

SOMOS MEDICOS

JUL/ AGO 2018

SOMOS MEDICOS ES UNA PUBLICACION DE EDITORIAL FUNDACION FEMEBA



Entrevistas
Gino Tubaro:

El joven al que no le alcanza con dar una mano y quiere dar mil

Entre copas
Los secretos del maridaje para llevar armonía y placer a la mesa

Mundo FEMEBA
FEMEBA suma tecnología para que los médicos puedan trabajar mejor

FEMEBA
FEDERACIÓN MÉDICA
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

FEMEBBA

FEDERACIÓN MÉDICA
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Brindando servicios a los
profesionales médicos
de la provincia.



Nos une el trabajo,
nos une la vocación.
Somos Médicos.

Informes: ☎ (0221) 439 1300 | @ sec-me@femeba.org.ar

www.femeba.org.ar

FUNDACIÓN FEMEBBA

Promoviendo el desarrollo científico y proponiendo la educación continua, como aspecto esencial para el perfeccionamiento constante.

FORO DE LA SALUD Y
LA CUESTIÓN SOCIAL

INSTITUTO
FEMEBBA

EDITORIAL
FUNDACIÓN
FEMEBBA

COMISIÓN DE
BIOÉTICA

FARMACOLOGÍA

PROGRAMA ARGENTINO
DE MEDICINA PALIATIVA

En las últimas dos décadas, desarrollamos actividades docentes, de investigación y de extensión, dirigidas al profesional médico y al personal no médico dedicado a la salud.

Informes: ☎ (0221) 439 1395 | @ secretaria@ivf.fundacionfemeba.org.ar

www.fundacionfemeba.org.ar

Contenidos

06.

ENTREVISTAS

Alieto Guadagni: El rol social de la educación es asegurarnos el futuro y la inclusión social



22.

NUESTRAS CIUDADES

Sierras, tranquilidad y gastronomía en Tandil, la ciudad que lo tiene todo



47.

ENTRE COPAS

Los secretos del maridaje para llevar armonía y placer a la mesa



12.

DE VIAJE

Viajar con los libros y viajar por los libros



28.

SECRETOS, SABORES Y TENDENCIAS

Ir a comer adentro: la variada oferta de los restaurantes a puerta cerrada



52.

ACTUALIDAD TERAPÉUTICA

La polimedición en ancianos es una solución que puede traer más de un problema

62.

SALIDAS, CULTURA Y OCIO

3 lugares abandonados de la provincia de Buenos Aires. Museos online. ¿Hay que leer a los clásicos?



15.

NUESTROS MÉDICOS

Dr. Juan Pedro Arabarco: cuando la medicina sale del consultorio al barrio y se encuentra con la gente



32.

ENTREVISTAS

Gino Tubaro: el joven al que no le alcanza con dar una mano y quiere dar mil



56.

ECO MUNDO

Cuidar el medio ambiente es parte de la vida cotidiana



64.

PERFILES

Alejandra Pizarnik, la secreta guardiana de *Rayuela*



43.

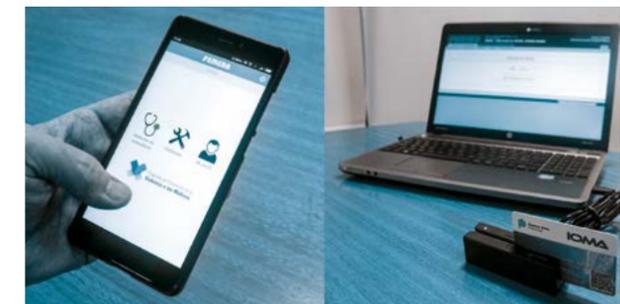
TECNOLOGÍA

El guardarropa tecnológico crece de la mano de los wearables

60.

MUNDO FEMEBE

FEMEBE suma tecnología para que los médicos puedan trabajar mejor



Staff

Director:
Guillermo Cobián

Comité Editorial
Liberto Castilha
Christian Márquez
Diego Regueiro
Oscar Sainz
Verónica Schiavina

Colaboradores:
Fernando Flores
Gabriel Negri
Tomás Malato
Martín Cañás
Martín Urtaşun

Coordinación:
Dolores Massey

Redacción y Edición:
Carolina Cazes

Directora de Arte:
Bernarda Ghio

Impresión:
Arte y Letras S.A.
Av. Mitre 3027, Munro.
Buenos Aires, julio de 2018.

La revista SOMOS MÉDICOS es propiedad de la Federación Médica de la Provincia de Buenos Aires. Editorial Fundación FEMEBE.

Calle 5 n° 473 (41 y 42). La Plata. (1900).

www.femeba.org.ar
somosmedicos@femeba.org.ar

Nro. de Registro DNDA 5329309. Todos los derechos reservados. La reproducción total o parcial del material de la revista sin autorización escrita del editor está prohibida. El contenido de los avisos publicitarios y de las notas no es responsabilidad del editor ni expresa sus opiniones.



Alieto Guadagni: El rol social de la educación es asegurarnos el futuro y la inclusión social

Contador público de profesión. Ocupó gran variedad de cargos públicos a nivel nacional y provincial. Maneja una enorme cantidad de temas con la misma seriedad: educación, economía, energía, política, entre otros. Escribió su primer libro sobre educación justo antes de terminar el siglo XX. Hoy nos encontramos a conversar sobre este tema que preocupa a todos, pero que nadie discute. Problemas, soluciones y necesidades de la educación argentina.

Por: Carolina Cazes | Fotos: Mariana Sapriza

¿Cuál es el rol social de la educación en un país como el nuestro?

Asegurarnos el futuro y la inclusión social –afirma sin dudar–. Estamos en el siglo XXI, no el en siglo XIX, en el siglo XIX usted podía crecer y progresar como país con los recursos naturales. Hoy tiene que crecer con la ciencia y la tecnología. Necesitamos otra generación del 80, la generación que hizo la Ley 1.420 y puso a la Argentina a la vanguardia de la educación en América Latina. A principios del siglo XX había más analfabetismo en Portugal, España y Grecia que en Argentina. Hoy es totalmente distinto.

¿Y cuándo empezó esta decadencia? ¿Qué pasó?

No hay muchas evidencias empíricas sobre cuándo comenzó. Hay un indicador clave en la década del 90. La oficina regional de la UNESCO en Santiago de Chile realiza las pruebas PERCE, SERCE y TERCE que miden el nivel de conocimiento de los chicos. La PERCE se hizo en el 93 o 94 en la escuela primaria: Cuba salió primero, Argentina salió segunda. En 2006, Cuba no se presentó y nosotros salimos novenos. En general, en todas estas evaluaciones Argentina está

por debajo de los grandes países Latinoamericanos, entonces claramente el retroceso existe.

¿Y no sabemos por qué?

Hay muchas hipótesis. Hay cuestiones muy elementales: tenemos el calendario escolar más corto del mundo, la mayoría de los países tienen 900 horas de clase por año, Cuba tiene mil, los chilenos tienen mil y pico. Nosotros, 720 ¿por qué? Primero por un tema de días, pero también por un tema de horas. En Argentina solo el 14% tiene jornada extendida.

Todo en Capital, ¿no?

Capital y Córdoba. Cruzando la General Paz, los números pasan de poco menos de la mitad, al 5% y cuanto más uno se aleja, peor es. La debilidad educativa de José C. Paz es muy superior a la de Vicente López.

La doble jornada es más importante y necesaria para los chicos más pobres. Los de clase media o media alta llegan a la casa y hay una biblioteca, el padre es ingeniero, la madre es escribana, es un ambiente cultural distinto. El chico que vive en la villa va a la casa y, para empezar, no tiene casa, se mete en una

pieza donde son siete; la madre es semi analfabeta y el padre no existe. Es un problema muy grande. Es lo que se llama la reproducción intergeneracional de la pobreza: naciste pobre, tus padres fueron pobres y tus hijos van a ser pobres. Lo único que puede quebrar eso es la escuela.

Da la sensación de que tenemos dos grandes problemas que se retroalimentan: por un lado, una mala educación y por otro lado la exclusión.

Correcto y si miramos los resultados de las últimas pruebas "Aprender", hablan de eso. Si tomamos el nivel de ignorancia en matemática de los chicos pobres que van a escuelas estatales y lo comparamos con el nivel de ignorancia de los chicos ricos que van a escuelas privadas es 4 a 1 en la secundaria. Cuando hacemos esta comparación en la primaria en Ciencias Sociales es 9 a 1. Es tremendo.

Ahora, ¿qué se ataca primero la pobreza o la calidad educativa?

Lo voy a responder con una anécdota: una vez estaba en una reunión interministerial Latinoamericana y el representante del gobierno argentino dijo "es-

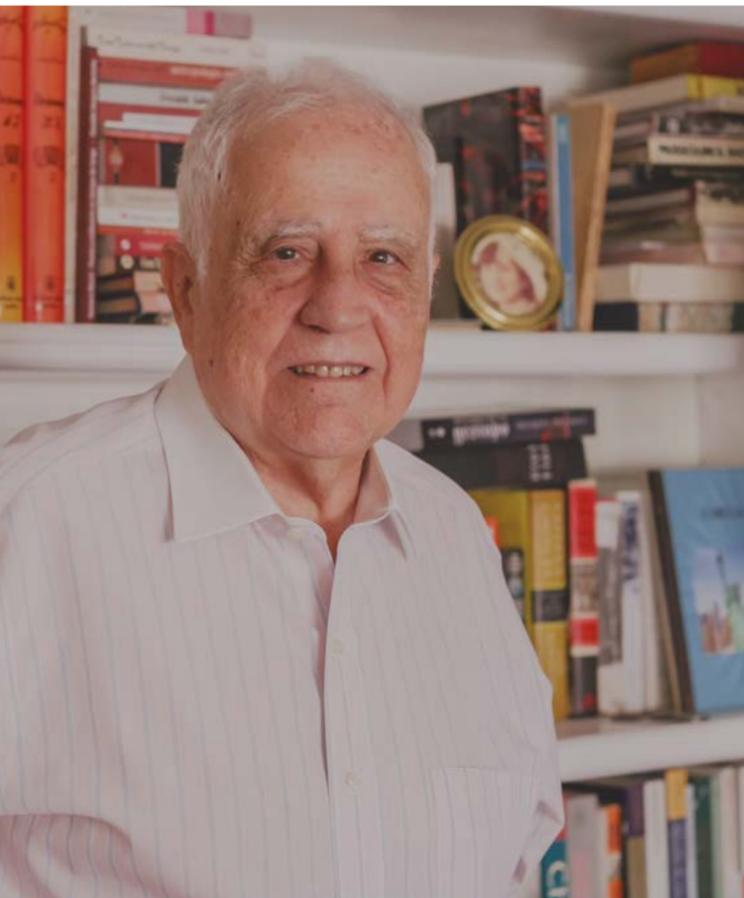
tamos más preocupados por la igualdad que por la calidad" y el ministro de educación de Brasil dijo "en Brasil nos ocupamos de las dos cosas al mismo tiempo". Es falso decir que una cosa va primero que la otra, las dos van juntas o no van.

Hay un acuerdo general sobre la educación en crisis y, sin embargo, cuando se plantea la posibilidad de un cambio, la mayoría es resistente...

Es resistente porque aún no hay conciencia. La mayoría de los argentinos piensa dos cosas: una, que la educación está muy mal y al mismo tiempo, que la escuela a la cual manda a sus hijos es bárbara. Y sobre esto, además, no tiene información. Este es el único país del mundo que prohíbe por ley, difundir los resultados escuela por escuela.

El argumento es que se puede estigmatizar. Obviamente estos resultados no son una tabla de posiciones para ver cómo salió Estudiantes o Gimnasia... Se inventaron para tener un diagnóstico, son como un análisis de sangre. Se hacen para saber qué tiene el paciente y en función de eso ver cómo mejorar.



**¿Sigue en baja?**

No tengo cifras de 2016, tengo hasta 2015. Pero la caída es tremenda. Sobre todo, en primer grado. Si en un primer grado en 2003 había 100 chicos, ahora hay 80 y en algunas provincias 70. Acá hay que entender una cosa: los padres pobres no pueden aguantar una huelga docente porque la madre es empleada doméstica y viaja colgada del colectivo y el padre es peón de la construcción y no tienen dónde dejar a los hijos.

Además, hay un problema de interpretación de la huelga. Los obreros de una automotriz hacen huelga y perjudican al dueño de la fábrica. Cuando los docentes, cuyo reclamo puede ser justo, deciden cerrar la escuela, ¿a quién perjudican? ¿al ministro? No. Al que va a la escuela. Y al ministro no lo perjudican porque casi todos los hijos de los ministros, diputados y senadores van a escuelas privadas.

¿Y en las escuelas privadas, la educación es realmente mejor?

Si nos comparamos con el resto del mundo, los chicos ricos argentinos saben menos que los chicos pobres de Vietnam. Internamente en general, los chicos ricos saben más, pero cuando nos comparamos, el rezago es general.

¿En qué nivel está el peor problema? ¿Primario, secundario, universitario?

Es todo el sistema. El problema Universitario es otro, y es muy simple: Argentina no tiene graduados universitarios. Me pueden preguntar ¿cómo que no hay graduados universitarios si todos los países del mundo tienen examen de ingreso y acá entramos todos a la universidad? Justamente por eso, porque como podemos entrar todos, ninguno se prepara antes.

Acá están las cifras, nosotros tenemos 29 graduados cada 10.000 habitantes por año, Brasil tiene 56, casi el doble; Chile, 50; Colombia tiene 62 y México, 48. Y nosotros tenemos muchos más estudiantes. Es una gran paradoja, un tema que hay que discutirlo muy seriamente.

El discurso a favor del ingreso irrestricto es que las restricciones perjudican a los más pobres. Puede ser cierto. Pero entonces no le exigimos nada a nadie para que estudien en la secundaria. En la mayoría de los países, el Estado Nacional toma un examen de graduación secundaria. Me pueden decir que a los chicos de escuelas privadas les va a ir mejor. Es probable, pero ¿por qué no usamos los

medios informáticos y la televisión pública para entrenarlos durante el período previo y que piensen que, en el último año del secundario, además del viaje de egresados, hay que estudiar? Esto puede parecer muy conservador, pero de conservador no tiene nada. Esto es apuntar al futuro.

¿Y con el tema de los extranjeros y la gratuidad?

Ese es un problema. Veamos caso por caso: un colombiano para entrar a la universidad tiene dos requisitos, primero tiene que aprobar el examen de graduación secundaria y luego pagar la matrícula. La universidad pública colombiana es arancelada. Un chileno, exactamente lo mismo, entonces es razonable que quieran venir acá.

Yo no creo que sea posible un arancelamiento selectivo. El jefe de gobierno de la Ciudad de Buenos Aires dijo que los extranjeros que vienen pagan impuestos y dinamizan la economía. Si es así, la ciudad debería pasarle una compensación a la UBA por eso, coparticiparla.

Yo creo que la mejor solución es la uruguaya. En Uruguay el 20% de los estudiantes de la Universidad de la República se gradúan con una beca mensual de 180 dólares. Esta beca la financian todos los graduados universitarios que después de cinco años de recibidos y por treinta años tienen que aportar 130 dólares por año. Esas son sociedades solidarias. Acá hubo un proyecto de ley, pero no caminó. Somos una sociedad muy complicada con un discurso progresista de avanzada que es meramente superficial.

¿Es una cuestión de recursos o también hay una falta de ideas?

No hay ninguna garantía de que con más plata vamos a estar mejor. Hay países que gastan un porcentaje menor del PBI que nosotros y les va mejor. No es solamente un problema de gasto, de recurso. Son muchas cosas, cuestiones legales, calendario corto, no hay estímulo para ir a enseñar a las zonas pobres. Por ejemplo, no hay ningún aliciente monetario para ir a enseñar a las zonas más críticas, por eso los maestros quieren ir a enseñar al centro del pueblo, no a la periferia. Hay que lograr un sistema que estimule a los mejores maestros a ir a las zonas periféricas. No son cosas fáciles de hacer.

Cada vez que alguien considera un tema de carácter educativo, ante la duda, tiene que hacerse una sola pregunta: ¿qué es bueno para los pibes? Acá nos hemos olvidado de que el sistema educativo es para ellos. Todos creemos que son los docentes y el ministro de educación. No, ellos están al servicio de los chicos.

Probablemente la batalla más importante sea la formación de los docentes. Es la gran batalla.

¿Sería bueno que pasen los institutos a nivel universitario como se quería hacer?

Totalmente de acuerdo.

¿Y por qué no quieren?

En Argentina hay más de 1.000 institutos, en Francia solo 10 universidades dan títulos de maestro. Ese es un problema. Muchos de los institutos son de la iglesia, no queda clara la formación con que salen y no tienen orientación. No es una carrera apetecible. La clase media alta se fue de la carrera docente.

Sin embargo, tenemos una gran cantidad de docentes por alumno...

Una de las más altas del mundo. Nosotros tenemos 12 alumnos por cargo, todos los países latinoamericanos están arriba de 20. Y todos tienen más horas de clase. Acá el calendario es corto, no se cumple y es jornada simple, lo cual además es una violación a la Ley Nacional de Educación que dice bien claro que el sistema debe estar basado en jornada extendida.

¿Usted preferiría que se cree un modelo educativo o hay modelos para seguir?

A mí me gustaría un modelo más descentralizado en el cual el director de la escuela y la comunidad educativa local empiecen a tener más papel. No creo en los regímenes centralizados, creo que son muy caros, no estoy de acuerdo con que un tercio de los cargos docentes estén en el centralismo burocrático. Siendo embajador en Brasil, tuve la experiencia de Minas Gerais, que es el estado más progresista en materia educativa. Hablando con el gobernador, me dijo: "entre este gobernador y las 4.000 escuelas no hay nadie en el medio, todos los meses salen 4.000 cheques a la orden del director de la escuela" ¿Y quién nombra al director de

Yo viví la experiencia de Brasil siendo embajador. Allá, los resultados forman parte de debates a nivel comunal, en el barrio, el concejo escolar con los padres. Eso es todo lo que hay que hacer.

Y los padres ¿no están un poco quietos con esto? Nunca se hizo una marcha por la calidad educativa...

Esto es interesante. Esto es muy preocupante. A mí me da mucha pena cuando veo que el padre que va al colegio va para pegarle a la maestra... Eso hubiera sido inimaginable hace 50 o 60 años. Eso es un cambio sociológico. La generación de inmigrantes que vino a la Argentina: los gallegos, los italianos, los judíos, los turcos, muchos eran analfabetos, pero tenían un respeto reverencial por la escuela. Ellos sabían que la escuela era la llave para el progreso. El reflejo de eso es la obra teatral de Florencio Sánchez: "Mi hijo el doctor". No era el hijo de un tipo de doble apellido, era el hijo de un inmigrante. Lo que hemos perdido es la escuela como factor que consolide la movilidad social ascendente. Se debilitó mucho y además cuantitativamente cada año hay menos alumnos en las escuelas estatales.

Es lo que se llama la reproducción intergeneracional de la pobreza: naciste pobre, tus padres fueron pobres y tus hijos van a ser pobres. Lo único que puede quebrar eso es la escuela.



la escuela? La comunidad local. Entonces, lo miré al ministro de educación y le pregunté "¿y usted de qué se ocupa? Yo me ocupo de 4 cosas: hago los programas de estudio, formo a los maestros, tengo la televisión y la imprenta educativa."

Acá el consejo escolar es por distrito. Va el que no pudo ser concejal porque el consejero escolar es el primer paso de la carrera política.

La gente de la cooperadora que no tiene una ambición política: van a pintar, a organizar una kermese ya no forman parte de las decisiones. La cooperadora se ha debilitado mucho.

¿Probablemente la participación sea lo que está debilitado?

Claro, la participación; a mí me gustaría que estas pruebas se difundan a nivel local pero no para decir quién salió primero, sino para ver qué pasa, así se hace en muchos países. En Brasil se juntan por barrio. Si estos resultados van al archivo, no sirven para nada.

¿Y las familias qué podrían hacer?

Primero conocer los resultados. Ir al director a ver cómo está el colegio a donde va su hijo. No está obligado a dárselo, pero puede. Algunos colegios privados mandaron notas diciendo que les fue muy bien, pero nunca mandaron los resultados.

Siendo secretario de comercio, yo publiqué los resultados de las escuelas privadas con el argumento de que ellos cobraban un arancel y yo era responsable de defensa al consumidor y tenía que mostrar la calidad. ¡Casi me linchan! El resultado escuela por escuela en la Provincia de Buenos Aires daba que, en un colegio de monjas de Azul, los chicos tenían mejor calidad que un colegio con doble nombre en inglés. Vinieron furiosos a decirme "bueno, pero nosotros hacemos hockey y rugby y atletismo". "Fenómeno, usted hace todo eso, pero acá es lengua, ciencia y matemática".

El tema es esto que comentábamos al principio, chicos con cada vez menos posibilidades de aprender y escuelas que a esos chicos les da la peor parte del sistema educativo

10.

Correcto y además el proceso es acumulativo porque no tengo toda la información, pero sospecho. Acá a 4 cuadras está el colegio 5 esquinas, que fue el colegio clásico de Buenos Aires, todo el mundo



iba ahí. Poco a poco fue cambiando, ahora vienen los chicos de la villa. ¿Y qué pasa? Los hijos de los porteros de todo este barrio van a escuelas privadas y ese proceso cuando comienza, se acelera porque los padres también eligen el colegio pensando en de quién se va a hacer amigo su hijo, cuál va a ser el futuro. Esto empieza y es una bola de nieve. Cuando de un colegio público se va la clase media alta, al año siguiente se van cada vez más, no va a quedar ninguno.

¿Tenemos un problema cultural además? ¿Está muy dañada la sociedad?

Es interesante. Son hipótesis. La Argentina es un caso único en el mundo. Fue el país del mundo que recibió más inmigrantes en millones per cápita. Y eso produjo un cambio cultural único en el mundo. La historia de los que vinieron produjo una fortaleza social tremenda, tremenda, tremenda, -en cada repetición va bajando el tono para hacerlo más intimista- y eso se fue diluyendo.

¿Hay salida? ¿Cuántos años necesitamos?

Lo importante no es cuántos años necesitamos, sino cuándo empezamos. Hay que empezar ya. Y yo creo que estas cosas sirven, que hablemos del tema. Tenemos que empezar a ser conscientes. *

Una nueva forma de *vivir* Monte Hermoso



ALMAR
TORRES DEL ESTE

UN PROYECTO ÚNICO

SEMIPISOS CON
GRANDES TERRAZAS
TODAS CON VISTA AL MAR

UN ENTORNO NATURAL ÚNICO

UNIDADES DE 2, 3 Y 4 AMBIENTES,
cocheras y espacios para guardar
cuatriciclos o motos de agua.



ADMINISTRA
FIDEISA
ADMINISTRACIÓN DE FIDEICOMISOS
www.fideisabahia.com.ar

DESARROLLA
GRUPO SUR
DESARROLLOS INMOBILIARIOS
www.gruposur.com.ar

ARQUITECTURA
MARTINOLICH
arquitectos

VENTAS: 0291 15 5758008
info@mhalmar.com.ar
www.mhalmar.com.ar



Viajar con los libros y viajar por los libros

Leer es un viaje. La frase es un lugar común, es cierto, pero no deja de ser verdadera. Por eso, a veces los grandes autores se convierten en guías emocionales para recorrer el mundo y bien vale armar un itinerario por gustos literarios o recurrir a ciertos autores antes de viajar a una determinada ciudad.

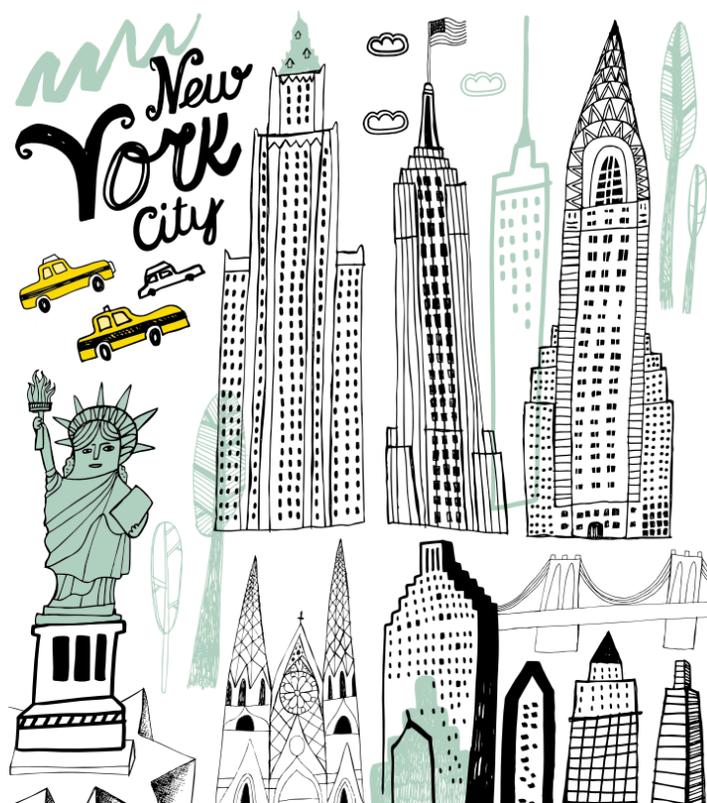
Por Tomás Balmaceda

En "Las ciudades invisibles" Ítalo Calvino reúne las supuestas ciudades que Marco Polo le va describiendo día tras día al rey de los tártaros, Kublai Kan, quien parece hechizado por sus cuentos. "No es que Kublai Kan crea en todo lo que dice Marco Polo cuando le describe las ciudades que ha visitado en sus embajadas, pero es cierto que el emperador de los tártaros sigue escuchando al joven veneciano con más curiosidad y atención que a ningún otro de sus mensajeros o exploradores", escribió el italiano, mostrando que la fuerza de un buen narrador puede incluso doblar la voluntad del hombre más poderoso del planeta.

En ocasiones, el vínculo entre una pluma y ciertas latitudes se vuelve permanente. Así, es imposible estar en Praga sin pensar en varias ocasiones en Kafka y su universo o pisar Dublín sin evocar a Joyce, aun cuando uno jamás haya leído nada del irlandés. Este sutil pero férreo enlace también funciona al revés: uno puede sentir que conoce Lisboa luego de leer a Fernando Pessoa o que sabe sobre París por las palabras de Cortázar. Es un hechizo doble, que nos hace viajar con los libros, pero también viajar por los libros, con numerosos turistas que dan vuelta el globo para poder vivir en carne propia lo que ya vivieron en su espíritu: el ritmo de la calle, el carisma de la gente y los secretos de los rincones escondidos de las ciudades.

Quizá el lazo más fuerte dentro de los escritores contemporáneos es el de Paul Auster con Nueva York, quien entre 1985 y 1987 publicó una antología de novelas policiales -"Ciudad de cristal", "Fantasmas" y "La habitación cerrada"- que llamó la atención de millones

de lectores en todo el mundo y que lo convertiría en uno de los grandes narradores estadounidenses vivos. Aunque la identificación entre él y la ciudad hoy es indivisible, Auster nunca fue un vecino de Manhattan, sino que nació en Newark, Nueva Jersey, y durante la década del 80 adoptó a Brooklyn como su lugar en el mundo. En "Diario de invierno" el autor describe, con detalles deliciosos, cada departamento en el que vivió por la zona, explicando que su vínculo con esa zona de Nueva York tuvo que ver más con el presupuesto que con su deseo, pero no por eso su amor es menos genuino. Sin embargo, su obra en prosa



y en poesía tienen a la Gran Manzana como mucho más que un simple telón de fondo, es el escenario activo y transformador de la vida de los personajes.

Otra gran capital que tiene un enlace perpetuo con un gran escritor es Tokio. Sus calles, sus recovecos y sus secretos son revelados con maestría por Haruki Murakami. El japonés sorprendió con "Tokio Blues" en 1987, contando una historia nostálgica sobre el crecimiento, la rebeldía y la adultez que tenía a la canción "Norwegian Wood" de Los Beatles como banda de sonido. El suceso de la novela fue tal que el escritor recorrió el mundo y abandonó Japón para vivir en Europa y Estados Unidos pero en 1995, luego del terremoto de Kobe y el ataque terrorista en el metro de Tokio, decidió volver a instalarse en su tierra para reconectar con el país y su ciudad. A partir de allí, se acrecentó su romance con Tokio, que se volvió protagonista. "After dark", de 2004, muestra esquinas, habitaciones de hotel y bancos de la metrópolis nipona como una fotografía melancólica de la vida posmoderna.

Madrid también tiene quien le escriba. Entre todos sus autores, Benjamín Prado es el más versátil e inquieto de sus vecinos y el que más inspira a cualquiera a cruzar el océano y caminar sin rumbo y perderse por Lavapiés, Malasaña o La Latina, los barrios en donde viven y respiran sus personajes. Sus novelas y poemas tienen tapas, cañas y aperitivos en terrazas y azoteas al sol, además de platos de callos a la madrileña o bacalao rebozado. "Las ciudades son el lugar donde uno pone los pies en el suelo. Y en mi caso, Madrid me ha dado sobre todo su luz y su otoño", aseguró Prado en una entrevista, sin olvidar que es también la ciudad que le legó su amor por el fútbol y que le permite ver a Real Madrid contra Barcelona en el estadio Santiago Bernabéu.

Si hablamos de Buenos Aires, muchos turistas de todo el mundo llegan a la capital de nuestro país pensando en Jorge Luis Borges y su obra pero muchos estudiosos se opondrían a afirmar que se trata de un vínculo necesariamente positivo: el escritor amaba y odiaba su tierra casi de la misma manera. Pero es cierto que para el autor de "El Aleph", su originalidad no hubiese sido posible si no hubiese sido porteño: "Si hubiera nacido en cualquier parte... en Yorkshire, por ejemplo, que es un lugar más lindo que éste, no sería yo el que hubiera nacido allí, sino otra persona", aseguró en una entrevista.

La inspiración que encontraba en estas latitudes

era completa. El ensayo "Nueva refutación del tiempo", por ejemplo, nació de una experiencia en una calle pobre de Palermo y la ciudad también aparece en sus poemas. Una de sus zonas favoritas de la ciudad era Plaza San Martín, a la que le dedica un texto homónimo en su primer libro -"Fervor de Buenos Aires", de 1923- en donde escribió: "Qué bien se ve la tarde / desde el fácil sosiego de los bancos / Abajo / el puerto anhela latitudes lejanas / y la honda plaza igualadora de almas / se abre como la muerte, como el sueño". Sin embargo, el puerto que podía verse en los años 20, ya quedó totalmente escondido.

Pero Borges no es el único nombre que está emparentado con la ciudad. Una vez que se leen las "Aguafuertes porteñas" -que comenzó a publicar Roberto Arlt en El Mundo desde 1928 hasta su muerte, en 1942- es imposible no pensar en su Buenos Aires tumultuosa, sucia y, sobre todo, muy viva. El cruce de esta marginalidad con una modernidad galopante pero que termina siendo igual de cruel está en la base de "Los siete locos", que tiene mucho de la propia experiencia del autor. Una de sus obras más perfectas, "El facineroso", tuvo un inicio real: el mismo Arlt, quien trabajaba en el diario Crítica, atendió un llamado telefónico DE 1928 en el que una mujer avisaba que pensaba matarse y que quería que un fotógrafo la retrataran muerta, así que daba detalles de su inminente suicidio para que se pudiera cumplir su última voluntad. Al parecer, la intensidad con la que viven los porteños los acompaña hasta la muerte.

No todos los vínculos entre escritores y ciudades necesariamente son con gigantescas capitales. Es imposible ignorar que Manuel Puig puso a la ciudad bonaerense de General Villegas, de sólo 20 mil habitantes, en el mapa latinoamericano. El autor de "El beso de la mujer araña" fue quien mejor graficó aquello del infierno grande que se esconde en un pueblo, aunque en sus obras quizá por pudor rebautizó Coronel Vallejos. "La traición de Rita Hayworth" y "Boquitas pintadas" muestran todas las miserias humanas -desde el machismo a los chismes, de la vida secreta de las personas hasta las debilidades de las instituciones- con un ojo compasivo pero que no impidió que le valiera el enojo de sus coterráneos. Sin embargo, hoy la ciudad está ligada para siempre a Puig.

Y, al igual que pasa con Auster, Murakami o Prado nunca se sabe si es el escritor el que elige la tierra que quiere retratar... o es la misma ciudad la que encuentra en él su voz. *



Cablevisión #22 DIRECTV #723 TeleCentro #306 TDA #25 Cablehogar #7 / #8 Gigared #7 Antina #7



SÁBADOS 19 hs.

**TODO LO QUE NECESITÁS SABER SOBRE
PREVENCIÓN EN SALUD,
ECONOMÍA &
POLÍTICA SANITARIA**

CONDUCCIÓN DE MARCELA ELIZALDE

SOMOS MEDICOS

FEMEDA
FEDERACIÓN MÉDICA
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Dr. Juan Pedro Arabarco: cuando la medicina sale del consultorio y se encuentra con la gente

Médico, pero también albañil y tal como el se autodenomina, ciruja profesional. Charlamos con este gran profesional de Necochea que dedica su vida a ayudar gente, dentro y fuera de su consultorio. Con su proyecto Efecto Mariposa ya logró construir casas para que seis familias transformen su vida. Y hoy nos cuenta cómo se puede ejercer la medicina, llevar adelante un proyecto solidario, escribir y disfrutar a la familia.

Fotos: Sebastián Andersen

DEl Dr. Juan Pedro Arabarco nació y se crió en un pequeño pueblo de la provincia de Buenos Aires llamado Claraz. Su padre trabajaba en el campo, su madre era maestra. La vida rural y su secundario en una escuela agrotécnica, lo llevaron a dar sus primeros pasos por la Universidad en la carrera de veterinaria.

Usted quería estudiar veterinaria, pero cambió de idea ¿por qué?
Sí, empecé a estudiar veterinaria, hice dos años de la carrera en Tandil y después migré para La Plata, más que nada porque veía las dificultades que había en mi pueblo de tener un médico... nunca tuvimos un médico fijo nosotros en





mi pueblo... entonces quería devolverle algo a mi pueblo.

¿Y alguna vez se arrepintió de esa decisión?

-El doctor, no lo duda-. No, para nada, para nada, para nada y más con esto que logramos generar acá en Necochea. El descubrimiento de que el guardapolvo blanco le puede solucionar otros temas a la gente más a allá de la salud puntualmente me lleva a estar más seguro que nunca.

Usted nos contó que cuando fue a hacer la especialización en medicina general, se dio cuenta de que era una excelente herramienta para hacer un mundo más equitativo ¿cómo es esto?

Mi formación como médico generalista, mi formación en medicina social me permite estar en situaciones que por ahí en otra especialidad uno no las podría ver, o si las ve, las ve medio de afuera. La especialidad nuestra es justamente meternos en esos lugares donde la situación es un poco más difícil. A partir de ahí, y tratando de no dejar que nos pasen las cosas, sino de involucrarse, se llega a abrir diferentes puertas en beneficio de la comunidad.

Ser médico de familia y sobre todo en una ciudad más chica seguramente genera una relación bastante fluida con los pacientes ¿cómo es en su caso?

Al ser una población más chica, se genera una relación particular, uno se involucra bastante y pasa a ser un gran referente de la familia, gracias a Dios. Y eso también lleva a una responsabilidad importante porque a uno le depositan toda su confianza y eso hace que uno tenga que hacer las cosas dos veces mejor de lo que pensaba.

Usted se dedicó mucho al trabajo social, ¿fue la medicina la que lo acercó al trabajo social o al revés?

16. Fue la medicina. Fue la barrera que hay para las familias esas que yo ayudé, ver que con lo que uno le podía ofrecer como médico no alcanzaba.

Porque nosotros no podemos plantear combatir una diarrea o una enfermedad infecciosa cuando las condiciones en su ambiente son propicias. Por ejemplo, en una diarrea ¿cómo voy a indicar una dieta si a veces la gente come lo que puede, no lo que uno quisiera? Entonces eso me llevó a tratar de hacer un poco más equitativas esas cuestiones y por eso uno se involucra.

¿Cómo nació el proyecto?

El proyecto nace de una situación puntual. Cuando yo llegué al Centro de Salud, al principio estaba encerrado en mi consultorio, atajando todo lo que venía... una situación puntual me hizo salir y caminar las calles. Empecé a caminar el barrio y ahí es donde uno se da cuenta de que, a veces, uno es más útil afuera del consultorio que adentro. Y así empezamos nuestra tarea bien de campo, tratando de ofrecer mucho más que una atención médica.

Hicieron casas y un proyecto de huertas ¿verdad?

Sí, a partir de ese caso puntual, se generó toda una movida con amigos y gente de otras profesiones y creamos "Efecto Mariposa" que lo que intenta hacer es cambiar la realidad de la gente, hacer que su vivienda sea más cómoda. En realidad, lo que hacemos nosotros es ayudar a la gente a mejorar su casa, la ayudamos dándole materiales,

vamos y hacemos mano de obra, les gestionamos recursos como agua, cloacas. Todo eso es más fácil si vamos nosotros, que si van ellos. Y así hemos llevado seis casas adelante. Teníamos una huerta en el Centro de Salud, pero lamentablemente siempre hay algún vándalo que hace daño... ahora la estamos reflatando. Como todo, uno empieza a hacer una pared que pensaba que no iba a poder y ahora se anima a cualquier cosa. Con la gente y amigos del grupo, me animo a hacer cualquier cosa.

Tanto la medicina como estos trabajos y además usted escribe, lleva mucho tiempo ¿cómo es un día en su vida para poder hacer todo eso y estar con su familia?

-El doctor se ríe como quien ha sido descubierto-.



Efecto Mariposa Necochea
necocheaefectomariposa@gmail.com
02262 15-61-8669



Seguinos en
f /medicosprotegidos
+541136748958
0810-220-1580



EQUIPOS MEDICOS



INGRESOS GARANTIZADOS



INTEGRAL CONSULTORIO



MALA PRAXIS



ACCIDENTES PERSONALES

Medicosprotegidos.com.ar es una unidad de negocios de Aicardi Broker de Seguros SRL desarrollada para centralizar y optimizar los mejores productos del mercado asegurador para los profesionales de la salud.



www.ssn.gov.ar
0800-0666-8400
N° de inscripción SSN: 59.595





¿Y dentro del consultorio cómo es y cómo debería ser para usted la relación médico paciente?

La relación médico paciente para mí es simple: tiene que ser una relación de igual a igual. Yo cuando recibo un paciente, para mí no es un paciente que me viene a molestar, es un paciente que tiene un problema y que gracias a Dios recurre a mí porque cree que en mí está la solución. Pero yo por eso no me puedo subir a un escalón más alto. Inclusive aquellos pacientes que consultan muchas veces, no lo hacen de pesados, tal vez lo hacen porque necesitan justamente eso: charlar con alguien todos los días. Lo que yo siempre digo es que uno ha estado también del otro lado del escritorio. Entonces trato de no hacer las cosas que me molestaban cuando yo era paciente. No tenemos que olvidarnos de dónde venimos.

Sus hijos son chicos todavía, pero ¿le gustaría que sigan sus pasos en la medicina?

Sí, no me desagradaría. Igual ninguno quiere por ahora, *–el doctor sonríe con la respuesta–*. Tengo uno de 14, otra de 11 y otro de 9 y no quieren. Yo pienso que la medicina es muy linda, sobre todo si uno elige la especialidad porque le gusta y no porque busca la veta comercial. Si uno hace la especialidad que le gusta, la medicina es fantástica. Yo siempre digo lo mismo, casi como una regla de vida: si vos hacés algo porque te gusta, los beneficios vienen solos. No soy de esos que dicen “no, no estudies medicina, hijo, que no sabés lo que es”, pero tampoco quiero influenciarlos para que hagan medicina de prepo, que ellos hagan lo que quieran. Nosotros tenemos que estar acompañándolos.

¿Y el tema de la escritura cómo es?

Yo tengo dos libros publicados uno que se llama “El cuerpo es un cuento” y otro que se llama “Claraz en escenas y ficciones”. El primero lo hice porque cuando recién vine a Necochea, yo trabajaba en la Escuela Especial 501 con chicos con síndrome de down y con retrasos madurativos. Era el médico de la escuela. Un día, las maestras me plantearon que los chicos querían aprender sobre el cuerpo humano, querían aprender cómo funcionaba el cerebro. Entonces, buscamos un montón de cosas: hice títeres, hice una obra de teatro y no había caso. Las fonoaudiólogas de la escuela tenían un taller que se llamaba “Los cuentos”. Entonces una noche, me senté y escribí un cuento sobre el cerebro. Se lo leímos a los chicos y se lo explicamos. A la semana, ellos, en sus dimensiones y con sus capacidades, me explicaron a mí cómo funcionaba el cerebro. Eso me animó y escribí 9 cuentos

Bueno, el día comienza en el Centro de Salud y a la par, gracias a la tecnología y las redes, estoy conectado con el grupo de “Efecto Mariposa”, llamando por teléfono a gente que puede colaborar, recibiendo mensajes de familias que están necesitadas... eso es toda la mañana, mientras atiendo en el Centro de Salud, entre 20 y 30 personas por día, y haciendo un poco de todo. En general los centros de salud tienen un día para atención de niños sanos, otro para la atención de la mujer, pero yo hago todos los días todo... es un lío, pero nos dimos cuenta de que con esa metodología hemos aumentado las consultas y estamos llegando a más población. Así que la mañana se va en el Centro de Salud y luego hasta las 5 de la tarde sigo con mis actividades privadas. Después de las 5.30 hs. en adelante, trabajo de padre, de esposo, y sigo con el celular tratando de ordenar todo para el sábado ir a trabajar con el grupo de “Efecto Mariposa”. O sea, en la semana se organiza todo y los sábados o feriados vamos a trabajar en las casas, también robándole horas a la familia.

¿Y qué significa para usted la medicina?

La medicina, para mí, en primer lugar, es una forma de vivir. Y, en segundo lugar, esta parte, la parte de la medicina social, que es la que me ayuda a devolver algo de todo lo que me han dado a mí. A lo mejor yo no soy un gran estudioso, pero soy un gran caminante de los barrios.



más sobre el cuerpo humano para enseñarle a los chicos. Después empezaron a venir de otras escuelas, ya no escuelas especiales, a buscar los cuentos. Y una de las fonoaudiólogas me dijo “edítalo, antes de que te lo roben”. Y así empezó ese camino, que yo nunca pensé que iba a hacer, de escribir un libro y editarlo. El libro tiene 9 cuentos infantiles con caricaturas, dibujos para pintar y actividades atrás.

El segundo libro es sobre mi pueblo, lo hice cuando cumplí 100 años. En los pueblos siempre hay anécdotas, cuentos mitad mentira, mitad cierto... yo tomé ese material y salió “Claraz en escenas y ficciones”. Los derechos de autor se los doné a la escuela secundaria de mi pueblo que recién estaba comenzando, así que lo vendieron ellos y todo... no creo que haya sido un best seller pero algunos se vendieron, *–comenta entre sonrisas el doctor–*.

Mi formación como médico generalista, mi formación en medicina social me permite estar en situaciones que por ahí en otra especialidad uno no las podría ver, o si las ve, las ve medio de afuera.

Y después, yo no sé nada de música, es más tengo un oído pésimo, pero a la noche si no me puedo dormir, me pongo auriculares y empiezo a escuchar música e intenté escribir como 5 o 6 canciones, las tengo ahí, me da un poco de vergüenza mostrarlas, pero por lo menos riman.

¿Y cómo sigue el proyecto?

El futuro es seguir trabajando en el barrio. Además, tenemos un proyecto de reciclar bicicletas, arreglarlas, pintarlas y sumarles un valor agregado.

Todas van a ser blancas con el logo de “Efecto Mariposa” y van a tener un número de serie que le va a permitir a los compradores hacer un seguimiento de lo que hacemos con la plata, a cada uno que compre una bici también le vamos a dar un diploma de “Familia solidaria”. Entonces tienen el valor por un lado de ser recicladas y por otro solidarias.



Otro proyecto tiene que ver con la construcción de casas con materiales diferentes. Ahora nos donaron 200 chapas; buscando en Internet vi que se pueden hacer casas de chapa muy lindas. Y transformar los ranchos de chapa, en casas más confortables, más calentitas en invierno, más frescas en verano, y también más seguras. Estamos buscando en Internet y tratando de hacer una para ver cómo nos va.

Por otro lado, hicimos una convocatoria por Facebook para ver si alguien nos enseña algún otro método de construcción, como casas de barro, por ejemplo, para ver si podemos idear algo. Aunque las casas de barro son más difíciles de hacer, no están bien reglamentadas todavía pero bueno, estamos buscando ideas.

Mucha gente en Necochea me conoce, así que me llaman para decirme "tengo una puerta..." Creo que nos hemos transformado en cirujas profesionalizados, *-dice el doctor riéndose con sinceridad-*. Le robamos el trabajo a la gente de mi barrio, ellos se ríen y nos dicen "a ver quién llega primero..." Es así, la medicina me ha llevado a ser cirujano, a ser albañil, a ser un poco de todo...

20.

Y sobre todo a ser solidario... ¿Qué significa

eso para usted? ¿qué significa ser solidario?
En el barrio, una vez estábamos trabajando y una chica se me acercó y me preguntó por qué yo la ayudaba a ella y a otras familias. Entonces usé algunas frases que escuché por ahí alguna vez: yo los sueños que tenía los tengo casi todos cumplidos: yo quería tener una profesión, un trabajo, una familia, una casa, un auto. Lo que todos quieren. Eso ya lo tengo, mis sueños ya los cumplí. Y ahora sueño los sueños de mis hijos, que por ahora son chicos y por eso me animo a soñar los sueños de otra familia y por eso ayudo a otra gente.

La gente piensa que ser solidario es dar plata o cosas. Para mí ser solidario es hacer en lo que nos toca. Si vos vas en auto y se cruza un peatón, con que frenes y lo dejes pasar, que es solo lo que te corresponde, eso ya es un acto de solidaridad. Si cada uno hace el papelito mínimo que le corresponde, ya está. No se necesitan grandes donaciones, ni dar mucho tiempo. A nosotros si nos aportan ideas y nos ayudan un poco ya nos alcanza, con un pequeño esfuerzo podemos producir grandes cambios. Nosotros hemos dado un cachito nomás de nuestras vidas y hemos cambiado la realidad de 6 familias. Vale la pena intentarlo. *

Proteja su Entidad en Caja de Médicos Seguros

NUESTRA COMPAÑÍA HA DESARROLLADO LOS PRODUCTOS NECESARIOS PARA PROTEGER A DIRECTIVOS, AFILIADOS Y EMPLEADOS DE SU INSTITUCIÓN.

SEGURO DE VIDA COLECTIVO PARA AFILIADOS

Otorgue un beneficio a los afiliados de su Entidad Primaria contratando un Seguro de Vida con nuestra Compañía de Seguros.

SEGURO DE VIDA INTEGRAL PARA DIRECTORES DE ENTIDADES MÉDICAS

Amplia variedad de coberturas diseñadas específicamente para las necesidades de profesionales en ejercicio de funciones ejecutivas.

Una trayectoria de más de 50 años en previsión garantiza el respaldo y la solvencia de nuestra compañía.

Contáctese con nosotros a través del **0810 222 6797** o vía mail a través de seguros@cajademedicos.com.ar



Superintendencia de Seguros de la Nación
Órgano de Control de la Actividad Aseguradora y Reaseguradora.
0800-666-8400 - www.ssn.gob.ar - N° de inscripción: 0721



Sierras, tranquilidad y gastronomía en Tandil, la ciudad que lo tiene todo

Paisajes maravillosos y encantadores, para disfrutar o realizar actividades en contacto con la naturaleza, un movimiento urbano activo e interesante, un estilo de vida que combina lo mejor de las grandes ciudades y la tranquilidad de los pueblos y una oferta gastronómica con los más famosos embutidos de la región hacen de Tandil un destino imperdible.

No, desde 1912 que no se mueve. Sin embargo, son muchos los que aún preguntan por la piedra movediza al llegar a Tandil. Con o sin piedra, la ciudad cabecera del distrito homónimo tiene mucho para ofrecer. Está ubicada en el centro de la provincia de Buenos Aires y fue fundada por el Brigadier General Martín Rodríguez, en 1823, con el nombre de Fuerte Independencia. La llegada

del ferrocarril en 1883 fue un gran impulso y atrajo nuevos inmigrantes, especialmente europeos: españoles, italianos y daneses. A fines de 1895 fue declarada oficialmente ciudad con el nombre de Tandil.

Hay diferentes versiones sobre este nombre. Una supone que viene del mapuche: "Chran" o "Tan",



Somos el puente que te une con las mejores oportunidades de inversión.

Aplicamos toda nuestra experiencia para ofrecerle a nuestros clientes propuestas que se adapten a sus necesidades.

0-810-666-4717
www.puente.net.com

PUENTE
Soluciones financieras desde 1915

que significa caer, desmoronarse o latir, y "Lil" –una deformación de "Dil"–, peñasco o roca, al juntarse ambas palabras queda "Piedra que cae o que late". Otra versión dice que Tandil habría sido el último cacique de esas tierras y una tercera versión afirma que antes de este cacique ya había un río con el mismo nombre.

Hoy Tandil tiene 33 barrios y más de 120.000 habitantes. Su clima templado y su paisaje serrano lo convierten en un lugar muy apacible. Pero lo mejor de vivir en Tandil nos cuenta el Dr. Daniel Gallo, presidente de la Agronomía Médica de Tandil, es "que uno vive en una ciudad que aún conserva bastante de la vida de pueblo. Permite estar en un lugar con un importante movimiento cultural, cerca de los grandes centros urbanos y todavía conservar la tranquilidad del campo".

La piedra movediza

Hace unos 2.500 millones de años, en el período Precámbrico se formó el sistema de Tandilia, sobre cuyas sierras se despliega la ciudad de Tandil. Allí en una de las formaciones más antiguas del mundo, se

dio un fenómeno muy singular: una piedra de más de 300 toneladas, 7 metros y medio de largo y casi 6 de alto se mantenía en un delicado equilibrio al borde de un cerro, su base era en un punto pequeño que hacía contacto con un vértice redondeado.

El 29 de febrero de 1912, la piedra rodó barranca abajo y se partió en la ladera del cerro. Nadie sabe exactamente por qué. Pero teorías hay muchas: un supuesto atentado de los canteristas, que se molestaban con la presencia de turistas; la posibilidad de que la onda expansiva provocada por los barrenos de las canteras locales hubiera desgastado la base; también se pensó que pudo haber caído de manera natural por el propio movimiento; y hasta se arriesgó la posibilidad de que su caída fuera causada por los turistas que arrojaban botellas en su base para que el movimiento de la piedra las quebrara.

Pero Tandil no iba a quedarse sin uno de sus emblemas y en mayo de 2007 inauguró la réplica de la Piedra Movediza que fue emplazada en el mismo lugar donde estaba la original que hoy se llama Parque Lítico de la Piedra Movediza de Tandil.



24.

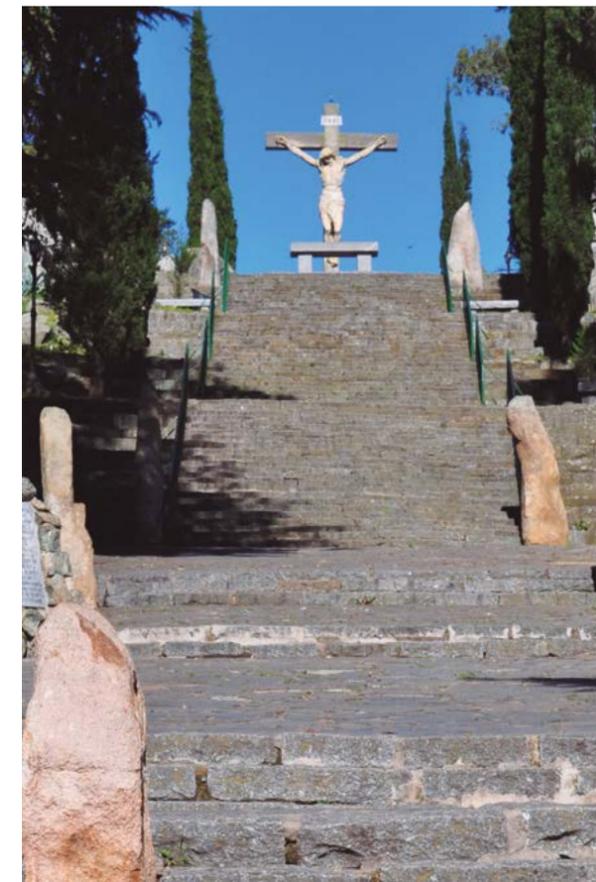
La réplica está hecha de resina, es hueca y fue realizada en el parque industrial de Tandil por la UNICEN (Universidad del centro) de la Ciudad de Olavarría e ITP Argentina S.A, y una empresa Quilmeña.

Más allá de la piedra

Si bien la ciudad está fuertemente identificada con la piedra, Tandil tiene mucho más que ofrecer. "Hay gran cantidad de lugares para conocer, saliendo de los centros turísticos. El encanto de las sierras nos permite descubrir innumerables sitios maravillosos para recorrer y disfrutar", nos cuenta el Dr. Gallo, nuestro guía local.

Monte Calvario

Arriba, tras subir 195 escalones, nos espera el Cristo en su cruz, la figura está hecha en mármol francés y es realmente imponente. En otro sector del cerro se encuentran las 14 estaciones del Vía Crucis, con esculturas realizadas por grandes artistas como De la Cárcova, Sforza y Fioravanti, que fueron donadas por distintas familias. El Monte Calvario es el tercero en importancia en el mundo en su tipo.



Cerro Centinela

A 4 km del centro este cerro de 295 msnm debe su nombre a la formación rocosa que lo corona: una piedra de más de 7,50 m de alto. Este tipo de rocas se conocen como monumentos megalíticos o menires. El cerro ofrece espacios gastronómicos con platos regionales, caminatas, aerosillas hasta la cumbre con su espectacular vista y actividades recreativas como cabalgatas, tobogán de agua, paintball, y tirolesa entre otros.

Parque Independencia

A solo 10 cuadras de la ciudad, y con 300 metros de elevación, este parque es un maravilloso mirador. La Portada de acceso al cerro fue donada por la colectividad italiana en 1923. Sobre su estructura de granito de líneas sobrias, se configura su estilo romántico renacentista. En la misma fecha, en la cima del cerro, la colectividad española colocó la piedra inicial de lo que sería el Castillo Morisco. Hoy allí se puede almorzar, cenar o disfrutar del té de la tarde y admirar el monumento ecuestre del Brigadier General Don Martín Rodríguez, realizado por Arturo Dresco.

Las laderas ofrecen otros atractivos como el Jardín de la Paz con su monumento dedicado al descubrimiento de América y, los tradicionales Jardines del Parque, con variadas especies de flores. Muy cerca está el Anfiteatro Martín Fierro, donde se llevan a cabo diversas actividades culturales.

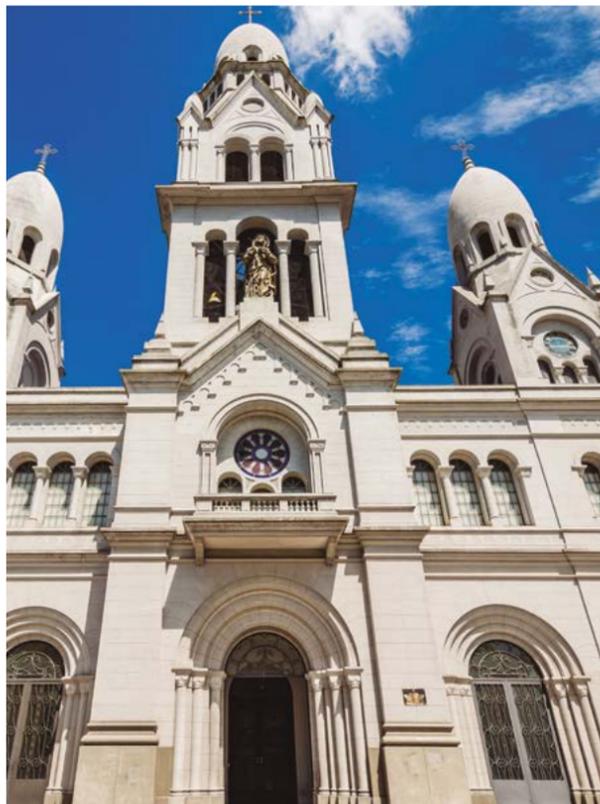
Dique y lago del Fuerte

En 1962 se construyó una represa para evitar los aluviones de agua y con ella se creó un lago artificial. Allí se pueden realizar varias actividades como pesca, canotaje y windsurf entre otros. Además, son clásicas las caminatas por la senda que la rodea. Muy cerca el "Balneario del Sol" ofrece un complejo de piletas con solarium, juegos para niños, confitería, parrillas, y un parador gastronómico. En el mismo predio está el Mercado Artesanal de Tandil y el Parque Soñado de los Niños.

Reserva natural Sierra del Tigre

Son 150 ha de flora y fauna natural. Con 389 msnm, el Cerro Venado destaca entre los demás. La práctica del trekking encuentra allí un entorno ideal y si se tiene suerte, se podrán ver animales de variadas especies que circulan libremente como llamas, guanacos, pumas y zorros, y otras especies exóticas como jabalíes, ciervos, ciervos axis y liebres europeas.

25.



La Cascada

A 6 km de la ciudad, se encuentra una bella cascada que, en épocas de lluvia, permite apreciar siete saltos. Escalando entre las piedras, siguiendo su orilla, se llega a la cima del cerro.

Valle del Picapedrero

Los cerros Aurora, Cerro del Águila y Los Corrales fueron fuente de rocas graníticas, para obtener adoquines, cordones y otros cortes para la construcción. Hoy este valle es un centro recreativo que ofrece un laberinto, cuerdas (rappel, escalada, cable carril, tirolesa); trekking y mountain bike.

Además, en los alrededores, se pueden visitar el Paseo de los Pioneros, la Sierra de las Ánimas, el Cerro del Libertador y el Cerro de La Virgen y hasta fotografiarse con las esculturas gigantes del Quijote y Sancho Panza.

Dentro de la ciudad, no pasará desapercibida la Plaza Independencia con sus árboles, senderos fuentes de agua y monumentos. Está rodeada por importantes edificios como la Iglesia del Santísimo Sacramento, el Palacio Municipal y el ex Banco Hipotecario. El parque del Bicentenario es un gran espacio verde de unos 35.000 m², en la ciudad y es



un espacio público ideal para descansar.

Embutidos y más

"La oferta gastronómica de Tandil es inmensa y muy variada, es imposible recomendar un lugar en especial porque va a depender de lo que deseamos comer. Excelentes parrillas, exigentes restaurants para disfrutar de pescados y pastas. Y por supuesto la especialidad de los embutidos del lugar con su gran variedad en tipos y sabores. Existen varios cafés, algunos de muchísima historia, todos en el área del centro y cada uno con su encanto y tradición", asegura orgulloso nuestro guía local.

Los embutidos y productos regionales son famosos: salamines, fiambres, quesos, cervezas, vinos, dulces y alfajores, además de artesanías, encurtidos y cuchillos artesanales, entre otros. Así que convendrá dejar algo de espacio en el baúl para traer unos buenos recuerdos y seguir disfrutando algo de Tandil de vuelta a casa. *

*Agradecimientos: Agronomía Médica de Tandil.
A su presidente Dr. Oscar Daniel Gallo.*



**LOS MÉDICOS ESTAMOS
PARA PROTEGER AL PACIENTE.
NO PARA PROTEGERNOS
DEL PACIENTE.**

Paremos la violencia en el ámbito de la salud.

FEMEBBA
FEDERACIÓN MÉDICA
DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Informes: ☎ (0221) 439 1362 | @ sec-me@femeba.org.ar

www.femeba.org.ar



Ir a comer adentro: la variada oferta de los restaurantes a puerta cerrada

Comida casera, platos gourmet, cocina india, argentina, húngara, mexicana y de todas las nacionalidades imaginables. Con mesas comunitarias o privadas. La oferta es amplia y asegura una experiencia siempre diferente.

Foto: gentileza Cookapp

I Ir a comer a la casa de alguien no necesariamente significa ir a comer a lo de un amigo o conocido. Hace ya unos cuantos años, la tendencia de los restaurantes a puertas cerradas crece en varias ciudades de nuestro país y el mundo.

Empezaron como emprendimientos familiares, pero después se sumaron profesionales de la gastronomía. Chefs que decidían abrir las puertas de su casa para recibir a sus comensales y ofrecerles una excelente comida.

En la actualidad hay restaurantes a puerta cerrada con gran variedad de estilos: con mesas privadas o comunitarias, más gourmet o más sencillos, más parecidos a un restaurante o más parecidos a una cena familiar. Los tipos de comida también varían y se pueden encontrar muchas opciones para experimentar y conocer diferentes cocinas del mundo preparadas por cocineros de las distintas comunidades: desde un asado argentino hasta las más variadas especias de la comida india.

El fenómeno habría nacido en Cuba donde se lo conoce como Paladares o Casas Particulares. Funcionaban en los garajes de las casas donde los turistas degustaban comida auténticamente cubana. Tanto crecieron que, en la década del 90, el gobierno decidió legalizarlos y desde entonces abrieron muchos más.

Por amor a la cocina

Lo que sin duda tienen en común casi todos estos emprendimientos es que quienes se deciden a encararlos aman la cocina y ven en ellos una manera simple de llevar a la acción esta pasión.

"Lo hice porque me encanta cocinar y no sé cocinar poco, nos cuenta Ana Von Rebeur quien hace 5 años abrió "Comer en lo de Ana", un restaurante a puerta cerrada con mesas comunitarias. Yo tengo 3 hijos que venían siempre con sus amigos y ahí empecé a ponerme creativa. Y se me empezó a llenar la casa porque se comía bien. Un día uno me dijo "yo me acuerdo de tu casa como un lugar de felicidad, porque yo entraba y siempre había olor a rico". Es que yo siempre tengo algo en el horno, creo que soy una enferma de la cocina, tengo una fijación obsesiva, es lo único que me da una felicidad enorme permanente. Yo tengo un contacto medio filosófico con la cocina. Yo creo que la cocina es una forma de meditar. Porque es el aquí y ahora. Hay que hacer una serie de pasos y hay que hacerlos bien. Y eso te mantiene la cabeza super concentrada y no te permite pensar nada más, ni deprimirme... además hay que estar mirando el reloj. Exige estar muy ahí, es muy zen en un punto. Te pide que vivas el presente con toda tu alma. Y además, todo eso no lo hacés por vos. Todo lo hacés pensando en darle placer a los comensales. O sea, lo hacés esperando el momento de la aprobación, esperando el quiero



más. Un amigo gastronómico siempre me dice: 'cocinar es dar amor a gente desconocida'.

Emi y Vale son cocineros profesionales, trabajaron en hoteles y restaurantes y ahora tienen su restaurante a puerta cerrada, "Lo de Emi y Vale". *"La idea surgió porque los dos amamos cocinar y el servicio de gastronomía en general. Nos gusta recibir a los comensales en nuestra casa porque creemos que pueden tener una experiencia diferente a la idea tradicional de comer en un restaurant, con la misma calidad de los platos o superior, pero con la calidez del hogar. Se entabla una relación más personal y se comparten vivencias y experiencias diferentes. Ambos tenemos trabajos en la semana y si bien para nosotros esto también es un trabajo, lo hacemos con otro grado de disfrute porque hacemos lo que nos gusta, es una pasión".*

Qué timbre tocar

Sin duda las redes sociales son un motor importante para que este tipo de emprendimientos pueda funcionar. Gran herramienta para sacarlos de lo oculto y encontrarse con sus clientes.

"La promoción fue por Facebook. Pero más que nada boca a boca. También hice tarjetas y volantes. Pero lo realmente importante es el boca a boca. Y se fue agrandando", cuenta Ana.

Ahora que el negocio creció, varias aplicaciones tienen un catálogo de este tipo de restaurantes. Una de las pioneras en nuestro país fue Cookapp.

Fue creada por jóvenes emprendedores que comparten su pasión por comer y viajar. A través de la app conectan chefs con sus comensales. En su página muestra las experiencias disponibles por zonas y con precio, fotos y las reglas de la casa como si se puede fumar, si es un lugar apto para niños, si las mesas son privadas o compartidas, etc. Recién al hacer la reserva, el comensal recibe la dirección exacta de la casa del chef.

El restaurant de Emi y Vale está en Cookapp, pero además nos cuentan que están en otras redes y confían en las recomendaciones: *"Hacemos difusión en Facebook y por sobre todo las recomendaciones personales, lo que se denomina el boca en boca".*

También buscando "puerta cerrada" en los buscadores de restaurantes clásicos como Guia Óleo o Restorando podemos encontrar una buena oferta de este tipo de lugares.

No todos los días se puede elegir esta opción, ya que por lo general abren pocas veces a la semana



y en promedio tienen unos 25 cubiertos por noche por lo cual no siempre hay espacio.

"Normalmente lo hacemos los viernes y sábados de todo el mes, en alguna oportunidad los feriados también y si tenemos algún cumpleaños o evento en la semana se programa, se organiza y se hace por supuesto, nunca nos hemos negado, al contrario, siempre nos suma y como son personas que ya han venido y quieren hacer un evento con más cantidad, aceptamos. Tenemos capacidad para alrededor de 16 personas", nos cuenta Vale.

Las mesas comunitarias de "Comer en lo de Ana" le permiten recibir una mayor cantidad de comensales. "Yo abro viernes y sábado", nos relata. Y según la época solo los viernes. Pero me di cuenta de que eso tiene que ver con dinámicas propias de los distintos barrios y que uno se tiene que adaptar al suyo. Después tuve una época de "Miércoles de chicas". Y también hago eventos: cumpleaños, aniversario de casado, casamientos... mis invitados, bueno, clientes, pero para mí son invitados, son largueros y yo no pongo horarios".

Casero y gourmet

Curiosos, dispuestos a probar nuevos sabores y experiencias, los clientes de este tipo de restaurante llegan la mayoría de las veces con ganas de conocer algo distinto y raramente se van descontentos.

Vero Boriosi sale a comer seguido con un grupo de amigas. Hace unos días eligieron ir a un restaurante a puertas cerradas. El lugar es un pequeño departamento en la zona norte del Gran Buenos Aires, donde una pareja de chefs ofrece un menú de 4 pasos con bebidas incluidas y descorche gratis. "Elegí ir a comer ahí para conocer, porque nunca había ido a ningún restaurante a puerta cerrada y me pareció una idea diferente", nos cuenta y asegura que volvería a ir.

Hay muchos puntos en los que los restaurantes a puerta cerrada ofrecen beneficios interesantes para los comensales: para empezar, la mayoría de las veces, uno sabe qué va a comer y cuánto va a gastar.

"El descorche sin costo es una muy buena opción porque muchas veces, el vino es lo que hace que los costos se vayan muy altos. Además, la sensación de intimidad, de estar más cómoda y poder disfrutar más de la salida también me parecieron aspectos muy positivos", relata Vero.

Los restaurantes a puerta cerrada son una opción más para quienes disfrutan de salir con amigos, familia o en pareja y buscan renovar la experiencia y encontrar una propuesta a su medida en un ambiente más relajado. *



DESCUBRÍ TODOS LOS BENEFICIOS QUE TENEMOS PARA VOS



VIAJES



GASTRONOMÍA



HOTELERÍA



INDUMENTARIA



TECH & HOGAR



Y MUCHOS MÁS!



www.tarjetacomunidad.femeba.org.ar





Gino Tubaro: el joven al que no le alcanza con dar una mano y quiere dar mil

Tiene 22 años y hace ocho que viene imprimiendo manos en 3D para chicos y chicas que necesitan prótesis. Lo hace gratis, sin responder a ninguna agrupación o empresa. Talento, ganas de ayudar y una capacidad de acción envidiable son los protagonistas de la historia del joven manos de "politierno".

Por Irina Sternik | Fotos: Andrés Pérez Moreno. Gentileza AtomicLab

Todas las mañanas, Gino va a la facultad en su longboard a cursar su tercer año de Ingeniería Electrónica en la UTN. Almuerza en la casa de Marta, su mamá, en Pompeya y parte hacia el trabajo, la empresa AtomicLab. Pero a diferencia de cualquier chico de su edad, su historia nace al revés: no fue su carrera sino el trabajo lo que lo definió. Desde chico tuvo pasión por los cables y los inventos, y cuando tenía 16 años dio una charla de BARCAMP titulada "Impresión 3D para todos" en el Centro Cultural San Martín para contar su creación. Desde ese día, no paró de emprender. Sin capital semilla o startups, en la soledad de su habitación creó su primera impresora para hacer realidad la primera prótesis para Felipe Miranda, un chico de la localidad bonaerense de Tres Algarrobos que había nacido con una enfermedad genética y no podía comprarse una tradicional.

¿Cómo nació tu vocación por las manos?

32. Cuando tenía 16 años armé una impresora 3D y empecé a probar cosas. Un día fui a dar una charla para contar su potencial y mis ideas. Ese día me acuerdo que alguien me dijo "esto es una genialidad o no sirve para nada". Ahí conocí a mis primeros socios y empezamos a trabajar. Un día recibimos un mensaje de la mamá de Felipe que nos preguntaba si con las impresoras se podía hacer una mano. Yo me puse por mi cuenta a diseñar en mi casa, después armé la mano para mostrarle a mis

socios y esa fue la que le terminamos mandando. Cuando recibió su mano, me mandó un video donde se lo ve pescando y ahí se empezó a viralizar tanto la historia como las posibilidades que teníamos. Desde allí comenzaron los pedidos de manos, y las fuimos imprimiendo hasta hacer crecer el proyecto.

La prótesis de Felipe, tenía los colores de Iron Man, y fue el puntapié inicial para que Gino Tubaro y sus socios de ese entonces de Darwin Research, hicieran crecer el proyecto que tuvo un punto de inflexión cuando ingresó a Jefatura de Gabinete para trabajar en conjunto con el Estado.

A mí no me gustaron los manejos, querían hacer diez manos y un acto político, me sentía mal por manejos que vi así que decidí irme, volver a mi casa y retomar mi taller, explica Gino, en un momento en que no sabía todo lo que iba a venir después: premios, reconocimientos y su independencia.

Entre sus logros figuran el elogio de Barack Obama en su visita a la Argentina en 2016 que lo mencionó como un ejemplo a seguir, el premio mayor de History Channel "Una idea para cambiar la historia" que le permitió armar su taller y obtener las 20 impresoras que utiliza hoy para hacer realidad las 1.000 manos de sus sueños. Su primer reconocimiento fue en 2008, cuando recibió el diploma de "Mejor joven inventor"



por sus prototipos de seguridad para hogares y mini robots. En el año 2010 fue ganador de las "Olimpiadas de Inventiva". En 2014 fue seleccionado como uno de los 10 jóvenes más sobresalientes en Argentina por parte de JCI TOYP. En 2015 fue nombrado "Alumni del mes" a nivel mundial por el Departamento de Estado de los Estados Unidos y la Embajada de los Estados Unidos por el "reconocimiento a su liderazgo en crear innovadoras soluciones para ayudar a las personas

con discapacidades a vivir sin límites". También fue orador de TEDxRiodelaplata en dos ocasiones, con el "Perdiéndonos en los inventos" y "Super hombre de Darwin", sobre cómo podríamos tener súper habilidades a partir de discapacidades físicas.

Hoy, las marcas se le ofrecen por todos los canales de comunicación, aprovechando la oportunidad de visibilidad que tiene la acción social de Gino. Él, lejos



de hacer negocios, aprovecha al mejor postor para poder llegar más cerca a su objetivo.

Laboratorio de ideas

AtomicLab queda en un galpón de 200 metros cuadrados ubicado en un primer piso en Parque Patricios y está decorado con sus propias huellas: en una pared figura un cuadro hecho al óleo de Carlitos, un mural con notas escritas por alguno de los chicos o chicas que recibieron las manos, impresoras nuevas,

los primeros prototipos, la máquina que dio vida a las primeras manos y la que está construyendo para sus próximas andanzas. Sillones, alfombras, golosinas que van quedando de las donaciones de dulces de los "Manotones", muñequitos heredados de las mismas actividades y objetos a medio nacer, además de sus hobbies personales como una computadora diseñada para minar cantidades humildes de criptomonedas y otra en el patio sobre una silla para aprovechar la energía de un pequeño panel solar.



¿Hablaste alguna vez con un especialista para saber cómo se hace una prótesis?

Cuando empezamos investigué. Había una empresa similar que se dedicaba a hacer esto en Estados Unidos, nos contactamos con ellos pero no nos respondieron, era un equipo cerrado. También con un especialista en prótesis para hacer un análisis de factibilidad técnica, basándome en el movimiento de la mano, pero nada más.

¿Alguna obra social o prepaga se contactó con vos para comprarte prótesis?

Sí, ambas: una importante obra social y una importante prepaga, con intenciones de entregar manos que a ellos les implicaría 50.000 dólares a la hora de importar. Las nuestras no superan los 100 dólares, más el costo de la capacitación, etcétera. No es la misma mano, pero las actividades que pueden hacer los pacientes sí son las mismas. Además, si una prótesis te sale 50.000 dólares no la podés reemplazar; si una te sale 100, podés darle manos durante toda la vida a cada paciente.

¿En qué etapa está el hoy proyecto de impresión de manos y brazos?

La creación empezó a mutar, ahora el proyecto es un programa. Desarrollamos un repositorio en la web *GitHub* que permite ejecutar el archivo y crear un diseño de una prótesis según las necesidades de cada uno. El que necesita, en vez de contactarme, se saca la foto de la mano o muñón sobre una hoja cuadrículada y crea el modelo para la impresión.

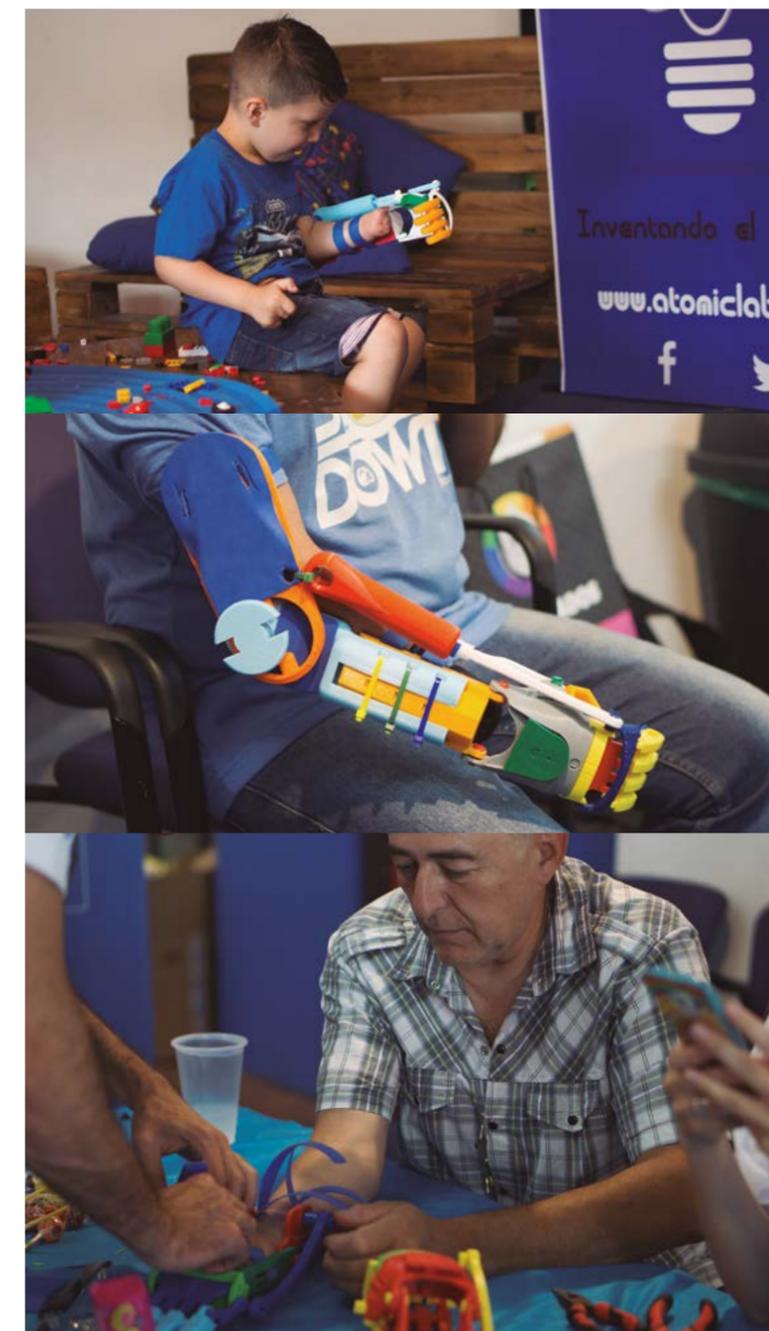
¿Cómo hacían antes?

Las modificábamos una por una. Ahora esa misma foto que nos mandan se transforma en un diseño tridimensional, se puede adaptar mucho mejor y usarse desde un teléfono o una computadora. Lo lindo es que no importa el tipo de amputación que haya, siempre y cuando la foto de la mano se saque desde arriba. Con esos diseños armamos una plataforma, lo que buscamos es convertirnos en un "Uber" de las prótesis porque se puede subir la foto desde cualquier parte del mundo. Lo que hacemos es *matchear* el pedido con el embajador más cercano. Si hay alguien en México que me pide una mano, yo le asigno el pedido de esa persona con el diseño elegido a alguien que está cerca.

¿Cómo es el sistema de embajadores? ¿Cómo hacen para construir y costear las manos?

El sistema de embajadores nació hace ocho me-

ses. Hicimos una campaña y los reclutamos por Facebook. Al principio se sumaron 1.000 y hoy tenemos 7.000 voluntarios que tienen impresora o pueden llegar a acceder a alguna en un colegio o lugar cercano. A través de la plataforma ya entregamos 150, pero en las publicaciones que tenemos hay 1.500 descargas de manos derechas e izquierdas y no sabemos si esos fueron utilizados para una o diez personas. Para costearlas, si los embajadores necesitan que les paguemos los ma-





teriales, nos avisan y les mandamos el dinero. Las manos no se venden ni se compran.

¿Cómo se imprime una mano a distancia?

Es como imprimir cualquier cosa, pero en una máquina 3D. El material es PLA, es un material ecológico diseñado con ácido poliláctico (PLA), un derivado del maíz. Funciona en cualquier impresora y lo bueno es que este material no le genera llagas, picazón ni molestias a las personas que usan las manos. Es noble. Si nos solicitan el material, lo que hacemos es comprarlo en eBay usando la plataforma de pagos PayPal, después eBay se encarga de mandarlo al lugar que nos indiquen.

¿Cuántas manos entregaron hasta ahora?

Que hayamos construido nosotros, alrededor de 720 desde que comencé y si bien el plan a partir del premio de History Channel era llegar a 1.000, no tengo un techo. Desde las primeras impresiones hasta hoy fuimos aprendiendo mucho. Al principio nos dimos cuenta de que los diseños se rompían fácilmente y que además había que mejorar la logística. En Buenos Aires ya le entregamos a todas las personas que necesitaban una mano. Ahora lo que también estamos viendo es que tenemos que empezar a expandir, tenemos más de 5.000 pedidos pendientes.

Entre las prótesis entregadas, Gino no cuenta las

que fueron recambiadas a medida que se rompían o desgastaban. El programa de Embajadores fue el resultado de los diferentes Manotones, jornadas para hacerle llegar las prótesis a todos los necesitados, tanto en las diferentes provincias del país como en algunas ciudades del exterior. A través de una campaña en el sitio Playground DO en busca de "embajadores atómicos", este joven de Pompeya recibió el apoyo de voluntarios de todos los rincones del mundo. Lo único que se necesita para formar parte del programa es tener acceso a una impresora 3D, saber diseñar o conocer a alguien que la sepa usar y tener ganas de ayudar.

Una impresora 3D puede tardar 15 horas en imprimir las 16 piezas que lleva una prótesis de mano, o las 21 que requiere un brazo. Sólo hay que tener el archivo correcto, la materia prima (poliácido láctico caliente) y ser muy cuidadoso ya que la temperatura de este material puede llegar a los 200 grados. Los diseños de Atomic Lab son 100% libres y gratuitos y se pueden ver en www.AtomicLab.org/Libre

¿Cuáles son las edades aptas para recibir las manos?

Desde los cuatro, antes se pueden lastimar, hasta 80 o 100 años. ¡No tenemos un tope! Una vez vino una persona de más de 80, que tenía ambas manos amputadas por un problema de circulación de sangre. Estaba en silla de ruedas y como nuestro



INSPIRE

Simulación **FEMEBBA**

APERTURA DEL CENTRO DE SIMULACIÓN MÉDICA MÁS MODERNO DEL PAÍS.
TECNOLOGÍA Y CIENCIA AL SERVICIO DE LA SALUD.

Capacitando médicos hoy
para la Medicina del mañana.

Informes: ☎ (0221) 439 1378 | 🏠 Calle 5 n°473 (1900), La Plata

@ centrodesimulacion@fundacionfemeba.org.ar

www.fundacionfemeba.org.ar



laboratorio queda en un primer piso se nos complicó. Al final lo subimos a upa y le hicimos la mano entre todos. Nos costó porque el plano original no estaba bien, pero entre los diez que estábamos haciendo el "Manotón" nos pusimos a trabajar y en un par de horas lo logramos, le hicimos las dos manos: se puso a escribir, a llorar, fue realmente muy emocionante.

El último Manotón al que se refiere se celebró entre el 2 y 3 de diciembre, el Día Internacional de las Personas con Discapacidad. En total se entregaron más de 20 manos a lo largo de las dos jornadas. En su fanpage de Facebook, Gino Tubaro va pidiendo voluntarios y publicando sus ideas constantemente. También responde mensajes y a veces se defiende de acusaciones falsas que lo acusan de lucrar con las manos: él se indigna y se ríe, las manos son gratis, es un proyecto de colaboración abierta en el que cualquiera puede imprimir su propia prótesis, sólo es necesario pagar o pedir el material. En su perfil de Twitter se puede leer este mensaje fijado: "Acabo de llamar a una madre y me comenta que alguien le dijo que cobrábamos para hacer las manos. Para que quede claro, hicimos más de 700 manos (y brazos) todas gratuitas, y así va a seguir siendo, por más que nos quieran hacer mala fama. Les mando un abrazo, Capitán atómico".

Gino pasa horas desarrollando sus ideas en su taller, duerme en un colchón cuando no llega a tiempo y se queda todas las horas que puede para avanzar con un único objetivo: ayudar. Cuando no usa su longboard, va en bicicleta, subte o colectivo. Su humildad va acompañada de una coraza que le permite no engancharse con rumores, fama y propuestas de sociedades que lo alejan de la acción social. En su página se pueden leer

las preguntas frecuentes para disipar todo tipo de dudas. Allí nos enteramos de que, si bien no hay diseños de prótesis para animales, es un proyecto en marcha. También explican que no hay prótesis para personas que no tengan codo, pero sí para quienes tengan muñeca y codo. Tampoco hay dedos de manos ni pies, pero también hay un proyecto al respecto.

¿Cómo reciben los niños las manos, tienen resistencia o lo toman más natural?

Felices. El día del niño les dábamos la caja de zapatos con la mano y una composición que incluía las piezas con juguetes para chicos que nos dan las marcas que nos apoyan, como Rasti y Etermax. A veces nos disfrazamos o invitamos amigos a cantar y jugar. Tenemos muchas anécdotas.

¿Qué se puede hacer con las manos?

Distintas actividades. Por ejemplo, hay un modelo con una tapa para agregarle un accesorio "Lanza Tazos". Esto tiene que ver con la realización psicológica, por ejemplo, el chico que tiene esa mano tuneada como superhéroe tiene además otras capacidades como lanzar misiles o juguetes-herramientas. Ahora estamos preparando un gran evento con Disney para entrega de manos y otras sorpresas que también tienen que ver con personajes fantásticos.

Hay algunas prótesis que tienen accesorios especiales. Por ejemplo, la mano tiene "agujeritos" que pasan a través de los dedos de los usuarios para que puedan hacer adaptaciones de las cosas que usan todos los días como por ejemplo lápices. Se pone con un poco de polímero termoplástico (goma eva), se hace presión y encaja el bolígrafo.

Otros "plugins" permiten girar, trabar o agregar cosas como un fibrón más grande, por ejemplo. Lo usamos con un profesor de filosofía de la UBA al que le faltan las dos manos, en una de ellas le agregamos una prótesis para el marcador y con la otra prótesis tiene el libro y puede hacer las dos cosas a la vez mientras da clases. Otro caso es el de Juan Pablo Peláez, un músico de 33 años que perdió su brazo en un accidente automovilístico cuando tenía 14 años, pero aún así, aprendió a tocar la trompeta. Su accesorio es un brazo que construimos en AtomicLab con una adaptación en el pulgar de la mano para que pueda tocar los pistones. Otra chica nos pidió una adaptación para jugar al ping pong y otra, muy divertida fue para Brisa, que quería agarrar turrónes en el aire.

¿Cómo financian las manos?

A través de donaciones de diferente tipo. En www.AtomicLab.org/Libre podés aplicar para pedir una mano (17 dólares o 300 pesos), de un brazo (25 dólares o 450 pesos) o lo que se desee. Allí también se puede aplicar para ser embajador o ser voluntario, para lo cual no es necesario tener ninguna habilidad, sólo ganas de ayudar. Además, ocasionalmente, hay campañas con empresas privadas. Hace poco hicimos una con una casa de comida rápida para presentar la hamburguesa "que se come con las dos manos", que nos aportó lo necesario para hacer 700 manos más.

¿Quiénes forman parte de AtomicLab?

Son cinco chicos, no son empleados sino colaboradores freelance porque no tengo la posibilidad de contratarlos fijo por el momento. La empresa hoy es una SAS (sociedad por acciones simplificadas) y estamos tramitando hace tiempo la Fundación.

¿Y ahora cuál es el próximo paso en las aventuras de Gino Tubaro?

Lo que se viene es "Argentinaton", una entrega de manos por toda la Argentina. Tenemos una impresora que vamos a acoplar a un camión para hacer un "todo en uno" para poder llevar por las rutas la tecnología, las prótesis y a la vez ir aprendiendo en el camino. Ahora nos falta adaptarla para que se cargue con energía solar. Gracias a la empresa Trideo3D ya tenemos la impresora que nos va a permitir hacer realidad este sueño rodante. Es una idea que de alguna manera ya implementamos en navidades pasadas. Pedimos colaboración, me disfracé de Papá Noel y pude

llevarle prótesis a chicos que aún no habían tenido la posibilidad de acceder por una cuestión de distancia. En esa Navidatón reclutamos padres con chicos con malformaciones congénitas o manos amputadas para crear las prótesis a distancia y poder llevarlas, en persona aunque disfrazado de Santa Claus. Estas eran prótesis clase 1, hechas a medida. Yo iba con el traje de Papá Noel y los chicos de Atomic Lab iban vestidos de elfos, recorrimos Boedo, Pompeya, Pilar, Tortuguitas, Hurlingham, Almirante Brown, La Plata, Avellaneda y Dock Sud, entre otros lugares.

¿En qué otros proyectos estás trabajando?

Estamos desarrollando un músculo sintético que permitirá tener movilidad a las personas que sí tienen manos, pero no movimiento. Funciona como un guante, en su interior tiene una fuente para impulsar el músculo que construimos, dividido en las falanges y que será comandado por un sensor. Está hecho de un material de siliconas con una matriz de alcohol biodegradable y su confección sale menos de 15 dólares. La idea con ese músculo es implementar lo mismo con pistones para poder ayudar otras partes del cuerpo.

¿Aprendiste algo de esto en alguna materia relacionada con medicina en la facultad?

Creo que hay alguna materia en la facultad relacionada con salud, pero no tengo idea.

Visitaste el Complejo Penitenciario Federal de Ezeiza ¿fue una acción gubernamental o forman parte de los embajadores?

El gobierno no tiene nada que ver con lo que hicimos en el Penal 4 de Ezeiza. Allí llevamos dos impresoras 3D y les enseñamos a las chicas del penal a imprimir las manos. Ellas también son embajadoras y están aprendiendo a usar esta tecnología para ayudar a familiares de los presos o para otras personas que lo pidieron.

¿Qué más estás haciendo además de las prótesis?

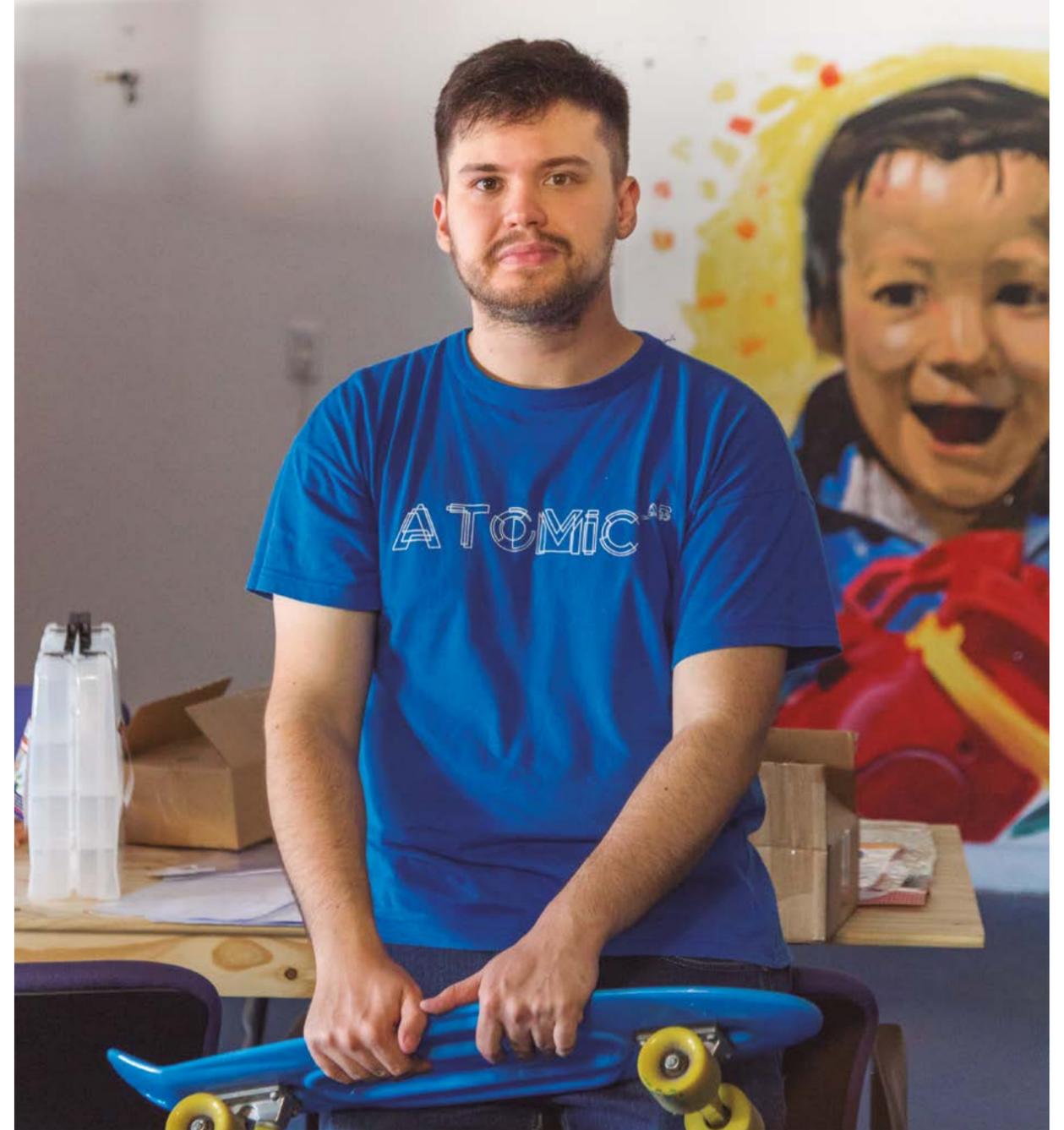
Hay otros dos proyectos con realidad aumentada para hacer dispositivos accesibles, construir el *cardboard* de la realidad aumentada. Otro proyecto, que no tiene nada que ver con las impresoras, es para criptomonedas: queremos hacer un *Universal Basic Income* (UBI), también conocido como ingreso básico universal, para ayudar gente, no para ganar plata. La idea es, a partir de los intereses generados por la moneda, poder repartirlos equitativamente con personas de bajos recursos



¡Las manos que inventan!

Cada una de las más de 700 manos entregadas tiene su historia y esfuerzo detrás. Su primera Manotón en Mexico les implicó llevar las prótesis desarmadas desde Buenos Aires y llegar vía Panamá para llegar a Guadalajara porque con ese material podían tener problemas en la aduana. Allí, durante una jornada de un día entero, hacían la entrega a los chicos que la habían solicitado, estaba todo calculado. El caso de Carlitos, el chico del cuadro y de una foto que recorre el mundo con su sonrisa, tiene una trastienda poco conocida: "Su papá la rompió sin querer cuando empezamos la jornada y se puso a llorar desconsoladamente, él y Carlitos. Tuvimos que hacer malabares para poder reemplazarla porque no teníamos todas las partes, estuvimos encerrados un semana en un piso de 45m2 con siete máquinas imprimiendo de 8 a 23 hs. para llegar y esto nos pasó el último día. Era un desafío tecnológico y lo logramos, dice. Esa foto retrata la alegría de él y el detrás de escena con Carlitos y su padre llorando de alegría. Por eso se convirtió en cuadro y en metáfora de la historia que tiene cada una de las manos detrás.

40.



para que puedan usarlos para comprar comida y generar una cadena de valor con respecto a eso. Queremos lograr que accedan a plata tangible para que vayan y compren lo que necesiten.

¿Cómo te imaginas AtomicLab en el futuro, de aquí a cinco años?

Me encantaría que haya más gente participando y que esté orientada a solucionar problemas de la gente a través de la tecnología.

¿Y si alguien te quiere comprar la empresa?

No creo, además es como mi bebé, hay mucho acá en el medio. No sabría qué hacer, me paso todas las horas que puedo aquí adentro, y el resto del día lo divido entre la facultad y estudiar.

En el momento de cierre de esta nota, Gino está dando una charla en London School of Economics donde

un grupo de emprendedores sociales explicarán su viaje, sus modelos de negocios, sus fallas y lecciones aprendidas. Ya no acepta participar en jornadas de difusión, charlas -pagas o gratuitas- y talleres salvo excepciones porque le quita tiempo para poder cumplir con sus obligaciones y el resto de los pedidos que aún no llegaron a hacer. Argentinaton les permitirá cubrir parte de la República Argentina y visitar, en persona, a todos aquellos que necesiten las prótesis. Una vez que todas estas personas tengan su primera prótesis, podrán acceder a su reemplazo de manera más ágil, pues el modelo inicial ya fue probado. Los niños, que crecen, también van necesitando el recambio de prótesis, pero con solo avisar ya acceden a la que necesitan. El proyecto de AtomicLab lleva el nombre de #Limbs, tiene como objetivo convertir a todos los chicos en superhéroes con manos o brazos impresos en 3D y está explotando en todo el mundo, por eso, Gino no tiene tiempo que perder. *

41.



El guardarropa tecnológico crece de la mano de los wearables

Es una de las grandes áreas de desarrollo para muchas de las empresas de tecnología de hoy. Y tiene un futuro tan amplio como prometedor en diversas áreas de la vida de todos.

Por Ricardo Sametband

Vestible es la traducción más aproximada para la palabra en inglés *wearable*, que designa al conjunto de aparatos y dispositivos electrónicos que se incorporan en alguna parte de nuestro cuerpo, interactuando de forma continua con el usuario y con otros dispositivos con una función determinada.

En estos últimos años, muchas son las empresas de tecnología que están apostando a esta clase de dispositivos en diferentes tipos de desarrollos y para una gran cantidad de áreas como el deporte, la salud o el entretenimiento.

Si ya no nos resulta raro ver a una persona que va hablando aparentemente sola por la calle, es porque cada vez más la tecnología se incorpora a nuestra vida de una manera muy natural.

El desarrollo de los *wearables* comenzó en la década del sesenta, pero fue recién en 2010 cuando esta tecnología evolucionó lo suficiente para llegar a un público más masivo.

Un antecedente muy conocido de los *smartwatches* o las pulseras deportivas *Fitbit* tal vez sea aquel re-

loj con calculadora que hacía furor hacia finales de los setenta.

Pero en sentido amplio conceptualmente, los primeros vestibles podrían remontarse varios siglos atrás e incluir a los primeros ábacos en collares, o anillos y el primer reloj pulsera en 1810.

Fiel a los tiempos que corren, donde la multitarea reina, estos aparatitos son ideales para usarse mientras se realizan otras actividades y pueden actuar como extensión del cuerpo o mente del usuario.

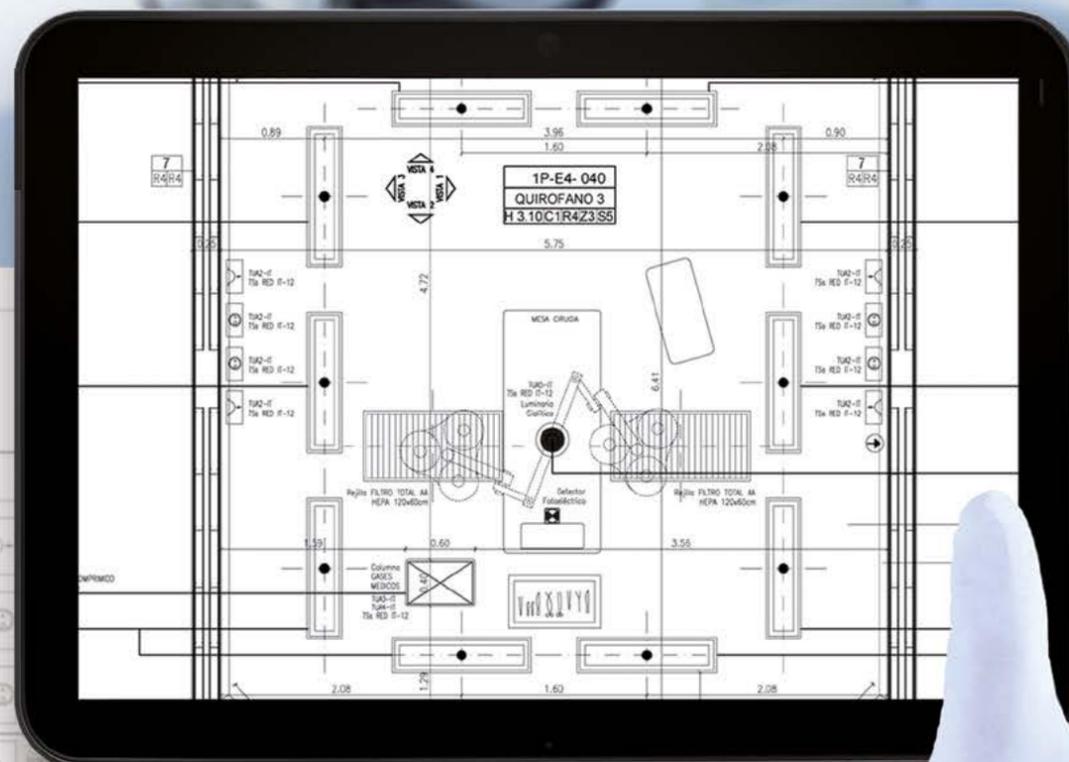
Sin duda los reyes de la categoría, al menos por la cantidad de alternativas que existen en el mercado, son los relojes inteligentes, seguidos por las pulseras de monitoreo de actividad física y los anteojos inteligentes.

Las áreas más importantes de desarrollo son salud, deporte y bienestar, entretenimiento, desarrollo industrial y militar.

Los wearables y la salud

En el campo de la salud el desarrollo de los *wearables* es amplio e importante y su uso puede ser muy interesante, siempre y cuando sea cuidado y serio.

La ropa inteligente también está sumándose a los guardarropas tecno. Para deporte o para la vida cotidiana, estas prendas incorporan sensores entre sus tejidos y fibras que permiten desde interactuar con el celular hasta medir gran cantidad de variables físicas.



ARQUITECTURA PARA LA SALUD

www.grupoabaco.com.ar

info@grupoabaco.com.ar

+54 221-4252908



"Existen decenas de miles de wearables, los más habituales son para la población general, sin síntomas, que quiere cuidarse mientras practica ejercicio o saber cómo gestiona su estilo de vida, desde la alimentación al estrés o el sueño. Hay wearables específicos para colectivos, como mujeres embarazadas, bebés, personas mayores, etc., la mayoría de ellos sin haber demostrado su eficacia y seguridad. Por último, un grupo cada vez más abundante de wearables son los destinados a pacientes crónicos, que facilitan la administración de tratamientos o toman sus datos de manera constante, y no sólo cuando acuden al médico. Este tipo de wearables suelen contar con certificados de eficacia y estudios clínicos", asegura Carlos Mateos, vicepresidente de AIES (Asociación de Investigadores en eSalud) una asociación sin fines de lucro, que busca dar impulso y divulgación a la eSalud tanto en España como en América Latina.

44. Bien usados estos dispositivos pueden ser de gran ayuda en el cuidado de la salud. Pero también se debe tener cuidado porque un mal uso puede con-

ducir a tomar decisiones incorrectas que afecten la salud. "El acceso a herramientas de medición favorece el autodiagnóstico y el acceso a información sin el filtro de los profesionales sanitarios o de los medios de comunicación, es un territorio propicio para la automedicación. La clave no es impedir el acceso a las herramientas sino formar a los profesionales sanitarios para que puedan orientar a los pacientes en su uso responsable y educar en salud a la población desde las instituciones", asegura Mateos.

Otro peligro es volvernos adictos a consultar las mediciones que nos proporcionan los wearables, tal como le sucede a mucha gente con las redes sociales, por ejemplo. De hecho, nos cuenta Mateos, "existe un trastorno al que se llama cibercondría que se refiere a la hipocondría facilitada por la tecnología. Es algo que ya se ve en el uso de wearables para bebés, que se venden con mucha facilidad en Estados Unidos y que hace que muchos padres estén pendientes constantemente de cómo evoluciona la temperatura de sus hijos, de cuántas veces se despiertan, se mueven u ori-

nan. Y todo de manera innecesaria en bebés sanos".

Pero sin duda una de las grandes virtudes del uso de wearables en salud es que son un gran paso hacia un modelo de medicina más enfocado en la prevención.

Tal es el ejemplo del sistema de monitorización de ECG para medio-largo plazo desarrollado por la empresa española Nuubo. Se trata de una tecnología de electrodos textiles que simplifica los procedimientos tradicionales de conexión de electrodos, como un Holter, por ejemplo, reduciéndolos al sencillo acto de vestir un peto (prenda suelta o parte de una prenda de vestir que cubre el pecho) de tejido elástico que se adapta a los movimientos del paciente, quien puede realizar su actividad física diaria sin estar limitado por cables y sin necesidad de depender de personal médico especializado. Como resultado, es posible mejorar la prevención a través del diagnóstico y la rehabilitación por medio de una monitorización más fácil y cercana.

Y la innovación no se detiene. Hay varios prototipos de lo que se conoce como tatuajes inteligentes que utilizan tinta biosensible capaz de medir

desde la temperatura hasta la glucosa o el sodio en sangre. Si bien aún están en etapa de prueba, en un futuro cercano monitorear enfermedades crónicas será mucho más simple.

Contando pasos y latidos

Una cosa es indudable: a los wearables les gusta hacer deporte. En ese reino podemos encontrar desde zapatillas con sensores IA en la suela, capaces de detectar el impacto entre el pie y el suelo, evitando así la posibilidad de lesiones como las Smart Running Sneakers creadas por Sensoria.

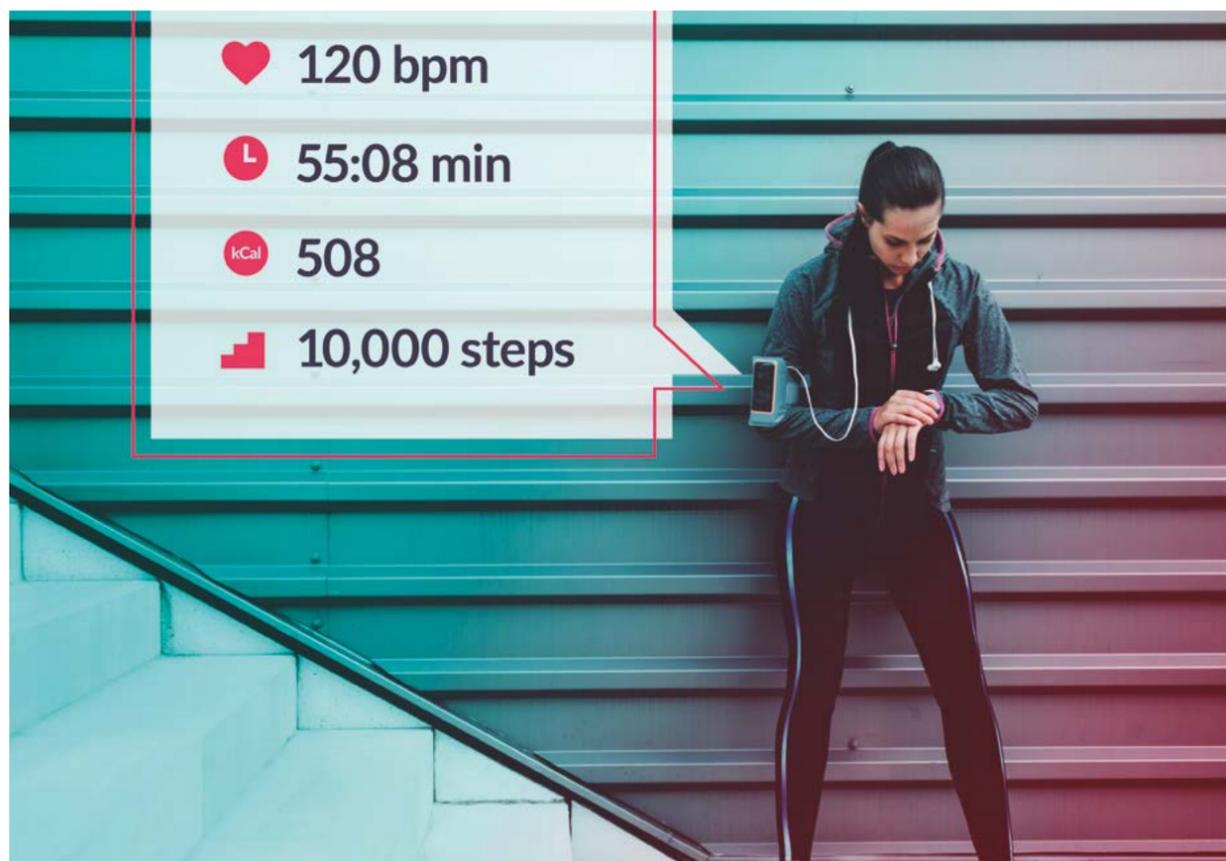
O los Smart Gloves que Visa planea presentar en los Juegos Olímpicos de Invierno de PyeongChang 2018 que son guantes especiales para deportes pero que además cuentan con un sistema para el pago sin contacto.

La ropa inteligente también está sumándose a los guardarropas tecno. Para deporte o para la vida cotidiana, estas prendas incorporan sensores entre sus tejidos y fibras que permiten desde interactuar con el celular hasta medir gran cantidad de variables físicas.

Los llamados relojes híbridos combinan un aspecto tradicional (analógico, con agujas para marcar la hora y los minutos) y sensores que registran datos del usuario y los transmiten a un teléfono.



45.



Otra alternativa para los deportistas son los relojes inteligentes y bandas de muñeca o cabeza que permiten registrar la actividad física, proporcionan entrenamiento personalizado, información sobre los progresos, cantidad de pasos, velocidad, inclinación del terreno y una amplia gama de datos corporales como la frecuencia cardíaca y las calorías consumidas.

Los relojes inteligentes son sin duda los reyes del mundo *wearable*. Hoy casi todas las grandes marcas líderes en el desarrollo de teléfonos como *Samsung*, *LG*, *Huawei*, *Apple* tienen su línea de relojes inteligentes. A la carrera se suman las tradicionales del mundo de la relojería como *Skagen* o *Tag Heuer*, con los llamados relojes híbridos que combinan un aspecto tradicional (analógico, con agujas para marcar la hora y los minutos) y sensores que registran datos del usuario y los transmiten a un teléfono. El gran desafío de todas estas marcas pasa por la tecnología, claro, pero también por la estética. Todas buscan productos lo más parecidos a los relojes tradicionales, sobre todo en cuanto al tamaño.

46.

El mundo de un vistazo

Los *Google glasses* fueron los pioneros de la catego-

ría. Por mucho tiempo quedaron en el olvido, pero ahora el mundo de los anteojos inteligentes parece renacer y aparecen varias novedades.

Estos anteojos combinan la tecnología *wearable* con la realidad aumentada entre otras cosas. Con solo mirar, proporcionan información sobre el entorno y permiten realizar acciones como sacar fotos o grabar videos.

Algunos de ellos son los *Snapchat Spectacles* que parecen anteojos de sol, los *EverySight Raptors*, diseñados para ciclistas atletas, proporcionan información en tiempo real para una carrera y un entrenamiento, sin necesidad de sacar la vista de la ruta. Y los más recientes *Vaunt* de Intel que parecen anteojos comunes, pero tienen una pantalla que proyecta notificaciones, información, recomendaciones o recordatorios directo en la retina.

Los *wearables* todavía tienen mucho para ofrecer, y su desarrollo está en marcha de la mano tanto de empresas privadas como de universidades y centros de investigación en muchos lugares del mundo. Seguramente seguiremos sorprendiéndonos día a día. *

Los secretos del maridaje para llevar armonía y placer a la mesa

Combinar comidas y vinos tiene sus secretos, pero hacerlo vale la pena para acceder a una experiencia gastronómica mucho más placentera. Un enólogo y una sommeliere nos dan las bases para llevar este arte a casa.

I

Hamburguesa con papas fritas, chorizo y pan, pancho y mostaza, frutillas y crema. Es indudable que en el mundo de la gastronomía hay compañías que son indiscutibles. Algo similar pasa con los vinos: algunos combinan mejor que otros con ciertas comidas.

todos los sentidos, desde la creación de nuevos blends, hasta las lecturas de notas de los sommeliers, todo es expansión.

Una de las novedades de este universo es el maridaje: "el arte de combinar los aromas y sabores de los vinos con los aromas y sabores de las comidas, o viceversa, buscando siempre el equilibrio sensitivo

En los últimos años, el mundo del vino creció en





de los componentes y obteniendo como resultado final la satisfacción y el placer de la perfecta armonía entre lo bebido y lo comido" –define Marcelo Mirás, el enólogo y dueño de la bodega que lleva su nombre.

Arte, equilibrio y fusión de uno o más vinos con uno o más platos, esa multiplicidad es la que lleva a la *Head Sommeliere* de Baco Club, Mariana Gil Juncal a decir que: "Personalmente prefiero el término *armonización*, ya que es más flexible que el *maridaje*, que nos refiere a un matrimonio con solo dos integrantes".

El concepto es relativamente nuevo, tanto que un vino de guarda puede haber nacido antes que él. Así lo asegura el enólogo del Alto Valle: "el concepto de *maridaje* es relativamente nuevo, moderno, no obstante, ya en las distintas ciudades de los países mediterráneos, como Italia, Francia, España, Grecia, e inclusive Inglaterra, se preocupaban por *maridar* los vinos que producían con las comidas que preparaban en cada región. En la medida que se fue teniendo mayor conocimiento científico se fueron perfeccionando las técnicas del análisis sensorial, lo que permite actualmente, con muy buena lectura y mucha práctica, degustar vinos y saborear platos con gran placer". "Hace veinte años nadie hablaba de *maridar* un vino -agrega Gil Juncal- pero todos diseñábamos *maridajes* cada vez que comíamos. Con el auge del mundo del vino y el mundo de la gastronomía, a partir de la década del 90 en la Argentina no solo se comenzó a hablar de *maridaje*, sino que también se multiplicaron las escuelas de cocina y aparecieron los *sommeliers*. Todo eso generó el contexto ideal para que el *maridaje* se potencie entre los consumidores".

Una mesa en la que todos se llevan bien

El *maridaje*, entonces, se trata sobre todo de la armonía en la mesa. Hoy las novedades del mundo del vino sumadas al auge de la cultura gastronómica complicaron las cosas (o permitieron hacerlas un poco más sofisticadas, según como se vea) y las llevaron bastante más allá de la vieja ley: "pollo y pescados con vino blanco y carnes rojas con vino tinto".

48. No podemos olvidarnos del gusto una categoría importante, casi un tercero en la mesa, pero es muy difícil de catalogar. Hay tantos gustos como

comensales y bebedores. Por eso, a la hora de elegir los vinos, aunque se sigan ciertas normas básicas, las preferencias personales serán las que terminen de definir.

Un menú global

Hay que pensar en los elementos que componen una comida pensando que todo es parte de una experiencia global.

"Cuando vamos a *agasajar* a los amigos, familia, pareja, etc., es necesario tener algunas premisas antes de llevar adelante el *maridaje*: el ambiente debe estar bien iluminado, no debe haber perfumes, la mesa con mantel blanco, en lo posible sin flores para que no influyan sus aromas, las copas perfectamente *fajinadas* y brillantes, en lo posible platos blancos, y cubiertos adecuados para las distintas comidas preparadas. Los vinos con las temperaturas adecuadas para ser degustados y bebidos, al igual que la temperatura de los distintos platos preparados", sugiere Marcelo Mirás.

El efecto es muy bueno, un buen *maridaje* puede lograr que en la unión de vino y comida suceda una explosión de sabores y sensaciones en nuestra boca.

Además hay que tener en cuenta que los pasos también son para los vinos: como regla general, nunca se sirve un vino con mayor cuerpo precediendo a un vino más ligero, porque el segundo resultaría insípido. De ahí que, por lo general, acompañemos los entrantes y primeros platos con vinos blancos o rosados, seguidos de vinos tintos jóvenes, tintos más maduros y finalmente, rematemos el menú con vinos generosos y dulces.

"Respecto a los vinos, como *aperitivo* podemos beber un vino licoroso seco o bien un *espumante nature* o *brut nature*, (estos últimos pueden acompañar todas las comidas).

Si las comidas incluyen mariscos, langostas, langostinos y ostras, podemos *maridar* con vinos blancos secos ligeros, de buena acidez.

Para pescados fritos o asados, algunas sopas de pescado, preparaciones con huevo, jamón, por ejemplo, podemos beber blancos secos de cuerpo medio o crianza en roble.

Con preparaciones asadas de cordero, vaca, aves como pollo o pato, *paella*, pastas con salsas livianas, se pueden beber vinos tintos de cuerpo medio, jóve-

nes y frutados. Para estofados, guisos, salsas contundentes, quesos maduros, fuertes y fermentados, animales de caza, beber vinos tintos de gran cuerpo, con crianza y complejidad.

Los vinos dulces se beben con los postres, tortas, hojaldres, chocolates, también *maridan* bien con *foie gras* o algunos quesos de pasta semidura con miel", amplía Mirás.

En su programa de El Gourmet, Narda Lepes aconsejaba planear un menú al revés de lo que habitualmente se hace: en lugar de empezar por el ingrediente principal, comenzar eligiendo la guarnición. Una idea parecida nos plantea Gil Juncal: "no hay que llevar a la mesa un vino que no sea elegido de antemano junto al menú. Generalmente uno elige qué comerá y después suma el vino. Y muchas veces el vino forzadamente se debe adaptar al menú, ya que no hay posibilidad de cambiarlo. Propongo que, si sólo tenemos

una botella de vino en casa, el *maridaje* sea pensado al revés ¿Qué comida acompaña mejor a este vino?"

Semejanza y contraste

Como sucede con las parejas y las amistades, muchas personas se vinculan por semejanza y otras por contraste. Con vinos y platos sucede algo similar.

"Un *maridaje* puede diseñarse por contraste o por semejanza –asegura Gil Juncal. Es decir, un sabor dulce junto a un sabor ácido (ya que se contrarrestan) o un sabor dulce con otro sabor dulce (para potenciarlo). En el momento del postre, un vino dulce (los clásicos de cosecha tardía) pueden acompañar una tarta de frutas o un volcán de chocolate. La armonía ideal la elige cada uno ya que ¡sobre gustos no hay nada escrito! Y también porque los umbrales de percepción de cada sabor son distintos en cada persona. Hay quienes aman la dulzura potente y hay quienes se empalagan frente a una cucharada de dulce de leche".





Un maridaje por semejanza busca que los platos y el vino se relacionen por las sensaciones de equilibrio y armonía: por color, por textura, por sabores, etc.

En el caso de usarse como guía el contraste, se hará lo contrario: es decir se buscará el equilibrio entre los platos y el vino por las sensaciones opuestas que producen unos y otros. Así, una comida picante podría acompañarse con un vino fresco, probablemente blanco.

Complejidad y sencillez

Una carne asada, tiene un sabor mucho más sencillo que una marinada y cocida en cocción larga, o que una salsa. El vino debe acompañar y compensar la complejidad o sencillez del plato. Los platos más sencillos resisten un vino con más cuerpo y notas, como los vinos de guarda, por ejemplo.

Más allá de todas las técnicas y consejos, hay una regla de oro que no falla: si hay un vino

que nos gusta beber solo, seguramente será un buen compañero para llevar a la mesa con cualquier plato.

Por qué maridar

Pero ¿qué es lo que realmente nos aporta un buen maridaje? Los expertos coinciden en que vale la pena hacer este pequeño esfuerzo. El efecto es muy bueno, un buen maridaje puede lograr que *"en la unión de vino y comida suceda una explosión de sabores y sensaciones en nuestra boca. Que vino y comida juntos logren un efecto inesperado que cada uno por separado no podría regalarnos. Ese es el secreto de un maridaje. Que 1 + 1 dé como resultado 3"*, sostiene Mariana Gil Juncal.

"Placer, satisfacción, alegría del cuerpo y el alma", resume por su parte Mirás.

Habrá que probar, la experiencia y de paso brindar un par de veces con cada vino. *



esplendor
FANGIO
HOTEL BALCARCE



SEA PARTE DE UN PROYECTO ÚNICO

Excelente oportunidad de inversión.

RENTABILIDAD EN DÓLARES, PAGO TRIMESTRAL

Contáctese: ☎ (+54 11) 4322 1468 | (+54 911) 5693 3084 - ✉ info@pampaurbana.com



La polimedicación en ancianos es una solución que puede traer más de un problema

En promedio, los adultos de más de 65 años toman más de cuatro medicamentos de manera permanente. La polimedicación puede traer muchos problemas. Médico y paciente pueden trabajar juntos para evitarlos.

Desde inicios del siglo XX hasta hoy, la esperanza de vida creció en unos veinte años en promedio en el mundo. Es cierto, cada vez vivimos más. Sin embargo, el aumento de edad tiene sus consecuencias, "los años no vienen solos" como dice el saber popular. El aumento de la edad suele estar acompañado por la aparición de enfermedades crónicas, que generan indicaciones de medicamentos.

El panorama suele incluir tratamientos para hipertensión arterial, niveles elevados de colesterol, diabetes, artrosis, osteoporosis, síntomas digestivos, entre los más frecuentes. A estos se suman los psicofármacos indicados en los cuadros de ansiedad, depresión o insomnio, con el agravante de que éstos suelen prolongarse de manera indefinida más allá de la duración recomendada del tratamiento. Y tampoco podemos olvidar los medicamentos para la próstata, la aspirina diaria, los aerosoles para la EPOC, las gotas para el glaucoma, el complejo polivitamínico y los comprimidos para mejorar la memoria.

Las estadísticas son alarmantes: estudios realizados en Estados Unidos muestran que alrededor de la mitad de las personas de más de 65 años toma al menos 5 medicamentos diferentes, y que un 12% recibe más de 10 fármacos. Una investigación similar en nuestro país arrojó un resultado parecido con un promedio de 4,5 medicamentos por persona de esa edad.

Frascos, programas y costos

El resultado de estos estudios se ve en los botiquines repletos de frascos, blisters y cajas que deben combinarse en un programa diario nada fácil de recordar y cumplir. Lo recomendable es un esquema escrito y un pastillero con compartimientos para cada día de la semana, para mejorar la regularidad de los tratamientos, con la esperanza de obtener todo el beneficio posible de cada uno.

La realidad, sin embargo, es que el uso simultáneo de tantos fármacos ocasiona una multitud de problemas que afectan todos los aspectos de la terapéutica: reducción de la eficacia, aumento de las reacciones adversas y acentuación de las interacciones peligrosas entre los medicamentos. Un detalle no menor pasa por los costos de llenar este botiquín que son muy elevados.

La eficacia de los tratamientos

Una de las primeras cosas que hay que constatar es si las indicaciones médicas están actualizadas. Aunque parezca insólito, es muy habitual ver que muchos fármacos no superan esta simple prueba. Suele suceder, por ejemplo, que un problema de salud esté resuelto y sin embargo se siga administrando el medicamento. Un caso típico es el uso indefinido de los medicamentos para la acidez estomacal que deben usarse por 4 a 12 semanas para tratar úlceras o gastritis y quedan como permanentes.

Otro caso paradigmático es el uso de las benzodiazepinas, los tranquilizantes de uso más frecuente en todas las edades. Aunque la duración recomendada del tratamiento es sólo de algunas semanas, se produce un rápido acostumbramiento a sus efectos y la consiguiente aparición de síntomas de abstinencia cuando se intenta reducir la dosis. Estos síntomas se interpretan erróneamente como señal de persistencia del problema original, y en consecuencia se mantiene indefinidamente la medicación.

También debe evaluarse la necesidad y conveniencia de mantener un medicamento de largo plazo (como puede ser la estatina para bajar el colesterol) en un cuadro clínico en el cual el paciente sufre una enfermedad de mal pronóstico.

Ocurre también con cierta frecuencia que se administran medicamentos de dudosa o nula eficacia (como muchos productos para la artrosis, los trastornos de memoria, los protectores hepáticos, los tónicos y tantos otros) junto a medicamentos vitales para el paciente. El resultado puede ser una reducción en la adherencia de medicamentos útiles, la aparición de resultados adversos e interacciones nocivas y por supuesto, los gastos innecesarios.

Efectos adversos

Todo medicamento puede producir reacciones perjudiciales, que a veces son parte de su mismo mecanismo de acción como la somnolencia durante el día en un tranquilizante y otras resultan impredecibles, propios de cada individuo como la reacción alérgica a un antibiótico.

En el caso de los adultos mayores, el riesgo es más alto. Por un lado, porque están expuestos a mayor número de medicamentos y por otro, porque son más sensibles a sus efectos adversos, por los cambios propios del envejecimiento. Para complicar las cosas, estos efectos adversos son tratados con nuevos medicamentos, generando las llamadas cascadas terapéuticas. Por ejemplo, el paciente toma un antiinflamatorio para el dolor articular que le produce hipertensión arterial, y se le indica un antihipertensivo; o recibe un tranquilizante que le produce rigidez en los movimientos (un efecto parecido al de la enfermedad de Parkinson) y es tratado con antiparkinsonianos; o utiliza un diurético

del tipo tiazida para la hipertensión que le aumenta el ácido úrico en sangre y se agrega tratamiento para la gota. En algunos casos el efecto adverso inicial no es interpretado como tal y en lugar de disminuir o suspender el fármaco culpable se aumenta todavía más la lista de remedios.

Puede ocurrir que la acción habitual de un medicamento empeore los síntomas de los otros problemas de salud del paciente. Por ejemplo, los anticolinérgicos son fármacos que relajan el músculo liso y alivian así los dolores de tipo cólico intestinal; son de uso muy frecuente tanto por indicación médica como autorrecetados. Pero como relajan también el músculo liso de la vejiga pueden producir una retención aguda de orina en ancianos con problemas prostáticos, que en algunos casos requerirá la colocación urgente de una sonda. Además los anticolinérgicos utilizados para los síntomas digestivos pueden empeorar el cuadro de demencia o reducir la eficacia de su trata-

miento, ya que varios de los fármacos utilizados en la enfermedad de Alzheimer actúan potenciando la actividad de la acetilcolina cerebral.

Hay una regla simple para intentar no cometer estos errores en la atención de los adultos mayores: frente a cualquier nuevo síntoma, preguntarse siempre si no puede ser producto de los efectos adversos de un medicamento.

Interacciones entre medicamentos

A los ejemplos de interferencia de los fármacos se suma el peligro de las interacciones que aumenta en forma exponencial con el número de medicamentos. Esto hace muy difícil recordarlas todas y obliga al médico a chequear las fuentes de información farmacológica, hoy disponibles en la computadora o a través del teléfono celular. El problema se complica cuando actúan profesionales de diversas especialidades sin una adecuada coordinación, y cada uno indica nuevos tratamientos sin tener en cuenta el listado completo que el paciente utiliza, sus posibles interacciones o incompatibilidades. Por eso es recomendable que el adulto mayor lleve siempre consigo una lista actualizada de todos los medicamentos que recibe, tanto los recetados por los médicos como los que toma por su cuenta, y la presente ante cada nueva intervención profesional.

Lo primero y más importante es tomar los medicamentos según las indicaciones. Mantener la comunicación con los profesionales de la salud es esencial para evitar problemas y promover la buena salud.



La interacción entre medicamentos puede neutralizar los efectos benéficos, y también puede potenciarlos en forma perjudicial. Así, por ejemplo, un antihistamínico recetado por una reacción alérgica en la piel sumará su efecto sedante con el del tranquilizante usado para la ansiedad, y puede producir un síndrome de confusión aguda o una caída. Otro caso típico es la combinación de medicamentos antihipertensivos con el fármaco que facilita la micción en ancianos con hipertrofia de la próstata que puede producir una hipotensión y un eventual síncope.

Un precio demasiado alto

Aunque los sistemas de seguridad social financian parcialmente el costo de los medicamentos, el gasto de bolsillo que implican representa un problema significativo para la mayor parte de los adultos mayores. El número creciente de problemas de salud se acompaña de un aumento de la cantidad de fármacos recetados, justo en el momento de la vida en que los ingresos económicos se reducen. En este contexto, es imprescindible evitar el uso de medicamentos innecesarios, elegir las alternativas terapéuticas de precio más conveniente y aprovechar en beneficio propio la dispersión de precios entre marcas de un mismo fármaco.

Un laberinto con varias salidas

Esta no es una situación sin salida. Hay muchas cosas que las personas de edad avanzada y quienes cuidan de ellos pueden hacer para potenciar los beneficios y reducir los riesgos de tomar medicamentos. Lo primero y más importante es tomar los medicamentos según las indicaciones. Mantener la comunicación con los profesionales de la salud

es esencial para evitar problemas y promover la buena salud.

Luego, hay ciertas medidas que permiten conocer los fármacos y los trastornos que están siendo tratados:

- Mantener una lista de todos los medicamentos que se están tomando, incluyendo los medicamentos sin receta médica y los suplementos, como vitaminas, minerales y plantas medicinales.
- Saber por qué se toma cada medicamento y los efectos que se le suponen.
- Saber qué efectos secundarios puede tener cada medicamento y qué hacer si se producen.
- Saber cómo tomar cada fármaco, incluyendo a qué hora del día se debe tomar, si se puede tomar con alimentos o al mismo tiempo que otros medicamentos, y cuándo dejar de tomarlo.
- Saber qué hacer si se olvida una dosis.
- Anotar la información acerca de cómo tomar el medicamento o pedir al personal médico, de enfermería o farmacéutico que lo ponga por escrito (porque dicha información puede olvidarse con facilidad).
- Elaborar una lista de los los trastornos que se sufren.

La colaboración del médico con el paciente, pero también del paciente con el médico es fundamental, lo ideal es:

- Llevar todos los medicamentos que se estén tomando a las visitas médicas.
- Consultar periódicamente la lista de fármacos que se están tomando y la lista de enfermedades con el médico, para garantizar que los fármacos son correctos y siguen siendo necesarios.
- Consultar al médico antes de tomar cualquier medicamento nuevo, incluyendo los medicamentos sin receta médica y los suplementos.
- Comunicar al médico cualquier síntoma que pudiera estar relacionado con el uso de un fármaco (como síntomas nuevos o inesperados).
- Si acude a más de un médico, conviene asegurarse de que están informados de todos los fármacos que el paciente esté tomando.

Se considera que un paciente está polimedicado cuando de manera habitual toma más de cinco medicamentos, aunque el tratamiento sea adecuado. En estos casos existen alternativas como la revisión de la medicación, para verificar si el camino sigue siendo el correcto, y la eventual deprescripción. Se sabe que la reducción de determinadas clases de medicamentos (detallados en los criterios de Beers y STOPP, entre otros) puede disminuir los eventos adversos y mejorar la calidad de vida. *

TECNOLOGÍA AL SERVICIO DE NUESTROS MÉDICOS

FOE2 PM Móvil^(*)

SOLUCIONES EN LA PALMA DE LA MANO



Consultar listados de diagnósticos de FEMEBBA/IOMA y CIE10



Autorizaciones para consultas y prácticas



Generación ficha individual para cada paciente



¡NUEVO! Botón de asistencia a profesionales víctimas de hechos de violencia



(*) Disponible sistema Android / En desarrollo sistema iOS

LECTOR DE BANDA MAGNÉTICA MÁS SIMPLE y MÁS RÁPIDO



Mejora de los tiempos administrativos y simplificación de procesos



Reducción de carga de datos y sin errores por lectura automática



¡EXTRA! Valor diferencial sobre la consulta y sin aplicación del CIC por su uso



Cuidar el medio ambiente es parte de la vida cotidiana

Pequeños cambios de hábito pueden significar mucho para el cuidado de nuestro planeta. Solo es cuestión de informarse y decidirse a cambiar para hacer un futuro mejor y un aire más limpio para todos.

Una persona camina por la calle, pela un caramelo para su hijo y tira el papel al piso. El portero del edificio baldea la vereda con la manguera abierta, pasa un vecino y se ponen a charlar, la manguera sigue abierta. Una familia sale de paseo, en la casa quedan las luces de los dormitorios y las computadoras prendidas.

ejemplo. Pero si multiplicamos por miles y millones esas pequeñas acciones individuales, veremos que con poco podemos ayudar mucho en el cuidado del medio ambiente.

"Cada buena práctica, cada acción consciente y responsable de las personas es significativa e importante para el cuidado del ambiente. El ciudadano tiene un rol fundamental. Niños, adolescentes y adultos pueden llevar adelante hábitos, actitudes, comportamientos, acciones cotidianas para el cuidado del ambiente",

56. Es cierto, estos pequeños actos no llegan a causar ni un milésimo del daño que puede causar una fábrica que tira elementos contaminantes al río, por

explica Javier Goldschtein, Director de Educación y Participación Ciudadana del Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sustentable de la Nación.

Una tarea de todos y sobre todo de cada uno

Tomar conciencia de que cuidar el medio ambiente también es nuestra responsabilidad como habitantes de este planeta es el primer paso para comenzar a ser parte de la creación de un mundo más sano y limpio. La información es el segundo.

"Si todos fuéramos conscientes del cuidado del ambiente, mejoraría la calidad de vida del planeta y de las personas; si todos fuéramos conscientes del impacto que tienen y desencadenan nuestras acciones seríamos más prudentes con las actividades de la vida diaria. El cuidado y el respeto hacia el ambiente son asuntos en los que todos deberíamos sentirnos involucrados y por los que deberíamos esforzarnos diariamente para hacer nuestra pequeña contribución. Tomar conciencia nos lleva también a producir cambios en nuestra forma de vivir y en nuestra actitud hacia el mundo y hacia nosotros mismos. Actuar y reflexionar de una manera más concreta sobre los ámbitos en los que estamos (nuestra casa, el trabajo, la cuadra, el club, el colegio, el barrio, etc.) es una manera de intervenir sobre procesos que transforman la sociedad", dice Goldschtein.

"Son muchas las acciones concretas que las personas pueden llevar a cabo para cuidar el ambiente. Incluyen cuidar pequeños detalles en los hogares (que, además, representan ahorros para la economía doméstica), colaborar con una ONG o vincularse, participar y formar parte activa de los procesos de toma de decisión en las comunidades", asegura el funcionario.

Algunas acciones cotidianas recomendadas desde el Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sustentable de la Nación son:

Reducir el consumo de agua: La vida depende del agua. Es una fuente insustituible y fundamental. Además de ser esencial, es un recurso agotable y el acceso a agua potable es cada vez más escaso a nivel mundial.

- Reparar las tuberías, caños y llaves que goteen en cocinas y baños: una canilla que gotea desperdicia aproximadamente 46 litros de agua por día.
- Cambios de hábito simples como cerrar la canilla al enjabonarse las manos, afeitarse o lavarse los dientes son importantes: una llave abierta consume ¡hasta 12 litros de agua por minuto!
- Hacer lavados solo cuando se junta bastante ropa

es importante pues el lavarropas consume aproximadamente 100 litros por ciclo.

- Al lavar vajilla o el auto no es necesario dejar todo el tiempo el agua correr.
- Regar el jardín a la noche para que el agua no se evapore.
- Tener en cuenta que una ducha breve (de 3 a 4 minutos) demanda unos 40 litros de agua, mientras que un baño de inmersión 150 litros.

Usar racionalmente la energía: es otra acción importante. Hasta las más pequeñas acciones son valiosas.

- Apagar las luces cuando no se las utiliza.
- Usar lamparitas bajo consumo o led.
- No dejar las pantallas de computadora prendidas si no se usan, o mejor, en lo posible, apagar el equipo completo.
- En verano usar el aire acondicionado en 24 °C. Según datos de ENARGAS, cada grado de diferencia supone un ahorro de un 8 % de energía.
- Aprovechar la luz natural todo lo que se pueda, abriendo persianas y cortinas.
- Aislar correctamente puertas y ventanas para no perder calor en invierno ni el frío del aire acondicionado en verano.
- Mantener persianas cerradas durante las horas de más calor ayuda a que la temperatura de la casa no se eleve tanto.



57.

**Reducción de residuos: es una tarea más fácil de lo que parece. Tiene varias claves.**

- Disminuir el consumo de productos envasados.
- Reducir el uso de plástico rechazando bolsas innecesarias y reemplazándolas por las bolsas de tela o por changuitos para hacer las compras.
- Limitar el consumo y evitar las cosas superfluas que se descartarán rápidamente.
- Elegir productos con envases retornables.
- Reutilizar todo lo que se pueda.
- Limitar el consumo de papel, adhiriendo a facturas y resúmenes electrónicos, usando ambos lados de cada hoja.
- Comprar cuadernos o resmas, que estén certificadas (FSC).
- Hacer una compostera para evitar los residuos orgánicos y cuidar tus plantas.

Si todos fuéramos conscientes del impacto que tienen y desencadenan nuestras acciones, seríamos más prudentes con las actividades de la vida diaria.

Optimizar el uso del transporte: los gases generados por los vehículos a combustión son altamente dañinos, y hay muchas formas de reducirlos.

- Utilizar el transporte público o compartir los viajes en auto.
- Elegir la bicicleta o la caminata para distancias que lo permitan, lo que a la vez trae grandes beneficios para la salud.

**Más allá de casa**

Nuestro comportamiento y nuestras acciones son verdaderamente importantes, cada una de estas acciones individuales sumadas son una de las bases de la protección del medio ambiente. La presencia y acción del Estado para informar y ayudar a quienes quieren llevarlas a cabo es fundamental. El Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sustentable, a través de la Dirección de Educación y Participación Ciudadana, realiza diferentes acciones para lograrlo:

1. Genera espacios y promueve acciones y dispositivos para fomentar la educación ambiental.
2. Promueve, acompaña, difunde y hace cumplir la Ley Nacional de Educación Ambiental.
3. Trabaja para fomentar la participación de las diferentes comunidades para que puedan usar sus recursos naturales de manera eficiente.
4. Propone, desarrolla y acompaña planes, programas y proyectos, diseñados especialmente para que toda la sociedad pueda informarse y aprender sobre temas ambientales.
5. Desarrolla y contribuye a desarrollar programas ambientales comunitarios para que entre todos podamos cuidar el medio ambiente.

"Cada buena práctica, cada acción consciente y responsable de las personas, es significativa e importante para el cuidado del ambiente. El ambiente, "nuestra casa común", es el lugar que habitamos y compartimos con otros seres vivos y que nos permite acceder a diferentes recursos. Constantemente sufre modificaciones y alteraciones. Algunas son de origen natural y otras son causadas por los hombres y las mujeres y sus distintas actividades y ocasionan diferentes tipos de impacto. Hoy en día, también entendemos y podemos visibilizar los problemas ambientales como problemas complejos e intentamos comprenderlos y analizarlos desde diversas miradas y ejes; somos más conscientes de cómo nuestras acciones repercuten en el entorno. Tenemos la posibilidad de construir nuevas realidades, nuevos estilos y formas de desarrollo sustentables en las que tengan lugar y espacio la manifestación de lo diverso, en lo cultural y en lo natural, y la realización de potencialidades individuales y colectivas.

*Para la mejora, entonces, es necesario asumir un desafío: el de tomar caminos que permitan lograr el desarrollo sustentable con relaciones más justas, equilibradas y solidarias con el ambiente en todas sus dimensiones", concluye Goldschtein. **

Prevención y cobertura del riesgo legal de la praxis médica

Equipo propio de abogados y peritos especializados

Servicios de asesoramiento legal y defensa en juicios

Cobertura civil y penal en todo el territorio nacional para profesionales de la salud



ASOCIACION DE MEDICOS MUNICIPALES DE LA CBA

Junín 1440. Tel/Fax: (5411) 4806-1011
asociacion@medicos-municipales.org.ar
www.medicos-municipales.org.ar



SEGUROS MEDICOS
Su compañía, su seguridad

Viamonte 1674. Tel: (5411) 5811-3510 / 3918 / 3519
info@segurosmedicos.com.ar
www.segurosmedicos.com.ar



FEMEBA suma tecnología para que los médicos puedan trabajar mejor

La aplicación móvil, el lector de banda magnética y un programa de asistencia ante problemas de violencia sanitaria externa son las nuevas tecnologías de FEMEBA para hacer más simple el trabajo de los médicos.

60. El ejercicio de la medicina puede ser complicado y estresante, por eso FEMEBA sigue trabajando para simplificar cada vez más las tareas de sus médicos para que ellos puedan enfocarse en lo que realmente es importante: atender a sus pacientes.

El Fol2-PM (Femeba on-line-Profesional Médico) es

un sistema de gestión entre FEMEBA y los médicos a quienes les permite ingresar y administrar las autorizaciones de sus consultas y prácticas en el momento de realizar la prestación.

Su implementación fue una gran ventaja tanto para los profesionales como para los beneficia-

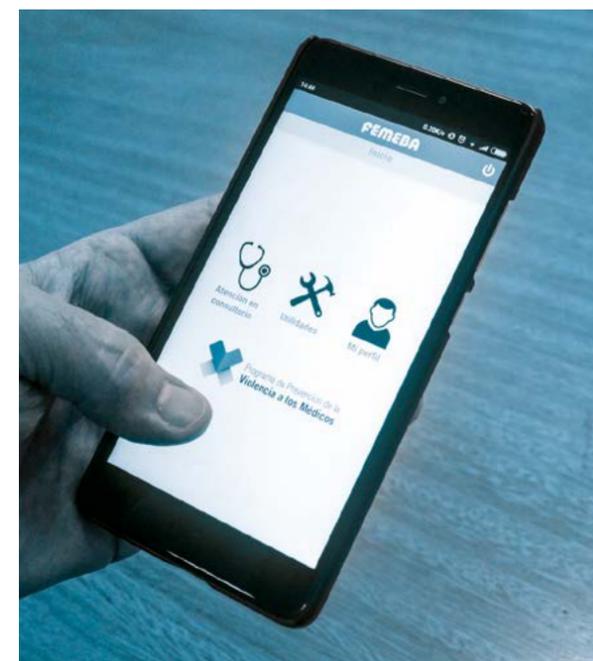
rios de las obras sociales incluidas en el Fol2, quienes pudieron agilizar su atención ya que tienen acceso directo a la consulta en el consultorio o centro de atención, sin necesidad de concurrir al Círculo o Asociación Médica para obtener los bonos correspondientes como se realizaba hasta hace un tiempo.

Desde la creación de este sistema, se incorporaron varios adelantos tecnológicos para hacerlo más sencillo, cómodo y eficiente. Primero nació la App Fol2 PM Móvil, que le permite a los médicos acceder al sistema desde un celular o tableta y ahora se suma el lector de banda magnética que, además de su simplicidad operativa, trae numerosas ventajas.

Fol2 PM Móvil: soluciones en la palma de la mano

La App Fol2PM-Móvil permite a los profesionales autorizar sus prestaciones desde cualquier lugar a través de un *smartphone* o *tablet*, sin necesidad de estar frente a una computadora. En la actualidad sólo se puede bajar la aplicación en dispositivos con sistema Android, pero a futuro también podrá usarse en iOS.

Si el médico lo desea, puede generar una ficha individual para cada paciente guardando el historial de sus atenciones. Por otra parte, cuenta con un vademécum, listado de prácticas, código de patologías, y otras informaciones útiles.



Un programa para cuidar a los profesionales

Recientemente, como parte del Programa de Prevención de la Violencia de FEMEBA, se incorporó a la app un sitio de contacto para asistir a los profesionales que pudieran sufrir un hecho de violencia sanitaria externa. Se trata del mismo servicio que está en la web de FEMEBA. En el caso de que un médico fuese agredido, tiene varias opciones de comunicación: a través de la app, desde la web, por correo electrónico o telefónicamente. Una vez que se haya comunicado por cualquiera de estos medios, recibirá asesoramiento gratuito acerca de los aspectos legales y atención psicológica, si así lo quisiese.

LBM: más simple, más rápido y más conveniente

Hasta ahora, las autorizaciones podían realizarse de manera online o diferidas, llenando planillas y formularios.

Pero en diciembre de 2017 llegó una importante novedad al sistema de autorizaciones: el lector de banda magnética (LBM) que permite simplificar el sistema de autorización mediante la lectura de la banda de las credenciales de los afiliados, no requiriéndose documentación adicional ni completar nada en papel.

Estas recientes incorporaciones son mucho más que nuevas tecnologías, ya que le permiten a FEMEBA cuidar a sus médicos, simplificar sus tareas y hacer más fluida la comunicación. *





Algo para hacer: 3 lugares abandonados de la provincia de Buenos Aires

Historias, recuerdos, espacios que quedaron definitivamente atrapados en el tiempo en lugares que ya nadie habita. La vegetación crece libremente y lo invade todo. Ya perdieron su función original, y hoy atraen a fotógrafos, aficionados y algunos turistas audaces. Son lugares abandonados. Cuentan algunas cosas, callan más. Abundan en el mundo y también en nuestra provincia.



Club Hotel Sierra de la Ventana
Fue inaugurado con una elegante y fastuosa fiesta el 11 de noviembre de 1911 con 1300 invitados. Pocos años después se inauguró el ramal de trocha angosta desde la estación de Sierra de la Ventana. En 1917 durante la presidencia de Yrigoyen se prohibieron los juegos de azar y, tanto el hotel como el ramal del tren cerraron. Fue residencia vigilada de 350 marinos del acorazado nazi Admiral Graf Spee durante dos años. Luego proyectaron hacer colonias, centros educativos y turísticos, pero nunca fueron llevados a cabo. En 1983 un incendio lo dejó en ruinas. Y en 1999 fue declarado monumento histórico.

El castillo de Egaña, Rauch
La mansión que nació abandonada tiene una historia trágica. Fue construida por Eugenio Díaz Vélez (nieto del prócer) entre 1918 y 1930. Tiene 77 habitaciones, 14 baños y 2 cocinas. El día de la inauguración mientras los invitados esperaban en el castillo, llegó una noticia trágica: el dueño había fallecido. Los invitados se fueron dejando incluso las mesas servidas. La única heredera nunca volvió y el castillo permaneció cerrado hasta 1960. Actualmente pertenece al Ministerio de Asuntos Agrarios de la Provincia de Buenos Aires.



*Imagen gentileza: Dirección de Turismo Rauch



Villa Lago Epecuén
La ciudad balnearia, visitada por las cualidades curativas de sus aguas, fue fundada en 1920, está situada a 7 kilómetros de la ciudad de Carhué, a la vera del lago Epecuén. Llegó a tener cerca de 1.500 habitantes y en su época de esplendor recibía, en promedio, 25 mil turistas durante el verano. En 1985 se produjo una gran inundación: el nivel del agua crecía un centímetro por hora y en dos semanas ya había dos metros de agua en la ciudad. Los pobladores debieron abandonar sus casas, comercios y hoteles. Hoy el agua se retiró y el pueblo es el paraíso de fotógrafos y turistas que recorren sus calles fantasmagóricas.

Algo para ver: Museos online



No es una novedad decir que internet cambió nuestras vidas. Entre otras cosas, nos permite visitar los museos más importantes del mundo sin tomar un avión. Aunque Walter Benjamin pondría objeciones ante la pérdida del aura entre el original y la copia, poder ver obras como la Venus de Milo o la Monalisa, aunque sea en una pantalla, no es poca cosa.

Los museos con visitas virtuales son una gran alternativa para acercarse a las más grandes obras de arte del mundo. Estos son algunos de ellos.

Museo del Prado de Madrid (www.museodelprado.es): la página es completa y ofrece explicaciones de las obras, videos y conferencias.

The Museum of Modern Art, MoMa (www.moma.org/interactives/destination/#): sus paredes exhiben algunas de las obras más representativas de autores de los siglos XIX y XX, como Picasso, Dalí, van Gogh, Matisse, entre otros que también pueden apreciarse en su visita virtual especialmente diseñada incluso para los más chicos.

Metropolitan Museum of art (www.google.com/culturalinstitute/beta/partner/the-metropolitan-museum-of-art): el otro gran neoyorkino puede recorrerse a través de Google Street view y literalmente caminar por los pasillos entre más de 200 de sus obras.

British Museum (www.britishmuseum.withgoogle.com/): reúne gran parte de la historia cultural de la humanidad. Google colaboró con 'el British' para el desarrollo de su herramienta online y en la visita a través de Street View.

Louvre (www.louvre.fr/en/visites-en-ligne): el gigante parisino puede visitarse mediante tres visitas virtuales que permiten recorrer los pasillos y conocer detalles de las obras más importantes.

Algo para leer: ¿Hay que leer a los clásicos?



Se lo preguntaba Ítalo Calvino hace unos cuántos años. Lo cierto es que la literatura y su vasta historia nos ofrecen un gran número de libros que trascienden tiempos y espacios. ¿Qué es lo que hace que esas obras sigan interpelando a personas distintas a lo largo del mundo y mucho tiempo después de ser escritos? ¿Qué los convierte en parte de la memoria colectiva e individual? ¿Por qué no quedaron olvidados en los estantes de polvorientas bibliotecas? ¿Cuáles son los libros de hoy que serán un clásico? Lo cierto es que no hay receta y que lo importante de los clásicos es que nos susurran al oído parte del secreto de nuestra humanidad. ¿Hay que leerlos? Sí, pero como afirmaba Calvino no hay que acercarse a los clásicos "por deber o respeto, sino solo por amor".

Alejandra Pizarnik, la secreta guardiana de *Rayuela*

Por Tomás Balmaceda

Mucho antes de convertirse en uno de los nombres más importantes del mundo de las letras de América Latina, Alejandra Pizarnik fue una niña tímida y taciturna, que casi no salía de su casa, a excepción del colegio o algún evento social que la obligaba a abandonar su cuarto. Pasaba horas leyendo obras que consideraba que necesitaba conocer, como *Diarios de Kafka* o los numerosos tomos de *En busca del tiempo perdido*. Hacía siempre un recreo entre las dos y las seis de la tarde, cuando sus padres estaban fuera y ponía discos de jazz y jugaba a cantarlos frente a una gran audiencia, aún sabiendo que jamás se animaría a hacerlo en un escenario real.

Pero ese mundo de juegos y fantasía ya contenía la sombra de un sino trágico. En el verano de 1950, cuando sólo tenía 14 años, escribió en su diario personal: "Ella piensa siempre en suicidarse. No porque ame la muerte sino porque considera que el sufrimiento deviene demasiado grande y sabe que llegará un día en el que ella, pequeña como es, ya no podrá contener tanto dolor y entonces...". Esta reflexión -que aparece en sus Diarios, que tiene ya dos ediciones en nuestro país bajo la supervisión de Ana Becció pero que aún están incompletos- es de una potencia y una lucidez únicas, y que incluso cobra una dimensión nueva a la luz de su trágica muerte en 1972.

Sus diarios dejan entrever mucho de la espesa personalidad de Alejandra, quien entre 1960 y 1964 se radicó en París, en donde estudió Literatura Francesa en la Sorbona y que para sobrevivir debió hacer traducciones y escribir para varios diarios. Allí conoció a otro argentino de personalidad densa, Julio Cortázar. La amistad que los unió es una de las más fuertes de la literatura argentina y fue el encuentro de dos solitarios que encontraron en el otro apoyo y motivación.

Con poco dinero para vivir en la costosa capital francesa, Alejandra aceptó un trabajo que le encargó

su amigo: pasar a máquina los borradores escritos a mano nada menos que de *Rayuela*. Se trataba de una labor ardua y, a la vez, un gran privilegio. La poeta aceptó con alegría el encargo, que significaba un gesto de confianza y unos francos más para poder llegar a fin de mes. La empresa, sin embargo, estuvo a punto de naufragar.

Y es que Alejandra no era una persona ordenada. Los que la conocieron revelan que todas las tareas cotidianas, incluso cocinar, le resultaban grandes hazañas. De hecho, hoy sabemos que perdió los originales de *Rayuela* en el caos de su pequeña habitación parisina y que puso en peligro a una de las obras latinoamericanas más importantes del siglo XX. Durante largos días no pudo encontrar los papeles, por más que buscaba y buscaba. Cuando la entrega de los textos a máquina se demoró mucho, Julio empezó a reclamar los primeros capítulos. Los borradores, de los que no había copia, seguían sin aparecer y ella entró en pánico, así que dejó de atender el teléfono o el timbre de su hogar.

La tensión duró casi un mes, hasta que un día los originales aparecieron y ella, avergonzada, los devolvió sin haber transcritto una sola línea. El trabajo de mecanografiado, finalmente, lo hizo el mismo Cortázar. Alejandra fue la secreta guardiana de *Rayuela* pero casi causa una verdadera tragedia.

El episodio le suma aún más mística a la novela. El vínculo entre Alejandra y Julio fue tan estrecho que algunos aventuraron que *La Maga* estaba inspirada en ella. La poeta Ivonne Bordelois, de hecho, le escribió en una carta a Alejandra que "la Maga de *Rayuela* me hizo recordarte, en algunos relámpagos". Sin embargo, el mismo Cortázar reconoció que creó al personaje antes conocer a su amiga. Aunque, claro, algunas amistades son tan fuertes que a veces preceden incluso al tiempo. *





Nuevo SimBaby™ y SimNewB®

Diseñados para satisfacer las necesidades específicas de reanimación neonatal y emergencias pediátricas de cuidados intensivos, SimNewB y SimBaby ayudan a mejorar sus programas de capacitación y definitivamente a mejorar los resultados de nuestros pacientes más pequeños.

Ambos simuladores son inalámbricos y facilitan la capacitación in situ lo cual aumenta el realismo de la práctica y es más fácil de integrar dentro de las actividades normales del equipo.

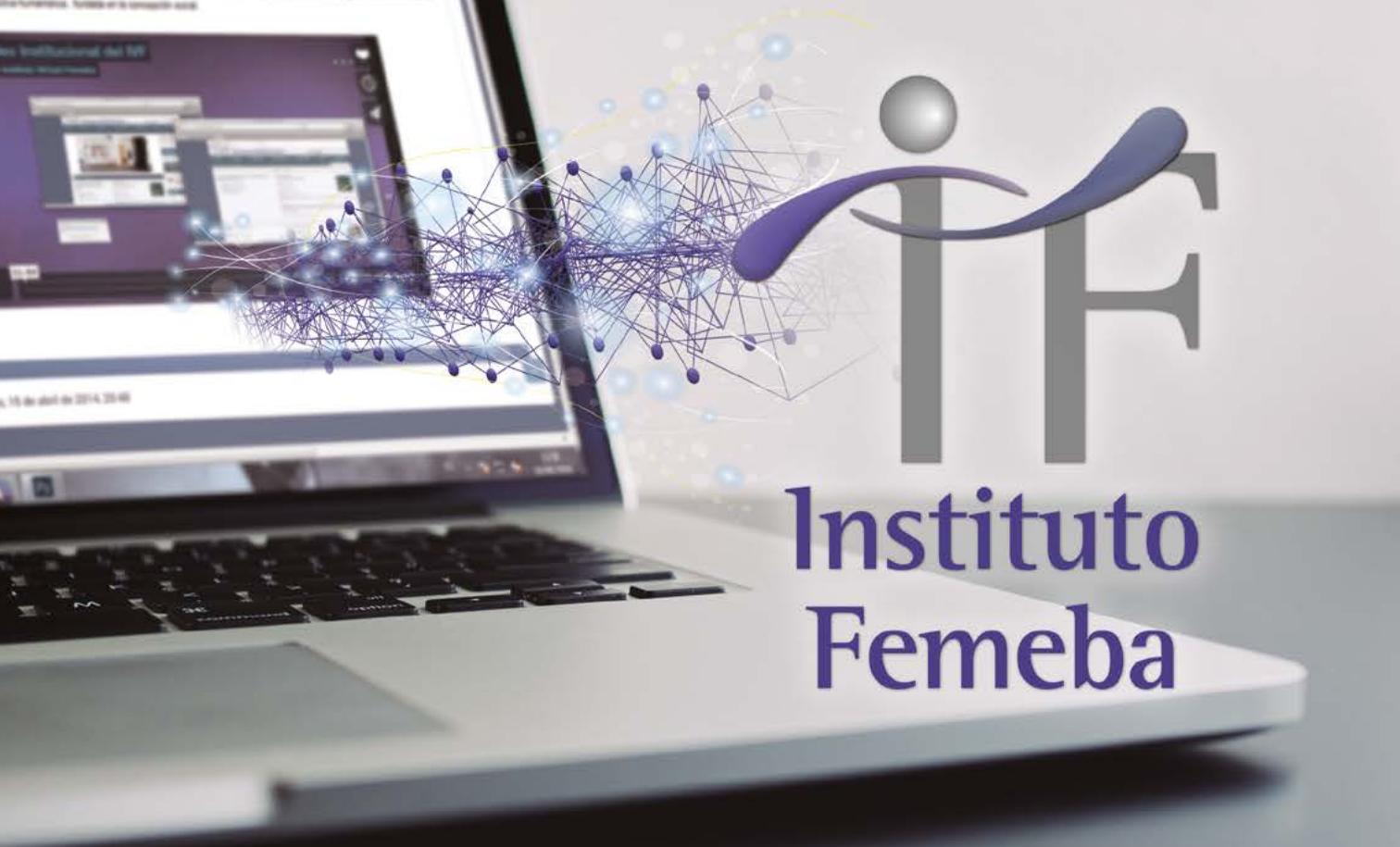
Código de Descuento: SIMU2018
Válido Hasta 30/09/2018



Distribuidor Exclusivo



info@simulat.com.ar / ventas@simulat.com.ar
Tel.: (11) 52179733/34 - (11) 45214881 / www.simulat.com.ar



**Instituto
Femeba**

Actualización de excelencia para profesionales en todo tiempo y lugar

Realice cursos cortos, diplomaturas y seminarios en las áreas de Salud Pública, Cuidado Paliativo, Bioética, Prevención de la Violencia, Liderazgo, Farmacología, Gestión en el área de la salud, y en distintas especialidades médicas.



Informes: ☎ (0221) 439 1395 | @ secretaria@ivf.fundacionfemeba.org.ar

www.fundacionfemeba.org.ar/cursos