmarias](#)



[establecimientolasmarias](#)

Los placeres del oído

El mejor equipo de audio es el que se adecúa al formato que cada uno prefiera para escuchar música. Opciones para viejos melómanos y digitales nativos.

Por Ariel Hendler

La elección de un equipo de audio, producto destinado al ocio y al placer, va a depender sobre todo del uso que cada uno quiera darle y, por supuesto, del espacio disponible. Existen opciones renovadas tanto para los melómanos que todavía atesoran elepés de vinilo y escuchan música sentados en un sillón como si estuvieran en una sala de conciertos, como para los oyentes digitales nativos que prefieren armar fiestas en el *living* o el jardín.

Por caso, para los más jóvenes que reproducen música exclusivamente en formatos virtuales, ya sea desde el celular o de *websites* como Spotify u otras, los equipos adecuados —o los únicos posibles— son aquellos cuyo fuerte es una óptima integración con dispositivos inteligentes vía Bluetooth o wifi, como por ejemplo el Partybox Encore Essential, de la marca estadounidense JBL.

Se trata de una caja casi cúbica y muy compacta de unos 30 centímetros de lado, ideal para pasar música en una fiesta, incluso al aire libre y hasta en la playa, porque es resistente al agua. También tiene una entrada de micrófono para arengar el baile mientras suena la música, y puede reproducir en estéreo si se usan dos unidades del mismo modelo, gracias a su tecnología True Wireless Stereo.

A su vez, un producto *premium* para hogares es la barra de sonido Samsung HW-Q990D, que llena de música un *living* con sonido envolvente Dolby Atmos. La barra, de casi un metro, distribuye el sonido en distintas direcciones y además ofrece parlantes auxiliares, de compra optativa, para ubicar por todo el ambiente y que funcionan con cable o wifi.

También es importante elegir los

baffles que mejor se adapten a cada forma de disfrutar la música. En este sentido, hay diversas cuestiones por considerar, como, por ejemplo, que para escuchar música de instrumentos acústicos, ya sea clásica, ópera, jazz u otros géneros, se recomienda utilizar baffles “pasivos” (que no se encienden) y preferentemente con caja de madera para disfrutar de un sonido con el cuerpo y la calidez ideales.

En tanto, una buena opción para melómanos exigentes son los baffles Monitor Audio 100 Bookshelf Hi Fi, de gran potencia a pesar de su pequeño tamaño, aptos para apoyar en los estantes de un aparador o biblioteca. Pero también existen “columnas” de un metro de altura como Primus 253, que usan la tecnología Infinity para brindar un audio sin ningún tipo de distorsión y de gran alcance. De hecho, son aptas para una fiesta o para mirar películas como si uno estuviera en el cine. 

AUDIO AMBULANTE

Los sistemas de sonido *multi room* permiten escuchar música, radio o cualquier otro contenido de audio en varios lugares de la casa a la vez, o van siguiendo al oyente mientras se desplaza de un ambiente a otro. El producto en sí consiste en una serie de parlantes que se deben instalar en distintas habitaciones de la casa, pero vinculados entre sí mediante cableado o en forma inalámbrica a través de la red wifi. Se puede conseguir en versión de la marca Sonos, importado y por *e-commerce*. Existen kits con parlantes de distintos tamaños y potencias, e incluso uno especial para exteriores.



Foto: iStock.

NaranjaX

Llevá
tu **revista**

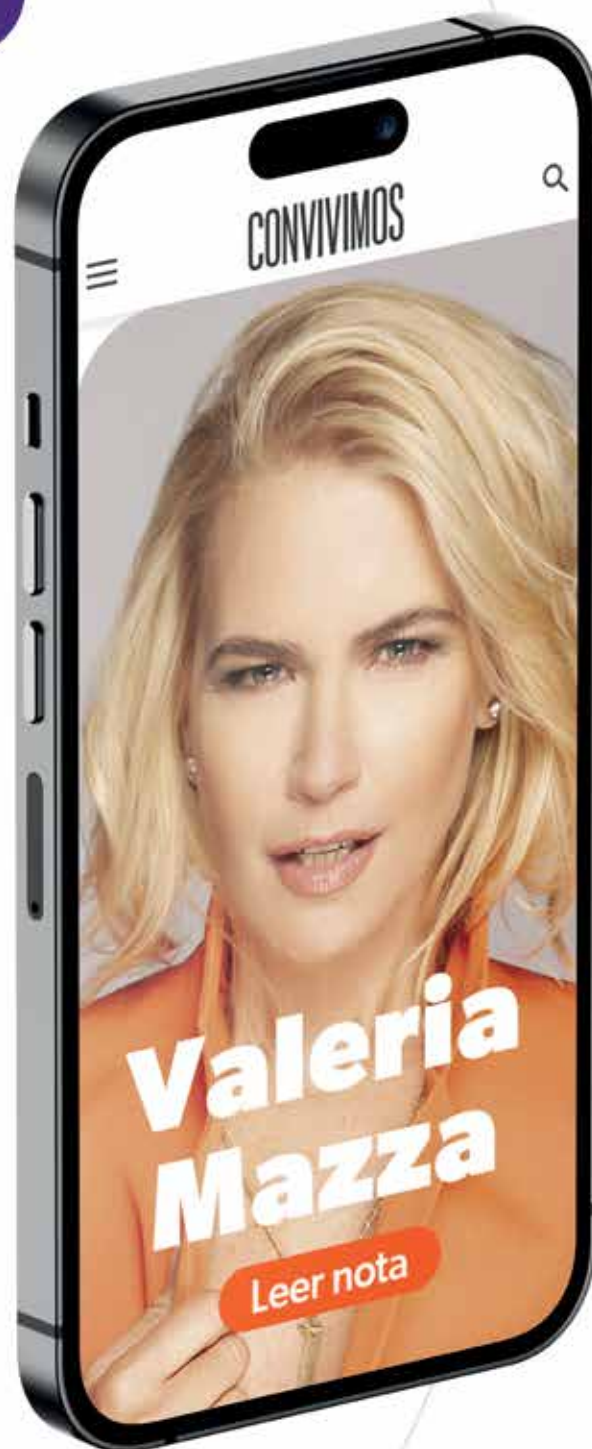
con vos

► **CONVIVIMOS**

Escaneá y suscribite



Y recibí la tarjeta 365
con más de 900 descuentos
más acceso ilimitado a Clarín.com



Convivimos.NaranjaX.com



**MABEL Y RUBÉN
AL DIVÁN
TUTE**

En el consultorio terapéutico, estos personajes no se guardan nada sobre la vida, las relaciones, la felicidad y la muerte. Tute demuestra que su humor tiene el pulso de la época.

240 págs.
Sudamericana



**LAS HUÉRFANAS
MELBA ESCOBAR**

La autora colombiana se basa en la vida de su propia madre, a quien considera un “personaje monumental”. También indaga en los lazos familiares y en cómo se crea la identidad femenina.

216 págs.
Seix Barral

YO LEO FLOR ZIMMERMAN



Foto: Luciano Bongiorno

Corriendo. Así piensa Flor Zimmerman sus novelas. Acaba de publicar *Tan rápido como quieras*, la segunda de su carrera, y confiesa que las ideas se le ocurren siempre en movimiento. Aunque las historias son distintas, comparten el ritmo de la narración: “Las dos son muy ágiles y adictivas, según las lectoras, y tiene un poco que ver con mi forma de vivir la vida, ATR [a todo ritmo] todo el tiempo”. También tienen en común el deporte en su trama. La primera con el *running*, actividad que practica, mientras que el nuevo libro se ambienta en el universo de la Fórmula 1. “Como autora tenía miedo de repetirme, sin embargo, son completamente distintas entre sí. Fue un desafío importante, porque venía del *dark romance* y después exploré la comedia romántica, que tiene otras reglas”, cuenta quien empezó jugando en primera con el respaldo de una editorial multinacional.

Para desarrollar la trama de *Tan rápido como quieras* recorrió a través de Internet cada uno de los países que visitaban sus protagonistas, hasta miraba el menú de los restaurantes y los comentarios de la gente. “Traté de aprender sobre todos los mundos que iba contando en paralelo con la parte creativa de darles vida a estos personajes. Quería verosimilitud, poder transmitir la experiencia de cada lugar y que se pudiera viajar con el libro”, revela.

¿Un libro que recomiendes?

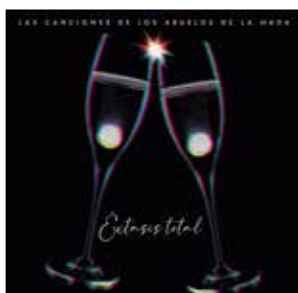
Travesuras de la niña mala, de Mario Vargas Llosa.



TAN RÁPIDO COMO QUIERAS

Victoria deberá viajar como corresponsal para cubrir la temporada de Fórmula 1 y seguir a la promesa argentina Guido Brunelli. Cuando se conocen, el amor es inevitable.

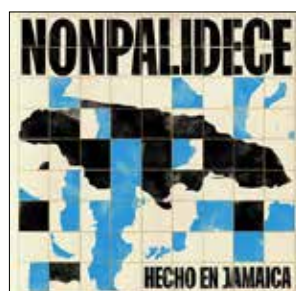
240 págs.
Montena



ÉXTASIS TOTAL CACHORRO LÓPEZ

Las canciones de Los Abuelos de la Nada en nuevas versiones con destacados artistas, como Julieta Venegas, Vicentico, Lali, Trueno y Miranda! En un tema se reunieron Calamaro, Cachorro, Melingo y Bazterrica.

Sony Music



HECHO EN JAMAICA NONPALIDECE

Lejos de despegarse del *reggae*, viajaron hasta la cuna del género para reinterpretar sus propios clásicos. Las influencias jamaicanas siguen intactas y suenan vibrantes. Con invitados como Fito Páez.

Impronta Music

YO ESCUCHO FLORIÁN



“Llegué a un lugar muy genuino, eso es lo que más me enorgullece”, dice Florián Fernández Capello sobre *De fábrica*, el segundo disco de su carrera solista. Contento con el resultado cuenta que se propuso, tanto en la música como en la lírica, encontrar la forma más auténtica para lo que quería transmitir. “Hubo mucho tiempo hasta llegar a esas palabras, esos sonidos y melodías con los que me sintiera cien por ciento representado y, también, hacer algo que fuera novedoso para mí, para poder expandir el mundo propio y no caer en lo que ya he hecho”, comenta. Por eso, confiesa: “Lo que más me gustaría es que pudieran prestar atención a las letras y ver qué les disparan. Si pueden tomarse el tiempo para escucharle de punta a punta, lo agradezco”.

Tras la presentación oficial en Buenos Aires, se quedó con ganas de seguir mostrando las nuevas canciones. “Disfruto mucho del estudio, pero también me puede poner más neurótico querer llegar al resultado que me estoy imaginando en mi cabeza. En cambio, todo lo que pasa en el escenario, pasa y pasó. Me gusta la chispa del vivo, todo lo que se va resolviendo de manera espontánea, el diálogo con los instrumentos y con la gente que lo está viendo, me parece un momento mágico”, revela quien fue guitarrista de Los Fabulosos Cadillacs, la banda que lidera su papá, Vicentico.

¿Un disco que recomiendes?

Cecilia, de Chechi de Marcos.



DE FÁBRICA

Indaga en los aires de la música popular y en sonidos actuales, los pasa por su propio tamiz logrando un perfil musical sensible y original.

Sony Music



FIESTA NACIONAL DE LA CONFLUENCIA

Cuatro días con una grilla de artistas de todos los estilos, como Tiago PZK, Ke Personajes, Soledad, Los Palmeras y Los Auténticos Decadentes.

Del 6 al 9 de febrero, en Isla 32, Paseo de la Costa, Neuquén.



COSQUÍN ROCK

La edición 25 del festival roquero de las sierras cuenta con más de cien artistas en siete escenarios. Entre ellos: Los Piojos, Babasónicos, Nicky Nicole y Wos.

15 y 16 de febrero, en Aeródromo Santa María de Punilla, Santa María de Punilla, Córdoba.

DESDE LA PISTA

ORLANDO VERA CRUZ



“Agradezco poder regresar a Cosquín para conmemorar que llegué hace 50 años con el pelo bien negro y, ahora, voy con la cabeza bien blanca, pero con el mismo cariño e intención. Vuelvo con la ilusión de poner en escena y en la platea la misma ilusión, la de transmitir la propia aldea”, dice Orlando Vera Cruz. El cantautor de música de raíz se sube al escenario mayor del Festival de Folklore de Cosquín 2025 para celebrar cinco décadas de haber recibido el premio Consagración.

“Ya pasé los 80 años, entonces tengo algunas cosas arraigadas y, por la experiencia de tantos años, algunos errores que se cometen cuando uno era un muchacho con tanta ilusión y fuerza se pueden evitar. Pero sin desdecir ni negar el pago, sigo tratando de transmitir la aldea, objetivo importante en la obra de cualquier músico, que tenga la posibilidad de contar qué pasa en su lugar. Es muy importante tener esa visión”, expresa quien es conocido como el “abuelo gaucha”. Aunque tiene la edad para hacerlo, todavía no piensa jubilarse de los escenarios ni pasar a retiro a su guitarra.

Oriundo de Santa Fe, se considera un embajador de su tierra, sobre todo por haber motivado a los jóvenes a reflexionar sobre la colonización económica, política y cultural.

¿Un artista que recomiende en vivo?

Me gusta la cumbia. También el pianista Leo Genovese. Y Soledad, me sorprende.



ORLANDO VERA CRUZ

Repasa su trayectoria como festejo por los 50 años de su consagración en el festival. Será en la octava luna, noche en la que también actúan Soledad, Nahuel Pennisi y Jorge Rojas.

1 de febrero, en Plaza Próspero Molina, sobre RN 38, Cosquín, Córdoba.



DOS PIRATAS Y UN TESORO

Los hermanos Weinbaum, conocidos por el programa de televisión *MDQ para todo el mundo*, se suben al escenario con un espectáculo de humor y aventuras para toda la familia. Un viaje por el mundo a pura risa.

Miércoles y sábados, a las 21:30, en Teatro Neptuno, Santa Fe 1751, Mar del Plata.



COMO ESPEJO DEL MONTE

En acuarelas, óleos e instalación cerámica, la muestra de Ignacio de Lucca invita a repensar el paisaje de una forma ética y a reconocer su rol en la reflexión sobre las políticas extractivistas y las crisis climáticas.

De martes a domingo y feriados de 10 a 19, en Museo Emilio Caraffa, Av. Poeta Lugones 411, Córdoba.

EN ESCENA GUIDO DE BENEDETTI



Foto: Carlos Villamayor

“*Romeo y Julieta* es un clásico, y como tal nunca muere, porque uno siempre encuentra distintos aspectos si lo releés a los 20, 30, 50, 60 años, otros significados que no habías descubierto”, dice Guido De Benedetti. El director y coreógrafo de danzas una vez más llevará a escena, en lenguaje neoclásico, esta historia de todos los tiempos de William Shakespeare.

En ese sentido, sostiene que la obra alberga gran cantidad de subtramas en torno a las relaciones humanas y las emociones. Él toma alguna de ellas para reescribir o inventar escenas. Pone de ejemplo el protagonismo que le da a una de las prostitutas del pueblo para mostrar las diferentes formas de amar y sufrir dependiendo de la clase social.

Como director sabe que sin una gran técnica no se puede abordar con solvencia y naturalidad la coreografía, aun así, reconoce que su exigencia está en la interpretación. “El *ballet* es un arte que cuenta sin palabras, con el cuerpo, por tanto, la expresión del bailarín tiene que ser tan sutil, objetiva y directa, para que el público entienda, y tiene que emocionar, si no es algo gimnástico”, expresa, y anticipa que este año estrenará una versión propia de *El príncipito*.

¿Una compañía que recomiendes?

Las que más me gustan son las que dirigen o dirigían Maurice Béjart, John Neumeier y Jiří Kylián.



ROMEO Y JULIETA

Una versión propia de este clásico del *ballet* y la literatura. Entre sus intérpretes se encuentran ascendentes promesas de la danza. Música de Prokofiev, con vestuario y utilería del Teatro Colón.

14 de febrero, a las 20, en Teatro Avenida, Av. de Mayo 1222, CABA.



BRIDGET JONES: LOCA POR ÉL

Bridget está sola nuevamente. Enviudó hace cuatro años cuando Mark fue asesinado en una misión humanitaria. Ahora es madre soltera de Billy y Mabel, y está atrapada en un limbo emocional. Presionada para formar un nuevo camino hacia la vida y el amor, Bridget vuelve al trabajo e incluso prueba las aplicaciones de citas, donde pronto será atraída por un joven soñador y entusiasta...



BETTER MAN - LA HISTORIA DE ROBBIE WILLIAMS

Esta película invita a recorrer los altibajos de la historia de Robbie Williams. Conoceremos la vida de esta superestrella pop desde su niñez, pasando por su incorporación al grupo Take That con solo 16 años y su despegue hacia la fama. El estrepitoso descenso, la lucha contra su adicción a las drogas y su remarcable vuelta al mundo del espectáculo.

YOVI JULIA MARTÍNEZ RUBIO



En la actuación, el cuerpo entero está disponible para contar una historia. Sin embargo, en *Biónica*, para su personaje Julia Martínez Rubio tuvo que dejarlo de lado y actuar exclusivamente con su cabeza. “Estar metida dentro de una caja me dio una cantidad de información nueva que no tenía, como la de no contar con el cuerpo”, dice sobre el impacto en lo personal y continúa: “A nivel actoral era hacer foco en la gestualidad, en la mirada y en el tono de voz. A la vez de tener el cuerpo encerrado, viviendo una situación muy diferente. Eso fue un desafío interesante”.

Con dos premios a mejor actuación en festivales internacionales, destaca la posibilidad que le dio el papel para desplegar sus herramientas actorales: “Es un personaje muy versátil, que recorre muchos estados tanto físicos como emocionales, un arco muy amplio y diverso. De ser una persona inmóvil pasa por lo dramático de entregarse a algo desconocido y luego ir ganando confianza. Pude probar distintos tonos de actuación”.

“En la Argentina se puede hacer ciencia ficción, aun con los pocos recursos que tenemos y todo el cine de Hollywood metido en la cabeza. Este film además es muy teatral, con pocos personajes y escenografías, pero muy bien logrados”, comenta en el mes del estreno.

¿Una película que recomiendes?

Opening Night o *Torrentes de amor*, de John Cassavetes.



BIÓNICA

Una mujer cuadripléjica millonaria contrata los servicios de una clínica para que a través de una nueva tecnología la reconstruyan y la conviertan en una persona con varias habilidades físicas. Pero el doctor Wuntz, a cargo del equipo, tiene una idea para ir más allá que traspasará los límites.

Director: Sebastián Perillo.
Estreno 27 de febrero.

Héroes al rescate

Mientras Marvel continúa adelante con la Fase 5 de su Universo Cinematográfico, Peter Gunn se prepara para darle batalla con su reciente creación, DCU (DC Universe). Aquí, los estrenos de nuestros superhéroes favoritos.

Por Leo González

Desde que en 2008 *Iron Man - El Hombre de Hierro* cambió para siempre el consumo del género de superhéroes en el cine, Marvel y DC, los dos principales creadores de personajes del mundo cómic, lucharon para ver quién podía adaptar mejor su catálogo a la pantalla grande. Y hubo un claro ganador: Marvel, por lejos. Bueno, DC se cansó de esto y contrató al director Peter Gunn y al productor Peter Safran para dar vuelta la tortilla. Y ahora se viene una batalla interesante entre ambas, dignas de aquellas aparecidas tantas veces en las páginas de las dos editoriales. Vamos a hacer un repaso de los largometrajes que se vienen con las fechas estimativas de estreno.

Marvel es la que más películas va a estrenar. Este mes tendremos *Capitán América: Un nuevo mundo*, por primera vez sin Chris Evans en el personaje principal en una película. Sam Wilson, tras reunirse con el recientemente electo presidente de los Estados Unidos, Thaddeus Ross, se encuentra en medio de un conflicto internacional. Debe descubrir la razón de un nefasto complot mundial antes de que el verdadero artífice detrás de él haga que el mundo entero entre en caos. *Thunderbolts** —que llegaría el 1 de mayo— sigue a un grupo de supervillanos que son reclutados por el gobierno, después de cambiar sus vidas, para luchar por el bien.

En julio veremos un nuevo intento de revivir a un grupo que nunca le fue bien en la pantalla grande, hablamos de *The Fantastic Four: First Steps*. Es una historia de origen donde nuevamente veremos cómo Reed Richards, Sue Storm, Johnny Storm y Ben Grimm se convierten en Los



Anthony Mackie, el nuevo protagonista de *Capitán América*.

Cuatro Fantásticos mientras se enfrentan al temible Galactus, el devorador de mundos. DC tiene pensado un solo estreno para 2025, pero es más que suficiente. Va a pisar fuerte el 10 de julio con *Superman*, que dará reinicio a la historia del Hombre de Acero, con David Corenswet en la piel del personaje (y la novedad de que aparece Krypto). Esto no termina acá, ya que también ambas tienen preparadas series. Marvel acaba de sacar en Disney+ *Tu amigo y vecino Spider-Man*, el 4 de marzo llegaría *Daredevil: Born Again*, el 24 de junio *Ironheart*, el 6 agosto la miniserie animada *Eyes of Wakanda*, el 3 de octubre *Marvel Zombies* y, finalmente, en diciembre sería el turno de *Wonder Man*.

Por su parte, por ahora DC solo confirmó para agosto en Max la se-

gunda temporada de *Peacemaker*.

Todo promete que será una lucha encarnizada por ver si Marvel continúa con el trono de tener los films más exitosos de superhéroes o si DC lentamente comienza el camino para arrebatarlo.

La pelea será apasionante y nosotros seremos unos espectadores de lujo. ¡Que gane el mejor! 

La Página en Blanco



Usala para escribir, dibujar, expresarte. Enviala a lectores@naranjax.com ¡Y participá por un libro!

¡Te leemos!

Envianos tus datos para contactarte

Nombre y apellido

Ciudad Celular

El presente concurso se llevará a cabo entre el 01/01/2025 al 30/06/2025 para todas las provincias de la República Argentina. La participación en el presente concurso es sin obligación de compra. Para bases y condiciones consultar en www.naranjax.com Tarjeta Naranja S.A. es una sociedad anónima regularmente constituida en la República Argentina, CUIT 30-68537634-9, con domicilio y sede social en La Tablada 451, Córdoba, República Argentina.

Amor en todos los tiempos

Podemos amar tantas cosas como queramos. Por eso, en el mes del corazón, tres pequeños artistas dibujan sus amores.



ESPINOSAURIO JUGUETÓN

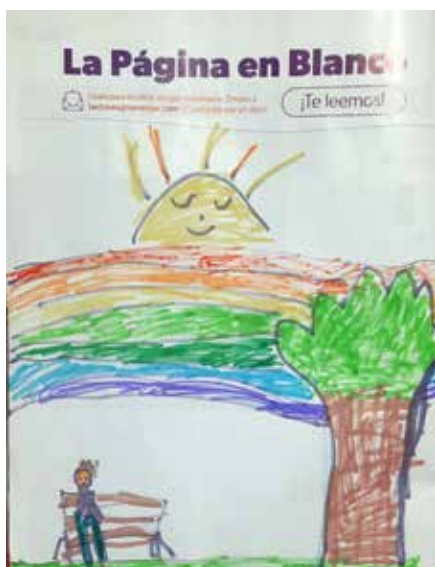
“Me gustan los dinosaurios y dibujé uno de arcoíris con un sol brillante”.

Fabricio Márquez Olariaga
(4 años, Córdoba Capital)

EL VERANO Y LA AMISTAD

“Hice este dibujo porque mis amiguitos son muy importantes para mí. Ellos me sacan una sonrisa y hacen que mis momentos con ellos sean hermosos”.

Martina Luna
(8 años, La Rioja Capital)



YO EN LA PLAZA

“Me gustan mucho los arcoíris y las plazas. Soy yo en la plaza”.

Pedro Galli
(6 años, Rosario)

~ AÑORANZAS

Frente al pelotón de fusilamiento, el coronel Aureliano Buendía recordó la tarde en que su padre lo llevó a conocer el hielo. Sin que medie alguna situación tan intensa, como la que narra García Márquez al inicio de *Cien años de soledad*, suelo rescatar algunos archivos que se agitan en mi memoria y florecen como hongos después de la lluvia.

De chico soñaba con que podía ser el hombre invisible. Ir y volver de donde quisiera, sin que nadie me viese. Me gustaba el helado de dulce de leche, tirarme “bomba” en el dique y salir con mis amigos a tocar timbre y rajar.

Recuerdo aquella charla filosófica con un amigo acerca de la edad ideal de las mujeres. Yo tenía 14 años. El diálogo intentaba, sin éxito, ser profundo y avanzaba hacia aspectos desconocidos, hasta que mi amigo expuso su teorema. “El asunto es así –me dijo con la misma seguridad que tenía Sócrates cuando explicaba la mayéutica a sus discípulos–. La mujer ideal para un hombre es aquella que tiene la mitad de su edad, más siete, ¿me entendés? Por ejemplo, yo cumplí 38 años y la mina justa para mí debería tener 26. No es que esté disconforme con lo que tengo –se apuró en aclarar, debido a que los números no le daban–, pero la cuenta es esa, o sea 19 + 7. Eso debería ser regla natural”. Se levantó para ir al baño y repitió en voz más alta “la mitad más siete”. La charla terminó ahí. No sé por qué, pero siempre me viene a la memoria el teorema de mi amigo.

También me acuerdo del día que mataron a Aramburu. Yo estaba escribiendo algo sin importancia en la

Lexikon 80 de mi padre y la noticia entró por la radio. Al ratito llegó mi tía María alborotada con la información. La tía desayunaba con agua bendita y rezaba el Credo no menos de diez veces al día, aunque descubrí que tenía una trampita para apurar el conteo. Al final de la oración producía un fuerte aceleramiento: lperdónelospecadoslaresurreccióndela-carneylavidaeternaamén... salía todo junto. Yo sabía muy poco de Aramburu y de los Montoneros, pero desde ese momento entendí que el mundo estaba cambiando.

Y el mundo pasaba por el kiosco de revistas de Luigi Vittorio, un italiano afectuoso cuya cabeza se destacaba por los anteojos culosifón y un millón de canas disparadas hacia el cielo. Tenía tantas canas don Luigi que parecía haber nacido viejo. Un biombo separaba el material de lectura de la cama donde él dormía. Con mis primos nos peleábamos para buscar el *Patoruzú* de cada lunes. Colgadas de unos piolines horizontales y sujetas con un broche, lucían desafiantes las revistas *D'Artagnan*, *Intervalo* y *El Tony*. Yo era fanático de *D'Artagnan* porque traía a Nippur de Lagash, Gilgamesh el inmortal y Savarese. “Soy Nippur, vengo de Lagash a dominar tu furia de guerra...”.

Tenía la edad donde la felicidad eran dos naranjas para ir a la cancha y un buen libro al lado de la cama. El resto podía esperar. Por eso me acuerdo de que un día, en la pileta del Club Social, te dije “Escuchá cómo late mi corazón”. Entonces apoyaste tu oreja en mi pecho y te pusiste colorada. Fue un buen comienzo. Y un lindo final para este relato. ■

**“TENÍA LA
EDAD DONDE LA
FELICIDAD ERAN
DOS NARANJAS
PARA IR A LA
CANCHA”.**

FERNANDO MEDEOT

Facebook: Fernando Medeut



Estamos en todo para que
te animes a más.



#PedíGaliciaSeguros #AnimateAMás

0800-555-9797

Compañía Aseguradora: Galicia Seguros S.A.U. Tte. Gral. Juan Domingo Perón 430, piso 6, CABA. CUIT 30-68714552-2. N° de Inscripción en SSN 0589. N° de Inscripción en ICJ 12.571. Agente Insitutorio: Tarjeta Naranja S.A. CUIT: 30-68537634-9. Contratación de la cobertura sujeto a verificación y análisis de Galicia Seguros S.A.U. Consultá 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.gov.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° 25.326. LA AGENCIA DE ACCESO A LA INFORMACION PUBLICA, en su carácter de Organo de Control de la Ley 25.326, tiene la atribución de atender las denuncias y reclamos que interpongan quienes resulten afectados en sus derechos por incumplimiento de las normas vigentes en materia de protección de datos personales. Política de Privacidad y Protección de Datos Personales: <https://www.galiciaseguros.com.ar/legales/politicasprivacidadprotecciondatospersonales>.

TRES PEQUEÑAS PALABRAS

Este mes nos sumergiremos en un tema aparentemente sencillo, pero que puede conducirnos a confusiones si no prestamos la debida atención. Hablamos de tres pequeñas palabras que, aunque parecen inofensivas, pueden transformarse en verdaderos monstruos de la semántica si las descuidamos: “ay”, “ahí” y “hay”. Es sorprendente cómo un simple cambio de letras puede alterar completamente el sentido de nuestra expresión. Así que dediquemos un momento a examinar cada caso.

Comencemos con “ay”. Esta interjección es como el corazón de nuestras emociones, un grito que brota espontáneamente cuando algo nos duele o nos sorprende. Imaginemos ese desafortunado momento en que golpeamos el dedo pequeño del pie contra la esquina de la cama. ¡Ay! Se escapa un “ay” que define perfectamente la situación. Es tan simple y directo que resulta casi poético. La magia de esta palabra reside en su capacidad de expresar dolor o sorpresa con solo dos letras. Ante la duda, recordemos que son dos letras cargadas de emocionalidad.

Pasemos ahora a “ahí”. Esta palabra es divertida y un tanto caprichosa. Para comprender su esencia, debemos hacer un breve viaje en el tiempo y analizar su etimología. Este término proviene de la combinación latina de *ad* (hacia) más *hí* (en tal lugar), lo que nos da el significado de “en ese lugar” (nos vemos ahí) o “a ese lugar” (vamos ahí). Pero aquí viene el truco: una forma sencilla de reconocer cuándo corresponde emplear esta palabra es pensar en su acentuación. Es la única de las tres

que tiene el énfasis en la “i”. Esa es su marca distintiva. Así que, al momento de escribir, si en nuestra mente resuena una “i” acentuada, podemos estar seguros de que debemos utilizar “ahí”.

Y llegamos a la que nos falta: “hay”. Este verbo impersonal proviene del verbo “haber”, y aquí está la clave: por su raíz, siempre tendrá una “h” al principio. Utilizamos “hay” cuando hablamos de la existencia de algo. Por ejemplo, “hay muchas cosas por hacer”.

Un truco sencillo para diferenciar estas tres palabras es pensar en sus significados fundamentales. Si estamos expresando un sentimiento o una reacción emocional, usaremos “ay”. Si queremos indicar un lugar o una posición, la forma correcta será “ahí”. Y si estamos hablando sobre la existencia o presencia de algo, “hay” es la opción adecuada.

En tiempos en los que parece que todo tiende a simplificarse, la ortografía sigue dictando las reglas que nos ayudan a comunicarnos con precisión. Gabriel García Márquez, en su discurso de inauguración del Primer Congreso Internacional de la Lengua Española, llegó a decir: “Jubilemos a la ortografía, terror del ser humano desde la cuna”. Y con todo el respeto que merece el Nobel colombiano, me permito disentir humildemente de su opinión en esta ocasión. ¿Cómo podríamos distinguir estas tres palabras por escrito si no fuera por las diferencias ortográficas que las caracterizan?

La ortografía, lejos de ser un obstáculo, es una herramienta valiosa que nos permite expresarnos con claridad y evitar malentendidos. 

“UN SIMPLE CAMBIO DE LETRAS PUEDE ALTERAR COMPLETAMENTE EL SENTIDO DE NUESTRA EXPRESIÓN”.

AGUSTINA BOLDRINI

LinkedIn: Agustina Boldrini



NaranjaX



Pedí las mejores revistas infantiles



¡Gratis!

Y recibí la tarjeta Clarín 365 con más de 900 descuentos



Más acceso ilimitado a Clarín.com

Escaneá el QR y suscribite



APOSTAR EN LÍNEA NO ES JUEGO DE NIÑOS

El siglo XXI inició con un feroz proceso de adultización de las enfermedades durante la infancia.

Muchos chicos y chicas sufren trastornos que, pocas décadas atrás, aparecían solo en personas mayores. Contracturas musculares, insomnio, bruxismo severo, cefalea crónica, gastritis y ansiedad generalizada son ejemplos frecuentes.

Algunas adicciones se suman al listado.

El consumo episódico excesivo de alcohol (CEEA) son borracheras semanales que inician alrededor de los 13 años y que, a diferencia de lo que sucede con los mayores, causan daños que suelen ser irreversibles.

El tabaco fumado, en tanto, volvió a emerger con impulso renovado ante el pobre registro del riesgo, en especial entre hijos de padres no fumadores (que no conviven con enfermos por cigarrillos).

Una tercera adicción, la tecnológica, ocupa un lugar destacado en esta anticipada emergencia de dolencias de adultos en cuerpos de niños.

Un modo de comprender la Internet es imaginarla como una vía de alto tránsito por la que circulan vehículos de gran porte y sin frenos, que muchos chicos intentan cruzar sin acompañamiento.

Esta metáfora asusta si se advierte que la edad promedio a la que reciben su primer teléfono es 9 años. Resulta altamente probable que muchos sean atropellados por contenidos potentes, violentos

y “sin frenos”, en especial aquellos que, mintiendo su edad, son titulares de cuentas.

Una vez adentro, ningún control parece funcionar. Son pocos los adultos que reconocen cómo limitar el tiempo frente a pantallas o moderar los contenidos.

“MUCHOS COMIENZAN A APOSTAR DINERO FOGONEADOS POR INFLUENCERS”

APUESTAS EN LÍNEA

En este marco, el apetito de niños y adolescentes por los sitios de apuestas virtuales ocupa hoy un lugar central de discusión en diferentes espacios sociales y políticos.

En pleno contagio de conductas adultas y con acceso ilimitado a sitios web, los chicos “juegan a lo que todos juegan”. Muchos comienzan a apostar dinero fogoneados por *influencers* que les aseguran que ga-

narán.

La repetición se hace hábito y, en algunos, adicción, por lo que quedan dependientes, necesitan aumentar la dosis, sufren abstinencia y, como todo adicto, niegan la enfermedad.

Se enojan, se dispersan; pierden interés por otras actividades y su día se ordena según el momento de apostar. Gastan, gastan de más, se endeudan. Se avergüenzan; algunos se disculpan, otros no lo soportan. Alguno decide quitarse la vida.

En otro contexto, un sinnúmero de adolescentes pobres apuesta para “salvar el día”, para comer; y pierden lo que no tenían.

El debate sobre este tema es mundial, aunque sin llegar a propuestas concretas más allá de enunciar buenas intenciones.

A la espera de una regulación efectiva del acceso a las apuestas virtuales, padres y madres podrían comenzar por revisar cómo administran el dinero sus hijos e hijas. Preguntarse sobre esos cambios de conducta que los han alejado tanto; volver a dialogar de modo sincero, no punitivo.

Familias, escuelas y Estado seguirán reformulando políticas respecto al uso responsable de los teléfonos, pero... la pelea es desigual frente a la masiva publicidad de sitios de apuestas en los medios; un insolente entramado comercial que solo engaña, precariza y trastoca el frágil equilibrio en muchas familias. ■

ENRIQUE ORSCHANSKI

orschanski@gmail.com



FELIPE PIGNA
elhistoriador.com.ar



LA FLOR MÁS BELLA

De ella se decía que era la más bella de la Federación, que con su encanto reinaba en los salones y que le gustaban las fiestas. Características todas que la hicieron merecedora de halagos y poemas, pero que también la llevaron a ganarse fama de frívola. Sin embargo, Agustina de Rozas, hermana menor de Juan Manuel de Rosas (quien cambiaría la zeta por la ese en su apellido al irse de su casa después de una fuerte discusión con sus padres) y esposa del general Lucio Norberto Mansilla, tenía una personalidad atípica, que iba a destacarse entre las porteñas de su clase social.

Cuando en 1831 se casó con el general Mansilla, tenía apenas 15 años, y el hombre, 41. Además de ser viudo y abuelo, Mansilla gozaba de una bien ganada fama como héroe de la independencia: había luchado en las invasiones inglesas y cruzado los Andes con San Martín, por nombrar solo dos hechos destacados de su foja de servicios.

Así describe a Agustina el escritor José Mármol en su célebre novela *Amalia*: “La importancia de esa joven, en 1840, no se la daba su hermano, ni su marido, ni nadie en la tierra; se la había dado Dios. En 1840 tenía apenas veinticinco años. La Naturaleza, pródiga, entusiasmada de su propia obra, había derramado sobre ella una lluvia de sus más ricas gracias, y a su influjo había abierto sus hojas la flor de una juventud que radiaba con todo el esplendor de la belleza. De una belleza de estatuario, de pintor, y a quien ni el uno ni el otro podrían imitar exactamente”.

El mismo año de la boda nació Lucio Victorio, el primer hijo de la pareja, quien se convertiría en un celebrado escritor. La madre Agustina era tan niña todavía, que en sus recuerdos de infancia Lucio V.



Ilustración: Pini Arpino

cuenta que le quitaba los juguetes para entretenerse.

Después llegaron cinco hijos más, entre los que sobresalió especialmente Eduarda Mansilla, quien también sería escritora como su hermano mayor, algo que tratándose de una mujer tenía mucho más mérito.

A toda su descendencia, pero en particular a Lucio y a su hija Eduarda, Agustina se esforzaría por darles una educación muy superior a la que era habitual en la Buenos Aires de aquellos años. Al respecto, cuentan que, en 1845, siendo gobernador, Rosas debía negociar con un conde francés, pero como no hablaba el idioma, fue Eduarda, de apenas 11 años, quien le ofició de intérprete. Nada para sorprenderse si consideramos que la niña, además de francés, sabía tres idiomas más.

Por su parte, Lucio V. narra en sus memorias que como en la casa no había una “biblioteca materna”

y que la que pertenecía al padre estaba fuera del alcance de los niños, Agustina Rosas, para enseñarles a leer a sus hijos, utilizó las cartas familiares: “La señora había coleccionado cientos de cartas y hecho con ellas, poniéndoles tapas de cartón, un grueso infolio. Era para que nos acostumbráramos a leer letra manuscrita de toda clase (...)”.

Paralelamente, respondiendo a la elite a la que pertenecía, Agustina realizó obras de caridad y también, durante el gobierno de Rosas, presidió la Sociedad de Beneficencia siguiendo las directivas de su hermano. Sin embargo, cuando este fue derrocado, ni ella ni sus familiares fueron perseguidos. La bella Rozas murió anciana, rodeada de recuerdos. ■

UNA DEUDA SOCIAL INVISIBLE

Una investigación sobre discapacidad y empleo realizada por la Fundación Por Igual Más revela que el 72 por ciento de las personas con discapacidad que buscan trabajo enfrentaron situaciones que califican de regulares, malas o muy malas. Desinformación y desconocimiento, entre los principales obstáculos.

POR MARIANA OTERO

Cuando me enteré de que tenía discapacidad, pensé que todas las circunstancias iban a ser complejas para mí”, dice Fabiana Wendel (41) a *Convivimos*.

Cuenta que, en efecto, fue complicado ingresar al mercado laboral no solo por tener diagnóstico de esquizofrenia, que genera estigma social, sino por el desconocimiento de las empresas respecto a las personas con discapacidad (PCD). “Si bien tenemos que aceptar las limitaciones de la discapacidad, no podemos aceptar los límites mentales”, piensa.

Fabiana asegura que no ha sentido discriminación directa, pero muchas veces por consejo médico ocultó su diagnóstico para evitar los rótulos.

La experiencia de Wendel en el mercado laboral es similar a la de muchas PCD que sortean obstáculos al buscar empleo, como la desinformación y el desconocimiento sobre las posibilidades y el desempeño positivo de estas personas.

Una investigación sobre discapacidad y empleo realizada en 2024 por la Fundación Por Igual Más sobre la base de una encuesta nacional a 120 PCD lo confirma. Revela que la mayoría de quienes han trabajado alguna vez en su vida (84 por ciento) han tenido una experiencia positiva en su entorno laboral. Dicen que, al superar las barreras iniciales, encuentran espacios inclusivos que les permiten desempeñarse de acuerdo con sus capacidades.

Sin embargo, el 72,1 por ciento de aquellos que buscan empleo enfrentan situaciones que califican de regulares, ma-

las o muy malas. “La falta de oportunidades accesibles, la discriminación explícita o implícita, y la falta de adaptación en los procesos de selección generan una profunda frustración”, indica el estudio.

En muchos casos, el rechazo o la ausencia de respuesta por parte de las empresas refuerza la sensación de exclusión y de que los esfuerzos por encontrar un empleo digno son en vano. “La mayoría de las personas con discapacidad reportan dificultades significativas para encontrar trabajo, a menudo relacionadas con la discriminación o el desconocimiento de sus capacidades”, analiza el informe.

Pero, además, si el postulante no es seleccionado, generalmente el empleador o la consultora de recursos humanos no comunican la causa. “Así, mientras algunos logran insertarse y desarrollarse en el ámbito laboral, muchos otros se sienten atrapados en un ciclo de incertidumbre y desánimo, lo que afecta su bienestar emocional y profesional”, refiere la investigación.

Esta disparidad en las experiencias –agrega– refleja una realidad desigual, en la que el acceso a un empleo adecuado y justo es un desafío.

“Gracias a Dios y a la insistencia en dejar CV por todos lados, tuve la oportunidad de una pasantía en la recepción del Colegio Universitario de Periodismo y luego comencé a trabajar en SOS Red de asistencia”, cuenta Vanessa Navarro (41), con discapacidad motriz.

“Creo que no es fácil conseguir trabajo si tenés una discapacidad, pero tampoco es imposible. Solo hay que insis-



tir y no cansarse. También es muy importante capacitarse y estar activa”, piensa.

El 25,8 por ciento de los encuestados con discapacidad opina en este estudio que la dificultad para conseguir empleo se origina en el desconocimiento sobre el tema.

El 19,6 por ciento cree que los empresarios aún no están preparados para contratar PCD y que tampoco contemplan la posibilidad de incorporarlas (19 por ciento).

La inaccesibilidad (14,1 por ciento), el miedo (12,3 por ciento), las malas experiencias por parte de las empresas (1,8 por ciento) y los costos altos (1,2 por ciento) son otros motivos.

“Mi experiencia en la búsqueda laboral en un ámbito formal en general ha sido poco positiva. Si bien cada caso es único, normalmente he notado poco *feedback* en cuanto a los criterios usados para la selección del personal y la valoración de las capacidades de los postulantes”, considera Matías (41), con discapacidad motriz, que pidió la reserva de su identidad.

“Es difícil distinguir cuando la falta de éxito se debe a las aptitudes propias o la situación se ve influenciada por prejuicios. Tampoco ayuda que los entrevistados no planteen sus quejas o necesidades frente a la misma empresa”, piensa.

RECONOCIMIENTO

El Programa Rayuela de la Fundación Por Igual Más fue elegido entre 522 nominados de 90 países para la #ZeroCall25 de la iniciativa Zero Project. La selección fue realizada por expertos en inclusión, reconocimiento y derechos de personas con discapacidad a nivel mundial. El Programa Rayuela promueve el empoderamiento, el profesionalismo y la visibilidad de las personas con discapacidad desde hace más de diez años.

El estudio indica que las personas con discapacidad creen que existe una escasez de ofertas laborales inclusivas y una falta de programas adecuados para facilitar el acceso al empleo. “Consideramos sumamente necesario abordar dos problemáticas: capacitar a las empresas y organizaciones en discapacidad, accesibilidad y empleo —aporta Por Igual Más—, y, por otro lado, es necesario acompañar a las PCD en su empoderamiento y entrenamiento laboral a la hora de buscar trabajo”.

TRABAJO POR SECTOR

La mayoría de las PCD con empleo se desempeña en el rubro comercial (28 por ciento) seguido del área salud (15,9 por ciento), automotriz y educación (14,4 por ciento), servicios legales (10 por ciento) y tecnología (9,8 por ciento).

Predominan las tareas administrativas (23,7 por ciento), atención al cliente (20 por ciento), ventas (9,4 por ciento), comunicación (8,6 por ciento), limpieza (7,9 por ciento), secretariado (5,8 por ciento) y recepción (5 por ciento), entre otras.

Según esta investigación, tres de cada diez tienen contratos formales y el 22,1 por ciento obtienen empleo a través de planes de gobierno o fuera del circuito formal. Cuatro



Fotos: iStock

de cada diez (39,3 por ciento) refieren haber trabajado “en negro” y el resto en pasantías, becas, prácticas profesionales o como monotributistas.

La informalidad —subraya el informe— no otorga derechos laborales, estabilidad ni seguridad social, lo que perpetúa la exclusión social y económica.

“Existe el 5 por ciento como cupo obligatorio en Córdoba (en la Argentina es el 4 por ciento) para personas con discapacidad en los distintos espacios del Estado. Es una ley que hoy no se cumple”, dice Iván de la Colina (39), locutor con discapacidad visual, que se desempeñó en diversos lugares, aunque —aclara— “con poca durabilidad”.

Iván plantea que el cumplimiento de la ley es fundamental para no depender de los planes del Estado. Por Igual Más plantea que si bien los programas estatales representan un paso positivo, no ofrecen una verdadera autonomía económica que permita mejorar la calidad de vida.

EMPLEO EN TECNOLOGÍA

La Fundación y su consultora TetrisLab también investigaron la empleabilidad de las PCD en 22 empresas de la industria tecnológica en Córdoba, casi todas nucleadas en el Córdoba Cluster, mayoritariamente dedicadas al desarrollo de *software*.

Del total encuestado, solo el 36,4 por ciento contrató alguna vez personal con discapacidad.

En la actualidad, el 22,7 por ciento tiene PCD traba-

jando para ellas. Las empresas encuestadas que nunca han contratado PCD dijeron que no lo hacen por desconocimiento sobre el tema discapacidad (56,3 por ciento), porque jamás han considerado la posibilidad (31,3 por ciento), por la falta de preparación (18,8 por ciento), por inaccesibilidad (18,8 por ciento), por miedo (6,3 por ciento), por la creencia de que el trabajo remoto complica el acompañamiento (6,3 por ciento), porque no se dio la oportunidad (6,3 por ciento) o por falta de postulantes con discapacidad (6,3 por ciento).

El informe advierte que persiste una concepción errada y limitante en torno a la relación de las PCD con el mundo laboral, ya que la incorporación muchas veces queda supe- ditada al tipo de discapacidad y no al perfil relacionado con el puesto de trabajo y su adecuación.

“La falta de información no solo conduce a que personas con discapacidad tengan dificultad para acceder a un puesto laboral, sino que lleva a las empresas a no conocer los beneficios a los que pueden acceder teniendo personal con discapacidad trabajando para ellas”, sostiene el estudio.

En este sentido, plantea que incorporar a PCD a los equipos de trabajo no solo mejora la imagen de la empresa, sino que también demuestra un compromiso con la inclusión laboral.

“Puede fortalecer el sentido de pertenencia y orgullo entre sus empleados, y eleva la autoestima en la persona con discapacidad contratada”, indica. 

NaranjaX

10% OFF 3 CUOTAS CERO INTERÉS | PLANZ

ANTES
~~\$24.990~~

10% DESCUENTO + 3 CUOTAS

\$22.490

PACK MOANA 2 \$ 22.490



- 1 libro para pintar de 24 pág. **Juega y colorea Moana 2**
+ 4 crayones + Planchas de stickers holográficos
- 1 libro para pintar de 24 pág. **Súper colorea Moana 2**
+ 4 crayones + 2 Planchas de stickers holográficos
- 1 libro para pintar de 10 hojas **Acuarelas Moana 2**
+ 7 acuarelas + 1 pincel + 1 lápiz de cera
+ 1 goma de borrar sorpresa

PACK ALEGRÍA \$ 22.490



- 1 libro para pintar de 24 pág. **Juega y colorea Spidey**
+ 4 crayones + Planchas de stickers holográficos
- 1 libro para pintar de 24 pág. **Juega y colorea Spidey**
+ 4 crayones + Planchas de stickers holográficos
- 1 libro para pintar de 24 pág. **Súper colorea Paw Patrol**
+ 4 crayones + 2 Planchas de stickers holográficos
- 1 libro para pintar de 24 pág. **Súper colorea Peppa Pig**
+ 4 crayones + 2 Planchas de stickers holográficos



PACK DIVERSIÓN \$ 22.490

- 1 libro para pintar de 24 pág. **Juega y colorea Bluey**
+ 4 crayones + Planchas de stickers holográficos
- 1 libro para pintar de 24 pág. **Súper colorea Spidey**
+ 4 crayones + 2 Planchas de stickers holográficos
- 1 libro para pintar de 10 hojas **Acuarelas Paw Patrol**
+ 7 acuarelas + 1 pincel + 1 lápiz de cera
+ 1 goma de borrar sorpresa

COMPRANDO EN
www.puntom.com.ar

.m
punto m

CÓDIGO
DE DESCUENTO:
NARANJAX10



ESCANEA
PARA INGRESAR
EN PUNTO M

MANDY LEROUGE

"ME GUSTA LA MANERA DE COMPARTIR DE LOS ARGENTINOS"

El folklore sacudió la vida de esta joven francesa, que tras enamorarse de sus sonidos y de la forma de vivirlo de los argentinos, tomó coraje para dedicarse a la música. Hoy, desde Marsella, está a punto de lanzar su nuevo disco con canciones de este lado del océano.

POR DAI GARCÍA CUETO

Fue por los caballos que Mandy Lerouge supo que existía la Argentina. Criada en los Alpes franceses, buscaba datos de estos animales en libros que siempre mencionaban al país. Más tarde, el tango la trajo a estas tierras, donde en un viaje en colectivo de Salta a Jujuy descubrió los colores de los cerros nortños y los sonidos del folklore nacional. Era 2014 y esta joven nacida en Francia se había enamorado de las zambas y las chacareras, pero todavía le faltaba conocer el chamamé, el género del litoral que le cambió la vida. "Un año después, fui a un concierto del Chango Spasiuk. No conocía nada de él, ni siquiera hablaba español en ese momento. No sé qué pasó, pero fue algo muy fuerte, quería gritar, bailar, llorar, cantar, todo eso al mismo tiempo, sin entender nada de las letras, solo con las emociones de la música. Entonces me dije que si era la segunda vez que la música de la Argentina me generaba algo tan intenso, debía buscar un poco más sobre esa cultura", cuenta por videollamada desde Marsella en un perfecto castellano. Salvo por la acentuación de "gaúchos" y "maté", se expresa en "argento".

Convirtió su encuentro con el folklore en un disco y una película, *La madrugada*. Ahora, en marzo, sale su nuevo álbum, *Del cerro*, con canciones compuestas por Antonietta Pepin, la mujer de Atahualpa Yupanqui.

Con el tiempo, ¿le encontraste una explicación al

amor por la Argentina?

No, y tampoco quiero conseguir una explicación racional. Esa es la magia de la música, las emociones que pasan por el cuerpo y el alma, y que no se pueden explicar. Tengo este vínculo muy fuerte con el país, porque también lo tengo con los argentinos y la manera de compartir todas sus culturas. Pongo el ejemplo del Chango, pero hay muchos otros en mi camino con quienes nunca tuve la sensación de ser la extranjera ni de que su cultura debía quedar entre ellos. Al contrario, siempre sentí "Si te interesan nuestras culturas, venite a compartir".

¿Cómo es la relación de Francia con las músicas más tradicionales?

El vínculo de los franceses es muy diferente. Si usas la palabra "folklore", puede ser negativo, algo viejo o poco interesante. Cuando empecé con las músicas argentinas y decía que cantaba folklore, los franceses me miraban como diciendo "¿Folklore a tu edad, por qué?". Me gusta de la Argentina que el folklore es parte del cotidiano. En Santiago del Estero, por ejemplo, todo el mundo canta, baila, toca o hace las palmas.

Allá cantás música argentina, ¿cómo la nombrás?

Ahora siempre digo "folklore", antes usaba "música popular argentina". Mi idea no es hacerme pasar por una argentina, no tiene sentido. Sé que voy a cantar con acento francés y es más interesante hacerlo a mi manera, con mi propia historia



Foto Gentileza Charlotte Brasseur

y mis otras raíces musicales. Uso una frase para describir lo que hago, que es “música actual de tradición argentina”, una mezcla entre música actual y popular. Porque mi manera de interpretar es muy diferente a la tradicional.

¿Querés ser un puente entre la Argentina y Francia?

No sé si quiero ponerme como un puente. Lo que me motiva y me interesa es encontrar qué puede unir, más que las diferencias. Hay cosas que me gustan mucho de la Argentina, como esa manera de compartir o de tener las culturas tan presentes. También esa cosa distinta pero parecida de la fuerza de los paisajes, algo que inspira mucho a los artistas.

Antes de enamorarte de la Argentina, ¿te dedicabas a la música?

Canto desde la infancia, pero sin aprender, siempre de oído, no fui a la escuela de música. En Francia, tenés que saber escribir y leer música para ser profesional, más aún hace veinte años. Crecí con esa idea en la cabeza, entonces siempre canté en mi casa. También fue gracias a la Argen-

CAFÉ CON EMPANADAS

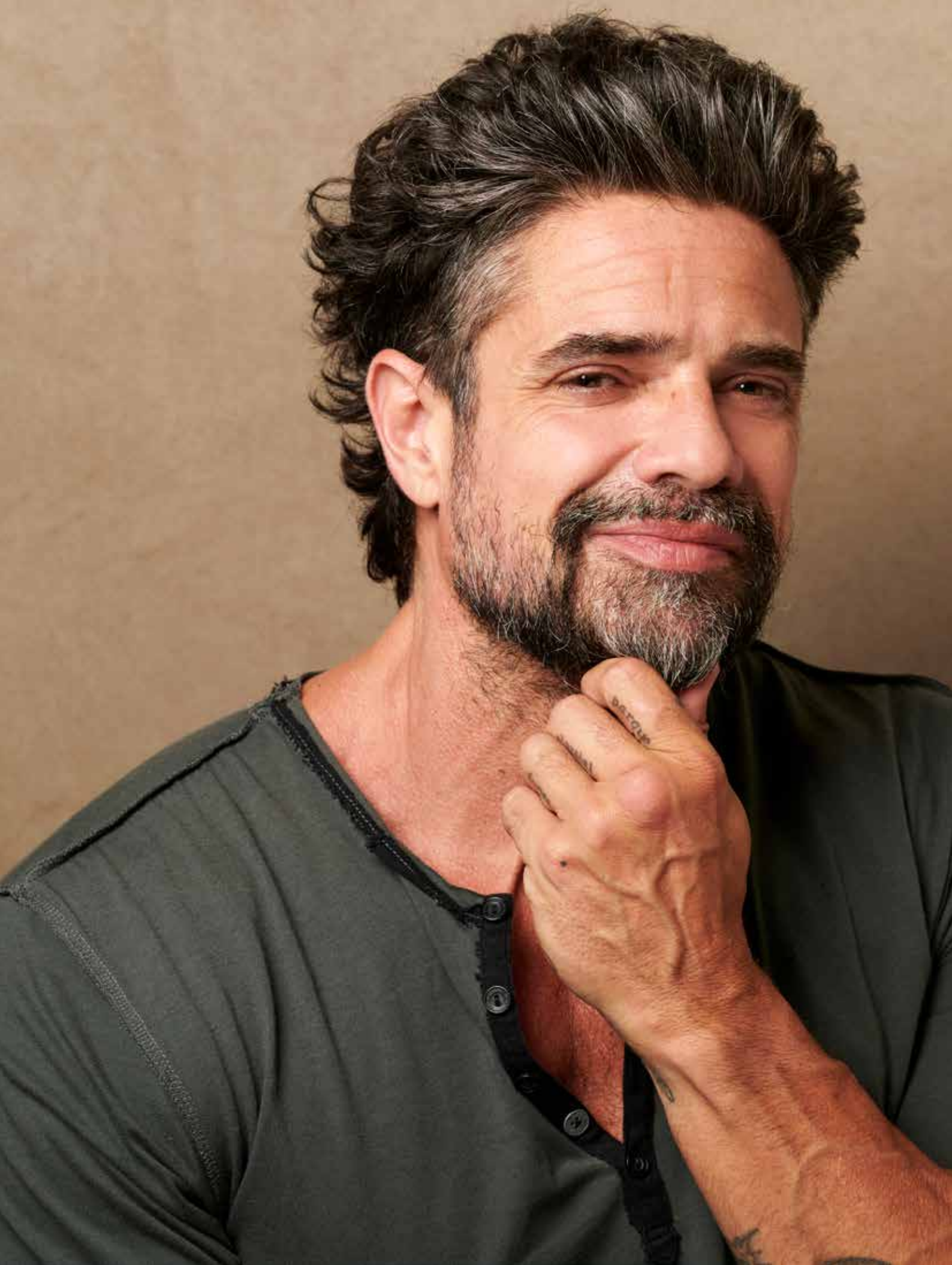
“El café me encanta. Crecí en la frontera con Italia, así que lo tomo negro y corto”, revela. Además, confiesa que se acostumbró al mate y que en su sangre no hay ADN argentino. “Lo que más extraño de la Argentina son las empanadas”, aunque dice que es broma porque ahora se consiguen en Francia, al igual que la yerba, pues cada vez hay más argentinos viviendo allá. Sí anhela el hecho de juntarse para compartir un mate, música o lo que sea. “La forma de ser de los argentinos ya se ve en la manera de saludarse, se dan un abrazo. En Europa no tenemos eso”, sostiene.

tina, al ver que en el norte argentino hay muchos musicazos que no saben ni leer ni escribir la música y no pasa nada. Hay otra forma de transmitir y es la oral, que es una muy buena manera, porque pasa por el cuerpo. Gracias a ese encuentro con los músicos argentinos conseguí la fuerza para lanzarme, dejar mi trabajo de periodista y dedicarme a *full* a la música.

Pronto sale tu disco sobre Nenette Pepin, ¿qué te sorprendió de ella?

Investigaba sobre la poesía de Atahualpa Yupanqui que habla de la naturaleza. Entonces surgió el nombre de Pablo del Cerro, descubrí que era una mujer, su esposa, y que era francesa.

Me pareció una historia a la vez muy actual sobre lo difícil que es para las mujeres todavía. Tuve la suerte de contactar al hijo de ambos, Roberto Chavero, quien me permitió abrir unas cajas que él jamás había tocado. Allí, en un cuaderno descubrí una obra inédita e inconclusa, que se llamaba *La madrugada*, que es el título de mi disco que había salido dos años antes. ¡Guauuu! Roberto me dijo “Es una casualidad que no es una casualidad, así que puedes hacer lo que quieras con ella”. Así es que está en el disco. **■**





LUCIANO CASTRO

"NO TRABAJO PENSANDO EN QUÉ DIRÁN"

Fue futbolista y llegó a la selección sub-17, fue estrella juvenil y galán de novela. Es, sobre todo, un hombre que aprovechó sus oportunidades y herramientas para crecer en un oficio que, asegura, lo acerca a la verdad.

POR JUAN MARTÍNEZ
FOTOS ALEJANDRA LÓPEZ

No es una novedad: la presencia de Luciano Castro es imponente. Cada movimiento (y hay muchos, porque gesticula permanentemente) produce un desfile de contracciones musculares casi hipnótico.

Su voz cascada, que eleva como si estuviera en el teatro y necesitara hacerse escuchar por las filas más alejadas, es inconfundible. Sus entrenamientos, fotos en cueros, avatares sentimentales desmenuzados en portales y programas de chimentos son lo primero que uno encuentra al gulear. Esa abrumadora y avasallante presencia da la idea errónea de abordar al personaje.

Hay mucho más Luciano Castro que lo que se ve a un par de clics de distancia. Es un actor que se asume como vago, aunque ya lleva más de treinta años dedicado a un oficio en el que la mayoría de las veces sintió que debía dar todo de sí para estar a la altura de sus compañeros. Admirador de actores desde que se sentaba a ver películas en el sillón con su abuela, en Mar del Plata, habla con fascinación de los colegas con quienes compartió proyectos. Este año se embarcó en el desafío más grande de su carrera, un unipersonal al que llega con un largo recorrido arriba y detrás del escenario, con el *background* necesario para animarse a dar un paso más allá de lo acostumbrado al protagonizar *Caer (y levantarse)*. “Las inseguridades que te genera el unipersonal son hermosas. No me había pasado nunca, y no lo digo por canchero. Estar a la altura del texto no es fácil. Y estar solo es complicado, yo me había habituado a apoyarme en mis compañeros, en seguir su energía, que me levanten la vara o me salven, eventualmente. Esto es un vértigo extra”, confiesa.

¿Por qué tomaste la decisión de meterte en esta?

Hablé mucho con Mey Scapola, que dirige la obra, y me ayudó a ver que era momento de que hiciera algo mío, un proyecto propio. Y me pareció muy atractivo. Después de tantos años de laburar, nunca había hecho nada por mi cuenta. Siempre laburé para todo el que me contratase. Esto no solo tiene otro sabor, sino además este vértigo que te comentaba, porque hay una responsabilidad que desconocía. Va más allá de poner dinero. Todos saben que esto es nuestro, y eso es inmenso. Lo único que quiero es que salga bien, no tengo otra pretensión.

Con 17 años, Luciano acompañó a un amigo al *casting* de un programa que marcaría un hito en la televisión argentina: *Jugate conmigo*. Como suele sucederle, no pasó desapercibido y una productora lo convenció de audicionar. Ahí comenzó su camino en los medios. Rápidamente se convirtió en uno de los más visibles en un elenco amplio de chicos y chicas de una belleza hegemónica indiscutible. Entre juego y juego, el programa incluía pequeños segmentos de ficción, que ellos desarrollaban a los tumbos. Nuevamente, vieron en Luciano que había algo más. “Gustavo Yankelevich se me acercó y me dijo ‘Si querés vivir de esto, no alcanza con ser lindo, tenés que estudiar’, y me presentó a Raúl Serrano. Lo escuché, me puse en marcha y me anoté para estudiar. Hoy creo que esa fue mi salvación, no sé qué hubiera sido de mí si no llegaba ese consejo”, cuenta.

Antes de que te vieran, ¿se te había ocurrido en algún momento que quizá podrías llegar a ser actor?

No sé, me resultaba atractivo ver a

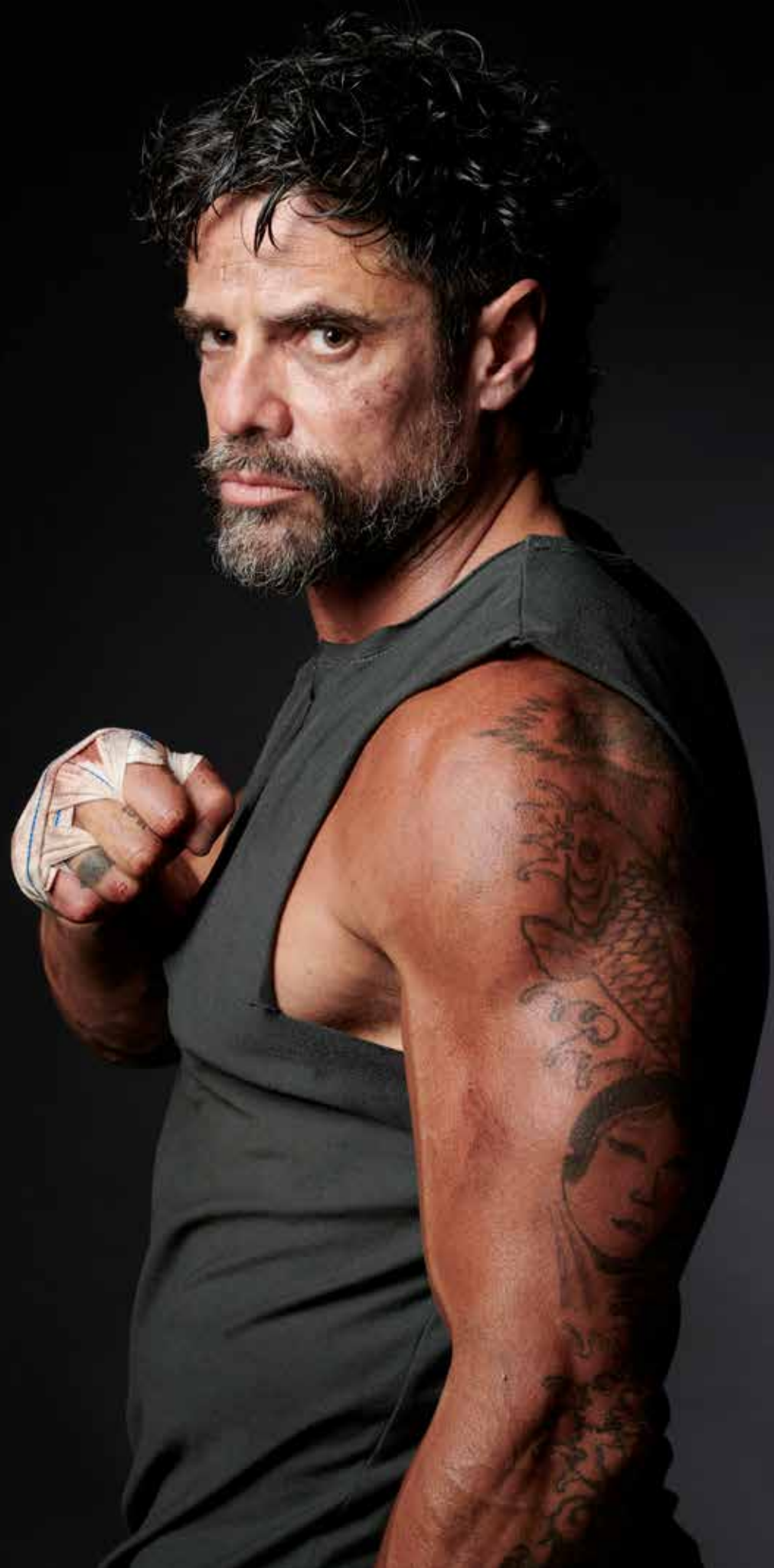
los actores y actrices, pero no pensaba que yo podría ser uno de ellos. En Mar del Plata, después de las 12 de la noche, en la tele solo quedaban dos canales. Mi abuela miraba las películas de Marlon Brando, Jack Palance, Anthony Quinn, en blanco y negro. Yo, como no me dormía temprano, me sentaba con ella. Mi abuela me molestaba con eso, me decía que yo era su Marlon Brando, que yo era un payaso, que iba a ser actor. Y a mí me daba vergüenza, porque en el fondo me gustaba. Siempre estuve en otro palo y en otra vida, pero cuando se me presentó la oportunidad, la tomé. A las oportunidades hay que acompañarlas en algún momento. Porque podés tener una, dos, tres, pero si no ponés de tu parte, te quedás en nada.

¿Qué encontraste en la actuación?

La verdad. Si algo me molesta, son las injusticias y los caretas. En la actuación, lo que cualquiera destaca es si la cree o no. Si vos ves un actor y le creés, compraste todo, compraste el cuento. No te importa si vende pochoclos, no te importa nada. Está en la verdad del actor o de la actriz. Y la vida es eso. A mí decime lo peor que me tengas que decir, pero decime la verdad.

¿Te costaba sentirte a la par del resto?

Muchísimas veces, pero siempre me planté para hacer lo mío y acompañar. Cuando tuve que hacer mi primer papel como actor, mi papá era Luis Luque y mi mamá Mirtha Busnelli. Entré al piso agarrado al libreto, aferrado, con un miedo que no te lo puedo explicar. Pipo Luque me lo sacó, lo revoleó y me explicó todo: “Vamos a hacer esto. Ella es tu mamá, lo que está pasando es esto”.



PASIÓN POR EL DEPORTE

Caer (y levantarse) tiene al boxeo como escenario. Es el deporte favorito de Luciano, el que compartió desde chico con su papá y su padrino. Durante años soñó con ser boxeador. Lo más cerca que estuvo de una carrera deportiva, sin embargo, fue en el fútbol: fue arquero en las inferiores de Argentinos Juniors, donde jugó junto a Juan Pablo Sorín, Esteban Cambiasso y Federico Insúa, entre otros. Por su buen rendimiento, fue convocado a la selección sub-17 por Reinaldo "Mostaza" Merlo. Allí integró plantel con jugadores como Marcelo Gallardo y Juan Sebastián Verón. Finalmente, quedó fuera de la lista del mundial de la categoría y decidió dejar el fútbol. Ya sin pretensiones profesionales, siguió dedicándose al surf, el boxeo, la natación y las pesas como aficionado.

"Osito, tranquilo. Vos seguinos", me dijo Mirtha. Yo no sé si estaba capacitado para eso, pero lo hice. Mi personaje era un médico, yo tenía que decir "Laparoscopia exploratoria, urgente", y casi me agarra un ACV. Era muy pibe yo, pero me potenciaban los actorazos que tenía al lado. En *Chiquititas* estuve con Tenuta y Miglioranza, dos actores que nos ponía Cris Morena para que nos levantaran. Aprendí cómo apoyarme en un actor. Después, en *RR DT*, me tocaba ir a la cancha, y los jefes de la barrabrava eran Carlos Belloso y Diego Peretti. Te pegaban unos paseos artísticos que agradecías. Siempre con gente que no permitía que te fueras vacío. Y aprendés o quedás afuera, porque hay 40 como vos esperando para ocupar tu lugar. Hasta que Echarri no decidió correrse y hacer otras cosas, por ejemplo, yo nunca pude pisar como protagonista. Él era el morocho; y Arana, el rubio. En aquella época, la tele era así, literalmente. Había que estar listo para el momento. Y yo lo estuve.

Algunos profesores de teatro dicen que lleva unos diez años de actuación convertirse en un actor de verdad...

Sí, y es tal cual. Yo a los 17 años empecé a estudiar con Serrano, y mi primer protagónico lo tuve a los 30, en *Lalola*. Estaba repreparado. Trabajé con Luis Ziemkowski, el Puma Goity, Rafa Ferro, Pablo Cedrón, Muriel Santana. Todos estaban por sobre mí, pero me paraba mano a mano y no me faltaba nada. Podía tener más o menos miedo, más o menos inseguridad, pero estaba plantado. Tenía mis herramientas.

Durante cinco años, Luciano llevó adelante un trabajo silencioso en paralelo a la actuación. Se desempeñó como gestor artístico de Javier Faroni en el detrás de escena de algunos

espectáculos. El armado de elencos, convencer a sus colegas y coordinar diferentes aspectos que luego quedarían en manos del director del proyecto, con quien adquirirían su forma final, fue una tarea que lo preparó para este nuevo reto. En ese rol, desarrolló las obras *Desnudos*, *El divorcio* y *El beso*, que también lo tuvieron sobre el escenario. "Cuando lo hacés para otro, hay una responsabilidad menor. Sobre todo, es el dinero del otro. Acá no. Lo que pasa es que en esa responsabilidad que vos podés delegar al otro, es un montón lo que aliviás. Ahora armamos un equipo de gente muy importante para sentirnos seguros. Mey fue y buscó a los mejores en cada área, eso le da prestigio al producto. Yo sé que todo está bien hecho. Después, si a mí me matan por cómo actúo, no me importa", dice.

Sí te importa, porque es parte de que le vaya bien al espectáculo...

Bueno, pero me importa de los que me importan. Yo en eso fui siempre igual. No me da lo mismo que me lo diga alguien que no conozco a que me lo diga Mey. Y no porque me crea mejor que el que no conozca, sino porque no sé desde dónde me habla, qué piensa, cuál es su subjetividad. Yo no trabajo pensando en qué dirán. Sería una locura, no podría ni salir de mi casa. No podés actuar así, no se puede vivir pensando en qué van a decir lo demás. Yo tengo que trabajar pensando en lo que me dijo Mey, en lo que armé con ella, en lo que trabajamos juntos.

¿Es el trabajo que más requirió de vos?

Sí, mucho más de lo que yo esperaba. Me lo había dicho ya mi novia, me lo dijo mi directora. Mey me puso una condición, palabra más, palabra menos: "Yo dirijo". Hay un verticalismo, por más amistad y cooperativismo que haya. Basándose en lo vago



"SI VOS VES UN
ACTOR Y LE CREÉS,
COMPRASTE TODO,
COMPRASTE EL
CUENTO".

que soy. Y eso a mí me puso en un lugar en el que nunca había estado.

¿Cómo es eso?

Soy vago. Sé que debería ensayar y estudiar más, y no lo hago. Porque con lo que tengo me siento seguro. Es un suicidio enorme, porque en cuanto esto se te movió un poco, estás en bolas. Cuanto más te capacitás y más estudiás y más sabés, estás más seguro. O sea, yo tengo un mano a mano con los textos de toda la vida, lo primero que me importa es cómo lo voy a hacer, si tengo un conflicto, el arco, cómo empiezo, cómo termino. En una obra de teatro, si yo termino acá pegando un grito, tengo que empezar desde acá a generarlo. Un montón de cosas de la actuación que las tengo incorporadas y con las que yo consideraba que me alcanzaba. A partir de ahí, empezaba a apoyarme en los compañeros. Como buen egoísta que soy, sé que cuando vos te apoyás en los compañeros, enseguida crecés. Acá no existe todo eso, entonces, me encontré haciendo cosas que, después de tantos años de laburo, nunca había hecho.

¿Esta vez se te movió?

¿Si se me movió? No, se me cayó toda la estantería como cinco veces. Todo. Y llamamos a más gente para que acomode lo deforme que soy. Esas cosas que me pasan me encantan, soy un privilegiado, porque no sé cuántos colegas tienen esa posibilidad. ■



Por un país sin Hambre

 Bancos de
Alimentos
ARGENTINA



En Argentina, **más de 680.000 niños** cuentan con la colaboración de los **Bancos de Alimentos** para poder comer. ¿Nos ayudás a llenar sus platos?



#SumáTuPlato
www.redbda.org.ar

SUNA ROCHA

"SOY CANTORA PORQUE TENGO UN PORQUÉ"

Con más de cuarenta años de trayectoria, el canto sigue siendo su camino. En cada letra que interpreta, busca dejar explícito su compromiso con la sociedad.

POR DAI GARCÍA CUETO FOTOS CECILIA CASENAVE

A Suna Rocha le han dicho que es la "mujer paisaje" y que tiene en su rostro a toda América. Y es así. Hablan de ella su cabellera negra ondulada, su tez morena, la erre arrastrada, el ritmo que le da vivir rodeada de árboles y pájaros, y la sensibilidad para reconocer los problemas de nuestra tierra.

Cantora de voz profunda, en enero se presentó en el Festival de Folklore de Cosquín, donde fue Revelación en 1983. Celebró los cuarenta años de ese acontecimiento en la edición anterior, regresando luego de ocho años al escenario Atahualpa Yupanqui. "Estuve alejada injustamente de Cosquín, porque al intendente de aquel momento se le ocurrió que yo no podía ir. Pero los políticos pasan y los artistas quedan. Por eso, sabía que iba a volver, porque siempre tuve un desempeño responsable, no me he quedado con ir y cantar un par de canciones, siempre armé una idea", dice una mañana calurosa en el Parque Sarmiento de Córdoba Capital. Está en la ciudad por chequeos médicos. Si no, la evita, prefiere la tranquilidad de Villa Tulumba, la pequeña localidad cordobesa en la que vive, cercana a Las Arrias, donde nació en 1948. "Practico la cultura de la contemplación, que es una muy buena ma-

nera de vivir", afirma.

En sus comienzos, la apadrinó Mercedes Sosa, quien al escucharla interpretar *Grito santiagueño* junto a Raúl Carnota, su pareja y compañero musical de ese momento, los invitó a cantarla con ella en un álbum y luego en un Luna Park. Desde entonces, Suna grabó doce discos, en su mayoría con interpretaciones de grandes temas del cancionero popular argentino, y realizó giras internacionales, como solista y junto a otros artistas como Pedro Aznar. "Siempre desarrollando la idea, que es lo que nos está faltando hoy. En todos los ámbitos, no solo en la música, estamos faltos de ideas o no dejan llevarlas a cabo a la gente que las tiene", comenta segura del modo en que desarrolla su profesión. Es que en todo este tiempo intentó tener "cuidado con esas tentaciones que ofrece el arte mendigado, el del camino fácil", como le recomendara Atahualpa Yupanqui en cartas que intercambiaron durante sus años de amistad. "Esa frase fue un gran compromiso", dice.

¿Cómo te convertiste en cantora?

Empecé con una gran vocación a los cuatro años, cantando arriba de una mesa. El tiempo fue pasando, me hice profesional y llegué al lugar al que sabía que iba a llegar. Porque si de algo tenía la

certeza, era de que lo lograría. De chica veía el escenario Atahualpa Yupanqui y pensaba "Ahí voy a llegar algún día", y llegué. Cuando fui más grande, me convencí de que es un vehículo importante para darle a la gente algo para que tome conciencia, hacerle ver ciertas cuestiones relacionadas con nosotros, nuestra vida, nuestros hijos, nuestras generaciones, las que pasaron y las que van a venir. Crear conciencia, que es lo que nos hace falta hoy. Ahí me di cuenta de que la cantante tiene con qué, la cantora tiene por qué, por esto mismo. Por eso, a mí me gusta que me digan "cantora".

En ese sentido, ¿cómo ves la producción musical, especialmente en el folklore?

No veo que aparezcan cantores o autores interesantes, pueden tener una buena voz, pero a mí me interesa cuál es el planteo, la idea. Te doy un ejemplo mío, sobre el tema del agua, asunto muy importante hoy más que nunca, porque se acaba. Se pone plata para otras cosas como armas, guerra, y no para cuestiones trascendentales como esta. Entonces, planteé el problema en un disco al que le puse SOS Agua. Me parece necesario hacer algo así, porque los artistas tenemos un vehículo fantástico, como lo es un micrófono y



PING-PONG

Un paisaje: Tulumba.

Un pájaro: El hornero. Es un pájaro maravilloso, tan laborador y hermoso. Me emociona.

Un árbol: El algarrobo.

Una canción: *Tren de Alemania*, de Manuel J. Castilla y Cuchi Leguizamón. Jamás la pude grabar porque me emociono, pinta a mi padre.

Una palabra: Amor.

¿Qué es el amor?: El amor debiera mover el mundo, pero lamentablemente no es así, así que por lo menos que nos mueva a nosotros, a los seres sensibles que somos capaces de sentirlo. Y ahí se va a establecer la construcción de cosas hermosas y no de guerras y cosas feas.

un disco, para trabajar sobre distintas temáticas que nos interesan a todos. Contamos con esa posibilidad y la tenemos que aprovechar. Como cuando puse una semilla de algarrobo en el álbum *Maldición de Malinche*, planté la idea de que hay que forestar para que no nos quedemos sin el verde y el oxígeno para subsistir. Hay muchos motivos por los que se quema el monte, entre ellos que hay gente interesada en que se siembre mucho o en desarrollar complejos inmobiliarios, y no hay otra manera de hacerlo que bajando el monte. Cuando era chica, viajaba de Córdoba a San José de la Dormida y todo eso era monte y animales; hoy está todo pelado, es una chacra al lado de otra. Algunos estarán felices con eso, pero es el ambiente el que sufre, entonces eso debería estar controlado.

Aquel consejo de Yupanqui ¿fue difícil de cumplir?

El arte mendigado es hacer una letra pasatista, la historia de una chica y un chico, pero a quién le interesa. Están bien las canciones de amor, pero a nivel universal, no es necesario a todas ponerles una historia amorosa. Si yo te contara todos los temas que me pasan para grabar. Los escucho y les contesto que ese no es mi *target* para interpretar, esa es una forma bastante comercial de las canciones, no estoy en contra, pero no soy una intérprete para eso, no soy cantante, soy cantora. Por eso, en todos mis discos siempre hay algo, aunque sea una frase que me comprometo de alguna manera, como “Para unos los beneficios, para otros los males” [parte de la letra de *¿Se acuerda doña Maclovía?*, de Carlos Di Fulvio].

¿Estás orgullosa de la carrera que has hecho?

Sí. Hay cosas que cuando uno las dice parecen pedantería, pero para responderte las tengo que decir. Soy una cantante que sabe elegir el repertorio. Yo sabría qué hacer para ser más masiva, por ejemplo, grabar esas canciones sin demasiada profundidad, y no lo hago, menos a esta altura, quiero grabar una canción que tenga algo que le deje una idea a la gente.



¿Te ves jubilada del escenario?

He visto que hay gente que no se quiere retirar, y a la hora de presentarse en un *show*, lo he sentido —y la gente lo siente— como algo medio patético, y no me gustaría ponerme en ese papel. Entonces siempre he pensado en retirarme a tiempo. Y hacer cosas, hay un montón para hacer, dejar todo aquello que uno ha aprendido, y que le ha llevado tanto tiempo aprender, para las nuevas generaciones. Mercedes me solía decir “Vos tenés que elegir el repertorio de los chicos”. Y yo pensaba “¿Quién soy yo para hacer eso?”. Pero sí, podría enseñar a hacerlo; dar charlas y clases, eso me gustaría.

Hoy pareciera que los jóvenes sí no es una canción propia no la cantan, ¿entre tanto escrito es un don encontrar joyas?

Hay chicos que recién comienzan y quieren hacer discos de autoría propia, eso me parece tremendo, una falta de humildad. Primero hay que leer mucho. Yo he compuesto y grabado temas míos, pero contados con los dedos de la mano, no me



"Soy muy provinciana, sigo hablando con la erre de mi lugar"

animo porque respeto la buena poesía, porque teniendo un Yupanqui, un Carnota, a mí me da cosita hacerlo.

¿Por qué volviste a Tulumba?

Tengo muchos defectos como mujer, como persona. Pero siempre tuve la impresión de que no quería llegar a ciertos lugares con un bastón, sin poder caminar. Ahora que estoy bien, que puedo moverme sola, quiero vivir en contacto con la naturaleza, que es lo que más me gusta. Por eso, de allí mis discos, el árbol, el agua, esas cosas simples. No quería estrés, antes vivía a dos cuerdas del Congreso, donde había piquetes todo el tiempo, y dije "No, me voy ahora".

¿Sos la mujer paisaje?

Me lo dijo Pedro Aznar en un programa que se llamaba *La Nota*, donde la gente opinaba sobre mí. Y Pedro me dio para que tenga, me dijo que era brava. Soy brava, tengo un carácter fuerte. Es que en el ambiente hay que lidiar con hombres en su mayoría. Entonces me

pongo el traje y salgo a lucharla. Tengo una gran gimnasia en eso. Él dijo en ese programa "Suna es una mujer de paisajes". Soy muy provinciana, sigo hablando de la tierra, con la manera de pronunciar la erre de mi lugar. Y Yupanqui me lo dijo: "Me encanta de ti que no perdiste tu sentido de la provincianía". Serrat, en una reunión en la casa de Caloi, que era el padrino de Guadalupe [su hija con Carnota], cuando yo entré con el pelo recogido, dijo: "Oye, ¿quién es esa mujer?, tiene toda América en su rostro". Esos piropos para mí son los mejores.

¿Vos cómo te definís?

Mujer de la tierra. Me encanta la tierra y todo lo que conlleva: sus árboles, sus pájaros, el agua, la naturaleza en general. Por eso amo mucho mi país, y cuando siento que lo van a vender, que van a regalar nuestros recursos naturales, me pone muy mal, porque tenemos un país hermoso que vamos a dejar manotear de todos lados, por desinteligencia y falta de capacidad. 

NICOLÁS PASQUALI

EL EXPLORADOR

*Se propuso ser el primer argentino en conocer todos los países del mundo.
Desde chico se interesó por huir de las rutinas y descubrir experiencias.
En 2016 comenzó a viajar alrededor del planeta.*

POR JUAN MARTÍNEZ

Como una bola de nieve, el deseo exploratorio y la avidez por conocer el mundo fueron creciendo permanentemente en Nicolás Pasquali. Desde chico, esperaba ansioso las vacaciones de verano, esa interrupción de la rutina cotidiana, ese escape de las horas escolares y las tareas. Sin embargo, no le alcanzaba: algo en él pedía más, se preguntaba por qué todos los veranos terminaban pareciéndose, siempre en la playa, habiendo tantos lugares más por visitar.

A los doce años hizo su primer viaje internacional, a Brasil, y allí descubrió que las fisonomías, los tonos de piel y los idiomas en los que se comunican las personas varían de acuerdo con la geografía. También la comida y algunas costumbres. Al volver a su casa, en la ciudad de Buenos Aires, se puso a leer todo lo que pudo sobre otros territorios: “Empecé a leer acerca de África, después sobre la Guyana y Surinam, seguí con Europa. De un país pasaba a otro y luego a otro más. Quería aprender todo”, cuenta.

En paralelo, proyectaba una carrera deportiva en el tenis. Viajó a torneos afuera del país, pero sin poder recorrer las ciudades a las que iba. Llegaba, jugaba y se volvía. El tenis le permitió forjar templanza en la soledad, se acostumbró a ser un “solucionador de problemas” y a pasar tiempo consigo mismo, a no depender de otros para conseguir resultados. Las horas de

entrenamiento se extendieron y dejó de cursar presencialmente el colegio secundario. Se recibió estudiando por Internet. A los 19 le puso punto final a aquel proyecto y se comprometió a ser igual de intenso y profesional en lo que fuera que emprendiera a continuación.

Unas vacaciones con su familia santafesina dieron inicio a su primer periplo, a la confirmación de que viajar se convertiría en su estilo de vida: “Un primo se iba a Tucumán un fin de semana y lo acompañé. Él se volvió, y yo seguí hacia Salta y Jujuy. Después me fui a Bolivia, Chile, Perú, Ecuador, Colombia. Di toda la vuelta a Sudamérica, estuve cuatro meses viajando y me gasté los cuatro mil dólares que tenía”, recuerda. Al regresar, comenzó a estudiar Administración de Empresas. Ya tenía en mente un plan que consistía en juntar cierto monto de dinero (trabajó en bancos, haciendo viajes como Uber, vendiendo electrodomésticos y algunas cosas más), invertirlo en el mercado de valores y, con los rendimientos que obtuviera, solventar una vida lo más austera posible viajando por el mundo.

En cuanto llegó a la cifra que se había marcado como objetivo, dejó todo y le contó a su círculo íntimo cómo continuaría su vida. Fueron pocos los que entendieron sus motivaciones y creyeron que sería posible recorrer cada país del mundo. A los 193 Estados miembros de la ONU, agregó Palestina, el Vaticano y Taiwán. En 2016, comenzó a viajar, poniendo a prueba

la planificación que elaboró durante cinco años. La primera sorpresa que obligó a ajustar variables: “Los países más peligrosos son más caros, porque necesitás más garantías de seguridad. Eso me obliga a asumir más riesgos en las inversiones, por lo que el estrés es doble. Estás pendiente de que no te maten las acciones y de que no te maten si es una zona de guerra”, explica.

En 2019, el proyecto entero estuvo a punto de terminar. En Mauritania, viajaba junto a un francés en un vehículo por el medio del desierto. Vieron a dos personas haciendo dedo y las levantaron, sin saber que eran integrantes de un grupo terrorista. Desviaron el coche y los tuvieron tres días secuestrados. En un traslado, Nicolás y el francés se tiraron del auto en movimiento y escaparon. “Yo pensé que ya no salía. Me dije ‘Me hubiese gustado tener una familia, poder despedirme de mis viejos’. Me fui a islas Canarias y, al principio, decidí no volver a África nunca más. Al cabo de dos meses, después de hacer terapia, me animé a seguir”, confiesa.

Al cierre de esta edición, Nicolás esperaba la autorización para ingresar a Corea del Norte, el último destino que le falta para completar este objetivo. Nunca se trató, sin embargo, de coleccionar sellos en el pasaporte: no solo pisó capitales, sino que profundizó el conocimiento en cada país. En algunos, como Irak, se quedó más de cuarenta días; otros, como Senegal, los visitó cinco veces. “Donde vaya, voy a fondo”, cierra. 



GUÍA PARA AYUDAR A UN ANIMAL EN LA PLAYA

Las organizaciones que trabajan para el rescate de fauna explican por qué cada vez se registran más apariciones y cómo se debe proceder en cada caso.

POR DENISE DESTÉFANO

En octubre de 2024 se registraron nacimientos de elefantes marinos en las playas de Mar de Ajó, Villa Gesell y Mar Chiquita, algo inusual en las costas bonaerenses. Si bien es común la aparición de animales, en los últimos meses parece haber habido más registros de estos fenómenos, lo que agrega un valor al encanto natural de las playas argentinas.

“Los animales han estado siempre. Lo que ha crecido es la cantidad de gente que hay en la playa. La interacción con la fauna marina silvestre se ha acrecentado en los últimos años”, explica a *Convivimos* Sergio Rodríguez Heredia, biólogo y responsable del Centro de Rescate de la Fundación Mundo Marino.

Con el aumento de la población, el éxodo de las ciudades durante la pandemia y la presencia de emprendimientos inmobiliarios a lo largo de toda la costa, las playas argentinas tienen presencia humana todo el año, aun las que antes no contaban con acceso y los animales utilizaban para descansar.

“En la temporada de 2024 tuvimos en cinco meses 300 alertas de animales. En 2023, las alertas no llegaron a 50. Y en años anteriores, 40 o 30 fue el promedio de la temporada. Aumentó muchísimo”, relata a *Convivimos* Jennifer Pezzo, técnica oceánica y presidenta de la Fundación Ecológica Pinamar, una organización que trabaja desde hace 34 años en el rescate de fauna, además de apoyar la labor de otras organizaciones y realizar acciones de concientización.

“Aumentó muchísimo la aparición de elefantes marinos. Inclusive este invierno tuvimos apariciones en el Partido de la Costa y en el norte de Villa Gesell”, agrega refiriéndose a los nacimientos registrados en septiembre y octubre de 2024. Si bien en estos meses se da el pico de apariciones en la Patagonia, verlos en las playas bonaerenses es raro.

Los voluntarios de la Fundación Ecológica Pinamar formaron parte del grupo que, junto con guardafaunas y personal de Zoonosis local y provincial, monitoreó las 24 horas a la elefanta que estuvo amamantando a su cría durante más de veinte días en el norte de Villa Gesell, cerca de los médanos donde se desarrollan las carreras de motos, mientras el cachorro aprendía a alimentarse solo, cambiaba su pelaje y engrosaba su capa de grasa para poder emprender viaje al mar.

Como esta son varias las ONG a lo largo de toda la costa atlántica que montan guardia para proteger a nuestra fauna de la intervención humana, a veces inoportuna. La Fundación Mundo Marino, desde su Centro de Rescate y Rehabilitación, es otra de ellas. Su área de influencia abarca desde Punta Rasa hasta Costa Esmeralda.

En su programa de monitoreo, que interrumpen solo en verano, identifican la presencia de animales en la playa. También responden a llamados de alerta, acuden al lugar y determinan si hay que trasladar al animal al Centro de Rescate donde será examinado por veterinarios para, una vez recuperado, poder reinsertarlo en su hábitat natural. La fundación tiene convenios con instituciones universitarias, locales y extranjeras, por lo que, si el animal fallece, es posible obtener muestras para estudios científicos que servirán para la conservación de las especies.

CUÁNDO DEBEMOS ALERTAR

Los animales que con más frecuencia aparecen en las playas bonaerenses son los lobos y leones marinos, pero también se pueden encontrar pingüinos, albatros, petreles, gaviotas y tortugas marinas, muchos de ellos afectados por la presencia de plásticos. En 2024 se vio hasta una ballena jorobada de cinco toneladas, y aún más comunes son los delfines franciscanos, que quedan atrapados en las redes de pesca.



Foto: Fundación Mundo Marino

Desde fines de febrero hasta abril pasa por las costas bonaerenses la migración de pingüinos. Es común que alguno se pierda o, debilitado, salga a la costa. “Si no lo rescatamos, muere, porque esos no salen a descansar”, acota Pezzo, quien confesó que llegó a tener hasta quince pingüinos empetrolados en su casa recuperándose.

“Vos ves un animal y muchas veces no necesita asistencia. Está simplemente descansando o mudando el pelo. A los elefantes marinos hay que dejarlos tranquilos en la playa. El animal va a estar en ayunas y sin mojarse por veinte días, porque permanecer en el agua, al estar cambiando la piel, le puede ocasionar un desorden térmico”, aclara Rodríguez Heredia.

“Si un animal está enfermo, no estará tan agresivo, sino más decaído. Quizás no se mueve y permite incluso que lo toquen porque está muy debilitado. Ahí es doble el riesgo, porque puede hasta morder en defensa propia o, si no, transmitir enfermedades. Los perros que salen a la playa sin correa, sin la atención de sus dueños, también son un vector importante en la transmisión de enfermedades”, continúa el especialista.

En suma, es importante analizar entonces caso por caso. Por ejemplo, un lobo o un elefante marino en una playa de Buenos Aires puede estar descansando, pero si en esa misma zona vemos a un pingüino o una tortuga marina es porque necesita ser asistido, porque salen del mar para reproducirse,

¿A QUIÉN ACUDIR?

- Fundación Mundo Marino: 02252 43 0300; www.fundmundomarinomundo.org.ar
- Fundación Ecológica Pinamar: +54 9 2254 58 6960; @fundacionecologicapinamar.
- Fundación Rescate Verdemar (Villa Gesell): 02255 507284; @rescate_verdemar.
- Grupo de Rescate de Fauna Silvestre (San Bernardo, Santa Teresita y Mar del Tuyú): 02246 444388; @rescate_fauna_silvestre.
- Prefectura Naval Argentina (Mar del Plata): 0223 4895362 / 0223 4800715; info@prefecturanaval.gov.ar.

pero los pingüinos lo hacen en la Patagonia y las tortugas en el norte de Brasil.

QUÉ HACER SI ENCONTRAMOS UN ANIMAL EN LA PLAYA

1. No interactuar. No tocarlo ni acercarse. No darle comida, agua ni tratar de mojarlo. No tomarle fotos con flash.

2. Darle espacio y no acercar a niños ni animales

domésticos que puedan molestarlo. Las organizaciones que se dedican a preservarlos serán las encargadas de armar un perímetro de manera que el animal pueda descansar tranquilo. Respetar siempre el perímetro.

3. No transitar entre los animales y el mar para que tengan la vía libre si quieren volver.

4. Llamar a un especialista, que puede ser una fundación local, el Municipio, la Prefectura, la Policía o alguna otra fuerza de seguridad.

“Las playas no son nuestras”, recuerda Rodríguez Heredia. “La gente tiene que reconciliarse con la naturaleza. O sea, tomar estos hallazgos como un verdadero privilegio y disfrutarlos a la distancia, no intervenir. Disfrutar de su presencia con respeto, con responsabilidad”, concluye.

LA CRIANZA EN LA ERA DIGITAL

La televisión sigue siendo la pantalla con la que se entretiene la mayoría de los niños y las niñas de 6 a 9 años. Según una encuesta nacional, el 46 por ciento utiliza celulares y cuatro de cada diez usa redes sociales entre una y tres horas al día.

POR MARIANA OTERO

La crianza digital y los modos en que la tecnología ha invadido la vida de las familias es un tema de conversación cada vez más recurrente. ¿Pantallas sí o pantallas no? ¿Cuánto tiempo? ¿Son todos los dispositivos iguales? ¿Cuál es el mejor entretenimiento para los niños de entre 6 y 9 años?

El pediatra Enrique Orschanski explica que antes de recibir su primer teléfono propio —algo que en la Argentina ocurre alrededor de los 9 años—, los chicos y las chicas disponen de tiempo, ganas e imaginación para desarrollar “juegos verdaderos”. Se refiere a ser protagonistas de invenciones lúdicas: quién es quién en ese momento, qué voz utilizarán en el juego, cuándo comenzará y cuándo finalizará, cuál será el argumento y sus consecuencias. Creación pura.

“Esta maravilla ocurre entre los 6 y los 9 años”, dice. Detalla que a esa altura ya han superado la etapa inicial de crianza, y ahora, con rasgos propios y singulares, dan rienda suelta a la imaginación y a la creatividad. Para ellos, cualquier objeto puede ser todo.

“Muchos reciben un regalo y prefieren jugar con el envase, ya que el autito siempre será el autito, y la pelota nunca será otra cosa. En cambio, una caja de cartón puede ser una nave espacial, el

Williams de Colapinto, el cofre del tesoro o la cueva donde guardar sus secretos”, grafica.

El médico subraya que esas capacidades suelen ser interrumpidas por obligaciones escolares o extraescolares que les imponen normas y límites. Muchos se adaptan, otros no tanto. “Algunos de quienes se rebelan terminan en consultorios de pediatras, psicopedagogos, psicólogos y demás profesionales a fin de ‘hacerles entender que deben portarse bien’. Una pena, digo yo, podar su naturaleza”, opina.

Durante ese período, también aparece la tentación del uso de la tecnología, ese “oscuro objeto del deseo” que tanto distrae a sus padres, madres y hermanos mayores.

“La Sociedad Argentina de Pediatría sugiere que a esas edades los chicos y las chicas no deberían superar las dos horas diarias frente a pantallas, y siempre supervisados por adultos responsables. Esto incluye la utilización de filtros parentales, de fácil uso para las familias y que reemplazan muchas ausencias inevitables”, dice el pediatra.

Natalia Lazzarini es mamá de Sofía, de 6 años. Dice que llegaron a un acuerdo familiar para determinar el uso o no de pantallas. La niña ve dos horas por día de televisión y casi nada en el celular de los padres. Eso supone, entre otras cosas, no darle el teléfono cuando suben

al auto y jugar al veo veo o cantar en el coche.

“No es lo mismo el celular que un dibujito o una película en la tele. Hay que ir eligiendo qué ven, porque los chicos una vez que aprendieron a encender el televisor y a poner Netflix eligen; por eso siempre tiene que haber un adulto”, remarca.

Con el celular, sostiene, es aún más complejo, porque en algunos juegos aparecen publicidades o mensajes inadecuados para la edad, como dibujos de nenas vestidas de princesas embarazadas o con acné. “Te obliga a estar al lado todo el tiempo viendo qué ven. Para mí, YouTube es bastante riesgoso”, opina.

CÓMO SE ENTRETENEN

La televisión sigue siendo el dispositivo que mayoritariamente utilizan los niños y las niñas de entre 6 y 9 años de todas las clases sociales.

Según una encuesta nacional, el 46 por ciento utiliza celulares y cuatro de cada diez usa redes sociales entre una y tres horas al día.

El estudio cuantitativo “Góndola infantil” sobre consumos de medios y entretenimiento en esa edad, realizado por la primera agencia de investigación, desarrollo y estrategia de América Latina que cocrea con infancias, llamada Labi, revela que siete de cada diez encuestados (71,6 por ciento) dicen que la TV





LOS FAVORITOS

¿Cuáles son los contenidos infantiles preferidos por los chicos de 6 a 9 años? Según el estudio de Labi, los dibujos de Discovery Kids, películas, dibujos animados en Cartoon Network, YouTube Kids, *Bluey*, *Dragon Ballz Z* o los de plataformas como Netflix. Los personajes preferidos son Zamba, Peppa Pig y Bluey.

¿Qué eligen regalarles los padres? En primer lugar, figuran los juguetes (43,2 por ciento), seguidos de dinero (13,2 por ciento), videojuegos (5,7 por ciento) y dispositivos tecnológicos (2 por ciento).

es la pantalla que más usan, seguida por los celulares (46 por ciento), las *tablets* (16,1 por ciento), la PC (12,7 por ciento) y la consola de videojuegos (10,8 por ciento).

Según lo expresado por los padres, el 54,1 por ciento de los niños utiliza dispositivos electrónicos entre una y tres horas al día.

El trabajo midió cuáles son los principales dispositivos tecnológicos, el consumo de contenidos infantiles, el uso de entornos y redes sociales, el consumo de videojuegos y la elección de regalos de las familias hacia sus hijos. Se encuestó a 7066 personas de todo el país (250 padres de niños de entre 6 y 9 años) entre el 9 de septiembre y el 23 de octubre de 2024.

Para Shila Vilker, una de las directoras de Labi, uno de los datos interesantes es el de la continuidad de un dispositivo tradicional como la televisión como medio de entretenimiento. “Esta distribución es particularmente homogénea respecto al nivel socioeconómico. En aquellos niños que pertenecen a hogares con nivel socioeconómico ABC1+C2

(más altos), el uso de la televisión representa un 69,2 por ciento, mientras que, en los demás niveles socioeconómicos, el uso de la televisión representa un 75,7 por ciento”, indica.

Entre las redes sociales, YouTube (64,5 por ciento) y TikTok (24 por ciento) están a la cabeza. El 39,5 por ciento de los niños y niñas de 6 a 9 años usan redes sociales entre una y tres horas al día.

El pediatra Enrique Orschanski asegura que cuando les prestan una *tablet* o un teléfono, la mayoría de los niños de esa edad —sin distinción de género— “mira películas en YouTube, juegos inocentes y de fútbol”. “Entre los 8 y 9 años, pueden asomarse a *youtubers*, aunque se aburren rápidamente”, agrega.

EN REDES SOCIALES

¿Qué miran los niños y las niñas en redes sociales? Los resultados de la encuesta arrojan que entre los canales de YouTube o *youtubers* favoritos figuran Mr. Beast, canales de música, Alejo Igoa, Diki Duki Daniel y Fede Vigevani. Respecto del consumo de videojuegos, aparecen tres como mención espontánea:

Minecraft, Roblox y Mario Bros.

Cielo Salviolo, también directora de Labi, explica que YouTube emerge como el más usado. “Un 64,5 por ciento de los encuestados manifestaron que sus hijos o hijas utilizan con frecuencia esta plataforma, seguida por TikTok (24 por ciento), WhatsApp (11,4) e Instagram (10,9). En la actualidad, Facebook representa una red social de uso marginal entre el público infantil”, detalla.

Un cuarto de los padres consultados reconoció que desconoce cuánto tiempo pasan sus hijos en las redes sociales. El 15,8 por ciento no recuerda cuánto tiempo utilizan los dispositivos y el 19,2 por ciento de los padres ignora cuáles son las redes sociales que usan sus hijos.

“He visto a nenes de 5 o 6 años usando TikTok en una habitación solos, constantemente *scrolleando*, con el riesgo de que en algún momento aparezca una situación violenta o pornográfica”, dice Virginia Digón, mamá de Guadalupe (9) y Santiago (6), muy preocupada por los desafíos que supone la crianza digital.

Observa que muchas familias están desinformadas sobre los riesgos o los minimizan.

“Algunos padres creen que es lo mismo dejarles ver un dibujito en Netflix que permitirles usar TikTok”, agrega.

CONFLICTOS Y TENSIONES

La omnipresencia de las pantallas en la vida cotidiana provoca conflictos y tensiones entre padres e hijos.

Sobre esta cuestión, Orschanski propone definir mejor el mundo adulto, al que ellos aún no deberían acceder, e instalarse físicamente (o con filtros parentales) entre los contenidos digitales y los chicos.

Además, sugiere mostrarse como ejemplos sin tecnoadicción y “facilitar espacios amplios y tiempo ilimitado para que desarrollen lo que luego perderán: la imaginación”.

“En caso de que tengan su propio teléfono antes de los 9 años, propongo ‘recreos digitales’”, plantea.

Natalia, la mamá de Sofi, enumera una gran cantidad de estrategias que implementa con su marido para que la niña juegue con otros chicos y vaya a la plaza.

“Es una tarea titánica, porque lo más fácil es enchufarles la pantalla cuando uno viene cansado de trabajar. Pero creo

que vale la pena hacer ese esfuerzo extra y dedicarles tiempo, porque esta etapa va a marcar de por vida cómo se van a relacionar con los otros”, piensa.

Virginia Digón coincide en que la crianza en tiempos digitales “es un tema”.

“Debemos lidiar con estas cosas que no vivimos en nuestra infancia y tenemos que aprender a gestionar. Es todo un desafío como padres”, dice.

En su caso, sus hijos ven dibujitos en la tele dos horas al día. “Saben que cuando se va la niñera es hora de ver los dibujos; con eso dejamos de renegar y de estar negociando constantemente”, cuenta.

Prefiere las plataformas a YouTube, que considera riesgoso por la aparición de contenido no deseado.

“No estamos sentados con ellos, pero chequeamos que vean dibujos que no sean violentos o que sumen y no resten”, agrega.

Sus hijos no tienen celular ni usan TikTok, aunque algunos compañeros de su hija de 9 ya cuentan con teléfono propio y, por lo tanto, WhatsApp. “Es un desafío y se vuelve un tema de negociación constante”, sostiene. 





PAZ CASADEVALL

MENTALIDAD DE CAMPEONA

Con un gran futuro por delante, ya es una realidad del deporte argentino: campeona mundial juvenil y Olimpia de Plata en levantamiento de pesas, una disciplina que comparte con su hermana mayor.

POR JUAN MARTÍNEZ FOTO ISMAEL PINACCA

El deporte es parte de su familia, casi un integrante más. O mejor, el hilo que, junto al del amor, los conecta a todos entre sí y los vuelve la familia que son. Guillermo, su papá, es profesor y lleva adelante un gimnasio. Gabriel, el mayor de sus hermanos, es corredor aficionado; Santiago practicó levantamiento de pesas y básquet; y Luz es, al mismo tiempo, referente del levantamiento de pesas a nivel nacional y su gran ejemplo a seguir. Era inevitable que Paz Casadevall desarrollara también una carrera deportiva. Su talento, combinado con esta predisposición natural y familiar, le trajo grandes resultados: el año pasado se convirtió, a sus 16 años, en la primera argentina campeona del mundo en este deporte.

Paz llegó a Lima, Perú, donde se llevó a cabo el Mundial sub-17 de la IWF, con una medalla como objetivo de mínima y el oro como un anhelo alcanzable. El día de la competencia, despertó nerviosa y se fue a entrenar

para repasar técnicas y movimientos, y para descargar tensiones. Al llegar a la zona de la prueba y ver a sus rivales, reajustó sus pronósticos: “Empecé a calentar y vi que los pesos que las rivales iban a comenzar a levantar eran más altos que los que yo tenía previstos para mí. Me dio bronca, me pareció que todas iban a ser mejores, y pensé que solo iba a poder pelear por la medalla de bronce”, cuenta.

¿Te bajoneó?

No me gustó, pero me concentré en hacer lo mío. Cada intento lo hice bien, mientras que las demás comenzaban a fallar. Igual, no supe que era campeona hasta el final, porque no estaba atenta a los resultados, no miraba alrededor. Me encontraba muy enfocada en lo mío y en lo que me decía mi entrenador. Hice mi último intento de arranque y, al terminarlo, no sabía que era campeona del mundo. Fui a preguntarle a mi entrenador cómo habíamos quedado y me enteré en ese momento. No festejé, no me quería relajar, porque todavía quedaba la modalidad de envión. Fui campeona en mi

penúltimo intento, pero mi entrenador, para que fuera intensa en el último, me dijo que necesitaba hacerlo sí o sí o me quedaba con la medalla de plata. Así que fui con todo. Lo hice y ahí sí, ya estaba tranquila con haber ganado en las dos modalidades. Era campeona del mundo.

¿Festejaste mucho?

Nos abrazamos con mi entrenador, que me levantó, y después me fui al control antidopaje. Estuve sola un rato largo. Cuando pude agarrar mi celular de nuevo, llamé a mi familia. Mi papá había puesto la competencia en la tele de su gimnasio, mi mamá y mi hermana la veían en casa. Todos estaban muy emocionados, y me contagiaron esa emoción. Ser campeona del mundo era de mis mayores sueños, desde muy chica. Desde antes, incluso, de dedicarme a este deporte.

En casa la norma era clara: había que practicar algún deporte, el que fuera, porque sería algo bueno para el desarrollo. También era evidente que Paz tenía una energía incontenible que necesitaba



SIN REDES

Hasta hace un tiempo, como cualquier adolescente (y no tan adolescente), Paz pasaba mucho tiempo viendo su celular. Su entrenador, Román Gorosito, le propuso una desintoxicación: de lunes a viernes, Instagram y otras aplicaciones no debían ser usadas. Al principio, le costó, y tocaba el ícono de la *app* casi por reflejo. Ahora, ya acostumbrada, incluso cuando tiene permitido ingresar, ya no siente interés por hacerlo. Eventualmente, en reuniones con amigas, tienen que explicarle de qué se trata una charla sobre videos o *trends* de redes, pero más allá de eso las consecuencias solo fueron positivas para ella.

ser orientada con una actividad específica. Por eso, a los tres años, comenzó a hacer gimnasia artística. Su hermana Luz también había pasado por allí, aunque ya estaba alejándose para recalar en el levantamiento de pesas. “Al principio, me encantó gimnasia. Comencé a soñar con ser campeona del mundo, aunque la realidad era que ya nos costaba bastante alcanzar siquiera un campeonato nacional. Con el tiempo, me fui volviendo muy autoexigente, me presionaba mucho. Cuando algo me salía bien, no me detenía a pensarlo demasiado, para poder avanzar y probar otras cosas. Pero cuando fallaba, me trataba muy mal a mí misma. Comencé a ir a un psicólogo que me ayudó mucho. Mi propia madurez también hizo que lograra enfocarme de una manera distinta. Pero supe que mi lugar no era la gimnasia, sino las pesas”, dice.

¿Querías seguir a tu hermana?

Sí, obvio, la tenía de referente. Yo la miraba en todo lo que hacía, y lo sigo haciendo. Veía que ella salía del país, competía con personas de otros países y

me emocionaba un montón. Así que dejé gimnasia artística y arranqué a hacer pesas a los 14 años.

¿En qué momento notaste que eras buena?

No sé, quizá cuando empecé a clasificar a torneos internacionales. Ahí vi que la cosa daba para más. Empecé a ver otra realidad respecto a lo que vivía en gimnasia. Eso hizo que me enganchara más todavía.

¿Qué es lo que más te gusta de tu deporte?

La competencia, el ambiente familiar que se genera al vernos tanto tiempo, por tantos años, y cómo crecés personalmente.

Este año, Paz cursará el último año de secundaria. Con diez entrenamientos semanales, su prioridad está puesta en el deporte. No tiene pensado sumarse al viaje de egresados, porque va a darles prioridad a las competencias. Su rutina y su cabeza son las de una campeona del mundo. 

LA PALOMA

LA PLAYA DE LOS ATARDECERES MÁGICOS

La primera playa oceánica del este uruguayo combina su esencia agreste con la comodidad de un balneario encantador. Un lugar para disfrutar del sol, el mar y la tranquilidad, pero también de una rica gastronomía, historias de piratas y barcos encallados, y una costa infinita que se mezcla con el bosque.

POR RICARDO GOTTA





El faro del cabo de Santa María. Allí nace el balneario, allí empieza el centro palomense. A ambos lados, la naturaleza entregó kilómetros de playas aún vírgenes, hermosas, de arenas blancas que contrastan con el rabioso celeste del cielo.



La vista desde el faro de la parte más antigua de la ciudad y de la Bahía Chica abrazando a la particular isla La Tuna.

Alguna vez, hace varias décadas, apenas habían oído ese nombre surgido del dibujo que la costa les mostraba a los navegantes que se aproximaban desde el horizonte atlántico: La Paloma.

Auto nuevo, pareja flamante y la intención de cruzar juntos el charco para sumergirse en el Uruguay, rumbo al este, hacia donde el destino los guiará. Las primeras paradas: unas horas en Colonia, caminatas por Montevideo, la seducción de Piriápolis y un paso fugaz por Punta del Este, donde se acaba el Río de la Plata y nace el Atlántico.

Al fin, la llegada a la Oceanía del Polonio, en el departamento de Rocha, con su costa, sus atardeceres, su candor, su gente, su infinita belleza. Al fin, La Paloma.

El instante mágico se produjo al tercer día de la estadía, cuando acabó la semana de carnaval y el balneario se entregó solitario y cautivante. Un pa-

seo por la playita del Faro, hurgando entre los caracoles. Un atardecer en el Cabito. El infaltable fuego generoso, a la noche, en la parrilla doméstica. Las eternas caminatas por Del Navío, la avenida con más curvas del mundo. El entrañable Maguila, que irradiaba simpatía y te vendía el diario, libros u otras cosas en su quiosco de las Cinco Esquinas, o los llevaba con su motito ronca. Las historias de fantasmas de la Bahía Chica. Las de los piratas y sus barcos encallados en toda esa zona.

Las tardes ventosas y el cobijo del Parque Andresito. Las cabalgatas por La Aguada. Las cabinas de larga distancia de la ANTel. Las compras en Los Molles, un súper de pueblo, inigualable. El boliche Caravan, donde solía tocar Leo Maslíah. El peso uruguayo, que estaba mucho más bajo que el argentino. Las bicicleteadas hasta el puerto y el regreso apurado a comprar churrinches para el mate en la playa.

Los sempiternos asados noctur-

nos, jamás a carbón, sí con los troncos desprendidos de los añosos pinos. Los churros rellenos, las inigualables tortas fritas en Antoniópolis. Las Pilsen, todo lo que haga Conaprole. Las miniaturas de pescado o los buñuelos de algas en el ranchito de la ciudad vieja. La última mesa de La Farola, de cara a la Solari, la avenida principal. Su café con leche, servido en una copa altísima: los líquidos solo se mezclan cuando cae el azúcar que los hace explotar. El antiguo hotel Bahía. El viejo letrado de la estación de tren, donde Paloma (su nombre no es ninguna casualidad) se colgaría, años después, para las fotos. Los tejos y la playa, el sol y la playa, el viento y la playa. Las playas infinitas.

Los miles de viajes posteriores. Los cumpas que llegarían después. El Oreja, ese perro conmovedor, que llorisqueaba de alegría tras cada reencuentro anual y que encauzó amistades entrañables. La cabaña de troncos en pleno bosque del barrio Country, ro-



La bajada a la playa Solari y las embarcaciones que utilizan los pescadores.

EL FARO

Desde las playas, el faro del cabo de Santa María parece apenas un alfiler que desborda de la bahía. El chiquilín cierra un ojo y mira con el otro a través del círculo que forma con los dedos y lo atrapa. Alumbra por primera vez el 1° de septiembre de 1874, cuando fue fundada La Paloma. Durante décadas, esa costa fue transitada por todo tipo de embarcaciones y, aún hoy, la mayoría pesqueras, se sirven de su luz. Posee una altura de 30 metros y un alcance luminoso de 20,5 millas náuticas. Tiene un ingreso angosto y una escalera caracol bordea su interior: por ahí se llega hasta la cima. Un balcón redondo en derredor del foco permite una vista extraordinaria de la ciudad y sus alrededores.

deada de pinos. La ilusión nunca concretada hasta ahora: soportar allí un invierno palomense junto al hogar de leños.

¿Cómo no enamorarse de La Paloma?

Luego ese lugar creció con energía. Tras la pandemia cuenta con varios miles de pobladores estables más, muchos de ellos argentinos. Pero el amor es el mismo que nació aquel verano del 95 cuando el tipo se zambulló por la ruta 15 que llega desde Rocha y una boya gigante, roja, en medio de la rotonda que trifurca el camino, le anunció la llegada. Los tres ingresos a La Paloma: al centro, a la terminal de buses o a Sagitario. Unos metros más y el mar se asoma allá al fondo de la avenida, en el horizonte. Es la playa El Cabito. La imagen crece cuadra a cuadra, junto al olor del mar, junto al repiqueteo del corazón. Las olas danzan en un son de recibimiento íntimo, buscan los recorrecos de las piedras milenarias, filosas,

elegantes que el agua horadó durante miles de años.

LASOLAS

Llegan temprano a La Serena. Mate, libro, silencio, el mar tibión, algunas gaviotas, el sol que empieza a pegar oblicuo, pero con fuerza. La playa tiene unos 22 kilómetros, pero el mundo, ahora, se ciñe a esas arenas muy blancas y la intermitencia sonora que produce el golpeteo de las olas, el siseo del reflujo del mar. Los bañeros aún no llegaron. El cielo es, por supuesto, rabiosamente celeste.

Esa mañana les toca a las playas del sur. Bajan a la costa por el Cristo de Lucho. La proa de un viejo barco, algún resto de cera de vela en un pocito en la arena —mención tardía de un ritual nocturno—, ropa blanca, flores al mar. La caminata es acompañada por perros propios y los que se sumen, saltimbanquis siempre. Van por las playas: La Anaconda, con su orilla más



Toda la costa rochense es la favorita de los surfistas, que practican muy diversas modalidades, no solo en la temporada estival.

LA FAMA

Miles de argentinos eligen la costa de Rocha desde hace años. Más agreste y apocada, tan o más hermosa, sin la sofisticación de la zona de Maldonado, donde está Punta del Este. Incluso durante la pandemia, decenas de ellos se afincaron permanentemente. Algunos, conocidos por los argentinos. Desde principios de siglo, viven allí el Pelado Cordera, que tiene su casa en el barrio Country; o Maitena, que en Punta Rubia pergeña sus dibujos y su creatividad. Entre los uruguayos famosos, Jorge Drexler y su familia disfrutaron de su casona en uno de los extremos de La Balconada, junto a la playa. Como también el presidente Luis Lacalle Pou, quien tiene su extravagante cabaña, solitaria, en La Serena: es un habitual surfista que aprovecha las olas palomenses.

húmeda. La Mula, donde arranca la irregularidad del terreno. La Serena, donde se hace realidad el horizonte del noreste continental. Pasa algún auto que viene por la costanera Botavara y sigue por la calle de arena que bordea el mar, hasta que las dunas lo permiten. Arena que se hace infinita hasta la laguna de Rocha, que desemboca en el Atlántico. En toda esa zona, el ingreso al mar es suave, las profundidades se perciben a lo lejos. Algún pescador rompe con la monotonía de kilómetros playeros.

Claro que el balneario más concurrido es La Balconada. El único de La Paloma que tiene un ingreso abrupto al mar. En pocos metros se hace profundo. En las enigmáticas playas de la Bahía Chica, frente a la isla La Tuna, suelen encallar los veleros que se animan a acercarse: es la zona de la ciudad vieja. De las primeras casas del balneario, de algunos centros culturales que conviven con el municipal y que exponen una intensa vida cultu-

ral y social: pintura, tango, literatura, gastronomía, historia, danzas varias, diferentes labores y artesanías. Aunque, además, un paseo indispensable es la feria de calle Paloma. Con piso de arena y *stands* de madera y lona, y a metros de la Ancap local y del liceo local, allí se encuentra todo, absolutamente todo lo que se busca. Tal vez la perla sea el también artesanal patio de comidas, y allí la marisqueada gigante en una cazuela infinita...

El faro se encuentra en la punta del cabo de Santa María, pegado al centro palomense. Hacia el noreste se llega al puerto. Luego una continuidad de balnearios y localidades muy características, como La Aguada, Costa Azul, Antoniópolis, Arachania. Hasta allí llegan los turistas, allí vive una buena parte de la población estable. También hasta allí se trasladan los surfistas: dependen de las condiciones climáticas y del viento para hallar mejores olas en estas playas o en las del otro lado del faro. En general, las olas rochenses son



Fotos: iStock

Una postal típica. El sol se va guardando en el horizonte y le da una luminosidad muy particular a toda la costa.

muy favorables para esas prácticas y, de hecho, hay numerosas escuelas de surf, para todas las edades, distintos niveles y todas las variantes.

EL MÁS ALLÁ

A esas playas que están hacia el este se llega por la propia costa o por la ruta 10 que nace a siete kilómetros del centro. Y en el kilómetro 13, una nueva rotonda que anuncia la elegancia salvaje de La Pedrera. La avenida Rocha, en menos de mil metros, no solo trascurrirá calles de alojamientos, algunas de artesanías, otras eminentemente gastronómicas, para finalmente zambullirse en una rambla de antología, con un balcón que exalta los sentidos y una belleza que provoca el recelo incluso de los más bonitos balnearios del Mediterráneo. Los carnavales en esa avenida principal resultan formidables e interminables. De un lado y del otro de esa rambla florecen exquisitos ranchos, de infinitas arquitecturas, mezclados con las casas originales de principios de si-

glo XIX. Si tienen vista al mar, además, se convierten en guaridas alucinantes...

Como lo son la seguidilla de breves balnearios consecutivos hacia el este: el Displayado, Punta Rubia, Santa Isabel, Tajamares de La Pedrera, Las Lomas, San Antonio, El Palenque...

Así hasta llegar al Cabo Polonio, un particular balneario al que solo arriban camiones que transportan turistas o algunas 4x4. Tampoco hay tendido eléctrico salvo para el faro y el hotel que se encuentra en su base. El sitio predilecto de excéntricos y *hippies* setentistas, que fue convirtiéndose en una playa de culto. Con sus casas sin luz a lo largo de ambas costas y sus islotes (Torres, Rasa, Encantada y El Islote) desbordantes de lobos de mar.

Muy cerquita nace Valizas, luego vienen Aguas Dulces, la Esmeralda, algunos kilómetros más allá Punta del Diablo (una deliciosa localidad pesquera) y finalmente el increíble Parque Nacional Santa Teresa, de 3000 hectáreas, la mitad cubiertas de bosque, con más de dos

millones de árboles exóticos y nativos, un fuerte colonial y media docena de playas agrestes, enmarcadas en pequeñas quebradas, verdaderos balnearios brasileños en pleno este oriental, de cara al océano. Un sitio extraordinario que merece un futuro relato en esta sección.

En definitiva, paseos excepcionales a escasas distancias de La Paloma. Tan cercanos como para regresar antes del atardecer... Cuando el rojo fuego lo domina todo desde el horizonte. Es un atardecer que dura una brevedad, día a día. El sol se va engordando y se ruboriza a medida que se acerca el contacto carnal con el mar. Dicen que no hay atardeceres como los de Uruguay, aseguran que ninguno tiene la musicalidad de ese punto exacto de costa este oriental. Juran y perjuran que los dioses se esconden junto al sol si se mira desde la playa de El Cabito. Justamente, la que se ve en el horizonte si se ingresa a La Paloma por la avenida Sagitario... Los aplausos a ese fenómeno diario de la naturaleza son absolutamente merecidos. 

VESTIDOS 24/7

La prenda femenina por excelencia se presenta como el comodín de los últimos meses del verano. En texturas frescas y naturales, lisas o estampadas, el vestido es el aliado perfecto para estar siempre elegante.

FOTOS NICO PÉREZ ESTILISMO LULA ROMERO



BATIK

Vestido de algodón con manga corta (Mirta Armesto), suéter de hilo (Mishka) y *cap* de gabardina (Compañía de Sombreros).



BLANCO PURO

Vestido corto con escote en V (Mirta Armesto), cartera de crochet (Compañía de Sombreros), collares combinados (Rita Ce) y anteojos de sol de marco redondo (Absurda).



ROSA BOMBÓN
Vestido con botones y bolsillo
(Las Pepas).



ANIMAL PRINT

Vestido solero largo midi y chaleco de *jean* con engomado (Mirta Armesto), y pulsera brazalete (Rita Ce).



ELEGANTE SPORT

Vestido negro con bordado y pespunte a contratono (Mishka), collar dorado con dijes de estrellas (Rita Ce), cartera de cuero combinada y sandalias (Oggi).



CAMISERO XL

Vestido con lazo en la cintura (Las Pepas), pulsera brazalete (Rita Ce) y anteojos de sol (Absurda).



SHOCKING

Vestido largo de modal y riñonera (Mishka), y pañuelo tipo vincha (Compañía de Sombreros).

LILA A FULL

Vestido con bolsillos y rayas finitas y sobre (Mishka), cárdigan con botones (Las Pepas) y aros (Rita Ce).

Agradecimientos:

Absurda: www.absurda.com
Compañía de Sombreros: www.companiadesombreros.com.ar
Las Pepas: www.laspepas.com.ar
Mirta Armesto: www.mirtaarmesto.com.ar
Mishka: www.mishka.com.ar
Oggi: www.oggishoes.com.ar
Rita Ce: www.ritace.com.ar
Dermaglos Solar: www.dermaglos.com









POR
SANTIAGO
GIORGINI

Fotos Fernando Giampieri (Estudio Migone)

ENSALADAS MULTICOLOR



ENSALADA THAI

4 PORCIONES 40 MIN PREPARACIÓN 25 MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

½ repollo morado
½ repollo blanco
2 zanahorias
1 morrón rojo
2 pechugas de pollo
2 ramitas de menta fresca
Cilantro (a gusto)
½ taza de maní tostado
Sal, a gusto

Aderezo de maní:

1 taza de maní sin sal
½ cucharadita de chile picado
2 cucharadas de salsa de soja
3 cucharadas de aceite de girasol
½ taza aprox. de agua caliente
1 cucharadita de jengibre rallado
2 cucharadas de miel
1 diente de ajo

PREPARACIÓN:

Para hacer el aderezo, tostar el maní y luego licuar junto con el agua caliente, el aceite, el jengibre, el chile, el ajo, la soja y la miel. Licuar hasta que quede una salsa homogénea. Agregar más agua para aligerar si es necesario. Reservar. Condimentar con sal y cocinar las pechugas en el horno. Luego cortar en tiras.

Cortar los repollos y el morrón en juliana y rallar la zanahoria gruesa.

Colocar en un recipiente todos los vegetales cortados, el pollo, las hojas de cilantro y de menta, el maní tostado y condimentar con el aderezo. Mezclar y servir.

TIP

Para hacer el aderezo también se puede utilizar pasta de maní en lugar del maní (debe ser una pasta neutra, sin sal y sin azúcar); va a resultar una salsa más lisa y suave.



DE GARBANZOS

4 PORCIONES 25 MIN PREPARACIÓN • MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

2 tazas de garbanzos cocidos
1 pepino
1 tomate
1 cebolla roja pequeña
1 atado de rúcula
2 paltas
Mix de semillas c/n (girasol, lino, sésamo)

Alioli (salsa):

1 diente de ajo
60 ml de leche
125 ml de aceite de oliva
Sal y pimienta a gusto

PREPARACIÓN:

Lavar y cortar el pepino en rodajas finas.

Lavar y cortar el tomate en cubos.

Cortar las paltas en láminas y la cebolla finita, y lavar la rúcula.

Para hacer el alioli, en un vaso alto (el de la licuadora de mano o mixer) poner el diente de ajo con la leche, la sal, la pimienta y el aceite. Primero comenzamos a licuar sin levantar el mixer del vaso, una vez que vemos que comienza a emulsionar, ahí sí podemos levantar para terminar de homogeneizar todo. Agregarle más aceite si la queremos más espesa, o más leche si la preferimos más ligera.

Poner en un bol o recipiente los garbanzos junto con los demás ingredientes.

Aderezar con el alioli, ponerle las semillas y servir.

TIP

Este alioli es una versión sin huevo. Se puede poner la cantidad de ajo que a uno le guste. También, retirarle el brote al ajo para que no quede demasiado fuerte.



DE REMOLACHAS, ESPINACAS Y QUESO

4 PORCIONES 20 MIN PREPARACIÓN - MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

4 u de remolachas
1 atado de espinaca fresca
100 g de queso azul
½ taza de nueces

Aderezo de cítricos:

Jugo y pulpa de ½ naranja
Jugo y pulpa de ½ pomelo
Jugo y pulpa de ½ limón
1 taza pequeña (200 cc) de aceite de girasol
Sal y pimienta c/n

PREPARACIÓN:

Lavar y cocinar las remolachas enteras en agua hirviendo hasta que estén tiernas. Una vez frías, pelar y cortar en cubos.

Lavar y secar las hojas de espinacas, sacarles el cabito.

Tostar las nueces y luego picarlas no muy pequeñas.

Para hacer el aderezo, poner en un vaso las pulpas y los jugos de los cítricos, el aceite, sal y pimienta. Mixear hasta emulsionar.

Juntar en un bol las remolachas, las hojas de espinacas que pueden estar cortadas, las nueces y el queso azul desgranado, poner un poco del aderezo y mezclar.

Luego servir y acompañar con más aderezo a gusto.

TIP

El aderezo también puede hacerse en un bol con un batidor de mano para lograr la emulsión. Vamos a notar que está listo cuando cambie un poco de color y esté más espeso.



POR
FABRICIO PORTELLI



El vermú siempre está

TIPS

Un clásico se consagra como tal porque trasciende al tiempo y a las generaciones. Claro que, si se trata de una bebida, la calidad y la diversidad son fundamentales para que esto suceda. Pero más importante es que esa bebida encuentre su lugar. El vermú estuvo, está y seguirá estando entre nosotros. Por un lado, porque es una herencia de los inmigrantes que ayudaron a forjar esta nación. Y, por el otro, porque se convirtió en una sana y rica costumbre antes de las comidas. Si bien la herencia del vermú se remonta a la Edad Media, los dos estilos predominantes —el *rosso* italiano y el blanco seco francés— se crearon hace dos siglos aproximadamente. Su nombre deriva del vocablo alemán *wormut*, que significa “ajeno”, planta medicinal imprescindible para su aromatización. Con el tiempo, se transformó en *vermouth*, y acá se conoció como “vermut” o “vermú”.

En esta época del año, hay un gran desafío para aquellos que quieren beber los vinos: servirlos a la temperatura ideal, algo fundamental para garantizar un mayor disfrute. No es cuestión de tener un termómetro a mano, sino simplemente de prestar atención. Los espumosos se sirven bien fríos, puede ser como salen de la heladera (a 4 grados). Igual, se recomienda ponerlos en una frapera con agua, hielo y sal gruesa (absorbe temperatura del agua), para que se mantenga a la temperatura ideal. Los vinos blancos, rosados y dulces no tanto, pero deben llegar a las copas siempre fresquitos. Y con los tintos pasa algo parecido. Porque las botellas deben estar siempre frescas, ya que las antiguas “chambres” (ambientes de los castillos) donde reposaban los vinos eran frías. Y, por ende, la famosa temperatura ambiente no refiere a nuestro ambiente (y menos en verano), sino a una temperatura de servicio entre 15 y 18 grados. Esto quiere decir que la botella debe estar fresquita al tacto con la palma.

En la Argentina se popularizó el tradicional italiano, que combinaba ingredientes y productos disponibles en los alrededores de Torino, fundamentalmente vino (75 por ciento de su composición) y hierbas aromáticas que le confieren su personalidad y gusto característico y que tanto se disfruta antes de las comidas. Actualmente, muchas bodegas argentinas y

de diversas regiones vitivinícolas han aprovechado para subirse a la moda y elaborar sus propios vermús. Mientras algunos son al estilo tradicional, otros resultan más modernos y concentrados, pero todos comparten el objetivo de ganarse un lugarcito en las mesas, en la tradicional ocasión de consumo, antes de las comidas. Y más en verano.

MINIGUÍA DE VINOS



PRIVADO OASIS CABERNET FRANC 2022
BODEGA JORGE RUBIO,
OASIS SUR, MENDOZA
(\$13.000)
PUNTOS: 89

Elaborado con uvas de viñedos plantados hace 25 años, el reconocido autor de vinos se suma a la moda de este varietal con un vino expresivo y equilibrado. De aromas intensos, con buena fruta y dejos herbales. De paladar amplio y franco, con taninos incipientes que resaltan las especias y las hierbas en su final persistente. Ideal para acompañar chivito al asador.



NIETO SENETINER BRUT NATURE
NIETO SENETINER, VALLE DE UCO,
MENDOZA (\$14.600)
PUNTOS: 90

Pocos saben que este espumoso nació en 1995, de la mano del enólogo Roberto González. Un método Charmat pensado más desde el vino. Por eso fue pionero en ese aspecto asalmonado (hoy tan de moda). Actualmente se hace con uvas Pinot Noir (principalmente) del Valle de Uco, y mantiene esos aromas de frutas rojas y un paladar envolvente, resulta fresco y con burbujas equilibradas.



ALTA YARÍ PINOT NOIR 2022
ALTA YARÍ, GUALTALLARY,
VALLE DE UCO (\$30.000)
PUNTOS: 91

Es la última novedad de esta pequeña bodega de altura, pero con mucha experiencia detrás. Un auténtico tinto de montaña, con el aspecto y la fluidez de un buen Pinot Noir. De aromas expresivos y paladar en línea, tenso y fresco, con buena tipicidad frutal rodeada por dejos herbales que hablan del lugar extremo. En el final se siente suave el paso por barricas de roble francés.

FIAT FASTBACK TURBO 270

ESA CURIOSA SILUETA

Por Walter Togneri



\$34.128.000
Precio

205 KM/H
Velocidad
máxima

175 CV
Potencia
máxima

8,5 L/100 KM
Consumo
promedio

DISEÑO 4/5

El nombre de este modelo es el que surge de su silueta. Los primeros *fastback* nacieron hace varias décadas como un estilo particular entre los deportivos. La caída suave del sector posterior define un trazo que –cosas de la modernidad– parece haber cobrado nuevas fuerzas en estos tiempos: son muchos los vehículos que, por distintos caminos, muestran una estética similar.

Ese llamativo dibujo “cierra” en una luneta que no ofrece la mejor retrovisión justamente por el ángulo en el que va instalada. Además, el acceso a las plazas traseras puede ser incómodo para los más altos.

La vista general del vehículo (tiene mucho del Cronos, pero también del Pulse) es llamativa, ya que, a pesar de que calza llantas (aleación) de 18 pulgadas con neumáticos en medida 215/45, estas parecen quedarle pequeñas.

El despeje es correcto, y si bien este tipo de silueta supone un rendimiento aerodinámico destacado, en movimiento genera

bastante ruido en su contacto con el viento, que se filtra hasta el habitáculo sin demasiado freno.

CONFORT 3,5/5

La calidad del interior es la que muestran en promedio los vehículos fabricados en el Mercosur (Brasil, en este caso), por lo que aquí podríamos señalar una falencia, ya que Fiat propone al Fastback como el modelo “tope de gama” de su oferta. Si bien hay sectores de cuero “ecológico”, es el plástico el material que domina la escena.

La mejor posición de manejo se logra con facilidad, aunque siempre será elevada incluso cuando la butaca del conductor se ubique en la posición más baja.

Los asientos traseros son amplios y en ellos viajarán sin problemas dos adultos de contextura mediana, ya que la caída del techo limitará el confort para los que miden más de 1,80 m de estatura.

La posición central está penalizada por la presencia del falso túnel de la transmisión. El baúl es enorme: 600 litros que se pue-

den ampliar abatiendo los respaldos traseros.

MOTOR 3,5/5

Este es otro de los productos de Stellantis que se mueve gracias al propulsor T270. Se trata de un cuatro en línea turboalimentado de 1,3 litros que entrega 175 CV de potencia y 270 Nm (de ahí su denominación) de torque.

En este caso, trabaja asociado con una caja automática de seis velocidades que lleva el par hasta las ruedas delanteras.

Esa caja se complementa con una función Sport que se activa a través de una tecla instalada en el volante. Al presionarla, la grafía del tablero cambia de color al tiempo que se modifican algunos parámetros para darle al Fastback una impronta más deportiva. Además, ofrece levas detrás del volante.

Con esa configuración, este modelo (de neto corte familiar) entrega prestaciones muy interesantes, a pesar de que por momentos da la sensación de que esos 175 caballos son remolones: medimos una ve-



FIAT

MOTOR

Naftero, delantero, longitudinal. Cuatro cilindros en línea de 1332 cm³ alimentado por turbo e intercooler.

Potencia: 175 CV

Torque: 270 Nm

TRANSMISIÓN

Tracción delantera

Caja: Automática de seis velocidades

DIMENSIONES

Largo/ancho/alto: 4427 mm/1990 mm/1547 mm

Distancia entre ejes: 2533 mm

Peso en orden de marcha: 1301 kg

Capacidad de baúl: 600 litros

Capacidad de combustible: 47 litros

SUSPENSIÓN

Delantera: Independiente, tipo McPherson, amortiguadores hidráulicos telescópicos, resortes helicoidales y barra de torsión

Trasera: Eje de torsión, con amortiguadores hidráulicos telescópicos y resortes helicoidales

FRENOS

ABS y asistentes electrónicos

Delanteros y traseros: Discos ventilados

DIRECCIÓN

Piñón y cremallera, con asistencia eléctrica

LLANTAS Y NEUMÁTICOS

Llantas: De 18"

Material: Aluminio

Neumáticos: 215/45 R18

Rueda de repuesto: 125/80 R16

FABRICANTE

Stellantis Brasil

PRECIO Y GARANTÍA

\$34.128.000 y 3 años o 100.000 kilómetros

locidad máxima de 205 km/h y una aceleración de 0 a 100 km/h de 8,5 segundos. Por el lado de los consumos, el gasto de combustible en el ámbito urbano es algo elevado, con 12 litros cada cien kilómetros. No obstante, el promedio general es correcto: 8,5 l/100 km.

Suspensiones y dirección acompañan el concepto general de confort que debe respetar un modelo familiar.

EQUIPAMIENTO 4/5

Dado que este producto apunta a ser el buque insignia de la marca, el nivel de equipamiento del que dispone podría ser más amplio, pero no se aleja demasiado de sus rivales.

Incluye, entre otros, acceso y arranque "sin llave", tablero digital, climatizador automático con salidas traseras (ofrece un único comando físico que se utiliza tanto para ajustar la temperatura como para modificar la velocidad del forzador), sistema de infoentretenimiento con pantalla de 10,1" con *mirror screen*, cargador inalámbrico para celulares, puertos USB y equipo de audio de muy buena fidelidad.

Podemos reclamarle un techo solar y que la rueda de repuesto es temporal.

SEGURIDAD 3/5

Ofrece una batería de asistencias a la conducción que merecería sumar algunos sistemas. Cuenta con alerta de cambio involuntario de carril activo (muy intrusivo) y frenado autónomo de emergencia, pero no agrega alerta de punto ciego ni control de velocidad crucero adaptativo.

Por otro lado, es necesario mencionar que solo dispone de cuatro *airbags*.

En cuanto a la respuesta de los frenos, es muy buena: para detenerse a cero desde 100 km/h recorrió 43 metros.

PRECIO 3/5

En un mercado de autos muy caros, la gama Fastback está conformada por dos opciones: la que aquí analizamos, Turbo 270, cuyo precio de lista al cierre de esta edición era de 34.128.000 pesos, y la denominada Abarth, cuyo valor de venta era de 37.463.000. La diferencia es la decoración con estilo deportivo en la segunda.

Estos valores ubican a este producto de Fiat en una posición competitiva frente a sus rivales (Chevrolet Tracker, Jeep Renegade y Peugeot 2008).

HORÓSCOPO



POR GABA ROBIN
LA BRUJA POP

PISCIS (20/02 - 21/03)



Amor: Tenés que saber que estás terminando un ciclo de aproximadamente 12 años. Porque hay un destino emocional que está llegando en los próximos meses. Tus temores y confusiones se esfuman. Si cumplís años en los últimos grados del signo, sentirás tiempos de enamoramiento sin base real.

Trabajo: Necesidad de organizar los horarios del año, ordenar los papeles, facturaciones, trámites, ya que querés estar iniciando este año laboral con más tiempos personales y a la vez generando más dinero.

Salud: La enfermedad o tratamiento que cargás hace años tendrá un corte, sea por cirugía o por un cambio de vida.

TAURO (21/04 - 20/05)



Amor: Aún siguen temblores en el corazón, se sienten las repercusiones de lo vivido. Los que cumplen años los últimos días del signo necesitarán amoldarse a los cambios que llegan, sea mudarse, programar la familia, etcétera, que los inundan de temores y los incomodan.

Trabajo: Buen tiempo que continúa hasta junio con respecto a tus recursos, ganancias. Nuevos contratos firmarás. Tus ganancias están progresando y podés estar en las puertas de una gran posibilidad de compra.

Salud: Las fiestas, la vida y el estrés de Urano pasando por tu signo te dejan con algunos problemas en tu imagen o salud por excesos.

CÁNCER (22/06 - 21/07)



Amor: Necesidad de estar en familia o en tu casa solo. Pero siempre agarrado, ocupando espacio íntimo, la intimidad de tu existencia, sea con los tuyos o con vos mismo. Querrás cambiar cosas de la casa, preparar la vida en tu nido.

Trabajo: Son tiempos en donde se pelea, se defienden las ganancias. Si trabajás en dependencia, habrá negociaciones en donde podrás hablar con autoridades y exponer tus necesidades y además tus propuestas para el nuevo año laboral.

Salud: Tenés que desconectar de espionajes o chismes que te hieren, es una decisión personal, sanar, soltar. La salud mental y emocional es la puerta a poder ser vos mismo.

ARIES (22/03 - 20/04)



Amor: Dejarás de ir a un lugar, y también habrá amistades o personas del entorno no familiar con las que harás un corte. Posible mudanza. Cerrarás una etapa de tu hogar. El destino en materia de amores te reclama comodidad y ordenar tus sentimientos.

Trabajo: Hay personas que trabajan con vos que presentarán su renuncia o se jubilan. Cambio en tus relaciones laborales. El dinero está armando una buena base, ya sea por trabajos nuevos, paralelos a los que hacés, o por una compraventa importante.

Salud: Las piernas necesitan atención, turnos, tratamientos y pociones mágicas. Masajes que serán alivios, así como también baños de pies que son mimos chinos.

GÉMINIS (21/05 - 21/06)



Amor: Las exageraciones en las demostraciones afectivas estarán en este tiempo como navidades atrasadas. Nada que digas o te digan será leve. Romanes, pasiones, frases. Tensiones con parientes políticos. Tu forma de hablar de sentimientos ira más allá de lo que te imaginás.

Trabajo: Necesitás darte cuenta de que se abren miles de proyectos, oportunidades que están dando vueltas desde hace un tiempo, es tiempo de concreciones. Negocios con mucha energía y voluntad aparecerán para firmar.

Salud: Cuidado, porque la energía de tu cuerpo está alta, así que precaución con caídas o con hacer maniobras peligrosas al caminar, correr, ejercitar.

LEO (22/07 - 22/08)



Amor: Los que cumplen los primeros días estarán en un verano intenso con respecto al corazón, a los vínculos, a la convivencia. Hay explosiones dramáticas que te harán cambiar el tipo de relación. Encuentro con el pasado amoroso, con algún toque dramático.

Trabajo: Mucha energía, aunque estés de vacaciones, hay una forma de encarar lo laboral en el año que recién comienza que te llevará a realizar reuniones, transformaciones, propuestas y contratos. Mucha vehemencia en lo que deseás.

Salud: Inflamación de piernas, tobillos. Cuidá tus rodillas, que sostienen tu peso y a veces necesitan descansos, cuidados y suplementos.

VIRGO (23/08 - 22/09)



Amor: Estás terminando un ciclo que comenzó en el 2012, esto significa que se modifica la forma de amar, puede ser de cerrar un divorcio, para poder iniciar otro compromiso o cambiar la forma en la que manejan el vínculo existente. Tu pareja carga con confusiones densas.

Trabajo: Posibilidades de ascenso, ganas de llenar espacios que estaban como opacos en tu vida. Tenés que pensar qué estabas haciendo en el plano laboral hace 12 años, ya que hay una repetición en algún tipo de acción.

Salud: Estarás con tratamiento en tus órganos sexuales, sea fertilización, vasectomía o comenzar o dejar de menstruar en el caso de las mujeres.

ESCORPIO (23/10 - 22/11)



Amor: Los que cumplen los últimos días del signo están en proceso de definiciones en cuanto a lo que sienten, aman y los hace sentir bien o mal. Están y estarán en este tiempo generando cambios en la forma en la que se quiere llevar adelante una relación. La casa cambia.

Trabajo: Inversiones, compraventa de algún bien inmueble, sea familiar o con alguien que lo estará adquiriendo o vendiendo. Posibilidades de ascenso. Más poder y responsabilidad en este año, estarás en grandes negociaciones.

Salud: Los pulmones necesitan que los tengas en cuenta, a través de visitas al médico. Escuchate. Necesitás estimular tu sexualidad.



ACUARIO (21/01 AL 19/02) **SUSANA GIMÉNEZ**

Buenos Aires, 29 de enero de 1944. Actriz, conductora y empresaria. Inició su carrera como modelo publicitaria y actualmente vive entre CABA y Uruguay.

Amor: Los que cumplen los primeros días del signo se encontrarán en circunstancias de evaluar la relación que tienen, porque habrá tentaciones por afuera. Los que están solos necesitan soltar el pasado porque algo llegará.

Trabajo: La creatividad hará tomar nuevos rumbos en lo que se hace. Nuevas formas de trabajar. Organizarás tu economía este verano, ordenando.

Salud: Embarazo. Cuidá los riñones por posturas, por falta de líquidos, etcétera.

LIBRA (23/09 - 22/10)



Amor: Un viaje que realizaste hace 12 años volverá a presentarse. Tu energía sexual estará en ebullición, generando rayos y centellas entre sábanas. Dejás un romance en estos tiempos, alguien que no es pareja formal, sino más bien encuentros pasionales.

Trabajo: Cambia la óptica de ver la forma de ganarte la vida, habrá una situación o inspiración positiva que te dará las herramientas para trabajar de otra forma, otros tiempos, horarios o lugar.

Salud: Tratamientos de fertilidad. Querrás comenzar una dieta de sanación, después de haber derrapado en las fiestas, que se extenderá en el año, sumando entrenamiento y estética.

SAGITARIO (23/11 - 21/12)



Amor: Se vende una propiedad que se tiene fuera de la ciudad. La relación de convivencia estará pasando por ondulaciones, que suben y bajan, ritmos afectivos. Un viaje al extranjero potencia el malestar con alguien. Los solteros comenzarán una vida en común.

Trabajo: Una sociedad en gestación. Estarás haciendo trámites y habilitaciones que marcan un nuevo año en lo laboral. Terminás una carrera con éxito. Sentís que la estabilidad a la cual estabas acostumbrado se está moviendo y mucho.

Salud: Controlá las tiroides. Los nervios necesitan armonía, paz, descanso, sentir el sonido de la naturaleza para reprogramarte.

CAPRICORNIO (22/12 - 20/01)



Amor: Los romances que te perturban tienen fecha de vencimiento corta. Sentís que hay una tendencia a la discusión que ya no querés. Estarás viajando lejos de la ciudad donde vivís para conocer o comprometerte con alguien si estás soltero.

Trabajo: Necesitás cerrar tratos, convenios, contratos, concursos. Tu palabra se siente seria y sólida. Tu base material se modifica de forma contundente. Cambiarás un vehículo. El trabajo crece y lo seguirá haciendo.

Salud: Tratamiento con extracción de dientes. Cambiarás el *look*, dándote el permiso de algo que te rejuvenece, aunque nunca haya sido tu preferencia, estarás irreconocible y de buen agrado.

SUDOKU

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

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

MEZCLAGRAMA

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

					O			
N								T
			T					

Horizontales:

- Apócope de "mamá".
- Arácnido microscópico.
- Cantar los pájaros.
- En Colombia y Venezuela, especie de pan circular.
- Notación musical: a tempo.
- Otorgó.
- Pastel grande relleno.
- Que tiene la piel del rostro más blanca de lo normal.
- Repollo, planta hortense.

Verticales:

- Abreviatura de "ítem".
- Antes de Cristo.
- Apócope de "papá".
- Dilatado, extendido.
- Furia, enojo exaltado.
- Mesa consagrada donde el sacerdote católico celebra la misa.
- Pierden la vertical.
- Plantígrado con aspecto de oso que habita en China central.
- Prefijo: tres.
- Rehogar, sofreír.
- Símbolo químico del molibdeno.

GRILLA

Anote las respuestas teniendo en cuenta que figuran las sílabas que las forman, a manera de guía. En las columnas señaladas se formará un proverbio alemán.

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

Definiciones

- 1 • Conducto que recibe y vierte el agua de los tejados.

2 • Confeccionar una obra impresa.

3 • Festejar, conmemorar.

4 • Vendedores de arena.

5 • Tenaz, vigoroso.

6 • Trabajo o estudio realizado por un experto.

7 • Maestro, instructor.

8 • Coraza, armazón defensiva.

9 • Sustituirá, reemplazará.

10 • Atacar, embestir.

11 • Dictatorial, despótico.
- 12 • Dejadez, descuido.

13 • Diferente.

14 • Asigna algo a una persona o cosa.

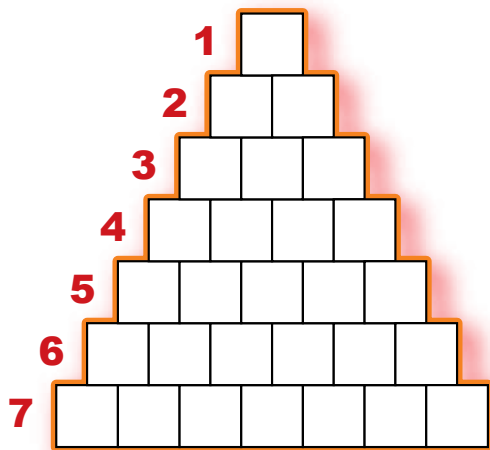
15 • Sucesión de adversidades.

Sílabas:

- A - A - A - A - AD - AR - BAN - BRAR - CA - CA - CA - CAL - CE - CE - CO - CO - DI - DIS - DO - DOR - DU - DU - E - IM - JE - JU - LE - LE - LE - MA - ME - MIR - MO - NA - NE - NI - NO - PE - PRI - RA - RA - RA - RE - RE - RI - RIO - ROS - RRI - TA - TA - TER - TI - TIN - TO - VA - VA.

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 • Primera vocal. 2 • Dios egipcio del Sol.
3 • Período, época. 4 • Actividad que consiste en crear obras estéticas o intelectuales. 5 • Alquiler.
6 • Dulce, adorable (fem.). 7 • Quitar, sacan.

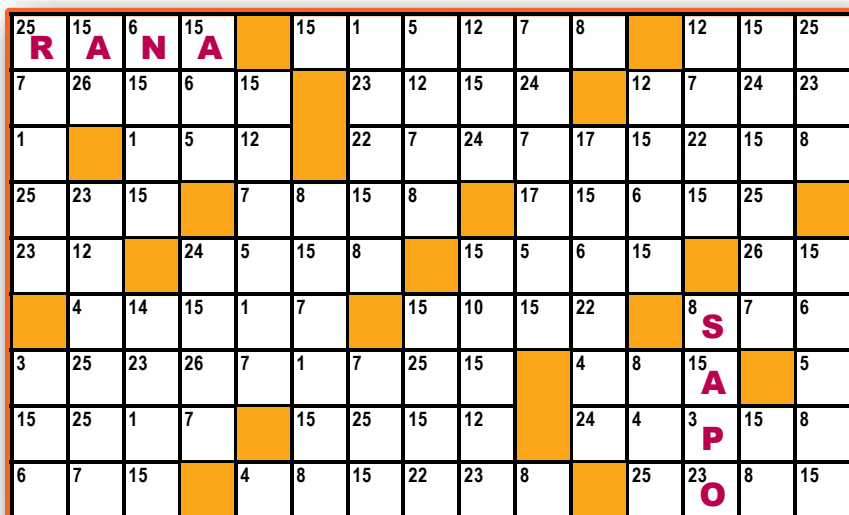
SOPA SIN LISTA

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

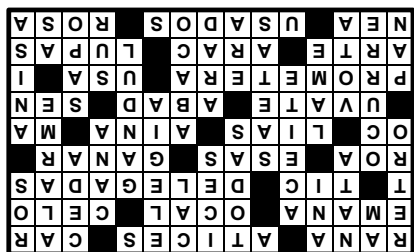
A N A R A J E Ñ A
O N I P L A M N H
B P O S T R E A C
C M A I I T B M N
O U B L N E I U A
J R P A D D B E M
O U A U C A I S A
S L L B L A B C D
C R L A A A R A E
U O D I G L A A J
R A Q B R O C H A
O C N A L B E I N

EN CLAVE

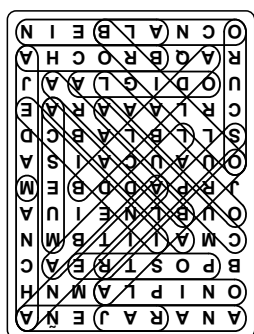
A número igual, corresponde letra igual. Como ayuda, ubicamos dos palabras.



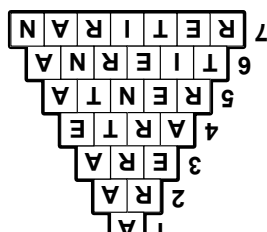
SOLUCIONES



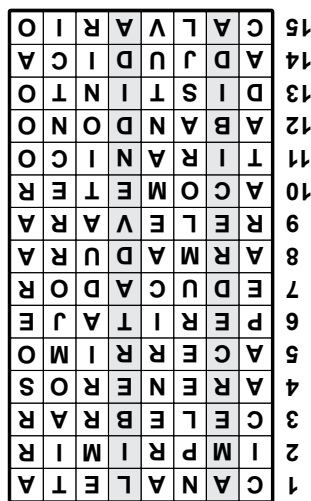
EN CLAVE



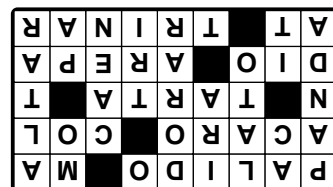
SOPA SIN LISTA



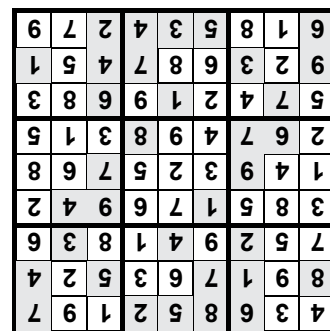
PIRAMIDAL



GRILLA



MEZCLAGRAMA



SUDOKU

MODA POR CRIST



¡EMPEZAMOS OTRO AÑO JUNTOS!

Vivi

**OPERATIVO
VERANO 2025**

*viajando por Argentina
y el mundo*

Disfrutá

**100 NOCHES
FESTIVALERAS**

de nuestro folclore y tradición

CADENA 3 
ARGENTINA

Tu Verano está en la Radio



Aerolíneas Argentinas 

Volá en **CUOTAS**

**6 SIN
0 INTERÉS**

NaranjaX

Para volar todo el año
por Argentina



PARA MÁS INFORMACIÓN CONSULTE EN
WWW.AEROLINEAS.COM.AR/PROMO-NARANJAX
AV. RAFAEL OBLIGADO S/N, TERMINAL 4, 5º PISO,
AEROPARQUE JORGE NEWBERY, CABA. CUIT 30-64140555-4.

