

10

**SORPRENDENTES
BENEFICIOS QUE
EL SEXO LE BRINDA
A LA SALUD**



**ASOMBROSOS
ANIMALES QUE
SEGURAMENTE
NO CONOCES**



**La
pericana**

Año 7 Número 309 - San Juan, Sábado 23 de julio
de 2022 - Esta revista es una publicación
de Bataller Contenidos

LA BIKINI

**La historia
detrás de una
pequeña prenda
que debió
vencer prejuicios**



Nuestros columnistas:

**Lo importante
es el nombre**



Juan Carlos
Bataller

**Un gran
momento para
presionar por la
minería**



Juan Carlos
Bataller Plana

**Lo aparente
rinde frutos**



Eduardo
Quattropani

**De palabras
en siglas**



Aída Elisa
González

**Volver a
empezar, volver
a crecer**



Marcelo
Delgado

Manolo



Gustavo
Ruckschloss



La bikini

La historia detrás de una pequeña prenda que debió vencer prejuicios

La historia dice que fue creada por el ingeniero mecánico francés Louis Réard. Pero Réard no pudo encontrar un modelo profesional que lo exhibiera. Así que contrató a la bailarina de striptease Micheline Bernardini para la presentación de su primer bikini, el 5 de julio de 1946. Ese momento no fue una coincidencia. El Ejército estadounidense aca-

baba de realizar una prueba de la bomba atómica en el atolón Bikini, en el Pacífico Sur, causando sensación mundial.

La presentación de los últimos trajes de baño en París debería ser igual de explosiva. Réard no había calculado mal. Tanta piel era demasiado para los estándares de la época. Los guardianes de la moral se indig-

naron; una mujer debería pasearse con falda y delantal largo en esos años de posguerra, en lugar de desnudarse tan descaradamente.

●●●
Era mayo de 1946, y al mismo tiempo, Réard, que estaba encargado de la lencería de su madre cerca del Folies Bergères, en París,





Brigitte Bardot mostró la bikini en el Festival de Cine de Cannes en 1953. Pronto, esas playas se convertirían en la capital internacional del bikini.

de artículos de playa de la Riviera francesa un diseño minimalista de dos piezas: lo llamó “Átomo”, la parte más pequeña que existe en la tierra.



Hasta acá lo que dice la historia. Pero la realidad es otra. Según algunos periodistas, a **la bikini la inventó Brigitte Bardot en una playa de Cannes durante el Festival de Cine de 1953**. Un dos piezas floreado y en strapless para una belleza de otro mundo.

Y de alguna manera, esa prenda la inventó también a ella. Venía de rodar *Manina, la chica del bikini* (1952), su segunda película, donde desafió todas las convenciones de la época en un traje de baño blanco de dos piezas. Y volvería a transgredirlas cuatro años más tarde en *Y dios creó a la mujer*, que presentó en 1956 junto a su marido de entonces, Roger Vadim, que la transformaría para siempre en un sex symbol. Filmada en las arenas de St. Tropez, ese film también convirtió al balneario más exclusivo de la Costa Azul en la capital internacional del bikini.



La historia de la moda en trajes de baño se puede recorrer junto a la de ella. De la silueta armada de mediados de los cincuenta a los tan parisinos de tiritas con rayas marineras. Y claro, su modelo estrella: los de escote balconette que al otro lado del Atlántico popularizaba Marilyn, con aro para levantar el busto y el género justo para tapanlo apenas por arriba del pezón. Hasta ese pedazo diminuto de tela parecía pesarle a su

▼ también tuvo una inspiración bélica para volver la prenda aún más diminuta. El mensaje implícito no era nada sutil: las mujeres que se atrevieran a usarla eran bombas sexuales. Bautizado en nombre del atolón de Bikini, donde acababan de realizarse las primeras pruebas de la bomba atómica, el diseño de Réard — que había visto cómo las mujeres se doblaban los trajes de baño cuando tomaban sol para conseguir un mejor bronceado— mostraba por primera vez el ombligo y fue considerado escandaloso por la Iglesia y los medios tradicionales.

Tanto, que cuando el ingeniero quiso promocionar su invento con modelos profesionales, no logró que ninguna aceptara el trabajo. Por eso tuvo que contratar a Micheline Bernardini, una bailarina nudista del Casino de París. La bikini fue presentada al público el 5 de julio de 1946 en la piscina pública Molitos de París. La impresión

por el ombligo descubierto se llevó todos los títulos.



La verdad es que hay registros de mujeres realizando actividades atléticas en trajes de dos piezas desde la época prerromana, que incluso se vieron reflejadas en obras de arte como el mosaico de “Las chicas en bikini”, y la diseñadora americana Claire McCardell ya había cortado las partes laterales de un traje de baño estilo maillot en 1934. Pero **la posguerra trajo escasez de telas y también liberación femenina: la ropa de las mujeres tenía que ser cómoda y práctica** como lo dictaba Coco Chanel desde hacía décadas, y al mismo tiempo el New Look traía de vuelta la coquetería. Ava Gardner, Lana Turner y Rita Hayworth comenzaron a marcar tendencia en Hollywood, y Esther Williams recortó su traje de sirena. **El diseñador Jack Heims decidió vender en su tienda**

Brigitte Bardot en Cannes. Con su aparición, la icónica actriz francesa convirtió esta prenda, que aún no gozaba de demasiada popularidad, en icono de la moda

VIENE DE PÁG. ANTERIOR

cuerpo: quizá la imagen más sexy de la mujer más sexy que pisó el planeta sea en St. Tropez en 1960, dorada, sonriente y boca abajo, con una monokini rosa y de volados que le deja media cola afuera.

Se adelantaba casi una década a lo que iba a volverse parte de la lucha por los derechos de la revuelta de Mayo del 68: para las francesas de clase media ilustrada, la defensa de la semidesnudez en las playas fue un baluarte en la batalla cultural contra la sociedad conservadora y los adalides de la tradición, la familia y la propiedad, que aseguraban que el topless iba a asustar a los niños. Cuando finalmente en 1970 el gobierno de George Pompidou se negó a prohibir su uso en los balnearios, las monokinis pasaron a ser un símbolo del verano francés y Bardot con ellas, claro.

Y es que hasta el dictador español Francisco Franco había cedido al encanto de los nuevos trajes de baño femeninos, con tal de popularizar el turismo en Benidorm. Convencido por el entonces alcalde de ese destino soñado en la costa del Mediterráneo, el tirano legalizó el bikini y las españolas se abrazaron a esos retazos mínimos en nombre de la libertad. Al morir Franco en 1975, las playas de la Madre Patria también dejaron atrás el corpiño.



La discusión pasó a mayores hace una década, cuando la nacionalista de extrema derecha Marine Le Pen comparó en un afiche contra la inmigración a las típicas francesas despreocupadas en topless -la imagen de su amiga BB como la apoteosis- con las musulmanas que "invadían" la riviéra con sus burkinis. Como si faltara algo para demostrar que la prenda más pequeña del guardarro-



pas femenino es quizá también la más política.

Brigitte Bardot también emprendió una exitosa carrera como cantante. Desde 1963 hasta 1970 lanzó cinco álbumes. Su figura abonó a la ola de "liberación sexual" que caracterizó a la década de los 60

Hoy las mujeres modernas de todo el mundo suelen reservar el topless para escenarios más resguardados, y aunque la bikini se reinventa cada año, muchas optan otra vez por los trajes de baño enteros. Pero la imagen definitiva sigue siendo Manina, la adolescente virginal del sueño de Willy Rozier -cuando se rodó, BB aún era menor de edad y tuvo que pedirle autorización a sus padres para participar de la película-, la misma que inspiró a Simone de Beauvoir a escribir el célebre texto Brigitte Bardot y el síndrome Lolita.

*Todo comenzó cuando el ingeniero **Louis Réard** abandonó su trabajo en los años 40 como diseñador de coches y se puso al frente del negocio de ropa interior de su madre.*



Evolución del traje de baño a través de los años

Los primeros bañadores de una sola pieza y de cuerpo entero hicieron su aparición en el siglo XVIII, tanto para hombres como para mujeres. Entonces estaban hechos de lana espesa o de algodón, materiales que se tornan pesados al mojarse, y que se secan con dificultad. Se nadaba en estricta separación entre hombres y mujeres. En las piscinas populares se levantó más tarde la división por géneros.



Con el surgimiento del turismo, a principios del siglo XX, en Alemania se pusieron de moda los paseos a nadar en los lagos. Los bañadores se hicieron más estrechos y aparecieron los primeros modelos de materiales elásticos. Las cachuchas tenían la función de proteger del sol. La foto muestra los trajes de baño en boga para hombres y mujeres, cerca del año 1910.

Auge de los accesorios

Los dorados veinte trajeron consigo, por fin, un toque de elegancia: pequeños cinturoncillos, botones dorados y brillantes lentejuelas dieron a los bañadores detalles de suntuosidad. Los materiales eran apretados sobre el cuerpo y cortados directamente. No había modelos en tallas extra grandes.



VIENE DE PÁG. ANTERIOR

"La Venus bañista"

La nadadora olímpica Esther Williams llamó la atención de Hollywood por su espectáculo acuático. Por la Segunda Guerra Mundial, la atleta no logró participar en los Juegos Olímpicos de 1940, y se ganaba la vida con sus presentaciones. En su carrera histriónica destacó la cinta "La hija de Neptuno" y llegó a convertirse en una de las mujeres más ricas de Hollywood.

**El esplendor de Marilyn Monroe**

Las famosas curvas de la diva Marilyn Monroe lucían en todo su esplendor en traje de baño. Además de éste, solo llevaba puestas dos gotas de Chanel Nr. 5 al posar para los fotógrafos. Sus primeros éxitos ante la cámara los alcanzó en los años 40, como modelo del famoso calendario Pirelli, antes de convertirse en actriz y leyenda.

¿Y dónde quedó el bikini?

El mayor dilema para los modistos consiste en definir cuanto material utilizar. Las fronteras entre un bikini y otro tipo de bañador a veces son indefinibles. En la pasarela de la Fashion Week de Miami se presentó este modelo retro, para la temporada 2011.





En los Estados Unidos, el gran impacto llegó de la mano de una Úrsula Andress que emergía de las olas con un modelo en blanco roto anudado al frente y con un cinturón ancho en la parte de abajo para cargar la cuchilla de Honey Rider, la primera chica Bond de todos los tiempos, en *El satánico Dr. No* (1962). ¿Cómo no iba a enamorar a Sean Connery y a los miles que colgaron su póster en cuartos, vestuarios y talleres de todo el mundo?



Hoy es común encontrar en Instagram a jóvenes de todo el mundo mostrando modelos como el que muestra la foto.

PASA A PÁGINA SIGUIENTE



PRÉSTAMO
HASTA **\$100.000**

EN 12 CUOTAS!
TE REGALAMOS DOS CUOTAS!

SOLICÍTALO TAMBIÉN AL: ☎ **264 468 4217**

DATA

ABONANDO EN TÉRMINO, TNA: 172,85% TEP: 14,27% CPT: 880,87%

VIENE DE PÁG. ANTERIOR

Los antiguos trajes de baño en San Juan

Los bañistas.

Estos trajes de baño eran el último grito de la moda a fines de los años 30. Los lucen Lilita Grossi Chirapozu, Amalita Aubone Quiroga, Pito Grossi Chirapozu, Amalia Segovia (de Dupuy de Lôme), Angélica Grossi Chiarapozu, Armando Grossi Chiarapozu y Eliva Sopldatti (Foto y datos proporcionados por Sofía Segovia de Zavalla).



Con luto no. Mallas y salidas de baño multicolores. Junto a los bañistas, un hombre de traje, corbata y sombrero. No se baña porque está de luto. El quinto de la izquierda a derecha es Pablo Fagale. También aparece Félix Mattar. La foto es del año 1929. Hasta casi la mitad del siglo XX el recato era la cualidad indispensable y obligada para quienes se bañaban en espacios públicos (Foto publicada en el libro "El San Juan que Ud. no conoció", de Juan Carlos Bataller; proporcionada por Roberto Fagale).

Don Eloy en malla Esta foto fue tomada durante un veraneo en Mar del Plata, el 17 de enero de 1934. En ella aparece el profesor Eloy P. Camus, quien en 1973 sería electo gobernador de San Juan. Lo acompaña su esposa, doña Julia Valenzuela. Obsérvese la malla de don Eloy y la de su esposa. Ambos tienen en sus manos gorros blancos. (Foto publicada en El San Juan que Ud no conoció).



Asombrosos animales que seguramente no conoces

Sobrevivir en el espacio exterior, ser inmune al cáncer, no necesitar agua para vivir, congelarse durante meses y resucitar, regenerar todo el cuerpo a partir de la cola, ser inmune al paso del tiempo, rejuvenecer y renacer, cambiar de género... Son algunos de los 'superpoderes' de los que gozan algunas especies animales. Varias de estas características llevan décadas siendo estudiadas por los científicos para aplicarlas al ser humano. Los secretos de la eterna juventud y la vida eterna podrían hallarse en estos diez animales, los más asombrosos y sorprendentes del mundo.



1 Tardígrado

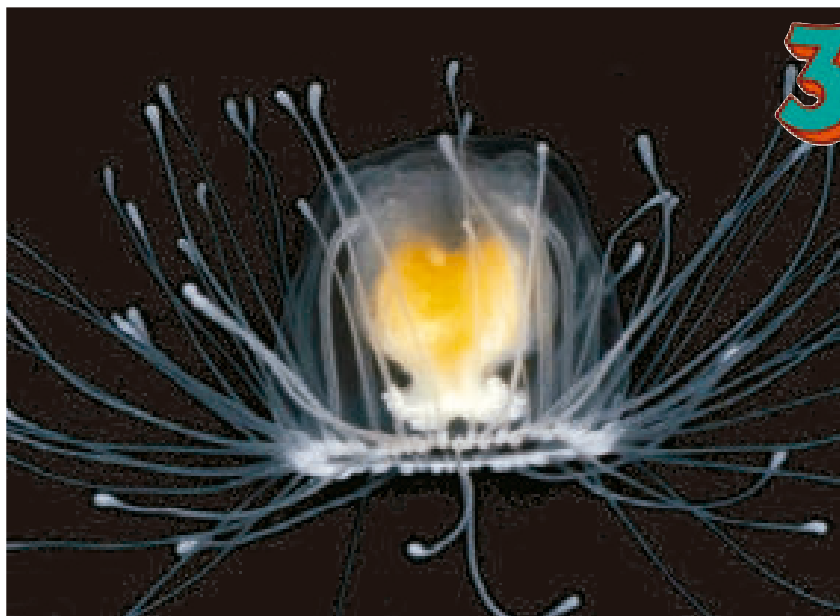
También llamado oso de agua, sobrevive incluso en el espacio y a elevadísimos niveles de radiación, y soporta temperaturas de entre -200°C y $148,9^{\circ}\text{C}$. Es incluso posible que esté habitando la Luna: varios ejemplares viajaban en una sonda espacial israelí que se accidentó en el satélite en 2019. Este animal de menos de un milímetro de largo puede volver a la vida décadas después de haber sido deshidratado. Cuando se seca, retrae la cabeza y sus ocho patas, se arruga formando una bola, expulsa casi todo el agua de su cuerpo, su metabolismo se ralentiza al 0,01% y entra en un estado de animación suspendida parecido a la muerte.

2 Ratopín rasurado

Es prácticamente insensible al dolor e inmune al cáncer. Puede vivir hasta 30 años —diez veces más que los roedores de su tamaño— y nunca bebe agua. Cada colonia tiene su propio 'dialecto'. Y los ratopines criados en una nueva colonia, diferente a la de su nacimiento, aprenden el nuevo dialecto. La reina —tienen mucho en común con los insectos— es la responsable de la reproducción de la colonia, y preserva el dialecto. Dentro de su colonia, trabajan en armonía, viven en comunidades muy unidas y altamente cooperativas. Cada uno conoce su rango y las tareas que debe realizar. Pero son muy agresivos con los ratopines 'forasteros'.



VIENE DE PÁG. ANTERIOR



3

Medusa inmortal

Biológicamente puede vivir eternamente en ausencia de depredadores o enfermedades. Es el único animal conocido que puede revertir completamente su estado hasta la inmadurez sexual. Si un ejemplar de esta especie sufre una herida grave, cae enfermo, se siente amenazado o tiene mucha hambre, se transforma de nuevo en un pólipo y renace. Es capaz de 'reconstruir' sus células y hacerlas retroceder a su fase más temprana en apenas tres días. Y desde su nuevo estado de pólipo vuelve a desarrollarse y a reproducirse. Los científicos han conseguido demostrar que el sujeto renacido, genéticamente hablando, es el mismo que del que procede.

4

Pez pulmonado africano

Es un auténtico fósil viviente, ya que constituye un escalón evolutivo entre los peces y los anfibios. Puede sobrevivir con niveles muy bajos de oxígeno, por lo que su sistema branquial es muy reducido. A cambio posee dos pulmones sin bronquios. Cuando se secan las charcas y lagos en los que habita, hace un agujero en el fango de entre 30 y 50 centímetros de profundidad, se dobla sobre sí mismo, segrega una mucosa espesa que le protege de la deshidratación y sella la entrada con arcilla, dejando 2 o 3 pequeños agujeros para permitir la aireación. Es capaz de sobrevivir así durante meses, reduciendo al mínimo su metabolismo.



5

Weta de las montañas

Este insecto se congela durante meses y después 'resucita'. Puede afrontar ciclos repetidos de congelación y descongelación sin sufrir efectos secundarios. Aguanta que el 80% de su cuerpo pase a ese estado. Lo hace para sobrevivir a grandes cambios de temperatura, gracias a una proteína que evita que cristalice su sangre. En invierno, entra en criptobiosis (suspensión de los procesos metabólicos) y alcanza un estado de suspensión animada, similar a la muerte. De hecho, durante su etapa de criogenización se hace el muerto (piernas extendidas, garras expuestas y mandíbula abierta) para evitar ser comido por los depredadores.



6 Ajolote

Esta salamandra acuática es capaz de regenerar su cuerpo y mantenerse joven toda su vida. Puede regenerar su cola, sus extremidades, su médula espinal, parte de su cerebro, el corazón, su mandíbula inferior y otros órganos. Los investigadores siguen indagando cómo lo hace para aplicarlo en humanos. A diferencia de otras salamandras, que se someten a metamorfosis, el ajolote nunca supera su etapa larvaria: mantiene su aleta dorsal en forma de renacuajo, sus branquias externas plumosas y sus pies palmeados. Aunque conservan sus branquias, los ajolotes adultos también tienen pulmones funcionales y pueden respirar a través de la piel.



7 Pez payaso

Aunque todos los peces payaso nacen siendo machos, son hermafroditas, y algunos se convierten en hembras. Cuando muere una hembra alfa, su pareja experimenta cambios neuronales que conducen a la transformación de sus testículos en ovarios. Este hecho contribuye a que la especie sobreviva, gracias a la formación de una nueva pareja reproductora sin moverse de su anémona, que les proporciona refugio y con la que mantienen una relación simbiótica. Cada familia está conformada por dos o más individuos con una jerarquía social basada en el tamaño. Solamente los dos más grandes son maduros y monógamos, y la dominante es la hembra.

8 Tortuga gigante

Las tortugas, en realidad, no mueren de viejas. Podrían vivir eternamente si no fuera por las enfermedades, los depredadores... y el ser humano. Pero estos tres factores provocan que su vida media se sitúe en unos 80 años. "Jonathan", una tortuga gigante de Seychelles que vive en la isla Santa Elena, tiene 190 años. La longevidad de las tortugas tiene que ver con su lento metabolismo, su temperamento tranquilo, su capacidad para estar meses sin comer ni beber, su resistente coraza y el hecho de que sus órganos no envejecen con el paso del tiempo: un pulmón o un riñón de una tortuga centenaria no se distinguen de los de una adolescente.



VIENE DE PÁG. ANTERIOR



9

Gusano planaria

Puede regenerar los órganos perdidos tras el ataque de un depredador o después del apareamiento. Aunque quede dividido en dos trozos, los dos se desarrollarán y de ellos surgirán dos planarias diferentes. Además, no tiene sistema respiratorio ni circulatorio, carece de ojos (tiene dos pequeñas manchas oculares que utiliza a modo de fotorreceptores para ver) y es hermafrodita. Más: su boca está en mitad del estómago y se puede reproducir tanto de forma sexual como asexual. Durante la reproducción asexual la cola se desprende del resto del cuerpo y se regeneran las partes perdidas. La otra parte recupera en unos días la cola.

10

Rana canguro

Es nocturna, y al ser su piel impermeable, no tiene apenas pérdida de líquidos, así que no necesita agua del exterior para sobrevivir. De hecho, la 'fabrica' con su propio aliento. Al intercambiar el aire de salida, húmedo, y de entrada, desciende la temperatura en la laringe y en las regiones más frías de la nariz se condensa agua producida químicamente en forma de gotas que asimila por el cuerpo. También extrae líquido de semillas y plantas, que almacena en las glándulas sudoríparas de sus pies. Tiene unas bolsas en la parte exterior de sus mejillas en las que guarda semillas de las que se alimenta cuando no encuentra comida.



Otras especies singulares

Hay muchos más animales asombrosos que podrían incorporarse a esta lista. Por ejemplo, el caballito de mar, pues son los machos los que se quedan preñados y paren: llevan a unos 2.000 bebés en su estómago (unos 2.000 cada vez) entre 10 y 25 días y, al final, dan a luz. O la hormiga *Cataglyphis bicolor*, capaz de resistir temperaturas salir a cazar con temperaturas superiores a los 60°C en el Sáhara. También podría incluirse al escarabajo rojo de corteza plana, que produce proteínas anticongelantes para soportar el frío, o la rana de la madera, capaz de resistir hasta a -18°C al proteger sus células con glucosa (crioprotección). Hay asimismo cerca de 500 especies de peces capaces de cambiar de género; ballenas bicentenarias; peces que son masas informes gelatinosas; escarabajos que pueden mover pesos 1.000 veces superiores al suyo; tiburones con 4.000 dientes; y un puñado de especies capaces de reconocerse ante un espejo; esto es, con conciencia de sí mismos.



Obra de Teatro

Mi vecino el Topo

24 de Julio

17 horas

Centro Cultural Media Agua

Entrada libre y gratuita | Con previa inscripción

2645425524 | 2645512295

Los esperamos!

SUBSIDIOS

SEGMENTACION ENERGETICA

Durante el mes de julio vas a poder completar el formulario en las fechas indicadas según el número con el que termina tu DNI:

0 - 1 - 2: entre el 15 y el 19 de julio.
 3 - 4 - 5: entre el 20 y el 22 de julio.
 6 - 7 - 8 - 9: entre el 23 y el 26 de julio.

Desde el Municipio de San Martín, te ofrecemos asesoramiento y ayuda para completar el formulario para poder acceder al subsidio para Energía Eléctrica y Gas del Gobierno Nacional.

No olvides llevar:

- El último ejemplar de tu DNI
- Número de CUIL de los integrantes del hogar
- Boleta de energía eléctrica y gas
- Dato de ingresos mensuales de bolsillo de cada integrante del hogar
- Una dirección de correo electrónico.

Estadio Marta Orellana de 7:30 a 13:30 hs

Oficina de Empleo

Programas

- Jóvenes con más y mejor trabajo
- Promover, igualdad de oportunidades de empleo

Informes e Inscripciones

2645614327

empleo@rivadavia.gov.ar



Diez sorprendentes beneficios que el sexo le brinda a la salud

Aseguran los especialistas que el cuerpo humano está planificado para **beneficiarse y gozar del sexo**. El acto sexual libera una cascada de hormonas que desencadenan el placer, la felicidad y la unión, entre otros múltiples beneficios.

Una gran cantidad de estudios recientes demostraron que el sexo es un gran aliado para la salud ya que brinda protección contra enfermedades cardíacas y la osteoporosis, previene la demencia y mejora el estado de ánimo.

“El encuentro sexual es una parte fundamental de la vida interpersonal. Sentimos el deseo, la intensidad del amor y del placer, nos entregamos al otro sin perder la individualidad y tenemos la capacidad innata de proyectar la vida en compañía. En síntesis: el gran desafío de ser singulares en una experiencia íntima com-

Una gran cantidad de estudios recientes demostraron que el sexo es un gran aliado para la salud ya que brinda protección contra enfermedades cardíacas y la osteoporosis, previene la demencia y mejora el estado de ánimo.

partida. Si esa fuerza llamada libido es inherente a lo humano, la **represión o sublimación** de la misma son adquiridas. **La vida sin sexo tiene sus consecuencias fisiológicas y anímicas**”, explicó a **Infobae** Walter Ghedin, médico psiquiatra y sexólogo.



Ayuda a mantener el funcionamiento del sistema inmunológico

“Las personas sexualmente activas se enferman menos”, explica a la publicación en línea **WebMD**, Yvonne K. Fulbright, experta en salud sexual. Las personas que tienen relaciones sexuales tienen niveles más altos de lo que defiende su cuerpo contra gérmenes, virus y otros intrusos. Investigadores de la **Universidad de Wilkes** en Pensilvania descubrieron que los estudiantes universitarios que tenían relaciones sexuales una o dos veces por semana tenían niveles más altos de cierto anticuerpo en comparación con los estudiantes que tenían relaciones sexuales con menos frecuencia. ▼

2

Aumenta la libido

¿Anhelando una vida sexual más animada? “Tener relaciones sexuales mejorará el sexo y mejorará la libido”, dice **Lauren Streicher**, profesora clínica asistente de obstetricia y ginecología en la **Facultad de Medicina Feinberg de la Universidad Northwestern en Chicago**. Según la experta, “**para las mujeres**, tener relaciones sexuales **aumenta la lubricación vaginal, el flujo sanguíneo y la elasticidad**, todo lo cual hace que el sexo se sienta mejor y te ayuda a desear más”.



3

Mejora el control de la vejiga de la mujer

Un suelo pélvico fuerte **es importante para evitar la incontinencia**, algo que afectará a alrededor del 30% de las mujeres en algún momento de su vida. El buen sexo **es como un entrenamiento para el conjunto de músculos y ligamentos antigravitatorios que se encuentran en la base de la pelvis**. Tener un orgasmo provoca contracciones en esos músculos, lo que los fortalece.

estudio, **los hombres que tenían relaciones sexuales al menos dos veces por semana tenían la mitad de probabilidades de morir de una enfermedad cardíaca** que los hombres que tenían relaciones sexuales con poca frecuencia.

5

Reduce la presión arterial

La investigación sugiere **un vínculo entre el sexo y la presión arterial más baja**, según **Joseph J. Pinzone**, CEO y director médico de **Amai Wellness**. “Ha habido muchos estudios. Un estudio histórico encontró que las relaciones sexuales específicamente (no la masturbación) redujeron la presión arterial sistólica”, indica.

7

Disminuye el dolor

“El orgasmo **puede bloquear el dolor**”, sostiene **Barry R. Komisaruk**, profesor de servicio distinguido en **Rutgers, la Universidad Estatal de Nueva Jersey**. Libera una hormona que ayuda a elevar el umbral del dolor. **La estimulación sin orgasmo también puede funcionar**. “Descubrimos que **la estimulación vaginal puede bloquear el dolor crónico de espalda y piernas**, y muchas mujeres nos han dicho que la autoestimulación genital **puede reducir los cólicos menstruales, el dolor artrítico y, en algunos casos, incluso el dolor de cabeza**”, afirma Komisaruk.

4

Reduce el riesgo de ataque al corazón

Una buena vida sexual es buena para el corazón. Además de ser **una excelente manera de aumentar el ritmo cardíaco**, el sexo **ayuda a mantener los niveles de estrógeno y testosterona en equilibrio**. “Cuando una persona tiene alguno de estos valores bajo, comienza a tener muchos problemas, como osteoporosis e incluso enfermedades cardíacas”, explica el especialista. Tener relaciones sexuales con más frecuencia puede ayudar. Durante un

6

Cuenta como ejercicio

“El sexo **es una excelente forma de ejercicio**. No reemplazará la cinta de correr, pero cuenta para algo”, dice **Pinzone**. Tener relaciones sexuales **consume unas cinco calorías por minuto, cuatro calorías más que**

8

Mejora el sueño

Es posible que te quedes dormido más

BENEFICIOS DEL SEXO

rápido después del sexo, y por una buena razón. “Después del orgasmo, se libera la hormona prolactina, que es responsable de la sensación de relajación y somnolencia después del sexo”, dice Sheenie Ambardar, psiquiatra en West Hollywood, California.



Puede hacer que el cáncer de próstata sea menos probable

Los hombres que eyaculaban con frecuencia (al menos 21 veces al mes) tenían menos probabilidades de desarrollar cáncer de próstata, detectó un estudio, que se publicó en el *Journal of the American Medical Association*.

No se necesita una pareja para obtener este beneficio: las relaciones sexuales, las emisiones nocturnas y la masturbación eran parte de la ecuación. Aun así, no está claro que el sexo fuera la única razón que importaba en ese estudio. Muchos factores afectan el riesgo de cáncer. Pero más sexo no hará daño.



Alivia el estrés

Estar cerca de una pareja puede calmar el estrés y la ansiedad. Ambardar dice que tocar y abrazar puede liberar la “hormona del bienestar” natural del cuerpo. La excitación sexual libera una sustancia química cerebral que acelera el sistema de placer y recompensa del cerebro.

“El sexo y la intimidad también pueden aumentar la autoestima y felicidad”, asegura la experta. Y añade: “No es sólo una receta para una vida sana, sino feliz”.



La mejor posición para el orgasmo femenino, según la ciencia

Un nuevo estudio reveló la mejor posición sexual para las mujeres heterosexuales cuando se trata de alcanzar un orgasmo. Según la clínica privada de ginecología New H Medical en Nueva York, la posición más efectiva es la del misionero, con una almohada debajo de la pelvis de la mujer. El estudio se realizó con un escáner de ultrasonido, y los investigadores examinaron a una pareja de voluntarios mientras tenían relaciones sexuales en cinco posiciones populares durante 10 minutos. Luego analizaron qué posición fue más exitosa para estimular el flujo sanguíneo del clítoris.

La doctora Kimberly Lovie, médica investigadora de Nueva York que dirigió el estudio, escribió: “Los supuestos beneficios de varias posiciones coitales se describen en numerosas revistas, libros y foros públicos. Sin embargo, hay poca investigación científica que evalúe la asociación entre las diferentes posiciones coitales y su capacidad para producir el orgasmo femenino”.

“El objetivo era comparar el flujo sanguíneo del clítoris antes y después

del coito en cada una de las cinco posiciones, después de un período de tiempo estandarizado. La posición de rodillas/entrada trasera produce la menor cantidad de contacto directo con el clítoris y resultó en un aumento insignificante en el flujo sanguíneo en comparación con las posiciones cara a cara”, agregó.

La nueva investigación siguió a otro estudio que analizó el orgasmo femenino y descubrió que los “gemidos” no son parte de él. Investigadores de la Universidad de Ottawa examinaron varias sensaciones corporales que ocurren durante un orgasmo femenino, incluyendo “respiración entrecortada/superficial”, “aumento de la presión arterial” y “sofocos”.

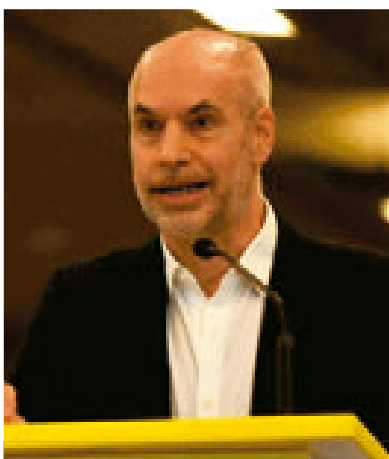
Aun así, también identificaron algunas sensaciones comúnmente mal entendidas que, a pesar de la opinión popular, no están presentes. “Recomendamos que el elemento ‘gemidos’ se elimine de la medida de forma permanente”, afirmó el estudio, publicado en *The Journal of Sexual Medicine*, y agregó que el orgasmo femenino es un “aspecto poco conocido de la respuesta sexual femenina”.

la semana

La foto



El acusado por el asesinato de María Marta: Comenzó el juicio contra Nicolás Pachelo y dos vigiladores del country donde fue encontrada asesinada María Marta García Belsunce el 27 de octubre de 2002. Un caso que fue seguido como una novela, con series incluidas, y que ya tuvo un condenado que resultó finalmente absuelto, el viudo Carlos Carrascosa. Pachelo vivía en el lugar y fue acusado en varias oportunidades por robos. Pachelo está detenido y asegura que no hay pruebas en su contra.



El personaje

Horacio Rodríguez Larreta opinó "Lo primero que hay que sacar es a los intermediarios de los planes sociales. No es razonable, no puede ser que los planes sociales, la ayuda a los que necesitan, la decida una organización social política que no es el Estado, que nadie los votó". Y ante la pregunta si iba a enfrentar a las organizaciones que manejan los planes, indicó "Hay que tener pelotas para .Como también hay que tener pelotas para enfrentar al Gobierno nacional cuando me cerró todas las escuelas de la Ciudad y las mantuvimos abiertas sin aumentar los casos de Covid".

La frase

La vicepresidenta Cristina Fernández criticó a la Corte Suprema de Justicia



“ Con tantos muertos en sus roperos, no les queda más remedio que hacer lo que les manden ”

Preocupados por la pérdida de usuarios, Netflix limita accesos

El gigante del streaming, Netflix, comunicó que a partir del 22 de agosto habilitará sólo el acceso de una dirección por usuario. En abril pasado voceros de la compañía detallaron que había cerca de 220 millones de personas que pagan por el servicio de streaming; sin embargo, el servicio era compartido con más de 100 millones de hogares adicionales, es decir, aproximadamente 1 de cada 3 hogares en los que se ven series y películas en Netflix no pagan por el servicio. Y tras el informe comercial en donde se dio a conocer una caída de 200 mil suscriptores en el primer trimestre del año, la empresa quiere limitar el uso de la cuenta.

Pulgares



El Observatorio Argentino de Turismo (OAT), que actúa bajo la órbita de la Cámara Argentina de Turismo (CAT), indicó que los niveles de ocupación y reserva muestran subas de un 15% en promedio con respecto a la prepandemia. Se espera que estas cifras crezcan alrededor de un 10% en los próximos días como consecuencia de las reservas de último momento. En estas vacaciones se espera un millón de turistas del extranjero.

Los problemas por la falta de dólares y las trabas a las importaciones se agravan para diferentes sectores de la industria como son por ejemplo el automóvil. Esta semana, la Cámara que reúne a los fabricantes de baterías advirtieron que peligran cerca de 10.000 puestos de trabajo debido a que las empresas asociadas no tienen insumos importados para producir. Y advierten que podrían faltar baterías de celulares y autos.





Lo importante es el nombre

De pronto nos salen parientes en todas partes.

- ¿Le cuido el auto, tío?
- ¿La atendieron, madre?
- ¿Va a llevar mandarinas, abuelo?
- ¿Cómo andás, hermano?
- ¡Cuidate, viejito!

También surgen subalternos.

- ¿Le lustro, jefe?
 - O admiradores.
 - ¡Qué hacés, campeón!
- A todos ellos mi padre les respondía:
—**Juan, me llamo Juan. Y si no quiere llamarme por mi nombre, dígame señor.**

▲ ▲ ▲
Tal vez sea una moda. **O sólo producto de la ignorancia.**

En el Hogar de ancianos se alojan ancianos no abuelos. Algunos tendrán nietos pero ese no es el requisito para vivir allí. Y los que cobran la jubilación son jubilados no abuelos. A nadie le dan una jubilación por ser abuelo.

Pero realmente resulta molesto cuando un vendedor, un mozo, o cualquier desconocido, nos dice madre, tío o abuelo.

Digámoslo claramente: yo soy abuelo

de **mis** nietos, tío de **mis** sobrinos, padre de **mis** hijos, no tengo el cargo de jefe y nunca salí campeón a nada. Esto es tan absurdo como cuando alguien me presenta diciendo:

—**El papá de Mariano.** (o el papá de cualquiera de mis hijos)

Tan absurdo como cuando presentan a Mariano diciendo:

—**El hijo de Juan Carlos.**

Es hora que entendamos y se lo hagamos entender a los más **lentos**, que cada uno de nosotros tiene nombres y apellidos. Y que lo lógico, si queremos hacer referencia al parentesco, es que digamos “**te presento a Juan Carlos, que es papá de Mariano**” o a “**Mariano, que es hijo de Juan Carlos**”.

▲ ▲ ▲
Muchos de estos absurdos nacen del mal periodismo.

Uno lee o escucha:

—**Los abuelos del Hogar de Ancianos....**

También podemos leer:

—**Los abuelos que van a cobrar sus jubilaciones...**

¡Ignorantes!

En el Hogar de ancianos se alojan **ancianos** no abuelos. Algunos tendrán nietos **pero ese no es el requisito para vivir allí.**

Y los que cobran la jubilación son **jubilados** no abuelos. A nadie le dan una jubilación por ser abuelo.

—**Es más cariñoso decirles así—**, me dijo una colega.

No, mi amiga, es simplemente **ignorancia.**

▲ ▲ ▲
Otra “moda” de cierto periodismo es clasificar por edades a las personas.

—**Un joven de 39 años fue atacado por una patota—**, dicen las crónicas policiales.

—**Un anciano de 68 años fue atropellado—**, agregan otras.



El mirador

Lo importante...

Para ese tipo de periodistas, una persona de 39 años es “un joven” y una persona de 68 años es “un anciano”.

¡Han hecho desaparecer a los adultos!

Casi se pasa sin intervalo de la juventud a la ancianidad.

En estas elecciones escuchaba a un político decir: **—Nosotros los jóvenes...**

Y el “joven político” tenía ya 22 años.

Ni siquiera pensó que Del Carril fue gobernador con 24 años, que Anacleto Gil asumió con 28, que Federico Cantoni lo hizo con 33 y que Américo García y Jorge Escobar tenían 38 años cuando llegaron a la gobernación.

Tampoco piensan que Buenaventura Luna murió con 49 años tras dejar una gran obra o que Mariano Moreno falleció con 32 tras haber integrado la primera junta patria.

Por el contrario, Konrad Adenauer fue canciller de Alemania con 86 años y Nelson Mandela fue el primer presidente negro elegido democráticamente en Sudáfrica, a los 76 años.

▲ ▲ ▲
Le pregunto a una psicóloga por qué hay gente que no puede mencionar a una persona sin agregarle un calificativo por la edad.

—Es muy sencillo, en el inconsciente, le temen a la muerte. Esto es común en gente que se acerca a los 40 años.

—**¡No diga!**

—Por eso, ese tipo de personas habla de jóvenes de 40 años, como si se tratara de bebé de pechos y no de hombres hechos y derechos que ya llevan 15 o 20 años de recibidos, son casados, tienen hijos y algunos hasta pronto serán abuelos.

—**¿Y por qué llaman ancianos, sexagenarios o sencillamente viejos a quienes pasan los 60?**

—Lo hacen como una forma de marcar diferencia con ellos. Es como decir, **“yo soy joven y no me voy a morir”**.

Si nuestra amiga psicóloga tiene razón,



el periodismo está superpoblado de temerosos a la muerte.

▲ ▲ ▲
En los últimos años, se está tratando de imponer el “don” como título casi de nobleza.

Antes se le decía “don Pedro” o “don Luis” a cualquier persona mayor, como tratamiento de respeto.

Por ahí alguno decía en la calle, **“¡oiga, don!”**, no como respeto sino porque no le conocía el nombre.

En la mafia, en cambio, el título de “don” está reservado a los jefes de familia, los **“cappomafia”**. Por eso

En los últimos años, se está tratando de imponer el “don” como título casi de nobleza.

Antes se le decía “don Pedro” o “don Luis” a cualquier persona mayor, como tratamiento de respeto.

Por ahí alguno decía en la calle, “¡oiga, don!”, no como respeto sino porque no le conocía el nombre.

cada familia tiene un solo “don”, el “don”.

¿Será de ahí que ahora en San Juan tenemos cuatro o cinco “dones” a los que el periodismo no puede mencionar sin agregarle la palabra “don”?



A toda esta pléyade se agregan los que adosan a su nombre el título académico que utilizan.

Muchas veces se trata de títulos usurpados pues no se corresponde con el que obtuvieron en la universidad.

Llaman por teléfono y dicen **“habla el doctor Pedro Esquivel”, “habla la magister Laura Reales”**.

La gente verdaderamente famosa o importante, nunca dice los títulos que posee.

¿Se imagina escuchar que **“habla el doctor Obama”, o “el doctor Che Guevara”?**

Sonaría absurdo.

Sin embargo, en esta modesta ciudad nuestra, hay gente que quiere marcar la cancha invocando un título que en realidad **lo habilita para desarrollar una profesión o trabajo pero no para diferenciarse socialmente.**



Lo importante, mis amigos, **es nombrar a cada uno por su nombre.**

Es una forma de decirle

—**Ya sé quién sos, me da gusto conocerte.**

Últimamente estamos avanzando en la materia.

Uno llama a una empresa y escucha:

—**Buenos días, usted se ha comunicado con Televisora del Sur, habla Daniela.**

O va a la carnicería y el carnicero tiene el nombre en el guardapolvo, como lo tiene el mozo en su uniforme o mis nietos en el delantal con el que van al jardín de infantes.

A partir de ese momento, lo correcto es llamar a cada uno por su nombre, sepultando definitivamente el pretencioso “don” o los “padre”, “madre”, “abuelo” o “tío” que suenan patéticos.



Un gran momento para presionar por la minería



Días raros los que se viven en el país. Una gran crisis económica, con índices de inflación que no pueden manejarse, con un dólar descontrolado, sin plan de gobierno, con un presidente que parece no comprender la gravedad de la situación que se está viviendo, una vicepresidenta que entiende bien lo que se está viviendo y busca no ser quien pague los platos rotos, con una oposición que quiere votar ya y no está dispuesto a dar tregua al oficialismo, con gobernadores que a esta altura sólo les interesa salvar la ropa en sus provincias...

En medio de todo esto, gran parte del pueblo argentino que ya está convencido que recién se empieza a avisar los primeros vientos de la tormenta, del huracán que estamos por afrontar. Y cada uno se prepara como puede.

Uno de los principales problemas que tenemos en el país es que no queremos admitir que somos pobres. Sí, en un país que podría ser inmensamente rico pero que no lo aprovechamos. Y podemos tener miles de millones de dólares posibles en minerales, gas y petróleo, podemos ser el granero del mundo, podemos creernos europeos en Sudamérica pero la realidad es que ya rascamos la olla, no nos queda nada y hay que afrontar el tema empezando por ser realistas.

En este contexto, es el gran momento para aprovechar y presionar con la minería. Con un Gobierno Nacional muy débil, con falta de inversiones y con una tremenda necesidad de dólares, es el escenario perfecto para que los gobernadores de las provincias mineras se junten, coincidan en una misma pro-

puesta y vayan a presionar a la Nación para mejorar las condiciones a los que se animen a invertir en grandes proyectos mineros.

Para eso será necesario negociar duro con el encargado del área, el ministro de la Producción Daniel Scioli. ¿Hasta dónde se puede crecer? Mientras que la minería chilena registra exportaciones entre 80.000 y 90.000 millones de dólares anuales, en Argentina las ventas al exterior son por u\$s 3.300 millones. Sólo hay 13 proyectos en explotación en el país a pesar que hay 30 con los recursos ya identificados y se calcula que pueden ser 250 proyectos los que puede tener el país.

¿Cuál es la principal contra para atraer inversiones?

Que no somos serios, que la empresa que invierte no tiene seguridad jurídica...



Escribe
**Eduardo
Quattropani**

Fiscal General de la
Corte de Justicia de
San Juan

Lo aparente rinde frutos

▶ Siempre ocurrió, es parte de la historia de la humanidad, el luchar contra el desconocimiento, la ignorancia, el atraso y los atrasadores, contra la negación del progreso, contra la mediocridad intelectual, claramente siempre ocurrió.

▶ Desgraciadamente pasa hoy, y más que antes, que los que pretenden ser abanderados de algún cambio de paradigma son, paradójicamente, sus más absolutos estorbos pues no pasan de lo aparente, de las formas, de las palabras vacías, que del apoyo de hechos valiosos verdaderos

▶ Es triste pero hay que reconocer que vivimos tiempos de demasiadas apariencias, de frases hechas, de contradicciones, de falta de coherencia, de no pasar, por lo general, por “la prueba de la verdad”.

▶ Para peor, en demasiadas ocasiones, queda acreditado que da más prestigio alegar compromiso que tenerlo en la realidad, el aparentar cansancio que verdaderamente estarlo



como fruto de la contracción al trabajo.

▶ Con demasiada asiduidad, también, pululan quienes fantasean con tener legitimidad de origen no solo como alimento de sus egos sino como un modo de no perseguir la legitimidad derivada del ejercicio

de una tarea.

▶ Dentro de esa aparente obscuridad brillan con luces propias los jóvenes que asumen el compromiso de diferenciarse “del rebaño” en base a preparación y convicciones. De eso no tengo duda alguna, esa es la esperanza.

Crecemos con
bases sólidas



Caucete
Nuestra tierra



Municipalidad
de Caucete

Escribe **Aída Elisa González**Directora del Instituto de Investigaciones Lingüísticas y
Filológicas Manuel Alvar (INILFI) de la FFHA de la UNSJ.
Miembro de la Academia Argentina de Letras

De palabras en siglas

En esta columna nos referimos a la sigla que alude a : Director general o consejero delegado. Ambas son alternativas adecuadas en español para la expresión inglesa chief executive officer, cuya sigla es CEO.

Uso no recomendado

Mark Zuckerberg, creador de Facebook, rechazó una oferta de 15 000 millones de dólares que le hizo Steve Ballmer, CEO de Microsoft. Cómo la India se ha convertido en la fábrica de CEOs de Silicon Valley. El CEO de Tesla, Elon Musk, quien recientemente compró una gran participación en Twitter, decidió no unirse a la junta de la compañía de redes sociales



Uso recomendado

Mark Zuckerberg, creador de Facebook, rechazó una oferta de 15 000 millones de dólares que le hizo Steve Ballmer, presidente ejecutivo de Microsoft. Cómo la India se ha convertido en la fábrica de directores generales de Silicon Valley. El consejero delegado de Tesla, Elon Musk, quien recientemente

compró una gran participación en Twitter, decidió no unirse a la junta de la compañía de redes sociales.

Qué nos dice la RAE

Como se indica en la cuenta de Twitter de la Real Academia Española, aunque se usa frecuentemente la sigla CEO (en inglés chief executive officer), se recomienda utilizar expresiones españolas equivalentes

como director general, consejero delegado, presidente ejecutivo o gerente general.

Se recuerda, además, que lo adecuado es mantener las siglas invariables en plural en la lengua escrita, por lo que, si se mantiene CEO en el segundo ejemplo, lo adecuado es «Cómo la India se ha convertido en la fábrica de CEO de Silicon Valley».

**Energía San Juan**

En caso de fallas en el suministro, deficiencia en el servicio o baja tensión, favor de comunicarse al:

0800-666-3637



Volver a empezar, volver a crecer

Volver a empezar, que no se termina el juego.... Cantaba Alejandro Lerner hace algunos años atrás. Aunque se refería a una relación amorosa, también se aplica a la vida laboral, la salud y porque no, a la economía.

En 1984, Domingo Cavallo, escribió un libro titulado, "Volver a crecer", que en su prólogo decía; Argentina: "No ha logrado durante los últimos 54 años hacer funcionar de manera estable y predecible sus instituciones políticas y ha vivido la destrucción de sus instituciones económicas fundamentales, al extremo de llegar a conformar un sistema económico en el que conviven un socialismo sin plan y un capitalismo sin mercado. Esta forma de organización económica es absolutamente inepta para generar decisiones colectivas mínimamente racionales y lo que es aún peor, incapaz de vehiculizar los intereses individuales y sectoriales detrás del interés general."

Recién llegada la democracia, el debate central era avanzar a un sistema socialista (sin plan según Cavallo), o a un capitalismo (sin mercado, según el ex ministro). Al final, todavía están en puja estas miradas, y no logramos, después de casi 40 años, superar esta añeja dicotomía.

Los países más capitalistas, recurrieron a sus Estados, para corregir los desperfectos del mercado. En Estados Unidos, los seguros de desempleo y la defensa a los consumidores, es un claro ejemplo. En los países socialistas, como China o Corea, comenzaron a superar la pobreza y los problemas estructurales de empleo y distribución de la riqueza, con políticas capitalistas de mercado. Ya no existen modelos puros, ni típicos. El desafío es en-



tonces, es que cada sociedad, elija lo mejor de cada sistema, y el diseño de las políticas, incluya a todos, sin dejar a nadie atrás.

En la historia económica argentina, los movimientos pendulares, nos llevaron al caso inverso. Nos vamos quedando con lo peor del "mercado", y lo más pesado del "Estado".

La reciente salida del Ministro Guzmán, fue impulsada por partida doble. Por un lado, el mercado le soltó la mano, por considerarlo lento y poco eficaz; mientras que desde una ala del gobierno, fue calificado como muy orientado al capitalismo. Así, por derecha e izquierda, quedó sin respaldo para conducir la cartera más difícil de la economía, en tiempos turbulentos. Llega Batakis, con un discurso más "progue", en la jerga, pero anuncia me-

didias y objetivos de política económica, que no pudieron aplicar Prat Gay, ni Dujovne. Una vez más, en la mesa de decisiones, las dicotomías entre estado y mercado, cuidar o crecer, sacarle a unos, para favorecer a otros.

Sin embargo, volver a empezar, o a crecer; es un desafío, que exige no excluir a nadie, fortalecer los sectores que pueden traccionar, como la Industria, el campo, las economías regionales, entre otros. Pero también, cuidar los sectores más vulnerables y en riesgo, para que puedan aprovechar las oportunidades, que el mundo, hoy le ofrece a la Argentina. Volver a crecer, volver a empezar, que aún no termina el juego, más que una canción, un anhelo, que debemos construir juntos.



Manolo

Domingo por la mañana, Gastón me invita a comer churros. Acepté y fuimos a la feria. Está cerrada como tal, pero, afuera un puesto grande da a la calle; es el local de Manolo.

Delante de la vereda, han preparado mesas con sus sillas y sombrillas para quien quiera disfrutar al aire libre. Adentro, están quienes hacen los churros, los que preparan los platos y las chicas que sirven, limpian, cobran y animan las mesas.

Hay una barra, corta, en el medio del lugar donde se ven parroquianos zambullendo sus churros en el chocolate que no dejan de saborear. Dentro de lo que se puede

llamar cocina o lugar donde se hace de todo, hay quien con mano maestra, corta hermosas lonchas de un vistoso jamón crudo con el que, de a poco va llenando un plato para que lo lleven a la mesa.

Mesas que no llegan a la docena y que reciben a comensales de lo más diverso.

No se ve ningún joven; todos son personas mayores. No sé si es por la hora o el día, pero no hay más que



unos niños que comparten mesa con un orgulloso abuelo que los ha llevado a su reducto. Miran entre asombrados y contentos aquel lugar tan singular.

Las demás mesas están ocupadas por adultos, adultas, algunos entrados en años y en carnes, con mucho abrigo y algún bastón.

Los churros y algo que llamaban capuchino estaban deliciosos. Nada dietético pero sí auténtico. Nada de

tienda, todo real y espontáneo.

Aquí la vida se vive: los que están y los que disfrutan. Nadie entra obligado ni por la publicidad, quienes van, es porque quieren... por eso vuelven.

Como yapa, cada uno nos traemos la ropa impregnada con olor a churros, como si a uno lo matricularan en el buen pasar.



PROGRAMA ACOMPAÑAME
Esterilización para perros y gatos

Campaña de castración hasta el 29 de julio



Se encuentra en nuestro departamento el quirófano móvil para que traigas a tus mascotas



Calle Rodríguez 739 Oeste
Unión Vecinal Villa Paula

Calle Formosa 1907 Oeste
Unión Vecinal B° Santo Domingo

 4 305 937

 264 430 5057



VUELVE LA

Cruzada Solidaria

DE LA CAJA DE ACCIÓN SOCIAL

Después de dos años y luego de ayudar a las familias afectadas por el terremoto, volvemos con nuevos objetivos y un nuevo formato.

Vamos a colaborar con:



**Escuelas de
Zonas Alejadas**



**Centros de Atención
Primaria de Salud**

Los sorteos se realizarán la última semana de los meses de junio, septiembre y diciembre.

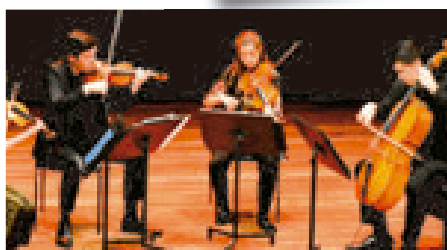
Los Ministerios de Salud y Educación serán los encargados de presentar un listado con las instituciones participantes.

Pedí más información en
Ministerio de Educación / 4307908
Ministerio de Salud Pública / 4307290

La mejor **apuesta** es **nuestra gente**.



MINISTERIO DE
HACIENDA Y FINANZAS



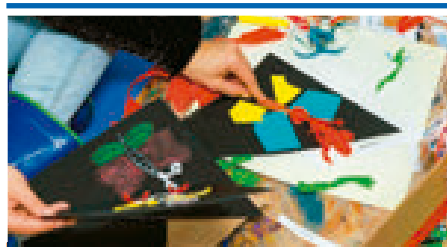
► Formación de músicos

El Ministerio de Turismo y Cultura, a través del Teatro del Bicentenario, invita a estudiantes de música, a partir de los 12 años, a inscribirse para participar del Festival Indiana. El Festival se realizará del 19 al 26 de noviembre en el TB. Tanto estudiantes de música de cámara como los de instrumentos de rock-jazz, tendrán tiempo de enviar su audición aplicando para el programa hasta el 6 de agosto de 2022. Todas las inscripciones y acceso a bases y condiciones se podrán realizar a través del link www.teatrodeltbicentenario-sanjuan.org/formacion



► Rock sanjuanino

Se viene el recital de Cuidado Marvin!. La banda de rock sanjuanina se presentará por primera vez en el Teatro del Bicentenario, con un repertorio inédito. El recital se llevará a cabo el 23 de julio a las 21, con una entrada única de \$500, que se puede conseguir en la boletería del teatro.



► Propuestas para niños

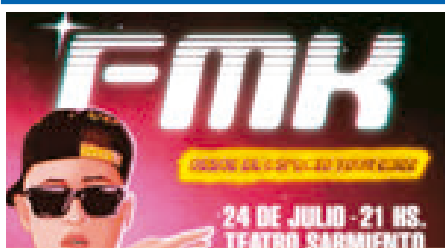
El portal del tiempo es una propuesta destinada a niños de más de 6 años. Una actividad para aprender jugando a través de un dispositivo lúdico con múltiples opciones para crear e imaginar un mundo

de magia y encanto. De esta manera, todos los días de vacaciones, los asistentes podrán sorprenderse jugando en el museo con ingeniosas propuestas en horarios de 14, 16 y 18. Será el 24 y 31 de julio en el Museo Franklin Rawson.



► Mercado Artesanal "Luisa Escudero"

Acaba de inaugurarse la remodelación del Mercado Artesanal Luisa Escudero. Se trata de un espacio que depende del Ministerio de Turismo y Cultura y que funcionará en la emblemática estructura que era del ferrocarril y que ahora es el ingreso al Parque Belgrano. En día de semana se puede visitar en horario de comercio, y también los fines de semana y feriados.

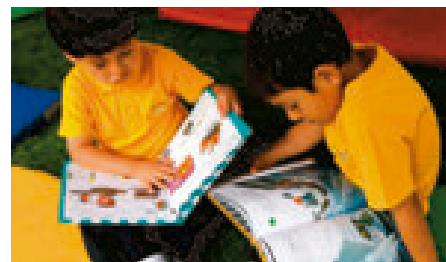


► FMX en el Teatro Sarmiento

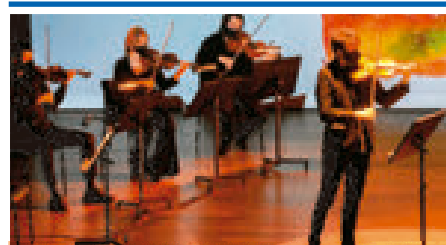
Este domingo 24 de julio a las 21 se presentará en el Teatro Sarmiento, FMX, referente de la escena urbana que lidera los rankings digitales y de radios. Subirá al escenario para presentar su primer disco "Desde el espacio". El reconocido artista latinoamericano, llega a la provincia por primera vez. Las entradas son sin numerar y se pueden conseguir desde \$2000, en la boletería del teatro o por Tuentrada.com.

► Feria del Libro Infantil y Juvenil

Hasta este domingo 24 de julio se podrá disfrutar de la Feria del libro infantil y juvenil, que se desarrolla en el Museo de la Historia Urbana, que se encuentra en el Parque de Mayo. Se trata de la quinta

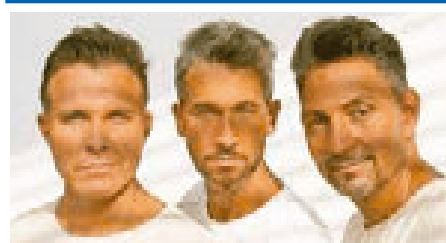


edición del encuentro en el que librerías de San Juan ofrecen un espacio para toda la familia, con distintas actividades, charlas y talleres relacionados con la lectura.



► Vivaldi en el Bicentenario

El Teatro del Bicentenario, presenta "Vivaldi!", un concierto del Ensemble Barroco que, en esta ocasión, propone una original puesta escenográfica. La puesta en escena el próximo sábado 30 de julio, a las 21, en Sala Auditorium del TB. Tendrá una duración aproximada de 45 minutos, con 10 minutos de intervalo. La entrada tendrá un único valor de \$700 y podrá adquirirse en Boletería del TB de lunes a viernes de 9:30 a 14, de 16 a 20 hs y los sábados de 10 a 13:30 hs. También pueden adquirirse online en <https://tbsj.tuentrada.com/selection/event/date?productId=10228559631256>



► Destino San Javier en el Teatro Sarmiento

El grupo Destino San Javier llegará a la provincia para actuar el 3 de septiembre próximo. La presentación se llevará a cabo en el Teatro Sarmiento, a las 21,30. Las entradas se pueden conseguir en entradaweb.com.ar. El costo de las mismas serán desde los \$3000 a los \$4500, según la ubicación de la fila.

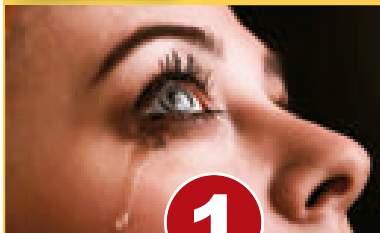


para relajar

Un poco de humor

Por Miguel Camporro

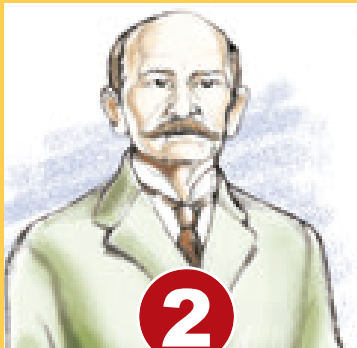
3 datos



1

Las lágrimas

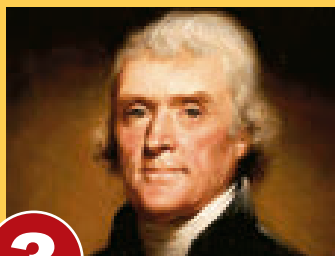
Los humanos somos los únicos seres vivos en poder llorar. No hay ningún animal que lo haga.



2

Médico sanjuanino

Marcial Quiroga fue el médico sanjuanino que tuvo a su cargo la exhumación de los restos del Gral. Belgrano en 1902.



3

Epitafio

Thomas Jefferson no incluyó la presidencia en su epitafio, sino que se enfocó en sus funciones como fundador de la Universidad de Virginia y como autor de la Declaración de la Independencia y el Estatuto de Virginia.



Adivina quién es

- 1- Su nombre está ligado a la radiofonía
- 2- Fue parte esencial de las mejores épocas de Radio Colón
- 3- Fue fundador y propietario de una cadena radial federal



Mario Perreya

FUNDACIÓN BATALLER



VACUNACIÓN COVID-19

CENTROS DE VACUNACIÓN COVID

Última Actualización 20 julio 2022

Zona Sanitaria I

CAPITAL:

CAPS Las Margaritas: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hs.
CAPS C. Salud Barassi: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hs.
Centro de Convenciones: lunes a viernes de 8:00 a 17:00hs
Sábado: 08:00 a 12:30hs
Vacunatorio Central: **Vacunación Covid 19 Pediátrica**
lunes a Viernes de 7:30 hs a 17:00 hs

9 DE JULIO:

Caps A. C. De la Colina: lunes a viernes de 8:00 a 17:00 hs.
Caps Dr. Carlos Bouthery: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hs.

CHIMBAS:

Caps Dr. Ramón Carrillo: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 / 14:00 a 18:00 hs.
Caps Mons. Baez Laspiur: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 / 14:00 a 18:00 hs.
Caps Humberto Mira: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hs.
Caps San Patricio: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hs.

SANTA LUCÍA:

Caps Ibone Silva: lunes a viernes de 8:00 a 17:00 hs.
Caps Villa Marini: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hs.

Zona Sanitaria II

CAUCETE:

Hospital Cesar Aguilar lunes a viernes de 8:00 a 13:00 hs.

SAN MARTÍN:

Hospital Stella Molina. Lunes a viernes de 8:00 a 13:00 hs.

ANGACO:

Hospital Rizo Esparza. Lunes a viernes de 8:00 a 13:00 hs.

25 DE MAYO:

Hospital 25 de Mayo. Lunes a viernes de 8:00 a 13:00 hs.

VALLE FÉRTIL:

Hospital Dr. Alejandro Albarracín. Lunes a viernes de 8:00 a 13:00 hs.

Zona Sanitaria III

ALBARDÓN:

CIC La Laja: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
CIC Campo Afuera: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
Las Lomitas: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
El Rincón: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
La Cañada: Lunes a viernes de 8 a 12 hs.
Hospital Dr. José Giordano: de lunes a viernes. 7:00 a 13:00 / 14:00 a 20:00hs y Sábado de 8:00 a 12:00 hs.

JÁCHAL

CIC V° Mercedes: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
CIC Niquivil: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
Hptal Buenaventura Luna: lunes a viernes 7:00 a 13:00hs.
CAPS Gran China: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
CAPS Tamberias: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
CAPS Mogna: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
CAPS San Isidro: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
Hospital San Roque: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
lunes, miércoles y viernes de 13:30 a 18:30 hs
y sábados de 8:00 a 12:00 hs.

IGLESIA

Hospital Dr. T. Perón: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
CAPS Enfermero Mery: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00hs.
CAPS Sub. ARA San Juan: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00hs.
CAPS Tudcúm: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
CAPS Angualasto: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs.
CAPS Bella Vista: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs
CIC Las Flores: Lunes a viernes de 7:00 a 13:00 hs

Zona Sanitaria IV

RIVADAVIA:

CS San Justo. Lunes a viernes de 9:00 a 11:30 hs
CS Rene Favalaro: Lunes a viernes de 8:00 a 12:00 / 14:00 a 16:00 hs.
CS Rodríguez Pinto: Lunes a viernes de 8:00 a 12:00.
CS La Bebida: Lunes a viernes de 8:00 a 12:00 / 14:00 a 16:00 hs.
CS Dominga Raimunda: Lunes a viernes de 8:00 a 12:00.hs
CS Aramburu: Lunes a viernes de 8:00 a 12:00

ZONDA:

Caps Zonda. Lunes a viernes de 8:00 a 12:00/14:00 a 16:00 hs.

ULLUM:

Caps Royon. Lunes a viernes de 8:00 a 12:00/14:00 a 16:00 hs.
CIC Ullum. Lunes a viernes de 8:00 a 12:00/14:00 a 16:00 hs.

CALINGASTA:

Hospital Aldo Cantoni: lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hs.
Centro de Salud Tamberias lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hs.
Hospital de Barreal de lunes a viernes 8:00 a 13:00 hs.

Zona Sanitaria V

RAWSON:

Centro Adiestramiento Rene Favalaro: lunes a viernes de 7:30 a 18:30 hs. Sábados de 8:00 a 11:30 hs.
CAPS Barrio Güemes: lunes a viernes de 7:30 a 13:00 hs. Sábados de 8:00 a 11:30 hs.
CS Valle Grande: lunes a viernes de 7:30 a 17:00 hs. Sábados de 8:00 a 11:30 hs.
CS Río Blanco: lunes a viernes de 7:30 a 17:00 hs. Sábados de 8:00 a 11:30 hs.
CIC del Medano: lunes a viernes de 7:30 a 13:00 hs. Sábados de 8:00 a 11:30 hs.

POCITO:

Hospital Federico Cantoni: lunes a viernes de 7:30 a 17:00hs. Sábados de 8:00 a 11:30 hs.

SARMIENTO:

Hospital Ventura Lloveras: lunes a viernes de 7:30 a 17:00 hs. Sábado de 8:00 a 11:30 hs.
Micro Hospital Los Berros: lunes a viernes de 7:30 a 17:00 hs. Sábado de 8:00 a 11:30 hs.

LA SIGUIENTE INFORMACIÓN ESTÁ SUJETA A MODIFICACIONES DE ACUERDO A DEMANDA Y PROVISIÓN DE SUMINISTROS