

El milenio

CONECTAMOS SIERRAS CHICAS

PROYECTO COMUNICATIVO ESCOLAR . CÓRDOBA . AÑO 16 . NÚMERO 305 . JULIO 2024

www.elmilenio.info



Peligrosa conexión

Según especialistas, el desembarco del 5G en redes móviles traería aparejados diversos trastornos desde hormonales hasta cánceres. En Unquillo, mientras avanza la instalación de antenas, se exige que se demuestre su inocuidad. **Pág. 2**



Del bolsillo vecinal

En Mendiolaza, emergió la polémica ante la aprobación de una normativa que propone que la obra pública sea gestionada por los ciudadanos, sin intervención estatal. Así, hay quienes celebran la autonomía y quienes reclaman abandono. **Pág. 4**



Victoria federal

Mery Murúa debutó como compositora y ganó el Premio Gardel a 'mejor canción de folklore' con 'Baile Eterno', tema que dio nombre a su primer disco con letras propias, de los 6 en total con los que cuenta en su haber. **Pág. 20**



Por un sueño

El álbum debut solista de Anastasia Amarante sintetiza el amplio bagaje musical de la joven de Villa Allende. Actualmente instalada en Buenos Aires, se encuentra trabajando en su segundo disco y proyecta apostar a la colaboración con artistas, sobre todo mujeres independientes.. **Pág. 24**

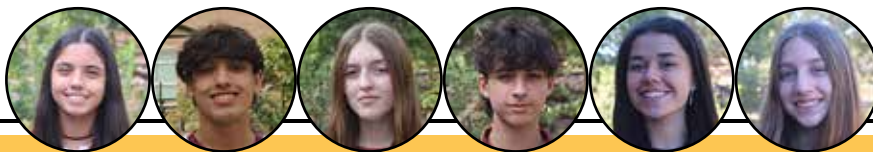
Mirada crítica

Con más de tres décadas en la profesión, el periodista 'Pepe' Reyna actualmente está a cargo de la sección Tiempo Real en La Voz del Interior. En el nuevo cargo, continúa con los principios que siempre guiaron su labor: cuestionar la información y ayudar a la comunidad, contando sus historias. **Pág. 13**

Trascender la pantalla

Como entrenadora personal y referente de la vida saludable en redes sociales, Milagros Cassino procura la potenciación femenina desde la adopción de hábitos y la modificación del enfoque en relación al deporte, motivando que sea visto como una elección y no una obligación. **Pág. 11**





Alerta 5G

UNQUILLO

Para el mundo de la tecnología y las telecomunicaciones, la llegada de la quinta generación de redes móviles (5G) plantea la posibilidad de dar un salto en la capacidad de transferencia móvil de información digital para todo tipo de dispositivos. Así, se amplía significativamente tanto la velocidad de envío de datos como la capacidad del canal de transmisión (ancho de banda) y los tiempos de respuesta (latencia).

De esta manera, la principal innovación que permiten estos cambios es el aprovechamiento de nuevos rangos de frecuencia dentro del espectro de ondas electromagnéticas utilizadas para la transmisión de información. Mientras que las redes 4G usan frecuencias de hasta 6 GHz, las redes 5G aprovechan nuevos rangos que llegan hasta 300 GHz.

Dichas frecuencias requieren para su funcionamiento una mayor cantidad de antenas ubicadas a menor distancia, lo cual implicaría multiplicar el número de antenas que existen actualmente para lograr la misma cobertura.

Por eso, para los especialistas, es esperable que el 5G no solo potencie las capacidades digitales, sino también muchos de los problemas que ya se manifiestan hoy en día. Entre ellos, se destacan los que alertan sobre los efectos negativos que pueden tener sobre la salud.

De este lado se encuentra el doctor Medardo Ávila Vázquez, médico pediatra con formación en Neonatología y Epidemiología perinatal, profesor de la Facultad de Medicina de la UNC y actual vecino de Unquillo.

Riesgo encubierto

Como exsecretario de Salud de la ciudad de Córdoba, Ávila Vázquez tiene experiencia en reconocer cuando aquello que se presenta como inofensivo comienza a afectar la salud de la población. Así lo atestiguó a principios de la década del 2000, cuando se topó con el célebre caso de Ituzaingó Anexo.

"Es un barrio que está en el límite con campos que eran fumigados y lo que empezó a suceder es que la gente se enfermaba masivamente de cáncer", contó el médico que, a partir de esa experiencia comenzó a especializarse en Medicina Ambiental.

"Lo que pasa es que el sistema productivo de nuestra civilización genera muchas exposiciones tóxicas para las personas. Desgraciadamente, recién lo vemos

La llegada de la quinta generación de redes móviles entusiasma a los fanáticos de la tecnología, pero preocupa a los profesionales de la salud, que alertan sobre los efectos negativos que el uso de altas frecuencias y una mayor cantidad de antenas pueden implicar. En Unquillo, vecinos presentaron un proyecto para declarar al pueblo "libre de 5G" hasta tanto se demuestre que la radiación no sea dañina.



Vecino de Unquillo, Medardo Ávila Vázquez es médico pediatra, neonatólogo y especialista en Medicina Ambiental.

cuando ya tenemos un montón de afectados", indicó Ávila Vázquez. Y recordó: "Nosotros estábamos convencidos de que los agroquímicos eran seguros. Nos decían que se podía tomar un vaso de glifosato y no pasaba nada".

Hoy, para el profesional, está ocurriendo lo mismo con las personas que viven cerca de las antenas de telefonía, quienes, al estar expuestos permanentemente a esta radiación, han empezado a desarrollar padecimientos similares, acá y en otras partes del mundo.

"Es que los seres humanos somos seres bioeléctricos. Hay una actividad bioeléctrica permanente entre las membranas de las células que conforman nuestro cerebro y nuestro corazón, la cual se ve alterada por los campos electromagnéticos de las telecomunicaciones", amplió.

Entre los primeros síntomas se encuentran los trastornos conductuales: nerviosismo, irritabilidad, dificultad para dormir y concentrarse, problemas de aprendizaje, entre otros. También aparecen trastornos endocrinos hormonales, que suelen traducirse en infertilidad. Por último, figuran los problemas cardíacos y cánceres.

"En 2018, el Instituto Nacional de Salud de Estados Unidos publicó un estudio hecho en ratas, con diez años de segui-

miento, y los resultados fueron terribles. Los animales desarrollaron muchos tumores cerebrales y también de corazón", informó el médico, destacando también que el cáncer cerebral es el tercer tipo más frecuente en niños, uno de los grupos etarios más sensibles a la radiación, va que su cerebro está en desarrollo.

"El sistema productivo de nuestra civilización genera muchas exposiciones tóxicas para las personas. Desgraciadamente, recién lo vemos cuando ya tenemos un montón de afectados"

Antenas en el patio

Para el doctor, la única alternativa para quienes ya viven cerca de estas antenas, es exigir que las saquen, como sucedió en Unquillo. "No solo se alejaron las antenas sino que se sancionó una ordenanza que prohíbe que se instalen a menos de 200 metros de las viviendas", señaló.

En la misma línea, junto a un grupo de vecinos, participó en la presentación de un proyecto de ordenanza que pide declarar a Unquillo "pueblo libre de 5G" hasta tanto se demuestre su inocuidad.

"Las empresas dicen que esta radiación no es dañina pero no hay realmente estudios que lo demuestren, al contrario", aclaró el médico y apuntó contra el encubrimiento de la industria y la complicidad del sistema político.

Mientras tanto, el avance tecnológico no se detiene ante las dudas. En Sierras Chicas, Villa Allende, La Calera y Saldán



En Villa Allende, muchas antenas están instaladas en medio de las casas, como se observa en barrio Golf.

ya empezaron a desplegar las redes 5G. Al respecto, Ávila Vázquez apuntó: "No es que estamos en contra de la comunicación, pero realmente hay un salto muy grande del 4G al 5G. Ya no es una antena sola en el monte, sino que te ponen tres por cuadra en los postes de luz. Y la gente a veces ni se entera. En Córdoba las camuflan y las ponen en carteles de publicidad".

Aunque las luchas vecinales han ganado cierto terreno, una verdadera solución implicaría corregir el rumbo del desarrollo tecnológico. "Todas las comunicaciones se hacen a través de radiaciones electromagnéticas y estas han ido aumentando desde que apareció la radio hasta los celulares de hoy. El tema es que la especie humana se desarrolló, como el resto de la vida, en condiciones de menor radiación a la actual. Es como si en lugar de 12 horas de luz, tuviéramos 24", explicó.

"Los seres humanos nos olvidamos que somos parte del planeta, nos ponemos por fuera y pensamos que el daño ambiental no nos va a afectar. Pero lo cierto es que la vida sucede en ciertas condiciones y, si las modificamos, tarde o temprano vamos a sufrir, como estamos viendo hoy en día con el cambio climático", concluyó el profesional.

El milenio

Año 16. Número 305. PROYECTO COMUNICATIVO ESCOLAR. La Fundación Josefina Valli de Riso, que gira con el nombre de fantasía Instituto Educativo Nuevo Milenio e Instituto Milenio Villa Allende, es la titular del Periódico El Milenio y la página web www.elmilenio.info. Edición general: Clara Angeletti. Edición digital: Carlos Romero. Diagramación: Ramón Servent. Producción: Florencia Giolito. Corrección: Marta Parisi. Dirección: Crucero General Belgrano s/n, B° Los Talitas, Unquillo, Córdoba - Área de cobertura: Villa Allende, Mendiola, Unquillo, Río Ceballos y Salsipuedes. Tel: (03543) 489022/480349. Correos: periodico@elmilenio.info / clasificados@elmilenio.info / Redes Sociales: @elmileniook / Opiniones y comentarios expresados no representan necesariamente la opinión de la Fundación Josefina Valli de Riso y Periódico El Milenio. Dicha fundación y medio gráfico no aceptan responsabilidad alguna sobre cualquier decisión tomada por los lectores en base a lo publicado.





Honrar la cultura local

La ex Biblioteca Popular Sarmiento comenzó a llevar el nombre de la reconocida escritora, Tere Andruetto. Desde entonces, las redes que vienen tejiendo hace 80 años con la comunidad han aumentado y se han diversificado, dando visibilidad a un espacio que busca ser refugio de pertenencia para la ciudad.

UNQUILLO

Desde hace más de 80 años, la biblioteca Tere Andruetto acompaña a la historia de una ciudad que ha acogido a artistas de distintos rincones del mundo. En el momento de su fundación, Unquillo recibía turistas que se quedaban varios meses y fue un grupo de ellos quienes decidieron armar este espacio, para contar con un lugar para leer y divertirse.

Sin embargo, aunque hoy lleva el nombre de la reconocida escritora, el espacio comenzó llamándose, como muchas otras, "Biblioteca Popular Sarmiento". Se abrió por primera vez frente al cine, en la avenida San Martín, junto a la plaza Alem. Luego, se trasladó al Museo Spilimbergo, lugar que, como el anterior, quedó chico. Entonces, la municipalidad le otorgó, en comodato, un lote de terreno que es donde se encuentra actualmente. Así lo narró Carlos Lavarello, prosecretario de la comisión que dirige la biblioteca.

La cesión del sitio fue en los 80 y con fondos de la Comisión Nacional de Bibliotecas Populares (CONABIP), consiguieron el dinero para la construcción del edificio sobre la Avenida Spilimbergo, lugar que ocupan desde entonces.

Préstamo de libros; eventos; talleres propuestos por la biblioteca y vecinos; tertulias, que son grupos de personas que se juntan a leer, a cantar, a tocar la guitarra y hacer charlas sobre literatura; cine y presentaciones de libros son algunos de los servicios que se brindan desde entonces.

"El espacio está abierto a quien lo requiera o a quien proponga alguna actividad, eso es lo que marca nuestra diferencia con cualquier espacio que sea

privado", afirmó Adriana Bonza, vocal suplente de la comisión.

Popular y comunitaria

Con 130 socios activos, la biblioteca cuenta con 3 tipos de asociación: la simple, que por 500 pesos mensuales permite sacar hasta dos libros cada 15 días; la familiar, de 1000 pesos mensuales que sirve para retirar hasta 5 libros en el mismo plazo; y la honorífica, que arranca en los \$1000 y es a consideración de la persona.

Al respecto, Lavarello explicó que trabajan "con estos montos bajos ya que es una biblioteca popular y esto implica que toda la comunidad pueda participar". "No podemos cobrar tanto porque sabemos que si cobrás más, la gente no puede pagar la cuota", agregó.

Además del aporte de los socios, con alrededor de 50.000 libros físicos, la iniciativa también se sostiene con los subsidios que otorga el CONABIP a las bibliotecas populares. Por ejemplo, la última compra de textos que se realizó fue gracias a este ingreso. A su vez, desde la comisión aclararon que todo el trabajo que se realiza es gracias al voluntarismo, siendo la bibliotecaria la única persona que recibe honorarios por su labor.

Aún así, Lavarello advirtió que este 2024 recibieron el mismo aporte que el año pasado, lo que significa un recorte, haciendo aún más difícil mantenerse. "Sin embargo, nosotros decimos que es importante el hecho de tener socios, porque vos podés recibir millones de pesos en subsidio y sostenerte, pero tener una biblioteca con 50.000 libros y que esté vacía de gente no tiene sentido", explicó. Y agregó: "Lo que realmente importa es que tenga movimiento, que las personas vayan".



Bajo el lema "un baño para mi cumpleaños", la biblioteca comenzará a organizar peñas y bingos para juntar los fondos necesarios.



Por esa razón, buscan generar lazos con la comunidad a través de diversas propuestas como talleres, cursos y charlas: taller de collage, de narración oral y de apoyo escolar para adultos. Algunas de estas son gratuitas, mientras que otras son aranceladas, destinando parte de esos ingresos al mantenimiento del proyecto.

A su vez, participan en invitaciones de otras instituciones. Bonza explicó que, por ejemplo, si la Casita Verde de Unquillo los llama, desde la biblioteca organizan un stand con libros para que las personas puedan leer y conocer el espacio. "Es un ida y vuelta, porque así como recibimos gente, nosotros también podemos salir al espacio comunitario y abrirlo", agregó.

También han trabajado con Jardines de Infantes haciendo la entrega de la valija viajera, una caja en la que se guardan libros y pasan una semana entera en una de las instituciones. Asimismo, cuando esta regresa a la biblioteca, los niños y niñas les hacen dibujos de lo que han leído.

Identidad de pueblo

"Bibliotecas Sarmiento hay

cientos en el país, acá en el departamento Colón, por ejemplo, había tres, estábamos nosotros, la de Río Ceballos y la de Jesús María", especificó Lavarello sobre el cambio de nombre. Esto generaba inconvenientes, como el hecho de que muchas veces recibían pedidos cruzados.

No obstante, más allá del hecho de evitar esas confusiones, "estaba la búsqueda de un nombre con pertenencia" -explicó-. "Empezamos a sugerir nombres de personajes de aquí y a nivel nacional. Después decidimos que sea alguno de mujer. Entonces, a la final llegaron Liliana Bodoc, la escritora porteña, y Tere Andruetto que vive acá en Unquillo", relató el vecino. Además, agregó: "nos decidimos por la Tere que está viva, porque le queríamos hacer el homenaje en vida".

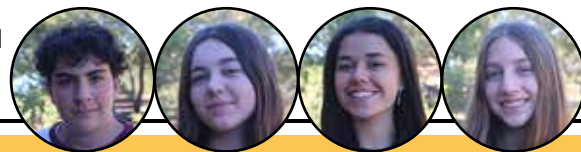
A partir del cambio, que tuvo lugar en diciembre del 2023, "pasó algo mágico" -en palabras del entrevistado-. Debido a la cantidad de lectores que ella convoca, la gente empezó a acercarse a la biblioteca, aumentando el número de socios, llegando hasta tener 8 personas nuevas

que se sumaban por semana. Asimismo, comenzaron a recibir donaciones de distintos lugares del país. "Charlando con la Tere me decía que mucha gente cree que es la dueña de la biblioteca, entonces por ahí se comunican con ella y le dan donaciones de libros", relató Lavarello.

En lo que refiere a las finanzas del espacio, aunque admitió que a pesar de la situación del país están bien, sí resaltó la necesidad de realizar obras en el espacio. Por ejemplo, el baño con el que cuentan no es inclusivo, ya que al ser muy chico, una persona en silla de ruedas no puede entrar.

Por lo tanto, para el cumpleaños de la biblioteca en diciembre, generarán eventos para recaudar fondos. También desde la comisión señalaron que se reciben colaboraciones de mano de obra y materiales.

Finalmente, un proyecto futuro es la digitalización de libros. Para eso, necesitan tener una base de datos y alguien que la realice, ya que el consumo digital es otra de las formas de acceso a títulos y para contar con esa herramienta son necesarios más recursos económicos.



La obra pública, en manos privadas

El Concejo Deliberante de Mendiolaza aprobó el proyecto de ordenanza de Contribución por Mejoras, que deja en manos del vecino la propuesta y pago de las obras a realizar. Esta normativa generó múltiples reacciones y lecturas que van desde la indignación por dejar en el bolsillo del vecino la inversión; y la aceptación de que el estado municipal ya no intervenga como ente recaudador y de gestión.

MENDIOLAZA

En febrero de este año, ingresó al Concejo Deliberante de la ciudad el proyecto de ordenanza de Contribución por Mejoras, cuyo objetivo es que los vecinos propongan obras y paguen directamente a las empresas. Desde que comenzó a ser analizado en comisiones, esta propuesta generó debate y rechazo por parte de la comunidad.

Así, hubo instancias de diálogo y participación de los habitantes en las instancias pertinentes. Incluso, se logró cambiar algunos puntos del texto presentado originalmente. Sin embargo, en junio se aprobó con la mayoría del oficialismo a pesar de la negativa planteada por los residentes.

Ahora, según la ordenanza, los pasos para iniciar una obra consisten en la solicitud de factibilidad, apertura de registro de oposición y solicitud de declaración de utilidad pública y pago obligatorio. En tanto, para la solicitud inicial, deberán presentarse las firmas del 30% del total de contribuyentes que estiman que abarca la obra. En este punto, el papel del municipio sería solo de control: realizarían una factibilidad técnica, para que la realización de esa obra no perjudique al resto de la comunidad.

Posteriormente, se requerirán un 21% más de firmas, siendo en total un 51% de solicitantes. En paralelo, por 30 días aquellos que no estén de acuerdo podrán firmar en contra. Si la oposición no supera el 30%, la propuesta puede avanzar. Por último, el pago de la misma se realizará

directamente a la empresa y de acuerdo a la ordenanza, el valor que abone cada involucrado no podrá superar el 33% del valor de su propiedad.

Desde el municipio, el secretario de Infraestructuras, Obras y Servicios Públicos, Gino Maurino, explicó que "el proyecto surgió a partir de las necesidades detectadas en la comunidad". En línea, sostuvo que no existían, previamente, herramientas para proponer la ejecución de obras; además, detalló que recibieron muchas consultas de vecinos que habían pagado la instalación de gas domiciliaria y aún seguían sin avances.

Por otro lado, comisiones vecinales expresaron su descontento ante esta normativa. "En estos momentos no estamos en una situación económica para enfrentar un gasto, por más que la contribución por mejora dice que le suma valor a tu propiedad", manifestó la presidente de la comisión vecinal del barrio Los Cigarrales, Claudia Suligoy.

Una normativa que acentúa las diferencias

Según Suligoy, la iniciativa es muy confusa y ambigua, con muchas interpretaciones. Entre los puntos que generan preocupación, detalló: "Es una ordenanza que a vos te hipoteca el 33% del valor de tu casa, que si no pagas consecutivamente tres cuotas o discontinuado cinco cuotas, te intiman a que las pagues y si no tenés para pagar hay como una potestad que toma la empresa que va a hacer la obra".

Asimismo, ante un comple-



"Nosotros como barrio pobre no vamos a poder hacer nunca una obra", dijo Claudia Suligoy. Foto gentileza Revista La Unión Regional.

jo contexto económico, resaltó que el principal miedo es qué sucede en el caso que no puedan abonar lo pactado. Aunque la normativa contempla una mediación obligatoria antes de que se inicien acciones judiciales por falta de pago, Suligoy comentó que no está claro el alcance de la empresa para exigir el mismo.

"Qué facilidad se le puede dar a un vecino que en este momento está pasando una situación económica mala", se preguntó la entrevistada. Al respecto, apuntó: "Eso es lo que genera, una fragmentación peor de la que ya sufrimos, porque hay barrios que van a poder pagar y otros que no". Además, remarcó que "en el barrio hay muchas familias que no tienen para comer". "Imagínense si van a tener para hacer una obra", agregó. "Entonces, muchos barrios serán olvidados", alertó, aumentando así las desigualdades.

También advirtió que la normativa se concretó sin antes tener otra, que es la del ordenamiento territorial participativo. "¿Qué lugar puede crecer? ¿Qué lugar se puede desarrollar más? ¿Qué se puede hacer y qué no se puede hacer?", son algunas de las preguntas que la vecina consideró que un plan de ordenamiento territorial puede responder.

"Nosotros pagamos impuestos para que haya servicio de

recolección de basura, de luces y de una serie de cosas y al fin y al cabo todo lo que uno paga no te vuelve en obras, entonces es como que es una injusticia", lamentó.

Autonomía, la otra vereda

Por otro lado, la comisión del barrio El Alto le dio el visto bueno a la idea. Según explicó su presidente, Marcela Santini, una de las razones por las que apoya esta ordenanza remite al caso de los vecinos que pagaron la obra de gas en el 2005 y que hasta la actualidad siguen sin contar con el servicio. "Esa obra se hizo a través de la municipalidad como contratante, quién tenía la función de presentar el proyecto ante Ecogas y de recaudar el dinero", recapituló.

"A pesar de que uno cree que el Estado garantiza derechos, la realidad es que hubo mucha gente que le pagó al estado Municipal y hoy sigue reclamando", comentó. De esta manera, enfatizó en que lejos de presionar a los vecinos o de ponerlos en una situación de debilidad, actualmente se los está protegiendo. Por lo tanto, afirmó: "Se cree que no hay más posibilidad de acción y es todo lo contrario, esta disposición apoya y acompaña para poder realizar lo que se necesita".

En cuanto a lo que sucede con quienes no pueden afrontar una obra por mejoras; el funcionario aclaró que "no se impone el compromiso, sino que permite que se haga una presentación por parte del vecino que tenga un justificativo, para que sea tratado y se pueda distribuir incluso con los demás".

"Son muy amplias, en el buen sentido, las opciones que hay para afrontar el pago de una obra de contribución de mejoras", indicó. Además, los inmuebles de jubilados y/o pensionados cuyos ingresos no superen la jubilación mínima y de ex-combatientes de Malvinas, quedan exceptuados del pago.

En el caso particular de aquellos que comiencen a pagar y luego no puedan continuar, Maurino informó que esos detalles se acordarán en el contrato que se haga entre la empresa y los vecinos. "La intención es acordar previamente -remarcó- cuáles van a ser los mecanismos de pago".

Por último, reveló que algunos de los proyectos que suscitaban consultas son conexiones de gas en los barrios Talar y Lomas y cordón cuneta en barrio El Alto. Finalmente, cerró: "Este tipo de ordenanzas son más que necesarias para que se puedan llevar a cabo las obras de principio a fin".

DIQUE LA QUEBRADA

SUMALE CÓRDOBA A TU INVIERNO

Conocé todo lo que
podés hacer acá:





El yoga, un modo de vivir la vida

UNQUILLO

Buscando originalmente mayor destreza física para la danza, Eliana Martín y Elodie de Weck se acercaron al yoga hace más de 15 años. Así, Unquillo fue el lugar de encuentro, donde una mendocina y una suiza forjaron su amistad y comenzaron a dar clases.

“Muchas personas se acercan al yoga para sentirse mejor con el cuerpo, como fue nuestro caso. Pero, en el camino nos fuimos dando cuenta que era mucho más que eso”, asegura Elodie, quien además de ser profesora de yoga estudió sociología.

Al respecto, Eliana amplía: “Así como pasan cosas con el cuerpo cuando estamos practicando, pasan cosas en la cabeza como sucede en la vida. Por eso, esta disciplina nos habla del cuerpo como una puerta de entrada a la mente”.

En este marco, sostienen que, siguiendo a su maestro B.K.S. Iyengar, su práctica además de ser una ciencia, una filosofía y un arte milenario, es un modo de vivir. De esta manera, en la vorágine diaria donde no es fácil sentarse a respirar al menos diez minutos, este método “nos aporta mucha conciencia sobre cada parte del cuerpo, desde una meditación en acción” -explica Martín-

Finalmente, relatan que nació en India, poniendo el énfasis en la precisión y alineación de cada asana (postura) junto con la intensidad de implicación de la mente.

El Milenio: ¿Cómo surge este método y cuáles son sus características?

EDW: El método Iyengar lleva el nombre del maestro que lo inventó (Bellur Krishnamachar Sundararaja Iyengar), pero es importante decir que él no dijo “voy a inventar un método y le voy a poner mi nombre”. Él se formó con otro maestro que era su cuñado y fue descubriendo, en su propia práctica, algunas características de lo que más tarde se transformó en un método. Debido a diferentes situaciones fuertes que le sucedieron en su cuerpo, es que fue encontrando la manera de acompañar

El método Iyengar propone trabajar la alineación del cuerpo con la ayuda de diferentes elementos, lo que habilita que todas las personas puedan practicarlo. A través de encuentros grupales, se busca favorecer la meditación en acción, favoreciendo mejoras físicas y emocionales.

a personas con diversas posibilidades y condiciones. Por ejemplo, en un momento donde no podía hacer ciertas posturas, utilizó un ladrillo que había en la calle y se dio cuenta que con eso lograba hacerlas. De allí, surge el uso de diversos elementos (soportes) como tacos de madera, cinturones, cuerdas, mantas, que posibilitan el acceso a las posturas buscando la alineación del cuerpo.

EM: Es una práctica muy efectiva porque, al estar el cuerpo alineado, toda la circulación energética, desde lo más estructural (físico) a lo más sutil, se potencia. Esto permite practicar una postura de mil maneras diferentes, poniendo el foco en algo distinto dentro de la misma postura; es como poner un zoom en cada parte del cuerpo. A su vez, el uso de los soportes habilita a que cualquier persona pueda practicar de forma segura. No hay limitación, alguien de 90 años puede hacer lo mismo que uno de 20.

El Milenio: ¿Qué beneficios aporta la práctica grupal?

EDW: Una gran riqueza: que cada persona aporta, distintos cuerpos, de distintas edades y con distintas condiciones. Particularmente en las prácticas de yoga Iyengar las posturas se adaptan dependiendo de cada uno/a. También lo rico es poder ver lo que sucede en cada cuerpo, para poder entender y luego corregirse a una misma/o.

EM: Practicar con otras/os nos ayuda también a trabajar la voluntad tanto individual como colectiva. A veces hay que hacer cosas muy desafiantes y por ahí el estar con otras/os que también se están animando, que están tirando para adelante, nos ayuda a intentarlo. Nos anima a

superar nuestros miedos, nuestras frustraciones.

El Milenio: ¿Cómo organizan la dinámica para cada clase? ¿Qué aspectos se tienen en cuenta a lo largo del mes?

EM: Una de las formas de pensar, en el método Iyengar, la secuenciación a lo largo del mes, para poder abarcar todas las familias de posturas, es: la primera semana las posturas de pie, la segunda las posturas de sentado y de flexiones hacia adelante, la tercera semana las extensiones hacia atrás (arcos), y, por último, en la cuarta semana se practican las posturas restaurativas y pranayama (ejercicios respiratorios que conducen a la concentración y control del prana o energía vital). Las posturas invertidas (donde el corazón se ubica por encima de la cabeza), que son muy importantes en este método, se van trabajando en cada clase.

Y ese esquema no incluye otras familias como por ejemplo las torsiones, los equilibrios de brazos o las abdominales (barcas), que vamos incorporando en las clases en función de lo que trabajamos. También, como ocurre a veces, podemos salir de esta secuenciación semanal porque decidimos enfocarnos en un tema, una parte del cuerpo o una acción en particular.

Al pensar en una clase también sucede que luego nos encontraremos con la realidad del grupo y los niveles de práctica.

El Milenio: ¿A qué se refieren con el término economía energética, y por qué ‘no hacer’ es más difícil que ‘hacer’?

EDW: Estamos en tiempos de mucha agitación y perturbación mental. Entonces decir ‘no hago nada, me quedo quieta/o’, es como ir en contra de lo que el



La metodología de enseñanza incluye demostración clara de las posturas, uso preciso del lenguaje e instrucciones específicas para su comprensión.

mundo nos está proponiendo y demandando todo el tiempo. Durante la práctica se busca equilibrar justamente eso, para lo cual la respiración siempre es una gran aliada. Por ejemplo, observar la respiración nos permitirá sentir que estoy haciendo algo o darle una ocupación a mi mente para dejar de “hacer”. Si nos dicen que nos quedemos quietos/as y no pensemos, difícilmente lo lograremos. De hecho, Iyengar decía que la postura más difícil es la del cadáver (savasana), porque en realidad cuando el cuerpo deja de hacer se empieza a activar la mente y el objetivo del yoga es aquietarla. Como lo dice uno de los textos fundamentales, el Yoga Sutra de Patañjali (1.2): «El yoga es el cese de las fluctuaciones mentales» (Yogah cittavrtti nirodhah).

EM: Hay algunas posturas desafiantes que requieren de mucha voluntad y acción, pero a su vez se busca que con el tiempo se vuelvan completamente cómodas, sin que el cuerpo se agote. Para eso, como dijimos anteriormente, es necesario que el cuerpo esté alineado y sean

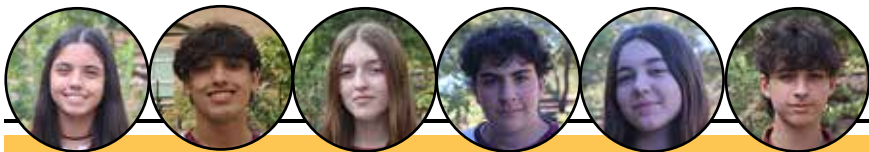
los huesos y la respiración quienes sostengan la postura, más que la fuerza muscular lo cual nos permitirá que se regenere la energía vital de la que también nos habla el yoga.

El Milenio: ¿Por qué recomendarían a las personas practicar yoga?

EDW: Recomendamos practicar yoga como la posibilidad de mantenernos en movimiento, trabajar la flexibilidad, ya que hay varios deportes, como por ejemplo andar en bici, que acortan las piernas. Por eso, muchas personas comienzan a practicar, como un complemento ya que nos permite elongar y fortalecer muchísimo la postura. En mi caso, además, considero que el yoga me ayuda a vivir, a ser una mejor persona, a conectarme con mi mejor versión.

EM: Nos aporta una conexión con algo más trascendental también, a entender que hay algo que nos trasciende y que cada quien le puede poner el nombre que quiera. Para algunos, será Dios, para otros, será una energía suprema, conciencia universal, etc. Hacer contacto con la posibilidad de algo superior a nosotras nos hace llevar la vida de otra forma, con otro sentido, más profundo.

Interesados en sumergirse en la práctica, comunicarse al número: 0351 804 6841 o mediante su cuenta de Instagram @dandara.yoga.iyengar



Por: **Francina Restelli, Guillermo Rodríguez, Sol Flores, Pedro Frutos e Isabel Olazabal 4° IENM - Jeremías Suarez 4° IMVA**
Redacción: **Milagros Alcántaro**



SOCIEDAD

Las Sierras, cada vez más cerca del ruido de la ciudad

La pérdida auditiva en personas jóvenes es un problema creciente ante la contaminación sonora. Jorge Pérez Villalobo, ingeniero en electrónica e integrante del Centro de Investigación y Transferencia en Acústica de Córdoba, alertó sobre la falta de control estatal y los hábitos que agravan la situación.

LA REGIÓN

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de 1.000 millones de personas de edades comprendidas entre los 12 y los 35 años corren el riesgo de perder la audición debido a la exposición prolongada y excesiva a música fuerte y otros sonidos recreativos. Aunque es un número alarmante, y se presenta en personas cada vez más jóvenes, el ingeniero en electrónica, Jorge Pérez Villalobo, advirtió que “no se está haciendo nada en relación a esta problemática”.

Además de ser docente investigador de la Universidad Tecnológica Nacional (UTN), Villalobo es parte del Centro de Investigación y Transferencia en Acústica (CINTRA) que funciona dentro de la UTN. Allí, trabajan de manera interdisciplinaria ingenieros, psicólogos, fonoaudiólogos y otras especialidades que, siguiendo las recomendaciones de la OMS realizan ensayos y mediciones en adolescentes y su potencial pérdida auditiva.

Asimismo, abordan la contaminación sonora en el ámbito urbano, área de especialidad de Villalobo. Según explicó, este concepto trata de niveles elevados de ruido en un ámbito donde generalmente no tendría que haber esa elevación. “Cómo al ruido lo generamos todos es una problemática social”, aseveró.

Por eso, apuntó a la importancia de tener educación del ruido. Al respecto, ejemplificó: “Si estoy manejando en el vehículo, tratar de no acelerar bruscamente; no tocar la bocina salvo extrema necesidad, si estamos escuchando música,

hacerlo sin molestar al resto”.

El ingeniero explicó que dentro de CINTRA, ellos pueden realizar mediciones, hacer mapas de ruido y generar planes de acción para preservar los lugares. Sin embargo, resaltó que quien tiene el poder de control para que realmente se respeten las medidas, es el estado. Y detalló: “Es el que tiene que formar a la gente dentro del municipio, tener instrumental, tener normativa actualizada para poder salir a controlar aquellos lugares donde los habitantes presenten denuncias o quejas de ruido”.

El Milenio: ¿Cuáles son las principales fuentes de contaminación sonora identificadas en entornos urbanos y cuáles se pueden encontrar en Sierras Chicas?

Javier Pérez Villalobo: La principal contaminación es generalmente el tránsito automotor y obras en construcción. Alguien que viva cerca de una empresa o de un lugar donde se hace minería también va a sentir la contaminación de voladuras y el tránsito de los mismos camiones. Es como que la contaminación sonora por parte de los vehículos es inevitable, es difícil. Cada vez hay un parque automotor mayor y en nuestro caso, un parque automotor que se va envejeciendo, entonces eso va haciendo que los vehículos hagan cada vez más ruido.

EM: ¿Cómo se mide la contaminación sonora urbana y cuáles son los principales indicadores utilizados para evaluarla?

JPV: La contaminación sonora la medís con equipos que se llaman decibelímetro, ya que el ruido se mide en decibeles. El principal parámetro se llama nivel sonoro continuo equiva-



Aunque el centro más crítico es la ciudad de Córdoba, Villalobo contó que asesoró a municipios de Sierras Chicas para actualizar la normativa de control de ruido.

lente, que te dice la cantidad de energía acústica que uno está recibiendo de ruido. Porque el ruido no es que se mide por el nivel y listo, lo importante para el ser humano es cuánto ruido recibe. Además, no es lo mismo escuchar una canción a niveles elevados una hora que escucharla durante 8 horas, que es una dosis de ruido muy elevada. Entonces, acá entran en juego dos variables, el nivel y el tiempo de exposición. También cuánto es la dosis que recibe cada uno. Por ejemplo, hay una aplicación muy profesional para medir el ruido que te mide los decibeles y también te puede decir cual es el espectro del ruido, o sea, si tenés mucho ruido de alta frecuencia de baja frecuencia.

EM: ¿Cuál es el impacto de la contaminación sonora en la salud y calidad de vida de los vecinos y cómo se relaciona a los riesgos para la salud auditiva asociados con el uso inadecuado de auriculares?

JPV: Efectivamente está relacionado todo lo que es contaminación sonora y el uso excesivo de auriculares o estar expuesto a mucho ruido. Cuando los jóvenes van a los boliches salen con un zumbido en los oídos. Esa es una forma de protección que tiene el oído porque cuando está expuesto a mucho ruido,

trata de protegerse subiendo el umbral auditivo, entonces es como que trata de ensordecer un poco el oído para protegerse de esos niveles excesivos.

El oído humano no está diseñado para niveles tan altos, está pensado para los ruidos de la naturaleza que son ruidos relativamente bajos. Cuando las personas van generando fuentes de ruido, la tecnología va llevando a que haya fuentes ruidosas y eso es lo que repercute en la salud humana, la salud auditiva, ahí es donde empiezan a aparecer los problemas. Además, la tecnología hace que sea más fácil estar expuesto a ruidos excesivos. Cuando estamos en un ambiente ruidoso y queremos escuchar música con auriculares, si vos querés escuchar bien, vas a subir mucho el volumen y es donde empiezan a aparecer exposiciones a niveles elevados.

EM: ¿Cuál es tu visión a futuro respecto a la gestión de la contaminación sonora y cómo se puede prevenir tanto individual como comunitariamente?

JPV: No se está haciendo prácticamente nada para tratar de mitigar. No noto que haya por parte de los municipios nada para tomar conciencia o para tratar de controlar mínimamente algo. Uno no puede

salir como habitante a controlar porque no es nuestro rol. Sí podemos tomar conciencia y decirle a algún amigo o familiar si tiene la moto ruidosa, pero la prevención entraría por el lado de los municipios. Después lo que se puede llegar a hacer son algunas charlas que damos desde el CINTRA. Estas suelen ser sobre la conservación de la audición y tomar conciencia de que se tiene que proteger desde edades tempranas. Pero la contaminación sí o sí la tiene que prevenir el municipio.

No es solamente buscar un ambiente más silencioso, sino también son hábitos. Por ejemplo, se está buscando trabajar con los fabricantes de celulares, para que el mismo celular te advierta cuando escuchas a un nivel alto durante mucho tiempo y de que tenes que bajar el volumen o tomar un descanso porque corres el riesgo de tener una pérdida auditiva.

Muchas personas que han trabajado en un ambiente laboral ruidoso te dice “después de trabajar 20 o 30 años perdí la audición y yo creía que lo podía recuperar y no”. No hay nada, hasta ahora, que te muestre que puedas recuperar la audición, es algo que perdiste para siempre, entonces, hay que cuidarlo.



Cementerio Santa Inés, pasillos del resguardo

VILLA ALLENDE

El cementerio municipal Santa Inés no es el más popular de Villa Allende en la actualidad, pero resguarda en su interior una parte fundamental de su historia. Aunque es imposible establecer una fecha exacta de fundación, se estima que comenzó a operar en 1923, ya que se conservan registros de actos y conmemoraciones religiosas realizados desde esas tempranas fechas.

Lo que sí se conoce con certeza es que el 9 de mayo de 1893, Mercedes Goycochea de Allende donó los terrenos sobre los que se asientan no solo el cementerio, sino también la plaza y la parroquia local.

Párrafo aparte merece esta figura, quien como se la menciona en el libro "Cuerpo de ciudad, alma de pueblo", fue la principal hacedora de la urbanización que dio inicio a Villa Allende. En sociedad con sus hijos, encargó al ingeniero agrimensor Aureliano Bodereau el relevamiento de las tierras que permitió la posterior subdivisión de lotes, muchos de los cuales fueron donados o regalados por Doña Mercedes, mujer reconocida por su generosidad.

Del Arzobispado al Municipio

En una visita especial de El Milenio, Nicolás Loza, actual responsable del cementerio Santa Inés y vecino de Villa Allende de toda la vida, explicó que la necrópolis tuvo dos principales cuidadores a lo largo de su existencia: Don Luis Brandán (hasta el año 1954) y su tío, Don Alfredo Mario "Chicho" Ríos (entre 1954 y 2006), quien realizó el cuidado del lugar en compañía de sus hijos Mario Alfredo y Luis Oscar.

Cabe resaltar que, originalmente, el cementerio era propiedad del Arzobispado de Córdoba, por lo que su administración estaba a cargo de la Parroquia Nuestra Señora del Carmen. Es recién durante el año 2012 que pasó a funcionar bajo la órbita de la Municipalidad de Villa Allende, como forma de cumplir con uno de los últimos

Con más de cien años de vida, el primer camposanto de Villa Allende sigue albergando la memoria de los primeros habitantes de la ciudad. A pesar de su valor histórico, hoy es poco conocido y enfrenta problemas de mantenimiento, por lo que su actual responsable, Nicolás Loza, destaca la importancia de declararlo monumento histórico.

anhelos del Padre Humberto Mariani, reconocido párroco de la ciudad.

"El cura hacía tiempo que quería transferir el cementerio a otra institución. En 2010 se enferma de cáncer y empieza a ofrecérselo a distintas entidades de la Villa, pero nadie quería hacerse cargo", recapituló Loza, valorando que el párroco nunca pensó traspasarlo a un particular, sino que siempre buscó una alternativa comunal.

"Finalmente, en un acto de caridad, para sacarle un peso de encima al párroco que estaba muriendo, la municipalidad (en ese entonces, segundo gobierno del intendente Máximo Martínez) decide hacerse cargo", continuó.

Un problema difícil de resolver

Según contó Loza, cuando en mayo de 2012 el municipio comenzó a ocuparse del lugar, lo encontró en estado casi de abandono. Al respecto, el actual responsable enumeró: "Con mucha suciedad acumulada en sus pabellones y galerías, con muchísimas telarañas y basura. Restos de ladrillos y escombros esparcidos por todo el cementerio, pastizales y techos poblados de yuyos y humedades".

Si bien durante los últimos años se realizó un gran trabajo para acondicionar el lugar, limpiando a fondo, pintando y restaurando todo lo posible, los años de antigüedad del cementerio dificultan su mantenimiento y futuras inversiones.

"Es una estructura que está muy bien para los años que tiene -explicó Loza-, el personal de maestranza lo mantiene impecable, pero imagínense que

las construcciones más nuevas son de mediados del 80 y no se usaron los mejores materiales"

Entre los principales problemas se destacan la imposibilidad de realizar obras para evitar la humedad en las construcciones sin comprometer su estructura, los robos que suceden frecuentemente y la gran población de palomas, atraídas por la presencia de caballos y animales de las viviendas cercanas.

A todo esto se suma la falta de compromiso de los deudos



El lugar se encuentra entre las calles Zenón Bustos, Duarte Quirós y Bartolomé Mitre de Barrio Industrial.

con el cuidado y la limpieza de los nichos familiares. "Muchas veces las familias no ingresan a realizar los cuidados correspondientes, pese a tener las cuotas al día. En otros casos, los nichos fueron comprados a perpetuidad, pero los familiares de esas personas han muerto. Entonces no los podés sacar, pero tampoco tenés a quién cobrarle", comentó el responsable.

Además, añadió, tampoco existe una ordenanza que regule la actividad del cementerio, lo cual permitiría "trabajar de otro modo en distintos aspectos como exhumaciones y reparaciones de distintos sectores".



Nicolás Loza contó la historia del primer camposanto de Villa Allende a los estudiantes de El Milenio.



Nacido en 1923, el cementerio pasó al municipio en 2012 y es mantenido actualmente por trabajadores de maestranza.

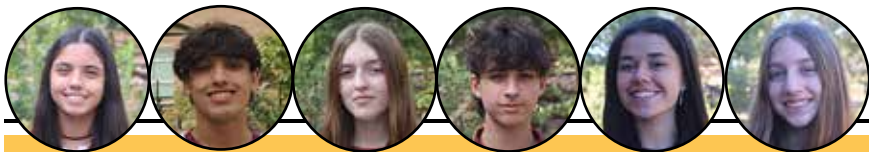
Monumento a la memoria

Para Nicolás, esta situación genera un cuello de botella que le da al cementerio una vida útil de 15 a 20 años más. Por eso, considera fundamental darle un nuevo propósito y sentido en la vida de la Villa moderna, declarándolo monumento histórico.

Como destacó Loza, es importante recordar que el cementerio alberga los restos de los primeros vecinos de la ciudad, entre ellos, ex intendentes, integrantes de organizaciones como el Rotary o la Cooperativa de Obras y Servicios, figuras de

la cultura e incluso fundadores y jugadores de los clubes deportivos más importantes de la ciudad, como el Villa Allende Sport Club, el Club 11 de Octubre, el Club Atlético Quilmes y el Córdoba Golf Club.

"Me parece importante mantener el cementerio como un lugar histórico. que guarda la memoria de los antiguos habitantes de la Villa, aquellos vecinos que fueron forjando el alma y el cuerpo de esta ciudad que hoy tenemos", defendió Loza y concluyó: "Los personajes sepultados en el Santa Inés son referencias insoslayables a la hora de recordar nuestras raíces".



Por: **Francina Restelli, Guillermo Rodríguez y Sol Flores 4° IENM**
Jeremías Suarez, Rocío Mapelli y Ambar García 4° IMVA
Redacción: **Carlos Romero**



SOCIEDAD

Nueve años después, Justicia al fin

Omar Alejandro Guzmán Vega admitió en un juicio abreviado celebrado a mediados de junio, ser culpable de estafas a vecinos de los barrios El Perchel y Los Cigarrales durante las inundaciones del 15F. El ingeniero reconoció que les solicitaba un porcentaje del dinero que el estado provincial les daba a los vecinos para que puedan reparar sus viviendas.

MENDIOLAZA

Apoco de cumplirse diez años de las atroces inundaciones que afectaron a varias localidades de Sierras Chicas, por fin un poco de paz y justicia llegó para algunas familias afectadas en Mendiolaza.

Y es que, el pasado viernes 14 de junio, la justicia cordobesa encontró culpable al

ingeniero Omar Alejandro Guzmán Vega de estafas en concurso real en perjuicio de las familias de los barrios El Perchel y Los Cigarrales.

Gracias a esta fallo de la justicia, el ahora condenado por estafas debe cumplir una condena de tres años de prisión condicional, tres años de inhabilitación especial para el ejercicio de funciones públicas y el mismo período de inhabilitación para el ejercicio de su función como ingeniero civil.

No obstante, se le permitirá seguir ejercitando la docencia, ya que alegó ser su única fuente de ingresos para mantener a su familia. "Es una sentencia con poco sabor. Guzmán se aprovechó de un estado de catástrofe", opinó al respecto Nicolás Martínez Dalke, quien llevó adelante la denuncia penal, acompañando desde el primer momento a muchos de los vecinos estafados.

Y siguió: "Debería haber tenido una pena más ejemplificadora porque era un profesional que trabajó y fue enviado por el Estado". Respecto al juicio, el mismo estuvo a cargo de la vocal de Cámara Mónica Traballini y el fiscal de Cámara intervi-

niente fue Gustavo Dalma.

Un dato a tener en cuenta es que el proceso estaba programado para celebrarse durante los días 14, 18 y 19 de junio en lo que se conoce como modalidad de Juicio Abreviado, pero terminó resolviéndose en tan solo un día debido a la decisión del imputado de confesar los delitos y no realizar ninguna defensa a su favor.

El caso

Todo comenzó en el mismo año 2015, pocas semanas después de sucedidas las inundaciones del 15 de febrero, cuando desde la provincia se lanzó el "Programa de Reconstrucción de las viviendas afectadas por las inundaciones acaecidas en la zona de Sierras Chicas".

De acuerdo con este, el Colegio de Ingenieros Civiles y Arquitectos de la provincia de Córdoba se comprometía a mandar ingenieros a las diversas ciudades afectadas por las inundaciones para que hablen con los vecinos y les ayuden a realizar las valoraciones y cálculos necesarios para que puedan reconstruir sus viviendas en el menor tiempo posible.

Al finalizar la labor, los ingenieros debían realizar un informe final, en donde el Estado le retribuirá a cada uno por cada vivienda relevada. Es en este punto que aparece Guzmán Vega en la ecuación, quien era un ingeniero civil especialista en Higiene y Seguridad, que co-

"A una vecina le llegó a sacar hasta la tarjeta de débito", destacó Martínez Dalke acerca de los modos de proceder de Guzmán Vega.

mienza a realizar estas tareas por los barrios de El Perchel y Los Cigarrales, charlando con los vecinos y contándoles que venía "a ayudarles en nombre del Estado".

"Por cómo te hablaba y cómo te explicaba las cosas, creí que era una buena persona, que nos venía a ayudar", comentó a este medio Olga, una de las tantas vecinas afectadas por los engaños de Guzmán.

"Se presentó como un enviado del Estado y que se iba a hacer cargo para que la provincia nos pudiera dar plata para reparar nuestras casas. Que era necesario que él guiara la obra porque si no, no nos iban a dar nada", agregó la habitante de barrio El Perchel.

Según contó ella y concordaron muchos afectados, el ardid consistía en que el ingeniero les

pedía un diez por ciento del total que les iba pagando la provincia de Córdoba. Montos que variaban y podían ir desde 5 mil hasta otros superiores a los 60 mil pesos. Lo peor de todo es que, aprovechándose que el estado realizaba estos pagos en dos partes, el ahora condenado, les decía que si no abonaban esa suma, no podrían cobrar la siguiente.

"A una vecina le llegó a sacar hasta la tarjeta de débito, una vecina que lamentablemente ya falleció", añadió Dalke. Y siguió: "Durante 20 días, todos los días,



Nicolás Martínez Dalke escuchó a los vecinos en aquel momento y los acompañó en el proceso de recolección de pruebas y presentación del juicio.

le había sacado 5 mil pesos de la cuenta, que era el máximo en ese momento".

El juicio

Toda la maniobra hubiera pasado desapercibida si no fuera porque, poco a poco, los distintos damnificados empezaron a hablar del tema con sus vecinos y se dieron cuenta de que los demás ingenieros que realizaban los mismos relevamientos no cobraban ni realizaban los mismos trámites invasivos que les exigía Guzmán Vega.

Fue en ese momento que un vecino se acercó al, por entonces, concejal Martínez Dalke para contarle lo que le estaba pasando. De esta forma, descubrieron que hubo más estafados por el mismo ingeniero y, luego de recopilar pruebas y testimonios, realizaron la presentación judicial en enero de 2016.

Cabe resaltar que en aquella primera oportunidad se presentaron solo cinco denunciantes, pero al volverse un tema de público conocimiento, se sumaron otros cinco más. Asimismo, es importante destacar que en todo este tiempo, el ingeniero

negó los cargos públicamente, alegando en su momento que simplemente cobró "montos exigüos que nunca excedieron los cuatro mil pesos" y que lo hizo en "concepto de supervisión de obra".

En tanto, para mediados de junio de este año, lamentablemente algunas de las personas denunciantes fallecieron y otras decidieron no continuar con el proceso, quedando al final solo siete denunciantes que, de alguna manera, lograron su objetivo de encontrar algo de paz y justicia en medio de la tragedia que fue el 15F.

Como aclaró Dalke, son personas que ya sufrieron en su momento las inclemencias de las inundaciones y solo quieren seguir adelante con sus vidas sin tener que volver a recordar el dolor.

"Los vecinos fueron violentados por las inundaciones del 15F y, cuando tenían un poco de esperanzas de rearmar sus vidas, fueron violentados nuevamente por este tipo. No quieren estar más así porque es recordar el dolor de perderlo toda otra vez", concluyó.



Maestro de las artes marciales

Ítalo Corradini ha recorrido un largo camino en el mundo de las artes marciales, destacándose como campeón nacional en taekwondo y subcampeón argentino en la categoría escuela. Con una trayectoria de más de cuatro décadas, ha combinado disciplinas como el taekwondo, el boxeo y el kickboxing, formando a numerosos campeones nacionales y promoviendo valores de respeto y disciplina en sus alumnos.

RÍO CEBALLOS

Ítalo Corradini no fue solo un joven inspirado por la tradición familiar, sino también un atleta que logró forjar su propio camino en el ámbito competitivo. El taekwondo lo vio coronarse campeón de torneos nacionales en 1994, año en el que también destacó a nivel provincial. En 1996, volvió a subir al podio, obteniendo el subcampeonato argentino en la categoría escuela.

Su primer contacto con las disciplinas marciales se produjo gracias a su papá cuando tenía 8 años, a través del karate, la más conocida de las artes marciales. Su padre, un amante de los deportes de combate en general, proporcionó a su hijo una gran cantidad de información que le permitió explorar diversas disciplinas como Judo, Jiu Jitsu y Kung Fu, entre las cuales algunas llegó a practicar profesionalmente.

Así, el joven comenzó su recorrido en las artes marciales en Taekwondo, obteniendo el tercer dan en esta disciplina y el segundo dan en Hapkido. Paralelamente, se formó en boxeo y se certificó como técnico. "Comencé a combinar estas disciplinas en lo que hoy se conoce como artes marciales mixtas", explicó.

De esta manera, más tarde inició la formación de estudiantes en kickboxing, fusionando técnicas y creando un estilo único. Asimismo, la combinación abrió nuevas oportunidades en numerosos eventos.

Actualmente, Corradini tiene 51 años y se encuentra hace 43

en este mundo. En cuanto a su faceta enseñando, recordó: "Mi proceso para llegar a ser profesor fue a los 20/25 años porque mi instructor se fue de viaje y me dejó a cargo un grupo, entonces ahí me di cuenta que me gustaba dar clases de las disciplinas que yo mismo practicaba".

Y respecto a la dinámica de enseñanza, comentó que "la formación de estos deportes es muy individual". Por lo tanto, aunque entrenan en grupo, cada persona tiene su propio objetivo, con el profesor al lado del deportista, nutriéndolo de confianza y técnica. En este marco, los logros y fracasos son compartidos. "Es importante el acompañamiento y la orientación durante la competencia", destacó Corradini.

Finalmente, cabe destacar que a lo largo de su camino como formador, Ítalo ha tenido muchos alumnos destacados, como Nicolás Zuliani, Maximo Ávila, Federico Marcos y Catriel Toño, quienes han sido campeones nacionales. Hoy, son Lucas Cánovas e Ignacio Bustos quienes están compitiendo a un alto nivel de la mano del referente.

El Milenio: ¿Qué puntos en común tienen todas las disciplinas que trabajás con tus alumnos y cuáles son las diferencias más significativas?

Ítalo Corradini: Dentro de lo que es la práctica de las artes marciales y los deportes de combate tenemos dos aspectos muy marcados. Uno es el recreativo, donde los niños, niñas y todo aquel que quiera entrenar puede hacerlo. Hoy se



desmitifica un poco eso de que el entrenamiento es exclusivo; ahora puede hacerlo cualquiera. Las academias y los profesores están formados para tener esa amplitud. Muchas personas vienen por salud, problemas de adicciones, autoestima y otras cuestiones que se trabajan en estos tipos de entrenamiento.

Luego, está la persona que quiere hacerlo por una cuestión deportiva, que quiere competir. Este entrenamiento es diferenciado, con una mayor exigencia y cuidado, como cualquier deporte de alto rendimiento o federado. Igualmente, ambos tienen un punto en común: la enseñanza de la disciplina mediante un entrenamiento físico y técnico.

EM: ¿Al enseñar diferentes artes marciales, existe algún enfoque particular que apliques de manera transversal a todas las distintas modalidades?

IC: Nosotros los profesores que enseñamos distintas disciplinas no somos muchos, pero algunos lo hacemos. Mi metodología es enseñar cada disciplina en particular y luego trabajar en las fusiones. Cuando enseño taekwondo, enseño taekwondo; cuando enseño boxeo, enseño boxeo; cuando enseño kickboxing, fusiono mis conocimientos de boxeo y taekwondo para enseñar lo que kickboxing necesita en cuanto a reglamen-

tos y técnicas. Cada disciplina tiene su propio entrenamiento y reglas específicas, pero pueden compartir aspectos técnicos, como el trabajo de piernas en boxeo y taekwondo.

EM: ¿Cómo fomentás la complementariedad entre disciplinas para enriquecer la formación de tus alumnos?

IC: Es una buena pregunta. Enseñamos una disciplina que encierra todo lo que queremos transmitir: respeto, sacrificio, valorización, enseñanza y empatía. Los alumnos aprenden de mí, yo aprendo de ellos, el alumno más avanzado aprende del más nuevo y el más fuerte aprende del más débil.

En nuestra escuela, nos enfocamos siempre en un entrenamiento con disciplina y valores que las artes marciales proponen, incluso en el boxeo, que es menos estructurado pero tal vez más duro. Formamos a la persona, no solo al deportista, inculcando valores que también se aplican en la vida.

E.M: ¿Existe algún cruce entre las distintas artes marciales y los deportes de lucha, como un choque entre técnicas o filosofías?

IC: Siempre habrá choques de estilos y escuelas, como en cualquier deporte. Cuando las artes marciales se convierten en deportes, tienen las mismas contras y beneficios que cualquier otro deporte competitivo.

Cada disciplina tiene sus reglas y entrenamientos específicos, pero en la competencia, el objetivo es ganar. La preparación y los objetivos de cada uno son diferentes, y cada disciplina tiene su propia estructura y entrenamiento.

EM: ¿Cómo ha avanzado la imagen de los deportes de lucha y artes marciales con el tiempo?

IC: Antes, los deportes de lucha como el boxeo eran más marginales y tenían muchos prejuicios. Hoy, son de los deportes más populares y convocantes. Se ha desmitificado mucho, y ahora más personas quieren practicar estos deportes. Esto ha abierto la posibilidad para que todos aquellos que siempre tuvieron miedo se animen a practicar sin prejuicios.

E.M: ¿Cuál es la situación actual de estas disciplinas en la zona de Sierras Chicas?

IC: En nuestro corredor, los gimnasios que enseñan estas disciplinas son profesionales. Sin embargo, en otros lugares hay personas que entrenan pocos meses y se declaran profesores sin la formación adecuada. Es un tema complicado que se está tratando de reordenar a nivel federativo. La popularización de estas disciplinas ha aumentado, pero también necesitamos certificaciones y control para asegurar la calidad de la enseñanza.



Hábitos en red

VILLA ALLENDE

En la actualidad, entrenar ya no se limita solo a hacer un deporte, surgiendo múltiples alternativas de actividad física que van desde la musculación dentro de la sala de un gimnasio hasta funcional o crossfit. En este marco, el corredor de Sierras Chicas se pobló de espacios para tales propuestas, lo que significa un aumento en la conciencia humana de hacer ejercicio.

Milagros Cassino es entrenadora y generadora de contenido, trabajando específicamente en entrenamientos para mujeres y se especializa en desarrollo de hábitos. La joven de 27 años, vecina de Villa Allende, cosecha en su Instagram más de 25 mil seguidores y 16 mil en Tik Tok.

Desde muy joven, "Mili" se vinculó con el ejercicio, un aspecto profundamente arraigado en su familia. "Empecé danza a los tres años y mi papá, que competía en fitness, también influyó mucho. A los 18 años, dejé el baile y me enfoqué completamente en el gimnasio", recordó.

La falta de entrenadores que ofrecieran planes personalizados para mujeres fue lo que la motivó para formarse en esta área. Al respecto, contó: "Estudié Licenciatura en Recursos Humanos, pero también hice instructorados y formaciones con profesores internacionales".

De todas formas, no se limitó a cursos formales. "Soy muy autodidacta y experimento mucho. Inicié entrenando chicas presencialmente y, antes de la pandemia, me dediqué a planificar entrenamientos a distancia", explicó. Este enfoque innovador le permitió crear una comunidad en línea que sigue creciendo.

Hoy, Cassino está estudiando coaching ontológico y profesorado de yoga, con el objetivo de profundizar sus saberes en el acompañamiento de hábitos en general y ofrecer charlas, talleres y retiros.

En tanto, su motivación para especializarse en el entrenamiento de mujeres se basó en la necesidad de un enfoque personalizado. De esta manera, no solo brinda un plan de entrenamiento, sino un acom-

Milagros Cassino es personal trainer, instructora en musculación e influencer. Desde sus redes sociales, busca empoderar a las mujeres para que adopten un estilo de vida saludable y duradero, brindándoles conocimientos para mejorar sus hábitos y cambiar la perspectiva en torno a la actividad física.

pañamiento. Además, subrayó que "las mujeres necesitan entrenamientos adaptados a su biología, considerando aspectos como los ciclos hormonales y la edad". También complementó: "Hay mucho desconocimiento y la mayoría de las personas no encuentran tiempo para entrenar".

Perspectiva integral

La influencer cordobesa enfatizó en que "un enfoque global es fundamental para ver cambios y beneficios reales". En esta línea, aseveró: "Los cambios no solo dependen del entrenamiento, sino también la gestión del estrés, el descanso y la alimentación".

Sobre el último punto, remarcó que trata de una profesión aparte y señaló: "Acompaño mis planes con una guía armada por un nutricionista, pero siempre recomiendo que, para planes específicos, las personas recurran a un nutricionista especializado".

Asimismo, recomendó leer libros que puedan inspirar y guiar a sus seguidores. Entre estos, destacó aquellos para trabajar hábitos, mejorar vínculos y lograr la vida deseada. Y sobre estos, reflexionó: "Es el contenido que más relevancia está teniendo y el que más me gusta compartir".

En cuanto a su evolución en las plataformas, comentó: "Mi contenido ha mutado de centrarse en el entrenamiento a incluir hábitos generales, como el descanso, la meditación y la respiración".

Por lo tanto, su objetivo es beneficiar no solo a sus clientas directas, sino también a una audiencia más amplia a través de las redes sociales. Así, divulga herramientas "para trabajar creencias limitantes y lograr un cambio profundo de identidad" -en sus palabras-.

Con el cuerpo y la mente

En este sentido, su impronta es apuntar al largo plazo con la propuesta que transmite en redes sociales. Mientras abunda material en torno a rutinas y consejos de entrenamiento, la característica que define lo publicado por Cassino es propiciar la motivación, mediante la sinceridad y el realismo.

A través de una pantalla, muestra que la disciplina y la confianza son claves para no dejarse vencer por factores externos que devengan en excusas. En sintonía, remarcó la importancia de que sus entrenamientos sean accesibles, afirmando que trabaja con precios cordiales para sumar adeptas.

"Mi público principal son chicas jóvenes entre 15 y 30 años, pero entreno mujeres de todas las edades y tipos de cuerpo", explicó. Cabe destacar que su enfoque abarca tanto el entrenamiento en el gimnasio como en casa, según las necesidades de cada persona que la elija, para que nada implique un impedimento al momento de entrenar, durante todo el año.

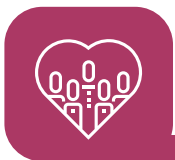
Acerca de la planificación anual, indicó que "es normal establecerse metas y ejercitarse solo ante la llegada del verano o un evento especial". No obstante, hizo hincapié en que, por los beneficios que suscita, es crucial difundir la idea de incorporar el hábito del movimiento y es este propósito el que la inspira para hacer

el contenido que figura en sus perfiles.

"Me inspira saber que puedo ser el disparador para que alguien decida hacer un cambio", confesó. Y agregó: "Quiero que las mujeres tomen conciencia de que son capaces de lograr todo lo que se propongan. Mi rol es darles las herramientas necesarias para que elijan un estilo de vida saludable".

Finalmente, contó que trabaja sola en todo lo que refleja su cuenta, cerrando: "Todo el mundo me pregunta sobre la dinámica y estética del contenido, pero lo hago sola. A veces es costoso mantener el equilibrio, pero intento que haya coherencia entre lo que soy y lo que genero para mostrar".





El Milenio tiene a la campeona provincial de ajedrez

Se trata de la profesora Eliana Mendieta, quien obtuvo el título en el Campeonato Provincial superior unificado FAPC-AAPC "Memorial Edith Soppe" que se disputó en la Asociación Deportiva Atenas. Luego de un arduo trabajo con su profesor y psicólogo, Mendieta ha vuelto a las competencias, buscando superarse y alcanzar otros títulos de renombre.

ENM

Eliana Mendieta, campeona provincial de ajedrez y profesora de ajedrez en el Instituto Educativo Nuevo Milenio de Unquillo, comenzó su historia en este deporte cuando tenía solo ocho años. Entonces, su hermano mayor asistía a clases de esta actividad en la escuela Roma de Alto Alberdi. Aunque ella era más joven, insistió a sus padres para que le permitieran unirse, y así fue como conoció a sus primeros maestros, Alejandro Hood y Walter Zoppe.

Desde el inicio, ellos notaron su habilidad y entusiasmo, por lo que a los pocos meses de iniciar, uno le sugirió clases

particulares. De esa manera, y muy rápidamente, Eliana se encontró participando en su primer campeonato argentino superior femenino en Tucumán, donde tuvo un gran desempeño. Este torneo fue decisivo para ella, confirmando su pasión y su deseo de dedicarse por completo a una vocación que sostuvo tras el paso del tiempo.

Hoy, dicta clases en varios colegios, incluyendo el Instituto Educativo Nuevo Milenio, el Paula Albarracín de Sarmiento y el Santo Domingo de Córdoba. También trabaja en centros de jubilados, un merendero y en el CPC de Argüello. Aún así, siempre encuentra tiempo para sus entrenamientos personales.

Según detalló, su estilo de juego es agresivo, llevándola a perder piezas en el camino para finalizar ganando con partidas impresionantes.



Asimismo, también tiene otras metas. Una de ellas es llevar el juego a lugares donde es difícil acceder, como merenderos o escuelas con pocos recursos. Según expresó, cree firmemente en el poder del mismo para romper barreras de edad, género y clase social, por lo que desea multiplicarlo en diversas comunidades.

La reciente victoria en el campeonato provincial fue muy significativa, ya que desde el año pasado había planeado participar. Eso la llevó a empezar a entrenar nuevamente con su profesor una vez por semana y a contar con apoyo psicológico en las competencias. "Me ayudó un montón para tener confianza, para saber que si las cosas no salen hay otras oportu-

nidades, el deporte te da nuevas oportunidades, me frustraba mucho cuando perdía o cuando me quedaba ahí del título", sostuvo.

Finalmente, la campeona relató que sus estudiantes tanto de primaria como de secundaria, muestran un gran interés por su trayectoria y logros. "Hay muchos chicos que son deportistas también, entonces intercambiamos lo que nosotros hacemos tanto para entrenar como para jugar", aseveró. Y celebró que "los torneos que se organizan en el instituto son muy esperados", ya que los alumnos participan con entusiasmo, no solo por el aprendizaje, sino también por la oportunidad de hacer nuevos amigos.

Una participación brillante en el modelo de Naciones Unidas

IMVA

Los días 31 de mayo y 1 de junio, estudiantes de 2do y 3er año del Instituto Milenio de Villa Allende participaron en el Modelo Junior de Naciones Unidas organizado por Organización Argentina de Jóvenes para las Naciones Unidas (OAJNU). Representando a las delegaciones de India y Bangladesh, los jóvenes asumieron el rol diplomático y debatieron sobre temas de la agenda internacional, proponiendo soluciones a diversas problemáticas globales.

El objetivo de este proyecto es despertar conciencia en los estudiantes, promoviendo la formación humana e incentivando el desarrollo de jóvenes comprometidos, para generar en ellos una visión crítica y transformadora ante la pluralidad de realidades.

Durante el evento, los tópicos

Estudiantes de 2º y 3º año del Nivel Secundario participaron del último Modelo Junior de Naciones Unidas. En esta ocasión representaron a Bangladesh e India, logrando la delegación del último país un reconocimiento por participación destacada en el Consejo de Derechos Humanos.

abordados incluyeron temas críticos y actuales. En la Cumbre para el Desarrollo, discutieron el impacto del cambio climático en la disponibilidad y calidad del agua, la importancia de educar para la igualdad, y los peligros del terrorismo y la proliferación de armas de destrucción masiva. Por su parte, en el Consejo de Derechos Humanos, los debates se centraron en la protección de los derechos humanos en el contexto de las tecnologías digitales, la situación de la niñez, juventud, disidencias en campos de refugiados y la crisis política en Myanmar y su im-

pacto en los derechos humanos.

Según expresó Victoria Tarifa, una de las profesoras a cargo de trabajar en los discursos junto a los estudiantes, la experiencia fue altamente enriquecedora para todos los participantes, resultando en significativos logros y aprendizajes. Este proyecto les permitió asistir a capacitaciones presenciales y virtuales organizadas por voluntarios de OAJNU; además de trabajar en equipo para investigar y seleccionar información relevante sobre la situación de los países y otros en relación a las problemáticas debatidas. Con esta in-

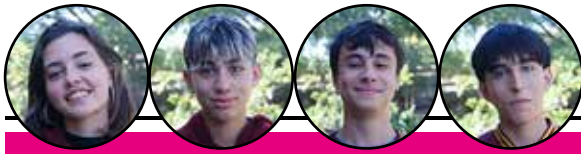


formación, los estudiantes elaboraron discursos y prepararon interpelaciones para intervenir activamente en los debates del modelo.

Además, de entre todas las instituciones de la provincia que participaron, los estudiantes de Villa Allende, de la delegación de la India, recibieron el reconocimiento especial por su participación destacada en el Consejo de Derechos Humanos. Este logro refleja el compromiso y la dedicación de nuestros estudiantes y profesores en la

búsqueda de una educación integral que fomente el pensamiento crítico, la colaboración y el compromiso con los asuntos globales.

Además de Victoria Tarifa, los docentes que acompañaron el proyecto son Laura Fonsfria y Gabriela Almada. Los estudiantes que participaron fueron: Sol Montanari (3A); Guadalupe Piattini (3A); Carmela Alonso (2B); Thelma Sheibengraf (2C); Miranda García (2A); Mia Pensa (2B); Guadalupe Del Pino (2B); y Ciro Frontoni (3B).



El periodismo o el arte de siempre desconfiar

UNQUILLO

“La esencia del periodismo va a ser siempre la misma: buscar fuentes, investigar, contrastar, dudar, volver a dudar, hacer tu trabajo, volver a dudar, plasmarlo y volver a dudar de lo que estás haciendo”, expresó José “Pepe” Reyna, periodista cordobés con vasta trayectoria en la radio y prensa gráfica.

Desde los 14, Reyna estaba seguro de su camino: quería escribir y contar noticias. Al terminar el secundario ingresó a la carrera Comunicación Social, en la UNC. Más tarde accedió a una pasantía en Radio Universidad, hecho que le devolvió un entusiasmo que confesó haber perdido durante los primeros años. “Volvió con toda la furia, con esa pasión que tenía por contar historias, por hacer noticias, por aprender y de ahí en más no se detuvo nunca”, rememoró.

Así, conoció a numerosos colegas, de los cuales, destacó que aprendió mucho, recibió consejos e inclusive lo decepcionaron. Aún así, resaltó: “Uno a las decepciones también tiene que sacarle jugo y no mirar lo malo, sino decir, bueno, ‘esto no debo hacerlo’ o ‘de esto no debo aprender’”.

El sistema de pasantías era muy flexible y en lugar de estar 4 horas, a veces Reyna llegaba a estar 8 o 12. Al respecto, reflexionó: “Un poco porque se aprovechaba el medio y otro poco porque si querías aprender te querías quedar”. Posteriormente, siguió como cronista por Canal 12; en Radio LB2, en la FM Open; por Radio Centro y un tiempo muy breve en Cadena 3.

Alejándose de la radio, incursionó en el diario Comercio y Justicia, entrando así al mundo gráfico, hasta que fue convocado por La Voz para el diario Día a Día. Y tras pasar por diversos proyectos del medio, hace 4 años, Reyna se convirtió en el editor general de Tiempo Real, una sección que genera contenido

Con una trayectoria de casi 35 años, José “Pepe” Reyna hoy ocupa el cargo de Editor General de Tiempo Real, la sección de La Voz del Interior que actualiza noticias de último momento. Después de haber pasado por la radio, televisión y diarios, el vecino de Unquillo reflexionó sobre los desafíos de la profesión ante la irrupción de las nuevas tecnologías en la vida cotidiana.

do sobre las noticias de último momento.

Al ritmo de un país que nunca descansa

La redacción del espacio que dirige “es intensa y frenética” -en palabras del comunicador-. “No es algo que en algún momento baje porque vivimos en Argentina. Entonces, noticias hay todo el tiempo a toda hora y en todo lugar”, indicó. A su vez, explicó que “si no se sube a ese ritmo de trabajo, es muy difícil llevar adelante todas las tareas: estar alerta en todos los grupos de WhatsApp, mirar la televisión, escuchar la radio, chequear otras páginas y más”.

Asimismo, señaló que su equipo (de 12 personas) son llamados “los cabeza quemada”, ya que están todo el tiempo sentados en la computadora y escribiendo. “Si yo tuviera que hacer una comparación, diría que es como un móvil callejero con el que salís a la calle a buscar noticias”, agregó sobre la labor cotidiana.

Junto al nivel de exigencia que implica el minuto a minuto, los desafíos actuales que presenta el periodismo son otros de los factores que mantienen motivado a Reyna en su profesión. Uno de ellos, es la evolución de la tecnología en las distintas herramientas del oficio. “En los últimos cinco años aprendés algo y al mes se quedó viejo”, sostuvo.

En este marco, alejándose de la demonización que hay alrededor de herramientas como la inteligencia artificial, el periodista apuntó que “lo importante siempre va a ser el

uso que se haga de ese instrumento”. Sobre esto aseveró: “Si la tecnología sirve para que vos hagas mejor periodismo, la tenés que aprovechar”.

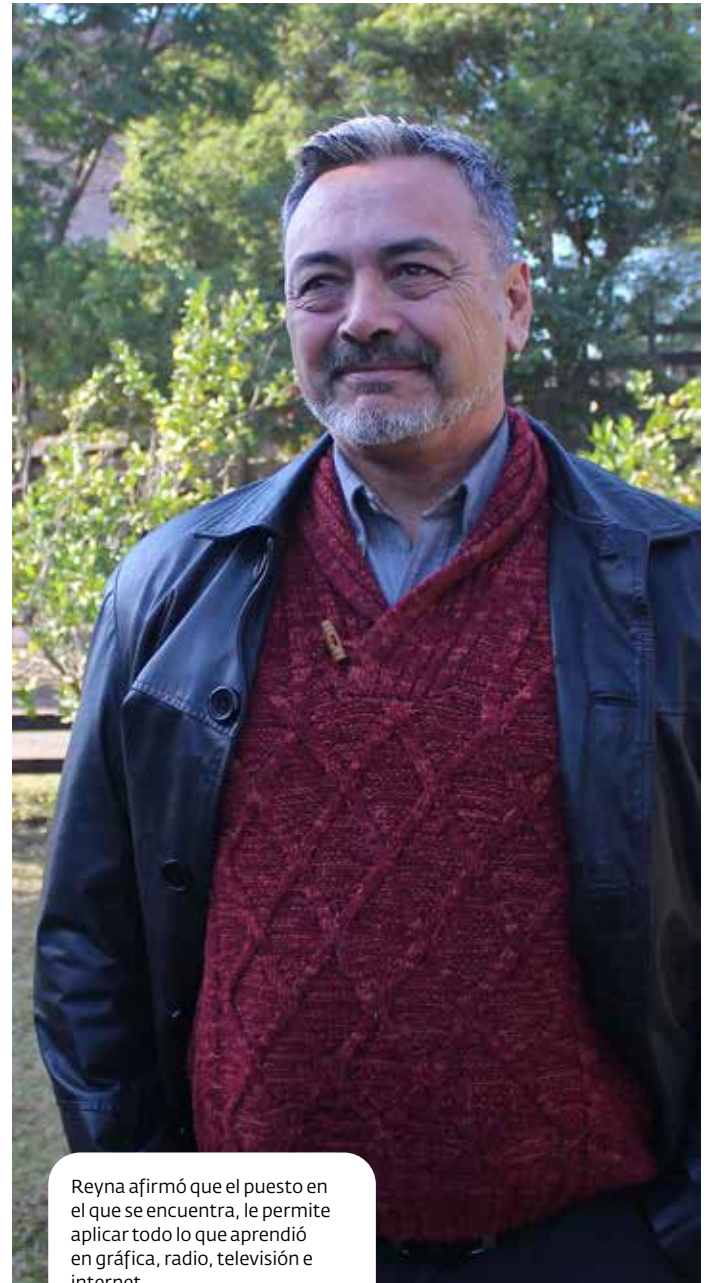
Por ejemplo, se refirió al debate que hay en torno a las fake news, fenómeno que genera un descrédito de la profesión. En tanto, comentó: “En lugar de quejarse, eso debería ser un reto para nosotros para ver cómo hacer para enseñarle a la gente que no caiga en eso. Es ahí donde nuestra tarea vuelve a ser esencial”.

Por otro lado, también ahondó en Chat GPT. Según Reyna, puede funcionar como un gran auxilio, un asistente de escritorio, sin reemplazar la tarea humana. Así, al elaborar un artículo periodístico, se puede usar para armar el contexto, haciendo que, algo que años atrás quizás hubiera llevado horas, se resuelva en mucho menos tiempo. Sin embargo, advirtió que “es importante que el material producido a través de estas herramientas, siempre se transforme y se aplique a los modos de hablar locales”.

Balances de la experiencia

En el camino recorrido, además de haber presenciado hechos históricos de la ciudad y de haber entrevistado a grandes figuras, Reyna consideró que es un logro ocupar el rol que hoy realiza. “Es todo un desafío cuando la gente llega cada vez más joven a esos puestos”, expresó.

Además, hizo hincapié en la importancia de ayudar a la comunidad a través de la comu-



Reyna afirmó que el puesto en el que se encuentra, le permite aplicar todo lo que aprendió en gráfica, radio, televisión e internet.

nicación, enumerando situaciones que atravesó. “Ese vecino del barrio que llamó porque su hijo no podía acceder a un determinado tratamiento y uno fue, le hizo la nota, se encargó de difundirla y gracias a eso, el niño pudo acceder a un tratamiento; -relató- un barrio que pudo tener mayor seguridad por acceder a la electricidad. Ese deportista amateur que estaba en un lugar y que no lo conocía nadie, pero consiguió apoyo por una entrevista y así llegó a un torneo...”.

“Esas cosas para mí son maravillosas, más que entrevistar a un político, a un futbolista o a un montón de gente, para mí eso vale mucho más”, valoró. En tanto, a futuro anhela tener un canal de streaming para reflejar casos reales. Acerca del proyecto amplió: “Decir que en Argentina el 70% de los chicos de menos de 17 años son pobres o carecen de lo básico para comer es un número; ahora, si vos contás una historia de alguien en esa situación, lo más probable es

que la gente tome mayor conciencia”.

Por último, como consejo a futuros periodistas, Reyna señaló la ventaja con la que cuentan ya que no tienen que entrar necesariamente a un medio de comunicación para practicar. Y detalló: “Hoy pueden construir su propio medio, pueden generar público y volverse referentes en ciertos temas”. En la misma línea, aseguró que “cada vez más personas consumen contenido desde las redes sociales y esto segmenta aún más los públicos que ya no buscan noticias generales, sino temas específicos que les interesan”.

Finalmente, apuntó a la importancia de tener mirada crítica. “Crítico por fundamento, como decimos en la calle, que no te comas la primera curva, porque viene mucha gente a querer acercarte información de primera mano y en realidad detrás de eso hay una intención que no te la van a decir, pero que vos la tenés que averiguar”, concluyó.



“La voluntad tiene que ganarle a las excusas”

Entre la abogacía y el ciclismo, Celia Alejandra Grundy se encuentra compitiendo en carreras de autosuficiencia, que implican múltiples kilómetros y días para realizarlos. Así, su pasión la desafía constantemente y asegura que mediante la bicicleta aumentó su autoestima, en el deporte y la vida.

VILLA ALLENDE

Lo que comenzó siendo un medio de transporte logró transformarse en un estilo de vida. Celia se trasladaba en bicicleta cuando estudiaba en la universidad y luego, tras algunas complicaciones personales y con el paso de los años, fue dejando la actividad. Más tarde, decidió retomar de forma profesional y ya cuenta con muchos kilómetros recorridos y participaciones en competencias, que se suman a su cotidianeidad en el derecho.

“Mi labor como abogada es muy importante, porque puedo desarrollar tareas de investigación para conocer profundamente la problemática de la ciudad de Villa Allende. El ciclismo me ayuda a poder conectarme con otras cosas. A partir del año 2018 me apoyé en esta actividad y comencé a realizarla con mayor profundidad. Gracias a eso tuve la oportunidad de conocer gente con la que nos une la misma pasión y logré conocer lugares de la ciudad y de otras ciudades que jamás hubiera tenido acceso”, sostuvo en diálogo con El Milenio.

Actualmente se dedica a recorrer en ruta y en montaña, y su última carrera, que la llevó de Villa Allende hasta San Luis, fue hasta ahora la más significativa por ser de autosuficiencia, una metodología consolidada en el exterior y que se está abriendo paso nacionalmente. En este marco, comentó que le gusta competir contra sí misma estableciendo objetivos que le permitan superarse en cada etapa.

El Milenio: ¿Cómo fueron tus comienzos en el ciclismo?

Celia Grundy: El ciclismo no fue una decisión, fue una opción de vida porque mi situación económica era bastante estrecha. Comencé la carrera de profesora de educación física y como no tenía manera de trasladarme,

me compré una bicicleta. Con ella me movía a todos lados, era mi medio de transporte cuando vivía en Córdoba. Después me cambié a la Facultad de Derecho y quedé embarazada de mi primer hijo mientras estaba estudiando, y tuve la suerte de ingresar en el Poder Judicial. Los comienzos fueron bastante difíciles porque cobraba poco, entonces continué con la bicicleta como medio de transporte para mí y para mi hijo.

Todo esto lo recuerdo como una aproximación al deporte y una forma de vida, tal es así que ni siquiera dejaba de trasladarme en la bici cuando llovía. Interrumpí esa actividad recién cuando quedé embarazada de mi segundo hijo, porque tuve problemas durante el mismo, y además me la robaron, fue una pérdida bastante importante porque era parte de mí. Recién retomé con la actividad cuando me separé en el 2018.

EM: ¿Y fue cuando comenzaste de forma profesional? ¿Te encontraste con obstáculos?

CG: Con el quiebre de la relación de pareja estaba atravesando un momento de mucha depresión, entonces fue un canal para poder salir de eso, además de la ayuda profesional terapéutica. A partir de ahí me fui redescubriendo y volví a lo que era de joven. Esa fue la finalidad, después se fueron dando las carreras y competencias.

El relacionarte con gente que hace lo mismo te va llevando, y como tenía buenos resultados me daban ganas de proponerme retos nuevos y avanzar sobre eso. No encontré ningún obstáculo, creo que estos y los límites son mentales. Yo me propongo algo y voy detrás del objetivo y la forma puede ser imaginarse el sueño ya concretado y empezar a trabajar en eso, pero siempre sabiendo y teniendo la conciencia de que se puede ha-

“Detrás de todo esto hay una rutina de cuidados personales. Y no es solo participar en la carrera, sino todo lo que implica la aventura, conocer gente y lugares maravillosos”.



cer.

EM: ¿Cómo desarrollás el ciclismo en nuestra provincia?

CG: Por suerte todo está avanzando, porque antes no existían categorías para mujeres, sino solo para hombres, y estábamos todos juntos, principalmente en el ciclismo de ruta. En la categoría Mountain Bike hace un tiempo cambió y ya hay categorías para mujeres, en las demás todavía no. Considero que es bastante injusto, porque somos como un bloque y no es lo mismo competir con una joven de 20-25 años teniendo 57 años, el cuerpo no es el mismo. Actualmente estoy corriendo para la categoría que es para los adultos. Acá en Córdoba tengo pocas posibilidades, en ruta compito contra mí misma, poniendo mis objetivos, para ir superando la meta anterior.

EM: Has competido en montaña y ruta, ¿Cómo te llevas con cada una?

CG: Normalmente todos los que estamos entrenando en ciclismo hacemos las dos cosas porque la ruta permite generar un poco más de aire, la parte aeróbica y cadencia (esto quiere decir que permite moverse al ritmo de cada uno) y da la fuerza necesaria para después hacer mountain bike.

Particularmente hago más ruta por una cuestión de seguridad. No hay una ley para proteger al ciclista, entonces si bien

las rutas son peligrosas por el tránsito, por otro lado son seguras porque hay mucha movilidad de autos, lo que hace más improbable un robo. En cambio en la montaña puedo ser víctima de un hecho delictivo y por eso trato de salir los fines de semana.

EM: ¿Y qué retos te fuiste proponiendo?

CG: A partir de este año empecé a buscar otras alternativas, ya no me interesan las carreras cortas que se hacen acá. Estoy buscando otras de muchos kilómetros que se llaman “ultra”. En Argentina no se desarrollan mucho todavía, sí en el exterior.

Se trata de carreras de autosuficiencia donde además de tener la característica de que son a distancias muy largas, se acumulan muchos metros de altimetría. La primera prueba fue una carrera que corrí en marzo en San Luis que originariamente iban a ser 800 kilómetros, pero tuvieron que modificar un tramo por un derrumbe y terminaron siendo 650.

Estas son de varios días. Estaban contemplados cuatro días, en principio y, a lo largo de los mismos, uno se va programando, de acuerdo a su estado físico y mental, para terminar la carrera. Si uno quiere dormir, si uno quiere para y come. No tiene horario, son 96 horas para llegar y lo demás corre por cuenta de cada uno, llevar ropa y comida,

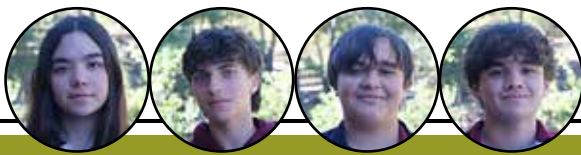
los tiempos para parar, etcétera.

Estas experiencias de carreras de larga distancia son impresionantes, uno empieza siendo una persona y sale siendo otra, es una conexión interna de horas y horas arriba de la bicicleta. De las 96 horas que habían establecido, yo la hice en 40 y sola, muchos buscan hacerla en pareja. Se llamó “Desafío de los escaladores” porque eran 10.000 metros de altitud acumulados y para esto tuvimos una preparación muy importante en Córdoba.

EM: De todos estos logros, ¿cuál fue el que más te marcó?

CG: La última carrera fue la más importante, pero todas tuvieron su importancia. Cuando empecé tenía mi autoestima bastante devaluada, entonces a partir de ir superándome y viendo que podía en cada carrera, fui avanzando de a poquito y, sentir que podía hacerlo aumentó indudablemente mi autoestima para todo, no solo como deportista.

Considero que el ciclismo es una pasión, y que todos en la vida tenemos que tener una, no importa de qué sea, pero que nos dé ganas de vivir, que nos dé ganas de hacer cosas y nos traslade a otra esfera, que nos permita sentirnos plenos. Creo que esa es la motivación, no solamente para que conozcan lo que hacemos o los logros que tenemos, sino para mostrar que cualquiera puede hacerlo.



Por: Jazmín Penfold y Augusto Morello 4° IENM
Tomás Yvanoff y Jairo Balduzzi 4° IMVA
Redacción: Alejandra Boldo



EMPRENDEDORES

IThree Global, codo a codo con la Inteligencia Artificial

Se trata de una empresa cuyo objetivo es democratizar el poder de la inteligencia artificial. Así, ofrece soluciones a compañías para mejorar sus operaciones y obtener una ventaja competitiva. Su CEO y fundador, Darío Yvanoff, aseguró que la IA no viene a reemplazar al hombre sino a complementarlo.

MENDIOLAZA

En la era de la transformación digital, la inteligencia artificial (IA) se posiciona como una herramienta fundamental para el desarrollo de diversas industrias. Sin embargo, su implementación también trae consigo interrogantes sobre el futuro del trabajo y las nuevas habilidades que demandará el mercado laboral.

Siete años atrás, cuando esta tecnología se parecía más a una película de ciencia ficción que a la realidad, la empresa IThree Global ya se valía de la misma para crear un modelo de negocio competitivo y poder brindar un servicio. Hoy, ofrece una amplia gama de soluciones para ayudar a las empresas a aprovechar el poder de la IA para mejorar sus operaciones y obtener una ventaja competitiva.

El Milenio entrevistó a Darío Javier Yvanoff (50), creador y CEO de esta tecnológica cordobesa, nacida en 2010 y que hoy cuenta con 45 personas en este campo, llegando a 60 con su red de partners. Durante el relato, brindó una perspectiva valiosa sobre el impacto de estos avances en el empleo y las oportunidades que surgen a partir de esta revolución.

Según Yvanoff, actualmente "se generó la necesidad de reconvertir algunos perfiles laborales existentes" sostuvo- y, al mismo tiempo, dio paso a la creación de nuevos puestos de trabajo. "Hay trabajos que hoy están extremadamente expuestos a la inteligencia artificial y que necesitan una reconversión", afirmó.

En este sentido, el experto señaló que los profesionales que antes se basaban principalmente en habilidades matemáticas y algorítmicas, ahora deben incorporar conocimientos en ciencias sociales y desarrollar habilidades de comunica-



El nombre IThree surge de lo que la firma buscaba ofrecer: experiencia, excelencia y expertiz en tecnología de la información. IT es en inglés tecnología de la información.

ción efectivas.

"Si usas ChatGPT y le preguntás a secas y no le decís cuáles son tus desafíos, tus objetivos y el rol que tienes que asumir, probablemente la primera respuesta no sea buena", detalló.

También resaltó la importancia de las habilidades blandas en el contexto de la IA. "Hoy se hace más prioritario que nunca tener habilidades sociales, de comunicación", afirmó. "Este tipo de tecnología te acerca a otro lado, si no le sabés preguntar, te va a responder cualquier cosa, entonces tenés que saber dialogar", insistió.

Ante este panorama consideró clave que tanto personas como industrias se adapten a los cambios y busquen oportunidades para desarrollar las nuevas aptitudes que demanda el mercado laboral. En esta tarea, se embarca con su negocio.

El Milenio: ¿Cómo es la relación de su negocio con la IA y cómo ha ido evolucionando?

Darío Yvanoff: Cuando arrancamos con este modelo de negocio, en 2017, vimos que, a diferencia del desarrollo de software tradicional, donde las necesidades del usuario son claras desde el principio, los proyectos de IA presentan un desafío adicional: la incertidumbre de si los datos disponibles serán suficientes para responder a las preguntas del negocio. Un ejemplo de esto es el análisis de la relación entre las ventas de helados y la temperatura. Si bien es intuitivo pensar que se venden más helados en climas cálidos, los datos reales pueden revelar correlaciones más complejas con otras variables, como la ubicación de la tienda, el poder adquisitivo de la zona o la presencia de competidores. Por eso IThree diseñó un modelo de negocio flexible que se adapta a las necesidades específicas de cada cliente. En lugar de embarcarse en

proyectos titánicos y de larga duración, la propuesta son entregables parciales que permiten obtener resultados tangibles a corto plazo.

EM: ¿Esta va a reemplazar a los humanos?

DY: Soy un convencido de que la inteligencia artificial no viene a sustituir al hombre. Pero en las cuestiones rutinarias, de desgaste mental, la tecnología tiene que poder ayudar, hacer más agradable el trabajo. Ese también es un debate, si va a reemplazar al humano. Yo creo que no. Pero insisto en que estamos en la era de los datos, entonces estudiar y estar informado es clave. Los autos se van a manejar solos, ya lo hacen, y para que se puedan manejar solos alguien tiene que entrenar esos modelos, probar una mejor solución de algoritmo, capturar datos.

EM: ¿Qué ofrece IThree entonces?

DY: Buscamos brindar un conjunto de productos y subproductos que optimicen los procesos y agreguen asistencia para que el negocio sea más inteligente. Nuestro objetivo es ser un socio tecnológico, ofreciendo soluciones específicas que contribuyan al negocio sin hacerlo dependiente de nosotros. Nuestra IA como servicio combina científicos de datos altamente capacitados con modelos matemáticos que se entrenan y reentrenan regularmente, garantizando que el proceso sea repetible y validado para asegurar resultados efectivos.

EM: ¿Cómo valora la productividad de su propia empresa y qué estrategias implementan para la mejora continua?

DY: Somos certificados en ISO (Organization for Standardization). Estamos en un rubro que si no tenemos alta productividad realmente tenemos una competencia muy alta. Hay una dinámica que

Achicar la brecha entre el mundo real y el digital

IThree Global es una empresa tecnológica con sede en Córdoba, Argentina, especializada en el desarrollo de soluciones de inteligencia artificial para empresas de diversos sectores. La firma ofrece servicios de consultoría, desarrollo de software y capacitación en IA para impulsar el crecimiento y el éxito de un negocio.

Su propósito principal es democratizar el uso de la inteligencia artificial. Tiene clientes en Argentina, Estados Unidos y México y partners en Uruguay, que venden su solución. Desarrollan modelos preensamblados y listos para implementar que funcionan como productos para sus clientes.

nos obliga a los emprendedores, a los dueños, inclusive a los colaboradores, a tener mucha tolerancia a la frustración. Es muy simple armar un producto y que no funcione. Nuestra área de investigación y desarrollo lanza productos todo el tiempo y probablemente apenas 1 de 10 cumpla con los objetivos. Tenemos un proceso, repetible, sobre el cual vamos midiendo, y métricas a nivel de gestión y desarrollo que controlamos semanalmente. Todo eso nos permite generar oportunidades de mejora, dentro del marco de ISO, que las probamos en algún proyecto y si andan bien, las llevamos al resto de la empresa. Esa es la forma en la que hacemos productividad.

EM: La empresa busca constantemente innovar y transformar el uso tecnológico actual ¿En qué áreas específicas está trabajando en ese sentido?

DY: Actualmente estamos trabajando mucho en la funcionalidad de los asistentes. Estamos generando uno para ayudar a estudiar, principalmente para personas disléxicas. Para eso entrenamos a la inteligencia artificial.

EM: ¿Qué pasa con el uso ético de la inteligencia artificial?

DY: Hay usos éticos, inclusive legalmente y normativamente hay mucho debate. Ya en Europa hay una legislación. Acá estamos trabajando en una con la Universidad Nacional de Córdoba. Hay que tener mucho ojo con respecto a ese punto.



CLASIFICADOS

Sumate al equipo de EL MILENIO
Buscamos comercial para venta de espacios publicitarios por comisión.
Interesados comunicarse al: 0351-152461424 (llamadas) o 0351-152455267 (WhatsApp).

PROFESIONALES

Estudio jurídico Integral: Consultas Virtuales y presenciales. Derecho penal: restitución de vehículos. Violencia familiar. 351-2916933

Inglés americano: Clases particulares, individual, grupo o empresas. Traducciones, transcripciones, redacción, lectura y comprensión. 351-8008398

Acompañamiento terapéutico para adultos mayores, seguimiento pre y post quirúrgico. Consultas: 3543-657636 (Gabriela Saldaño).

Estudio jurídico Villoslada. Contacto: 3543-640773

Servicios profesionales audiovisuales para eventos y redes. 351-2810544 @rosto_id

Asesoramientos jurídicos: divorcios, declaratoria de herederos, defensas penales. Llamar para concertar turno: 351-6458896

Clases particulares presenciales: Matemáticas, contabilidad, economía. Univers. Secund. Ingreso asist. Prácticos. Alejandro Martínez: 351-2692009

Realización audiovisual profesional: Calidad cinematográfica en todo tipo de registro. Excelencia y discreción: 351-2810544

Natalia Ruiz Sánchez, Lic. en Psicología (MP 13084). Niños, adolescentes y adultos: Villa Allende. Turnos inmediatos, haga su consulta al 3517572925.

Jubilaciones, familia, contratos, cobranzas: abogadas Dandrea y Blanco. Maipu 46, V.Allende. Tels.: 351-5947697/2114935.

Matemática-Física-Álgebra. Ing. Universitarios. Apoyos. Wp: 351-337089.

Prof. UTN y secundarios, clases particulares matemática, física, estadística, investigación operativa. On line y/o presencial. Tel: 351-6001925.

Asesoramiento impositivo y laboral, trámites Afip y Rentas Cra. Florencia Martino UNC Salsipuedes. 0351-3076090

OTROS SERVICIOS

Cuidado de personas mayores o de propiedades (Soltera sin hijos). Experiencia comprobable 353-4067461.

Asesoramiento para compra y venta de propiedades y terrenos. Especialistas en barrios cerrados: 351-3887955.

Niñera cama adentro (Soltera sin hijos 42 años). Experiencia comprobable 353-4067461

¿Tiene dificultades para usar su televisor o celular?: Yo te explico: 3543-622944.

Mejor servicio de barbería para caballeros y niños de Sierras Chicas: London Barbería. Ruta E53 km 19 Loc. 5 (Shell Río Ceballos). 351-2330683

Talleres gratuitos para jubilados: folklore, gimnasia, yoga, memoria, nutrición. Centro de jubilados Villa Allende. 436757 / 351-2572024

¿No encontrás tu rumbo? San Thiago te guía: especialista en lecturas (el mejor con la borra del café). Turnos y cons. solo por whatsapp: 351-3263303

Rosto Social Image: Servicio de fotografía y video para eventos. 351-2810544 @rosto_id

Pintor de autos. Juan. Tel: 5892386.

Tratamiento con péndulo hebreo. Sesiones presenciales y virtuales. 351-2321377 José

Servicio de transformación: VHS Video a Digital mejorado a smart TV. Salvamos tus recuerdos. 011-55697086.

Coach astral: Terapias combinadas, experiencia avalada. Asesoramiento por Whatsapp: 351-5158455.

Herrería general: rejas, ventanas, portones, automatización, techos, galpones, arreglos. 3543-631590

SERVICIOS REQUERIDOS

Necesito quien retire chatarra: 351-2360353

Busco personal para limpieza de hogares en zona Alberdi Córdoba. Con experiencia, referencias y buena predisposición. WhatsApp: 351-6854365

VEHÍCULOS

Vendo Citroën C3 negro mod2016 (línea 2017 feel. Primera mano 89.000kms. C/ equipo Gnc 10mts. WhatsApp: 351-3887955.

Compro vehículos chocados, fundidos, incendiados, prendados, inhibidos en toda Argentina. Pago en el acto, retiro con grúa propia. Whatsapp: 0351-5327199.

PROPIEDADES

VENTA

Atención inversores: Oficinas céntricas en Córdoba (con renta). Detalles: 351-5943658

Oportunidad: dueño vende en Unquillo (centro) duplex a estrenar, apto crédito 220 mts.cub. 0351-155331899.

Venta de departamentos en zona céntrica de la ciudad de Córdoba, muy buena ubicación ideal renta. 351-5943658.

Dueño vende vivienda nueva a estrenar en Unquillo (Alberdi 287): escritura, apta banco. Precio u\$s 140.000. 351-5331899

SUDOKU

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

Docta para inversores y para vivir: lotes, locales, casas, dúplex y asesoramiento para negocios más convenientes. Consultas: 351-3887955.

Gran oportunidad Unquillo: casa 3 dormitorios, 3 baños, cochera doble, pileta, sum. 285 mts terreno, 220 mts cubiertos. 351-5331899.

Imperdible: Casa zona Maipú Cba: living, cocina-comedor, 2 dormitorios amplios placares, patio y cochera. Fotos x whatsapp: 351-6330318

Vendo plan de vivienda Cooperativa del Carmen en fase de sorteo para adjudicación. 351-7480962 (wats)

ALQUILER

Casa zona Maipú Cba: living, cocina-comedor, 2 dormitorios amplios placares, patio y cochera. Fotos x whatsapp: 351-6330318

Departamentos y casas en alquiler su consulta no molesta. Teléfono: 03543-487173

TERRENOS VENTA

Dueño vende terreno en Río Ceballos, 770 m2 barrio San Isidro Dol.29.700 Contacto:351-6073179.

Imperdibles lotes en Docta: asesoramiento para su conveniencia. Consultas: 351-3887955

VARIOS

Cochecito Bebé Quinny Xtra2 4 Ruedas Plegado Compacto. Excelente estado y calidad y practicidad de primera. Fotos al 351-5109427. \$88.000

Inmersión Maitri: Encuentro de reconexión, 10 de agosto. Charlas, prácticas de Asanas, Pranayama y meditación: 351-5485146.

Plataforma vibratoria Atheltics Works muy poco uso, anda perfectamente, ocupa poco espacio. whatsapp: 351-5109427 \$58.000

Gratis: folklore, gimnasia, yoga, memoria y nutrición para adultos mayores en el Centro de jubilados Villa Allende. 436757 / 351-2572024

Juguetes para parejas o satisfacción individual. Los mejores precios, absoluta discreción: 351-2266863.

Nuevos set de cubiertos para aprendizaje infantil: cuchara, cuchillo y tenedor. Variedad de diseños (marcas Carol y Simonaggio). WhatsApp: 351-5109427 \$3.400

Venta de destapa cañerías: efectividad garantizada para asegurar que los cacadrillos emprendan el viaje: 351-2266863.

Oferta combo cochecito y huevito Quinny Xtra2 con huevito Maxi Cosi y todos los accesorios y adaptador. Perfecto estado= \$99.999: 351-109427

Para los caballeros y niños de Sierras Chicas, llegó London Barbería: Ruta E53 km 19 Loc. 5 (Shell Río Ceballos). Consultas y turnos: 351-2330683

Vendo juego de living, 1 sillón de 3 cuerpos y 2 sillones individuales cuero ecológico usados buen estado: 3543-626670

Vendo rapistand metálico blanco usado. Ideal para separar áreas en un local y exhibir muy bien la mercadería en blíster o estante de vidrio. Consultas x WhatsApp: 351-5109427

Rincón Saludable: Tortas/budines y tartas varios sabores. Todos productos caseros. Podes elegir integrales o harina común: 3543-606430.

Vendo salamandra fundición N° 4 Como nueva. Escucho ofertas: 3543-553717

Venta colección películas originales vhs y dvd en inglés y español. Títulos diversos. \$20.000. 03543-480217.

Alquilo camas ortopédicas. Consultas: 3543-553717

Venta de lote composiciones musicales de distintos géneros y partituras. Material impreso. \$30.000. 03543-480217.

¡Mejor imposible! Venta de ropa nueva y usada, calzado y accesorios para mujer. Fotos por whatsapp: 3543-642556.

Sunset Sport: Venta de ropa deportiva femenina directo de fábrica excelentes precios y calidad. Catálogo por WhatsApp: 351-6884907.

SOLUCIÓN

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

HOROSCOPO

ARIES 21-03/20-04



AMOR: Dedicando más tiempo, las cosas van a mejorar.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Usá todos tus conocimientos y vas a tener mejor rendimiento.

SUGERENCIA: Aprovechá cada momento ya que todos son diferentes.

TAURO 21-04/20-05



AMOR: El corazón va a conducir tus decisiones.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Involúcrate más en lo que para vos sea revelador.

SUGERENCIA: El talento se basa en la fe de cada persona.

GÉMINIS 21-05/21-06



AMOR: Programá salidas con tu gente querida.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Vas a tener buenas proyecciones para lograr tus metas.

SUGERENCIA: Tenés que ver las cosas como son, no como vos deseás que sean.

CANCER 22-06/23-07



AMOR: Vas a encontrar una persona que te haga sentir mejor.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Es el momento de ponerse las pilas para alcanzar el objetivo.

SUGERENCIA: No te dejes estar.

LEO 24-07/23-08



AMOR: Estas cambiando, cuidado que te podés equivocar.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Tenés la capacidad suficiente para mejorar los resultados.

SUGERENCIA: La ingenuidad puede ser tu peor enemigo en tus nuevas relaciones.

VIRGO 24-08/23-09



AMOR: Te están necesitando, demostrá que pueden contar con vos.

TRABAJO Y/O ESTUDIOS: Te van a pedir ayuda por tu talento.

SUGERENCIA: Agradecé lo que tenés porque trae mejores frutos.

LIBRA 24-09/22-10



AMOR: No te vuelvas a enamorar, se termina una etapa en tu vida emocional.

TRABAJO Y/O ESTUDIOS: Todo salió como querías, es el momento de disfrutar.

SUGERENCIA: Buscá nuevos rumbos.

ESCORPIO 23-10/22-11



AMOR: Tiempo ideal para iniciar una nueva relación

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Vas a tener más seguridad y confianza.

SUGERENCIA: Estas siendo una persona conflictiva, es momento de cambiar.

SAGITARIO 23-11/21-12



AMOR: Mirá hacia delante, tomá la decisión correcta.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Vas a tener dificultades en obtener todos los datos que necesitás

SUGERENCIA: No te dejes vencer, alguien te puede ayudar.

CAPRICORNIO 22-12/20-01



AMOR: No huyas de la realidad.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Tratá de controlarte para que el trabajo sea más relajado.

SUGERENCIA: Pueden abusar de tus buenas intenciones.

ACUARIO 21-01/19-02



AMOR: Aprovechá las posibilidades de estar con tu pareja.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: No tenés que dejar de lado lo que estás haciendo.

SUGERENCIA: Recuperá viejas amistades.

PISCIS 20-02/20-03



AMOR: No culpes a los demás.

TRABAJO Y/O ESTUDIO: Necesitás seguridad para enfren-
tar las cosas que vienen.

SUGERENCIA: Desarrollá tu sentido de la precaución.

CLASIFICADOS GRATIS

SÓLO HASTA 15 PALABRAS
clasificadosgratiselmilenio@gmail.com

INFORMACIÓN SOBRE LA PUBLICACIÓN DE CLASIFICADOS

Para que su aviso clasificado sea publicado gratuitamente en nuestra versión impresa y en nuestro sitio web deberá enviar el texto a clasificados@elmilenio.info o a través del mismo sitio web: elmilenio.info/clasificadosgratis. Sierras Chicas La publicación de los avisos se renovará mensualmente, por lo que si desea que vuelva a publicarse en la siguiente edición, deberá enviarlo nuevamente. Para asegurar la publicación de su aviso se solicita cumplir con las siguientes condiciones: que el texto enviado NO supere

las 15 palabras o 150 caracteres con espacios. No debe incluir palabras completas en mayúsculas, negritas, ni excesos o supresión de espacios. No olvide incluir número de contacto. A quienes comprendan el valor de publicar en un medio confiable, le sugerimos contactarse para recibir asesoramiento de la mejor estrategia comunicacional acorde a su producto o servicio y recibir el tarifario de los espacios publicitarios en Periódico El Milenio en su versión impresa y digital: 351-5109427.



Dos incendios en una noche

SALSIPUEDES

Durante la noche del pasado jueves 11 de julio, se registraron dos incendios en distintos puntos de la ciudad de Salsipuedes.

Según informó la Policía de Córdoba, el primer siniestro sucedió en un domicilio de barrio El Pueblito, donde las llamas destruyeron gran parte de la propiedad de un hombre de 34 años de edad, quién

tuvo que ser asistido por el servicio de emergencias debido a que sufrió una crisis e hipertensión.

Por su parte, los bomberos voluntarios locales también asistieron a otro incendio, en este caso vehicular, ocurrido en calle Manuel Sarratea al 900. Por razones que todavía se están investigando, un vehículo Renault 11 se incendió desde el motor. Afortunadamente, en ambos casos no se tuvieron que lamentar lesionados.



Herida tras chocar contra una traffic

RÍO CEBALLOS. Una mujer de 48 años de edad resultó con politraumatismos luego de un accidente de tránsito ocurrido en calle Remedios de Escalada al 1628. Según informó la policía provincial, todo ocurrió cuando una traffic Renault, conducida por un hombre de 28 años

de edad, colisionó contra el Citroën Berlingo conducido por la ciudadana anteriormente mencionada. Cabe resaltar que debido al accidente, la conductora fue trasladada al hospital Miguel Urrutia para una mejor atención médica.



Investigan un homicidio en barrio Las Polinesias

VILLA ALLENDE. Un hombre de 31 años fue encontrado muerto en barrio Las Polinesias el pasado jueves 27 de junio. Según informó la policía, fueron al lugar luego de recibir diversas denuncias de vecinos por disturbios y peleas en la zona, pero al llegar al lugar, encontraron al hombre herido en la zona del abdomen.

Posteriormente, efectivos del servicio de emergencia constataron el deceso y por ese motivo, fue detenida la pareja de la víctima, una mujer de 27 años y horas después también su padre, quién se presume como el posible autor material del ataque.

Detenida tras un confuso episodio

VILLA ALLENDE. Una mujer fue detenida en la entrada de un reconocido supermercado de la zona tras aparentemente, sustraer una caja de leche sin pagarla.

El hecho sucedió durante la tarde del pasado martes 2 de julio y llamó la atención de los clientes que se encontraban en ese momento, debido al fuerte operativo policial que se des-

plegó.

Según informó Radio Nexo, dos móviles policiales se acercaron al lugar y varios oficiales detuvieron a la mujer que se encontraba con un menor en sus brazos. Además, pese a que un vecino se ofreció a pagar por la mercadería sustraída, la policía sostuvo que existía un protocolo ante estos casos y que no podía interferir.

Tres son multitud

UNQUILLO. La policía detuvo a dos jóvenes de 19 años por conducir de forma imprudente y chocar contra un vehículo estacionado en pleno centro de Unquillo.

Según el informe policial, en realidad eran tres personas a bordo de una

motocicleta Brava 110 quienes se encontraban provocando inseguridad a los vecinos por su temeraria forma de conducir incluso antes del choque. Pero al momento de llegar los oficiales, uno de ellos logró escapar del lugar.

Un menor falleció ahogado

SALSIPUEDES. Un bebé falleció el pasado domingo 30 de junio en barrio Villa Las Selvas tras caer a una cisterna. Según informó la policía, el menor llegó acompañado de su familia a un dispensario local donde los profesionales tra-

taron de hacer las maniobras de reanimación correspondiente pero sin resultado positivo. Desde el propio centro de salud fueron quienes informaron a la policía para que comiencen a realizar las investigaciones correspondientes.



Sanos es mejor, en invierno ¡nos cuidemos más!

El aire frío y seco de los meses de invierno y los ambientes cerrados o con poca ventilación crean condiciones perfectas para la propagación de los virus. Por eso, en esta época del año, aumentan los casos de Infecciones Respiratorias Agudas.

Se trata de enfermedades que afectan las vías respiratorias. Tienen una evolución menor a 15 días y se manifiestan con síntomas relacionados con el aparato respiratorio:

Obstrucción nasal y mucosidad
Dolor de garganta
Disfonía o dificultad respiratoria
Fiebre en algunas situaciones

Son causadas principalmente por virus. SARS COV 2, Influenza A y B, y el virus sincitial respiratorio (VSR) son los más importantes por la severidad de la enfermedad y por la alta transmisibilidad. También pueden ser causadas por bacterias, principalmente el Neumococo (*Streptococcus pneumoniae*), y el HIB (*Haemophilus influenzae* tipo B), que son las causas más frecuentes de neumonías adquiridas en la comunidad.

Estas enfermedades aumentan considerablemente en el invierno, y se manifiestan a través de rinitis, faringitis y otitis media aguda, que son los cuadros más frecuentes y en su mayoría son de origen

viral y no requieren antibióticos. También pueden ser: bronquitis, neumonía, bronquiolitis. Pueden presentarse de forma similar a una gripe con aparición súbita de fiebre superior a 38° C, más tos o dolor de garganta y ausencia de otras causas.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- **Asegurar la adecuada ventilación de los ambientes**
- **Lavado frecuente de manos**
- **No acudir a actividades laborales, educativas o lugares públicos ante la presencia de síntomas**
- **Uso correcto de barbijo en espacios interiores, especialmente en momentos de alta circulación viral y en espacios cerrados y sin posibilidad de renovación de aire.**

IMPORTANTE

- **No fumar y mantener los ambientes libres de humo**
- **No automedicarse con antibióticos porque podemos empeorar el cuadro**
- **Cubrirse la boca al toser o estornudar con un pañuelo descartable o con el pliegue del codo**

para evitar contagios

- **Tirar a la basura los pañuelos descartables inmediatamente después de usarlos**
- **No compartir artículos personales como mate, vasos, cubiertos y utensilios**
- **Evitar el contacto con personas susceptibles de presentar complicaciones (inmunodeprimidos, ancianos, bebés, etc.)**

Cuando estamos cursando una infección respiratoria, debemos extremar las medidas de cuidado dentro del hogar para evitar la transmisión a los convivientes (ventilación de ambientes, lavado regular de manos, cubrir la nariz y la boca al toser y estornudar y evitar visitas) y limpiar las superficies en contacto con personas enfermas con agua y detergente o jabón, o solución de alcohol al 70%.

VACUNAS

Mantener completos los esquemas de vacunación suma a la prevención de enfermedades respiratorias tales como la gripe, la bronquiolitis, la bronquitis y la neumonía, entre otras.

Estas nos protegen de infecciones respiratorias causadas por virus y bacterias: virus de la Gripe, Virus Respiratorio Sincicial, Covid 19, Neumococo, Influenza y Tos Convulsa

Desde los 5 Centros de Atención Prima-

ria de la Salud de Unquillo, se promueve el cuidado integral de la población mediante la implementación de políticas públicas saludables. La estrategia de la Atención Primaria prioriza la promoción de la salud, la prevención y tratamiento de enfermedades, y la asistencia a las personas en el territorio. En estos espacios, se colocan las dosis previstas en el Calendario Nacional de Vacunación, de manera completamente gratuita.

¡Consulte a su CAPS más cercano!

**CENTRO DE SALUD
"GOBERNADOR PIZARRO"**
Guaycurúes esquina Charrúas
Cel 3543 610207

**CENTRO DE SALUD "VILLA
FORCHIERI"**
Los Pinos 450 - Cel 3543 610144

CENTRO DE SALUD "SAN MIGUEL"
Alfonsina Storni 262 - Cel 3543 517381

CENTRO DE SALUD "CABANA"
5 de Octubre 3894 - Cel 3543 550806

**CENTRO DE SALUD "QUEBRADA
HONDA"**
Belgrano 1254 - Cel 3543 551439

Unquillo
Disfrutá de todas las opciones que tiene la ciudad

Vacaciones de Invierno

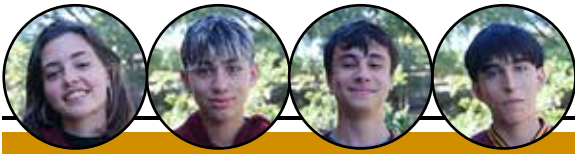
en UNQUILLO

Paseo del Centro
Paseo de Artesanos
Museos

Cine
Reserva Los Quebrachitos
Teatro para infancias

Y muchas
propuestas más!!

Enterate de todo en unquillo.gov.ar



Relatos que trascienden la historia

Luis Roberto López es un escritor y periodista unquillense que, en junio, presentó su primera novela histórica “El Fuego de los Santos”, en la Biblioteca Popular Tere Andruetto. En una charla con El Milenio, López detalló cómo surgió la idea del libro y el proceso para darle un correcto y respetuoso trasfondo histórico a su relato de ficción.

UNQUILLO

Algo especial tiene Unquillo, que de sus calles y moradas salieron grandes y reconocidos artistas. Asimismo, afortunadamente no se queda solo en ser cuna o semillero, sino que también tiene ese encanto mágico que invita a otros artistas a radicarse y continuar trabajando en aquello que más les apasiona, sea por medio del pincel, el cincel o la pluma.

Ejemplos sobran, pero uno de los más recientes es el del escritor y periodista Luis Roberto López, quien, desde esta pequeña parte del mundo, dio forma a su primera novela histórica: “El Fuego de los Santos”.

Se trata de una novela que fue presentada a principios de junio de este año en la Biblioteca Popular Tere Andruetto y que cuenta la historia de un inmigrante europeo que llega a la Argentina a mediados del siglo XX, en medio de los caóticos vaivenes políticos y sociales que aquejaban al país por esos años.

El evento contó con una amplia concurrencia de vecinos y lectores, destacándose la presencia del Director de Ediciones del Callejón, Ricardo Di Mario. Por otro lado, el acompañamiento musical contó temas Sefardi (canciones creadas por judíos españoles exiliados de sus tierras), muy apropiado por la temática de la obra literaria.

Según comentó Luis Roberto a este medio, este primer trabajo literario tuvo un interesante proceso creativo que lo llevó a estudiar e investigar sobre muchos datos históricos de aquella época, no solo para documentarse sino para comprender el sentir de los personajes ante las situaciones que les tocaba vivir.

“El mayor desafío fue enhebrar, es decir, hacer coordinar históricamente en el tiempo todo lo que iba sucediendo. No



“Mi objetivo fue homenajear, a través de la figura de Manuel Pérez (el protagonista de la historia), a todos los inmigrantes”, indicó López.

todo está en Google”, comentó el escritor. Igualmente, además de esta obra, su trayectoria literaria está marcada por varios galardones obtenidos con otros trabajos escritos.

Entre estos se destacan los primeros premios como recitador gauchesco y una mención especial para la provincia de Santa Cruz del Premio Federal de Cultura, organizado por el Consejo Federal de Inversiones (CFI) por su obra “Romance de Juan Carretero”.

En 2018, fue nuevamente reconocido al ganar el Primer Premio del Concurso de Teatro Radiofónico organizado por la Universidad Nacional de Córdoba, en conmemoración del Centenario de la Reforma Universitaria, con la obra “Los Invisibles del Manifiesto”.

Además, se desempeñó en diversos medios de prensa escrita y radio, siendo director de LRA20 Radio Nacional Las Lomitas en Formosa, Jefe de Redacción del ex Diario La Voz de Santa Cruz y redactor en los diarios Tiempo Sur y La Opinión Austral, ambos en la provincia de Santa Cruz. En Córdoba, trabajó en FM Cordial y en la desaparecida Agencia Córdoba Noticias, donde se desempeñó como coordinador de informativos.

El Milenio: ¿Cómo fue el proceso creativo de este último trabajo?

Luis Roberto López: Comenzó con una idea a la cual fui in-

dagando e investigando hasta terminar de darle forma. Existen muchísimos recursos literarios pero yo no me considero un teórico ni tampoco estudié literatura, soy un autodidacta que le gusta leer. Así que me basé en todos los libros que iba leyendo y datos que iba averiguando.

“¿En qué se viajaba de Buenos Aires a Córdoba en 1910?”, son preguntas que me hacía y al instante me ponía a investigar. Como no todo está en Google, para escribir la novela me puse en la tarea de conversar con descendientes, de leer documentos de la época y así ir armando la historia que quería contar.

Sin darse cuenta, uno va imaginando posibles diálogos, posibles escenas y cosas que van ocurriendo, entonces todo eso lo vas uniendo y dando forma a la historia.

EM: ¿Existe algún mensaje o idea que busques transmitir con esta novela?

LRL: Mi objetivo fue homenajear, en la figura de Manuel Pérez (el protagonista de la historia), a todos los inmigrantes. Mi segundo propósito es hacer que los lectores reflexionen sobre sus abuelos o incluso sobre sus padres ¿Qué hubieran hecho ellos si estuvieran en esa misma situación?

En síntesis, puedo afirmar que se trata de un homenaje a la memoria de nuestros ancestros. A la memoria que siempre recurrimos -o vamos a recurrir-



cuando tenemos algún problema. Los inmigrantes, independientemente si consideramos que hicieron en algún momento bien o mal, terminaron forjando su propia historia de vida a base de su propio esfuerzo personal.

EM: ¿Te sirvió algo de tu formación periodística para elaborar este libro?

LRL: Si bien no es un texto periodístico, tengo muy aprendido dentro de mí las reglas básicas y la estructura de una noticia (Qué, Cuándo, Dónde, Quién, Por qué) y eso puede notarse en algunas partes de la narración: “Manuel Pérez miró el mar azul, mientras que a sus espaldas se encontraba una fría pero bulliosa ciudad”. Es una estructura de relato que la tengo muy medida dentro de mí, tanto que si me cortás no sale sangre, sale tinta (risas).

EM: ¿Tenés algún referente que te motivó a dedicarte a la escritura?

LRL: A lo largo de mi vida tuve tres grandes referentes que motivaron mi pasión por la escritura. Una fue mi mamá, quien me enseñó a leer y escribir. Como desde los 14 años vivíamos separados, nos comunicábamos por cartas, y eso ayudó mucho en mi redacción.

Como en esa época no existía el WhatsApp, ni los correctores

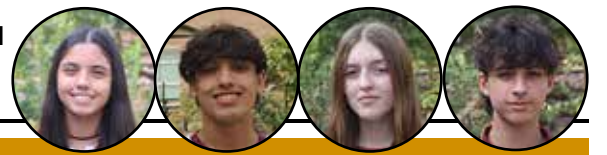
automáticos, me acuerdo que en los márgenes de la hoja, solía anotar pequeñas correcciones o recomendaciones para que ella mejorara su redacción.

Después está el Padre Pascualini, un tutor que tenía mientras estudiaba en el Instituto Salesiano Domingo Savio. Mientras yo quería salir a jugar a la pelota, él siempre me decía que no desperdiciara mi talento porque escribía muy bien.

“Tus compañeros se matan por mejorar sus composiciones y no te llegan ni a los talones”, me decía y eso que eran composiciones que las había escrito durante el recreo.

Y el tercero es un periodista llamado Antonio Dal Masetto. Era el responsable de la última página del periódico “El Periodista”. Me encantaba la forma tan sutil que tenía de escribir y describir situaciones y eso también terminó por influir en mi manera de escribir.

Esas tres personas fueron mis referentes, por ellos siempre me gustó escribir algún que otro relato, por lo que me sorprendió que pudiera escribir esta última novela y que fuera así de extensa. Si soy sincero, creo que todo se debe a que cada vez que avanzaba con la historia, sentía la necesidad de seguir contando más y más cosas.



Composición del triunfo

Mery Murúa recibió uno de los premios Gardel por Baile Eterno, la canción que le dio el nombre a su último disco. El galardón significa no solo un reconocimiento a su mérito, sino al talento que yace en el interior del país y para celebrarlo, el próximo 28 de agosto presentará el álbum en el Teatro Libertador San Martín de Córdoba.

*"(...) Ha llegado la lluvia como un deseo
Fueron los arcanos los que encendieron
Esta llama que arde pa' mis adentros (...)"*

UNQUILLO

A sí comienza la obra musical con la que Mery, Juan -su hijo- y el cantante cordobés Juan Iñaki fueron galardonados con el premio a la mejor canción folclórica de 2024. Se trata de uno de los mayores reconocimientos musicales de Argentina, que este año tuvo lugar en el Movistar Arena de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

"Este tiempo ha sido una locura. El contacto con tanta gente y cosas que no sucedían antes, como la posibilidad de hablar sobre mi trabajo en medios de comunicación en los que nunca había tenido la posibilidad", confiesa sorprendida la compositora independiente, oriunda de Cruz del Eje.

Si bien su camino artístico comenzó en el norte cordobés, las Sierras Chicas se convirtieron en su hogar, donde además de componer, elige vivir junto a sus hijos. Con Baile Eterno, su último disco, Murúa suma en su haber seis álbumes. Sin embargo, este marca un antes y un después en su carrera ya que es el primero con canciones de su total autoría.

"Cuenta con cuatro canciones que hablan de paisajes que me movilizaron y dictaron con su magia estas letras y estas músicas que hoy son un disco que amo, pues todo él es producto de mi modo de ver y sen-

tir", comparte la entrevistada quien asegura que cantar es su pasión, algo que considera de suma importancia en la vida de cualquier persona.

Entendiendo el arte como algo colectivo, la compositora contó con la participación y colaboración de reconocidos artistas y amigos, tales como: Paola Bernal, Nadia Larcher, Juan Iñaki y Raly Barrionuevo.

"Creo que el trabajo cooperativo es mi forma de trabajar, nunca lo hago sola", sostiene también, mientras explica que fue su hijo, con quien comparte su trabajo desde hace varios años, fue el que le hizo dar cuenta que la canción premiada era un bailecito y no una chacarera como ella creía, algo que considera fue clave.

Al respecto, la vecina de Unquillo señala: "El bailecito es un ritmo musical norteño, parecido a la chacarera pero tiene otra forma. Y él como productor musical, fue quien terminó de decidir cómo tenía que grabarse y yo lo entendí".

Juan Murúa, explica su madre, aportó su mirada desde el conocimiento, ya que con este trabajo le dio cierre a su formación académica en la Universidad de Villa María. "Él ordenó una idea y un concepto. Profesionalizó lo que estéticamente cree", asevera.

Cantar para recordar

Nominada junto a otras com-



posiciones de renombrados artistas como Soledad, Teresa Parodi y Jorge Rojas, Baile Eterno fue la que más forma folclórica tenía, reconoce su autora. "Eso quiere decir que, si lo escucha alguien que baile este género, -amplía- puede rápidamente reconocer su coreografía en cualquier parte del mundo".

Respecto a su letra, Murúa cuenta que "al igual que las otras tres que componen el disco conceptual, Baile Eterno recoge el recuerdo de lugares que conoció y recorrió cantando por Argentina" -en este caso Cruz de Caña, una localidad ubicada en el Departamento Cruz del Eje-.

"Es una canción de amor, de amor por la tierra, por alguien y también por esto que amo hacer. Y habla de ser, transformarnos en agua como el paisaje donde la escribí", agrega la artista.

Alejada de los grandes sellos y siguiendo el cauce de su auténtica creación, la cordobesa ha ido encontrando en cada etapa de su vida los espacios para producir, desde el corazón fiel a sus experiencias y formación. En tanto, sostiene: "Lo que me movió a hacer canciones siempre

es el impacto de un momento, de un lugar y un tiempo. Siento que tiene que quedar guardado en algún lugar hecho canción".

Según cuenta a este medio, fue madre muy joven y algo que la aterró desde el primer momento era la idea de que su sueño de vivir de la música y estudiar, se derrumbara. Sin embargo, con el paso de los años, la vida le fue mostrando que además de dar a luz a Juan y más tarde a Violeta, parió un camino, su camino.

"Miren cómo se transformó mi hijo, ese que en su momento parecía que me iba a cortar la carrera, es con el que vamos y ganamos el Gardel. Nada de lo que nos sucede es para cortarnos las alas, darme cuenta de eso es mi mayor evolución", admite orgullosa la cantora.

Un reconocimiento federal

Ante lo dificultoso del rubro para muchos y muchas, que trabajan desde el interior del país, este premio, como comparte Murúa, es también un "incentivo y una posibilidad de reflejarse a nivel nacional".

Por eso, el pasado 17 de junio, la compositora serrana decidió

celebrarlo junto a una gran comunidad de artistas, vecinos y vecinas en La Minerita de Unquillo. Pero esta fiesta no termina.

A un mes de recibir el galardón, la compositora fue invitada a presentar su disco, nada más ni nada menos que en el Teatro Libertador San Martín de Córdoba, lugar donde además, trabaja como cantante de la orquesta provincial de tango. Será el miércoles 28 de agosto y contará con la presencia de su círculo íntimo y reconocidos músicos.

"No es muy común que te ofrezcan el teatro como un espacio para presentar cuestiones personales, por lo que estoy muy feliz por la propuesta. Elegí que fuera un día de semana para que justamente todos mis amigos artistas puedan estar", confirma Murúa.

Pensando en lo que viene, la artista confiesa que en sintonía con sus 30 años de trayectoria y lo cosechado hasta aquí, desea continuar trabajando sin perder de vista que su deseo es poder acompañar la adolescencia de Violeta, su hija menor. Así, revela: "Estar para ella es mi único horizonte".

Por último, en su faceta docente, como lo hace con cada niño, niña y estudiante que acompaña, Mery invita a buscar lo que nos apasiona, lo que para ella significa la columna vertebral de la vida de cualquier persona.

"Después todo lo demás viene solo, cuando una/o encuentra algo que la/o apasiona es como que tenés el ochenta por ciento garantizado, es como el ordenador de una vida", alienta la artista. Finalmente, cierra hablando de su caso particular: "Cantaré toda la vida, hasta que mi voz me lo permita".



Por: **Mia Tabares y Candelaria Staricco 6° IMVA**
Catalina Gos y Guadalupe Bustos 6° IENM
Redacción: **Carina García**



CULTURA

De la danza a la palabra

UNQUILLO

Su formación en diferentes estilos y como profesora de Educación Física y Técnica en Tiempo Libre y Recreación, le permitieron tomar conciencia del cuerpo, el movimiento y la creación colectiva.

Desde sus inicios en la danza, alrededor de 1989, y como educadora desde 1995, Ariana fue entrelazando sus prácticas de baile y conciencia corporal atravesados por la palabra. Actualmente, se desempeña como profesora en la Universidad Provincial de Córdoba y dirige el elenco de La Indómita Danza Orquesta.

"Tomo el baile como filosofía de vida, conozco el mundo, atravieso el mundo a través de la danza y es el modo en que me gusta conocerlo", comentó en diálogo con El Milenio. Asimismo, sostuvo que "hay muchas posibilidades que se abren desde el movimiento y la expresión como formas de conocer las corporalidades".

De toda su investigación nació el libro "Prácticas Fractales. Procesos de aprendizaje y creación en danza" en 2022, y de él se desprendió, más tarde, "Poesía kinética" publicado este año.

El Milenio: ¿Cómo empezaste a bailar? ¿Cómo fue ese despertar de la danza en vos?

Ariana Andreoli: Empecé danza de adolescente, el registro que tengo es de los 14 años cuando me mandaron a danza jazz porque quería bailar, era muy tímida y me daba vergüenza estar en el salón lleno de espejos. De ahí no paré más. A los 18 descubrí la danza contemporánea y empecé.

Cuando terminé la escuela secundaria no existían las carreras de danza y estudié educación física que era lo más cercano a moverse y a conectar con el cuerpo, pero ya sabía que el baile era algo que quería hacer. También pasaba que, en mi contexto familiar no estaba esa información, que la danza era una carrera a la cual te podrías dedicar. Después estudié otra carrera que tenía que ver con educación popular. También estaba el interés en torno al rol del docente. Esto fue alrededor de los 2000, y a su vez comencé a



Con una trayectoria que data desde la adolescencia, Ariana Andreoli se considera una "creadora híbrida". Es bailarina, coreógrafa, actriz y educadora, dedicada a la práctica e investigación del cuerpo. También desarrolla y dirige obras de danza y dicta talleres en Sierras Chicas y Córdoba. De todo su recorrido surgieron dos libros, uno de ellos publicado este año.

profundizar en contemporáneo y en contact. Fue de forma paralela que hice teatro y danza, y más fuerte en teatro clown.

EM: ¿Qué te inspira a seguir abriendo rumbos en esta práctica?

AA: Creo que una de las primeras cosas es el placer por el movimiento, el placer por bailar, el placer de bailar con otras personas, de compartir esos viajes danzados. Además cuando estoy en el rol docente, también el poder abrir y compartir el goce del cuerpo, las posibilidades que tenemos desde el movimiento, desde la expresión, a partir del mover cómo nos podemos conocer y tener más conocimiento de qué nos pasa en las corporalidades, en nuestra emoción, en el vínculo con las personas.

Siempre estoy asociando con esa práctica y cuando estoy en escena, cuando hago obras, esa construcción que hacemos, más allá de las temáticas que se atraviesan, siempre se está escuchando un nuevo mundo posible. Entonces, aparece un nuevo lugar donde poder hacer una crítica sobre un tema de la realidad, donde se ponen en cuestión distintas temáticas. Son cosas que para mí traen vitalidad; y creo que ese lugar junto con el placer y el goce son

una combinación de motores que me hacen seguir eligiendo la danza en sus distintos aspectos.

EM: En el libro "Poesía kinética" se ve reflejada la relación entre la danza y la palabra. ¿Cómo es ese vínculo para vos?

AA: Todos los poemas que están escritos en ese libro surgen después de dar clases de distintas danzas. Algunas surgieron de encuentros y otras a partir de procesos de creación de alguna obra. También a partir de consignas dadas en clases, de observar a los cuerpos bailando y también de volver a expresarme yo, con consignas que comparto con aprendices o con personas que participan de los talleres. A partir de ese registro, de lo que sucede en el cuerpo, es que voy configurando esas poesías que escribía en una bitácora, un registro mío, y después las fui reacomodando y se configuró ese libro.

En alguna oportunidad dicté talleres que llamé "Poesía kinética" pensando en la relación de trabajos de conciencia corporal, de poder conocer la propia corporalidad, desarrollar cualidades del movimiento o distintas técnicas de la danza enmarcadas en danza contemporánea, y con ejercicios que tienen que ver

más con la creación o la composición. Entonces era generar poseía moviéndonos. Después esto se fue configurando en textos, en palabras.

EM: ¿Cómo se manifiesta este vínculo entre la danza y la palabra en tu faceta como directora de obras?

AA: El vínculo se da porque me gusta sistematizar la práctica y trabajar con los registros en los procesos de creación o en las clases. Siempre forma parte de alguna de las consignas la instancia de escribir desde las sensaciones, la percepción que se tuvo en relación al propio cuerpo, a la experiencia o alguna información que queda de la experiencia vivida. También tienen que ver con un gusto por la observación en la propia experiencia, en las experiencias de otros y probar la naturaleza, el contexto. Por lo tanto, esa posibilidad de observación de distintas realidades de paisajes, permite tener también más unidad en las palabras o más información para generar metáforas o asociaciones en relación a lo que podemos bailar y las posibilidades que vamos viviendo. Todo lo que permite enriquecer esa experiencia del movimiento se registra y puede dar inicio a una producción teatral por ejemplo.

*"Cuando me entero
que este cuerpo que soy
es mi casa...
no me queda más que danzar,
y así acomodar mis piezas"*

EM: ¿Cómo se desprende este último libro de poesía del libro que publicaste anteriormente?

AA: Ese primer libro tiene que ver más con el rol de educadora y creadora, tiene distintas capas de escrituras. Hay una escritura más informativa que tiene que ver con mis construcciones metodológicas, por ejemplo, o con situaciones en contexto que apuntan a la construcción de saberes en torno a la danza. Entre medio de eso, fluían escritos más poéticos. Después decidí extraer eso y solo focalizar los poemas para que sea algo más portátil y viajero, y que pudiera circular por cualquier persona, más allá de que se dedique o no a la danza.

Lo fui organizando e hice lecturas con personas que no hacen danza específicamente para ver cómo reaccionaban y generó una resonancia en torno a cosas de la escritura y a la corporalidad por cómo están combinadas las palabras o las imágenes que aparecen y las personas lo pueden asociar a distintas acciones.

EM: ¿Qué consejos le darías a alguien para abrirse a la danza?

AA: En principio quitarse cualquier tipo de prejuicio y de imaginario que puedan tener en torno a lo que es la danza para animarse a explorar, a probar y saber que hay una diversidad enorme de prácticas del bailar. En este contexto de Sierras Chicas, hay muchas personas que están dando clases de danza y lo hacen desde un lugar no hegemónico en torno a lo que es bailar y a los tipos de cuerpos. Se piensa como una práctica saludable, vital, que permite desarrollar tu corporalidad, tu espíritu, y es abrirse, entregarse, animarse y dejarse sorprender porque puede ser mucho más amplio que el imaginario que tenemos en la cabeza. Y también hay que bancarse el disfrute, porque a veces cuesta.



UNQUILLO

Oriundo de Tilcara, Jujuy, Serafín González eligió a Unquillo como su hogar hace más de 30 años. Es estudiante de música y plomero, dos actividades que mucho no tienen que ver pero que a cada una le dedica su tiempo. Actualmente, es un destacado trombonista de la zona y sueña con dedicarse solo a la música de ahora en adelante.

Un viaje a Uruguay en 2018 fue su punto de partida para empezar a tocar su instrumento predilecto. Casi como una coincidencia, Serafín viajó al país vecino de vacaciones y en la calle vio una banda donde, entre sus instrumentos de percusión se encontraba el trombón "Ahí lo vi por primera vez, ya que quienes estaban tocando, interpretaban un folclore muy típico de allá con mucha percusión y vientos", recordó González. Volvió a su ciudad y comenzó a asistir a clases de trombón con Leonardo Pérez en la Casa de la Cultura de la localidad.

Sin embargo, su camino de aprendizaje duró tan solo un año, debido a que su profesor debió abandonar el dictado de clases y así, Serafín se convirtió en un autodidacta, que aprendía por su cuenta sin relegar el entusiasmo. En tanto, de un momento a otro, adoptó él el rol de instructor, dando clases en el mismo lugar.

En cuanto a sus inicios como músico, tuvieron lugar en un pequeño escenario musical localizado en Cabana y fueron con una banda de reggae llamada Proyecto Sayo. Posteriormente, se unió a Skaravana, una banda conocida por sus covers de canciones populares de artistas como Rodrigo, Los Auténticos Decadentes y Los Caligaris. Sin embargo, estas significaron más pasatiempo para Serafín que una dedicación seria.

Luego, llegó Timbalaye, un grupo que dejó una marca profunda en su corazón. La pandemia afectó al conjunto, provocando su disolución parcial. A pesar de eso, los miembros de la banda, ahora amigos cercanos, continúan reuniéndose

para ensayar.

Actualmente, el músico se encuentra en la Big Band de La Colmena y en la Banda Municipal de Unquillo. "Estoy estudiando para meterme en una banda de jazz o en una de salsa. Pero también estuve tocando en la murga para los carnavales de Unquillo", comentó al respecto.

Asimismo, ahondó en los desafíos que implica la pieza que toca: "No es un instrumento que sea muy común. Hay muy buenos, pero la vida del trombonista acá en Córdoba no es óptima, ya que en el único lugar donde podés trabajar es en bandas de cuarteto, y si no te gusta eso, es muy difícil".

También, González agregó: "Sino tenés que ser muy groso y tocar en una banda sinfónica, en una banda en la policía, en lugares así, pero para mí no solamente es ser instrumentista, sino que ser músico es tratar de hacer cosas con la música, como artista y tratar de vivir de eso".

Con una perspectiva clara sobre sus prioridades, el trombonista se enfoca en sus estudios, reconociendo que dedicarse a demasiados proyectos musicales puede desviar su atención. No obstante, su vocación se mantiene intacta.

Además, el unquillense de corazón, no se quedó solo con ese instrumento, también manipula el piano, y la guitarra, en-

Pasión de aire

Con más de 30 años radicado en Sierras Chicas, Serafín González ha encontrado en el trombón su verdadera vocación. Desde sus primeras clases hasta tocar con Manu Chao, con diversas experiencias musicales mediante, continúa persiguiendo el sueño de vivir del arte.

tre otros. Serafín busca profesionalizarse y conocer cada vez más de la música, un camino sin fin. Y sostuvo convencido: "Me encantaría vivir de la música".

Una experiencia inolvidable: tocar junto a Manu Chao

En medio de una gira improvisada por Argentina, el icónico músico Manu Chao se encontró con Serafín en Córdoba. El joven es seguidor del artista desde la infancia y tuvo la oportunidad de unirse al escenario junto a su ídolo en un concierto memorable.

La situación surgió de manera rápida y espontánea, gracias a las redes sociales. González etiquetó al músico y a su banda en una serie de videos donde interpretaba sus canciones favoritas. En medio del intercambio virtual, resultó que el trombonista de la banda se bajó a último momento. Ahí fue cuando, a solo 24 horas del concierto en Córdoba, recibió un mensaje por Instagram: "¿Te gustaría unirte a nosotros?".

El concierto, que duró casi tres horas, vio al trombonista haciendo su entrada en el octavo tema. Aunque su papel como tal no era central en el sonido característico de la música pop-rock de Manu Chao, su participación fue crucial en la interpretación de frases y melodías emblemáticas como "Mala Vida".

Para González, la experiencia fue transformadora. A pesar de los nervios iniciales durante la prueba de sonido, se sintió rápidamente acogido tanto por el cantante y compositor francoespañol como por su equipo. "Fue como nacer de

nuevo", comentó Serafín, recordando el momento en que el telón se abrió y vio a quienes lo esperaban en escena y el público expectante.

Aunque la posibilidad de futuras colaboraciones parece remota, debido a la naturaleza itinerante de Chao, Serafín consideró que la experiencia ha sido "un hito" -en sus palabras- dentro de su carrera. Finalmente, reveló que hoy en día está enfocado en completar sus estudios musicales y seguir explorando oportunidades dentro del ámbito local en Córdoba.

¿Qué es un trombón?

El trombón es un instrumento musical de la familia de los instrumentos de viento-metal. Su nombre proviene del italiano "trombone", que significa "trompeta grande". A diferencia de otros instrumentos de viento-metal que utilizan válvulas para cambiar las notas, el trombón usa una vara deslizante, conocida como "la vara" o "el deslizador", que el músico mueve hacia adelante y hacia atrás para variar la longitud del tubo y, por lo tanto, la altura del sonido producido.

El trombón se utiliza en una amplia variedad de géneros musicales, incluidos el jazz, la música clásica, la música de bandas y la música popular. Su sonido es profundo y potente, y es conocido por su capacidad para producir una amplia gama de tonos, desde notas muy graves hasta notas muy agudas. Hay diferentes tipos de trombones, siendo los más comunes el trombón tenor y el trombón bajo. El trombón tenor es el más utilizado y es el estándar en la mayoría de las bandas y orquestas. El trombón bajo tiene un tubo más largo y un sonido más grave y profundo, y se usa a menudo en orquestas y en música que requieren un registro más bajo.



Manu Chao y su equipo, junto al trombonista que reside en Unquillo.



Por: **Simón Canziani Gigena 6° IMVA**
Redacción: **Daiana S. Zilioli**



CULTURA

Amarai, una escuela para sumergirse en el teatro

UNQUILLO

Mariana Caballero Said encontró en el teatro una vocación a los 12 años, cuando comenzó a tomar clases. Más tarde, con la clara convicción de que este era su camino, decidió dejar su Salta natal para continuar su formación académica en torno a su pasión en la Universidad Nacional de Córdoba.

"Primero me formé como actriz, después empecé a dar clases por una cuestión de necesidad económica y me fascinó. Disfruto mucho de la docencia, algo que fui aprendiendo en el hacer y en la experiencia de casi 20 años", comenta la actual vecina de Unquillo.

Si bien trabajó en algunas instituciones educativas, la labor de manera independiente ha sido el lugar predilecto para la artista. Amarai, como se llama su escuela de teatro, nació como un proyecto de formación itinerante y, posteriormente echó raíces en Lomas de Zupay, un barrio de Unquillo.

Además, casi sin querer, Caballero Said se transformó en la directora de la obra "Oscar Salvaje" del dramaturgo y vecino Ricardo Ryser. Se trata de una producción cien por ciento local que no ha parado de sumar funciones en diferentes salas de Sierras Chicas y Córdoba Capital.

"Nació con el objetivo de crear un colectivo de teatristas de la zona que pudieran producir desde aquí. Fue un proceso creativo difícil, que estuvo atravesado por la pandemia pero con el que hoy nos sentimos muy felices de continuar haciendo", comparte su directora.

Finalmente, agrega: "Algo que me gusta del teatro es que es muy amplio, es un arte en el que difícilmente alguien pueda aburrirse, porque hay muchísimas cosas para hacer, se puede escribir, dirigir, actuar, dar clases".

El Milenio: ¿Cómo y cuándo

Con más de 20 años de trayectoria, Mariana Caballero Said ha incursionado en el mundo teatral desde diferentes lugares. Actualmente, dicta clases para niños y niñas, jóvenes y adultos, bajo la premisa de promulgar los beneficios del arte para el desarrollo personal, en un momento de auge del mismo, sobre todo a nivel local.

surge la idea de armar esta escuela?

Mariana Caballero Said: Todo comenzó allá por el 2012 cuando llegué a Mendiola y empecé a dar talleres en distintos lugares de la zona. Hasta que un día decidí darle identidad a eso que hacía en base a mi mirada y forma de trabajar, fuera cual fuera el espacio. Así nació Amarai, una escuela itinerante con sello personal. Más tarde, en plena pandemia, me mudé a Unquillo donde surgió la oportunidad de construir, en el mismo terreno, al lado de mi casa, un espacio en el cual asentar la escuela. Me gustó la idea de poder trabajar en el lugar y con la comunidad donde vivo. Si bien Sierras Chicas es amplia y la gente circula, poder tener una base, una sede es muy importante.

EM: ¿Qué significa "Amarai"?

MCS: Amarai es un seudónimo que me decían mis amigas de la adolescencia, jugando un



Para más información sobre la propuesta, ingresar en Instagram a @amarai.teatro

poco con las letras de mi nombre, sin saber lo que significaba. Cuando tuve que pensar en el nombre del proyecto fue el primero que salió. Investigando encontré que deriva del portugués "amarar", algo así como "sumergirse en el agua" o "posarse en el agua". Me encantó el simbolismo porque para mí, justamente el agua representa el mundo creativo, por eso el logo es un barquito de papel que tiene esta cuestión lúdica de posarse en el agua y lo efímero del teatro. Un juego de palabras e imágenes poéticas.

EM: ¿Cómo están organizados los grupos y dónde se dictan las clases?

MCS: Los grupos están divididos por edades: un grupo de niños y niñas a partir de los 7 años, otro de preadolescentes, uno para adolescentes y por último el de jóvenes y adultos. Las clases son semanales y de carácter anual, arrancando en febrero/marzo hasta diciembre con las muestras finales. También están los talleres intensivos, como el Cine y Actuación Frente a Cámara, que es puntualmente para adolescentes y jóvenes. Es una capacitación que damos con Marina Rubino, cineasta y vecina, que funciona en la Casa de la Cultura de Unquillo, al igual que el grupo de teatro regular de adolescentes. Respecto a los grupos de niños y el de adultos, ambos se dictan en el espacio de Amarai. En cuanto al de preadolescentes, las clases tienen lugar en Uqbar Multiespacio (Av. San Martín 1613, Unquillo). La duración de cada encuentro es de una hora y media aproximadamente, y los Intensivos que damos una vez por mes, tres horas. Por último, otra de las propuestas que ofrecemos desde la escuela, es el taller intensivo de Tarot y Teatro,

que se dicta en Amarai.

EM: ¿Cuáles consideras que son los beneficios que aporta la práctica teatral?

MCS: Las ventajas del teatro para el desarrollo personal son muchas, hay cuestiones a nivel individual y también grupal. Se trabaja la empatía, la escucha, el respeto por el otro, el compañerismo y el trabajo en equipo. Considero que son muchos los aprendizajes humanos sumamente enriquecedores como, por ejemplo, romper con las vergüenzas e inhibir la preocupación del qué dirán. Nos ayuda también a animarnos a hacer cosas, a expresarnos con nuestro cuerpo, con nuestra voz, tanto emociones como pensamientos, ideas y también a despertar la imaginación y la creatividad.

EM: ¿Cómo resultó la experiencia de grabar las voces para la serie televisiva infantil "Soñadores" que se emite por Pakapaka?

MCS: Fue una experiencia muy hermosa y enriquecedora para todos y todas las que participamos del proyecto. Lo hicimos el año pasado (2022) con el grupo de preadolescentes porque justamente, el equipo de animación local, El Birque, que son quienes crearon la serie, querían que las voces fueran de niños de entre 10 y 12 años. Se trabajó fuertemente en la expresión de las voces y sonidos de los personajes porque son dibujos animados, lo que resultó súper divertido ya que fue una dinámica más lúdica. En mi caso, mi rol fue la dirección de actores de esos niños y niñas que participaron. Se grabó en el estudio de Rodrigo Carazo (reconocido músico y vecino de las Sierras Chicas).

EM: El año pasado se realizó el primer encuentro de teatro

de adolescentes en Sierras Chicas, de la cual participaron como organizadores, ¿Cuál fue el resultado? ¿Se repetirá?

MCS: El objetivo de Aquelarre Teatral, como se lo denominó al evento, es justamente que sea un encuentro de adolescentes de la zona que les gusta hacer teatro, para que puedan compartir talleres, actividades y después queden en contacto. El año pasado fue la primera experiencia y se logró cumplir con eso, fue hermoso. Participaron 60 adolescentes de toda Sierras Chicas y quedaron en comunicación mediante un grupo de WhatsApp propio, a partir del cual pudieron concretar una experiencia audiovisual con otros jóvenes que vinieron de Buenos Aires. Este año el encuentro se realizará el 28 de septiembre y tendrá lugar en Agua de Oro, ya que la idea es que vaya rotando por diferentes localidades edición tras edición. Pronto compartiremos más información al respecto para que quienes deseen participar y puedan inscribirse.

EM: ¿Qué pensás de la comunidad teatral sierrachiquense?

MC: Hay un potencial enorme, con actores, actrices, directores, docentes, escenógrafos, vestuaristas, iluminadores, realmente hay muchísima gente involucrada. Algunos nos conocemos, hemos intentado hacer algunos grupos colectivos, grupos de mujeres teatristas también. Sin embargo, considero que falta todavía trabajar en una red que nos permita conocernos y potenciar la producción a nivel local. También hacen falta más salas de teatro en la zona. Es muy grande la población y muy grande la cantidad de gente haciendo teatro.



Mil Vidas, un disco y una vocación

Reconocida como 'Mejor artista revelación pop' el año pasado, recientemente Anastasia Amarante lanzó su primer disco, que refleja una variedad de experiencias en su corta pero intensa trayectoria musical. La cantautora villallendense, ahora establecida en Buenos Aires, comparte el proceso evolutivo del material, junto con la inspiración detrás de sus canciones y los desafíos que ha enfrentado, también, como modelo e influencer.

VILLA ALLENDE

Según Anastasia Amarante, "Mil vidas" no estaba planeado inicialmente como un álbum, sino que fue una evolución orgánica, impulsada por las canciones. Desde "Cuando te vi", su tema principal, hasta cada melodía y letra, busca capturar la esencia pop de la artista, que, a su vez, está impregnada por la fusión de géneros.

De esta manera, el disco -compuesto en su totalidad por Amarante y producido en Mendiola- contiene en su interior también numerosas experiencias que la artista vivió y que la fortalecieron. Así, señala que pretende transmitir la idea de que "siempre hay segundas oportunidades". Por lo tanto, para la joven, el trabajo representa la resiliencia y la capacidad de enfrentar nuevos desafíos con optimismo y serenidad.

Bajo esta premisa, se instaló recientemente en la capital porteña. Aunque remarca el amor por su Córdoba natal y el reconocimiento que ha ganado, percibe ciertos límites en la escena local.

En contraste, Buenos Aires, con su diversidad y la exposición que promete a figuras emergentes, podría ofrecerle una plataforma más amplia para su música. Considera esta transición como un trampolín que podría aumentar su visibilidad y permitirle realizar shows mayor impacto.

Cabe destacar que la cantautora inició su carrera a los 16 años en 2013, destacando en el reality La Voz Argentina en 2018. Asimismo, tuvo otros varios proyectos, como Alea con la DJ Luciana Colman.

También en 2020, lanzó su primer sencillo como solista y desde entonces ha compartido escenario con artistas como Juan Ingaramo, Emmanuel Horvilleur y Axel. Además, ha sido telonera de figuras como Alex Ubago, Diego Torres, Miranda, La Mona Jiménez y Jimena Barón. Incluso, es protagonista de la película "En la cima del mundo", documental so-

bre su propia carrera dirigida por Jazmín Carballo.

El Milenio: ¿Cómo fue la experiencia con la creación de este nuevo disco y su repercusión hasta ahora?

Anastasia Amarante: Siempre comienzo desde el pop, aunque la música es una pasión familiar y crecí rodeada de melómanos. Fusiono diversos géneros en mi propuesta como rock, reggae y baladas, aunque mantengo la esencia del pop. Además, está íntegramente compuesto por mí, con asesoramiento de los productores.

El año pasado Amarante recibió el premio CIEyA (Cámara de la Industria del Espectáculo y Afines) como mejor artista revelación pop.

Escribo canciones desde los 8 años, sin formación musical formal. Fue mi mamá quien me guiaba y corregía, ella cantaba y viene de una familia de reconocidos músicos y productores (Esteban y Golo Cavotti). Empecé componiendo en inglés, pero al no conectar con el público, decidí hacerlo en español, aunque por ser un idioma más cantado, me resultaba más fácil en inglés.

El lanzamiento del disco fue en método "cascada", sacando "singles", para ver la recepción del público. Así lancé primero dos volúmenes y finalmente el álbum completo con 7 canciones. La repercusión ha sido muy positiva, especialmente en cuanto a las letras. Mi fuerte es comunicar a través de ellas, con códigos ocultos al estilo de Taylor Swift. Me encanta cuando los fans reconocen patrones y me preguntan por la historia detrás de las frases. Esa conexión es lo más valioso para mí.

EM: ¿Qué obstáculos has tenido que afrontar para ser parte de la industria musical?

AA: Siempre habrá personas que intenten aprovecharse de uno, por eso es fundamental ser fuerte y contar con apoyo. Aprendí a los golpes, con proyectos que no salieron como esperaba. Por el esfuerzo que significa es que estoy orgullosa de haber lanzado un álbum de manera independiente. Cada centavo que gano, como cantante o modelo, lo invierto en mi música porque es mi legado.

En marzo, canté el himno nacional en



Anastasia recordó su experiencia como pasante en la redacción del Periódico El Milenio, siendo estudiante del IMVA, mientras iniciaba su carrera musical.

el Estadio Kempes para la final de la Supercopa, un honor que exigió profesionalismo y calma, por estar frente a 50 mil personas y la televisión. Esto después de haber enfrentado desafíos como ataques de pánico antes o durante los shows, es sinónimo de autosuperación. La terapia, la meditación y el yoga han sido cruciales para manejar estos problemas y construir la confianza necesaria para el escenario y que no afecten mi desempeño. Aprendí a disfrutar el proceso; si no lo disfrutás, se nota.

Por eso admiro a artistas como Tini, que hablan abiertamente sobre sus luchas y salud mental. La industria puede ser dura, especialmente para las mujeres, con comparaciones constantes y proposiciones inapropiadas. Yo me concentro en mejorar mis presentaciones en vivo y mi presencia en el escenario.

EM: ¿Qué importancia tiene tu carrera de modelo y tu faceta de influencer en tu recorrido artístico?

AA: Mis primeros pasos en el modelaje fueron con mi tío Ignacio Echenique, un fotógrafo muy conocido de Córdoba. Él me hizo mi primera sesión de fotos y me enamoré de ese mundo. Creo que la música y el modelaje van de la mano en el arte, el estilismo y los looks; forman parte de un mismo universo.

El modelaje me ayudó a conectar con marcas que valoran lo que hago y a abrirme puertas en la música. Me impulsó económicamente y me permitió hasta vestirme para los shows con ropa de sponsors. También aprendí mucho, por ejemplo, siendo la cara de dos shoppings

de Córdoba.

Mi rol como influencer permite que nos potenciemos mutuamente con marcas cordobesas emergentes, como yo. Las redes sociales, especialmente Instagram, me sirven para mostrar mi trabajo, conectar con mis fans de manera real y cruda, y crear una comunidad con ellos, con otros artistas y con marcas independientes.

EM: ¿Cuáles considerás tus mayores logros y cuáles los pendientes como artista?

AA: Haberme animado a seguir lo que amo es mi mayor logro. Participar en La Voz Argentina me marcó y me impulsó enormemente. Recientemente, recibí el premio CIEyA (Cámara de la Industria del Espectáculo y Afines) como mejor artista revelación pop del año 2023 y logré sacar mi primer disco como solista e independiente, eso es una gran meta cumplida.

También valoro haber trabajado en la productora Universo Jiménez, compartiendo escenario con la Mona. Allí y como parte de la banda Tinta China, conocí a muchos artistas y logré mostrarme como solista en el Museo Bar de la Mona. Además, pude telonear a varios músicos reconocidos en el Espacio Quality.

En cuanto a los pendientes, siempre busco nuevos retos. Sueño con llenar fechas con mi música y letras. Ya estoy componiendo mi segundo disco, pero también voy a sacar versiones distintas de mis temas ya conocidos. Espero también colaborar con artistas, especialmente mujeres independientes, para crecer y crear juntas.