

DISTRIBUCIÓN
GRATUITA

Optica

Lentes de contacto



Zarate 24 - Padua Norte
www.araloptica.blogspot.com

11 2480 5615

optica aral

¿CON ESTO QUÉ HACEMOS?

¿Y?

pág. 18



CULMINARON LOS FESTEJOS



POR LOS 100 AÑOS DE PADUA
pág. 3

LA PÁGINA DE LA MUJER

pág. 8

NOTICIAS DE MERLO

pág. 4

EL ESFUERZO MENTAL AGOTA FÍSICAMENTE

pág. 6

pensarte

FINALIZÓ



LA FERIA DEL LIBRO
pág. 15

SALUD

COLESTEROL

NO HAY DIFERENCIA ENTRE
EL BUENO Y EL MALO

pág. 16

PORQUÉ ME LLORA UN OJO

pág. 17

SE INAUGURARON



LOS PUENTES NUEVOS

pág. 5

pensar *deportivo*
DE LA ZONA OESTE

VILAS



CUMPLIÓ 70 AÑOS
pág. 11

ORTOPEDIA del Oeste



Expertos en salud • Líderes en la fabricación de plantillas para niños y adultos

Ayacucho 112 • San Antonio de Padua • 0220 - 4827509 • www.ortopediadeloeste.com

pensar
El periódico de Padua

Periódico de información y opinión independiente

DIRECTOR
Miguel Andino

Columnista
Cristian Gentile

Diseño y diagramación
Miguel Andino
Claudia Rosa Mazzotta

El Periódico no adhiere o garantiza los servicios y productos ofrecidos en los espacios publicitarios, la calidad de los mismos corre por cuenta de los anunciantes. Prohibida la reproducción total o parcial de las notas que aparecen en los ejemplares.

mapensar@gmail.com
pensar@paduaweb.com

www.periodicopensar.com.ar

Cel: 011 15 - 3215 - 2753

Editorial

TANTO VA EL CÁNTARO A LA FUENTE QUE AL FINAL SUCEDEN ESTAS COSAS

Lo que sucedió días pasados era algo que podría suceder, lamentablemente. Tantas bolsas mortuorias, figuras de ahorcados, guillotinas y frases llenas de odio de sectores opositores tuvieron un final que, por un hecho fortuito no se pudo concretar.

Pero el caldo de cultivo es fogueado desde hace tiempo. Y el principal fogonero es el grupo Clarín con su principal mentor al frente. Emplean pseudos periodistas que en vez de informar operan grosera y desinforman cotidianamente.

Por supuesto no es el único. Otro fogonero especialista en atacar sistemáticamente todo lo que tenga ver con lo popular es el diario mitrista La Nación. Los dos grandes medios y otros menores, son voceros y defensores del poder fáctico y corporativo. Reflejan y actúan en tandem, hasta comparten tapas diarias.

Desde hace décadas, dejaron de gol-



pear puertas de cuarteles. La suplantaron, no sólo aquí, también en la región, por la metodología tripartita Medios- Justicia y sectores políticos, que difícilmente triunfen a través del voto. Cuando lo hacen, esporádicamente, difícilmente son reelegidos, porque gobiernan para los poderes y los que pagan las consecuencias son los pueblos de menores recursos. Utilizan la palabra libertad política y monetaria para construir libertinaje explícito para lograr sus ambiciones de concentración económica. No creo que el fallido atentado contra la vicepresidenta, sirva para cambiar nada en los sectores irracionales y violentos. Mientras los grupos periodísticos hegemónicos y las redes sociales destilen odio, la mayoría de sus lectores y seguidores, seguirán odiando. Y, lamentablemente, esta no es la manera de informarse con veracidad para debatir y discutir políticamente, y menos con argumentos.



INSTITUTO MODELO AUXILIO DE MARIA INICIAL - E.P. - E.S. - E.S.S.

DIEGEP 2484 - 3866



ABIERTA INSCRIPCIÓN 2023 VACANTES LIMITADAS



INFORMES E INSCRIPCIÓN: TEL./FAX: 011 2062 5166 E-MAIL: institutomodeloauxiliodemaria@gmail.com
DIRECCIÓN: INDEPENDENCIA 2096 (ESQ. SAAVEDRA) - MERLO - BS. AS.



**DISTRIBUIDORA
ART.FERRERIA**

ATENCIÓN MAYORISTA:
AYACUCHO 1139 (0220) 482 2242
VENTA AL PÚBLICO:
Merlo: Calle Real 1225 (0220) 4857790
Merlo N. H. Yrigoyen 570 (0220) 4856633
roca@ferreteriaroca.com.ar

www.ferreteriaroca.com

openhousedecora@hotmail.com
Cel: 011 15 5339 2800 / 011 15 6585 3459
Maipú 797 - Merlo - Tel/Fax: 0220 485 9092

¡NUEVA DIRECCIÓN!
Open House
Decoraciones
MEMBRANAS IMPERMEABLES

- Durlock
- Refacciones en general
- Alfombras - Cortinas
- Empapelados - Cortlock
- Pisos vinílicos y de goma
- Adhesivos - Barrales
- Carpintería a medida
- Amoblamiento - Pintura
- Instalaciones en general
- Limpieza de alfombras



Refrigeración Biger
VENTA DE REPUESTOS

HELADERAS • SECARROPAS • MICROONDAS
LAVARROPAS AUTOMÁTICOS
BOBINADOS DE MOTORES
AIRE ACONDICIONADO • SPLIT

VENTA AL GREMIO

Suipacha 796 esq. Libertad - Merlo / refrigeracionbiger@hotmail.com
Tel: 0220 483 4584 - 486-4010

CERRAJERÍA JORGE

PARABRISAS - BURLETES - CRISTALES
PARA AUTOMOTORES - LEVANTA
CRISTALES ELÉCTRICOS - COLIZAS
TELEMANDO - LLAVES CODIFICADAS Y
CON INMOVILIZADOR DE ARRANQUE

**VENTA Y COLOCACIÓN
REPARACIÓN DE PARABRISAS**

Pte. Perón (ex Rivadavia 24.184)
S.A. de Padua - tel. (0220) 482-3071
ID: 593*2426



**ACPO
Dimaro**

Gimnasia modeladora - localizada
step - complementos con aparatos
potencia - fisicoculturismo -
nutrición

Av. Esteban Echeverría 1576
San Antonio de Padua
Cel: 011 15 5055 8136

CULMINARON LOS FESTEJOS POR LOS 100 AÑOS DE SAN ANTONIO DE PADUA

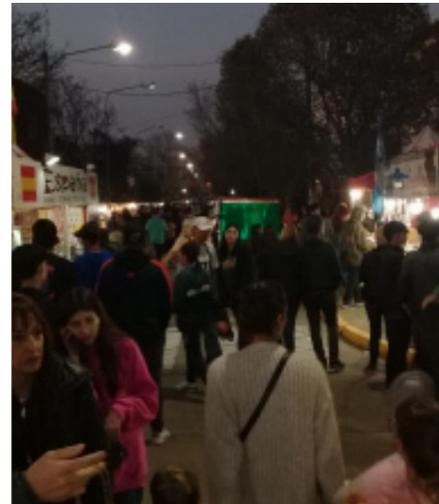
El sábado 27 pasado culminaron los festejos por los primeros 100 años de San Antonio de Padua. El cierre fue en la Iglesia, con la artista local Rocío Giordano y



acompañada por el grupo Ñaupá. Los días 20 y 21 contaron con la participación de



varios artistas locales como Pablo Merletti, Melisa Lamione, Iván Papetti y Alejandro



Schanzenbach.

La fiesta fue organizada por la Asociación Civil Gente de San Antonio de Padua con el



aporte logístico del Municipio de Merlo (vallas, escenario, tránsito, etc.). Entre los importantes auspiciantes que colaboraron se destacan Casa del Audio y Baby & Home.



Fueron 3 días inolvidables para toda la comunidad paduense que recordarán por siempre la fiesta de los 100 años que, junto a la Estudiantina de los años 70 y la Fiesta Nacional de San Antonio de Padua, iniciada en 2003, son de los acontecimientos más destacados de la historia de la ciudad.

M.A.

mapensar@gmail.com



Orden de
Frailes Menores

ATENEO SAN ANTONIO



ATENEOSANANTONIOOK

#elcorazóndepadua



ESTAMOS RENOVANDO EL CLUB, POTENCIANDO NUESTRA RICA HISTORIA INSTITUCIONAL. TE INVITAMOS A SER SOCIO- SOCIA
• FÚTBOL INFANTIL • GIMNASIA RÍTMICA • BÁSQUET • HANDBALL • PREPARACIÓN FÍSICA ORIENTADA AL FÚTBOL • NUEVAS DISCIPLINAS CULTURALES

ALQUILERES DE CANCHAS DE FUTBOL SINTÉTICO.- PADDLE (CANCHAS RENOVADAS)
TENIS (CANCHAS RENOVADAS) ESCUELA DE TENIS A CARGO DE PROFESIONALES DEL ÁREA

Centenario1275 - San Antonio de Padua - Teléfono: 0220-4815600 - Email: sanantonioateneo@gmail.com

Confitería y Panadería

La
Central

Especialidad en masas y postres
Sandwiches de miga - Servicio de lunch
Desayunos - Bombonería

Ayacucho 85 - Tel. 0220-482-2318 - confiterialcentral@hotmail.com
SAN ANTONIO DE PADUA

ELECTRÓNICA
ROCA

SERVICIO TECNICO
TV LED - LCD
AUDIO - MICROONDAS
COMPUTACION
ELECTRODOMESTICOS

PEABODY
Ariete
BRAUN

CORADIR S.A.

Pte. Alfonsín (ex Roca) 1063

- S.A. de Padua -

@elec.roca

11-3318-9291 // 0220-4824772

FERRETERIA



ELECTRICIDAD
Suipacha 730 • Merlo • Cel: 11 6004 1403

AGENCIA DE VIAJES Y TURISMO

Eje Travel
¡Viajar, la mejor terapia!

Leg. N° 16876

Paquetes nacionales e internacionales - Cruceros - Pasajes aéreos
Bus - Luna de miel - Viajes quinceañeras - Viajes holísticos y de relax

• COORDINAR VISITA PREVIA •

Cel: 011 15 6441 0722

Mail: ejetravelviajes@gmail.com

www.ejetravel.tur.ar

CONSULTAR PROMOS
EN REDES SOCIALES

Facebook: EJE TRAVEL VIAJES

NOTICIAS DEL PARTIDO DE MERLO

EXPOSICIÓN EDUCATIVA EN EL PARQUE MUNICIPAL NÉSTOR KIRCHNER

La Secretaría de Educación, Deportes y Recreación de Merlo llevó a cabo un encuentro con instituciones privadas, donde los alumnos conmemoraron el 40° aniversario de la Guerra de Malvinas, en el predio del Parque Municipal Néstor Kirchner.

La titular del área, Silvana Zahana, expresó «Realizamos



un encuentro para que ellos muestren a toda la comunidad lo que se realiza dentro de las instituciones, que es maravilloso y que realmente es para venir a disfrutar» Durante la jornada pudieron disfrutarse bailes tradicionales, música en vivo y una exposición por los 40 años de la Guerra de Malvinas que realizaron, en su totalidad, los alumnos de las escuelas merlenses. Al respecto la Secretaria afirmó «Es una exposición maravillosa y un recorrido por la historia de la educación» y agregó: Estamos trabajando hace tiempo y acompañando el proyecto que es propio de los alumnos».

Fuente: Merlo.gov.ar

ANTEOJOS GRATUITOS PARA LOS VECINOS DE MERLO

La Secretaría de Desarrollo e Integración Social llevó adelante una nueva entrega de anteojos gratuitos del Programa «Una Mirada Para Todos». La jornada se realizó en las instalaciones del Centro de Arte y Exposiciones «La Usina» ubicado en Libertad.

En esta ocasión se trató de la entrega de anteojos n° 76, en el marco de una política social sanitaria que se lleva adelante hace 7 años en el distrito, con la que vecinos y vecinas acceden a sus lentes nuevos, tanto para leer como de larga distancia.

«Los beneficiarios podrán obtener hasta 2 lentes con dicho programa, como también seleccionar el marco y color de sus anteojos de entre 300 opciones de marcos disponibles» informó la Directora de Salud, Silvana Mariel Gombotz.

Para poder acceder al beneficio de los anteojos son necesarios unos requisitos previos:

- Realizar la consulta médica en el Hospital Odonto-oftalmológico Padre Carlos Martínez.
- Concurrir a la Secretaría de Desarrollo e Integración Social y presentar la receta obtenida.
- Presentar DNI del beneficiario.
- Presentar certificación negativa de ANSES donde conste que el beneficiario no posee obra social.
- Presentar acreditación de domicilio en el Partido de Merlo.
- Elegir entre los 350 modelos de lentes disponibles.

Para más información sobre este trámite ingresá a: www.merlo.gov.ar/anteojosgratuitos/ o acercate a la Secretaría de Desarrollo e Integración Social ubicada en Colón 686. Teléfonos: (0220) 483-3136 / 486-5162 / 486-5069.

Fuente: Merlo.gov.ar



Deluquería Unisex

ATENCIÓN
martes a sábados de 9 a 12.30
y de 16 a 20 h.

Iturri 1197 - San Antonio de Padua

MALANET MOTOS
KTM Y USARAS

VENTA DE REPUESTOS
ACCESORIOS
LUBRICANTES
SEGUROS

TODO PARA TU MOTO

AV. YRIGOYEN 673 • MERLO NORTE • CEL. 1162191819

ZINGUERIA PADUA

Horario:
L a V de 8 a 12
y de 14 a 18 h.
Sábados de 8 a 13 h

Canaletas • Claraboyas
Sombreros giratorios • Campanas artesanales
Trabajos en cobre y bronce

Av. Rivadavia 23552- San Antonio de Padua
Tel: 011 4159 7381
E-mail: zingueriapadua@live.com.ar

¿PENSÁS EN AUSPICIAR?

pensar
El periódico de Padua

Cel: 011 15 32 15 27 53
mapensar@gmail.com
www.periodicopensar.com.ar

Si estás pensando en auspiciar tu comercio, empresa o profesión, tenés que pensar en Pensar. Cuando lo pienses, llamanos, nosotros pensamos que somos el medio que estás necesitando.

alarmas **IONRAY**

MONITOREO las 24 hs.

Av. Gaona 2186 - Paso del Rey
Administración y Servicio Técnico: 0237 460 9230
Central de Monitoreo 24 hs.: 0237 460 9200

CEREALERA "La Nona"

Legumbres - Harinas
Productos dietéticos - Frutas secas
Todo para celíacos

PRODUCTOS FRIZADOS

¡ DESDE AHORA ATENDEMOS TARJETAS DE DÉBITO Y CRÉDITO !
Como siempre, lo mejor y más barato
ÚNICA DIRECCIÓN

SUIPACHA 640 - MERLO

RC

RECTIFICACIÓN CAMARGO

- RECTIFICACIÓN DE MOTORES • CIGÜEÑALES
- TAPAS DE CILINDRO • ALESADO DE CILINDROS

V. Camargo 3193
Hurlingham
Tel: 011 4450 6571

Av. Rivadavia 23500
San Antonio de Padua
Tel: 0220 486 5081

DOS NUEVOS PUENTES FERROVIARIOS

El nuevo puente de San Antonio de Padua con sentido Norte – Sur, que va desde la intersección de las calles Belgrano y Correa hasta Rivadavia y Barabino, fue inaugurado el 1º de septiembre por la Intendente de Merlo, su par de Ituzaingó, Alberto Descalzo, el Ministro de Transporte de la Nación, Alexis Guerrero, el Titular de Trenes Argentinos Martín Marinucci y el Presidente del Grupo Provincia, Gustavo Menéndez.

La construcción busca aumentar la seguridad vial de la zona, incrementar la velocidad de circulación y mejorar la frecuencia de los trenes para las 250 mil personas por día que utilizan el servicio de la línea Sarmiento, pero a su vez, generar una mayor fluidez del tránsito vehicular evitan-



por excelencia y que cada día sea adoptado por más personas para movilizarse».

En otro sentido, Martín Marinucci se refirió al trabajo mancomunado entendiendo que «Gracias a la conexión entre los entes nacionales y los funcionarios municipales, se puede llevar adelante un trabajo fluido para beneficiar a las comunidades de Merlo e Ituzaingó».

Alberto Descalzo comentó: «Estamos contentos de tener

al lado del otro, van a mejorar el tránsito y la movilidad de la sociedad, lo que representa un orgullo para nosotros».

Durante la jornada quedó inaugurado el puente de Ituzaingó, con sentido contrario al de Padua: Sur-Norte. Ambos, se suman a los que ya se encuentran en funcionamiento desde el 2021 y que en San Antonio de Padua está ubicado a la altura de Avenida Rivadavia y Quintana, con sentido sur – norte. Además forman parte de los 15 puentes modulares que Trenes Argentinos está instalando a lo largo de la traza del Ferrocarril Sarmiento.

Fuente: Merlo.gov.ar



do siniestros viales.

La mandataria local sostuvo que «ver realizados estos puentes que unen los distintos puntos de Merlo e Ituzaingó nos da esa alegría que tanto estábamos esperando». Bajo el mismo sentido, concluyó que «es vital contar con un Estado presente para que los sueños se vuelvan realidad». Por su parte, Alexis Guerrero expresó «Con estas acciones buscamos apostar al tren como el medio de transporte ciudadano

estas nuevas obras en los municipios las

cuales van dirigidas a todos los y las vecinas que utilizan este paso a nivel de forma continua. Esto demuestra la importancia de brindarle a la gente lo que quiere y necesita, ya que para eso gobernamos».

Finalmente, Gustavo Menéndez agradeció a todos los que estuvieron al mando para llevar adelante este proyecto realizado y resaltó que «estos puentes, uno



OCRE
Bijouterie Regalos

Volta 1341
San Antonio de Padua

1954 años de tradición 68 años de experiencia 2022

Creaciones para novias, madrinas
15 años
Trajes, Jackets
Smokings.
Ramos, tocados
Alquiler y venta
Confecciones a medida

Vidita NOVIAS
Sarandí 577
1722 Merlo (B.A.)
Telefax (0220) 482-8624
www.viditanovias.com.ar

FERRARO

Venta, reparación y restauración de relojes antiguos

Noguera 70
San Antonio de Padua
Tel: 0220 482 6290

Calzados Nilda

VENTA DE CALZADOS EN GENERAL

Noguera 30
SAN ANTONIO DE PADUA

LACBac.
Laboratorio de Análisis Clínicos y Bacteriológicos

Compromiso y tecnología para un mejor diagnóstico.

ahora via WhatsApp
11 3561 3371
LACBac

Directorio 340 - San Antonio de Padua - Teléfono: 0220 483-2926 - E-mail: lacbac@gmail.com

Facebook/LACBac Twitter @LACBacLab Instagram @LACBacLab

EXTRACCIONES a domicilio!
LACBac Laboratorio de Análisis Clínicos & Bacteriológicos
va a tu casa!
Solicitá tu turno:
1135613371 / 0220 483 2926

INSTITUTO "COMANDANTE LUIS PIEDRABUENA"
Jardín de Infantes "Lucerito"

Nivel **INICIAL** (salas 3, 4 y 5 años):
Di.Pr.E.Ge.P. N° 2500

Nivel **PRIMARIO** (1º a 6º años)
Di.Pr.E.Ge.P. N° 2858

Nivel **SECUNDARIO** (1º a 6º años)
Di.Pr.E.Ge.P. N° 5724

Proyecto Educativo Institucional: **EDUCACIÓN EN VALORES**

- Asignaturas **EXTRACURRICULARES**
- **SEGUIMIENTO PERSONALIZADO** del Proceso de Aprendizaje de cada alumno
- **EQUIPO DOCENTE** de amplia experiencia y actualización permanente
- **RECURSOS PEDAGÓGICOS:** Internet wi-fi en todas las aulas, gimnasio propio totalmente cerrado, escenario para eventos culturales y/o recreativos, salón de usos múltiples con calefacción, aire acondicionado, LCD, proyector, etc.
- Participación en **OLIMPIADAS, FERIAS Y TORNEOS DEPORTIVOS**
- **SALIDAS EDUCATIVAS**
- **TALLERES DE INGLÉS**
- **CHARLAS ORIENTATIVAS para Padres** con Profesionales docentes universitarios
- Actividades de **ORIENTACIÓN VOCACIONAL y Ocupacional**
- **CONVENIOS CON UNIVERSIDAD de Morón** para actividades educativas conjuntas

Pueyrredón 546 (e/Alte.Brown y A.del Valle) – San Antonio de Padua - Tel.: 0220-485-2500 instpiedrabuena@hotmail.com

EL ESFUERZO MENTAL AGOTA FÍSICAMENTE

La investigación buscó comprender qué es realmente la fatiga mental, ante las sospechas de que el motivo tenía que ver con la necesidad de reciclar sustancias potencialmente tóxicas que surgen de la actividad neuronal.

La acumulación de sustancias tóxicas en la corteza prefrontal cuando el cerebro se ve sometido a un trabajo intenso es responsable del agotamiento físico que produce realizar un duro trabajo mental. Así lo indican las investigaciones de un grupo de científicos publicadas este jueves en la revista Current Biology.

«Nuestros hallazgos muestran que el trabajo cognitivo da como resultado una verdadera alteración funcional, la acumulación de sustancias nocivas», apuntó el investigador de la Universidad Pitié-Salpêtrière en París, Mathias Pessiglione. Así, mientras «teorías influyentes» sostienen que «la fatiga es una especie de ilusión inventada por el cerebro para que dejemos de hacer lo que estamos haciendo y pasemos a una actividad más gratificante»; ahora se cree que es también «una señal que nos hace dejar de trabajar» para «preservar la integridad del funcionamiento del cerebro», apuntó el investigador.

Esta es la explicación científica de por qué no solo el duro trabajo físico agota, sino que sentarse a pensar mucho durante horas también provoca cansancio.

El origen de la investigación

Pessiglione y sus colegas del estudio, dirigido por Antonius Wiehler, querían comprender qué es realmente la fatiga mental, ante las sospechas de que el motivo tenía que ver con la necesidad de reciclar sustancias potencialmente tóxicas que surgen de la actividad neuronal.

Para sus investigaciones utilizaron espectroscopía de resonancia magnética (MRS) para monitorear la química cerebral en el transcurso de un día laboral y observaron dos grupos de personas: los que ne-



cesitaban pensar mucho y los que tenían tareas cognitivas relativamente más fáciles. Vieron signos de fatiga, incluida una menor dilatación de las pupilas, solo en el grupo que realizaba un trabajo mental duro. Además, observaron que tras el duro trabajo mental optaban por cambiar hacia acciones que proponían recompensas en poco tiempo y con poco esfuerzo.

Y tenían además niveles más altos de glutamato (uno de los neurotransmisores más importantes del sistema nervioso) en las sinapsis de la corteza prefrontal del cerebro. Esto hace que la activación adicional de la corteza prefrontal cueste más, de modo que el control cognitivo es más difícil después de un día de trabajo mentalmente duro. Así, el control sobre las decisiones se altera y se es más propenso a realizar acciones de bajo costo que no requieren esfuerzo.

Según explicó Pessiglione, no hay una manera de evitar esto, y la única receta es descansar y dormir.

En estudios futuros los investigadores esperan saber por qué la corteza prefrontal parece especialmente susceptible a la acumulación de glutamato e investigar si los mismos marcadores de fatiga en el cerebro pueden predecir la recuperación de problemas de salud, como la depresión o el cáncer. EFE

Fuente: El planeta urbano

MUNDIAL DEL ALFAJOR UNA FIRMA ARTESANAL MARPLATENSE FUE LA CAMPEONA

La tradicional Galería del Centro, en Corrientes casi Florida, lució absolutamente transformada: era sábado y se vían colas y colas de gente —había familias pero también muchos grupos de jóvenes— esperando en los ascensores o las escaleras para acceder al primer piso. Allí estaba ocurriendo el gran evento que durante una semana llenó de vida este espacio que no suele ser de los más concurridos del microcentro porteño. El primer Campeonato Mundial del Alfajor atrajo la atención de una cantidad de gente que superó todas las expectativas de los organizadores, tanto de público (se entregaron 20 mil entradas gratuitas por internet) como de concursantes (se calcularon 100 empresas, se anotaron 150). Y los alfajores que tuvieron que probar los jurados fueron tantos (unos 350 cada uno), que extendieron el evento —y las rondas de cata— hasta el sábado.

Por la tarde se conoció, finalmente, quién fue coronado Campeón Mundial del Alfajor: Milagros del Cielo, la pequeña empresa de alfajores marplatense que ganó con una de sus creaciones, su alfajor de mousse al licor. «Son 22 años de trabajo, hay mucho atrás de esto. Para mí es el premio a mucho esfuerzo, estoy feliz», dijo la ganadora, Fabiana Ocaranza, al recibir el reconocimiento.

La clave, asegura la emocionada ganadora, estuvo en el relleno: «lleva 50 gramos de relleno, por eso es distinto. Y controlamos el punto justo de equilibrio al paladar para que no sea empalagoso, es algo totalmente artesanal». Entre otras rarezas y delicias, hay otras variedades que elige el público más pequeño, como los alfajores rellenos de galletitas Oreo o de bombón marroc.

Pero el «gran secreto» del alfajor, este inexorable invento argentino, sigue siendo



el mismo: dos buenas galletitas con la masa de textura justa —ni muy húmeda, ni demasiado firme—, un buen chocolate de cobertura, y en este caso finas capas de dulce de leche acompañando el relleno en cuestión.

Fabiana cuenta que tuvo una pista de que estaba «en carrera» cuando reconoció a su alfajor, sin envoltorio, en la última ronda de cata de los jurados, la del sábado, que excepcionalmente fue abierta al público. En esa ronda final quedaron quince finalistas, entre 350 alfajores presentados por 150 firmas (cada una podía competir con más de una variedad). Y uno de ellos, estuvo segura la repostera entonces, era el suyo. «Ya estar ahí, era un premio», recuerda. La inesperada presencia en medios de todo el país que obtuvo inmediatamente a raíz de su coronación será, seguramente, otro premio inesperado.

«El puntaje del alfajor fue 8,18 sobre 10. Ganó por sus características organolépticas, por una masa muy húmeda, por un relleno con su justa humedad y una cubierta también correcta, aunque hubo mucha paridad», sopesó el chef ejecutivo Cristian Ponce de León, uno de los presidentes del jurado.

Karina Micheletto



GUILLERMO MELO

Negocios Inmobiliarios
Mat. 2758

Chubut 314
San Antonio de Padua
Tel: 0220 412 0583
Cel: 15 2308 5379
www.meloprop.com.ar

Da Vinci
Novias - 15 años - Fiestas
Trajes - Smokings - Jackets
Alquiler y Venta

Juncal 540 - Merlo
Tel: 0220 486 5637

AUTOSERVICIO

En la variedad está el gusto

Noguera 498 esq. Rio Negro - Nobel 855
Padua Sur

Venta de repuestos para todo tipo de artefactos del hogar.

- Refrigeración - Lavarropas automáticos
- Calefacción - Cocinas - Cámping
- Electrodomésticos - Kerosene
- Ventilación - Grifería

Juncal 699 - Merlo
Tel/Fax: 0220 485 8030

Neumáticos Rivadavia

Alineación y balanceo
Cubiertas y llantas
Tren delantero - Amortiguación
Todas las tarjetas

Av. Pte. Perón 24524
Merlo
Tel. 0220-4004833

EL MUNDO DE LAS MASCOTAS

PRO PLAN **ROYAL CANIN**
PURINA **EUKANUBA**

www.elmundodelasmascotas.com.ar

Alimentos - Accesorios - Pipetas - Canarios
ENTREGA A DOMICILIO

Directorio 78 - Tel: 0220 486 7642
Directorio 414 - Tel: 0220 486 1929
PADUA - Cel: 15 5635 4773

Carlos Pietranera e hijos

REPUESTOS Y SERVICIOS
CARBURACIÓN • ENCENDIDO
INYECCIÓN • MECÁNICA GENERAL

Rivadavia 22742/68
Ituzaingó
Tel: 011 4661 0288



CASA
del audio

**PRECIOS
BAJOS**
DE ANIVERSARIO

**CUOTAS
SIN INTERÉS**
EN PRODUCTOS SELECCIONADOS

CRÉDITOS SOLO
CON DNI
SIN ANTICIPO



INGRESÁ Y AHORRÁ

**ENVÍO
GRATIS**
EN 24 Hs.



*EN PRODUCTOS SELECCIONADOS,
PARA AMBA.



La Página de la Mujer



BLUES ARGENTINO HECHO POR MUJERES

Como dirían las Blacanblus, en su canción «Rouge y Pentagrama»: también patearon años duros las piernas de esta mujer. Desde la grabación de «St. James Infirmary» por Paloma Efron (Blackie), en los años 30; Elder Barber y los primeros blues cantados en castellano, Lois Blue, Eladia Blázquez, y las primeras autorías femeninas, en los años 50; las mujeres del incipiente nuevo rock argentino de los años 70 y 80 que incorporaron el blues a sus repertorios; la Maestra Cristina Aguayo, la irrupción de las Blacanblus en la escena musical de los años 90, hasta el panorama actual de bluseras argentinas: una historia para recorrer en doce compases.

Paloma y el canto negro

Cuando Paloma Efron, conocida artísticamente como Blackie, grabó junto a sus Boys el clásico «St. James Infirmary», a mediados de los años 30, comenzaba a construir el camino del blues en Argentina. Su pasión por la música negra la llevó a estudiar a la Universidad de Tuskegee, en el estado de Alabama, recorrer el sur de Estados Unidos para escuchar esas sonoridades, y aprender a cantar blues con el célebre W.C. Handy.

Blackie se convertiría en una de las voces más trascendentes del jazz argentino, también en un ícono de la radiofonía y de la televisión de nuestro país, como periodista, conductora, y directora artística de Canal 7. Y una pionera del blues local.

Un blues propio

A mediados de los años 50, otra de las grandes voces del jazz argentino, Lois Blue, se convierte por un rato en una dama del blues. Podemos verla en una escena del film «Días de odio», de Leopoldo Torre Nilsson, cantando «Porque eres mi hombre», un blues de autoría propia.

También por estos años, una chica llamada Eladia Blázquez compone por primera vez en su vida una canción, y esa canción, según ella misma recuerda, es un blues. Se llama «Humo y alcohol» y lo graba en 1957 con Los Cuatro del Sur, bajo el sello RCA.

Antes de que terminasen los años 50, la cordobesa Elda Perla Barbero, cuyo nombre artístico es Elder Barber, suma a su repertorio dedicado a la canción melódica, un blues en castellano de los argentinos José Kumok y Julio Porter Lifehitz, llamado «No quiero llorar», grabado en un simple del sello Odeon.

La raíz de todo

Cuando comenzaban los años 70, dos

cantautoras pioneras del nuevo rock argentino que estaba naciendo, incluyeron al blues en sus LP debut: El álbum «Gabriela», de Gabriela Parodi, cerraba con un blues de 57 segundos, que llevaba de título una definición para este género: «La raíz de todo». El de Carola, «Damas Negras», abría con un blues: «Blues una vez más», y además estaba presente en toda la obra.

También por estos años, dos mujeres del ámbito del jazz se vincularon con ese nuevo rock, para brindarles sus voces bluseras: la inolvidable Donna Carroll, graba en el disco «Buenos Aires Blues», de La Pesada del rock, el tema que abría el álbum, «Toda de gris», una fusión de jazz, blues y tango.

Antes de que terminara la década, quienes tuvieron la suerte de estar en «Jazz & Pop», el boliche de la calle Chacabuco al 508 en donde se alternaban zapadas con bandas o solistas nuevos, o en «Bangladesh», el bar de Ramos Mejía donde muchos músicos del oeste se juntaban a tocar, podían encontrarse con una voz e impronta que será trascendental para la historia del rock y el blues que está por venir: la voz de una adolescente llamada Claudia Puyó.

Pasarán más de 30 años, en los que va a grabar sus discos solistas, participar en los de los más reconocidos músicos y músicas de nuestro país, recorrer escenarios de todo el mundo, y haga entrar al blues y la emoción, a la Casa Rosada.

El impulso de los años 80

Ya entrando en esta década, varias de nuestras rockeras incluyen al blues en sus repertorios. La recordada María José Cantilo sorprendía con su original «Blues del rufo», donde abordaba la cuestión de género y nos remitía a la situación de la mujer en el rock de aquella época. ¿Qué puedo hacer en un planeta donde los que comandan son hombres?, planteaba en su tema la cantautora, para concluir con ironía: Enarbolando un trapo de rejilla, fabrico proyectiles con rulos...

En el infinito universo musical de Celeste Carballo, que a comienzos de la década comenzaba a maravillarnos, por supuesto estaba el blues. En su disco debut, «Me vuelvo cada día más loca», podía escuchársela cantar «Blues del veraneo», «El último blues», «Desconfío»... y su voz se nos grababa en el corazón para siempre.

Más lugar en el colchón

Corren los años 90, y asistimos al surgi-

miento de una banda que hará historia en el blues local.

«La propuesta Blacanblus fue haber puesto en el escenario de una forma totalmente invisible una estructura futura que no solamente comprende (para los que le cabe la astrología) cuatro mujeres de diferentes elementos; sino que comprende a una negra, una lesbiana, una originaria, y una judía. Y la gente aplaudiendo. Eso es lo profundo». La dueña de estas palabras, y de un piano bendito, es Cristina Dall. Junto a Viviana Scaliza, Deborah Dixon y Mona Fraiman, formaron Las Blacanblus.

En esta década del 90, en la provincia de Córdoba, ya se oía la voz de Roxana Ledesma al frente de la banda «Los músicos convergentes» y tras ella, se abrían paso otras voces como la de María Fernanda Altamirano y Paulina Gallardo; e instrumentistas como la armonicista

Y se seguirán abriendo paso: en el litoral cantantes como Stella Maris Ponce, Alejandra Melgarejo, Rocío Lens y Melina Carla. Y ya más al sur, en Bariloche, Andrea Pautasso.

Las músicas de blues se van multiplicando en las últimas dos décadas; vale destacar como muestra el dato que aportan los autores Gabriel Gratzter y Martin Sassone, en el libro ya mencionado: entre el 2012 y el 2014 se editan más del doble de discos de los que hubo en los 40 años anteriores.

Florencia Andrada, Florencia Rodríguez, Carmen Costa, Anahí Fabiani, Denise Izaguirre, Paz Pelanda, Florencia Horita, Dina Caccia, Greta Kohan, son algunos de los nombres de las nuevas generaciones de bluseras argentinas.

Y más bandas integradas por mujeres siguieron haciendo historia: Las Blusettes, Papusas, Las Hijas de Janis, The Salmonettes, las GinTonicas, Carmela Blues Band, Les Hilerettes, Mojo Sisters, Yamile Burich & Jazz Ladies, y las «Blues&femme», que supo nuclear, y continua haciéndolo, a cantantes e instrumentistas como Natalia Ciel, Xime Monzón, Giulliana Merello, Tan Spinelli, Sol Cabrera, Sabrina Nieva y Luana E. Hari, Pamela Araujo Bella, Jorgelina Avigliano, Sol Bassa, Lorena Bravo, Ile Castiglioni, Johanna Czekala, Micky Gaudino, Andrea González, Lou Hernandez, Emma Pardo, Pamela Sleiman, y Débora Tomé.

A paso firme, las mujeres del blues argentino siguen trazando, imparables, su recorrido.

Carolina Santos y Silvia Arcidiacono

MASOTERAPEUTA

MASAJES RELAJANTES
DESCONTRACTURANTES
REIKI CON RESPIRACIÓN CONCIENTE
Cel: 011 4149 3285
A DOMICILIO
CON PROTOCOLO



Carrera "AUXILIAR EN COSMIATRIA"

Mira Dror Zona Oeste y Bio Beauty

Programa:

- Historia de la Cosmetología
- Ética profesional
- Célula: tejido clasificación y función
- Anatomía y fisiología de la piel
- Anexos cutáneos
- Biotipos cutáneos
- Hidratación activa y pasiva
- Peeling: concentraciones y PH
- Extracciones y Alta Frecuencia
- Anatomía de la cabeza
- Masaje Facial: Técnicas
- Acción de los rayos solares
- Lesiones primarias y secundarias
- Patologías: Seborrea - Acné - Rosácea
- Peeling - Envejecimiento cutáneo

Duración: 8 meses

Beneficios extra:

Becas para perfeccionamiento, Premio especial del laboratorio al mejor promedio.

Anotarse con anticipación.

Cupos limitados.

Tel. 0220-4858790

Cel: 011 15 5388 5357 (Adriana)



El Algarrobo 364 casi Noguera. Padua



11 2438 1244



BABYANDHOME1

PAÑALES
BEBES Y ADULTOS
(directo de fabrica)

POR MAYOR Y MENOR

Dra. Norma Beatriz Monía

ABOGADA

Familia - sucesiones - divorcios - tenencias de hijos - alimentos - desalojos - cobro de alquileres - ejecutivos

NOGUERA 1561 - S.A. PADUA

Tel. 0220-4826333 Cl. 011-1563649798
lunes - miércoles y viernes 17 a 19 h. con turno

Estudio Inmobiliario**R. BONISOLO**

1981 - 2016

35 años al servicio inmobiliario de toda la comunidad de Merlo.

Av. Noguera 188 - Av. Eva Perón 125
Padua

Telefax: 0220 482-1043 / 485-1530
rfbonisolo@hotmail.com

CONSULTORIO ODONTOLÓGICO

AYACUCHO 29
Tel: 011 5365 7535

Lunes a sábados de 9 a 20 h.

Llamá sin cargo al: 0800 777 1919

www.dentaltotal.com.ar

Prof. Dr. Omar Grossi

MÉDICO URÓLOGO

CENTRO UROLÓGICO DE MERLO**Avda. Argentina 1095 - Merlo**

Tel: 0220 485 0767

Estudio Jurídico Contable

DRA. MARTA MAGARIÑOS**CDOR. GONZALO GILARDON**

Familia - Sucesiones - Divorcios - Laboral
Impuestos - Auditoría - Sociedades - Liq. Sueldos

Zárate 77 Dto. 1 - Padua Tel. (0220) 486 1193
estudio@gmcontadores.com.ar
L a V 8 a 16 h. / L-Mi-V 16 a 20 h.

Dra. Claudia A. Bonisolo

Contadora Pública Nacional
Perito Contable Judicial
Profesora Universidad de Morón

Av. Eva Perón 125 L.2 - S.A. de Padua
0220-4821-043 (011) 15-5821-9552
claudia_bonisolo@yahoo.com.ar



0220 486 8435
15-6663-1265
15-6031-6239

Av. Argentina 1249 - Merlo
Italia 1147 - San Antonio de Padua

ugaziopropiedades@gmail.com

Dr. y Dra. Sens

CLÍNICA Y CIRUGÍA DE LOS OJOS

Chaco 320 - San Antonio de Padua

Horarios: lunes a viernes de 16 a 20 h.
Tel. 0220 - 482 8709/ 482 5416

**CHACO****CONSULTORIOS ODONTOLÓGICOS**

Horario de atención:
Lunes a viernes de 8.30 a 12.30 h.
y de 15 a 20 h.
Sábado de 9 a 13 h.

CHACO 393**SAN ANTONIO DE PADUA**

Tel: 0220 482 9778

☎ 11 3218 8295

Más info en página 16

Lorena Laura Hruszecki

Gestora Administrativa
Judicial - Mandataria - Productora
Asesora de seguros

Tel: 0220 494 7683 • Cel: 11 15 5515 5795
gestoria_integral@yahoo.com.ar
lorena.hruszecki@gmail.com

Balcarce 2612 - Libertad**MÉDICO ESPECIALISTA EN UROLOGÍA****Dr. SEBASTIAN CASAZZA**

Ayacucho 978 esq. B. Mitre
San Antonio de Padua
Tel. 0220-482-0965 / 011-5565 8982

Dra. MARIANA CASAZZAOdontóloga - U.B.A
OSDE

Ayacucho 978 esq. B. Mitre
San Antonio de Padua

Tel: 0220-482-0965
Cel: 011-5565 8982

ALQUILO**HORA - DÍA - MES**

• PROFESIONALES

• ACTIVIDADES TERAPÉUTICAS

• BIENESTAR Y BELLEZA, ETC

LLAVALLOL DE ACOSTA 21

(Altura Noguera 199)

SAN ANTONIO DE PADUA

CEL: 15 5810 0030

JUAN CARLOS RODRIGUEZ**Asesor Inmobiliario**

Av. de la Calle Real 1651
Merlo

Tel. 0220 - 497 6183
Cel. 11 5847-0743

pensar
El periódico de Padua

PUBLICÁ EN PROFESIONALES

Cel: 011 15 3215 2753

mapensar@gmail.com

ESTUDIO JURÍDICO INTEGRAL

Dra. María Georgina Marello y Asociados

• LABORAL • SUCESIONES
• DIVORCIOS

Maipú 707 2B - Merlo

Tel: 0220 483 6666

Cel: 011 15 5753 8729

e-mail: georgimarello@hotmail.com

ESTUDIO JURÍDICO y PREVISIONAL

Alejandra V. Flores

Abogada

JUBILACIONES Y PENSIONES
Docentes-Personal de salud estatales
IPS - ANSES

**M y L de la Vega 178 - 1er Piso
Moreno**

Tel: 011 15 5825 1070

e-mail: ale.flores31@hotmail.com

Oficina Integral**SEGUROS**

ABOGADOS

ACCIDENTES

JUBILACIONES

AUTOMOTOR

CONTADORA

**Av. Eva Perón 2606
Libertad**

Cel: 11 6377 6853

11 2552 9972

oficinaintegralhugofabrizio@gmail.com

ESTUDIO JURÍDICO

Dra. Alba Elina Riggio - Dr. Eduardo Estevez

Abogados

Sucesiones - Divorcios - Laborales
JUBILACIONES Y PENSIONES

Horario de atención: *Martes y jueves de 18 a 20 horas.*
Sábados de 10 a 12 horas.

Cel. 154 558 8753 / Tel. 0220 - 481 9081

JOSÉ MARIA NOVOA (H) ABOGADO

Lunes, miércoles y viernes de 17 a 20 horas

Comunicarse al:

15 4166 6789 - 15 5830 0583

novoahabogado@hotmail.com

LOS CINCO ZURDOS QUE MARCARON LA HISTORIA DEL DEPORTE NACIONAL

El 13 de agosto se conmemoró el Día Internacional del Zurdo, una buena oportunidad para repasar aquellos deportistas argentinos que forjaron la historia a través de su zurda.

En el marco del «Día Internacional del Zurdo», cabe destacar que el deporte nacional no sería para nada lo mismo sin un grupo selecto de zurdos que forjaron la historia a través de su habilidad, talento y dedicación. En otras palabras, hablar de Argentina a nivel deportivo es hablar de estos cinco zurdos:

Diego Armando Maradona

El «Diez» marcó un antes y un después en la historia del fútbol mundial. Durante su carrera, llevó a la selección argentina a lo más alto del mundo en México 1986. Es considerado el mejor de la historia de su deporte, ni más ni menos. Autor del mejor gol y el más polémico de la historia de los Mundiales. En el país hay todo tipo de homenajes en su honor. Fue el hombre más famoso del planeta. Nunca habrá otro igual.



Guillermo Vilas

El marplatense fue el gran ídolo y referente del tenis y el deporte nacional en la década del '70. Llegó a ser el N°1 del ranking mundial a pesar de un error de la ATP. Fue el mejor jugador en polvo de ladrillo de su época. Ganó 62 torneos y cuatro Grand Slam. Tuvo una gran cantidad de récords que marcaron su grandeza. Inspiró a más de una generación a jugar con la raqueta.



Mario Alberto Kempes

El «Matador» cordobés fue una estrella del fútbol mundial que brilló en todos los equipos por los que jugó y lideró a la selección argentina para conquistar su primera Copa del Mundo en 1978, siendo goleador y figura. Ídolo en Instituto, Rosario Central y Valencia de España. Cuando Boca contrató a Maradona, para estar a la par River compró a Kempes y luego fue campeón. El estadio

mundialista de Córdoba lleva su nombre en su honor.



Emanuel David Ginóbili

De Bahía Blanca para el mundo. «Manu» popularizó el básquetbol en el país junto con la «Generación Dorada». Tuvo una carrera de leyenda con la pelota naranja en la que consiguió la medalla de Oro en los



Juegos Olímpicos Atenas 2004 y cuatro títulos en la NBA, entre otros tantos logros. En el jugador con mayor porcentaje de victorias de la historia de la mejor liga y será introducido en el Salón de la Fama. Reconocido, respetado y admirado por todos.



Lionel Andrés Messi

La «Pulga» de Rosario es el único que sigue vigente. El mejor futbolista del mundo durante los últimos 15 años y para muchos le pelea mano a mano a Maradona por ser el mejor de la historia. Referente absoluto y máximo goleador histórico de la selección argentina. Ídolo de grandes y chicos en todo el planeta, dentro de poco buscará conseguir la gloria eterna en Qatar y traer la Copa del Mundo para Argentina después de tanto tiempo.

Martín Figuera

www.periodicopensar.com.ar



NEUMÁTICOS

«El Turco»



Av. Pte. Perón 24202 esq. Beruti- San Antonio de Padua - Cel 11 3860 4154



EL REMANSO

HACETE SOCIO



HANDBALL • PATÍN ARTÍSTICO • FUTSAL • FÚTBOL FEMENINO • TENIS

Balbastro y Blanco Encalada - Parque San Martín - Merlo



NUEVO
Teniludius
www.teniludius.com.ar



4 CANCHAS DE TENIS DE POLVO DE LADRILLO
CON EXCELENTE ILUMINACION

CONFITERIA - CAFETERIA - MINUTAS
VESTUARIOS - PARQUE - PARRILLAS

0220-4840298
radio: 279*161
ALBERDI 351 MERLO

VENTA DE RAQUETAS Y ACCESORIOS
ENCORDADOS

CLASES PARTICULARES - ARMADO DE PARTIDOS
ESCUELITA DE TENIS PARA NIÑOS
EQUIPOS DE INTERCLUBES

EL TENISTA ARGENTINO CUMPLIÓ 70 AÑOS

VILAS: POR QUÉ NO FUE N°1 DEL MUNDO Y LAS MARCAS EN LAS QUE SUPERA A FEDERER, NADAL Y DJOKOVIC

Guillermo Vilas, el tenista más grande de la historia argentina y latinoamericana, cumplió 70 años de edad. Su exitosa carrera incluye 4 Grand Slams y marcas que superan incluso a Roger Federer, Rafael Nadal y Novak Djokovic, pero la polémica por el ranking mundial de la ATP se lleva todas las luces.

El palmarés de Guillermo Vilas

El palmarés de Guillermo Vilas está compuesto por 62 títulos individuales, entre los cuales se destacan 4 Grand Slams — Roland Garros y US Open 1977, el Abierto de Australia 1978 y 1979— y el Masters Grand Prix, ahora conocido como ATP Nitto Finals —Torneo de Maestros— de 1974. David Nalbandian y Willy fueron los únicos argentinos en ganar ese torneo. Vilas es el tenista argentino más efectivo de la historia, con un balance de 951 victorias y 297 derrotas, lo que representa un 76,2% de efectividad.

¿Por qué Vilas no fue número 1 del mundo?

Por aquel entonces el ranking no se publicaba de manera semanal como hoy en día, y aquellas en las que no se hizo público coinciden con las que Willy estuvo como líder de la clasificación. El único antecede-



dente de rectificación ocurrió en la WTA —circuito femenino—, cuando se le reconocieron, 31 años después, dos semanas como número 1 durante 1976 a la australiana Evonne Goolagong. Eso le dio un gran impulso a Puppo.

Lo interesante es que el mejor año de Vilas no fue ni 1975 ni 1976, sino 1977, año en el que marcó récords que siguen vigentes hasta la fecha y ganó 16 títulos, entre ellos 2 Grand Slams. A pesar de haber sido por lejos el mejor tenista durante esa temporada, los registros oficiales no lo ponen como número 1 en ningún momento, pero los de Puppo tampoco.

«Vilas no fue el número uno en 1977 por el sistema de esa temporada, basado como siempre en los promedios, pero sin reducir a un límite de los 14 o los 18 mejores torneos, como sí sucedió más adelante. Se dividían los puntos por todos los torneos disputados», detalló Puppo a finales de 2020 para Página/12.

El marplatense disputó 32 torneos ese año, aunque no en todos había puntos en juego, y ganó 16. Al realizar el promedio, Vilas terminó con un coeficiente de 57.50. El estadounidense Jimmy Connors jugó 23 certámenes y se quedó con 8 de ellos, pero promedió 59.80 y lideró toda la temporada.

Las marcas en las que Vilas supera incluso a Federer, Nadal y Djokovic.

El australiano Rod Laver en 1969, el rumano Ilie Nastase en 1973 y el propio Vilas en 1977 tienen el récord de más cantidad de títulos ganados en un año ca-

lendario con 16 conquistas cada uno. Los siguen los estadounidenses Jimmy Connors e Ivan Lendl con 15 en 1974 y 1982 respectivamente. Ninguno de los del Big Three aparece entre los próximos puestos.

La temporada en la que Roger Federer ganó más títulos fue la de 2006, cuando se alzó con 12. Novak Djokovic tuvo su apogeo en cuanto a esta estadística en el año 2015 al ganar 11 torneos, misma cantidad que consiguió Rafael Nadal en el 2005.

Por otra parte, Vilas ostenta el récord histórico de partidos ganados durante una misma temporada, con 136 en 1977. Lo sigue Ilie Nastase en los años 1973 y 1972 con 125 y 119 triunfos respectivamente. Luego vienen Ivan Lendl, Brian Gottfried y Arthur Ashe.

Además, ese mismo año ganó 46 encuentros de manera consecutiva en todas las superficies, otra marca que aún nadie pudo quebrar: comenzó en Kitzbühel, en julio, y finalizó en Aix-En-Provence, Francia, en septiembre. Después de ganar en Austria, se coronó de manera consecutiva en Washington, Louisville, South Orange, Columbus, el US Open y París, con dos victorias en el medio por la Copa Davis ante Australia en Buenos Aires.

Yoga
Un cambio trascendental

**Cuerpo
Mente
Alma**

Eduardo: Instructor Superior de Yoga
Profesor Nacional de Educación Física
Instructor Nacional de Gimnasia Artística

Teléfonos:
011 15 3609 2604
0220 494 2347

**CLUB SOCIAL Y DEPORTIVO
4 DE MAYO**

ACTIVIDADES:
Escuela de fútbol infantil, taekwon-do, danza, patín artístico, futsal, fútbol femenino, funcional y boxeo.

ALQUILER DE SALÓN

Club Social y Deportivo 4 de Mayo

4 de Mayo

Noguera 1845 (ex 1345) San Antonio de Padua
clubsocialydeportivo4demayo@gmail.com

**WINDOW
GYM**

**Importante sala de musculación
Aerobics - Indoor Bike**

Av. Libertador 223 • Merlo • Tel: 0220 483 8020

Horario: L. a V. de 8 a 24 h. - Sábados de 9 a 21 h.

/WindowGymMerlo

NATATORIO CLIMATIZADO

CLUB UNIÓN DE MERLO (Ex Sedem)

CURSOS DE ADULTOS y ADOLESCENTES
Lunes, Miércoles y Viernes de 10 a 11 h./ 13 a 14 h./14 a 15 h./17 a 18 h./19 a 20 h.
Martes y Jueves de 13 a 14 h/ 14 a 15 h.

ESCUELITA. 3 a 12 años
Martes y Jueves de 16 a 17 h./17 a 18 h.

NATACIÓN COMPETITIVA
Equipo de natación promocional y federado. Natación master y de aguas abiertas. Entrenamiento como deporte salud

RESERVÁ TU HORARIO AL 11 7369 4784

Para mayor información comunicarse con la Secretaría de la institución de Lunes a viernes de 9.30 a 19.30 h - Sábados de 9 a 12 h.

PILETA LIBRE:
Lunes, Miércoles y Viernes de 8 a 22 h.
Martes y Jueves de 13 a 16 h.

AQUA GYM:
Martes, Jueves y Sábado de 11 a 12 h.

Libertad 569 - Merlo

uniondemerlo
 Club Unión de Merlo

LA TROCHITA

LA HISTORIA DE UN TREN ÚNICO EN EL MUNDO QUE DESAFÍA EL PASO DEL TIEMPO

«Ir a Esquel o El Maitén y no viajar en La Trochita es como visitar a Misiones y no conocer las Cataratas», dice Ignacio Goyeneche, jefe de la Estación Esquel del Viejo Expreso Patagónico, esa antigua formación a vapor que debe el apelativo «La Trochita», tan familiar y entrañable, a la distancia que existe entre los rieles por sobre los que corre.

Un atractivo turístico de los más visitados de la Argentina, que cumple dos trayectos: entre la ciudad de Esquel y el paraje Nahuel Pan, y entre la localidad de El Maitén y el Apeadero Ingeniero Bruno Thoma. Un tesoro insoslayable de la provincia de Chubut. Ignacio describe el tren y sus particularidades como si hablara de un viejo amigo. «Se lo llama así chita por la trocha, que es de 75 cm. Tiene una particularidad: ese tipo de trenes era para hacer recorridos cortos, de 40 o 50 km, pero cuando se construyó este ramal se hicieron 402. O sea, es única en el mundo.

No solamente por ser a vapor, claro, si no porque es a vapor, pensada para ser de carga y de trocha angosta», se enorgullece. Entusiasmado, cuenta que el ramal se empezó a construir en 1938. En 1940 llegó a El Maitén, y en el 45, a Esquel.

Ignacio vive y respira tren. Desde 2003 es trabajador de La Trochita, y cuando entró eran sólo 7 empleados. «Yo tenía 19 años.

Desde 1993 el tren funcionaba con esas siete personas, no había nadie más», relata. «Entré a trabajar con un jefe de estación que estaba hacía 40 años, un hombre que se comunicaba con telégrafo. Me acuerdo que diariamente pasaba un parte por ese medio y tardaba horas. No quería saber nada de usar una computadora. Así aprendí a usar el telégrafo yo también».

«Tanto las locomotoras, como los vagones y los rieles, son de 1922», explica. De origen belga, los viejos vagones combinan su prosapia europea con la de las máquinas impulsoras.

«Tenemos las alemanas Henschel, y las Baldwin, que son norteamericanas, de Filadelfia. Nosotros decimos que el tren hace un viaje en el tiempo: tenés los asientos de madera, las salamandras que están de la época en que el tren conectaba pueblos y que la gente usaba incluso para calentarse y hasta para cocinar adentro del vagón (pensá que era un viaje de 16 horas entre Esquel e Ingeniero Jacobacci). Incluso hoy el guarda invita a algún pasajero a meter leña en la estufa. Para la gente eso es hermoso».

También se refiere a los recorridos, que son tres. «Tenemos el tradicional, que es de Esquel a Nahuel Pan (N de la R: son 18 km de ida y de vuelta, con una parada de 45 minutos), una comunidad mapuche-

tehuélche donde la gente vive en las casas del ferrocarril. En 1993, que fue cuando cerraron los trenes, Chubut tomó la posta enseguida (por eso decimos que La Trochita, del 45 para acá, no paró nunca) y la gente de la comunidad quedó viviendo en ese lugar. Entonces se hizo un combo turístico: los turistas paran ahí, hay un museo, casa de telares, artesanos; así el que llega a Esquel puede conocer el tren y la cultura mapuche – tehuélche», informa. En referencia al otro circuito, admite que aunque a título personal prefiere el que parte desde Esquel («si te gusta el paisaje, es ideal: sube y baja la montaña, ves la ruta, es algo muy lindo», detalla); pero que si el visitante gusta de «los fierros», hay que ir a El Maitén. «Tiene unos talleres que no te puedo explicar lo que son. Porque, en realidad, en el recorrido original El Maitén estaba en el medio, entre Jacobacci y Esquel, y entonces tenía los talleres más grandes. Ahí y tenés un torno de 1890 que funcionaba a vapor y toda la maquinaria es de hace 100 años».

Hay una tercera opción, que podría catalogarse como Premium. Se trata de charters, viajes especiales que cubren el antiguo trazado, ya sean los 402 kilómetros que existen entre Esquel e Ingeniero Jacobacci (en la provincia de Río Negro) o los 160 que separan Esquel y El Maitén. «Se hacen dos

o tres veces por año, siempre con extranjeros», narra Ignacio.

«Imaginate, son gente acostumbrada a trenes que andan a 600 km por hora. Cuando llegan los alemanes y ven máquinas que vinieron de su país se vuelven locos, sacan mil fotos. Nos ha pasado que dos turistas japoneses contrataron el tren por tres días para viajar ellos solos todo el trayecto». Gente con paciencia y tiempo sin dudas: el tren no va a más de 40 km por hora y al ser a vapor tiene que cargar agua con estaciones que están cada 20 km.

«Por eso sólo se hace cuando vienen los extranjeros», cuenta Ignacio, «que quieren hacer los 402 km y están cuatro días para recorrerlos ya que se hacen por tramos: en cada lugar donde para el tren quieren bajarse, hacer fotos, recorrer los lugares». Y agrega que esa exclusividad conviene económicamente porque beneficia a toda la cadena: son grupos de 150 personas que no sólo pagan más dinero por el privilegio sino que se alojan en un hotel, comen en los restaurantes, compran en los comercios. En suma, un beneficio para toda la comunidad.

Más información
en www.latrochita.org.ar/
Fuente: EL PLANETA URBANO

pensar
El periódico de Padua

El mes que no encuentres
nuestro periódico
en la calle...
recurrí a Internet.

www.periodicopensar.com.ar

Speed
Repuestos, mecánica
y accesorios de motos

Av Hipólito Yrigoyen 761 • Merlo
Cel 15 3817 1268

**PINTURERIAS
LEMAR**

INNOVACIÓN EN PINTURAS
ENTREGA A DOMICILIO SIN CARGO



Av. San Martín 2629 - Parque San Martín - Merlo
Tel. 0220 481 9319 - 11 3629 0432



**NUESTRAS
REUNIONES**

ENTRE RÍOS 160, S. A. DE PADUA
DOMINGO 10HS
MIÉRCOLES 19:30HS

“VENGAN A MI TODOS LOS QUE ESTÉN
CANSADOS Y CARGADOS
Y YO LOS HARÉ
Descansar”
MATEO 11:28

SEGUINOS



ECUADOR 965, ITUZAINGÓ
DOMINGO 18HS
MIÉRCOLES 18HS

ECHAGÜE 1620, LIBERTAD
SÁBADOS 20HS
MIÉRCOLES 20HS



SPORT CAFÉ
Bodegón
Café de Especialidad

Av. 25 de Mayo 658
Merlo

Pedidos al
11 3308 6329

Facebook: sport cafe Instagram: sportcafe_merlo

Delivery
La Central



Encarga al
0220 482 2318
483 7545

Compra mínima \$ 400
Envíos de 8.30 a 11.30 h.

Envíos en Padua \$ 100

Otras zonas consultar costos de envío

Facebook: Confiteria la Central Instagram: la Central confiteria

Ayacucho 85 - Padua



La Zabala
Espacio cultural multievento

Celebra tu cumpleaños o fiesta privada!

Distinto y divertido

Como tiene que ser "nuestro día" con seres queridos, comida rica y sin trabajar!

Reservas y consultas 11 5823 0343
Directorio 168 entre Chaco y Rivadavia San Antonio de Padua



LOS TRONCOS

EMPANADAS
PIZZAS GIGANTES

Ahora ITUZAINGÓ
Mansilla esq. Juncal
Tel: 011 4623 0642
011 4458 0183 / 1054



Noguera 291 - Padua Suipacha 735 - Merlo
0220 - 4851795 / 4850551 Tel: 0220 483 0039 / 0063

PANADERIA Y CONFITERÍA ARTESANAL

Ayelén



Noguera 778
San Antonio de Padua
Tel: 0220 486 5039

DIETETICA
Abuela Antonia

Harinas - Legumbres - Frutos Secos
Herborestería - Semillas - Especies
Suplementos Dietarios
Productos para Diabéticos
Variedad productos para CELÍACOS
Productos veganos

Instagram: abuelaantoniadietetica

Noguera 2577 casi esq. Av. Eva Perón
San Antonio de Padua

algo NUEVO
Restorán

30 años en PADUA

ABIERTO TODOS LOS DIAS
MEDIODÍA Y NOCHE

www.algonuevorestoran.com.ar

Facebook: algonuevorestoran

Delivery sin cargo

Pizzas • Empanadas
Pastas caseras
y comidas elaboradas

Tel: 483 6956 • 483 6162 • 483 8773
Int. Mendiluce 398 (ex Lambaré)
esq. Llavallol de Acosta

La GoloteKa de Padua

Golosinas - Galletitas

ABIERTO LUNES A SÁBADO
8.30 A 22.30
DOMINGOS Y FERIADOS
9.30 A 21.00
NO CERRAMOS AL MEDIODÍA

Noguera 161
San Antonio de Padua

Pastas frescas artesanales

MIS NENAS

Para este 29 pruebe NUESTROS ÑOQUIS

ENTREGAS A DOMICILIO
Noguera 2101
San Antonio de Padua
Tel: (0220) 486-3554

DROPS
PADUA
Somos Rock

Drop's Padua
UNA DÉCADA

Seguiremos siendo Rock !!

SINTONIZÁ
WWW.DROPSRADIO.RADIO12345.COM

Facebook: /padua.drops

COCTELERÍA

Noguera 131 • San Antonio de Padua

pensar
El periódico de Padua

PUBLICÁ EN GASTRONOMÍA

COMUNICATE :

Cel: 011 15 3215 2753
mapensar@gmail.com

MENÚ DEL DÍA
\$ 950

Miércoles, jueves y viernes
(sólo mediodía)

Consultá los platos del día y nuestra carta

ABIERTO MIÉRCOLES A DOMINGO
MEDIODÍA y NOCHE



PAPRIKA
CASA DE COMIDAS

• Cocina Argentina • Pastas Caseras
• Pizzas al molde • Cocina al disco

MENÚ VEGETARIANO:
Consulta variedad

• Milanesas • Empanadas • Tartas caseras
• Sandwiches • Hamburguesas y más

Delivery Tel: 0220 484 0048
de 12 a 15 y de 20 a 23 h.

Anticipe su pedido - Demora estimada 45 min aprox.
25 de Mayo 619 - Merlo

RENOVADOS COLORES

Es el inicio de un nuevo tiempo, una primavera que cubrirá de colores cada flor en los jardines y en el alma. Busquemos esas pequeñas sonrisas que llevan a la felicidad. Esos momentos especiales y cotidianos que nos hacen sentir bien y que logran también alegría en el prójimo.

Vivamos una etapa renovada y florecida en lo profundo de nuestras ilusiones. Soñemos con el futuro que deseamos, tengámoslo como meta.

Confiemos en la esperanza y la melodía del nuevo comienzo. No renunciemos a la capacidad y la fortaleza que tenemos para salir todos los días de nuestros propios laberintos y emprender caminos que nos brinden regocijo. Somos los dueños de un destino que cree en nosotros, que sabe que podemos. **Pasemos días gratificantes a la luz de un libro, que también allí reverdecen las hojas de la primavera.**

Tengamos siempre presente que sólo se avanza hacia adelante.

Atrevámonos a vivir con intensidad cada momento y si el vértigo nos consume hagamos una pausa. Es importante que nos permitamos soñar aún cuando estemos despiertos y que compartamos el tiempo con nuestros seres queridos.

No olvidemos que el amor es puente y herramienta. Busquemos la poesía de la vida en todas las cosas, aunque parezcan triviales, tomemos un tiempo para contemplar lo que nos rodea, para encontrarnos a no-



sotros mismos detrás de cada amanecer. Enseñemos a los niños a ser niños, a disfrutar sin pasar las etapas de forma acelerada. Reconozcamos un error y trabajemos por enmendarlo, seamos agradecidos, aprendamos algo nuevo, seamos un buen ejemplo.

No dejemos de vislumbrar el futuro, de apreciar cada día. Aprovechemos las oportunidades, y si aparece alguna dificultad, no desistamos, siempre hay un mañana. Vivamos la vida con serenidad y con el brillo de los nuevos colores. Con amor.

Que haya salud y tranquilidad, trabajo y mucha armonía.

¡Feliz primavera!

© Cristian Jesús Gentile

FANATISMO Y PASIÓN

EL FANATISMO, grita insultando.

LA PASIÓN, también grita, argumentando.

EL FANATISMO, agrade.

LA PASIÓN, enamora.

EL FANATISMO, es incontrolable.

LA PASIÓN, cuando se expresa, convence.

EL FANATISMO, cuando se exalta, intimida.

LA PASIÓN, si sueña, llega a la realidad.

EL FANATISMO, no llega a ningún lado.

LA PASIÓN, exulta convicciones.

EL FANATISMO, puede llegar al odio.

LA PASIÓN, fluye incondicionalmente.

EL FANATISMO, no escucha.

LA PASIÓN, te abrumba con razones.

EL FANATISMO, destila desenfrenos.

LA PASIÓN, conmueve la frialdad.

EL FANATISMO, puede terminar en hoguera.

LA PASIÓN, calienta corazones.

EL FANATISMO, no sabe debatir.

LA PASIÓN, debate exageradamente.

EL FANATISMO, destruye y separa.

LA PASIÓN, todo lo contrario, abraza.

EL FANATISMO, no es buena compañía.

LA PASIÓN, acompañada es sublime.

EL FANATISMO, no tiene freno.

LA PASIÓN, de otra manera, tampoco.

EL FANATISMO, es un grito exasperado.

LA PASIÓN, apasiona.

M.A.
mapensar@gmail.com

PENSAR EN NADA
DOMINGOS 10 A 13 HS

RADIO CONTACTO AM 1450

PAÑO PET

PAÑOS SANITARIOS PARA MASCOTAS

PANIOPETOK

ROXANA MARTINEZ ZABALA
Clases de canto
Cantá, cantá, siempre cantá !!!
Por vocación, por terapia o porque simplemente tenés ganas.

SIN LÍMITES DE EDAD Si no sabés, te enseño
Si sabés, te perfecciono
Si tenés Vergüenza, te la saco !!!

A media cuadra de la estación de San Antonio de Padua

Cel: 15 5823 0343 Roxana Martinez Zabala

QUERÉS ESTAMPAR TU REMERA CON TU LOGO?
QUERÉS DECORAR TU CASA CON VINILO?

ESMERILADOS
DISEÑO GRAFICO
VINILOS DECORATIVOS PUBLICIDAD
PLOTEOS COMERCIALES MURALES DECORATIVOS

SENALÉTICA

Noguera 311 Galeria Paso las Lajas local 8 /San Antonio de Padua /xpresiumpublicidad /xpresiumdesign 11.30995169

BIBLIOTECA POPULAR RICARDO GÜIRALDES

TEJIDO EN DOS AGUJAS

Miércoles 14 a 15.45 h.
Profesora Eva Caloyri

BORDADO

Jueves 14 a 15.45 h.
Profesora Eva Caloyri

COMPUTACIÓN PARA ADULTOS

Martes 15 a 16 h.
Miércoles 10.30 a 11.30 h. /Viernes 10 a 11 h.
Profesor Leandro Cortez

TALLER LITERARIO (Prosa y poesía)

Coordina: Cristian Jesús Gentile
Consultar horarios

TALLER DE MOLDERÍA, CORTE Y CONFECCIÓN

Lunes 13.30 a 15.30 h. y 16 a 18 h.
Profesora Claudia Zapata

INFORMES E INSCRIPCIÓN

Volta 1374 - 1er Piso - San Antonio de Padua
Tel .0220 486 2313 - info@bibliotecaguiraldes.org.ar

Horario de atención:

Lunes,miércoles y viernes de 10 a 18 h. / Martes y Jueves de 13 a 18 h.

FINALIZÓ LA 5TA FERIA DEL LIBRO DE MERLO

Más de 150 mil personas visitaron la Feria del Libro que se realizó del 15 al 28/08 en el Parque Municipal Néstor Kirchner y que contó con la participación de editoriales, escritores y figuras destacadas de la cultura.

Como cada año la Secretaría de Cultura, la Subsecretaría de Educación, y a todas las áreas en su conjunto colaboraron para que esto fuera posible. A los estudiantes se les otorgó el beneficio especial del Chequelibro, un bono de 600\$ para la compra de un libro en cualquiera de los stands, para que ningún niño se fuera de la Feria con las manos vacías.

«Tuvimos que imprimir 10.000 cheques libros para otorgarles ese beneficio a los chicos de la primaria y la secundaria. Esta feria que finalizó fue la más multitudinaria en todas las ediciones hasta el momento y eso me pone muy feliz», manifestó el Presidente del Grupo Provincia Gustavo Menéndez.

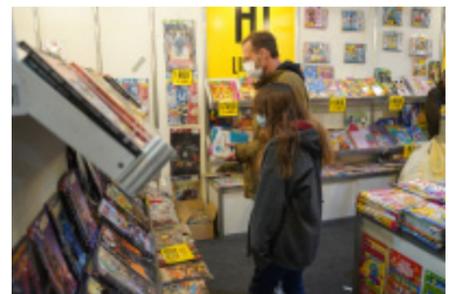
Ya es considerado el evento cultural más



importante de la región, donde más de 200 personalidades estuvieron presentes como: Alejandro Dolina, Víctor Hugo Morales, Felipe Pigna, Eduardo Sacheri, Alejandro Vaccaro, Pedro Sborido y Miguel Rep, entre otros.

«Queremos agradecerle al Pueblo de Merlo la posibilidad que nos dio de poder realizar este tipo de eventos que tienen que ver con nuestro acervo cultural más profundo. Ya estamos trabajando en la Feria del Libro del año que viene», finalizó Menéndez.

La 5ta Feria del Libro fue posible gracias a la Municipalidad de Merlo, la Fundación El



Libro, y la Sociedad Argentina de Escritores S.A.D.E.

Fuente: Merlo.gob.ar

Escuela de Actuación
TODAS LAS EDADES
TODOS LOS NIVELES

Caracú
Teatro

SARMIENTO 2354
PADUA SUR

11 6851-5852
11 6761-8002

@caracuteatro

TALLER LITERARIO

(Prosa y poesía)

«Camino de letras»

*En Centro Integral de Cultura
«Estrellas»

Noguera 521 – Padua Sur
Martes 16 a 18 h.

Escritura creativa, herramientas para auto corrección y mucho más.

*No se requieren saberes previos

*En Biblioteca Popular R. Güiraldes
Volta 1374 - Primer piso - Padua Sur
Consultar horarios

Consulte por CORRECCIÓN de libros y textos en general.

Modalidad virtual o presencial
Consulte en «Centro Sin Orillas»
Noguera 311-Gal.Paseo Las Lajas,L.7-
Padua Sur y «La Casa Azul de Padua»

INGLÉS E ITALIANO: Conversación
Acercamiento al idioma-Apoyo escolar

COORDINA: Cristian Jesús Gentile
cristianjesus2010@gmail.com

TALLER LITERARIO

Coordinador:

Prof. Alberto Fernandez

Sábados de 10 a 12 horas

En el Parque Cultural de San Antonio
de Padua, frente a la estación

ACTIVIDAD GRATUITA

PROFESORA DE FRANCÉS

Verónica

CLASES INDIVIDUALES
Y GRUPALES

Tel: 0220 485 1519
Cel: 011 15 3035 3681

SAN ANTONIO DE PADUA



XII

Quijote del tiempo

IX III

— Conduce: Cristian Jesús Gentile —

Quijote del tiempo

Radio Contacto
AM 1460

Jueves 17 a 18 h.

Naturoterapia -Dibujo y pintura
Metafísica - Meditación
Danza Rem (Ritmo.expresión y movimiento)
Sonidos sanadores -Cantos armónicos -
Instrumentos nativos - Hindúes
Cocina natural -Naturopatía
Introducción teatro para niños
Yoga Integral

Centro Sin Orillas



Navegando la conciencia

VENTA DE LIBROS

• MÚSICA • PIEDRAS • GEMAS EN PLATA Y ALPACA • DVD

www.sinorillas.com.ar

Cursos y atenciones personalizadas y sesiones en iniciaciones de Reiki
Terapias Florales - Shiatsu
Masaje Metamórfico
Reflexología - Mandalas
Astrología - Tarot Evolutivo
Rostros de la Diosa
Drenaje linfático
Masaje descontracturante

Noguera 311 - Local 4 - Paseo Las Lajas

Tel. 0220-483-3564 - sinorillas@gmail.com

PARROQUIA SAN ANTONIO DE PADUA

HORARIOS DE MISA

(Sede parroquial)

LUNES A VIERNES: 11 h.
18 h.
SÁBADOS: 18 h.
DOMINGOS: 8:30 h.
11 h.
18:30 h.

BAUTISMOS: Sábados 16 h.

TODOS LOS 13 DE CADA MES
Misa de honor a San Antonio de Padua.

SECRETARÍA PARROQUIAL

Lunes, Miércoles y Viernes
de 16 a 10 h.

CERRAJERÍA

Christian

Directorio 195
San Antonio de Padua
Cel 011 15 4939 8054

Ferretería

PACHI - ARIEL

Lunes a sábados 8.30 a 13 hs y 15 a 19.30
domingos y feriados 9 a 13 hs.

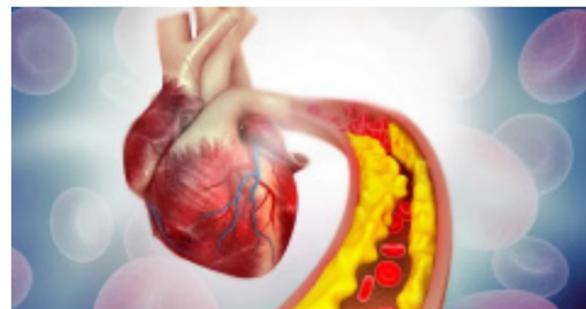
Scalabrini Ortiz (Ex Garibaldi) 1369
San Antonio de Padua
a una cuadra de la Iglesia

COLESTEROL

POR QUÉ YA NO HAY QUE DIFERENCIAR ENTRE EL «BUENO» Y «MALO»

Los expertos determinaron que esta diferenciación quedó obsoleta y que ahora es fundamental prestarle atención a otro detalle a la hora de realizarse análisis clínicos.

El colesterol «malo» (LDL) y el colesterol «bueno» (HDL) son uno de los valores a los que más atención se le suele prestar a la hora de hacerse análisis de sangre. Sin embargo, un reciente estudio determinó que esta diferenciación quedó obsoleta frente al avance de la medicina y que incluso puede causar gran confusión. En contrap-



sición, un reconocido médico explicó que hay otros valores en los que poner el foco. En una reciente entrevista que brindó con *Infobae*, el doctor Pablo Corral, médico especialista en medicina interna, lipidólogo y presidente de la Sociedad Argentina de Lípidos (SAL), aseguró que la diferenciación entre ambos tipos de colesterol no tiene ningún tipo de justificación ante la ciencia. «La división entre colesterol bueno y malo es incorrecta. Se ha utilizado durante muchos años, pero el colesterol no es ni bueno ni malo. Es un concepto antiguo erróneo que la ciencia y la evidencia científica ha demostrado en los últimos años», explicó.

En pocas palabras, el colesterol es una sustancia grasa que está presente en todos los tejidos del cuerpo humano. Según explicó el experto, «el colesterol es necesario para el normal funcionamiento del cuerpo». Entre algunas de sus funciones se encuentra su intervención en la síntesis de hormonas como por ejemplo los estrógenos y andrógenos y también se utiliza como materia prima para las membranas (paredes) de las células.

Una vez aclarado «el rol» que el colesterol cumple en el cuerpo humano, Corral precisó: «No por tener HDL alto (el colesterol bueno) uno está protegido de las enfermedades cardíacas. No son un factor protector cardiovascular. Los médicos deberían dejar de perseguir el objetivo del colesterol HDL. No es bueno tenerlo muy alto ni tampoco muy bajo». Además enfatizó en la poca información que se tiene con respecto al colesterol «bueno»: «Hoy la ciencia no tiene forma de saber con precisión y midiendo, cómo funciona la lipoproteína HDL, ya que es muy compleja y tiene múltiples funcionalidades que la medicina todavía no ha desentrañado. Por lo tanto es un error

seguir viejos preceptos».

Según explicó Corral, sus afirmaciones se respaldan en un estudio realizado por la revista *Metabolism Clinical and Experimental*, en donde, en líneas generales, aseguran que no todo colesterol es bueno y que la presencia de grandes partículas podría incrementar el riesgo de infarto de miocardio. Luego de realizar un profundo estudio genético, los médicos determinaron que la diferencia en el «colesterol bueno» está en el tamaño de las partículas: si son grandes hay mayor riesgo de infarto, pero si son pequeñas las posibilidades descienden.

«Las partículas de colesterol bueno son más efectivas a la hora de trasladar el colesterol al hígado para su eliminación», explicó Álvaro Hernández, un colega de Corral. Además, añadió: «Si tenemos que hacer alguna cosa con el HDL, es incrementar el número de partículas pequeñas, que son las que realizan de forma adecuada la función de eliminar el colesterol, las que realmente lo trasladan al hígado para su eliminación y no permiten que se acumule en las arterias y provoque enfermedades cardiovasculares».

Valores y cuidados a tener en cuenta a la hora de hacerse un control de colesterol

La principal diferenciación entre el colesterol HDL y LDL se encuentra en el tipo de circulación que tienen en el cuerpo. El conocido como «bueno» es el que contiene las lipoproteínas que se dirigen al hígado para eliminar el sobrante de colesterol, mientras que «el malo» contie-

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

*El enfermo alcohólico
puede recuperarse.*
Miércoles, viernes y domingo
18 a 20 horas

Centenario 1399 -San Antonio de Padua
Cel:11 4098 9450 (Santiago) - 11 6458 3519 (Guillermo)

SE NECESITA

AUXILIAR DE ENFERMERÍA AMBOS SEXOS - CON RUP

Residencia Geriátrica Dr. Patiño
Alberdi 1051 - San Antonio de Padua

Tel: 0220 482 4983

E-mail: mlpj@speedy.com.ar

COMPRO

- MUÑECOS JACK (DÉCADA 60,70,80) • CHAPITAS CRUSH Y PEPSI
- ÁLBUMES Y FIGURITAS (DÉCADA 40,50,60,70,80)
- JUGUETES ANTIGUOS- YO YO RUSELL
- TARJETAS BOLICHES (DÉCADA 60,70,80)
- DISCOS DE VINILOS (En buen estado. Rock,pop,jazz,rock nacional)
- HISTORIETAS (Larguirucho,Hijitus, Patoruzú, hasta 1980)
- ENVOLTORIOS DE GOLOSINAS ANTIGUAS
- TODO SOBRE TITANES EN EL RING • AUTITOS MATCHBOX y BUBY

Preguntar por Hernán : 0220 483 2171 - mazzucchelli_5@hotmail.com

CONSULTORIOS

- ODONTOLOGÍA ESTÉTICA • IMPLANTES
- CORONAS DE PORCELANA • CARILLAS
- BLANQUEAMIENTOS • ORTODONCIA



CHACO

ODONTOLÓGICOS

ODONTOPEDIATRÍA

- Atención niños con capacidades especiales
- Técnicas atraumáticas

Horario de atención: Lunes a viernes de 8.30 a 12.30 h. y de 15 a 20 h. - Sábado de 9 a 13 h.

CHACO 393 - SAN ANTONIO DE PADUA - Tel: 0220 482 9778 - ☎ 11 3218 8295

POR QUÉ ME LLORA UN OJO

Los ojos llorosos pueden producirse por diferentes factores y se trata de un problema casi siempre corregible.

ne las proteínas que transportan el colesterol desde el hígado hacia el resto de los órganos. Sin embargo, hay que prestarle un poco más de atención al LDL ya que puede depositarse en las paredes de las arterias y las dañarlas al causar obstrucciones.

Sin embargo, si los análisis de sangre revelan niveles altos de colesterol total en el cuerpo (HDL y LDL) significa que hay más grasa en los tejidos. Esta acumulación en las arterias está asociada a mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares.

«El colesterol elevado se diagnostica con un análisis de sangre de laboratorio. En general, los expertos recomiendan hacerse la primera medición a los 20 años y luego cada 5 años si el resultado es normal, es decir, si el valor obtenido se encuentra por debajo de 200 mg/dl. Si el colesterol se encuentra elevado, el médico definirá el tipo de tratamiento y la frecuencia con que deben hacerse los controles», explicaron desde la Fundación Cardiológica Argentina.

Por último, el médico cardiólogo Carlos Reguera explicó que «hay que entender que muchas veces los factores de riesgo no anticipan la enfermedad, sino que son la enfermedad». «Por ello debemos intensificar el cuidado y el control, focalizándonos en la prevención de cada uno en particular (hipertensión, diabetes, tabaquismo, sobrepeso, entre otros)», puntualizó y cerró: «recordemos que actualmente las enfermedades cardiovasculares continúan siendo la primera causa de muerte a nivel mundial».

Los ojos llorosos son un efecto muy usual que puede tanto no significar ninguna afección en sí como también ser producto de alguna enfermedad que es conveniente tratar antes de que pase a mayores. En ese sentido, es importante destacar que las lágrimas ayudan a mantener húmeda la superficie del ojo y eliminar partículas y cuerpos extraños

que ahí se encuentren.

Los ojos producen lágrimas de forma permanente. Estas gotas salen de los ojos a través de un pequeño agujero que se encuentra en la esquina del ojo y es llamado conducto lagrimal. En ocasiones, este conducto puede estar obstruido, lo que impide que las lágrimas drenen normalmente, provocando de esta manera que los ojos estén llorosos e irritados. Cabe destacar que este problema casi siempre es corregible y su tratamiento depende de la edad del paciente y de la causa de la obstrucción.

Entre los motivos más usuales de los ojos llorosos se encuentran las sustancias alérgicas que están presentes en el ambiente. Según la Organización Mundial de Alergia, indicó que entre el 30% y el 40%



- Conjuntivitis
- Contaminación o productos químicos en el aire o el viento
- Luz brillante
- Eversión del párpado hacia adentro o hacia afuera
- Un cuerpo extraño en el ojo (como polvo o arena)
- Raspadura en el ojo
- Infección
- Pestañas que crecen hacia adentro
- Irritación

de la población mundial sufre algún tipo de alergia.

Pese a que puede resultar más o menos molesto para cada paciente, es importante que ante la aparición de ojos llorosos se consulte a un especialista, sobre todo cuando está asociado a enrojecimiento ocular, dolor o secreciones. También es fundamental hacerlo en caso de que, más allá de ser ocasional, se convierta en una situación permanente. Las causas más usuales de ojos llorosos son:

- Alergia al moho, la caspa, el polvo
- Blefaritis (inflamación a lo largo del borde del párpado)
- Obstrucción del conducto lagrimal

Cómo prevenir los ojos llorosos

Si bien en la mayoría de las ocasiones no se puede prevenir los ojos llorosos, en determinadas situaciones sí se pueden tomar algunas medidas, siempre y cuando estén relacionadas con determinadas causas. Por ejemplo, suele ser útil adoptar hábitos que ayuden a controlar la sequedad ocular (como descansar la vista o no frotarse los ojos), mantener una buena higiene, evitar la exposición a agentes alérgicos y proteger los ojos en prácticas deportivas o laborales que pudieran provocar traumatismos

ORTOPEDIA del Oeste



«Atendida por sus dueños... Expertos en salud»

- Diseñamos y fabricamos las mejores PLANTILLAS
- Confección VALVAS y CORSET
- Instrumental y cotización de **Prostésicas causas de ojos llorosos**
- Productos para FITNESS y KINESIOLOGÍA
- Realizamos CALZADOS ESPECIALES
- Comercializamos AUDÍFONOS de las mejores marcas.
- Todo tipo de FAJAS: lumbares, post parto, trabajo, entrenamiento, etc.

«TODA LA VARIEDAD DE ARTÍCULOS PARA TU REHABILITACIÓN»

www.ortopediadeloeste.com

AYACUCHO 112 SAN ANTONIO DE PADUA
TEL: 0220-4827509

OFRECEMOS SIEMPRE... ¡EL PRECIO MÁS BAJO..!
¡¡12 años en PADUA. GRACIAS POR ELEGIRNOS!!

Profesorado en Inglés

- NUEVO PLAN 1860/17
- TÍTULO CON VALIDEZ NACIONAL
- DURACIÓN 4 AÑOS
- CURSO DE CAPACITACIÓN INTENSIVO SIN CARGO

- Contamos con un plantel de profesionales de probada experiencia en la educación, capacitados en la enseñanza de la lengua inglesa.
- Sabemos que el Inglés como segunda lengua extranjera es fundamental para el mundo de hoy.
- Nuestro objetivo es ofrecer competencias acordes a los cambios que se están presentando para que los graduados estén formados frente a los desafíos actuales y puedan alcanzar su realización académica.

Te ofrecemos una gran variedad de recursos tecnológicos: Aula Digital, SUM, Microcine, Laboratorio de Informática, Biblioteca, etc.

¡Vení a conocernos!



INSTITUTO DE ESTUDIOS SUPERIORES ALMAFUERITE

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN

Secretaría: De 18 a 22. Riobamba 1365 - Merlo
Consultas: (0220) 4830023
almafuerte.nivelsuperior@gmail.com
www.institutodeloalmafuerite.edu.ar

CENTRO DE FORMACIÓN PROFESIONAL Nº 402
Sede Merlo

CURSOS

- OPERADOR DE INFORMÁTICA
- OPERADOR DE PC BAJO ENT. GRÁFICO
- AUXILIAR CONTABLE
- OPERADOR DE SOFTWARE CONTABLE

¡Aranceles accesibles!
Consultas:
(0220)-4807367

Residencia Geriátrica Dr. Patiño

Alberdi 1051
San Antonio de Padua
Tel: 0220 482 4983
Email: mlpj@speedy.com.ar





¿Y? ¿CON ESTO QUE HACEMOS?

Mientras la inflación no cede y los salarios corren detrás de ella, tratando de tener posibilidad que el consumo indispensable alcance en la mayoría de los hogares argentinos, suceden cosas. Por ejemplo: la quema intencional de miles de hectáreas cercanas a los humedales situados en las provincias de Santa fe, Entre Ríos, Corrientes y otras del norte argentino.

¿Que esperan los gobernadores de estas provincias que no pueden terminar con el flagelo incendiario? Es porque estos campos tienen dueños. Y necesitan ilegalmente preparar el terreno para el pastoreo del ganado y el sembrado agrícola, especialmente de soja. Como son poderosos, y en muchos casos amparados por la «justicia», nunca son investigados y menos juzgados y procesados. Sin decisión política, seguirán las llamas arrasando los campos y el daño en el ecosistema se irá incrementando. Otro caso preocupante, es lo que sucede en el río Paraná. No hay control debido en la



circulación, el peso y las tasas tributarias especialmente granarias y el Estado pierde sumas millonarias ante el «descontrol». Los puertos ubicados a orillas del río son mayoritariamente extranjeros y las empresas son grandes exportadoras que no son auditadas debidamente en sus operaciones comerciales.

Qué decir del contrabando de miles de to-

neladas granarias hacia países vecinos. En muchos casos son descubiertos y detenidos. ¿Usted sabe de algún empresario procesado y encarcelado por contrabandista? No. Por esto decimos: ¿con esto que hacemos? Mientras haya connivencia política-judicial, no habrá so-

lución a los incendios, el contrabando y la evasión sistemática en la región.



P.D.: En estos últimos días fueron descubiertos y detenidos dueños de campos que fueron incendiados intencionalmente. ¿Adivinen a que sector político pertenecen?. Esperemos que pronto sepamos los nombres y la condena correspondiente. ¿Será así?



ROTARY CLUB DE MERLO NORTE

FERIA DEL USADO Y DEL NUEVO

El R.C. de Merlo Norte, realizará su segunda **FERIA DEL USADO** de este año 2022, los días **sábado 17 y domingo 18 de septiembre en su sede de la calle R. Peña 66, entre las vías del Sarmiento y la calle Cámpora, de Merlo Norte.**

Como siempre encontrarán no sólo ropa de excelente calidad y estado, para hombres, damas y niños, sino también zapatos, zapatillas, variados artículos de bazar y cocina, carteras y bolsos, artículos de colegio, alguna TV, etc.

Los horarios son: sábado 17 se abre a las 10.00 hasta las 18.00 h y el domingo 18 de 15.00 hasta las 19.00 h.

Todo lo recaudado en estas ferias que realiza el club rotario se destina a obras comunitarias en nuestro partido municipal, en institutos educativos, distintos nosocomios, instituciones de servicio como el caso de los Bomberos Voluntarios de Merlo, etc.

La entrada es libre y gratuita

IMPRENTA FERMAR GRAF

PAPELERÍA COMERCIAL
TARJETAS PERSONALES - PRESUPUESTOS - FACTURAS - VOLANTES - SOBRES
CALENDARIOS - ALMANAQUES - ALFOMBRAS LAVADEROS - INDIVIDUALES RESTO
CARPETAS - PLANILLAS PARA REMISERAS



11 6431 9507

graficafermargraf@gmail.com



Noguera 141 - San Antonio de Padua
Cel 11 3097 0033

TALLER SAN CAYETANO

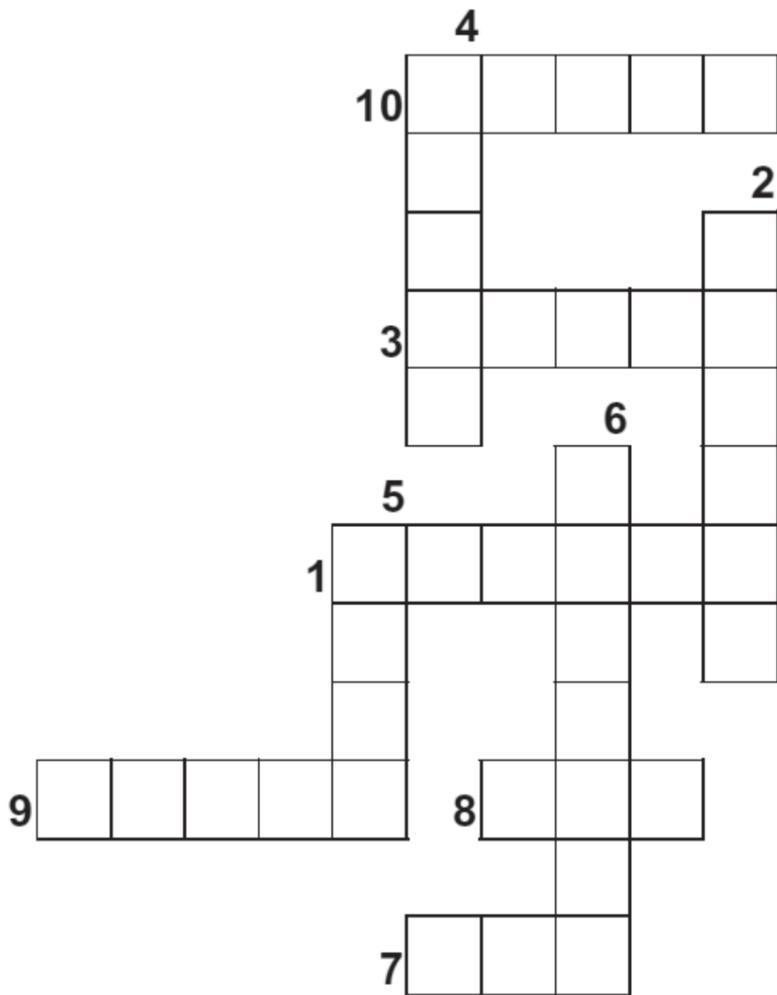


CHAPA Y PINTURA

SCALABRINI ORTIZ 750
SAN ANTONIO DE PADUA
CEL: 011 5644 5008

PENSAR PARA ENTRETENERNOS

CRUCIGRAMA



1. La testa.
2. Cierto.
3. Progenitor, creador, cura.
4. Área, llano despoblado.
5. Fisonomía.
6. Nacido de los mismos padres. Persona que tiene los mismos padres que otra.
7. Doce meses.
8. Concordia. Tranquilidad y sosiego del ánimo, contrarios a la turbación que producen las pasiones.
9. Órgano visual de la percepción ocular. Sentido corporal por el que se distinguen las formas y colores de las cosas.
10. Aula, tipo.

SOPA DE LETRAS



1. hombre
2. brazo
3. dado
4. país
5. sangre
6. padre
7. pasado
8. casa
9. día
10. idea

Fuente: www.crucigrama.org

SOLUCIONES

CRUCIGRAMA



SOPA DE LETRAS



TELÉFONOS ÚTILES

POLICÍA:

- Comisaría 1ª Merlo: 482-0028 / 1113
- Comisaría 2ª San Antonio de Padua: 483-2222 / 482-8888
- Comisaría 3ª Parque San Martín: 480-8744 6011
- Comisaría 4ª Libertad: 494-1214 / 497-0499
- Comisaría 5ª Pontevedra: 492-0222
- Comisaría 6ª Mariano Acosta: 489-4061 / (499-6777
- Subcomisaría Matera: 480-4242 / 480-6888
- Comisaría de la Mujer: 483-6060

Municipalidad de Merlo: Conmutador: 0220 482 3581/483 0954

- Hospital Héroes de Malvinas: 485 8886
- Hospital Municipal Eva Perón: 483 0122
- Hospital Materno Infantil Pedro Chutro: 482 2309/0797 - 486 3563

Centro de Sanidad Animal y Zoonosis: 494-1212.

BOMBEROS VOLUNTARIOS

- Administración y Jefatura: 482-2999
- Central de Alarma y Cuartel Central: 482-2222 / 100
- Destacamento 2º (Parque San Martín): 480-3333
- Cuartel Central (Mariano Acosta): 499-8151/ 8001
- Destacamento 3º (Pontevedra): 492-0044
- Destacamento 4º (Merlo Norte): 486-2130
- División Prevención y Matafuegos: 482-2999

El Espacio de Tere

ACTIVIDADES QUE SE DESARROLLAN desde una mirada TRANSPERSONAL !!

VIBRACIONANDO (terapia corporal/emocional)
 LECTURA DE CARTA NATAL/SOLAR ** TALLERES // BIOENERGETICA
 FLORES DE BACH Y OTROS SISTEMAS VIBRACIONALES • LOS VINCULOS HABLAN
 TERAPIA BIOENERGETICA • HONRANDO LA ENERGIA FEMENINA
 ARMONIZACION SONORA CON CUENCOS DE CUARZO • MEDITACION Y RELAJACION (niños y adultos)
 REBIRTHING RESPIRANDO RENACEMOS • LABERINTO MEDITATIVO
 MASAJE CON DIDGERIDOO • MOVIMIENTO CONSCIENTE

SI SOS TERAPEUTA O QUERES SERLO...

PODES CONSULTAR POR LOS CURSOS PARA ENRIQUECER TUS CONOCIMIENTOS !!

María Teresa Aufiero (Tere) Cel. : 15 4423 0318 Facebook: Abrete ser E-mail: tere_aufi@hotmail.com

**ELECTRÓNICA
ROCA**

SERVICIO TECNICO
 TV LED - LCD
 AUDIO - MICROONDAS
 COMPUTACION
 ELECTRODOMESTICOS

PEABODY
Ariete
BRAUN

CORADIR S.A.

Pte. Alfonsín (ex Roca) 1063

- S.A. de Padua -

@elec.roca

11-3318-9291 // 0220-4824772

**SUPERMERCADO
FOX**
*i Sólo pasión por servirlo!
 Gracias por elegirnos*

¡¡¡Siempre esperándolos con el mejor precio y atención de la zona!!!

Esquiú esquina Alberdi • San Antonio de Padua
 ENTREGA A DOMICILIO • Tel y WhatsApp 11 6908 1775



Luis R. González

ASESOR DE SEGUROS

Mat. 34294 S.S.N.

Av. Calle Real (ex Vergara) 1088 - Merlo
 WhatsApp y llamadas: 11 2508 2212

SERVICIO DE CORTE y PEGADO DE CANTO DE PVC Y ABS

MB MADERAS

MATERIALES PARA INSTALACIONES COMERCIALES

MELAMINAS-AGLOMERADOS-TERCIADOS-FIBROFACIL

CORLOK-CHAPADUR-ADHESIVOS-MOLDURAS

VENTA Y COLOCACIÓN DE **DUNLOCK**

Av. Calle Real 582 - Merlo

www.mbmaderas.com

Tel: 0220 482 2905 11 3649 4982

MB Maderas • Mail: info@mbmaderas.com

AGENCIA DE VIAJES Y TURISMO

Eje Travel

Leg. N° 16876

¡Viajar, la mejor terapia!

Paquetes nacionales e internacionales - Cruceros - Pasajes aéreos
 Bus - Luna de miel - Viajes quinceañeras - Viajes holísticos y de relax

• COORDINAR VISITA PREVIA •

Cel: 011 15 6441 0722

Mail: ejetravelviajes@gmail.com

www.ejetravel.tur.ar

CONSULTAR PROMOS

EN REDES SOCIALES

Facebook: EJE TRAVEL VIAJES

FERRETERÍA

¿Te falta un tornillo?



*Somos los mismos de siempre,
 pero ahora nos mudamos
 más cerca tuyo.*

Nueva dirección:

San Martín 1146 - entre Pellegrini y Sarmiento

(Nos encontramos a la vuelta de la Escuela N° 28)

Teléfono: 011 2358 2447

**Lavadero
BERUTI**

11 3860 - 4154

Lavado y pulido
 Limpieza de tapizado

Rivadavia y Beruti - Padua