PATAGONIA
Fem
Edición N° 134 viernes 08 de junio de 2018
GRATIS con La Prensa Austral

CON FASHION SHOW DE SANDRA VUKASOVIC, FEM PATAGONIA CELEBRARÁ SUS 5 AÑOS JUNTO A LAS MUJERES MAGALLÁNICAS

ESPECIAL 107° ANIVERSARIO DE PUERTO NATALES: DISTINCIÓN A CIUDADANOS NATALINOS, CARNAVAL, DESFILE Y EVENTOS ARTÍSTICOS

ANASOL MANSILLA

LA NUEVA REINA DE PUERTO NATALES

5° aniversario

Elia B'ug

Fem PATAGONIA

Fem Patagonia
Año 5 Edición 134
Viernes 08 de junio de 2018 Punta Arenas
Contacto: revista@fempatagonia.cl
www.fempatagonia.cl

EDITORIAL

¡ESTAMOS DE ANIVERSARIO!

El 7 de junio de 2013, los magallánicos se sorprendieron con un nuevo producto periodístico que circuló dicho día en forma gratuita junto con La Prensa Austral. Se trató de la primera edición de la revista Fem Patagonia, una publicación de lujo única en su tipo en la región.

Era una apuesta innovadora y muy arrojada, pero tenía como fin último consolidar un espacio periodístico de calidad para que los intereses y las necesidades de las mujeres magallánicas tuvieran cabida y expresión.

Y, contra todo pronóstico, el que parecía un proyecto peregrino –al cual muchos no le daban más de tres meses de vida– prendió. Hoy han pasado cinco años desde entonces.

Cada quince días los lectores de La Prensa Austral y quienes frecuentan los principales restaurantes, cafés, centros médicos y de estética de la región han podido conocer aspectos de la vida de casi medio millar de mujeres que generosamente nos han permitido publicar sus historias en nuestras páginas. Con el tiempo, la revista Fem Patagonia también ha cruzado las fronteras accediendo al público argentino, gracias al envío de ejemplares a través de líneas de buses interregionales e internacionales.

A cinco años de la primera edición de Fem Patagonia, nos enorgullece haber interpretado oportunamente que este siglo es el siglo de las mujeres y que era y es totalmente necesario visibilizar sus demandas y promocionar sus derechos.

La equidad de género ha sido la causa que abrazó desde un comienzo Fem Patagonia y que seguirá impulsando, pues tenemos el firme convencimiento de que hombres y mujeres tienen los mismos derechos y deberes.

Elia Simeone R.

Fem PATAGONIA

En junio, Fem Patagonia está de aniversario.
Son 5 años visibilizando a las mujeres en Magallanes.

Celebraremos con una **gran gala artística**
en el Teatro Municipal
y

FASHION SHOW
SANDRA VUKASOVIC
COLECCIÓN INVIERNO 2018

JUEVES 28 DE JUNIO 2018 20:00 HRS.

EQUIPO

Editora: Elia Simeone
Periodistas: Constanza Poblete
Fotografía: Maximiliano Larenas
Colaboradores: Dra. Leisly Vidal, Dr. Mauricio Vargas y Fernanda Deichler
Diseño: Marlene Zamora T.
Contacto comercial: revista@fempatagonia.cl
Teléfono: 569-50018869
Impresión: Talleres de La Prensa Austral
Circulación: Quincenalmente los días viernes con La Prensa Austral y en los recorridos de Buses Fernández, Buses El Pingüino, Buses Pacheco y Bus Sur.

PÁGINAS 14 - 15 **CIARA, LA TIENDA BOUTIQUE** QUE LLEGÓ CON SU AMPLIA OFERTA DE CALZADO FEMENIMO

PÁGINA 21 **TRAUMATISMOS** MAXILOFACIALES

Anasol Mansilla, nueva soberana de la ciudad

"Los jóvenes estamos muy comprometidos con el desarrollo de Puerto Natales"

Su coronación se realizó en el marco de las actividades del 107º aniversario de la ciudad y planteó que buscará darle a su reinado un sentido de ayuda social.

PUERTO NATALES está celebrando 107 años de existencia y ya tiene a su nueva soberana. Alegría y satisfacción es lo que sintió Anasol Mansilla Mansilla (17 años) cuando su nombre fue pronunciado en la gala del sábado 26 de mayo.

No deja de afirmar que toda su participación en este concurso fue una "bonita experiencia", remarcando la gran unidad conseguida entre todas las concursantes. "Las chicas fueron muy importantes para cumplir con todo el proceso", acota.

"Esa noche me sentí muy feliz", añade, refiriéndose al evento en que, frente a más de tres mil personas, recibió la corona y la banda de manos de la anterior soberana, Ignacia Guerrero, y del alcalde de la ciudad, Fernando Paredes.

Anasol, alumna del 4º del Liceo Salesiano Monseñor Fagnano, calificó lo vivido como "una experiencia única" y recomendó a otras muchachas a animarse y participar. "Permite fortalecer la personalidad, lo que, sin duda, será una gran ayuda para mi futuro", dijo.

El show de primer nivel contó con la actuación inicial del cantante y actor Augusto Schuster, quien con un nuevo look se tomó el polideportivo haciando bailar y cantar a los asistentes por cerca de una hora.

El cierre de lo coronación estuvo a cargo de Camila Gallardo, la que, con un repertorio de una hora, hizo disfrutar a sus fanáticos de cada una de los afamadas canciones. "Abrázame", "Ven" y su último gran éxito "No es real" fueron interpretados por la joven cantante de proyección internacional. Su talento y simpatía la hicieron merecedora de un reconocimiento por su presentación en el marco del aniversario de Puerto Natales.

Previo al inicio del espectáculo, el alcalde de la comuna,

En el evento, también se procedió a premiar a las otras concursantes que destacaron y que acompañarán a Anasol en su reinado de un año. Miss Fotogénica (elección efectuada por los medios de comunicación) fue nominada a Nicole Águila Guinado. Miss Simpatía (elección efectuada por las propias candidatas) recayó en la joven Natalie Chávez Almonacid, quien además obtuvo la corona como Segunda Virreina. Mientras que la Virreina recayó en la joven Nicole Águila Guinado.

La Gala de Coronación contó con las actuaciones de Augusto Schuster (en la foto inferior) y de Camila Gallardo, quien cerró el evento.

Fernando Paredes Mansilla, subió al escenario junto al Concejo Municipal para agradecer a la comunidad por su importante y destacada participación en todas las actividades que se desarrollaron durante el mes de mayo.

"Puerto Natales está ad portas de cumplir sus 107 años y, orgullosamente, debemos decir que la ciudad ha crecido gracias al tesón y esfuerzo que cada natalino y cada habitante ha puesto en estas tierras. Felicito a cada una de las candidatas quienes han sido las principales protagonistas de este aniversario...", destacó.

"VEO A PUERTO NATALES COMO UNA CIUDAD EXITOSA"

Anasol Mansilla se siente exponente de la juventud natalina, la que se caracteriza –afirma- por su simpatía y gran compromiso y respeto por su ciudad.

"Veo a Puerto Natales como una ciudad exitosa, que tiene muchos privilegios y con harta capacidad de generar empleos", puntualizó.

"La juventud natalina está comprometida con el desarrollo de Natales. Nuestra ciudad es un lugar donde el turista llega y se fascina, decidiendo muchas veces volver para establecerse acá porque es una ciudad muy bonita y tranquila. Ahora, también estamos siendo un lugar de acogida para aquellos migrantes que llegan en busca de mejores destinos", resaltó.

Sobre qué acento impondrá a su reinado, Anasol no dudó en responder que será de corte social, buscando generar un voluntariado juvenil que genere actividades para los niños y para ir en ayuda de tantos adultos mayores que –según remarca- no pueden vivir con un sueldo mínimo. "Por ejemplo, me gustaría organizar jornadas para ir a pintar cercos y arreglar fachadas, pues ellos no pueden pagar una mano de obra que les haga estos trabajos", comentó.

Por lo pronto, la primera actividad será para reunir dinero y aportar a las próximas Jornadas por la Rehabilitación en Magallanes.

Anasol (al centro) recibió la corona y la banda de manos de la anterior soberana, Ignacia Guerrero y del alcalde de la ciudad, Fernando Paredes.

Mensaje del Mandatario a los natalinos en su 107º aniversario

PIÑERA: "HAN TENIDO UN ALCALDE Y UN CONCEJO MUY COMPROMETIDOS Y CON VISIÓN DE FUTURO"

"Quisiera que me permitan hacer un justo reconocimiento a todos los pioneros que partieron forjando esta tierra y decir que nosotros solo estamos continuando esa senda de desarrollo que hace 107 años se comenzó a formar", dijo un emocionado alcalde Paredes.

"DURANTE LOS últimos años, Natales ha tenido un avance significativo y eso es posible porque tienen un alcalde y un Concejo (Municipal) muy comprometidos, quienes han tenido una visión de futuro que los pone a la vanguardia del turismo en la región y que les asegura una prosperidad tremenda. Quiero felicitar hoy a todos los natalinos por estos 107 años y esperamos que durante mi gestión podamos hacer crecer aún más a la ciudad tanto económicamente como en soluciones sociales".

Este fue parte del saludo que envió el Presidente de la República, Sebastián Piñera, a toda la comunidad de Puerto Natales durante el desfile del aniversario de la ciudad, que se realizó el jueves 31 de mayo. En este acto cívico-militar, desfilaron toda la comunidad educativa, organizaciones comunitarias, además de las unidades de formación de las Fuerzas Armadas y de Orden.

El alcalde de la comuna, Fernando Paredes Mansilla, en su alocución destacó los importantes cambios que ha tenido Puerto Natales, realizando un repaso por la historia de la ciudad y sus significativos avances que ha desarrollado a lo largo de los años, destacando el progreso y protagonismo que la comunidad ha forjado para convertirse en una gran ciudad, recordando el impacto de la ganadería y la migración de gente que llegó desde Chiloé quienes poblaron Natales.

La ciudad durante el transcurso de sus 107 años ha encontrado ejes de desarrollo como la pesca, la salmonicultura, y el turismo, este último aflorando como uno de los principales pilares del desarrollo en la provincia. En este sentido, la autoridad comunal señaló que hoy Natales ya no depende de un solo polo de desarrollo, teniendo distintas alternativas, haciendo que la ciudad esté permanentemente con un gran movimiento y crecimiento económico.

21

mil habitantes tiene Puerto Natales, ciudad ubicada a 247 kilómetros al norte de Punta Arenas y a 48 km. y 256 km de las localidades argentinas de Río Turbio y Río Gallegos, respectivamente.

Dos aspectos del show de la banda argentina 'Damas Gratis'

1894

fue el año en que los pioneros alemanes Ernesto von Heinz y Kurt Meyer denominaron Natalis al río que desemboca en la parte norte de la actual ciudad, debido a que su avistamiento se produjo el 24 de diciembre, en vísperas de la conmemoración del nacimiento de Cristo.

RECORD DE PÚBLICO TUVIERON TODAS LAS ACTIVIDADES DE ANIVERSARIO DE LOS 107 AÑOS DE PUERTO NATALES

MÁS DE TRES MIL personas en la gala de Coronación de la Reina, sobre 8 mil asistentes al Carnaval y alrededor de 12 mil personas que fueron al show protagonizado por el grupo argentino 'Dama Gratis' son parte del registro de récord de asistencia de público que tuvieron las actividades de celebración del 107º aniversario de Puerto Natales.

"Quiero mandarles un saludo muy grande a toda la gente que vino a ver el show. ¡Muchas gracias, Puerto Natales! Un feliz cumpleaños y agradecido de poder formar parte de su celebración", fue el mensaje que dejó Pablo Lezcano, vocalista y líder del conjunto "Damas Gratis".

Este show se realizó el miércoles 30 de mayo en el parque Eusebio Lillo y hasta allí llegaron los natalinos, pero también mucha gente de Punta Arenas y de las localidades de Río Turbio, 28 de Noviembre y Río Gallegos de Argentina. Ello, pese al frío (2º bajo cero) y la nieve que cayó durante la actuación del grupo trasandino.

Otra de las actividades realizadas fue la Corrida Nocturna, en la que participaron más de 300 deportistas y aficionados, los que recorrieron dos kilómetros por las principales calles de la ciudad.

Otras 1.200 personas dieron vida a la Zumbatón, en el polideportivo de la ciudad, bajo la supervisión de los instructores Andrea Romero, Elizabeth Colinao y Verónica Pérez. Los asistentes, en su mayoría mujeres, fueron para disfrutar de esta rutina, pero, sobre todo, del show de Brazuk, el trío de bailarines conformado por Thiago Cunha, Frabicio Vasconcellos y Bruno Zaretti.

Como todos los años, el Carnaval fue uno de los eventos más esperados. Sobre 8 mil personas se agolparon a lo largo de la avenida Santiago Bueras.

Hubo 29 representaciones frente al escenario principal, con un récord de participación de 14 carros alegóricos, diez murgas y siete batucadas.

Otro día del nutrido programa consideró la asistencia de cerca de seis mil personas al parque Eusebio Lillo para disfrutar con la banda uruguaya "Mano arriba".

Pero, no sólo los natalinos se cuadraron con el aniversario, sino que también las mascotas. Más de 270 animales participaron en la "Perrotón", que tuvo un potente llamado al cuidado y tenencia responsable de mascotas. El '¡Guau!' fue maravilloso.

RECONOCIMIENTO A LOS COLONOS

"Quisiera que me permitan hacer un justo reconocimiento a todos los pioneros que partieron forjando esta tierra y decir que nosotros solo estamos continuando esa senda de desarrollo que hace 107 años se comenzó a formar", fueron las sentidas palabras del alcalde Paredes, quien además entregó un profundo agradecimiento a toda la comunidad que se volcó a las calles para participar del aniversario de la ciudad, actividades que fueron posibles gracias al valioso aporte que entregó el gobierno regional, por lo que el alcalde también entregó un agradecimiento al intendente Christian Matheson por los aportes entregados para el desarrollo del aniversario.

Paredes también realizó un breve resumen de la gestión y de las metas que se quieren cumplir para este año, destacando el avance de la construcción de la piscina semi olímpica y temperada que será inaugurada en el segundo semestre.

Pero, también manifestó ante las principales autoridades regionales los sueños que aún faltan por cumplir, como la construcción de la segunda etapa de la avenida Última Esperanza, explicando que, por lejos, es una de las obras más emblemáticas y esperadas por la comunidad natalina.

Destacó que este año se formó la Corporación Municipal de la Cultura, Patrimonio y Turismo, dando cuerpo a un organismo que busca dar un mayor desarrollo a la ciudad. En esta misma línea, también señaló la importancia de contar con los fondos regionales para la construcción del proyecto Centro Cultural, siendo también una de las principales demandas de la comunidad natalina.

CONCEJO MUNICIPAL HOMENAJEÓ A 8 FIGURAS DESTACADAS
La distinción recayó en 4 figuras jóvenes. La primera galardonada fue Daniela Droguett Caro, directora regional de la WCS; el segundo fue Boris Pérez, arquero del Club Unión San Felipe; el tercero fue Eduardo Vidal Torres, otro futbolista que milita en Cobreloa; y el cuarto fue Eladio Godoy Vera, destacado muralista, pintor y artista visual. Además Juan "Lolo" Ojeda recibió el premio a las comunicaciones "Juan Chaura Millán".
Luego se entregaron 3 medallas municipales a la trayectoria, siendo la primera para el cirujano dentista Nelson Zúñiga Echavarría; la segunda para la profesora normalista Rosa Oyarzún Ruiz; y la tercera para el músico Alberto Quinan Colin

La comunidad natalina se hizo presente en el gran desfile aniversario.

Hydra spa

JUNIO, UN MES PARA REGALONEAR A PAPÁ.

DÍA ENERGIZANTE:
Masaje de Relajación de 60 minutos + Baño de sal — $40.000

PAPÁ RELAJADO: Day Spa + Masaje deportivo de 30 minutos (Válido de lunes a viernes, no incluye festivos) — $35.000

EN PAREJA: Day Spa + Masaje descontracturante para 2 personas (Válido de lunes a viernes, no incluye festivos) — $50.000

MASAJES SUAVES Y MEDIOS DE 30 MINUTOS — $18.000

10 PASES ADICIONALES AL CONTRATAR PLAN ANUAL

Promociones válidas sólo durante junio.
Avda. O'Higgins 1235 • 61 2204599 - 9 78978395
Call Center 600 626 0000 • mundodreams.com

DREAMS PUNTA ARENAS

Fem PATAGONIA

CONCURSO 5° ANIVERSARIO DE FEM PATAGONIA

¡PARTICIPA Y GANA FABULOSOS PREMIOS!

En junio, celebra con nosotros los cinco años de la revista Fem Patagonia.

Envía una fotografía leyendo la revista Fem al correo **revista@fempatagonia.cl** indicando tu nombre y teléfono de contacto.

Fecha de cierre del concurso: domingo 17 de junio de 2018.

TORTAS DE NOVIOS

Banquetería Rosana

LA INVITADA QUE
NO PUEDE FALTAR
EN TU MATRIMONIO

José Loncharic 01814 • Población Raúl Silva Henríquez • Punta Arenas • Fonos: 223601 - 93500986 (Entel) - 94429840 (Movistar)
banqueteriarosana@hotmail.com - www.banqueteriarosananavarro.cl

Especial Junio

3 SESIONES DE PLASMARICO EN PLAQUETAS +
COCTEL DE VITAMINAS
$240.000
VALOR REAL $280.000

3 SESIONES DE PEELING QUIMICO +
3 SESIONES DE VITAMINAS
$270.000
VALOR REAL $360.000

Dra. Karla Cárcamo V.
Cuidado y Rejuvenecimiento Facial

Mejicana 1447, Clínica Costanera · Medicina Estética Facial Dra Karla Cárcamo · +56942597054 · estetica_facial_costanera

Súmate a la aventura de recorrer Chile por Chile

Ven y conoce los fiordos y canales más inhóspitos del mundo a bordo del moderno y cómodo ferry Crux Australis.

Tabsa te da la oportunidad de recorrer por vía bimodal la mítica Carretera Austral, embarcándote en Puerto Yungay para llegar a Puerto Natales, pasando por caleta Tortel y Puerto Edén. Este tramo te permitirá también disfrutar de las fantásticas Torres del Paine.

MÁS INFORMACIÓN EN WWW.TABSA.CL

Punta Arenas 61 27 28 100
Coyhaique 67 2214 770
Natales 61 2415 966

Transbordadora Austral Broom S.A.

@_tabsa

Transworld Supply
División Automotriz

DIVISIÓN AUTOMOTRIZ

Santander
CONSUMER FINANCE

DIRECCIÓN. MANZANA 43-44 - ZONA FRANCA - PUNTA ARENAS TELEFONOS: 612 - 613326 / 612 - 613327
SERVICIO TÉCNICO Y VENTA REPUESTOS AUTORIZADOS - DIRECCIÓN: AV. BULNES #03545 TELEFONOS: 612-613609 612-613308

Nuevo local en Zona Franca

CIARA, LA TIENDA BOUTIQUE QUE LLEGÓ CON SU AMPLIA OFERTA DE Calzado femenino

Empresa de origen peruano comenzó su internacionalización precisamete con la tienda que abrió en el recinto franco, en la cual exhibe propuestas modernas e innovadoras de calzado, carteras y accesorios para las mujeres que gustan del lucir bien.

Bajo la "hermosa fachada fucsia", la gerente general y el gerente comercial de Ciara en Chile, Doris Obando Saavedra y Hugo Rodrigo Hurtado.

CIARA ES UNA EMPRESA peruana que cuenta con 40 años de trayectoria en el rubro del calzado femenino manufacturado en cuero. Fue fundada por el empresario Raúl Obando D'Apello, quien, con el transcurso del tiempo, diversificó su oferta con elaboración de carteras y accesorios confeccionados de manera semi artesanal, junto a su esposa Doris Saavedra Barrios, utilizando en su mayoría insumos de origen chileno.

El prestigio y tradición de Ciara es sumamente reconocido en Lima. Cuenta con cinco sucursales ubicadas en trascendentes sectores y centros comerciales de la capital limeña. La marca trabaja con distintas stakeholders, entre ellas actrices y conductoras de televisión, principalmente.

CIARA EN CHILE: MÁS ALLÁ DE LAS FRONTERAS

Ciara comienza su internacionalización en nuestro país, en la tierra de pioneros, Punta Arenas, con un amplio y radiante local en el Módulo Central de Zona Franca, correspondiente al 217, "la hermosa fachada fucsia" de Ciara. Su propuesta moderna e innovadora brinda carteras, sobres y vanites únicos y totalmente exclusivos, ya que sus series no se repiten y éstas se reponen con nuevos modelos y diseños. Asimismo, Ciara contempla en su oferta correas con cuidadosos detalles. Respecto a sus calzados, considera pocas numeraciones por modelos, ya que esta marca y concepto apuntan a la exclusividad para la mujer magallánica y para el público, en general, que llega a la región.

"Nuestros productos no son de venta masiva.

Cada mujer puede encontrar el estilo que más le acomoda y disfruta en la espaciosa tienda, pues en ella se exhiben los diferentes estilos de calzado, carteras, sobres, vanites, cinturones y otros accesorios femeninos.

Puedo decir que es un producto boutique y, con este concepto, queremos llegar al público que sepa valorar nuestro producto premium y que aprecie la moda, diseños vanguardistas y el valor que conlleva hacer un calzado o cartera de manera semi artesanal, lo que es un valor agregado si sumamos a esto el que sus hebillas, broches y placas de los artículos, que reciben un sutil baño de oro, permite que no se despinten, alcanzando una durabilidad eterna; todo ello complementa un producto de óptima calidad. Pues bien, decidimos iniciar esta aventura en Punta Arenas, ya que detectamos un nicho de mercado que en la región no existía y lo hemos logrado, pues desde incluso antes de aperturar el local testeamos con productos, realizando

previamente un minucioso estudio de mercado y ya contamos con clientes fidelizadas y adictas a Ciara", sostiene Doris Obando Saavedra, gerente general de Ciara en Chile.

En tanto, Hugo Rodrigo Hurtado, gerente comercial de la firma, enfatiza: "Actualmente, estamos dando a conocer la marca aprovechando las plataformas digitales y el gran apoyo que puede otorgarnos los medios de comunicación. Generaremos alianzas comerciales con otras empresas afines, puesto que creemos que el trabajo colaborativo permite lograr mejores resultados para todos. Si me preguntas cuál es la meta más ambiciosa de Ciara en Chile, te puedo responder, con toda convicción, que es apostar con nuestro producto de alta calidad y comodidad, en un centro comercial importante de Santiago, incluso, sin descartar lograr introducir la marca a otras regiones pero, para ello, debemos investigar cómo es la situación en otros mercados del país".

Esta nueva tienda boutique de calzado femenino está ubicada en el local 217, en el segundo nivel del Módulo Central de la Zona Franca.

"Nuestros productos no son de venta masiva. Puedo decir que es un producto boutique y, con este concepto, queremos llegar al público que sepa valorar nuestro producto premium y que aprecie la moda, diseños vanguardistas y el valor que conlleva hacer un calzado o cartera de manera semi artesanal", explica Doris Obando Saavedra, gerente general de Ciara en Chile.

Ciara se ubica en el local 217, segundo nivel del Módulo Central de la Zona Franca.

@ciarapuqchile Ciara Puq Chile

DERCOcenter

RECASUR

ALL NEW
MAZDA CX-9

EQUILIBRIO PERFECTO
ENTRE EMOCIÓN Y SOFISTICACIÓN

mazda

SKYACTIV TECHNOLOGY

CONSUMO VEHICULAR
- CIUDAD HASTA 7,8 KM/L1*
- CARRETERA HASTA 13,9 KM/L1*

93 OCTANOS

*Información entregada por el Centro de Control y Certificación Vehicular del Ministerio de Transportes de Chile.

Ahora con un diseño exterior basado en la filosofía KODO -alma del movimiento- y tecnología SKYACTIV que permite un gran desempeño y óptima eficiencia en el consumo de combustible. Todo para hacer de tu experiencia de manejo algo inigualable.

TE ESPERAMOS EN ZONA FRANCA!

RECASUR DERCOCENTER
Av.2 sur manzana 6A N° 67-68 Zona Franca.
Fono: 61 2714847 autos@recasur.cl.

DERCO
RESPALDA Y GARANTIZA

Francisca Lorenz, Karina MacDonald, Mauricio Ojeda y Valeria Antiman.

CENTRO DE DESARROLLO MYPE DE INACAP *llega a Punta Arenas*

Equipo multidisciplinario de académicos y estudiantes de Administración, Diseño y Psicopedagogía busca aportar al crecimiento de negocios y mejoramiento de la gestión de las MyPEs.

CON ASESORÍA y acompañamiento gratuitos para las micro y pequeñas empresas, así como a emprendedores, llega a Punta Arenas el Centro de Desarrollo MyPE de la Universidad INACAP, bajo la gestión de un equipo interdisciplinario, liderado por el Coordinador del Centro, Mauricio Ojeda, y las Asesores Senior: Valeria Antimán, del área Administración y Negocios; Francisca Lorenz, de Psicopedagogía, y Karina MacDonald, del Área Diseño y Comunicación. Junto a ellos, participan un total de nueve consejeros, estudiantes de las respectivas áreas académicas de INACAP.

"Buscamos contribuir al aumento de productividad y competitividad de las empresas de menor tamaño de nuestra región, a través de este espacio de colaboración de académicos y estudiantes con los empresarios de la micro y pequeña empresa, de los diferentes sectores productivos de Chile", explica Mauricio Ojeda.

El centro busca aportar en materias de administración y diseño, tales como aspectos financieros y contables, posicionamiento de una marca, entre otros, complementados con experiencias de aprendizajes significativos, proporcionados por la psicopedagogía, a fin de aumentar la productividad. Se trata de un enfoque amplio, con el que se espera favorecer el crecimiento de negocios y mejoramiento de la gestión de las empresas en la región.

"Nuestra área aporta desde el conocimiento y el aprender haciendo en la formación de nuevos negocios y el mejoramiento de la MyPEs ya creadas, y que sientan necesidad de crecimiento", explica Valeria Antiman. A esto se suma el aporte del área de diseño. "Esperamos dar un valor agregado a un producto o servicio. La imagen, la elección de un buen nombre, una buena marca o un envase creativo y funcional hacen la diferencia a la hora de entrar a competir en el mercado", añade Karina MacDonald.

Otro aporte novedoso es el que hace la psicopedagogía que busca facilitar el aprendizaje, con estrategias innovadoras, a fin de optimizar los recursos humanos y/o cognitivos. "Somos mediadores interlaborales, y buscamos aumentar la eficiencia tiempo/espacio. La empatía situacional con la que trabajamos favorece el bienestar emocional, de los emprendedores y empresarios, permitiéndoles transformar un problema en una oportunidad de aprendizaje", puntualiza Francisca Lorenz.

El Centro de Desarrollo MyPE es una iniciativa de Vinculación con el Medio de la Universidad INACAP y opera en la Sede de Punta Arenas, ubicada en avenida Bulnes Km 4, Punta Arenas. Contacto: mojedas@inacap.cl.

Consejeros: estudiantes de Administración, Diseño y Psicopedagogía.

MEGASTORE
FELÍZ DÍA
Papá
MARCAS EXCLUSIVAS
pensadas en ti
HASTA
60% OFF
DESCUENTOS
SWIZA
AVIATOR
NAUTICA
19V69
GAP
AMERICA TODAY 157
PEAK
MANGO
NUEVA COLECCIÓN
Bershka
stradivarius
ZARA
Mega Store Punta Arenas
megastore_puntaarenas
www.megastorepuntaarenas.cl
Manzana 19, Zona Franca Punta Arenas

El padre Rodrigo Vargas, capellán de Santo Tomás Punta Arenas, realizó una bendición de la nueva biblioteca.

La rectora Valeska Acevedo, junto a la directora de Formación e Identidad, Nelly Saavedra, cortaron la cinta que inauguraba oficialmente la nueva biblioteca de la institución.

SANTO TOMÁS INAUGURA

NUEVO ESPACIO DE ESTUDIO PARA SUS ESTUDIANTES

La nueva biblioteca que estará a disposición de los alumnos contará con 120 mts2 y 4 salas de estudios.

"HOY CONCRETAMOS un proyecto que nació de las mismas inquietudes de nuestros estudiantes, necesidad que fue requerida en distintas jornadas de autoevaluación que realizamos periódicamente con los alumnos", señaló la rectora del IP-CFT Santo Tomás Punta Arenas, Valeska Acevedo Gaete, al inaugurar la nueva biblioteca de la institución.

Este nuevo espacio que estará al servicio de los estudiantes consta de 120 mts2, versus los 50mts2 que tenía la anterior biblioteca. Además de los espacios múltiples acondicionados con modernas mesas y cómodos sillones, tendrá a disposición de los alumnos 4 salas de estudio independientes.

En la actividad de inauguración, la rectora de la institución invitó a los estudiantes a hacer buen uso de las instalaciones y a "aprovechar el espacio que busca mejorar su paso por esta casa de estudios". En la oportunidad, también asistieron delegados de las diferentes carreras, autoridades académicas, docentes y funcionarios de la institución.

Jessica Manriquez; Roxana Soto; Valeska Acevedo, rectora IP-CFT Santo Tomás Punta Arenas y Claudia Molkembuhr

Fernanda Ballona; Valentina Calderon y Sebastián Muñoz.

Miguel Muñoz; Paula Candia; Luis Aros; Maria Luisa Soto y Juan Andrade.

Jacqueline Torres; Angela Aguilera; Maria Elena Soto; Juan Guerrero; Johana Uribe; Cesar Ríos y Jonathan Cárcamo.

Nelly Saavedra; Valeska Acevedo y Yudi Pinto.

Paula Candia; Jaime Low; Natalia Eriz; Camila Trujillo y Patricio Marimman.

Jessie Silva; Roxana Soto; Juan Guerrero; Gustavo Garrido; Alejandra Olivos y Mabel Barrientos.

Cesar Ríos; Valeska Acevedo; Angela Aguilera y Juan Guerrero.

DIVEMOTOR
Desde 1930
CHEVROLET TAHOE,
POTENCIA CON ESTILO
LO MEJOR PARA TI Y TU FAMILIA
GARANTÍA DE
120.000 KMS.
ó 5 AÑOS

VAYAS A DONDE VAYAS, SORPRENDERÁS.

Las nuevas líneas exteriores de Chevrolet Tahoe te sorprenderán, el frontal con su exclusivo diseño con faros delanteros proyectores, aros de aleación 20", spoiler aerodinámico que esconde el limpiaparabrisas trasero, entre otros, son atributos que le brindan estética y funcionalidad a esta nueva SUV. Es difícil no ser cautivado por el agresivo y sorprendente diseño de la Chevrolet Tahoe.

Capacidad 8 pasajeros | Potencia 355 HP | Tecnología MyLink con Navegador GPS

La Chevrolet Tahoe incorpora la nueva generación de motores EcoTec3 con tecnología de punta: Active fuel management (AFM), apertura variables de válvulas de admisión y encendido con chispa e inyección directa (SIDI). Lo que la hace increíblemente eficiente.

Su potente motor 5.3L V8 alcanza una potencia máxima de 355 HP a 5,600 RPM y un torque de 516 N.m a 4,200RPM.

TECNOLOGÍA Tú estás al mando

La pantalla a color del Centro de Información del conductor, que se encuentra en el panel de instrumentos, te permite monitorear la información de forma segura y sin tener que apartar la vista del camino. En Chevrolet Tahoe tú tienes el control, administrando las distintas funcionalidades del vehículo; como llamadas telefónicas, listas de reproducción de audio, presión de neumáticos entre otros.

Conectado en todo momento

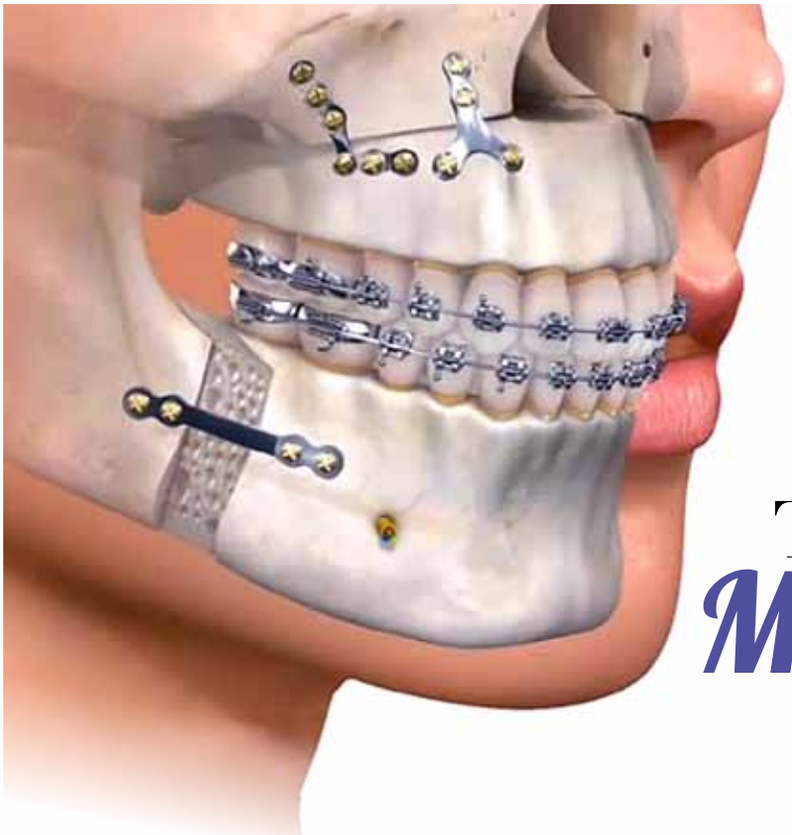
La tecnología viaja contigo y con Chevrolet Tahoe. Sin importar a donde vayas, estarás conectado en todo momento. Tecnología Apple CarPlay, Bluetooth, 5 puertos USB para conectar teléfonos, laptops y tablets. Jamás estarás desconectado mientras manejes tu Chevrolet Tahoe. Carga tu Smartphone sin utilizar cables con el cargador inalámbrico integrado en la consola central.

ALL NEW CHEVROLET TAHOE

GARANTÍA DE 120.000 Kms. ó 5 AÑOS | Shell HELIX Motor oils | www.chevrolet.cl | 800 800 115

CHEVROLET

DIVEMOTOR • Zona Franca • AVDA. 2 SUR SITIO 28 • FONO: 612219195 • www.divemotor.cl



TRAUMATISMOS Maxilofaciales

DR. MAURICIO VARGAS ZEC
CIRUJANO MÁXILO FACIAL
MVARGAS@DRMVARGASZ.CL

LOS TRAUMATISMOS maxilofaciales son todos los daños físicos que se producen en la cara. Ellos incluyen lesiones de los tejidos "duros" del rostro, como el maxilar, la mandíbula, los pómulos, las órbitas oculares, la articulación témporo- mandibular ATM, los dientes definitivos y los de leche. Las lesiones de los tejidos "blandos" pueden ser heridas, cortes, laceraciones, quemaduras, mordeduras humanas o animales, entre otros.

Con estas lesiones se producen muy severos daños a las funciones de la cara y a la estética y simetría facial. Pueden cambiar la forma y estructura del rostro y, si no son tratadas adecuadamente, causarán desfiguración y alteraciones permanentes y completamente indeseables.

Entre las funciones alteradas, además del evidente cambio de las proporciones y simetría de la cara y la estética en general, estos traumatismos pueden resultar en dificultad e imposibilidad de abrir la boca, imposibilidad en la masticación, dificultades del habla, alteraciones visuales graves y otras, tan importantes para la vida. Las graves lesiones que causan pueden amenazar la vida, cuando comprometen la vía aérea y se asocian a contusiones y fracturas craneales.

Entre las causas que más se asocian con los traumatismos maxilofaciales, se cuentan los accidentes de vehículos motorizados, como automóviles, motos, four track, entre otros, pero también las agresiones son una causa frecuente de estos daños. Además, accidentes deportivos, caídas, accidentes laborales, explosiones, heridas de proyectiles de armas de fuego son fuentes originarias de daños en la cara.

La falta de tratamiento de los traumatismos maxilofaciales de los tejidos blandos y duros puede causar desfiguración y discapacidad, lo que, a su vez, arroja daños emocionales en el corto y el largo plazo. Por todo esto, el tratamiento de estas extremadamente complejas y deformantes lesiones debe ser precoz, oportuno y altamente especializado.

Dr. Mauricio Vargas Zec
CIRUJANO MAXILO FACIAL

Cirugía y Traumatología Bucal y Máxilo Facial
Plástica y Estética Facial - Implantes Óseointegrados

- Cirugía Bucal e implantes
- Botox®, Dysport® estético y terapéutico

- Ácido Hialurónico y bioplastía
- Plasma Rico en Plaquetas
- Hilos tensores revitalizantes faciales

mvargas@drmvargasz.cl

Consulta
Rómulo Correa 665
Teléfono (61) 2214010
Punta Arenas

Clínica Algarrobal Chicureo
Santa Emilia 201-203
Teléfonos (2) 28431941 (2) 28430476
Chicureo Santiago

DIABETES Y EJERCICIO: SÓLO BENEFICIOS (PRIMERA PARTE)

Dra. Leisly Vidal
Nutriología y Diabetes
Magister en Nutrición y Dietética
Miembro de la Sociedad Chilena de Nutrición
Miembro de la Sociedad Chilena de Endocrinología y Diabetes

ASÍ COMO EL SEDENTARISMO y la obesidad constituyen factores de riesgo que predisponen a la aparición de diabetes, en la contraparte, el ejercicio físico y el control del peso corporal son aliados importantes en el manejo de esta enfermedad crónica.

Sí, porque, junto con alimentación adecuada y administración de ciertos fármacos, practicar algún deporte favorece el control de la glicemia (niveles de azúcar en la sangre) y disminuye los riesgos de enfermedades cardiovasculares, habitualmente asociadas a este tipo de pacientes.

La práctica deportiva incrementa la sensibilidad a la insulina, lo cual facilita la entrada de glucosa a las células musculares. De esta manera se logra un mejor equilibrio de la glucosa en la sangre y disminuye la necesidad de medicación (antidiabéticos orales) y/o insulina.

Para un paciente diabético, practicar algún tipo de deporte supone también un aumento del colesterol bueno (HDL-c) en la sangre, así como una reducción de los niveles de triglicéridos sanguíneos.

¿CÓMO Y CUÁNDO COMENZAR?

Todo paciente diabético debiera efectuarse una evaluación médica antes de empezar a practicar algún deporte, para que el especialista le indique qué tipo de ejercicios realizar, si existe alguna contraindicación y los cambios que haya que introducir en el tratamiento de control de la diabetes.

De esa manera, pueden prevenirse algunos de los problemas más frecuentes relacionados con la práctica de ejercicio en estos pacientes. Por ejemplo, si tenemos pacientes que sufren retinopatía diabética no pueden hacer ejercicios de fuerza; o si tienen problemas en articulaciones o una neuropatía, tampoco deportes que impliquen impacto.

El ideal, es elegir disciplinas aeróbicas, como caminata, bicicleta, bicicleta elíptica y natación, y evitar deportes de riesgo, como el montañismo, alas delta, motociclismo o buceo submarino, debido al riesgo de sufrir una hipoglicemia al practicar estas disciplinas.

Por lo tanto, el ejercicio debe efectuarse en un lugar seguro, con personas que tengan conocimientos de lo que implica la diabetes, un gimnasio que cuenta con todos los equipamientos necesarios para deportistas avanzados o para personas que estén iniciándose en el entrenamiento físico o tengan alguna condición de salud particular.

En el siguiente artículo profundizaremos más sobre la supervisión y medidas importantes a considerar a la hora de practicar actividad física en el paciente con diabetes.

DRA. LEISLY VIDAL
NUTRICION Y DIABETES

CLÍNICA REDSALUD MAGALLANES

DIABETES MELLITUS TIPO 1, TIPO 2 Y EN EL EMBARAZO - OBESIDAD, SOBREPESO Y BAJO PESO - TRASTORNOS ALIMENTARIOS - PROBLEMAS DE COLESTEROL, TRIGLICÉRIDOS, RESISTENCIA A LA INSULINA - ALERGIAS ALIMENTARIAS - ENFERMEDAD CELÍACA - NUTRICIÓN DEPORTIVA - ALIMENTACIÓN VEGETARIANA Y VEGANA - CONTROL NUTRICIONAL PRE Y POST CIRUGÍAS BARIÁTRICAS Y ESTÉTICAS - EDUCACIÓN ALIMENTARIA
MÉTODO NO DIETA

**RESERVA DE HORAS:
AV. BULNES 01448 • TEL: 61 2 454000
PUNTA ARENAS**

EXPECTATIVAS V/S REALIDAD

DRA. MARÍA FERNANDA DEICHLER V.
CIRUJANO PLÁSTICO
PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE
MIEMBRO DE LA SOCIEDAD CHILENA DE CIRUGÍA PLÁSTICA

Pensar en querer someterse a una operación de cirugía plástica no es una decisión que deba tomarse a la ligera, por lo que, a menudo, surgen dudas entre los pacientes, mujeres y hombres, como: ¿Quedaré bien al terminar la cirugía? ¿Y si los resultados no son lo que esperaba? ¿Y si tras la intervención me veo peor que ahora?

Las cirugías pueden ser muy diferentes, pero las preguntas que se realizan los pacientes antes de someterse a cualquiera de ellas, por lo general, suelen ser las mismas.

Si tú también te estás planteando los pros y contras de someterte a una intervención de cirugía plástica, y alguna de estas preguntas te ha rondado por la cabeza en más de una ocasión, debes saber que, aunque estas dudas son muy normales, no deben paralizarte. Al contrario, deben impulsarte a tomar decisiones responsables, poniéndote en manos de profesionales que te ayuden a lograr tus objetivos sin poner en riesgo tu salud.

COMUNICACIÓN ENTRE EL PACIENTE Y EL CIRUJANO

Es importante que sepas exactamente qué es lo que quieres conseguir con la operación y transmitírselo a tu cirujano.

Estas expectativas reales de una intervención son concretadas por los cirujanos mediante el análisis de las diferentes características del paciente: edad, condición física, estado de su piel, hábitos, características anatómicas, cicatrización, entre otras.

Lo anterior resulta de gran importancia, ya que ayuda a los pacientes a poner los pies en la tierra y hacerse una idea real de los resultados tras la operación, y cuanto tiempo demoran en lograr dichos resultados; así tienen toda la información necesaria para decidir si quieren o no someterse a la intervención.

Dependiendo la cirugía y de las condiciones de cada paciente, los resultados se lográn en diferentes tiempos. En la mayor partes de las cirugías, los resultados iniciales (antes de 1 mes posterior a la cirugía)pueden parecer mínimos. Esto es normal, ya que la inflamación y los moretones requieren tiempo para resolverse y así comenzar a evidenciar los resultados de la cirugía.

Después de una cirugía de contorno corporal (abdominoplastía, liposucción, lipoaddominoplastia), la inflamación puede durar meses, lo cual no permite ver claramente lo resultados de la cirugía. La piel de la zona de tratamiento también parece floja ya que toma tiempo que el cuerpo se adapte a su nueva y esbelta figura. Pueden pasar de una a tres semanas para que la inflamación tenga una disminución que se pueda apreciar; y los moretones desaparezcan; y hasta 12 meses para que la piel se tense en la zona de la cual se extrajo la grasa. En promedio los resultados finales se verán después de seis a 12 meses.

Si estás interesada o ya tomaste la decisión de someterte a una cirugía estética es importante que te preocupes de que el procedimiento lo realice un cirujano plástico acreditado, miembro de la Sociedad Chilena de Cirugía Plástica y Certificado por Conacem, quienes no sólo realizan de forma correcta, ética y segura este tipo de procedimientos, sino que además monitorizan el postoperatorio para que los resultados que se obtengan sean los adecuados.

Desconfíe de quien afirme que sólo es cirujano estético; ya que esta especialidad NO existe. La mejor manera de evitar complicaciones innecesarias y obtener un buen resultado es ponerse en manos de un cirujano plástico acreditado.

DRA. FERNANDA DEICHLER
CIRUGÍA PLÁSTICA, ESTÉTICA & RECONSTRUCTIVA

Belleza y Salud

CLÍNICA REDSALUD MAGALLANES

BÓTOX • ÁCIDO HIALURÓNICO • BLEFAROPLASTÍA
LIFTING CERVICOFACIAL MAMOPLASTÍA DE AUMENTO • REDUCCIÓN MAMARIA • MASTOPEXIA • LIPOSUCCIÓN • ABDOMINOPLASTÍA
OTOPLASTÍA • CICATRICES • RECONSTRUCCIÓN MAMARIA
POST CÁNCER O ALTERACIONES DEL DESARROLLO
RECONSTRUCCIÓN TRONCO Y EXTREMIDADES
QUEMADOS ADULTOS Y NIÑOS

MIEMBRO DE LA SOCIEDAD CHILENA DE CIRUGÍA PLÁSTICA

INFORMACIÓN Y RESERVAS DE HORAS
Mail: contacto@doctorad.cl • Cel.: +569 4285 6123

Formas de pago: efectivo, cheques, tarjetas de crédito

Antonio Díaz Hussey

- Kinesiólogos
- Posturólogos
- Máster en Osteopatía

Juan Villegas Velásquez

FISIOLIFE INCORPORA ÚLTIMA TECNOLOGÍA EN EL TRATAMIENTO DE TENDONES

EN SU AFÁN de ir un paso más adelante y complementar sus tratamientos con avanzada tecnología, el Centro Especializado en Kinesiología, Osteopatía y Fisioterapia Invasiva, FISIOLIFE, ha incorporado tres nuevos equipos para la atención de sus pacientes.

ECÓGRAFO CHISON EBIT50

El Ecógrafo Doppler color con transductor lineal de hasta 18 MHz permite localizar hasta el más mínimo detalle en los tejidos, incluso a nivel superficial. Cuenta con un sistema de visualización especial de aguja, software de armónicos que permiten contrastar entre tejidos. Además de elastografía que mide el grado de tensión de las estructuras, entre otras.

Los kinesiólogos de FISIOLIFE, Antonio Díaz y Juan Villegas, explican que este nuevo equipo cuenta con una excelente calidad de imagen y que es una de las mejores herramientas del mercado para tratar lesiones musculo esqueléticas.

Si tienes un problema de tendón crónico, llevas muchas sesiones de kinesiología sin resultados, te indicaron ondas de choque sin resultados. La fisioterapia invasiva soluciona tu problema en pocas sesiones. Los profesionales explican:

- Nosotros no realizamos diagnóstico ecográfico, utilizamos la ecografía para que nuestro tratamiento sea específico en la patología del paciente.
- Siempre se pide ecografía de profesional radiólogo para realizar un tratamiento.
- La ecografía es fundamental para tratar de manera específica el daño en el tendón.

> "Tienes un problema de tendón y llevas muchas sesiones de kinesiología, ven a vernos!"

> "Kinesiólogos de FISIOLIFE realizan este tratamiento hace dos años, con excelentes resultados en muchos pacientes"

MÁQUINA PHYSIO INVASIVA

Physio Invasiva es el primer equipo del mercado diseñado de forma específica para la Electrólisis Percutánea, y fue traído desde España.

Utiliza agujas de las corrientes eléctricas. Estas últimas son más frecuentemente empleadas en las técnicas de fisioterapia invasiva (galvánica, microcorrientes convencionales o de alto voltaje, TENS).

PROFORM TOUR DE FRANCE PRO 5.0

Los kinesiólogos de FISIOLIFE, señalan que se trata de una bicicleta interactiva de ultra resistencia que ofrece una tecnología innovadora y una experiencia única de ciclismo real, ya que se adapta a la topografía y contornos de las carreteras, simulando una ruta o carrera totalmente real. La bicicleta Proform Tour de France Pro 5.0 está diseñada para proporcionar entrenamientos profesionales con la última tecnología.

¿Qué beneficios aporta la fisioterapia invasiva al tratamiento de tendones?

Es el tratamiento de excelencia en las principales clínicas de kinesiología especializada para estas patologías.

- Es un tratamiento local que con la ayuda de un ecógrafo se aplica de forma directa sobre el tejido alterado y/o degenerado.
- La efectividad es alta frente a tratamiento tratamientos convencionales de fisioterapia (ondas de choque, ultrasonidos, láserterapia, entre otros).
- Las recaídas son infrecuentes.

A dos meses de su puesta en marcha

CLÍNICA REDSALUD MAGALLANES Y SU MODERNO CENTRO DE IMAGENOLOGÍA

Radiólogo Clínica RedSalud Magallanes, Álvaro Provoste,

EL CENTRO DE Imagenología de Clínica RedSalud Magallanes cumplió dos meses desde su puesta en marcha. El moderno lugar se ha transformado en una alternativa más económica dentro de la actual oferta de exámenes de imágenes que existen para los pacientes que buscan atención ambulatoria, que ingresan por urgencias o requieren algún examen estando hospitalizados.

En este servicio de apoyo diagnóstico, ubicado en el primer piso del Centro Médico Clínica RedSalud Magallanes, los pacientes se encuentran con profesionales de primer nivel, altamente capacitados y con la más avanzada tecnología.

Resonancias magnéticas, ultrasonografías, Rayos X, mamografías, tomografías y exámenes radiológicos son algunos de los exámenes a los que los pacientes pueden acceder.

El radiólogo de Clínica RedSalud Magallanes, Álvaro Provoste, es uno de los especialistas que trabaja en el Centro de Imagenología, desde que el servicio era solo un proyecto.

"Para mí, trabajar en Magallanes significa una tremenda oportunidad y un privilegio. Realizar mi especialidad en la Clínica es enriquecedor y muy motivador. Los pacientes se van muy satisfechos con la atención que les brindamos, se van contentos con el trato que les damos como servicio", manifiesta.

Provoste asegura que busca aportar con su experiencia adquirida en Santiago, y tener la posibilidad de formar parte de un equipo joven, con ganas de hacer bien las cosas y con un lindo desafío por delante.

"REDSALUD LO HACE POSIBLE"

El radiólogo explica que desde RedSalud cuentan con especialistas de Santiago de manera presencial en la Clínica y con la posibilidad de enviar estudios complejos a subespecialistas en la capital.

"Es muy importante que las clínicas regionales de Redsalud puedan tomar sus decisiones de manera descentralizada. Esto les da autonomía en la gestión, permitiendo acortar los tiempos de reacción, lo cual va en directo beneficio de los pacientes. Con esto, somos una real alternativa para los pacientes de Magallanes. Además, contamos con equipamiento de alta calidad, con equipos nuevos de alta resolución, lo que permite realizar procedimientos diagnósticos más precisos y con altos estándares", señala.

EQUIPO COMPROMETIDO

El Centro de Imagenología cuenta con radiólogo presencial todos los días de la semana, sistema de turnos de llamado los fines de semana y festivos. Estos radiólogos realizan estadías de entre dos y cuatro semanas. Además, vía telerradiología se derivan exámenes a Santiago para ser resueltos por subespecialistas, con tiempos de respuesta muy apropiados.

"El trabajo en equipo es muy importante y, en el centro de imágenes de Clínica RedSalud Magallanes se cumple a cabalidad. El personal del centro está altamente comprometido con el proyecto, desde las recepcionistas, los auxiliares, los tecnólogos médicos y, por supuesto, los radiólogos", enfatiza.

CLÍNICA REDSALUD MAGALLANES

Convenios con: Nueva Más Vida – Cruz Blanca – Colmena
Consalud – Banmédica – Mutuales – Fonasa
Venta de bono Imed

AV. BULNES 01448 | MESA CENTRAL 61 2 454000 | www.clinicamagallanes.cl

RECETAS

Granjas de la Sierra M.R.

DONUTS

INGREDIENTES

3 ½ tazas de **harina Granjas de la Sierra 0000.**
1 ½ cucharada de levadura en polvo.
3/4 taza de **azúcar Granjas de la Sierra.**
1 huevo grande.
3 cucharadas de mantequilla.
3/4 taza de leche tibia.
1 cucharadita de ralladura de limón.
1/2 cucharadita de sal.
1 ½ litro de **aceite Granjas de la Sierra** para freír.

PARA EL GLASEADO:

1½ taza de azúcar flor.
1 cucharada de canela en polvo.

PREPARACIÓN

En un pocillo mezclar la levadura con una cucharadita de **azúcar Granjas de la Sierra** y dos de **harina Granjas de la Sierra.** Agregar un poco de agua caliente hasta unir todo. Dejar reposar en un lugar tibio. Esperar que doble su volumen y esté esponjoso.
Unir la **harina Granjas de la Sierra**, el **azúcar Granjas de la Sierra** y la sal, y en el centro añadir la mezcla de la levadura.
Aparte, combinar la leche, el huevo, la mantequilla y la ralladura de limón. Juntar todo lo anterior hasta formar una buena masa fácil de trabajar. Si está muy húmeda, agregar más harina, y si está muy seca agregar más leche. Amasar bien durante diez minutos y dejar reposar tapada hasta que doble su volumen. Estirar la masa con la ayuda de un uslero de dos y medio centímetros de espesor, y con un cortador para donuts empezar a cortar. Si no se tiene uno ocupar un vaso y con una tapa de bebida hacer el agujero del centro. Lo ideal es tener un cortapastas circular.
Cuando se tengan las donuts, dejarlas en una bandeja enharinada, tapar y volver a espera que doblen su tamaño y estén livianas. También se pueden usar los centros de las donuts, son perfectos como bocados.
Calentar el **aceite Granjas de la Sierra** y empezar a freír, máximo de a cinco, durante alrededor de cinco minutos. El aceite no debe quemarlas, sino que se tienen que dorar de a poco. A medida que estén listas, sacar y pasar por la mezcla de azúcar flor con canela.

Suscríbete y Disfruta

EL PRIMER CLUB DEL VINO DE MAGALLANES

CAVA DON HERNANDO
Magallanes y Antártica Chilena

¿De qué se trata el club?

Por una suscripción semestral o anual podrás disfrutar diferentes etiquetas de vino que seleccionamos cuidadosamente para mostrarte lo nuevo que ofrecen pequeños viticultores de nuestro país a un precio menor que el de lista. Los socios de nuestro club serán los primeros en recibir las novedades que traeremos durante el año a magallanes. Además, cada socio podrá obtener interesantes y entretenidos beneficios: descuentos en restaurantes y hoteles asociados, eventos, invitaciones a degustaciones, precios especiales en las compras realizadas en la tienda de vinos de cava don hernando y ¡mucho más!

- **Lenga:** una cuidadosa selección de 3 etiquetas reserva, todas de pequeñas producciones, pensadas para quien recién comienza a disfrutar de los placeres del vino. $20.490 por mes.
- **Ñirre:** esta selección de 3 etiquetas reserva + 1 etiqueta gran reserva de pequeños productores es para quienes disfrutan de todas las bondades del vino y quieren atreverse a ir más allá. $30.990 por mes.
- **Coigüe:** aquí elegimos 2 etiquetas gran reserva de pequeñas producciones especialmente para quienes buscan mayor calidad que cantidad.
- **Reserva magallanes:** nuestra suscripción ícono que hace alusión a nuestra hermosa reserva forestal y que mezcla un vino premium o ícono + dos gan reserva por $41.990 por mes.
- **Reserva parrillar:** pensando en aquellos que comparten su pasión por el vino y siempre tienen las puertas de su casa abierta para una agradable conversación. 6 etiquetas reserva por $39.980.

Para conocer más sobre el tipo de suscripciones y los beneficios que tienen los socios del Club del Vino, las personas interesadas pueden contactarse y solicitar más información, escribiendo al correo electrónico jaime@cavadonhernando.cl o llamando al teléfono 61-2221122.

SARMIENTO DE GAMBOA Nº399, ESQUINA AV. ESPAÑA

TESLAUSTRAL
tecnología amigable

ENERGÍA RENOVABLE PARA MAGALLANES

Somos una empresa con más de 10 años de experiencia en energías renovables no convencionales

Características insuperables:
- Encendido y apagado automático
- Programación horaria diaria o semanal
- Temperatura combustión constante
- Termostato
- Alimentación automática de pellet
- Combustión completa reduciendo el residuo de ceniza
- Fabricado 100% en Italia con un año de garantía

REPRESENTAMOS A KARMEK ONE, FIRMA ITALIANA LÍDER EN ESTUFAS A PELLET

www.teslaustral.cl
E-mail: contacto@teslaustral.cl
+56 9 89037451

¡¡YA ABRIMOS!!

NUEVO LOCAL EN ZONA FRANCA, MODULO CENTRAL, LOCAL 128

MOUNTAIN HOUSE
CLOTHING & EQUIPMENT

BORIES 655 *LOCAL 2*
MOUNTAINHOUSECHILE
INFO@MOUNTAINHOUSE.CL