

CONVIVIMOS

Argentina #399

Septiembre 2025/\$7.700 +IVA
en caso de corresponder

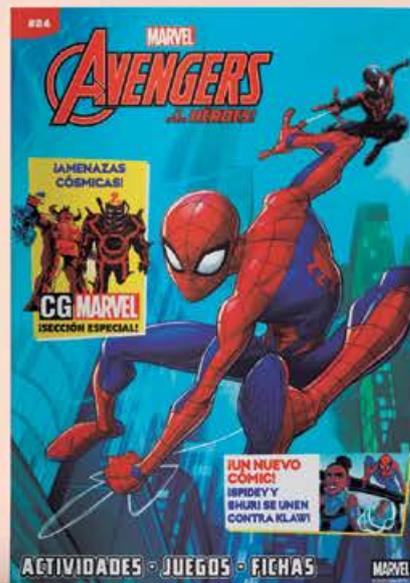


**Joaquín
Furriel**

*"Siento placer en la
incomodidad del trabajo"*

Suscribite

En Sucursales de Naranja X



Accedé a Convivimos en su versión online.



NaranjaX

Si sos suscriptor de estas revistas
tenés acceso ilimitado a Clarin.com
y los beneficios de la tarjeta 365



15%



15%



15%



15%



Hasta
20%



15%



15%



10%



10%



Hasta
30%



15%



15%



+1.000 beneficios

Supermercados

Cines

Combustible

Indumentaria

Gastronomía

Conocé más
beneficios en
365.Clarin.com

365



Si estás suscripto y aún no recibiste tu credencial 365 comunicate al Centro de Atención al Cliente de Clarín 0800 222 2365 / WhatsApp 11 3103 0365 / Contacto365@agea.com.ar



ELEGIR LO QUE
TE GUSTA
TE DIBUJA



CARITA
FELIZ.



ELEGITE **TARAGUI**

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: 122.000 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: 399
FECHA DE EDICIÓN: SEPTIEMBRE 2025
EDITADA POR EDITORIAL ACCIÓN S.A.
REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL N° 5342694

SUMARIO - SEPTIEMBRE 2025



06. EDITORIAL
INVITACIÓN A LOS CLÁSICOS
DAVID RUDA

25. FELIPE PIGNA
EL MEJOR SOCIO DE GARDEL

26. EDUCACIÓN
“PANTALLAS” PARA PREVENIR
ADICCIONES EN LÍNEA

32. CAFÉ CON
SUTOTTO

34. NOTA DE TAPA
JOAQUÍN FURRIEL: “SIENTO PLACER
EN LA INCOMODIDAD DEL TRABAJO”

42. INVITADO
GERARDO ROMANO: “EL LUGAR MÁS
LIBRE Y GOZOSO ES EL ESCENARIO”

46. HISTORIAS VERDADERAS
MARÍA TERESA DOVA. PREGUNTAS
AL UNIVERSO



50. INFORME
ESA LUZ QUE NOS DOMINA

54. DEPORTE ENTREVISTA
VALENTÍN PERRONE
LA VELOCIDAD COMO OBSESIÓN

56. LUGARES
SANTA CATARINA. LA IMPONENTE
BELLEZA DE LA SIERRA
CATARINENSE

62. MODA
NUEVOS CÓDIGOS DE PRIMAVERA

70. COCINA
COCINAR CON FLORES
POR SANTIAGO GIORGINI

78. HORÓSCOPO
POR GABA ROBIN

80. JUEGOS

82. CRIST

DAVID RUDA
DIRECTOR



Invitación a los clásicos

Ítalo Calvino decía que “un clásico es un libro que nunca termina de decir lo que tiene que decir”.

Joaquín Furriel, el excelente actor argentino que nos acompaña en esta edición, cada cuatro años toma una pausa en su agenda audiovisual para dedicarse al teatro clásico, de texto, donde reconoce que todo cobra un sentido mayor. Él está interpretando a Ricardo III en una versión libre del clásico de William Shakespeare en el emblemático Teatro San Martín de Buenos Aires. Una obra con la que a fin de mes también llegará a teatros de Madrid y Bilbao. “Este tipo de obras te invitan a estar todo el tiempo en una zona vivencial, emocional y filosófica de dimensiones que no son cotidianas. Siento que cuando entro en estas experiencias salgo modificado como persona y como actor. Hay algo del orden de lo mágico que no se puede expresar muy bien, que estas obras te invitan todo el tiempo a expandir”, nos dijo durante la interesantísima entrevista que le hicimos luego de una intensa jornada de trabajo.

Para llegar a Ricardo III, el actor buceó en textos de otros clásicos y finalmente desembocó en el personaje del dramaturgo inglés que destaca por su crueldad

y por lo que la crueldad tiene hoy para decirnos. Los invito a volver sobre cualquiera de los clásicos, o quizás a animarse a llegar a ellos por primera vez, y escuchar qué tienen hoy para decirnos. Estoy seguro de que se van a sorprender.

Este mes, mientras esperamos la llegada de la primavera, en las páginas de la revista nos esperan entrevistas a actores consagrados como Gerardo Romano, a artistas emergentes, músicos, bailarines, escritores, científicos, así como temas que nos convocan. Les recomiendo no perderse la nota de Guillermo Bustos sobre los abrazos, la columna de Fernando Medeot sobre las pequeñas historias que despiertan “sentires que están rezagados en la memoria”, el análisis de la realidad plasmado en el informe especial sobre el uso de las pantallas en niños y adolescentes en la Argentina, y la experiencia educativa de una escuela mendocina que encaró esta problemática a través de un proyecto muy interesante para prevenir la ludopatía entre los estudiantes.

Compartir, aprender, convivir, entrenarnos, de eso se trata.

Que la disfruten.

¡Buena vida!



“Tu Balance”: ingresos y gastos claros

La app de Naranja X permite a los usuarios personalizar las categorías de sus ingresos y egresos, y tener así un mayor control de sus finanzas.



Saber cuánto dinero entra y sale en el mes ayuda a llevar las cuentas y visualizar aquellos excesos que pueden transformarse en problemas. Esta tarea que puede ser engorrosa se vuelve simple con la *app* de Naranja X, porque permite conocer los egresos e ingresos de manera categorizada y gráfica. Además, habilita a los usuarios a editar esas categorías para llevar el detalle al mínimo con la funcionalidad “Tu Balance”.

Para llevar las cuentas, en el mercado existen algunas opciones de control de gastos, pero no contemplan los ingresos. Por el contrario, Naranja X sí lo hace, lo que es un plus, porque en la sección ingresos se puede visualizar cuánto se gana en el mes remunerando

con la TNA, cuánto se logró ahorrar con una promoción y cuántas acreditaciones de dinero se recibieron.

Ahora bien, la pregunta seguramente sea cómo se editan las categorías para ajustar la economía a la realidad. Para esto, hay que ingresar a la sección “Cuentas” en la *app* de Naranja X y, en el recuadro de “Tu balance mensual”, se debe presionar en “consultar detalle”. Luego, hay que seleccionar los movimientos para editar la categoría, elegirla y cambiarla. ¡Listo! Tarea realizada.

Ahora resta conocer la manera en que es conveniente hacer el registro de las finanzas.

¿CÓMO HACERLO?

En la *app* de Naranja X se visualiza de manera clara y detallada cómo

se mueven los ingresos y egresos a lo largo del mes, lo que es clave para realizar modificaciones a tiempo. Por ejemplo, hay ítems que no se pueden obviar, como el “alquiler” o el “supermercado”, pero el “delivery” tal vez sea prescindible.

Para evitar deudas innecesarias hay solo un secreto gritado a los cuatro vientos: gastar menos de lo que se gana.

Llevar un control detallado de las finanzas permite también identificar con mayor facilidad las oportunidades de ahorro y hacer los ajustes necesarios para destinar ese dinero al fondo de emergencia e inversiones. En definitiva, con la *app* de Naranja X, registrar los movimientos, editar las categorías y darle forma a una economía hace más fácil trazar el rumbo. 

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 desde la *app*: MÁS >> CONTACTANOS >> CHATEAR.

Viajes **NaranjaX**

VIAJÁ POR ARGENTINA

12 CUOTAS
CERO
INTERÉS

En vuelos
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



“Fakeapps”: pantallas que engañan

Las estafas digitales ya no apuntan solo a compradores, ahora también afectan a quienes venden.



Foto: iStock.

Está circulando una nueva modalidad de estafa en la región que pone en alerta a los comerciantes. Se trata de las *fakeapps*, aplicaciones falsas que imitan a las billeteras virtuales y a las *apps* bancarias más populares.

Imaginemos que un cliente muestra la pantalla de su celular al vendedor con la confirmación de la transferencia realizada. Se ve la tilde verde e incluso se escucha el “bip” característico. El comerciante, confiado, entrega la mercadería. Pero luego descubre que el dinero nunca llegó. ¿Qué ocurrió? El cliente simuló la compra.

Lo que la persona está mostrando es una pantalla montada que parece real: aparece el nombre del comercio, el monto exacto y, en algunos casos, el clásico sonido de confirmación.

Esta técnica apunta al apuro o al exceso de confianza, y se da sobre todo en

comercios con alta rotación, como kioscos, ferias o restaurantes, donde no se suele verificar si el dinero ingresó.

La regla fundamental para protegerse es revisar siempre la transferencia en la *app* o en el sistema bancario oficial. En el caso de la Cuenta Negocio de Naranja X, se puede visualizar el tablero de todas las ventas realizadas y chequear si llegó el dinero.

También ayuda capacitar al personal para que esté atento y, por último, activar las notificaciones para cada movimiento en la cuenta o billetera virtual. La *app* de Naranja X tiene la ventaja de que se pueden activar notificaciones en tiempo real para conocer los ingresos y egresos de dinero.

OTROS CASOS PREOCUPANTES

Detrás de las *fakeapps* hay otro engaño que crece: el negocio de vender cuentas. Es decir, personas que prestan o venden su CBU, CVU o cuenta cripto

para que otra persona la use. El fin es mover dinero que muchas veces proviene de estafas digitales.

Aunque suene tentador por la promesa de una “comisión fácil”, eso también es un delito. Y, muchas veces, las cuentas usadas en estafas con *fakeapps* son compradas o alquiladas por estos medios.

Para tener certeza de estar frente a la *app* real de Naranja X se recomienda: observar que el nombre oficial sea “Naranja X”; el desarrollador, “Tarjeta Naranja SA”; y el logo una “NX”, con la N en color naranja y la X mitad violeta. Además, el fondo debe ser blanco y con un diseño limpio y sin efectos raros. Siempre se debe descargar desde Google Play Store o App Store. Ante cualquier duda, comunicarse con los canales oficiales para recibir asesoría.

Por último, no se trata de desconfiar de los clientes, sino de proteger el negocio y, más que nada, evitar el mal trago. **C**

Suscripción

A partir de octubre de 2025, el precio de la revista será de \$8200 por mes más IVA en el caso de corresponder. ¡Contamos con que nos sigas eligiendo! Si querés pedir la baja, podés hacerlo en cualquier sucursal de Naranja X o telefónicamente al 0810-333-6272.

NaranjaX

Con Revista Convivimos,
aprovechá los beneficios de 365



Hasta
20%

JetSMART

Hasta
20%

M
MOSTAZA

Hasta
30%



+1.000 beneficios

Supermercados

Cines

Combustible

Indumentaria

Gastronomía

Conocé más
beneficios en
365.Clarin.com

365

SI AÚN NO RECIBISTE TU CREDENCIAL 365 COMUNICATE AL CENTRO DE ATENCIÓN AL CLIENTE DE CLARÍN
0800 222 2365 / WHATSAPP 11 3103 0365 / CONTACTO365@AGEA.COM.AR

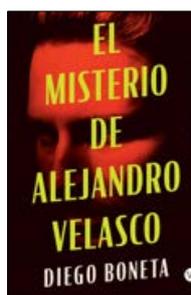
BENEFICIO VÁLIDO PARA TODOS LOS SOCIOS 365 QUE PRESENTEN SU TARJETA Y UN DOCUMENTO QUE ACREDITE IDENTIDAD EN CADA UNA DE LAS MARCAS/COMERCIOS MENCIONADOS, O BIEN, PARA AQUELLOS QUE REALICEN SUS COMPRAS EN LAS TIENDAS ONLINE, DESCARGANDO PREVIAMENTE UN CÓDIGO COUPON, O VALIDANDO SU CREDENCIAL DIRECTAMENTE EN EL ECOMMERCE DE LA MARCA ELEGIDA. BENEFICIOS GENERALES: VER TÉRMINOS Y CONDICIONES EN CADA FICHA DE BENEFICIO RESPECTIVAMENTE, VISITANDO LA WEB EN WWW.365.CLARIN.COM. SUJETO A DISPONIBILIDAD Y A LO DISPUESTO POR LA LEGISLACIÓN VIGENTE. NO SE SUPERPONE CON OTROS BENEFICIOS O PROMOCIONES EN LOS QUE INTERVENGA OTRA MARCA O PROGRAMA, PUDIENDO ESTAR SUJETO A FUTURAS MODIFICACIONES. DEBERÁS INFORMAR EL USO DEL BENEFICIO ANTES DE SOLICITAR LA FACTURA O SERVICIO. CLARÍN NO TIENE NINGUNA RESPONSABILIDAD EN RELACIÓN A LOS PRODUCTOS QUE SE ADQUIERAN, SIENDO EL COMERCIO EL ÚNICO RESPONSABLE POR TALES CUESTIONES. PARA MÁS INFORMACIÓN CONSULTAR EN



LA PROMESA
MAGDA TAGTACHIAN

En pleno duelo por su hijo, Alma Parsehyan se debate entre la incertidumbre sobre su esposo atrapado en el bloqueo de Artsaj y el deseo de comenzar de nuevo.

448 págs.
Planeta



EL MISTERIO DE ALEJANDRO VELASCO
DIEGO BONETA

Tras la inesperada muerte de Alejandro, Julián Villarreal descubrirá los peligrosos secretos de la familia de su amigo. Un *thriller* ambientado en México.

376 págs.
VR Editoras

YO LEO DANIEL BALMACEDA



“Más allá del formato, se trata de un caso real, y salvo detalles mínimos, la historia que cuento es exactamente la que ocurrió”, asegura Daniel Balmaceda sobre *El crimen de Año Nuevo*, su nueva novela histórica. “Estoy convencido de que se puede contar con belleza y emoción sin sacrificar precisión. Es más, creo que eso es lo que más atrapa: saber que lo que se está leyendo, aunque suene a ficción, fue real”, dice el historiador.

El escritor de varios libros sobre aspectos o personajes del pasado nacional –y también de dos novelas de ficción– no enfrenta tensión narrativa con rigor histórico. “No puedo permitirme errores cuando trabajo con una historia real, porque sé que hay lectores atentos, que confían en mi compromiso con la veracidad. Pero sé que si el relato no atrapa, el lector se va. Entonces, intento que cada dato riguroso esté bien contado. Que se lea”, comenta. Por eso, narra con muchos detalles, pero cada uno que aparece tiene respaldo documental. “Cuando describo una escena, no lo hago solo para ambientar, sino para acercar al lector al mundo que estoy contando. Y para lograrlo, investigo. Reviso planos antiguos, crónicas periodísticas, cartas. Incluso los catálogos de comercio de la época me han servido para conocer precios o productos en venta”, revela.

¿Un libro que recomiendes?

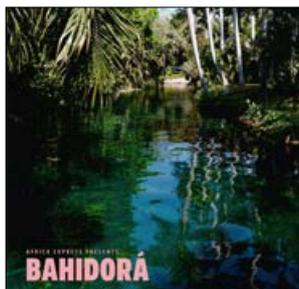
Conmigo nunca se sabe, de Francisco Javier Vaquer.



EL CRIMEN DE AÑO NUEVO

En 1880, en un conventillo en Buenos Aires, un crimen quiebra la frágil convivencia de los inquilinos y estremece a las colectividades de inmigrantes.

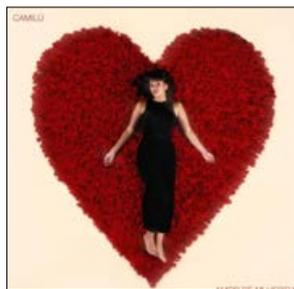
304 págs.
Sudamericana



AFRICA EXPRESS PRESENTS...
BAHIDORÁ
 AFRICA EXPRESS

Artistas de cuatro continentes, pero vinculados con México, en un viaje sonoro por distintos géneros.

BMG Latin America



AMOR DE MI HERIDA
 CAMILÚ

En su tercer disco, variedad de estilos que demuestran la versatilidad de su voz y propuesta. Colaboraciones como Pedro Capó.

Sony Music

YO ESCUCHO JOAQUÍN LOMBARDO



Foto: Laura Tenenbaum

Joaquín Lombardo no tiene recuerdos de sí mismo sin tocar la guitarra, porque desde que tiene memoria es su compañera. Desde chico también supo que se dedicaría a la música, y a los 23 años acaba de publicar el *Capítulo 1* de su trayectoria. “El álbum tiene que ver con el momento en el que estoy y con mis intereses actuales. No hay un mensaje específico, pero sí quería que hubiera un concepto de obra. Por eso, el ‘Prólogo’ y el ‘Epílogo’, los temas que abren y cierran, enmarcan las canciones que están dentro”, comenta sobre el disco debut.

Dedicado al jazz, incluso desde su formación académica, cuenta que para este trabajo no se encerró a la hora, sino que se movió por otros géneros. “El jazz que hago tiene más que ver con mirar hacia adelante, explorar nuevos conceptos y territorios”, dice el guitarrista nacido en Buenos Aires. En el mismo sentido, agrega: “Nunca me gustó ponerme un techo con lo que hago. Mi música está más relacionada con fusionar estilos y tener la cabeza abierta, limitarse no es estar abierto”.

Confiesa que aprendió a bajar las expectativas sobre las cosas, sin embargo para este disco desea “poder tocarlo lo más que se pueda y que le llegue a la gente que tiene ganas de absorber cosas nuevas”.

¿Un disco que recomiendes?

Birth of the Cool, de Miles Davis.



CAPÍTULO 1

Diez composiciones originales que se destacan por su construcción melódica y carácter rítmico. Grabado en formación quinteto.

Club del Disco



**AIGUL AKHMETSHINA
JONATHAN PAPP**

La *mezzosoprano* rusa se presenta junto al pianista británico en el segundo concierto del Ciclo Aura.

14 de septiembre, en Teatro Colón, CABA.



ÁRBOL

De gira por sus treinta años de carrera.

12 de septiembre, en Haedo; 13, en Temperley; 14, en La Plata; y 19, en San Miguel.

DESDE LA PISTA **MONTOYA CARLOTTO**



“Nosotros escribimos música para cambiar el mundo, mejorarlo, no para hacer negocios ni para triunfar. Por eso, le ponemos muchísimo amor y trabajo, porque creemos que la música es una manera de cambiarlo mucho más concreta que otras”, dice Ignacio Montoya Carlotto a días de la presentación oficial de *Los días por venir*. Se trata de un disco en conjunto con Lorena Astudillo, y su única expectativa es que se escuche mucho. “Deseo que alguien pueda sentir lo mismo que nosotros cuando lo hicimos, que le produzca las mismas sensaciones de alivio y emoción. Me encantaría que a alguien lo transformen estas canciones como a nosotros”, comenta el pianista.

En el mismo sentido, confiesa que cree en el poder transformador del arte, “no como una consigna vacía, sino como una realidad palpable”, de la cual se considera testigo y ejemplo. “A mí me ha salvado la vida en innumerables oportunidades. He pasado por situaciones muy complejas, algunas de público conocimiento, y el hecho de poder aferrarme a mi profesión y a lo que hago me permitió tener un norte, saberme bien parado en el lugar en el que estoy. Eso es muy importante”, sostiene quien, en 2014, fue reconocido como el nieto 114, nieto de Estela de Carlotto.

¿Un show que recomiendes en vivo?

Latinaje, una *big band* de jazz latino dirigida por Guido Martínez.



MONTOYA CARLOTTO-ASTUDILLO

Presentan *Los días por venir*, un álbum con textos de Astudillo y música de Montoya Carlotto.

7 de septiembre, en Bebop Club, Uriarte 1658, CABA.



COLECCIÓN IKA

La muestra revive el espíritu artístico de los 60 en Córdoba, que articulaba arte, industria y modernización. Obras de más de treinta artistas. Entrada libre y gratuita.

De martes a domingos y feriados, de 10 a 19, Museo Caraffa, Av. Poeta Leopoldo Lugones 411, Córdoba.

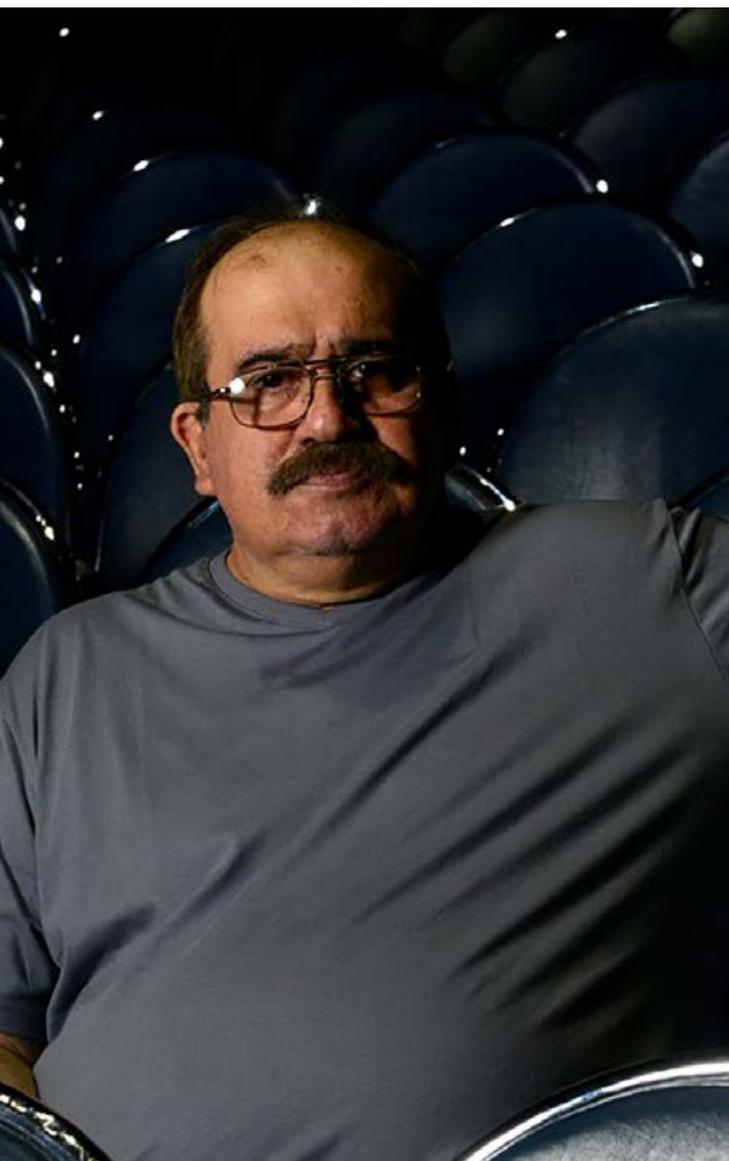


TIRRIA

Todos los veranos, una familia patricia argentina venida a menos finge partir a Europa. Excepto Hilario, su fiel criado, nadie sabe su secreto. Una comedia negra con Diego Capusotto.

De jueves a sábados, en Teatro Metropolitan, Av. Corrientes 1343, CABA.

EN ESCENA JORGE MAZZINI



De las páginas de una novela, *Carmen* primero se convirtió en ópera, luego en *ballet*, y ahora Jorge Mazzini creo una versión para música, canto y baile flamenco. Así, según el referente del género español en el país, la obra convoca a público teatral, de la danza y del flamenco. “La convivencia es perfecta. Todos van a buscar *Carmen* y la encuentran”, comenta el director general de esta nueva puesta.

Dice que su *Carmen* es distinta a la original: “La pintan como una trepadora, capaz de usar todos sus artilugios para ser liberada. Nunca la vi así, la vi siempre como una mujer que defendía lo que sentía, que era auténtica al entregarse, pero tampoco se quedaba donde no quería”. Por eso asegura que hace una especie de justicia con la mujer. “Es humana esta *Carmen*, no es una mujer sin principios, al revés”, afirma.

Para llevar a escena esta adaptación, confiesa que afrontó dos grandes desafíos: “Por un lado, que en la transcripción de la historia al baile, el espectador encuentre la obra, que entienda qué está pasando, conozca o no la trama. Y el otro, conseguir que los bailarines tengan la posibilidad de la expresión teatral, de componer un personaje y de vivir estados tan diferentes”.

¿Una obra que recomiendes?

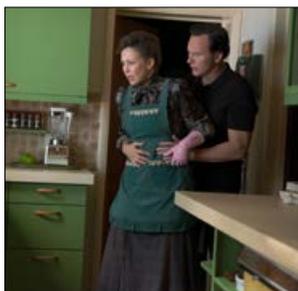
Como no se puede ir tanto al teatro, que el espectador se deje llevar por lo que le atrae como temática, no por el marketing. Que elija una obra que lo haga pensar y crecer.



CARMEN

Versión flamenco que resignifica a la valiente gitana y rinde homenaje a sus raíces sevillanas. Un espectáculo con cuarenta artistas en escena, entre bailarines y músicos en vivo. También funciones en octubre y noviembre.

5 de septiembre, a las 20:30, en Teatro Avenida, Av. de Mayo 1222, CABA.



**EL CONJUERO:
ÚLTIMOS RITOS
(CINES)**

Los investigadores de lo paranormal Ed y Lorraine Warren se enfrentan a su caso más aterrador hasta la fecha cuando un misterioso fenómeno relacionado con criaturas sobrenaturales pone en peligro a una familia. Mientras que los horrores se intensifican, los Warren deben enfrentarse a fuerzas oscuras y resolver el enigma antes de que sea demasiado tarde.



**EL GRAN VIAJE
DE TU VIDA
(CINES)**

¿Qué pasaría si pudieras abrir una puerta y atravesarla para revivir un momento decisivo de tu pasado? Sarah y David son dos solteros que se conocen en la boda de un amigo en común y pronto se encuentran en una aventura fantástica en la que reviven momentos importantes de sus pasados, descubren cómo han llegado hasta el presente... Y posiblemente tienen la oportunidad de cambiar su futuro.

YOVI HERNÁN PEPE



“Podría ser una película sobre el cóndor andino, y en parte lo es. Podría ser sobre el abuelo sabio del pueblo quechua, Tayta Ullpu, y en parte lo es”, dice Hernán Pepe en el relato en *off* de su documental *Entre la tierra y el cielo*. Si bien su película habla del ave sagrada de los Andes, a la que siguió siendo fotógrafo de un plan de conservación, y del Tayta, a quien conoció realizando esa tarea, también refleja el viaje de transformación personal que vivió el director durante esos más de veinte años de trabajo. Aunque en los bocetos iniciales del proyecto no estaba previsto que él fuera el protagonista, reconoce: “La película terminó siendo sobre cómo lo viví, porque la forma de poder conectar con todo ello, de acuerdo con las cosmovisiones originarias, tiene que ver con la experiencia propia”. Por eso, aclara que no es un film donde “se expliquen las cosas, más bien todo lo contrario”, lo que intenta decir es “Este es mi camino, cada uno tiene que seguir el suyo”.

Hoy está alejado de la cámara y confiesa que no imaginaba el esfuerzo de realizar un largometraje. “Si hubiera sabido lo agotador que era, no sé si me metía, más allá de que agradezco haberlo hecho, porque fue realmente parte fundamental para poder entender muchas cosas”, comenta.

¿Una película que recomiendes?

El documental *Mi maestro el pulpo*, de James Reed y Pippa Ehrlich.



ENTRE LA TIERRA Y EL CIELO

Junto al Tayta, recorre caminos por Sudamérica y Australia. Entre montañas, ríos, mares, cóndores y ballenas, comparten charlas, medicinas y ceremonias. Al cumplir 49 años, un giro en la relación lo lleva a replantearse su vida para buscar el regreso a casa y reencontrarse consigo mismo.

De Hernán Pepe y Pablo Ratto.

Fechas en: www.entrelatierrayelcielofilm.com

Siempre Natalia

Llega a los cines *La mujer de la fila*, la última película protagonizada por Natalia Oreiro; la excusa ideal para meternos en la asombrosa carrera que hizo en nuestro país.

Por Leo González

Decir que Natalia Oreiro es solo una actriz es limitarnos en la descripción de todo lo que logró esta uruguaya nacida en Montevideo en 1977 y que con tan solo 16 años cruzó el charco para perseguir sus sueños en la Argentina. Es conductora, modelo —en 1992 participó en el concurso de belleza Miss Hawaiian Tropic Internacional y representó a su país en los Estados Unidos—, diseñadora de ropa y empresaria, roles que desempeñó en Las Oreiro, la marca de indumentaria que fundó junto a su hermana Adriana. Y, por supuesto, tuvo una gran carrera como cantante: vendió más de 7 millones de discos, despertando fanatismos desenfrenados en países como Israel y Rusia.

En televisión hizo decenas de publicidades y fue paquita de Xuxa. Hizo pequeñas participaciones en telenovelas hasta que consiguió su primer rol significativo en *90-60-90 Modelos*. Aunque su primer protagonismo llegaría en 1997 con *Ricos y famosos*, su explosión y fama internacional se la daría su papel de “la Cholito” en *Muñeca brava*. El resto es historia. Podríamos agregar que para plataformas de streaming participó de la serie *Losí, el espía arrepentido* (2022-2023) y la miniserie *Santa Evita* (2022).

En 1998 comenzó su carrera en cine con la comedia *Un argentino en Nueva York*, junto a Guillermo Francella. Entre los títulos más destacados que tiene están *Cleopatra* (2003), de Eduardo Mignona, en donde era una estrella de telenovelas que se unía a una maestra jubilada para embarque en un viaje de fin de semana de locura. En 2008 fue parte de *Las vidas posibles*: Carla comienza a buscar a su marido, que desapareció misteriosamente. Desconcertada, encuentra a alguien idéntico a él que está casado con otra mujer y niega ser su esposo.



Natalia Oreiro protagoniza *La mujer de la fila*.

Su labor como una mujer embarazada que se ayuda mutuamente con un compositor para resolver sus problemas en *Música en espera* (2009) le valió varias nominaciones. Lo mismo le ocurrió con *Miss Tacuarembó* (2010), en donde una chica que quiere convertirse en estrella decide mudarse a la gran ciudad y, años después, su vida está bastante alejada de lo que soñó. *Infancia clandestina* (2012), tal vez su mejor film, es la historia de Juan, un niño de 12 años que regresa con su familia a la Argentina, donde todavía gobierna la junta militar que los obligó a huir por ser montoneros. En 2013 protagoniza *Wakolda*, que cuenta la historia de una familia argentina que convivió con Josef Mengele sin conocer su verdadera identidad. Este recuento no puede finalizar sin mencionar a *Gilda, no me arripien-*

to de este amor (2016), en donde se metió en la piel de la cantante tropical. Natalia Oreiro protagoniza ahora *La mujer de la fila*. Allí personifica a Andrea, madre de un hijo que es encarcelado. Cuando quiere visitarlo en la prisión por primera vez, conocerá a otras “mujeres de la fila”. Primero serán hostiles con ella, pero con el tiempo serán las que le brindarán la fuerza necesaria para enfrentar su batalla. Esta película está basada en la vida de Andrea Casamento, quien fundó una red latinoamericana de familiares de detenidos y se transformó en una de las diez representantes a nivel internacional ante el Comité de Prevención de la Tortura de la ONU. Natalia Oreiro tiene un talento descomunal que ha demostrado con creces. Ojalá podamos seguir disfrutando de sus trabajos y pedir más de esta “muñeca brava”.

La Página en Blanco



Usala para escribir, dibujar, expresarte. Enviála a lectores@convivimos.com.ar ¡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 30/06/2025 y el 31/12/2025 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.U. 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.

Esperando la primavera

A Francisco le gusta leer la revista y dibujar; a Josue, le encanta tocar la batería y leer cómics, y a Lohan, dibujar en el patio de su casa. ¡Que la primavera nos encuentre haciendo lo que más nos gusta!



SONIC EL ERIZO

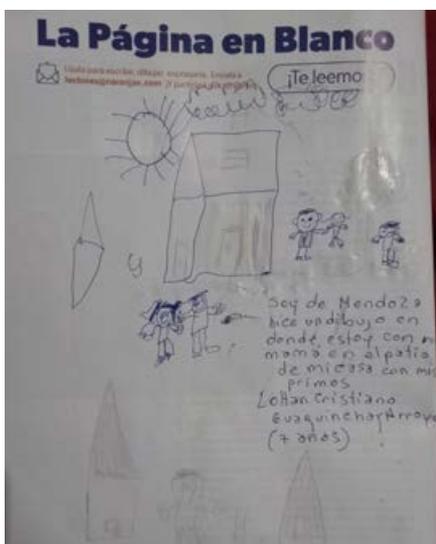
“¡Hola! Me gusta leer su revista y mi personaje favorito es Sonic. ¡Espero que les guste mi dibujo!”.

Francisco Frías Yurovich
(8 años, Salta)

TAZA EN PRISIÓN

“Las cosas que más me gusta hacer son tocar la batería, leer cómics, jugar con mis amigos y dibujar”.

Josue Bautista Cataldo Puebla
(9 años, Carrodilla, Mendoza)



JUNTOS EN FAMILIA

“Hice un dibujo en donde estoy con mi mamá en el patio de mi casa, con mis primos”.

Lohan Cristiano Guaquinchay Arroyo
(7 años, Villa Nueva, Mendoza)

NOSTÁLGICO

Terminé de leer un libro maravilloso. Se llama *Los llanos*, de Federico Falco. Está tan bien escrito que todavía perdura el aroma de la naturaleza en mi nariz y el sonido de la lluvia en mis oídos. Ni hablar de la imborrable historia de vida que conmueve y motiva a reencontrarse con las emociones. Nostalgia pura.

A veces pasan esas cosas. Un estímulo no previsto, alguna casualidad, una imagen que vemos al azar son capaces de despertar sentires que están rezagados en la memoria. Son disparadores de sensaciones que se integran a nuestra mente y generan un agradable cosquilleo corporal.

En la película *La desaparición de Eleanor Rigby*; su protagonista –Jessica Chastain– rememora con su padre el momento en que subían al auto, junto a su hermana, y partían rumbo al parque. Un hecho menor dentro de la vida de una persona adulta, pero ella rescata esa experiencia tan simple, porque el instante la llenaba de felicidad. Y luego reflexionaba sobre la fragilidad de los recuerdos. ¿Por qué, si eso la hacía tan feliz, solo volvía a su mente una o dos veces en la vida? “Quiero recuperar todos esos momentos”, reclamaba casi con desesperación, sabiendo que la naturaleza humana no le daría tanto.

Yo también quiero lo mismo. Recuperar ese tiempo mental tan hermoso. Las emociones y la felicidad de los momentos simples, esos hechos pequeños que por su diminuta dimensión corren el riesgo de ser olvidados para siempre. Una caricia recibida treinta años atrás, una sonrisa que llega desde la niñez, una lágrima que no termina de caer.

Quiero revivir el momento cuando mi prima Gloria usaba la palabra “chorificar”, que siempre me sonó muy

graciosa. “Vamos a chorificarle el dulce de durazno a la nona María”, proponía. Y allá iba la banda de primos al ataque: dos vigías en la puerta, otros dos encargados de distraer a la parentela, mientras los más audaces daban cuenta del frasco tan preciado. También el recuerdo de mi tío Pepe Esperanza cuando nos aconsejaba, entre risas, usar el bidé con agua fría para combatir hemorroides. Él lo contaba con palabras más divertidas, entre ellas “caca” y “almorrana”. Ríanse si quieren, pero yo seguí su consejo y nunca sufrí esa molestia tan desagradable. Y también quiero revivir el día en que el Gordo Carballo se rebeló de su familia y huyó a pie, sin destino fijo, portando un pote con dulce de leche; la fuga solo duró trescientos metros, ya que sus padres lo encontraron a la vera de la ruta 8, antes de la primera loma, y lo trajeron de vuelta con un combinado de coscorriones y patadones.

Pequeñas historias, pequeños mundos que solo superan el límite de lo personal. Puedo percibir que en mi pueblo todavía existen sentimientos o personas que siguen disfrazadas de ellos mismos. Está en su esencia. Las maestras tienen cara de maestras; los amigos, cara de amigos; y los abrazos, el sabor de los abrazos.

Nadie que ame la vida puede guardarse aquello que lo hizo feliz. Sin estímulos no se camina, no se distinguen los colores del paisaje, no se puede amar ni crecer. No se puede apoyar la cabeza en la almohada y dejar dormidos esos momentos tan maravillosos. Yo creo que esta noche me voy a desvelar. Les voy a permitir que salgan a caminar por el hermoso sendero de la nostalgia. De la nostalgia pura. 

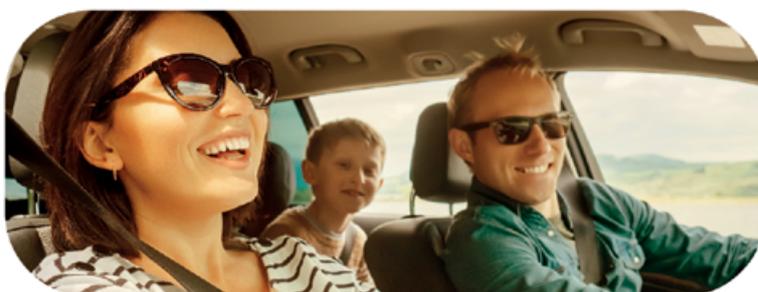
**"NADIE QUE AME
LA VIDA PUEDE
GUARDARSE
AQUELLO QUE
LO HIZO FELIZ"**

FERNANDO MEDEOT

Facebook: Fernando Medeot



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 IGJ 12.571. Agente Institorio: 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 Organismo 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>.

EL JUEGO DE LOS SENTIDOS

“LA SINESTESIA NO ES UNA CURIOSIDAD LINGÜÍSTICA, SINO UNA VENTANA A CÓMO PENSAMOS Y SENTIMOS”.

La primavera nos envuelve en una sinfonía sensorial: el dulce aroma de los jazmines, la cálida brisa en la piel, el vibrante trino de los pájaros. Pero hay algo más. Nuestro lenguaje también florece, lo que permite que algunas palabras evoquen sensaciones vívidas. La palabra “melancolía” puede sentirse como un atardecer gris y frío, “terciopelelo” nos acaricia con una suavidad infinita, y “chispa” casi produce un pequeño sonido al leerla. ¿Cómo es posible este juego sensorial? La clave está en la sinestesia, una figura retórica y, más profundamente, un fenómeno cognitivo.

La Real Academia Española define la sinestesia como la “unión de dos imágenes o sensaciones procedentes de diferentes dominios sensoriales, como en ‘soledad sonora’ o ‘verde chillón’”. En la literatura, esta técnica es bien conocida y ha sido usada por grandes maestros. El poeta simbolista Arthur Rimbaud, por ejemplo, asignaba colores a las vocales en su poema *Vocales* (“A negra, E blanca, I roja, U verde, O azul”), y Rubén Darío hablaba de “dulces azules”.

Sin embargo, la sinestesia no es solo un adorno poético. Para la lingüística cognitiva, con figuras como George Lakoff y Mark Johnson, las metáforas sinestésicas son una parte fundamental de nuestro sistema de pensamiento. En su obra seminal *Metáforas de la vida cotidiana*, Lakoff y Johnson argumentan que construimos nuestra comprensión del mundo abstracto a partir de nuestras experiencias corporales y sensoriales. Decir “agria melancolía” o “susurro suave” no es solo

un recurso literario; es un proceso cognitivo en el que nuestro cerebro mapea sensaciones físicas o estados emocionales. La metáfora se convierte en un puente que une lo que sentimos físicamente con lo que pensamos o sentimos internamente.

La conexión de la sinestesia con la primavera es particularmente poderosa. La estación misma es una explosión multisensorial. El aire huele a tierra húmeda, la luz se percibe como dorada y tibia, y la brisa se siente como un susurro fresco. La literatura modernista y simbolista usó abundantemente la sinestesia para describir la primavera no solo como un fenómeno natural, sino como una vivencia plena de sensaciones.

El lingüista cognitivo Antonio Barcelona, en sus estudios sobre la semántica conceptual, ha explorado cómo las percepciones sensoriales enriquecen la evocación emocional de los textos. Su trabajo sugiere que una frase como “chispa primaveral” activa en nuestra mente imágenes de calor, luz y energía de una manera tan vívida precisamente porque nuestro cerebro está diseñado para integrar estos dominios sensoriales con conceptos abstractos.

La sinestesia no es una curiosidad lingüística, sino una ventana a cómo pensamos y sentimos, permitiendo que cada palabra sea una brisa, un color o una textura. Para que este septiembre las palabras huelan a brote fresco y se sientan como luz tibia, animémonos a usar la sinestesia y permitamos que nuestro lenguaje, al igual que los jardines, florezca con una nueva piel. ☑

AGUSTINA BOLDRINI

LinkedIn: Agustina Boldrini



NaranjaX

Pedí las mejores revistas infantiles



Y recibí la tarjeta **Clarín 365** con más de **1.000 beneficios**



Más acceso ilimitado a **Clarín.com**

Escaneá el QR y suscribite



LO BUE, SI BRE, DOS VECES BUE

“Lo bueno, si breve, dos veces bueno”.

El refrán, atribuido a Baltasar Gracián, escritor español del siglo XVII, ya advertía que una comunicación concisa podía facilitar el entendimiento entre las personas.

Hoy, cinco siglos después y con dos décadas acumuladas de uso masivo de dispositivos electrónicos, la comunicación digital es un muestrario de brevedad con su cúmulo de emojis, audios x1.5 y x2, y abreviaturas insólitas.

Otro ingrediente es la alta velocidad. La mezcla entre brevedad y velocidad genera apuro, escuela de la impaciencia y la impulsividad, y una explicación de tantos equívocos y malentendidos comunicacionales. También, de enfermedades.

BREVEDADES ESCRITAS

Durante un período cercano, la literatura mundial se entusiasmó con los microrrelatos.

Quizás el más conocido es *El dinosaurio*, del guatemalteco Augusto Monterroso. Limitado a nueve palabras, título incluido, dice: “Cuando despertó, el dinosaurio todavía estaba allí”.

Ernest Hemingway apostó (y ganó) con un grupo de amigos que los haría llorar con un cuento de seis palabras: “Se venden zapatos de bebé, sin uso”.

Los microrrelatos remiten a los antiguos haikus japoneses, poemas de tres versos que parecen estar captando la atención de adolescentes y jóvenes actuales.

Su brevedad no solo coincide con la menor capacidad de concentración, sino que les devuelve, en simples líneas, la contemplación de la belleza de fenómenos naturales y detalles de la vida cotidiana.

También los grafitis –mensajes en la vía pública de gran diversidad (desde declaraciones de amor hasta consignas de movimientos revo-

nómeno mundial: la reducción de la capacidad de atención de las personas, en especial, de los adolescentes.

Esta disminución atencional parece vincularse de modo directo con el uso excesivo de tecnología digital, considerando la intensidad con la que muchos chicos y chicas gestionan sus múltiples tareas, y con la pantalla llena de distractores.

Si unimos los conceptos anteriores, es posible asumir que el teléfono se ha convertido en un colosal soporte de microrrelatos, haikus y grafitis, todos funcionales a la necesidad de imprimir brevedad y velocidad a las comunicaciones.

Aunque sería injusto culpar a los teléfonos de algunos trastornos conductuales.

La impaciencia, la impulsividad y la atención acotada se originan en una poderosa dependencia: la imposibilidad de imaginar vivir sin esos pequeños y poderosos artefactos.

Los adultos aseguran que allí está concentrada “su vida”, pero ¿es posible pensar en que los niños no caigan en la misma trampa?

Ante los abrumadores daños físicos y conductuales causados por el uso excesivo (en contenidos y en tiempo) de dispositivos electrónicos, ¿es posible imaginar el crecimiento infantil –al menos los primeros fundantes 6 años– sin teléfonos?

A esas edades, velocidad y brevedad son entelequias sin valor alguno.

Por el contrario, cuanto más lenta y explicada transcurra su vida, más cerca podrían estar de algo parecido a la felicidad. □

“CUANTO MÁS LENTA Y EXPLICADA TRANSCURRA SU VIDA, MÁS CERCA PODRÍAN ESTAR DE ALGO PARECIDO A LA FELICIDAD”.

lucionarios)– atrapan la atención y estimulan la imaginación de muchos chicos.

Microrrelatos, haikus y grafitis generan emociones instantáneas con la brevedad y la velocidad que se demanda hoy a partir de un fe-

ENRIQUE ORSCHANSKI

orschanski@gmail.com



FELIPE PIGNA
elhistoriador.com.ar



EL MEJOR SOCIO DE GARDEL

Alfredo Le Pera, quien durante cuatro años formaría una sociedad con Gardel para producir las mejores canciones de su carrera, había nacido en San Pablo, Brasil, el 7 de junio de 1900. Sin embargo, se crio en Buenos Aires, más precisamente en el barrio de San Cristóbal. Desde adolescente se inclinó hacia la escritura y la dramaturgia, y sus conocimientos rudimentarios de piano le permitieron dedicarse a componer canciones sin dificultad.

Su familia quería que estudiase Medicina, cosa que hizo durante algunos años hasta que decidió dedicarse al periodismo, escribiendo en la sección de espectáculos, información general y crítica teatral de *El Plata*, *El Mundo*, *Última Hora*, *La Acción* y *El Telégrafo*, y también se destacó como autor teatral. Estaba noviado con su compañera en la Facultad de Medicina vecina Vicenta Rodolico, pero su amada enfermó gravemente y él decidió, a fines de 1927, llevarla a Suiza para que la vieran los mejores especialistas de entonces. Allí la operaron, pero a los seis meses murió. Su muerte calaría hondo en el corazón de Le Pera, que la recordaría en algunas de sus canciones y en el argumento de *El día que me quieras*.

En 1929 había viajado a París, y al volver a Buenos Aires comenzó a trabajar en la traducción y confección de títulos para películas mudas. A fines de 1930, por su amistad con Enrique Santos Discépolo, Le Pera viajó a Chile con la compañía de revistas de Mario Benard que integraba la cantante y actriz Tania. En Santiago compuso junto a Discepolín el hermoso tango *Carrillón de la Merced*. De regreso a Buenos Aires, Le Pera se consagró como autor de letras de tango. A fines de 1931, con el encargo de comprar algunos films para el mercado ar-



Ilustración: Pini Arpino

gentino, se fascinó con el ambiente cinematográfico europeo y con las obras de Alfred Hitchcock, a quien llegó a entrevistar en 1932.¹

En una nueva estancia en París, en el bar Gavarni de la rue Chantal, se encontró con Gardel. Cuenta Guibourg, quien los presentó: “Le dije a Carlos: ‘Yo te voy a presentar un muchacho que podrá servirte de mucho’. Cuando le nombré a Alfredo Le Pera, me contestó: ‘Yo lo conozco de los cafés de Buenos Aires’”.² La bondad de Carlitos ocultaba que Le Pera había hecho una nota muy dura contra él en un diario porteño y se habían cruzado fuerte por el tema. Allí nació una amistad y una sociedad artística que cambiaría el tango para siempre.

Cuentan que mientras estaba muy ocupado escribiendo la letra de un tango para Gardel, se presentó en su departamento un extraño personaje para entrevistarlo: “Muy bien, arrime una silla y siéntese”,

dijo. Un poco molesto, el joven, con aires aristocráticos, le respondió: “Quiero que sepa usted que está en presencia de Pedro Juan Ramón de los Llanos, Conde Sicilia y Ladrón de Guevara”. Sin inmutarse y sin mirarlo, Le Pera le contestó: “Muy bien, arrime media docena de sillas y siéntese”.³ ■

¹Rubén Pesce, Alfredo Lepera, en *Historia del Tango*, volumen 18, Corregidor, Buenos Aires, 2014, pág. 3446.

²Edmundo Guibourg, Mona Moncalvillo, en *El último bohemio: conversaciones con Edmundo Guibourg*: entrevistas de Mona Moncalvillo, Editorial Celtia, 1983, pág. 119.

³Tereg Tucci, en *Gardel en Nueva York*.

“PANTALLAS” PARA PREVENIR ADICCIONES EN LÍNEA

En Mendoza, la escuela Vicente Zapata desarrolla un programa que busca educar en ciudadanía digital y aborda la ludopatía en adolescentes.

POR VIVIANA LORENTE

Con la cordillera de los Andes latiendo en las cercanías y ubicada en el corazón de la ciudad de Mendoza, se encuentra la escuela pública secundaria Dr. José Vicente Zapata, que aloja a alrededor de mil estudiantes.

A inicios de 2025, la Legislatura de Mendoza la reconoció por el proyecto “Pantallas”, por su innovador trabajo en ciudadanía digital y prevención de la ludopatía en adolescentes.

El proyecto nació hace ocho años de la mano de un equipo de profesores y profesoras preocupados por el uso del celular en el aula, el *ciberbullying*, las redes sociales y, en los últimos tiempos, las apuestas *on-line*.

“En un momento, observamos que había un grupo de alumnos, sobre todo varones, que estaban apostando y jugando en clase, entonces ahí es donde se acercan los docentes y los padres a plantearnos esta problemática, por lo tanto, teníamos que abordarla”, dice Claudio Peña, director de la escuela.

Lo que observaron en la institución no es un caso aislado. Ocho de

cada diez adolescentes en el país accedieron o conocen a alguien que ha ingresado a páginas o *apps* de apuestas *on-line* en el último año, y más de la mitad de quienes han apostado lo hacen para ganar dinero. La información surge de una encuesta realizada por Unicef Argentina y la organización Bienestar Digital en 2024 a más de 500 adolescentes y jóvenes de entre 13 y 24 años.

De este estudio también se desprende que la edad de inicio en las apuestas *on-line* está asociada a la apertura de billeteras virtuales, lo que actualmente ocurre en torno a los 13 años. Y al igual que señalaba Peña, dentro de quienes apuestan, los datos indican una mayor presencia de varones.

Giovanni, estudiante de quinto año de la escuela Vicente Zapata, dice que desde segundo o tercer año comenzó a relacionarse con estos casos. “En mi entorno veía las apuestas deportivas en partidos de fútbol españoles o argentinos. De lo que me di cuenta es de que por una persona que empieza con eso, se expande la red, se va contagiando”.

En la Argentina, los sitios de apuestas son ilegales hasta los 18

años. Sin embargo, Unicef detectó que una estrategia repetida y efectiva de estas plataformas es otorgar un bono de bienvenida para hacer atractivo el ingreso. Esto hace que sea “imposible rastrear en las billeteras virtuales el inicio, ya que no hay dinero utilizado”.

En relación con esto, Giovanni cuenta que “a veces les piden el DNI a los padres para otra cosa y lo utilizan para ingresar a las apuestas”. Reconoce, además, que hay casos “donde padre e hijo apuestan en partidos de Argentina”.

En las aulas, muchas veces los jóvenes no prestan atención a los contenidos que se imparten. “Hay un montón de chicos que se ponen a apostar y a jugar en medio de una clase, mientras una profesora explica un tema nuevo”, señala Mara Roldán, estudiante de quinto año.

Los *influencers* de las redes sociales también cumplen un rol fundamental. Recientemente, 16 de ellos fueron imputados por promocionar plataformas de juego ilegales. En acuerdo con la Justicia, grabaron y difundieron un video de concientización como parte de una reparación simbólica. Entre las figuras conoci-



Foto: Gentileza escuela Vicente Zapata.

Tutores de los proyectos "Pantallas" y "Luz, cámara e inclusión".

**"Aprendí que siempre termina ganando el casino, nunca ganamos nosotros".
Lucas Tello**

das se encontraban Wanda Nara y Elián Valenzuela, más conocido como L-Gante.

CAMINOS PARA EL ABORDAJE

Las estrategias se van construyendo de a poco, observando el aula, debatiendo entre docentes, hablando con estudiantes, escuchando las preocupaciones de las familias. "Trabajamos algunos talleres con los papás, tenemos espacios de escucha con los alumnos y con los padres para poder abordar esta situación y tratar de disminuir los casos. Sobre todo, para que no se transforme en ludopatía, en adicción", advierte el director.

También chicos y chicas se capacitan como tutores para trabajar junto con los docentes dictando talleres y aprendiendo a detectar casos. Entre los signos de alerta de la ludopatía en adolescentes, se encuentran: los cambios en el estado de ánimo, insomnio, retraimiento, bajo rendimiento académico, ingresos o egresos de dinero inexplicables en su billetera virtual e irritabilidad, entre otros.

En la escuela Vicente Zapata, crearon además un código de convi-

vencia y sanción. "Primero apuntamos al diálogo, la conversación y el análisis con los alumnos, pero aquellos chicos que están dentro de clase usando el celular son sancionados", remarca Peña.

Por último, trazan lazos con la prensa para la difusión de la problemática, también producen *spots* y se capacitan con profesionales.

Hasta el momento, "Pantallas" ha impactado en más de cuatro mil jóvenes, y tanto estudiantes como docentes y familias siguen poniendo atención a la escucha como herramienta fundamental para detectar aquello que no se puede soslayar y construir así juventudes más sanas y con propósito.

Lucas Tello, vicepresidente del centro de estudiantes de la escuela, aprendió del proyecto "Pantallas" que "siempre termina ganando el casino, nunca ganamos nosotros". También que cuando los jóvenes caen en esta adicción es porque se sienten solos. "Cuando alguien cae y el resto le debate esa adicción, piensa que está solo y que el resto está equivocado, pero el tema es hacerle ver que se trata de una problemática". **C**

Más espacio virtual en el celu

Cómo vaciar el smartphone de archivos viejos e inútiles para liberar espacio y mejorar su funcionamiento. El paso a paso y consejos útiles.

Por Ariel Hendler

Una buena noticia: borrar en el *smartphone* todos los archivos que ya no tienen utilidades es algo fácil y rápido de hacer: alcanza con conocer las herramientas que ofrece el propio celu para eso. ¿Por qué hacerlo? Porque eliminar todo eso nos permitirá ganar espacio para guardar lo que sí es necesario, lo cual redundará en un mejor funcionamiento tanto del sistema operativo en su conjunto como de cada aplicación en particular.

Por lo pronto, cualquier operación de limpieza —ya sea en Android o iPhone— empieza por clicar “Ajustes” y luego la opción “Almacenamiento”, donde se indica la cantidad de espacio ocupado expresada en gigabytes, así como el porcentaje que representa de la capacidad total de guardado. También se muestra desglosado el porcentaje correspondiente a cada rubro: imágenes, audio, archivos de texto (pdf u otros), juegos, aplicaciones de video y demás.

Una vez allí, hay que clicar “Eliminar archivos” o “Liberar espacio”, según el sistema operativo, y de inmediato un comando nos mostrará las carpetas llenas de fotos repetidas (o casi), videos, documentos de texto, archivos de música, pdf y comprobantes de compras. Elementos que se almacenaron durante años porque jamás se nos ocurrió pensar que iban a quedar ahí para siempre, como por ejemplo una foto para indicarle a alguien dónde lo estábamos esperando.

Ahora, dispuestos en una cuadrícula, se los puede borrar a granel (“Seleccionar todo”) o uno por uno; es una decisión personal. A su vez, los celulares Apple cuentan desde hace poco con la *app* AI iPhone Cleaner, que, gracias a la inteligencia artificial, puede limpiar las fotos demasiado pa-

recidas, así como los contactos repetidos o incompletos.

Tanto o más efectivo que eliminar archivos es borrar el “caché”, que es la huella que dejan las aplicaciones en la memoria del celular para poder acceder a ellas en forma más directa. También se lo elimina desde el comando “Almacenamiento”, donde aparecen con el nombre de “Archivos temporales” o “Datos temporales”, pero se recomienda hacer esto solo con las *apps* que no se usan seguido.

Además, por supuesto, es muy útil desinstalar todas las aplicaciones que jamás usamos, y que en muchos casos ni siquiera sabemos que están allí. Hacerlo no representa ningún daño o riesgo para el celular, y, cuando son indispensables para su funcionamiento, el propio sistema impide borrarlas. Otra opción es mover elementos a la nube, ya sea Google Drive, Google Fotos o Dropbox, o, si el modelo lo permite, a una tarjeta microSD. ■

¡A VACIAR EL WHATSAPP!

WhatsApp es una de las aplicaciones que más espacio del *smartphone* puede consumir con sus fotos, videos, documentos, *stickers* y archivos enviados y recibidos. Para saber cuánto espacio está ocupando y vaciarlo, hay que ir a “Almacenamiento” y luego a “Otras aplicaciones”, donde hay que buscarlo en la lista. Al clicarlo, se muestran todos los chats, igual que en la interfaz de la *app*, y al entrar a cualquiera de ellos se pueden ver en una grilla todos los elementos adjuntos. A diferencia del comando “Vaciar el chat”, aquí se puede elegir entre “Seleccionar todo” o elegir cuáles borrar y cuáles no.



Foto: iStock.

NUEVA



**YERBA CON HIERBAS.
NADA MÁS.**
Lo natural se nota

EL ABRAZO

Está científicamente comprobado que abrazar es bueno para la salud física tanto como para la emocional. El abrazo alimenta sentimientos, es sano, democrático, gratificante y, además, no cuesta dinero.

POR GUILLERMO BUSTOS*

Una vez vi un hombre joven parado en medio de una peatonal dando y recibiendo abrazos de quienes pasaban. Un cartel a sus pies: “Abrazarse es bueno para vos y para mí”.

Algunos lo abrazaban en silencio y seguían su camino. Me animé. No sabía su idioma, no le hablé ni él dijo nada. Pero sentí una rara y muy grata sensación, difícil de explicar. Mezcla de alegría, optimismo y fraternidad. Todavía recuerdo ese momento placentero.

He sido médico durante 70 años. Recuerdo el día en que me convertí en un “abrazoterapeuta”. Una señora octogenaria y norteña vino a Córdoba a consultar por su tos crónica de varios años, insoportable, de día y de noche. El estudio reveló su causa alérgica. En la consulta final indiqué el tratamiento inmunológico habitual, pero sentí que no era suficiente. Pedí a su hija acompañante que nos dejara solos. Parado frente a la paciente experimenté una corriente de simpatía mutua. En ella, una

mirada cansada, pero llena de esperanza. Y entonces la abracé instintivamente. Ella podía ser mi madre. Sentí la fuerza de su abrazo por no menos de diez segundos, y se fue lagrimeando. Nunca más volvió. Tres años después, repasando historias clínicas, vi que seguía poniéndose el antígeno que yo le había indicado. La llamé para conocer su evolución. Y me dijo: “Doctor, desde que usted me dio aquel abrazo, nunca volví a toser”.

Está científicamente comprobado que abrazar es bueno para la salud física tanto como para la emocional. En la *Revista Mexicana de Anestesiología*, un artículo reciente explora las bases neurocientíficas del abrazo:

1. Activa regiones cerebrales como el sistema límbico.
2. Reduce los niveles de cortisol y adrenalina, asociados con el estrés.
3. Libera oxitocina que produce la sensación de calma y conexión social.
4. Activa fibras C que transmiten señales de tranquilidad y bienestar al cerebro e indirectamente inhiben la transmisión del dolor.

El abrazo es una expresión natural en los humanos; aunque también los osos, los orangutanes, los gatos y los leones lo practican. El arte lo ha expresado en esculturas famosas y también los pintores como Picasso, Klimt, Frida Khalo y muchos otros.

Nunca ha sido tan necesario el abrazo como lo es ahora. En un mundo de gente solitaria adherida a las pantallas que nos acercan a los que están lejos, pero nos separan de los que están cerca, el abrazo aproxima y une. Genera cálidos vínculos. Alimenta los sentimientos. Es sano, democrático, gratificante. Y no cuesta dinero.

El abrazo es un antídoto de la soledad y da seguridad: “Estoy acá para vos”. Abrazar es un instinto natural y valioso. Se da y se recibe afecto, comprensión y alegría. Disminuye la tensión, la soledad, la depresión.

Al empezar el día provee energía para enfrentar la aventura de vivir. Al fin de la jornada retroalimenta, consuela, comparte el triunfo o la derrota. Un abrazo deleita, reconforta y cautiva.



Foto: iStock.

"El abrazo nunca está de más y siempre es la expresión del amor".

Debe ser por eso que Dios nos dio los brazos. El abrazo es bueno a cualquier edad. El bebé en la vida intrauterina siente el calor del abrazo de sus padres. Cuando la madre lo alimenta con su leche lo hace en un abrazo valioso, tan distinto a una mamadera acomodada fríamente sobre una almohada. En la infancia qué importante es abrazar y besar a los hijos sin medida. Un adolescente tal vez simule rechazar esa "manía infantil", pero qué bien que les hace. Los adultos en medio de la lucha diaria y los ancianos en su deterioro progresivo reciben agradecidos el abrazo vivificante, proveedor de energías, cariño y comprensión.

Hay varias clases de abrazos:

A) Individuales: Ambos de pie, frente a frente con los brazos alrededor del otro. El costado de la cabeza en mutuo contacto. Pueden ser: 1- Abrazo de oso: los cuerpos se estrechan con vigor durante cinco segundos o más. Para familiares o grandes amigos. 2- Abrazo en forma de A: el costado de la cabeza

en mutuo contacto y el cuerpo inclinado hacia adelante sin contacto alguno por debajo de los hombros. Suele ser breve, como para decir "hola" o "adiós". Apropiado para relaciones recientes o situaciones que requieran cierta formalidad. B) Grupales: 1) Circular: muy popular entre los buenos amigos que comparten una actividad o proyecto, especialmente deportivo. El grupo se forma en círculo, brazos rodeando hombros y cinturas estrechándose todo lo posible. Grito final. 2) Abrazo caracol, para una persona que necesite apoyo especial. Se hace una fila tomados de la mano a partir de la persona a ayudar. La fila comienza a caminar alrededor de ella, envolviéndola hasta formar un grupo compacto y solidario.

El abrazo nunca está de más, y siempre, siempre es la expresión del amor, la más sublime cualidad de la especie humana. ■

*Dr. Guillermo J. Bustos, profesor emérito de la Facultad de Medicina, Universidad Católica de Córdoba.

SUTOTTOS

"HACEMOS COMEDIAS EXISTENCIALES"

Se conocieron siendo adolescentes en una clase de teatro y hoy, dos décadas después, se afirman como una dupla teatral que hace reír con los dilemas humanos actuales.

POR DAI GARCÍA CUETO

Podrían ser mellizos, como los personajes de su nueva obra *Feliz día*, porque hace más de veinte años que nacieron juntos como los Sutottos. Sin embargo, Andrés Caminos y Gadiel Sztryk aseguran que, en las diferencias, se potencian. Así, esta dupla creativa acaba de cosechar otro éxito y, a meses del estreno, su noveno espectáculo, sucesor de *Inestables* y *Perdón*, acumula elogios de la crítica y carcajadas del público.

Con esta nueva pieza se siguen riendo de cuestiones existenciales, pero dejaron los miedos y la culpa para centrarse en la imposición social de ser felices cueste lo que cueste. "Como que hay que estar siempre riéndose, y eso no es posible. Lo que sí está bueno es poder reírnos en el teatro de ese mandato", le dice Andrés a *Convivimos*. Además, asegura que en cada función el público hace una especie de catarsis al sentirse identificado con los dos personajes que se esfuerzan constantemente por alcanzar la felicidad.

¿Por qué recurrir a la temática existencial para hacer humor?

Son temas que nos interesa abordar, nos dan ganas de poder reflexionar acerca de esas temáticas que son las problemáticas que están adentro del ser humano, los miedos y las exigencias que tenemos, nos parece que está bueno poder hablar de eso. También poder hacer una comedia con estos temas —es decir, poder reírnos de las propias des-

gracias, en cierto sentido— es aliviador, y todo se vuelve menos serio, menos solemne cuando por lo menos por un rato nos podemos reír de eso. Entonces le sacamos un poco de peso también.

¿Se identifican con la etiqueta "humor psicológico"?

Es interesante y no está mal la definición. Puede ser, sí son comedias existenciales.

Desde que se juntaron hacen humor, ¿nunca lo dudaron?

En realidad, hay un equilibrio entre lo que uno quiere, lo que puede y lo que sale. Sí es cierto que, en general, cuando empezamos a escribir un espectáculo nuevo, escribimos mucho sobre cosas que vemos a nuestro alrededor que nos hacen pensar en cómo somos y que el humor llega, pero llega un poco después. Lo primero que nos interesa es hablar de algo que nos está atravesando, pero sí, sin dudas el humor es parte de Sutottos y de la forma que el grupo tiene de ver el mundo. Se trata de poder reírnos un poco de las cosas e invitar a la gente también a reírse de esas problemáticas. En general nuestras obras trabajan eso, reírnos sobre lo patéticos que somos los seres humanos en muchos aspectos.

¿Qué ven cuando repasan el camino recorrido?

Al mirar para atrás vemos mucho trabajo y que hace



mucho venimos laburando un montón para mejorar, para poder hacer espectáculos cada vez mejores, por lo menos para nuestro criterio. Estamos orgullosos de haber generado un lenguaje propio y poder contar las cosas que queremos contar a través de ese lenguaje.

¿Qué se mantiene intacto de esos adolescentes que se conocieron en el taller de teatro?

No perdimos las ganas de seguir pensando nuevas cosas ni tampoco de siempre ir mejorando, afinando todo para que salga con precisión. También nos divierte mucho que las cosas estén bien ensayadas y sean precisas.

Después de más de dos décadas, ¿ya son como gemelos?

¡No! En realidad, tenemos muchas diferencias, y eso está bueno porque nos complementamos. Por supuesto que en muchas cosas coincidimos, pero también somos muy distintos. Eso es una ventaja a la hora de crear y de escribir los espectáculos, nos hace tener diversas miradas.

CAFÉ CON FUNCIONES

“Con tanta digitalidad, es importante encontrarse en una sala de teatro con cuerpos reales, riéndose, moviéndose, mirándose entre ellos. Una horita sin el celular es algo bueno”, afirma Andrés, quien prefiere el café solo o con leche y dos medialunas. Por su parte, Gadiel lo toma apenas cortado. Hasta octubre, presentan *Feliz día* todos los sábados, a las 18 horas, en el Teatro Picadero. Luego, llevan la obra de gira por España.

¿Cuál es el secreto para seguir juntos?

Por ahora seguimos con muchas ganas de hacer cosas nuevas y llevar adelante *Feliz día*, que por suerte está saliendo muy bien. Igual, siempre estamos intentando mejorar, perfeccionando las cosas, ensayamos mucho, le damos mucho valor a cada momento, a cada texto del espectáculo. Ya empezamos a escribir algo nuevo, principalmente porque nos dan ganas de poder seguir creando.

¿Están del lado optimista de la vida, ven el vaso medio lleno?

Estamos del lado de los que se preguntan las cosas e intentan pensar, no dar las cosas por hecho. Hay muchas frases hechas o discursos que uno repite sin darse cuenta, a nosotros nos gusta detenernos para ver qué estamos diciendo. Eso también está en la obra, hacernos cargo de las cosas que decimos o pensamos, en definitiva, hacernos cargo de cómo somos, porque cómo somos individualmente, en la sumatoria, construye el cómo somos como sociedad. 

JOAQUÍN FURRIEL

“SIENTO PLACER EN LA INCOMODIDAD DEL TRABAJO”

Entre la gira teatral internacional en su primer gran proyecto como productor artístico –además de protagonista– y el estreno de un nuevo tanque audiovisual en plataformas, sigue puliendo y profundizando el actor que busca ser desde la adolescencia.

POR JUAN MARTÍNEZ FOTOS NICO PÉREZ ESTILISMO MARÍA GUERRERO



Es casi medianoche, y él nada. Solo unas horas atrás, sobre el escenario, todo su cuerpo, su emocionalidad, cada fibra de su ser se tensó al servicio de una puesta desmesurada en la que interpretó a una criatura compleja: carismática y despiadada, temerosa y voraz, poderosa y patética. Para limpiarse de todo aquello, para que ese cuerpo y esa mente alertas bajen la guardia, nada. En la piletta de su edificio, avanza de forma continua y sin apuro. Con el cuerpo cansado y la mente limpia, Joaquín Furriel emerge y está listo para reposar. La dedicación que brinda a su trabajo (hoy interpretando a Ricardo III en la versión libre que Calixto Bieito realizó del clásico shakespeariano) es la de un atleta: la vida entera se ordena en torno a él. No es un sacrificio, ni mucho menos, sino simplemente el modo en que funciona. La manera en la que encontró satisfacción desde los trece años, la que acomoda el caos vital en un cosmos muy propio.

Desde hace un tiempo, decidió que cada cuatro años tomaría una pausa en su agenda audiovisual para dedicarse al teatro clásico, de texto, donde alguna vez dijo que todo cobra un sentido mayor: “Este tipo de obras te invitan a estar todo el tiempo en una zona vivencial, emocional y filosófica de dimensiones que no son cotidianas. Siento que cuando entro en estas experiencias salgo modificado como persona y como actor. Hay algo del orden de lo mágico que no se puede expresar muy bien, que estas obras te invitan todo el tiempo a expandir”, explica.

En el proceso de búsqueda del siguiente proyecto de este tipo, buceó en obras de Chejov e Ibsen, y desembocó en el autor que más lo convoca: Shakespeare. Dentro del material disponible, sobresalía Ricardo III, su crueldad, lo que esta crueldad tiene hoy para decir, y la idea de bajarle el precio a través del humor. Movié, entonces, todos los engranajes posibles hasta llevarlo a cabo. A su compromiso habitual con la actuación le sumó el desafío de involucrarse como productor artístico, asumiendo más responsabilidades de gestión y creativas. “Sentí que, con 50 años y con todo el recorrido que tengo como actor, podía involucrarme física, emocional y psicológicamente con el personaje para llevarlo a un lugar donde por momentos la experiencia sea grotesca y pase muy rápido del humor al drama”, cuenta.

¿Cómo se equilibra la seguridad que te brinda el recorrido para enfrentar algo así con la idea, que solés mencionar, de que la experiencia no te sirve ante lo nuevo?

Lo que pasa es que son diferentes interrogantes. Me pasó, a los 30 años, que me ofrecieron *Hamlet*, lo leí y tenía ganas de hacerlo, pero también sentía que no contaba con las herramientas. Y recién hice *Hamlet* doce o trece años después. Hay personajes que, cuando los leo, me dan la impresión de que no los puedo habitar, no los puedo poner el cuerpo. Otros, sí. Y cuando tengo la sensación de que puedo, eso no significa que consiga resolverlo bien. Ahí arranca otro interrogante. Lo primero es casi una cuestión de fe: confío en que lo puedo hacer, creo en mí y voy para adelante. La

siguiente estación a ese pensamiento es “¿Y cómo lo hago?”.

Aquella seguridad, ¿dónde queda?

En haber aceptado. Después, hay un personaje nuevo, una obra nueva, un elenco nuevo y un director con una idea que también para uno es nueva. Y, ahí, todo lo que te dio seguridad para decir que sí desaparece. Toma su lugar el interrogante de si lo podré hacer en ese contexto y de esa manera. Siento que si estoy más conectado con los interrogantes que con las respuestas, funciono mejor. Porque en mí la sensación de riesgo está ahí. Juego al fleje deliberadamente, arriesgo e incomodo el partido que me estoy jugando a mí mismo. Esa dialéctica me funciona como una posibilidad de crecimiento. La sensación de que si sale mal, sale muy mal me estimula a trabajar lo máximo que puedo. Porque también intuyo que si llega a salir bien, va a salir muy bien.

¿Qué significa que salga bien?

Que sea algo novedoso para mí. Y si es novedoso para mí, asumo que el espectador va a recibir esa energía. Si estoy jugando un partido que ya jugué muchas veces y no arriesgo nada, no me funciona. Nunca fui así. Desde chiquito me impulsa la curiosidad, que me lleva también a tener sensaciones de fracaso. Hace mucho tiempo descubrí que, aun en esos momentos, hay aprendizaje.

¿El placer está en esa incomodidad? ¿O, una vez que la sorteás, en descubrir que intentaste algo difícil y te salió?

No lo tengo claro. Yo siento pla-



GIRA Y REFUGIO

Luego del éxito de la ambiciosa puesta en el teatro San Martín, a fin de mes *La verdadera historia de Ricardo III* se presentará en España (en los Teatros del Canal, en Madrid, y en el Teatro Arriaga, en Bilbao). Antes, el 19, estrenará en Netflix la serie española *El refugio atómico*, creación de Álex Pina y Esther Martínez Lobato, culpables de *La casa de papel*. Allí, encarnará a un integrante del selecto grupo de millonarios que accede a un búnker que los protege de la devastación de la guerra nuclear. Luego, en noviembre, volverá a la Argentina para filmar una película de Hernán Goldfrid (con quien trabajó en la serie *El jardín de bronce*), en la que compartirá elenco con Diego Peretti.

cer en la incomodidad del trabajo. Siento que cuanto más complejo, me genera mucho más placer. De hecho, a esta altura, sin darme cuenta, me mandé dos o tres trabajos que si hubiera sido muy consciente en su momento, quizás no los habría hecho. Uno de ellos es *El patrón, radiografía de un crimen*: había mucha complejidad interpretativa para resolver, y sin embargo me metí. Esta vez, las semanas de ensayo que tuvimos con Calixto para mí fueron muy estimulantes, siempre estaba alerta, con todos los sentidos despiertos. Miraba hasta por la nuca en el escenario, estaba muy atento a todo. Eso me da placer, si asumo que el placer es la sensación de estar vivo. Vale la pena estar vivo cuando me pasan esas cosas.

Darí la sensación de que hace rato las cosas te vienen saliendo muy bien, ¿cuál fue el último palo que te pegaste, que salió muy mal?

Hay dos proyectos que no hice, que avancé un poco y los dejé. Para mí, yo ahí me la puse, porque nunca tendría que haberlos considerado siquiera. El hecho de haberlos considerado es haber estado un poco perdido. De un tiempo a esta parte, el beneficio de los años me dio la tranquilidad de saber qué cosas me gusta hacer y cuáles no. Y no tengo que pelearme más con lo que no me gusta, por más que alguien crea que debería hacerlo por una cuestión estratégica. Esos terrenos especulativos, cuando era más chico, me generaban más contradicciones. A lo mejor, tiene que ver con eso: cuando te relajás en la especulación, aparece algo más auténtico y ya no importa si está bien o mal, porque es auténtico y listo. Hay gente, por ejemplo, que puede criticar decisiones de Calixto o cosas de mi interpretación, pero no tengo dudas de que hay unanimidad en que la ex-

periencia es auténtica. Eso se logra al trabajar con gente muy virtuosa. Yo trato de estar siempre con gente con la que puedo aprender.

Ubicarte frecuentemente en el lugar del alumno es algo que te interesa, ¿no?

Sí, me gusta estar en ese lugar de aprendizaje para después hacerlo mío, adueñármelo. Si estoy conectado con todo lo que hay para aprender, interpelo mi subjetividad. Y, al hacerlo, funciono de una manera menos prejuiciosa, puedo entender un poco más por qué la gente hace las cosas que hace o piensa como piensa, aun si yo no estoy de acuerdo. Trato de no responder emocionalmente a eso, soy una persona más de carácter analítico y creo que elegí una buena profesión para analizar la especie humana. Esto se trata de observar. Si hago un personaje que tiene que comer, por ejemplo, me pregunto cómo lo hace, cómo agarra los cubiertos, cómo mastica, si habla mientras tanto. Todos lo hacemos de un modo particular. Parece una pavada, pero cuando lo llevás a cabo en escena, el momento se llena de vida. Y eso es lo que tenemos que hacer nosotros: imprimir vida de la mentira, de la ficción, de lo manipulado.

¿Esa observación es constante? ¿O se activa en determinadas circunstancias?

Es trabajo de campo, lo hago pura y exclusivamente según el personaje que tenga que interpretar. Si, de repente, sé que dentro de seis meses me voy a meter con tal tema, naturalmente empiezo a dejar afuera un montón de otras cosas y empiezo a interesarme por gente que está cercana al tema en cuestión, por literatura y películas que hablen de eso, música que lo evoque. De a poco, voy empezando a habi-





"EN EL TEATRO TODO EL CUERPO EXPRESA, NO ES LO MISMO PONER LA MANO DE UNA MANERA QUE DE OTRA".

tar un territorio nuevo, el cuerpo de un personaje que al principio no sé cómo hacer.

De algún modo, te organiza la vida...

Sí, yo no la paso de la misma manera cuando estoy involucrado en un proyecto que cuando no. Los meses que estuve trabajando con Ricardo III fueron de los más lindos de mi vida. Disfruto mucho investigando, buscando un gesto. Te doy un ejemplo: en el teatro San Martín hay una foto que le sacó Carlos Furman al director Tadeusz Kantor, que estaba arriba del escenario viendo a sus actores. En la foto, Kantor tiene la mano sobre el ojo derecho, hay tensión en sus dedos, aunque su mirada está relajada. Yo hago ese gesto en el escenario. Cada noche vienen 950 personas a la función, y hasta ahora, una sola cachó la referencia. No importa, porque no es un acertijo, sino algo que me sirvió para expresar. También tengo un libro del artista plástico Egon Schiele, y cada vez que hago teatro, recorro a él, porque la gestualidad de las manos de sus personajes me interesa mucho. En el teatro todo el cuerpo expresa, no es lo mismo poner la mano de una manera que de otra. Hay muchísimo trabajo, no tengo ningún espacio vacío, habitacionalmente, en el escenario. Es lo que me gusta como actor, lo que me parece que tengo que hacer: no soltar el hábitat en ningún momento. Tengo que cautivar la atención del espectador. **■**

Agradecemos:

Estudio Paula Rey - Makeup Julieta Bellina

¡El agua que tomás nace en lo más alto!

El **80%** del agua que consumimos en Córdoba **nace en los bosques** de altura. El **Tabaquillo**, un árbol único, **captura y retiene** el agua. Cuidar estos bosques es **preservar el mañana.**

¡SÉ PARTE!



www.accionserrana.com
[@accionserrana](https://twitter.com/accionserrana)

**AS ACCIÓN
SERRANA**

GERARDO ROMANO

"EL LUGAR MÁS LIBRE Y GOZOSO ES EL ESCENARIO"

A los 79 años y diagnosticado con párkinson, en lo que más confía es en el trabajo. Así, actor de todos los formatos, está en cartel con dos obras de teatro y conforma el elenco de la serie En el barro.

POR DAI GARCÍA CUETO FOTOS VERA ROSEMBERG

Gerardo Romano ha vivido casi tantas vidas como las que ha interpretado. Camino a los 80 años, lleva más de la mitad dedicados a la actuación. En la vida real fue custodio del presidente Umberto Illia, jugador de la primera división del rugby porteño, se recibió de abogado, dio clases en la UBA, fue sumariante en el Ministerio de Justicia de la Nación y militó en una organización peronista hasta el golpe de Estado del '76. En la ficción, suma varios icónicos personajes en teatro, cine y televisión. Uno de los más recientes es el comisario Antín de *El marginal*, a quien continúa personificando en el *spin-off* de la serie *En el barro*.

El diagnóstico de párkinson que recibió en 2017 no lo detuvo, sigue activo, y para él, trabajar es una cuestión vital. Así, el mes pasado estrenó en teatro *El secreto*, junto a Ana María Picchio, y sigue al frente de *Un juicio común y corriente*.

Protagoniza este texto de Charles Lewinsky desde hace una década y le atribuye el éxito de las once temporadas a su profundo deseo de poner en escena el mensaje de la obra. Donde se presente con una función, es tal el silencio que se logra en la sala que impresiona hasta

al propio actor. "La concentración en un espectáculo unipersonal en donde se vuelcan en su mayoría conceptos encierra una atracción, un deseo de recorrer algo que nos abarque y nos involucra, lo que tiene ese prejuicio religioso social", sostiene.

Hace diez años que hacés Un juicio común y corriente, donde estás solo en escena, ¿cansa?

No, no me cansa, me produce un atractivo, un disfrute, me gusta contarle esta historia al público.

¿Te costó volver a una obra de elenco?

Sí, cuesta. La soledad tiene su costo atractivo, porque encierra un disfrute, un deseo de recorrerse uno mismo sin estar pendiente del deseo del otro, de la palabra del otro. Y también se genera un deseo gregario, una necesidad de que el acto de subirse al escenario encierre un atractivo puramente gregario.

¿Cómo te llevás con los estrenos?

Me estresa un poco, pero el estrés tiene que ver más con la realidad que nos toca vivir, no tanto por el hecho artístico, del encuentro, sino más que nada con las dificultades, las asimetrías,

estas circunstancias tan lejanas al deseo de uno, como nos ocurre en este momento histórico.

¿Por qué quisiste ser parte de El secreto?

Siempre hay una multiplicidad de factores que colaboran en las decisiones que uno toma. Primero, porque once años haciendo un unipersonal es mucho, y sobre todo cuando ya has hecho otros tres unipersonales que llevaron más de diez años. Entonces, son más de veinte años, que en la vida laboral de una persona es mucho. Y por otro lado, la amorosidad en el escenario, la posibilidad de poder expresar un deseo amoroso consciente o inconsciente hacia otra persona no es poca cosa.

¿Te estás sintiendo más a gusto en el escenario?

El escenario es el lugar donde más a gusto se siente un actor. Hay sociedades donde los actores hacen solamente una actividad. Generalmente, en las sociedades imperiales el cine tenía —o tiene, ahora con las plataformas— un lugar preponderante. Pero el espacio más gozoso, lúdico y libre es el escenario, porque en el escenario hay una presencia interactiva inadvertida que



PARA DISFRUTAR

En la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, hay doble oportunidad para verlo en vivo en el teatro. *Un judío común y corriente* tiene funciones los sábados en Chacarerean Teatro. Mientras que *El secreto* se presenta de miércoles a domingos en el Teatro Multitabaris. En este caso, además de Romano y Picchio, el elenco se completa con Rodrigo Noya y Gabriela Sari. También se lo puede ver en *En el barro*, disponible en Netflix.

es la cuarta pared. En el momento lúdico de la actuación se establece una pertenencia a uno mismo y al instante que uno está viviendo. Como cuando éramos chicos, jugando nos aislábamos dentro de nosotros y los terceros desaparecían, nuestra madre nos llamaba y no escuchábamos, porque estábamos abstraídos en ese juego.

A tus 30 años, con la última dictadura militar, cambiaste la militancia por la actuación, ¿tienen puntos en común?

Sí, indudablemente. La actuación así a secas no, porque cada uno puede utilizar las posibilidades expresivas de un trabajo dándole la connotación que cada cual quiera. Para mí la actuación o este trabajo de actor está envuelto en una situación mucho más veleidosa, que es expresarles a los demás la mirada que uno tiene sobre el mundo o el mundo que le toca. Eso enriquece el trabajo, lo hace más profundo y comprometido, y uno siente un deseo de trascender con eso. Pero lo que ocurre globalmente nos abarca a todos, y lo que ocurre en la Argentina mucho más intensamente.

¿Actuar es una religión?

No, porque una religión implica un acto de fe, y la fe no nos ocurre voluntariamente, sino que es algo que nos pasa o no nos pasa. Confío más en la racionalidad del trabajo, del esfuerzo y de la mirada hacia el otro. A la fe la asocio más con algo caprichoso, por decirlo de algún modo, con algo que nos ocurre sí o sí, sin ninguna mirada prejuiciosa o tendenciosa.

¿En qué creés?

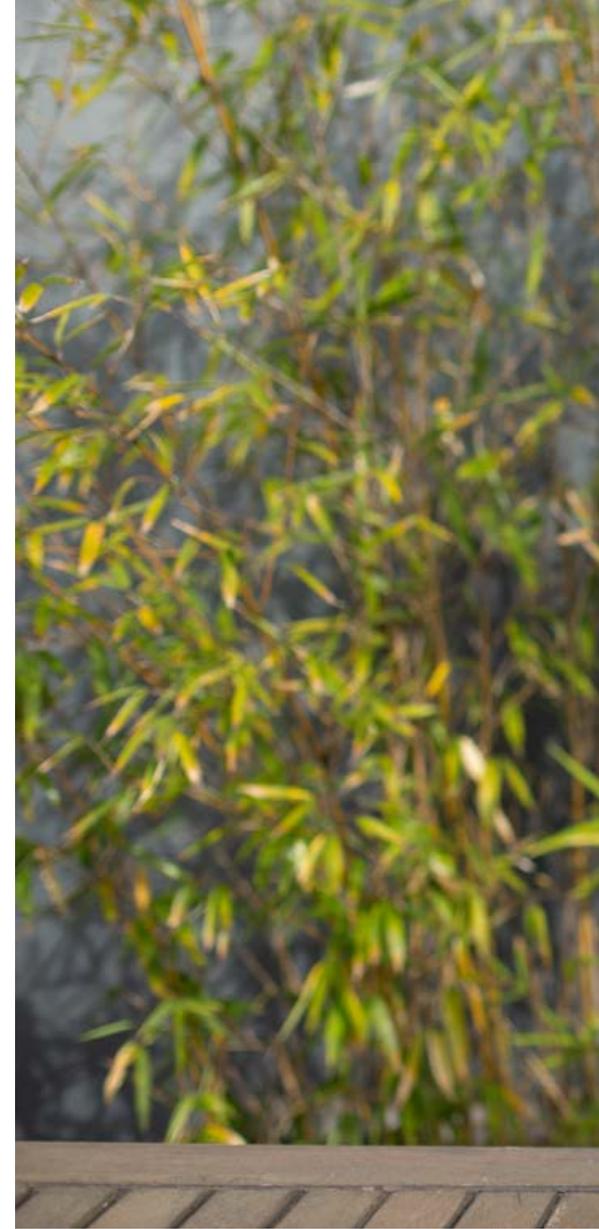
En todo lo que puedo comprobar que existe y tiene vigencia, y lo puedo comprender con mis sentidos.

Jugando con el título El secreto, ¿sos un tipo de tener secretos?

Sí, tengo secretos.

Igual, tampoco sos de callarte mucho.

Pero esos no son secretos, son gritos a voces, ahogados por la cobardía o la indiferencia.



¿Las ideas y convicciones hacen más valiosa la vida de una persona?

Seguramente, no sé. Pero más que nada su accionar. No la expresión pura de sus miradas sobre el mundo, sino cómo las traslada a la cotidianeidad y el resultado de la interacción con los demás seres con los que le toca convivir. Importa cómo se trasladan esas ideas al quehacer de la vida, a cómo somos en nuestro trabajo, en nuestra cotidianeidad.

Decías que la soledad tiene su atractivo, ¿en tu cotidianeidad disfrutás de estar solo?

Disfruto del amor. Es algo sociable el amor, así que no. No disfruto de la soledad a ultranza, necesito la mirada del otro.

Jugando con el título de la otra obra, ¿sos un tipo común y corriente?

Sí, o por lo menos es lo que creo que soy. Nunca fantaseé ni pensé en tener la notoriedad que tenemos los actores a ve-



“Lo que me hace sentir consagrado es el reconocimiento amoroso de las personas que trato”.

ces. Después, cuando descubris que además es pequeña, le das menos trascendencia e importancia.

De todas maneras, has alcanzado cierta notoriedad y construido una sólida trayectoria, ¿te sentís consagrado?

No, pero lo que me halaga y me hace sentir consagrado es el reconocimiento amoroso de las personas que trato y que voy conociendo a lo largo de la vida.

Con todo lo que has vivido, ¿dirías que la vida es un drama o una comedia?

Depende de los momentos históricos. Este es un momento dramático, no hay ninguna comedia, no hay nada que produzca sonrisas.

¿Sos optimista del futuro?

Sí. Pero la mejor forma del optimismo es el trabajo.

En 2024, cuando estuviste internado con neumonía, dijiste que sentiste

de cerca la muerte como nunca, ¿le temés?

Les temo a varias cosas, y la muerte ocupa un lugar superlativo en ese temor, sobre todo por lo que uno desconoce. En esa internación prolongada y cruda, hubo algo con lo que hice una revisión involuntaria que reflejó las circunstancias y las vicisitudes que había atravesado en mi vida. En ese transcurrir encontré una satisfacción y una paz, no sé si deseada, porque las circunstancias de las enfermedades o ese acercamiento a zonas existenciales profundas no es algo con lo cual uno pueda joder y divertirse. Pero me tranquilizó, me dio paz, me dio armonía atravesar esa circunstancia sin un miedo escénico profundo. El temor era la angustia de revivir momentos dolorosos y no otra cosa.

Hablaste de trascender, ¿qué querés que se diga de vos?

Que soy un buen tipo, que mi memoria sea una bendición en el recuerdo de los que me conocieron. **▣**

MARÍA TERESA DOVA

PREGUNTAS AL UNIVERSO

Fue parte de los descubrimientos más grandes de la física en las últimas décadas, lo que solo avivó su pasión por investigar. Lo único que lamenta es tener solamente una vida para dedicar a la ciencia.

POR JUAN MARTÍNEZ FOTO VERO BELLO

Siempre buscó más. En cada momento de su vida, con las herramientas que tuvo a mano, indagó en la naturaleza para conocer sus secretos. Con el tiempo, las máquinas a las que tuvo acceso se volvieron más y más sofisticadas, y llegó a integrar el equipo que empujó las fronteras de la física cada vez un poco más allá. Con las respuestas obtenidas, siempre surgieron nuevas preguntas que alimentaron su avidez de conocimiento.

De chica, sentada frente al piano, María Teresa Dova se zambullía en las partituras, intentando descifrar los patrones matemáticos de Johann Sebastian Bach. La pasión por la matemática y el deseo por la investigación la desviaron de un camino en la música que la conducía hacia el Conservatorio Nacional. La faceta científica, cuyo germen se vislumbraba en los problemas que encontraba al final de sus libros de matemáticas, no hizo más que crecer, hasta ocupar casi todo su tiempo.

Una vez que realizó su tesis de doctorado en Física, en el área de materia condensada, para su carrera se abrían dos destinos posibles: Lyon (Francia) o Ginebra (Suiza). Intentó que el azar decidiera por ella y se postuló en ambos lugares, con la intención de dirigirse a aquel cuya respuesta llegara primero. Pero los dos sobres llegaron el mismo día. Entonces, se aventuró a lo

desconocido y se embarcó a Suiza para incursionar en la física experimental de altas energías en la Organización Europea para la Investigación Nuclear (CERN). Fue la primera investigadora latinoamericana en el equipo del experimento L3 del *Large Electron-Positron Collider* (LEP, Gran Colisionador de Electrones y Positrones).

De vuelta en el país, dio inicio al grupo de altas energías del Instituto de Física La Plata (ciudad de la que es ciudadana ilustre, distinción que también recibió de parte de la provincia de Buenos Aires). Por su iniciativa, y la de colegas como el doctor Ricardo Piegaia, en 2006 consiguió que el Estado argentino firmara un memorándum de entendimiento con el CERN y, de esa manera, se uniera a ATLAS, el mayor y uno de los más complejos experimentos de física de partículas jamás construidos, con el que se produjo el descubrimiento del Bosón de Higgs, la partícula elemental propuesta en el Modelo Estándar de la Física que confiere masa a todas las partículas elementales para dar forma al universo. Es la famosa “partícula de Dios”.

Para encontrarla, se construyó el Gran Colisionador de Hadrones, el acelerador de partículas más grande y de mayor energía que existe, que recrea las condiciones existentes en el fenómeno conocido como *big-bang*. “Con esos instrumentos le hacemos preguntas básicas a la naturaleza, como ¿de qué está hecho el universo? Nos llevó cien años, pero hoy entendemos toda la materia visible del universo: nosotros,

las estrellas, las galaxias, todo lo que vemos”, explica Dova.

Dova destaca lo que denomina “diplomacia científica”, un modo de trabajo mancomunado entre investigadores de múltiples naciones, detrás de un objetivo en común, que podría decirse que está en vías de extinción en otros ámbitos. “Hay personas de todos los continentes, de todas las culturas, no hay diferencias de raza, religión, género o lo que sea. Todos tras la búsqueda del conocimiento”, pondera. Por ello, la reciente ganadora del premio internacional L'Oréal-UNESCO “Por las Mujeres en la Ciencia” considera que el galardón es más que un reconocimiento individual: “Es también un tributo a todas las personas que hicieron este camino conmigo. Y a la continuación en mi grupo y en los más jóvenes. Yo abrí las puertas y ahora ellos tienen sus propios proyectos, sus propias ideas, y yo los acompaño. Lo que uno hace es más grande que uno mismo”.

Luego de ATLAS, lo más importante de su vida profesional hasta el momento, Dova se embarcó, como es habitual en ella, en la búsqueda de nueva física, en la frontera del conocimiento, y está detrás de las partículas que componen la materia oscura del universo. “Es fascinante, hay que desarrollar nuevas tecnologías, nuevos algoritmos, nuevos aceleradores y detectores. Hay un espectro enorme de física para hacer, la búsqueda del conocimiento no tiene fin. Por eso, quiero que en mi lápida diga ‘Ella quería una vida más’”. □



GPS: CIENCIA AL SERVICIO DE LOS PINGÜINOS

La Global Penguin Society, fundada por Pablo García Borboroglu, Explorador del Año de Rolex National Geographic, protege a millones de pingüinos en peligro en todo el mundo.

POR DENISE DESTÉFANO

En unas islas subantárticas tan remotas a las que solo se puede llegar después de cuatro días de navegación desde Nueva Zelanda, entre algas, líquenes y musgos viven los pingüinos penacho amarillo del este. En las últimas décadas captaron la atención de la comunidad científica porque podría tratarse de una nueva especie. Aunque genética y morfológicamente diferentes a sus primos de otras partes, los afectan similares amenazas. Seis de cada diez especies de pingüinos están catalogadas como vulnerables o en peligro.

“Los pingüinos son magníficos, son carismáticos, inclusive son icónicos, pero atrás de esta belleza que vemos hay una fragilidad muy grande en términos de conservación”, explica Pablo García Borboroglu, fundador, CEO y Chief Scientific Officer de la Global Penguin Society (GPS), luego de recibir el premio al Explorador del Año de Rolex National Geographic.

La GPS es una organización internacional que desde 2009 emplea el conocimiento científico para emprender acciones de conservación y educación. Su enfoque incluye alianzas con empresas y organismos internacionales con resultados concretos como la generación de áreas protegidas y la elaboración de planes de manejo. También organiza charlas, viajes de estudio y limpiezas de playas, y producen publicaciones para niños y adultos con información valiosa.

En el área de investigación, llevan adelante el monitoreo satelital de pingüinos para conocer cómo responden a las condiciones ambientales y también cuáles son las zonas más comprometidas por las actividades humanas que puedan perturbar su desarrollo. Cualquier persona puede visitar el sitio web de la organización y

ver la ubicación en tiempo real de cada pingüino y sus características.

Otro de sus proyectos es el estudio de los penacho amarillo del este. El impacto de esta organización es internacional y, además de nuestro país, tiene presencia en Chile, Sudáfrica y Nueva Zelanda, desde donde combate también el tráfico ilegal de ejemplares en colaboración con redes internacionales. Asimismo, García Borboroglu forma parte del Comité Organizador del Congreso Internacional de Pingüinos y es el creador del Grupo Especialistas en Pingüinos de la Unión Internacional de Conservación de la Naturaleza (IUCN), que define las categorías de conservación de especies en peligro.

EXPLORADOR DEL AÑO

Borboroglu, doctor en Biología e investigador del Conicet, trabaja desde hace 36 años en la conservación marina y fue galardonado con premios nacionales e internacionales. Su labor ayudó a proteger 132.000 kilómetros cuadrados de hábitats oceánicos y costeros, beneficiando a más de 2,5 millones de pingüinos.

Su filosofía en la labor que realiza incluye el trabajo mano a mano con el sector privado. Según contó a *Convi-vimos*, el premio otorgado por Rolex fue para él una legitimación de su trabajo y un mensaje para el mundo que abre un camino para fortalecer la “cultura de la conservación”.

Nacido en Mar del Plata, Borboroglu se instaló en la Patagonia a los 19, donde estudió y limpió pingüinos empetrolados hasta que, en busca de un impacto más concreto y duradero, decidió fundar GPS en 2009. Hoy, pierde el sueño luchando contra los peligros que los acechan.

“En el mar, uno de los peligros es el de las pesquerías comerciales mal manejadas, que compiten en los lugares



Fotos: Gentileza Global Penguin Society

donde los pingüinos están buscando alimento para los pichones o para ellos, o quedan enmallados en las redes de pesca y mueren. Después, el derrame de petróleo y la contaminación por plásticos”, relata a *Convivimos*, y menciona también, en tierra, el disturbio humano y la introducción de depredadores nuevos.

También se refiere al cambio climático, que modifica el patrón de derretimiento y formación de hielo y, por lo tanto, la disponibilidad de alimento para los pingüinos, que tienen que irse más lejos, invertir más tiempo y energía para conseguirlo. Además, trae aparejadas las olas de calor, más intensas y duraderas, que pueden provocar incendios que no son reconocidos por los pingüinos como un peligro.

“A partir de esto empezamos a incluir los planes de contingencia contra el fuego en los planes de manejo de las colonias de pingüinos. Cada especie tiene una combinación distinta de amenazas. Y esto ha hecho que, de todas las especies de pingüinos que uno sabe que existen, la mitad esté considerada amenazada”, apunta Borboroglu.

Dentro de los hitos que marcaron la historia de estos animales en nuestro país se encuentra la creación de un centro de rehabilitación de pingüinos afectados por derrames de petróleo. Gracias a un convenio logrado entre Chubut y los grupos conservacionistas locales, se empezaron a promover medidas de prevención, como el corri-

UN PLANETA PERPETUO

En 2019 Rolex lanzó la iniciativa Perpetual Planet, en línea con el apoyo que brinda a “exploradores pioneros que superaron los límites de la actividad humana”.

En este marco y en asociación con la National Geographic Society, el premio de Explorador del Año se entrega a “líderes de la exploración que arrojan una luz crítica sobre problemas, descubrimientos y desafíos importantes a los que se enfrenta nuestro planeta y que inspiran acciones para un futuro más sostenible”, explica la marca.

Tombo, en el que un productor ganadero destruyó nidos y mató cientos de pingüinos de Magallanes al pasar con maquinaria en una zona de 360.000 pingüinos reconocida por la Unesco por su biodiversidad. Era época reproductiva, y Borboroglu se encontraba estudiando una colonia de pingüinos en la zona cuando recibió mensajes de las autoridades pidiéndole que se acercara al lugar.

“Hicimos mediciones, estimaciones, fotografías, videos, tratamos de documentar todo. Y menos mal. Esa evidencia fue lo que presentamos en el juicio cuando atestiguamos como expertos técnicos. Y sostuvo mucho la acusación”, continúa. Luego del juicio, la provincia de Chubut amplió el área protegida existente de 200 hectáreas a 1600.

“En nuestro planeta hay 10 millones de especies, y su futuro depende solo de una, nosotros. La lección más importante de mi viaje de conservación es esta: la perseverancia es poder. Nunca nos demos por vencidos”, reflexiona Borboroglu. 

miento de rutas marinas para alejarlas de la costa patagónica, lo que permitió llevar la cifra de pingüinos muertos por esta causa en esa provincia a principios de los 90 de 40.000 por año a solo veinte.

EVIDENCIA

Otro hito que ayudó a visibilizar la vulnerabilidad de estas especies y marcó un antes y un después en materia judicial fue el caso Punta

ESA LUZ QUE NOS DOMINA

Las pantallas están por todas partes y ocupan casi todo nuestro tiempo. También el de nuestros hijos. ¿Qué efectos produce en ellos la exposición excesiva a estos estímulos, en detrimento de otros?

POR JUAN MARTÍNEZ

De entrada, conviene subrayar algo que, aunque es obvio, de algún modo se simula que no: si el modo en que los niños, niñas y adolescentes consumen contenido audiovisual es problemático, lo es porque antes ese consumo problemático lo adquirieron sus adultos a cargo. De un tiempo a esta parte, las pantallas se adueñaron de todo, e “inteligente” pasó a ser el modo en que se define a un dispositivo con conexión a Internet y Bluetooth (más recientemente, se agregó lo de artificial, sin que quede claro si para atenuar lo primero o para tratar de darle más peso).

Como consignó el escritor Martín Kohan en el *newsletter* dominical que lleva su apellido, “hoy la oferta visual se acrecentó hasta niveles inabarcables”, ya que pasó a volverse omnipresente: llena todos y cada uno de nuestros minutos libres, y se extiende incluso a los no tan libres, entorpeciendo el trabajo y el esparcimiento por partes iguales, bajo la promesa de potenciar ambos. “El tiempo laboral se extiende y conquista con prepotencia el bendito tiempo libre, a veces con embates bruscos, a veces corriendo sigilosamente los mojonos [...]. Era nuestro tiempo de ocio; ahora lo pasamos trabajando. Era un tiempo que

teníamos para perder; hoy lo tenemos que hacer rendir, lo tenemos que aprovechar. Y a la vez, paradójicamente, no paramos de perder el tiempo. Cada vez con más frecuencia nos encontramos con que queríamos hacer algo, y al final no hicimos nada; o que queríamos ver algo, y al final no vimos nada. Por eso no nos da placer, por eso más bien nos frustra”, argumenta.

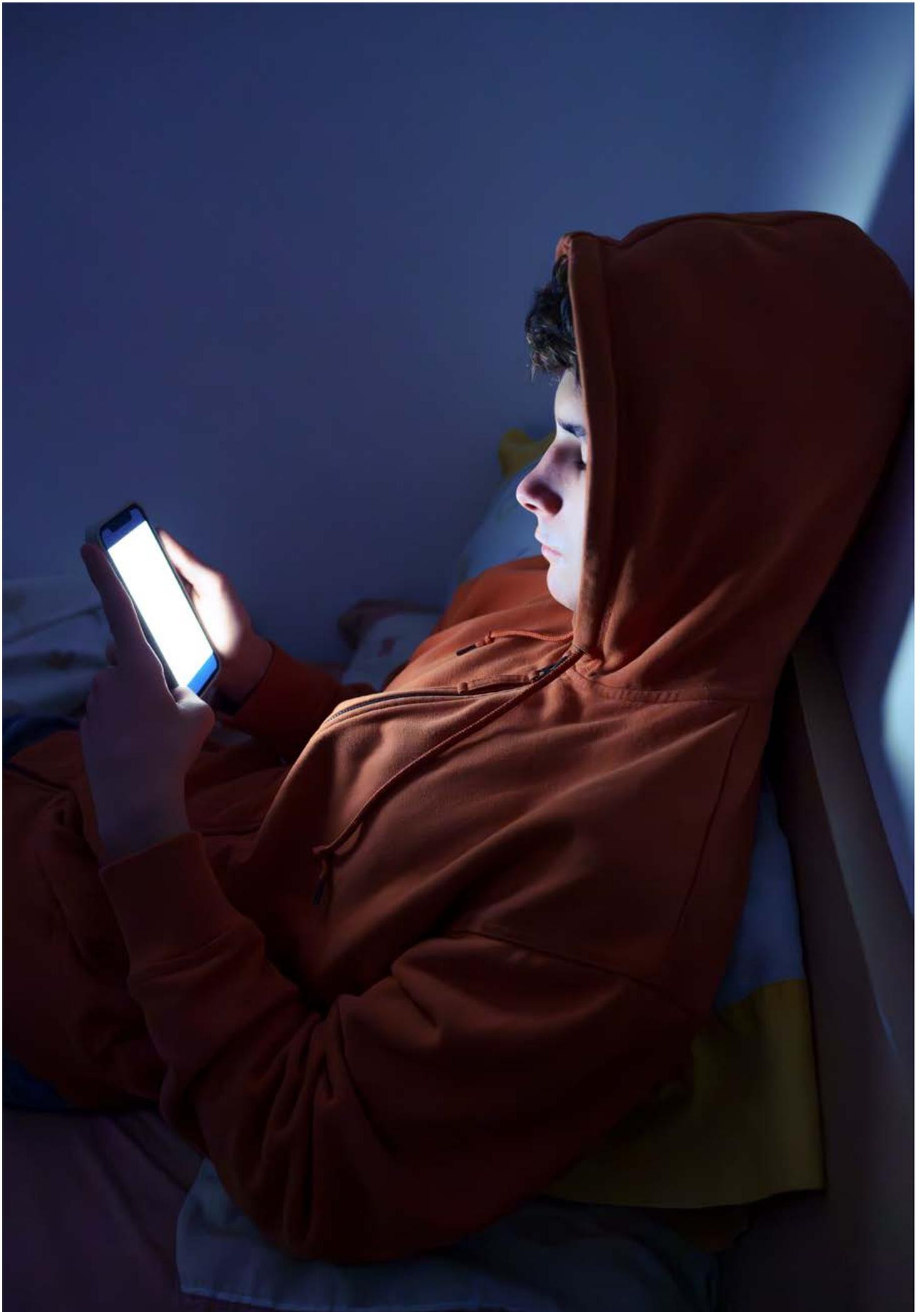
Ese consumo errático, inevitablemente, se derramó en la crianza. Con buenas intenciones, a veces; como recurso único en un contexto de muchas cuentas que pagar, pocos ingresos para solventarlas y un día con menos horas de las necesarias, en otras; por no saber o querer enfrentar un conflicto menor y acumular la basura bajo la alfombra, en ciertas ocasiones, las pantallas ocupan buena parte del tiempo en algunos hogares, y sus efectos, luego de años de este uso intensivo, ya comienzan a percibirse.

De acuerdo con datos del informe *Kids online*, encargado por Unicef y Unesco, en la Argentina más del 80 por ciento de los niños, niñas y adolescentes del ámbito urbano acceden al primer celular propio antes de cumplir los diez años. El 84 por ciento de los chicos y chicas utiliza redes sociales todos o casi todos los días, y el 94 por ciento ve videos en plataformas de *streaming* de forma cotidiana.

“Cada vez recibimos más consul-

tas en torno al uso de dispositivos en niños muy pequeños. Y otras veces la consulta no tiene que ver con esto, pero cuando indagamos nos encontramos con que hay una presencia muy fuerte de la tecnología que explica cosas que a esa madre o a ese padre le preocupan. Vemos mayor presencia de niños con retraso en el habla y, al indagar, resulta que están todo el día con el celular. En muchas personas ni siquiera está problematizado que niños pequeños estén todo el día con el celular o la *tablet*”, cuenta Ileana Contrera, psicóloga especializada en infancia y maternidad, cofundadora del espacio Lazo Natal (@lazonatal en redes), donde brindan asistencia sobre crianza y maternidad. Sobre el tema, recientemente presentaron el taller virtual “Criar en el mundo digital: redes sociales y pantallas de 0 a 18 años”.

La percepción es compartida por Jimena González, maestra de nivel inicial con dos décadas de experiencia en una escuela que aplica una metodología denominada “educación natural personalizada”, que apunta a atender las necesidades y capacidades de cada niño. Las familias que acuden al establecimiento, en teoría, comparan ciertos lineamientos de crianza, y un enfoque supuestamente más distante de propuestas industrializadas en distintos ámbitos, desde la alimen-





CHICOS GRANDES, PROBLEMAS GRANDES

A medida que un chico crece, al mismo tiempo gana autonomía respecto de sus padres y la validación de su grupo de pares adquiere relevancia en la percepción que tiene de sí mismo. Pertenecer no es un lujo, sino una necesidad. “Me pasó que en quinto grado todos los compañeros de mi hijo tenían celular y yo me negué a que él tuviera. Fue difícil, pero me mantuve en la certeza de que así lo ayudaba más que dándole uno”, cuenta Jimena González, que además de maestra es mamá.

“Hay un desafío para los padres, que es interesarse en lo que a los chicos les gusta. Así como no lo dejarías ir a la casa de un amigo a dormir si no sabés quién es su familia, lo mismo debería suceder en relación con los dispositivos y el uso de Internet. Tenés que saber qué le gusta a tu hijo, qué videos ve, a qué *streamers* sigue, qué *challenges* de TikTok están de moda. Eso puede despertar una charla en la casa”, aconseja Contrera.

Abusos, acosos, *bullying*, extorsiones varias, apuestas *on-line*, consumo irreflexivo de discursos violentos (todos temas para futuras entregas) son peligros con mayores posibilidades de cristalizarse cuando el acompañamiento desaparece.

tación hasta el entretenimiento. Sin embargo, González observa: “Los más chiquitos ingresan muchas veces sin saber prácticamente hablar, desacostumbrados a la interacción con otras personas, algo que la pantalla no les da. También noto que se aburren cada vez más rápido, por estar habituados a estímulos más cortos, intensos y cambiantes. Algunas veces, no saben cómo jugar con elementos comunes, como bloques”.

Distintos factores confluyen para que el tiempo de pantalla inicie a edades muy tempranas y se extienda durante horas cada día. Como se dijo, el propio uso compulsivo adulto funciona como desencadenante del deseo: si eso es tan atractivo para el cuidador, el niño lo anhela. La economía es algo que no puede dejarse de lado, ya que en una era en que el pluriempleo se volvió indispensable para la supervivencia, el tiempo que los cuidadores pueden dedicar plenamente a los chicos se reduce de forma drástica. En paralelo, los paradigmas de la crianza se modificaron y lo que antes era im-

posición en muchos casos se tornó negociación. La gestión de un enojo por la negativa al acceso a la pantalla implica esfuerzo y, nuevamente, tiempo. En resumen: lo que hay son adultos cansados, sobreexplotados, evasivos de lo que pudiera generar rispideces y, en cierto modo, adictos también al chupete electrónico.

Y está el tema del aburrimiento, aquello que buscan extirpar todas las propuestas: cada segundo de la jornada pareciera que tiene que ser entretenido, lleno de algo, sea lo que fuere. “Es superimportante que los chicos se aburran, porque en ese momento es donde la imaginación empieza a volar. Tienen que ver qué hacer, transformar un cartoncito en una herramienta, cualquier cosa. Si no se aburren, no trabajan la imaginación”, explica González.

En edades algo más avanzadas, los problemas que puede originar un uso desmedido de pantallas también crecen. Contrera apunta, especialmente, al contenido más popular, de edición dinámica, ritmo veloz y duración acotada que alimenta el *scrolleo* sin fin:

“Es clásico de *shorts* de YouTube, TikTok, *reels* de Instagram. Genera una sobrecarga de estímulos que los deja pasivos, por eso un chico frente a una pantalla es uno que no molesta. Esa sobrecarga no permite ningún tipo de procesamiento de la información en el cerebro. Te atrapa y no sabés qué está pasando. Cuando apagás la pantalla, el chico es como un adicto al que le sacás su sustancia. No solo trae problemas como retraso del lenguaje, trastornos de sueño o irritabilidad, sino que el mundo real no está ni puede estar a esa velocidad, y les resulta difícil sentarse a leer un libro, ver una película o sostener una conversación”.

Laura De Vivaldi es docente de sexto y séptimo grado en escuelas públicas de barrios vulnerables. Aunque los chicos con celular propio son minoría, el resto usa casi a diario el de su adulto responsable, algo que se intensificó desde la pandemia. Sin acceso, en la mayoría de los casos, a una computadora en sus hogares, el celular se convierte en un campo minado de distracciones cuando intentan utilizarlo para hacer tareas o investigar so-

bre un tema específico. Percibe, en los últimos años, un deterioro en el nivel académico que, aunque no se explica en su totalidad por el uso de pantallas, lo tiene como una de sus causas: “La atención es menor, dictar una clase de cuarenta minutos se volvió un desafío, hay que darle la mayor dinámica posible. La comprensión de textos empeoró notoriamente, las consignas tienen que ser más simples. Hay un desfase en el aprendizaje: estamos enseñando en séptimo grado cosas que serían de quinto. Los que sí tienen celular, además, vienen con mucho sueño, porque se quedan hasta la madrugada viendo TikTok o jugando jueguitos”.

Los investigadores Ronak Jain y Samuel Stemper, de la Universidad de Zúrich, Suiza, estudiaron el impacto de la expansión global de la Internet móvil y el rendimiento escolar. Para ello, usaron como variables clave el tamaño de la red 3G (que transformó definitivamente a los celulares de teléfonos a computadoras portátiles) con los resultados de las pruebas PISA a lo largo de los años. En la Argentina, la correlación fue clara: a medida que la red creció

(posibilitando que más personas, entre ellas, adolescentes, accedieran a navegar todo el día desde sus celulares), los resultados empeoraron. No es, claro, un factor único, y la coincidencia no marca una codependencia, pero es un dato más que se suma. “En la historia de la humanidad es un problema muy nuevo. Está todo por ser estudiado, y sus riesgos se están minimizando. Las pantallas y la tecnología pueden ser algo maravilloso que nos acerque a un montón de cosas, pero estamos dejando muy solos a los niños, cuando todavía no tienen formado un juicio crítico de la realidad”, alerta Contrera.

La vida puramente *off-line* no existe más, y los beneficios de la tecnología son innegables. Hay infinidad de tareas antes engorrosas que actualmente se resuelven en pocos minutos, y tenemos al alcance múltiples herramientas a un costo accesible en la palma de la mano. No se trata de demonizar, sino de reflexionar acerca del uso. Detenernos en el momento en que lo útil se hizo invasivo, el entretenimiento se convirtió en apabullante y la herramienta se volvió un arma. 



VALENTÍN PERRONE

LA VELOCIDAD

COMO OBSESION

Es un adolescente con responsabilidades y trayectoria de adulto, que compite a nivel mundial a más de doscientos kilómetros por hora. Argentino, aunque haya nacido en Europa, cumple sueños y persigue siempre otros.

POR JUAN MARTÍNEZ

Cierra los ojos y se esfuerza, pero no consigue recordar algún momento de su vida en el que no estuviera ya tomado por la pasión de subirse a la moto y cruzar de un lado a otro a pura velocidad. Sabe que a sus dos años tuvo una bici de arrastre, e intuye que el modo en que la utilizaba es el motivo por el que sus padres le regalaron, al año siguiente, su primera moto: azul y amarilla, hecha en China, al estilo de las minimotos Polini.

Valentín Perrone, ya con 17, es la gran sorpresa de Moto3, la categoría de menor cilindrada del Mundial de Motociclismo. Luego de un debut accidentado, sus resultados lo llevaron a recalcular objetivos: quiere ganar al menos una carrera, instalarse como elenco estable en el podio y finalizar la temporada en el top 10. El sueño ya cumplido de correr en un Mundial abrió nuevos horizontes (a lo lejos, su gran objetivo es llegar alguna vez al MotoGP, la

máxima categoría de este deporte). Solo una vez, este año y con motivo del Gran Premio disputado en Santiago del Estero, pisó suelo argentino. Sin embargo, el chico nacido en Barcelona siempre sintió un arraigo mayor por la celeste y blanca de su padre (Marcelo, quien emigró en 2000) y es la bandera que representa donde sea que compita. “No es una cuestión que haya elegido, simplemente lo sentí así. Siempre me gustaron el mate, los asados, y veía el fútbol de Argentina, los partidos de River. A mi familia siempre le costó pagar las motos, y para nosotros era impensable permitirnos un pasaje en avión a Argentina para mi papá, mi mamá, mi hermana y yo. Fue hermoso poder llevar a mi papá, después de tantos años sin ir a la Argentina, gracias a las motos. Me sentí en casa”, cuenta.

Fue una experiencia fuerte en lo emocional, ¿cómo la recordás en lo deportivo?

Fue una semana increíble. Es-

taba mejorando mucho, yendo muy rápido, conseguí ir con el grupo delantero hasta las últimas vueltas en la carrera, lástima la caída por la que debí abandonar. Tuve mucha mala suerte, en las primeras tres carreras me caí y abandoné. No fueron errores míos, pero comenzaron a pesarme.

¿Fue difícil la adaptación a la moto nueva?

Sí, sobre todo los primeros días de entrenamiento. Llegué a pensar que a lo mejor esto no era para mí, que me había saltado muchos pasos. Me acuerdo de salir a pista, intentar seguir a algunos pilotos y ver que no podía seguirlos ni dos curvas. Fue bastante duro, pero me sirvió de aprendizaje. Recién en la cuarta carrera, en Catar, pude terminar, y lo hice llorando.

¿Por qué?

Empecé la carrera y lo hice bien. Estaba en el grupo para sacar puntos. Cuando el neumático se gastó



Foto: Gentileza RM Riders Management

UN CHICO GRANDE

Fue tercero en la Red Bull Rookies Cup y cuarto en la European Talent Cup el año pasado, y este año ya hizo su primer podio en el Mundial de Moto3 (en Assen, Países Bajos); recién a fin de año cumplirá los 18 años. Es consciente de que su vida es muy diferente a la de los demás chicos de su edad: "A mí no me gusta salir, solo quiero entrenar y andar en moto. Cuanto más tiempo pueda estar sobre la moto, mejor para mí. Intento desconectar a veces, y le doy prioridad a pasar tiempo con mi familia sin ver el celular. Llevo toda mi vida haciendo esto y quiero que siga así".

un poco, sentía que estaba en el límite y me bloqueé mentalmente. Pensaba que me iría al suelo y no podía permitírmelo nuevamente. Entonces, decidí bajar un poco el ritmo para sentirme seguro, pero mi mente me repetía todo el rato "Te vas a ir al suelo". No podía ni pilotar bien, estaba llorando encima de la moto durante las últimas cinco vueltas, que se me hicieron eternas. Cuando vi la bandera a cuadros, lloré mucho más aún, solo que de felicidad. A partir de ahí todo fue mejorando.

Al comienzo de todo, esto era un juego, ¿cuándo se volvió serio?

Hasta los once o doce años fue un juego, pero la diversión me la daba ganar. Si no lo hacía, me enfadaba muchísimo, hacía pataletas, no lo llevaba muy bien. A partir de los doce, se volvió algo serio, porque me di cuenta de que quería dedicarme a esto toda mi vida e incluso no ir más al colegio para poder entrenar más horas.

¿Cómo fue ese proceso?

Durante un tiempo estudié y competí. Cuando me quedaba un año más de estudios, no estaba obteniendo resultados y necesitaba hacer un cambio en mi vida, dedicar todo mi día a entrenar. Es lo que hice, con el apoyo de mi familia y mis entrenadores. Desde ese momento empezaron a salir mejor las cosas, fui más rápido, más fuerte.

¿Qué sentís arriba de la moto?

A veces, si no consigo ir rápido, es como si fuera montado en un toro loco que no puedo controlar. La moto me lleva a cualquier lado. Pero cuando la moto y yo somos uno, todo cambia: la moto hace lo que pienso sin que me dé cuenta, como si no hiciera falta que le diera la orden, y consigo ir rápido. Es como mover un brazo, la moto es una parte de mí. Pasa muy pocas veces, y es una sensación hermosa, de ser superior a los demás. **C**



SANTA CATARINA

LA IMPONENTE BELLEZA DE LA SIERRA CATARINENSE

Cercanas a Florianópolis, dos ciudades como Urubici y Praia Grande, a pesar de su nombre, ofrecen extraordinarios paisajes montañosos, con cañones, lagunas, cascadas y otros atractivos, tanto para el turismo familiar como el de aventura.

POR PALOMA DEL BERRO



La exuberancia de los verdes furiosos y la dureza de sus *canyons* –como les dicen en Brasil a los cañones–, propicios para ser recorridos por toda la familia, en cualquier época del año. Foto: iStock.



Morro da Igreja, desde donde se observa la caprichosa mano de la naturaleza. Foto: iStock.

El estado de Santa Catarina, en el centro sur del territorio brasileño, es famoso en el mundillo turístico por su capital, la muy popular ciudad de Florianópolis, y por la más poblada, Joinville. Contiene el 3,4 por ciento de la población brasileña, y las riquezas que ofrece representan el 4,6 por ciento del PIB del país. “Floripa”, como se la conoce coloquialmente a su urbe más reconocida, en un principio se denominaba “Nossa Senhora do Desterro”, pero luego cambió de nombre en homenaje al expresidente Floriano Peixoto. Cuenta con más de un centenar de playas en una región que combina un estado silvestre de extrema belleza con diversas puntas rocosas, islas, bahías y lagunas propias de relatos infantiles. Ya hace unas cuantas décadas se convirtió en un destino prioritario y sumamente transitado por turistas de todo el mundo, en especial arribados

desde la Argentina, quienes se desviven por sumergirse en los mares que bañan balnearios como Trinidad, Carvoeira, Barra da Lagoa, Mozambique, Mole, Galheta, Joaquinha, Cachoeira de Bom Jesus, Ingleses do Rio Vermelho, Jureré, Santo Antônio y Campeche, entre muchos otros, junto al favorito de los llegados con banderas blanquicelestes: Canasvieiras.

Claro que los tiempos cambian, los destinos se renuevan y los favoritismos mutan en cuanto a los lugares por visitar y reconocer. Pero siempre se tiene en cuenta la accesibilidad de las distancias, los valores de las monedas y las posibilidades de descanso y de tránsito confortable, y, en definitiva, el atractivo de conocer nuevos lugares turísticos para nutrirse con su naturaleza y disfrutar de su historia, su cultura, su arte, su arquitectura, su gente.

Por eso, desde hace algún tiempo, surgieron variantes, aunque no tan distintas, todas dentro de una región

de una belleza excepcional, impactante colorido, paisaje exuberante y con un ingrediente muy espectacular: los *canyons* (cañones). Se trata de la Sierra Catarinense. A distancias siempre breves de Florianópolis, surgen nuevos tentadores poblados, muy proclives para el turismo. Es así que en una región donde predominan áreas montañosas, la mayoría de sus poblaciones se ubican a más de mil metros de altura. Una zona imponente para toda la familia que tiene a disposición todo tipo de alternativas.

LOS CANYONS

De las regiones más promocionadas como uno de los nuevos paraísos brasileños aparece Praia Grande, que a pesar de su nombre no está en la costa atlántica, sino que, enclavada en una región montañosa, se la ubica bajando hacia el centro sur unos 286 km desde Floripa y deteniéndose a 220 km de Porto Alegre. Los portugueses se insta-



Belleza urbana y natural. La imagen de la ciudad de Urubici, admirada desde la propia sierra de Santa Catarina. Foto: iStock.

AIRE, TIERRA Y MAR

La posibilidad de arribar a la región confluye en el aeropuerto de Jaguaruna o en el de Florianópolis, o en los internacionales Guarulhos o Viracopos, ubicados en San Pablo. Claro que la atracción de los turistas argentinos por trasladarse por las rutas es acicateada por caminos bien conservados entre paisajes hermosos (aunque cuenten con la extraña fama de ser epicentros de recurrentes accidentes). De todas maneras, si se tiene cautela, paciencia y aguante, se pueden recorrer los poco más de 1700 kilómetros que separan la ciudad de Buenos Aires y Florianópolis, mediante las modernas RN14 de la Argentina y BR-290 brasileña. Por supuesto que se aceptan todas las variantes. Hasta llegar en cruceros marítimos...

laron allí a fines del siglo XIX, pero la urbe fue fundada en 1943. Actualmente se trata de un poblado de edificaciones bajas, muy simpáticas y simples, pero con todo el confort disponible, rodeado de los parques nacionales de la Sierra Geral y el de Aparados da Serra.

Allí se encuentra todo lo que el turista puede pretender. Está rodeada de ríos, senderos, miradores a los cañones y cascadas, que junto a las cavidades prehistóricas y la cadena de cerros de muy diversas alturas generan paisajes de enorme belleza silvestre. Estos se completan con la exótica costumbre de organizar increíbles paseos en globo.

La de Praia Grande es una región muy proclive para el senderismo y el turismo aventura de montaña. Se lo practica tanto de mayo a septiembre, los meses más secos y frescos, como en las épocas más veraniegas, cuando el sol pega con toda su potencia y esa naturaleza aflora con toda su belleza. Por ejemplo, resulta muy recomenda-

ble una visita a sus cañones, para sorprenderse verdaderamente con sus paredes rocosas. Los más renombrados, pletóricos en recovecos y diversidades de imágenes son el Itaimbezinho y el Fortaleza, que pueden ser recorridos a pie o en bicicleta, y a los que se puede llegar mediante los tan atractivos lanzamientos en tirolesas. Otro cañón muy visitado, el Malacara, tiene el apreciado plus de combinarse con ríos y cascadas.

TIERRA ACOGEDORA

Otro epicentro recomendable de las Sierras Catarinenses es Urubici, un paraje de ensueño suficientemente moderno, ya que fue fundado en 1956 y no llegó aún a las siete décadas. Se encuentra a solo 167 km de Florianópolis y cuenta en la actualidad con apenas alrededor de 12 mil habitantes. Se halla camino a San Joaquim, alejándose de la costa. Está envuelto de bosques de pinos y especies nativas que contienen una fauna muy rica, en la que se



La pileta del *spa* del hotel Morada dos Canyons y una vista espectacular a la sierra. Foto: Gentileza Morada dos Canyons.

CONFORT Y BUENOS PLATOS

Existe gran diversidad de alojamiento en la propia ciudad de Urubici, como en los suburbios o en medio de las sierras. Los hay para todas las pretensiones y los bolsillos. También para parejas o para familias. Del mismo modo, la oferta gastronómica es decididamente tan variada como se acostumbra en todos los centros turísticos brasileños. Es una agradable constante. Por caso, desde la comida típica, empezando por los elementales puestos callejeros, pasando por todas las instancias y llegando a los sofisticados restaurantes, que a su vez se amplían con una variedad internacional verdaderamente única. Por eso, una de las consignas es que, en la región, el confort se combina con la alimentación para brindar una oferta muy especial.

destacan los pumas: ambas características lo elevan a la posibilidad cierta de ofrecer la realización de turismo de aventura, aunque el Traveller Review Award la calificara como el único destino brasileño entre los diez más acogedores del mundo. Su clima genera una enorme atracción, ya que suele presentar paisajes nevados en invierno con temperaturas extremas bajo cero que se convierten en plácidos aunque calurosos refugios en verano, con el sol que caracteriza a Brasil.

A Urubici se la conoce como “la Tierra de Verduras”. Su belleza natural se alimenta de cultivos de manzana y de yerba mate, además de ser la mayor productora de frutas y verduras de Santa Catarina. Los primeros pobladores llegaron de regiones relativamente cercanas, como Tubarão, São Joaquim y Bom Jesus. Aunque por entonces la zona estaba habitada por los indios Xokleng: es así que a poco de hurgar, se pueden ubicar registros antiquísimos, ya sea en las cuevas montañosas

o a través de las inscripciones rupestres que se descubren en muchos rincones de la región.

GIRA POR LA MONTAÑA

Tanto desde Urubici como Praia Grande o desde innumerables centros urbanos de la Sierra Catarinense, a cual más atrayente, haciendo base en ellos, se pueden realizar recorridos excelentes, entre sus más de 80 cascadas y saltos de agua, muy diferentes entre sí. Todos ellos se convierten en paseos muy recomendables. Daremos cuenta de algunos.

Para empezar, el Morro da Igreja. El dato desafiante es el de sus temperaturas extremas bajo cero, que lo convierten en una atracción excepcional: el récord se vivió en 1996 con un tremendo $-17,8$ °C. En ningún otro sitio de Brasil nunca se midió semejante frío. Y si bien no siempre se llega a esos impresionantes registros, sí las marcas suelen ser lo suficientemente bajas. Situado en el Parque Nacional



Una zona montañosa llena de ríos y cascadas, en la que no faltan senderos, cavidades prehistóricas y miradores con vistas a los cañones. Foto: iStock.

de São Joaquim, son muy particulares los paseos por el morro y, especialmente, las vistas desde su mirador, en particular los días de niebla cuando los paisajes hacen que el visitante parezca encontrarse en medio del rodaje de una película de misterio. Se llega desde Urubici previa reserva en la página del Instituto Chico Mendes de Conservação da Biodiversidade (ICM-BIO): así, en forma gratuita, se arriba a su cúspide, que se encuentra a 1822 metros de altura, desde donde mejor se vislumbra la Pedra Furada, una formación rocosa con similitudes con la bonaerense Sierra de la Ventana, ya que se puede observar una gran puerta creada por la naturaleza.

Y continuando por la misma ruta se llega a la Cascada Véu de Noiva, la más destacada de la región, con una caída de 62 metros, que forma un velo blanquecino que desemboca con furia en un acantilado y que tiene un agregado asombroso: la presencia de aves nativas de diferente colorido y tamaño,

entre ellas los gaturamos, curiós, sabiás, tico-ticos, carpinteros y capitães do mato. Si bien se trata de una propiedad privada, las promociones permitirían que se pueda ingresar a bajo precio. Por otra parte, la zona aledaña es elegida por quienes deciden practicar el arborismo, ya que tiene un sendero de 10 metros de altura y 260 metros de longitud que se convierte en un “camino” muy especial, ya que se conectan las copas de los árboles por donde se puede trasladar el visitante.

A solo pocos minutos del centro de la ciudad de Urubici, Parque Cachoeira Papuã, se encuentra el Salto del Péndulo. Propone una fascinante experiencia que consiste en llegar al borde del cañón, a 100 metros de altura, y desde allí lanzarse en caída libre mediante un péndulo, es decir, como unas sillas que se sujetan mediante cuerdas de seguridad por la cintura y el pecho. Los organizadores lanzan un dato que para los más osados significa un gran desafío: se suelen alcanzar los

100 km/h en la caída. Diferente experiencia, aunque siempre arriesgada, es la de participar de la tirolesa sobre la cascada del Avenal, que se traslada a 120 metros de altura y a una velocidad que a algunos les eriza la piel: hasta 30 km/h.

Y ni que hablar del Cañón Espraiaido, a 1500 metros de altitud, una de las atracciones más promocionadas y atrayentes, también por la dificultad del acceso a la zona. Sus senderos son realmente una invitación a la aventura, pero la recompensa es la de admirar las paredes rocosas, moldeadas por la energía brutal de la naturaleza durante siglos y siglos.

Por todo eso, luego de recorrer semejante demostración de lo imponente de la naturaleza, con sus monumentos megalíticos, sus cañones surcados por cascadas y sus espectaculares valles, se comprende por qué Santa Catarina no es solo playas paradisíacas, sino un torrente de belleza que proviene de sus sierras. 



**LOOK
MONOCROMÁTICO**

Vestido de seda midi y zapatos chatos de cuero (Mishka), y aros colgantes con forma de estrella (Isadora).

NUEVOS CÓDIGOS DE PRIMAVERA

Entre una estética minimalista y un estilo relajado del *boho-chic*, el guardarropa femenino comienza la metamorfosis más esperada para recibir al tiempo cálido con los nuevos diseños de la temporada.

FOTOS ALEJANDRA LÓPEZ ESTILISMO MARÍA GUERRERO



TRAJES RELAJADOS

*Blazer de lino (Perramus), aros
argollas (Isadora), pantalón pinzado
con estampado y zapatos de cuero
croco (Mishka).*



MAXIVESTIDOS

Vestido de seda largo con pechera transparente bordada y falda estampada (Benito Fernández).





MINIMALISMO COOL

Corpiño tipo corsé de *denim*, pantalón de tiro alto de brocado (Sadaels), aros argollas (Isadora) y minicartera de cuero con tira de cadena (Mishka).



BORDADOS A FULL

Vestido bordado con *paillettes* y volados en la cintura (Benito Fernández).



OVERSIZED

Camisa XL, chaleco con botones irregular, bermudas y cartera de cuero (Mishka), y botas de lluvia (Hunter para Perramus).

AZUL RETRO

Minitop de *lycra* con flor aplicada (Sadaels).



Agradecimiento:
Sadaels.com
Mishka.com.ar

Perramus.com.ar
Isadoraonline.com
Benitofernandez.com.ar



COCINAR CON FLORES



POR
SANTIAGO
GIORGINI

Fotos Fernando Giampieri (Estudio Migone)



ENSALADA FRESCA

2 PORCIONES 25 MIN PREPARACIÓN - MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

1 atado de espinaca fresca
1 pomelo rosado o amarillo
2 naranjas
1 taza de brotes (soja, arvejas, alfalfa, etc.)
1 taza de flores comestibles (minipensamientos, caléndulas, etc.)

Vinagreta:

Jugo de 1 naranja
Jugo de ½ pomelo rosado
Jugo de 1 limón
1 cucharada de mostaza
1 cucharada de miel
3 cucharadas de aceite de oliva
Sal y pimienta, a gusto

PREPARACIÓN:

Lavar y secar las hojas de espinaca. Pelar las naranjas y el pomelo, separando los gajos a vivo.

Para la vinagreta: poner en un *bowl* los jugos recién exprimidos, la mostaza, la miel, pimienta y sal, a gusto. Comenzar a mezclar con un batidor de mano hasta unir los ingredientes. Añadir el aceite en forma de hilo. Reservar.

Mezclar las hojas, con los gajos de los cítricos, en un *bowl*, junto con las flores y los brotes, condimentar con la vinagreta y servir.

TIPS

- Tanto la ensalada como la vinagreta quedan muy bien para acompañar pescados o pollo.
- La ensalada como plato único también es una buena opción, se le pueden agregar más ingredientes a gusto. Remolacha, queso feta, rúcula, frutos secos y granada son algunos de los que quedan muy bien.



PANNA COTTA CON LAVANDA

4 PORCIONES 15 MIN PREPARACIÓN 2 H COCCIÓN



INGREDIENTES:

35 cc de agua
7 g de gelatina sin sabor
425 g de crema de leche
250 cc de leche
70 g de azúcar
1 cucharada de flores de lavanda secas (aptas gastronomía)

Salsa de limón:

½ taza de jugo de limón
1 taza de azúcar
Cáscara de ½ limón
Flores de lavanda para decorar c/n

PREPARACIÓN:

Poner en un recipiente el agua, espolvorear con la gelatina sin sabor y dejar

hidratar (5-10 minutos).

Poner a calentar la crema, la leche y el azúcar, que no llegue a hervir.

Apagar el fuego, incorporar las flores de lavanda, tapar y dejar infusionar durante aproximadamente 10 minutos.

Calentar apenas la gelatina hidratada, puede ser en microondas o a baño María, para que se disuelva.

Agregar la gelatina a la mezcla de leche, mezclando para integrar. Por último, pasar la preparación por un colador fino y verter en moldes individuales de flan, previamente aceitados. Llevar a la heladera por lo menos 2 horas.

Para la salsa de limón: Retirar la parte

blanca a las cáscaras y cortar en tiras finas. Reservar.

Poner en una cacerola el azúcar, con el jugo de limón y las cascaritas.

Calentar hasta hervir, bajar el fuego y continuar la cocción hasta que tome consistencia de miel. Retirar y dejar enfriar.

Desmoldar la *panna cotta*, servir con la salsa de limón y decorar con algunas flores de lavanda.

TIP

Para desmoldar fácilmente, sumergir rápidamente el molde en agua caliente.

BUDÍN DE LIMÓN Y AMAPOLAS

12 PORCIONES 20 MIN PREPARACIÓN 45 MIN COCCIÓN



INGREDIENTES:

200 g de manteca
 230 g de azúcar
 4 huevos (200 g)
 50 g de jugo de limón (1 limón aproximadamente)
 Ralladura de un limón
 250 g de harina 0000
 1 cucharadita de polvo de hornear
 1 cucharada sobera de semillas de amapola
 Para la cubierta:
 Jugo de 1 limón + 250 g aprox. de azúcar impalpable
 1 cucharadita de semillas de amapola

PREPARACIÓN:

Batir la manteca blanda con el azúcar hasta lograr una consistencia de crema.
 Agregar los huevos de a uno, luego la ralladura, el jugo de limón y las semillas de amapola.
 Incorporar la harina con el polvo de hornear y mezclar hasta unir los ingredientes.
 Volcar la preparación en un molde de budín, con papel manteca enmantecado y que sobresalga, para desmoldarlo más fácilmente. O también se puede enmantecar y enharinar.
 Llevar al horno a 170° por unos 35 a

40 minutos, o hasta que, al pincharlo con un palillo, este salga seco.
 Retirar y dejar enfriar.
 Para la cubierta, mezclar el azúcar impalpable tamizada con el jugo de limón hasta lograr una pasta espesa.
 Cubrir el budín, espolvorear con las semillas y dejar secar.

TIPS

- Se puede utilizar harina leudante, en ese caso, suprimir el polvo de hornear.
- Para una mejor emulsión de los ingredientes, es importante que todos estén a temperatura ambiente.

POR
FABRICIO PORTELLI



Cómo apreciar el paso del tiempo

TIPS CONSUMO

Con el paso de los años, los vinos no mejoran. Porque un vino básico será siempre básico, y un gran vino, siempre un gran vino. Es cierto que el vino “está vivo” y en la botella sigue evolucionando. Por eso, para lograr el mejor de los resultados, las condiciones de guarda deben ser ideales: botellas acostadas, con la temperatura controlada y estable por debajo de los 20 grados, y en un lugar oscuro, tranquilo y limpio.

Aunque la experiencia de compartir y disfrutar un vino guardado puede ser mejor. En primer lugar, porque dentro de la botella el vino se va acomodando. Ese ciclo puede durar más en los vinos concentrados. Y esto es sinónimo de equilibrio y complejidad en sus expresiones, tanto en nariz como en boca. No obstante, el tiempo va oxidando el vino, tal como a las personas. Esto quiere decir que esa curva de evolución durante la estiba en al-

Por suerte, siguen siendo muchos los que aprovechan la llegada de la primavera para volver a salir al aire libre a aprovechar el tiempo lindo, pícnic de por medio. Y el vino no debería ser un problema para aquellos amantes de la naturaleza que también gustan de comer bien y tomar mejor. Claro que, para simplificar la movida, como hacemos con la comida, son mejores los vinos con tapa a rosca que los que vienen tapados con corcho. Además, estos vinos suelen ser más livianos, ya sean blancos, rosados o tintos, ideales para acompañar sándwiches, empanadas, ensaladas, tartas y todas las delicias que se preparan para vivir la experiencia. También hay vinos en lata, muy prácticos cuando los que toman son muy pocos. Tampoco hay que complicarse con copas ni vasos de vidrio, lo ideal será pensar en buenos vinos, simples y accesibles, pero no por ello menos disfrutables. Porque muchas veces no se trata de la calidad del vino, sino de que el estilo sea el ideal para la ocasión.

gún momento abandona su tendencia positiva y comienza a decaer, sin que esto implique que se ponga mal. Un buen vino puede durar cincuenta años y en un estado de tomabilidad aceptable. Pero la idea no es guardar un vino para que esté correcto, sino que sorprenda a todos. No solo por el paso de los años, sino por lo especial de la ocasión que amerita su descorche.

Mejor sin comida o al final de ella, con tratamiento suave al destaparlo y al servirlo. No conviene decantarlo, sino más bien disfrutar de cómo se va abriendo en las copas, que deben ser las mejores copas posibles. Y luego intercambiar opiniones. Pero hay algo que va a sobrevolar más el momento, y serán los recuerdos que solo un vino guardado puede aflorar.

GUÍA DE VINOS



CALLIA CRIOLLA 2024
CALLIA, SAN JUAN, VALLE DE TULUM (\$6000)
PUNTOS: 90

Atención con esta criolla de precio amable y muy bien lograda. Su aspecto color cereza traslúcido es inconfundible. Y tanto en nariz como en boca, despliega buena fruta roja fresca (cerezas) con texturas mordientes que aportan persistencia y amplifican su mensaje. Un gran logro del joven *winemaker* de la casa, Gustavo Daroni, rescatando este tradicional varietal. Beber entre 2025 y 2026.



DANTE ROBINO BONARDA 2024
BODEGA DANTE ROBINO, MENDOZA, LUJÁN DE CUYO (\$9000)
PUNTOS: 89

Blend elaborado con uvas de Perdiel y Agrelo, cosechadas manualmente, despalilladas, refrigeradas y posteriormente enviadas a vasijas de acero inoxidable para su fermentación. Así logran un tinto de buen cuerpo, de aromas intensos y bien apoyados en las frutas rojas y especias, con tonos vegetales. Ideal para acompañar pastas y platos cotidianos de la cocina hogareña.



INFINITUS BARREL SELECTION MALBEC 2023
BODEGA FABRE MONTMAYOU, RIO NEGRO, ALTO VALLE (\$20.000)
PUNTOS: 90,5

Hervé Fabre, propietario y hacedor de la casa, conoce también muy bien el terroño patagónico. Por eso este Malbec joven es pura fruta y frescura, con el toque justo de crianza. De buen cuerpo y aromas a frutas rojas silvestres, paladar franco con taninos incipientes, su trago es ágil y a la vez de paso consistente. Agradable y equilibrado en sus expresiones. Beber entre 2025 y 2027.

KIA K3 GT LINE ES POR ACÁ

Por Walter Togneri



USD 28.500
Precio

196 KM/H
Velocidad
máxima

123 CV
Potencia
máxima

7,5 L/100 KM
Consumo
promedio

DISEÑO 4/5

Es, sin duda, el sedán compacto más interesante entre los que hoy se pueden comprar en la Argentina, ya que ofrece una muy buena combinación de características. La que se advierte a primera vista es el diseño: la silueta de cuatro puertas “con aires de cupé” (hay otra opción de dos volúmenes) se destaca por la caída del techo que dibuja una luneta angulosa (aunque sin que se reduzca demasiado la visibilidad), que avanza hacia los grupos ópticos con faros led angostos unidos por una tira luminosa que recorre el ancho del portón del baúl.

En el sector delantero resaltan los faros DRL en un marco estético definido por la compañía como “nariz de tigre”, con una parrilla angosta por sobre la toma de aire principal, a cuyos costados se ubican las luces antiniebla. Mide 4,54 m de largo, 1,76 m de ancho y 1,47 m de alto, silueta que parece estar cerca del suelo (la distancia entre ejes es de 2670 mm), pero en la práctica el despeje no representa un problema.

El contacto con el piso está a cargo de ruel-

das armadas con llantas de aleación de 17” y neumáticos en medida 205/50 R17, aunque la de repuesto es de uso temporal.

CONFORT 4/5

En el interior ofrece comodidad para cuatro adultos en un ambiente con mucho plástico duro, pero decorado con estilo moderno. Son protagonistas los tapizados de sùnil cuero y tela con tonos combinados: color arena y negro, respectivamente.

El conductor encontrará la mejor posición frente al volante rápidamente gracias al ajuste en altura de su butaca y a la doble regulación de la columna de dirección.

Atrás, hay espacio para dos adultos, ya que la butaca central es pequeña.

El baúl ofrece una capacidad de 544 litros, pero los brazos que sostienen el portón ocupan mucho espacio, motivo por el cual cargar elementos grandes puede ser complicado. El confort también se evalúa por las suspensiones, y en este caso se advierte una puesta a punto del chasis muy equilibrada: permite resolver curvas rápidas sin conflictos, pero en

la ciudad el recorrido de la suspensión delantera puede resultar corto.

Dobla bien gracias a la dirección eléctrica que siempre ofrece la asistencia justa.

MOTOR 3,5/5

Del mismo modo que su primo hermano, el Hyundai HB20, el Kia K3 utiliza un motor naftero 1.6, con 16 válvulas y doble árbol de levas a la cabeza comandados por cadena que entrega 123 CV de potencia y 152 Nm de torque conectado con una caja automática de seis relaciones con levas en el volante. Ese par máximo aparece a las 4850 rpm, un régimen elevado que hace que sea un motor ruidoso en los procesos de aceleración. La tracción es delantera.

Ese equipo hace que el K3 logre prestaciones correctas para un modelo de su clase. Medimos 196 km/h de velocidad máxima y acelera de 0 a 100 km/h en 10,5 segundos, mientras que el consumo promedio en nuestra unidad de prueba fue de 7,5 litros cada 100 kilómetros.



MOTOR

Delantero, transversal. Cuatro cilindros en línea de 1598 cm³ alimentado por inyección.

Potencia: 123 CV

Torque: 152 Nm

TRANSMISIÓN

Tracción delantera

Caja: Automática de seis velocidades

DIMENSIONES

Largo/ancho/alto: 4545 mm/1765 mm/1475 mm

Distancia entre ejes: 2670 mm

Peso en orden de marcha: 1215 kg

Capacidad de baúl: 544 litros

Capacidad de combustible: 50 litros

SUSPENSIÓN

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

Trasera: Eje rígido, con amortiguadores hidráulicos telescópicos y resortes helicoidales

FRENOS

ABS y asistentes electrónicos

Delanteros: Discos ventilados

Traseros: Discos sólidos

DIRECCIÓN

Piñón y cremallera, con asistencia eléctrica

LLANTAS Y NEUMÁTICOS

Llantas: 17"

Material: Aluminio

Neumáticos: 205/50 R17

Rueda de repuesto: 125/80 R15

FABRICANTE

Kia México

PRECIO Y GARANTÍA

USD 28.500 y 5 años o 100.000 kilómetros

EQUIPAMIENTO 4/5

Esta variante del K3 representa la opción tope de la gama, motivo por el cual la dotación de la que dispone es amplia. Solo por enumerar algunos elementos, el GT Line dispone de sistema de acceso sin llave, volante multifunción (con el centro de diseño "rectangular" como desplazado más abajo del diámetro) y tablero digital (dos indicadores principales y un *display* para la computadora de a bordo); aunque los indicadores de escalas luminosas para el nivel de combustible y el medidor de temperatura del líquido refrigerante del motor resultan imprecisos.

Ese tablero está "unido" con la pantalla táctil del sistema de infoentretenimiento, que también muestra las imágenes de la cámara de marcha atrás (que se puede activar de forma independiente) y los ajustes de varias funciones, como la radio o el aire acondicionado. Ambos equipos pueden manejarse desde la "botonera" táctil que aparece más abajo y que cambia de radio a aire (y viceversa) accionando una tecla.

Agrega techo solar, control de velocidad crucero, climatizador bizona con salidas traseras, equipo de audio (podría ser de mejor calidad), cargador inalámbrico para celulares, puertos USB y toma de 12 V.

SEGURIDAD 4/5

En seguridad, además de los cuatro discos, ofrece seis *airbags* y una serie de asistencias a la conducción agrupadas en el concepto Drive Wise; entre ellos aparecen: asistentes de precolisión de punto ciego, de tráfico cruzado trasero, de mantenimiento de carril y de luces altas; sensores de estacionamiento delantero y trasero, alerta de atención del conductor, monitoreo de presión de neumáticos y anclajes Isofix, además de los controles electrónicos de tracción y estabilidad. Frenando responde muy bien: para detenerse por completo desde 100 km/h recorrió 40 metros.

PRECIO 3/5

Al cierre de este artículo, Kia Argentina comunicaba el precio de venta del Kia K3 GT Line sedán en 28.500 dólares, un valor que será competitivo conforme la variación de la divisa norteamericana.

Con ese precio, y una garantía de cinco años o 100.000 kilómetros, el rival más directo es el Hyundai HB20 sedán, aunque también compiten con el K3 el Toyota Yaris sedán, el Chevrolet Onix Plus y el Fiat Cronos.

HORÓSCOPO



POR GABA ROBIN
LA BRUJA POP

ESCORPIO (23/10 - 22/11)



Amor: Tu energía está explosiva en varios sentidos; queriendo definir relaciones en forma definitiva y apasionarte en forma exagerada, o sintiendo que tu corazón estalla en silencio. Nada será leve en este mes.

Trabajo: Inseguridad en lo que hacés, como si no tuvieras claridad en el lugar en el que trabajás o el ambiente te confundiera. Es tiempo de acudir a tu intuición y tu musa personal para realizar trabajos con mejor energía.

Salud: Podés estar bebiendo o tomando medicación no recetada por tu médico, lo que te produce inflamaciones. Atendé todo lo relacionado con la columna y las cervicales.

SAGITARIO (23/11 - 21/12)



Amor: La pasión te viene a buscar, te llevará a lugares desconocidos o que olvidaste en estos últimos años. Sentirás mucha plenitud en tu corazón y en la forma en que amás y te aman. Solucionarás trámites de familia.

Trabajo: Lo que se terminó o caducó en tu mundo laboral vuelve para definir otras formas. Se cambia el mapa de actividades, nace una sociedad o se termina un contrato. Una rutina te llevará a estar más conectado con vos mismo.

Salud: Es tiempo de concretar lo que estaba programado, como una cirugía que no hiciste. Necesitás descanso, saber que hay técnicas para manejar tus nervios.

CAPRICORNIO (22/12 - 20/01)



Amor: Momentos en que se definen vínculos del corazón, nada es tibio, leve ni pasa desapercibido. Tu espejo con otra persona se agranda y te deja ver la verdad. La familia de origen te exige más, ya sea a través de trámites o de que te hagas cargo de su estructura emocional.

Trabajos: Empezás una etapa en la que lo que hacés y cómo lo hacés cambia. Tendrás tiempos en los que podrás viajar por trabajo o comenzar a generar recursos de otra forma.

Salud: Cirugía de dientes. Cambiás hábitos en tu alimentación y en tu entrenamiento, ya sea meditación, salir a caminar o levantar pesas. Pero la salud se pone en primer plano.

ACUARIO (21/01 - 19/02)



Amor: A veces te sentís como que no sos el que fuiste, y es así, ya no sos el que fuiste hasta hace un tiempo. Tu mundo interior cambió, y por lo tanto también el externo, tu entorno. Habrá reformas en tu casa y en tu alma.

Trabajo: Armarás un taller, una oficina, algo en tu casa. En tu trabajo estás viviendo momentos en los que te acomodás en tu parte material, ya para mucho tiempo. Todo lo que fue esfuerzo se viste de destino y te acompaña.

Salud: Necesitás hidratarte más para bajar aquellas inflamaciones mínimas que te cambian el aspecto. Te sumergirás en temas de duelos o en interrogaciones sobre la existencia, la muerte, la vida.

PISCIS (20/02 - 21/03)



Amor: Si estás solo, o así te sentís, el destino y el amor te andarán buscando. Es tiempo de ponerse serios en los vínculos que tenés. Definirás temas amorosos en estos meses que quedan del año. Embarazo.

Trabajo: Estás cambiando la forma de ganar o de manejar el dinero. Como si sintieras que derrochaste o que te encontraste personalmente con otros valores en lo material. Reformulación laboral.

Salud: Si has dejado de hacerte algo por años, este es el tiempo de ejecución, sea cirugía o tratamiento. Tiempo de fertilidad, de alegría y expansión. Estarás más centrado en pasarla bien que en exigencias.

ARIES (22/03 - 20/04)



Amor: Confusiones en la pareja, como si sintieras que el cónyuge programa cosas y vos quedás relegado o sin acción. Revaluando. Los solos andarán con más eventos y saldrán y caminarán con otros aires en el cuerpo. Bienestar.

Trabajo: Cambiarás tu lugar de trabajo en cuanto a refacciones, decoración o tecnología. Si trabajás en forma dependiente, la empresa o el taller harán estas transformaciones.

Salud: Tus piernas necesitan atención, masajes, médico. Estarás más amoroso con vos mismo, cuidándote en lo que ingerís, armando un plan de salud y amor. Tiempo de gran sexualidad.

TAURO (21/04 - 20/05)



Amor: Aún no están todas las cartas sobre la mesa en materia de amor. Falta un capítulo más en esta serie sentimental. Los solos volverán a encontrarse con alguien del pasado, inimaginable y que llega sin avisar.

Trabajo: Tiempo completo para aprovechar el momento. Contrato. Viaje laboral. Capacitación. El dinero cambia, habrá situaciones que tenés que organizar para aprovecharlas al máximo. Estarás implementando lentamente una forma nueva de rutina laboral.

Salud: Necesidad de ocuparte de ganglios, garganta y tiroides. Incursionarás en estudios o prácticas de técnicas de alimentación y cuidado del cuerpo.

GÉMINIS (21/05 - 21/06)



Amor: Nada te completa, sentís que necesitás nuevos capítulos para vivir, que hay que cortar ciertas amarras para poder ser. Nuevos años llegan y la vida será otra. Hermosearás tu lugar de vida.

Trabajo: Tiempo fértil para el dinero, negocios y compraventas. Aprovechá esta veta que aparece para armar una base material. Fuerza para realizar más trabajo del que ya tenés, iniciás algo que será con ímpetu.

Salud: Nervios por hacer y sentir tanto. Querrás modelarte a través de ejercicios, técnicas y rutina de alto impacto. Cuidado con tanta vehemencia y accidentes domésticos o golpes.

CÁNCER (22/06 - 21/07)



Amor: Tus ganas de amar son enormes, se profundizan por lugares que antes ni imaginaste. Amoríos, romances pasionales de alto rango. Querrás armar una casa en otro lugar. Visitas de familiares.

Trabajo: Resolución de un bien inmueble, de una deuda del pasado, concretás el cierre de algo. Tu vitalidad está para más, logros. Contrato. Exámenes o concursos. Podrás aclarar situaciones laborales a través de comunicación poderosa.

Salud: Chequeos de órganos sexuales. Tu descanso no estará pasando por noches buenas, podés estar saltando con pensamientos que te despidan. Sueños ancestrales que revelan verdades.

LEO (22/07 - 22/08)



Amor: Reformulás relaciones, como si hubiera un quiebre en la forma en la que amás y te aman. Tendrás charlas profundas con alguien con respecto a lo que te pasa y sentís. Reformas en el hogar que podrán traer incomodidades.

Trabajo: Podrás disfrutar más el dinero después de organizar tus cuentas, deudas y ganancias. Momento para darte gustos. Nuevo grupo de trabajo, de estudio o deporte, iniciarás grupos que te acompañarán mucho tiempo.

Salud: Estarás sacando turnos, tuneándote y mejorando tu imagen, desde el *look* hasta la salud. Dormirás más, como una forma de curar tanto del transcurso de la vida.



LIBRA (23/09 AL 22/10) BÁRBARA LOMBARDO

Buenos Aires, 15 de octubre de 1980. Actriz de cine, teatro y televisión. Trabajó en las telenovelas *Resistiré*, *Los Roldán*, *Doble vida*, *Mujeres asesinas* y *El puntero*, entre otras, y en la serie *Envidiosa*.

Amor: Habrá viajes cortos, acuerdos con el otro. Los solos recibirán invitaciones para encuentro, viaje. Todo lo que escuches y salga de tu boca será en un tono amoroso.

Trabajo: La actividad crece, tendrás oportunidades de crecimiento, así que alerta. Propuesta de negocios con familiares. Mucho ímpetu en trabajar para obtener mejores dineros.

Salud: Tratamientos faciales, estéticos, odontológicos y oftalmológicos. Querrás ponerte en línea para los tiempos que llegan.

VRGO (23/08 - 22/09)



Amor: La pareja que anhelas está frente a vos. El destino para compartirlo con alguien se manifiesta entre este año y el que llega. Los que están en pareja sintonizarán el convivir. Trámites de a dos.

Trabajo: Se cambia la rutina, ya sea por motivaciones personales o porque el lugar donde trabajás cambia su directorio. Los independientes estarán con nueva tecnología, herramientas. Pelearás una nueva forma de contratación.

Salud: Cirugía menor. Correrás, caminarás, ejercicios de piernas. Rejuvenecimiento facial y de *look*. Atención con lo que ingerís antes de dormir, ya que puede aletargar tus mañanas.

SUDOKU

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

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

MEZCLAGRAMA

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

					O			
T								A
			A					

Horizontales:

- Ahora mismo.
- Cierta baile andaluz.
- Difiero, postergo.
- Hace que una cosa sea diferente en algo de lo que antes era.
- Isla griega, supuesto lugar de nacimiento de Hipócrates.
- Limpiase y ordenase.
- Perderá la vertical.
- Segunda nota de la escala musical.
- Yerro, equivocación.

Verticales:

- Antiguo soberano ruso (pl.).
- Apócope de "papá".
- Cocinaré a la parrilla.
- Dativo y acusativo de pronombre.
- Fino, sutil.
- Histrión.
- Me dirigiré, acudiré.
- Piedra consagrada del altar.
- Pronombre personal.
- Rostro.
- Símbolo químico del osmio.

GRILLA

Anote las respuestas, teniendo en cuenta que figuran las sílabas que las forman, a manera de guía. En las columnas señaladas se formará una frase del escritor francés Victor Hugo.

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

Definiciones

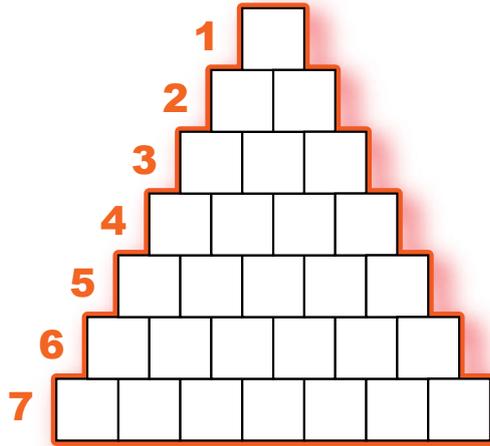
- 1• Follaje, frondosidad.
- 2• Que no se ve con nitidez.
- 3• Soberbio, prepotente.
- 4• Huracán, torbellino.
- 5• Repulsión, rechazo a alguien o algo.
- 6• Semejante, parecido.
- 7• Huevo pequeño.
- 8• Se dice de un mamífero pisciforme, marino y de gran tamaño.
- 9• Empieza a faltar la luz del día.
- 10• Serie de las consonantes árabes, conforme a un orden tradicional.
- 11• Descarado, desvergonzado.
- 12• Desaseado.
- 13• Frase breve e ingeniosa, frecuentemente satírica.
- 14• Próximo, inmediato.
- 15• Líquido viscoso y cáustico que se extraía del alquitrán y servía, entre otros usos, para preservar maderas.

Sílabas:

A - A - A - AL - AS - BO - CA - CA - CE - CE - CE - CER - CHE - CRE - DO - DU - E - ES - FA - GRA - LAR - LI - LO - MA - MI - NA - NE - NO - NO - O - O - O - PE - PI - RA - RA - RA - RO - RRO - SI - SIÓN - SO - SO - SO - SU - TA - TA - TÁ - TO - TOR - TRO - VE - VER - ZUE.

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.



- 1 • Primera vocal.
- 2 • Apócope de "papá".
- 3 • Ritmo urbano de Estados Unidos.
- 4 • Mentón, barbilla.
- 5 • Natural de Persia.
- 6 • Tomó prisionero.
- 7 • Ser humano.

SOPA SIN LISTA

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

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

EN CLAVE

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

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

SOLUCIONES

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

EN CLAVE

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

GRILLA

A	P	L	A	Z	O	Y	A
C	A	E	R	A	C	O	S
T	V	A	R	I	A		
O	L	E	R	R	O	R	
R	E	A	S	E	A	S	E

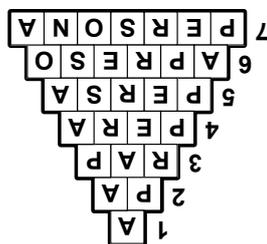
MEZCLAGRAMA

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

SUDOKU

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

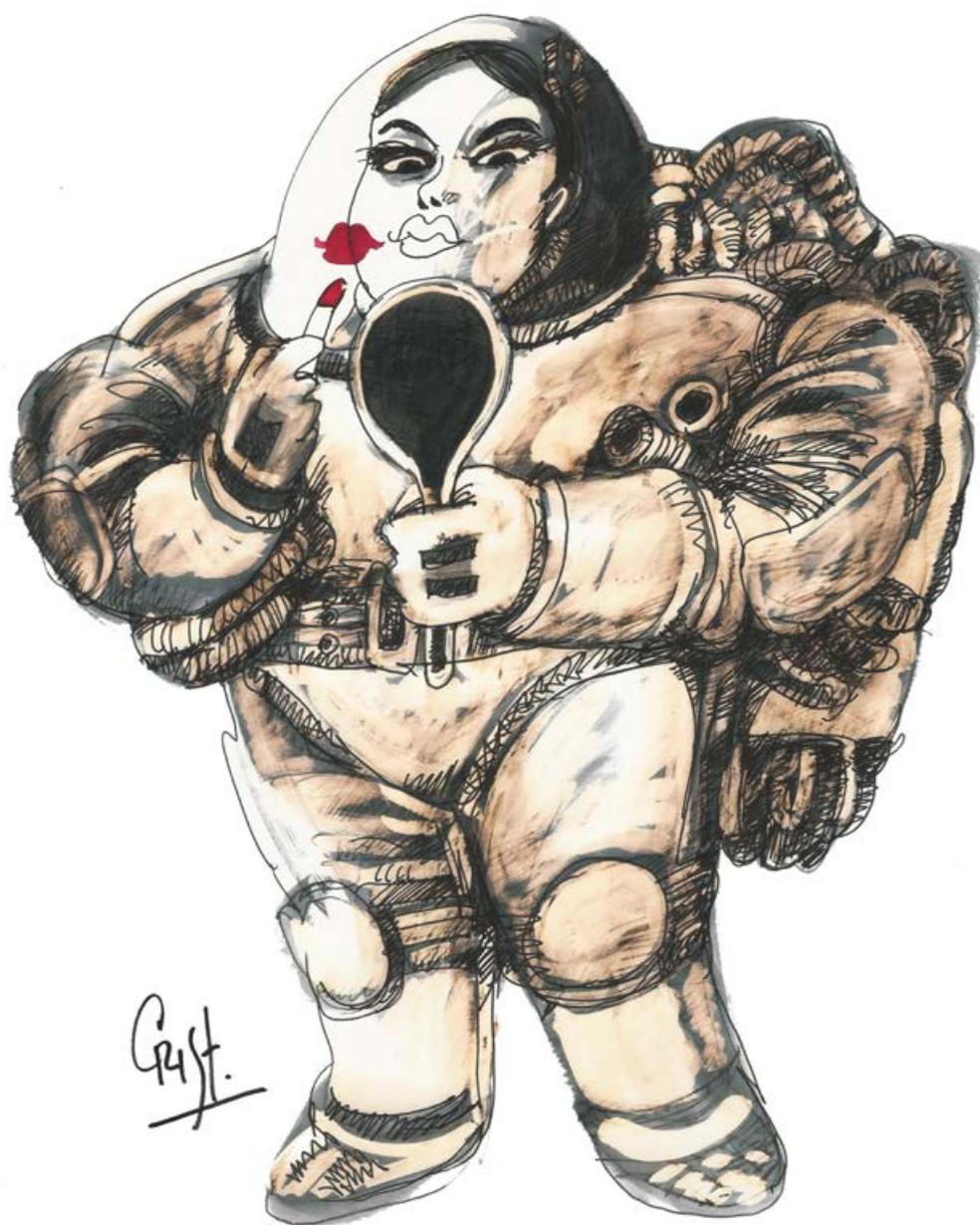
SOPA SIN LISTA



PIRAMIDAL

EN MODO PRIMAVERA

POR CRIST



NaranjaX

Llevá tu revista

con vos

▶ CONVIVIMOS

Escaneá y suscribite



Y recibí la tarjeta 365
con más de 1.000 beneficios
más acceso ilimitado a Clarín.com



Convivimos.NaranjaX.com



CON VOS 24/SIEMPRE

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



lacaixa.com.ar



GENERALI

PARA MÁS INFORMACIÓN Y CONDICIONES O LIMITACIONES APLICABLES, CONSULTE EN LACAIXA.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 N° 501.