PATAGONIA
Fem
Edición N° 136 viernes 6 de julio de 2018
GRATIS con La Prensa Austral

ESPECIAL 5° ANIVERSARIO

FEM PATAGONIA, LA GALA DEL AÑO

Hydra
spa

JULIO, UN MES PARA REGALONEARSE.

Masaje hydra de 30 minutos + Baño hidratante de 30 minutos para 2 personas	$55.000
Day Spa + Masaje descontracturante de 30 minutos para 2 personas (Válido de lunes a viernes, no incluye festivos.)	$50.000
Tratamientos corporales con 20% de descuento (Chocolaterapia, cafeterapia, mielterapia o uvaterapia 60 minutos.)	
Plan 3 semanas	$80.000
15% de descuento en plan semestral	

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

DREAMS
PUNTA ARENAS

Fem PATAGONIA

Fem Patagonia
Año 5 Edición 136
Viernes 6 de julio de 2018 Punta Arenas
Contacto: revista@fempatagonia.cl
www.fempatagonia.cl

Elia B'ug

PÁGINAS
4 - 25 **ESPECIAL GALA**
5° ANIVERSARIO FEM

EQUIPO

Editora: Elia Simeone **Periodistas:** Marisol Retamal **Fotografía:** Maximiliano Larenas, César Sandoval, Alexis Vera, Daniel Sandoval y Luis Meisen **Colaboradores:** Dr. Mauricio Vargas, Dra. Leisly Vidal 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.

Fotografías: Danny Perch

Elia Simeone, creadora y directora de la revista Fem Patagonia

"LA REVISTA TUVO EL MÉRITO DE PONER A LA *Mujer* COMO TEMA CENTRAL"

"Ahora tenemos tomas feministas, tenemos gente marchando en las calles y mujeres que están denunciando el acoso. Y creo que, como medio regional, nos adelantamos quizás hasta cinco años en empezar a hablar de la equidad de género".

MARISOL RETAMAL
REVISTA@FEMPATAGONIA.CL

LA REVISTA FEM PATAGONIA debutó el 7 de junio de 2013 como una apuesta original y atrevida dirigida a la mujer magallánica y distribuida gratuitamente a través de La Prensa Austral.

El proyecto comenzó a gestarse un año antes a partir de la visión de la periodista de la Universidad Católica, la magallánica Elia Simeone Ruiz, a partir de la necesidad de ofrecer un espacio para la difusión de las inquietudes de las mujeres de la región.

A cinco años de aparecido este producto periodístico, recuerda que éste comenzó a gestarse con la idea de generar un producto de calidad que marcara diferencia con la competencia periodística, además de aprovechar el valor agregado que entregaba contar con la calidad de los trabajos de impresión de los talleres de La Prensa Austral Impresos.

En principio ideó tres proyectos de revista -una femenina, otra de deportes y otra de turismo-, las que eventualmente deberían distribuirse con los ejemplares de La Prensa Austral.

La gestación del proyecto significaba una inversión muy alta, considerando que éste se planteaba como una revista editada íntegramente en color y en formato de papel couché.

Al comenzar a ofrecer la posibilidad de publicitar en ella, hubo que enfrentar cuestionamientos al hecho de que se trataba de una revista con temáticas femeninas, por lo que hubo quienes consideraban que no necesitaban contratar avisos en ella. El prospecto de revista se presentó a empresarios y comerciantes de la zona, entre los que destacó el apoyo de nombres como Diana Abu-Gosch y Pamela

En junio, este medio de comunicación estuvo de aniversario y la periodista Marisol Retamal y la diseñadora Sandra Vukasovic dialogaron con la directora de Fem Patagonia para conocer más sobre cómo surgió este proyecto y cómo se ha consolidado.

León, quienes desde un principio creyeron en esta apuesta.

Así también hubo quienes le decían que su producto eventualmente no iba a durar más de tres meses. "A veces, percibía que parte de mi entorno lo único que quería era que el proyecto fracasara", comenta.

HITOS DE FEM

Al destacar los hitos de la revista, menciona que en primer término lo más importante es que ésta haya podido ver la luz y que "prendiera" en el público magallánico, sobre todo en el caso de muchas mujeres que pensaban que no tenían cabida en este tipo de proyecto y que, en este caso, sí podían verse representadas.

"Las mujeres comenzaron a sentir que la revista era suya y empezaron a manifestar el interés de querer salir en sus páginas. Hubo algunas que se inhibían de aparecer en la revista, porque pensaban en el concepto asociado a las revistas de papel couché, donde sólo sale la gente 'linda', de la alta sociedad. Entonces, estaban estas mujeres profesionales o de pequeños emprendimientos de poblaciones que sentían que no tenían espacio. Pero, de pronto, empiezan a salir los proyectos de agricultoras o jóvenes que iniciaban pequeños proyectos o mujeres jefas de hogar que, siendo usuarias de Fosis o Sercotec, buscaban generar algún negocio. El primer gran logro es que todas las mujeres sintieran que pueden ser mujeres Fem, porque todas podemos tener el mérito de ser una gran historia", sostuvo Elia Simeone.

Lo segundo es que el proyecto Fem en sí se ha planteado como algo exitoso y ha recibido reconocimientos. Este producto fue destacado en la Asociación Nacional de la Prensa (ANP) por su aporte al periodismo y a visibilizar las actividades que realizan las mujeres que se desempeñan en Magallanes en distintos ámbitos del quehacer. También está el mérito personal de visibilizar a las mujeres y sacar adelante un producto periodístico de calidad.

"En lo personal, a mi regreso a la región, comencé a ser conocida por mi trabajo como periodista en el área política y redactora de artículos interpretativos en La Prensa Austral y El Magallanes. Pero, fue, en el segundo gobierno de Michelle Bachelet, que fui distinguida en el Día de la Mujer por el aporte de la revista a la difusión de las actividades y temáticas femeninas, lo que me llenó de orgullo", recuerda.

Otro reconocimiento que la periodista destaca con especial cariño es el otorgado por la Agrupación de Agricultoras de Magallanes, que agradecieron el espacio que la revista le ha dado a sus actividades. Y eso –recalca- es un ejemplo concreto de que la revista se puede abrir a las inquietudes de todas las mujeres.

"La revista tuvo el mérito de poner a la mujer como tema central. Ahora tenemos tomas feministas, tenemos gente marchando en las calles y a mujeres que está denunciando el acoso. Y creo que, como medio regional, nos adelantamos quizás hasta cinco años en empezar a hablar de la equidad de género", refuerza.

Entre las temáticas más relevantes de la revista figuran la igualdad de género en todos los ámbitos, la inserción laboral, la necesidad de emprender y ser autovalente, el rechazo de la violencia y el femicidio, la diversidad y la migración, entre otros.

CRÍTICAS

Pero hubo críticas a artículos relativos a la sexualidad y los derechos sexuales y reproductivos. "Pienso que estos derechos también le han sido conculcados a las mujeres, las que, en este país al menos, hemos tenido que vivir bajo una fuerte carga cultural que ha estigmatizado las relaciones sexuales y que ha declarado que la mujer tiene que ser casta y, por ende, será pura y digna, debiendo la sexualidad sólo encauzarse en el matriomonio. En caso contrario, tendrás que sufrir el descalificativo de puta, zorra, perra o casquivana, mientras los hombres tienen permiso para hacer y deshacer, sexualmente hablando. A las mujeres, se nos ha negado el disfrute sano de nuestra sexualidad", sostiene.

Por ello es que, como una forma de ir haciendo más trivial y menos ruborosa esta temática, se incorporaron en Fem estudios sobre sexo. "Como tengo sangre italiana y heredé de mi padre cierto sentido lúdico de la vida, comenzamos a publicar estudios sobre las relaciones sexuales y análisis psicológicos y sociales sobre las percepciones de mujeres y hombres frente a este tema, con un ánimo de quebrar el carácter pacato de los magallánicos", plantea.

Ello le valió que varios "amigos" le recriminaran esto o motejaran a Fem de mala manera. "Pero, me quedo con la opinión de aquellas lectoras y los lectores que disfrutan de estos artículos y que, cuando no aparecen en las páginas de Fem, me comentan que la revista no estuvo tan buena", señala.

¿Cuáles son los nuevos proyectos de esta revista? Seguir posicionándose en Magallanes, pero mirar más a allá de sus fronteras, para que este medio de comunicación haga honor a su calificativo de Fem Patagonia.

"Las mujeres comenzaron a sentir que la revista era suya y empezaron a manifestar el interés de querer salir en sus páginas".

En primer plano, las tres integrantes de Gibson Girls. Atrás se aprecia al coro Salesianas

Sofía González

La banda Level 1820 de Insafa.

Fernanda Zúñiga.

Danza Urbana de la Academia de Baile Paz Solar.

Más de 60 artistas mujeres abrieron la gran Gala

5º ANIVERSARIO DE FEM PATAGONIA

El espectáculo se inició pasadas las 20 horas y contó con la asistencia de unos 300 invitados, quienes fueron recibidos a su llegada al Teatro Municipal por integrantes del Circo Delsur, dirigido por Karin Marincovich.

Daniela Sanhueza

UN PÚBLICO EXPECTANTE presenció con asombro el inicio de la gran Gala Artística 5º Aniversario de Fem Patagonia, cuando, las luces del Teatro Municipal se apagaron para dar paso a un juego de proyecciones, mientras una voz en off resaltaba la presencia de las mujeres desde el principio de los tiempos en la Patagonia.

"Primero fueron las mujeres indígenas... Luego, las pioneras... Desde entonces y hasta hoy, las mujeres son pura creación, las mujeres son puro... talento", anunció la voz en off para dar paso al primer acto artístico a cargo de la Academia Sensation, dirigida por Cristián Vera, quien tuvo la responsabilidad de unir a diferentes solistas, bandas musicales y coros de diversos estilos musicales. En total, fueron 60 las mujeres artistas que dieron vida a ese show.

Esta presentación contempló la canción "Yo vengo a ofrecer mi corazón" de Fito Páez, interpretada por Daniela Sanhueza. Luego vino "Ella", de la artista española Bebé, en cuyo desarrollo intervinieron Paz Solar, directora de la academia de baile homónima, quien mostró toda la sensualidad de la danza árabe; y parte de su elenco que caracterizó el ritmo urbano. Esta armonía fue rota por la irrupción de la baterista Sofía González y la banda de rock Level 1820 de Insafa. Acto seguido, continuaron con la interpretación del tema "Ella" las coquetas integrantes del grupo Gibson Girls, seguidas de la hip hopera Fernanda Zúñiga, uniéndose a estas solistas y grupos el gran coro Salesianas del Insafa y el Liceo María Auxiliadora, dirigido por Gonzalo Fernández.

Paz Solar

PRODUCTOR MUSICAL: Cristián Vera /Academia Sensation
FOTOGRAFIAS: Daniel Sandoval/Sandoval Fotografía
Alexis Vera/Flashpuq
Luis Meisen
MAKE UP: Pamela Saavedra

Directora de Fem Patagonia en Gala Artística 5° Aniversario de la revista

"NOS ENORGULLECE HABER INTERPRETADO OPORTUNAMENTE QUE **ESTE SIGLO ES EL SIGLO DE LAS MUJERES"**

"A CINCO AÑOS de la primera edición de Fem Patagonia, nos enorgullece haber interpretado oportunamente que este siglo es el siglo de las mujeres".

Con esta frase concluyó sus palabras la directora de la revista Fem Patagonia, Elia Simeone, durante la gala artística que se realizó en el Teatro Municipal José Bohr para conmemorar el 5º aniversario de este medio de comunicación.

En su discurso, Elia Simeone señaló que, en momentos en que se evalúa el desarrollo de un proyecto periodístico que fue osado, innovador y único en su género en Magallanes, siempre surge el recuerdo de familiares, amigos, compañeros de labores y profesionales que concurrieron con su apoyo y palabras de aliento.

"Pero –subrayó-, mi primer agradecimiento público tiene que ser para La Prensa Austral, casa periodística que está próxima a cumplir 77 años de existencia registrando cotidianamente los sucesos que, en definitiva, son la historia de la región. Su vocación regionalista, su independencia, su pluralismo y su relevancia inobjetable hacen de La Prensa Austral el diario de Magallanes.

"Sin duda, Fem Patagonia, arrimada a este buen árbol, se benefició del prestigio de La Prensa Austral, dado por el profesionalismo de sus funcionarios y la reconocida calidad y ética periodísticas", puntualizó.

Luego, la directora de la revista señaló que, en sus 135 ediciones, más de 200 mujeres de todas las edades, oficios, profesiones y condiciones socioeconómicas han sido portada, hecho que es congruente en el objetivo central de Fem, que es visibilizar a los rostros femeninos de la zona. "Muchas de ellas son mujeres meritorias por sí mismas y que han alcanzado algún reconocimiento público, pero la mayoría son mujeres cuyo esfuerzo cotidiano, logros y desafíos habían sido conocidos y reconocidos sólo al interior de sus familias, de sus amigos. Pero, al colocarlas en sus portadas, Fem las relevó y les rindió un tributo.

"Esto –prosiguió- no es menor porque en todas las sociedades y en todos los medios de comunicación las revistas de papel couché son las más importantes y están dedicadas exclusivamente a retratar a aquellas personas que pertenecen a las clases sociales acomodadas. Pero, en Fem no se han hecho distinciones. En Fem caben todas las mujeres. Ninguna es excluida".

Elia Simeone agregó que, desde sus inicios, la revista ha abrazado como causa la equidad de género, pues les asiste el firme convencimiento de que hombres y mujeres tienen los mismos derechos y deberes. "A cinco años del primer número de Fem, reafirmamos que es necesario visibilizar las demandas de las mujeres y promocionar sus derechos", concluyó.

"En sus 135 ediciones, más de 200 mujeres de todas las edades, oficios, profesiones y condiciones socioeconómicas han sido portada, hecho que es congruente en el objetivo central de Fem, que es visibilizar a los rostros femeninos de la zona"

"Muchas de ellas son mujeres meritorias por sí mismas y que han alcanzado algún reconocimiento público, pero la mayoría son mujeres cuyo esfuerzo cotidiano, logros y desafíos habían sido conocidos y reconocidos sólo al interior de sus familias, de sus amigos. Pero, al colocarlas en sus portadas, Fem las relevó y les rindió un tributo"

Gala Aniversario Fem Patagonia

DIANA ABU-GOSCH, PAMELA LEÓN, MAURICIO VARGAS Y CRISTIÁN GARCÍA FUERON DISTINGUIDOS

AL CONMEMORAR sus cinco años de existencia, la dirección de la revista Fem Patagonia quiso reconocer el apoyo que recibió de distintas personas que creyeron en este proyecto periodístico desde sus inicios e, incluso, desde antes de que circulara su primera edición.

Fue así como en la Gala Artística 5° Aniversario Fem Patagonia se pidió a Diana Abu-Gosch, Pamela León, Cristián García y Mauricio Vargas Zec que subieran al escenario para recibir este público reconocimiento.

Diana, Pamela y Cristián coincidieron en que apostaron por este proyecto, estimando que era una idea un tanto quijotesca y arrojada, pero que parecía necesario que en Magallanes hubiera una revista que permitiera difundir a las mujeres, sus historias, sus logros y sus nuevos desafíos.

Diana Abu Gosch fue la tercera portada de Fem, pero, más allá de eso, sus palabras de apoyo fueron determinantes en momentos en que la revista daba sus primeros pasos, enfrentando adversidades. "Yo le dije a Elia que todo proyecto para ser exitoso requiere de nuestro esfuerzo y constancia", recordó.

Pamela León rememoró que en 2013 había montado una boutique y que, al saber del proyecto periodístico, decidió apoyarlo cuando los espacios publicitarios eran vendidos "en verde" –usando la jerga propia de proyectos inmobiliarios- porque consideró que era impulsado por una mujer para las mujeres y que sería un excelente canal publicitario.

García, periodista del Fosis, también recordó que en 2013 creyeron que Fem Patagonia era una revista en la cual las usuarias de este servicio, principalmente jefas de hogar, tendrían cabida y podrían difundir sus pequeños emprendimientos.

El doctor Vargas se excusó de asistir al tener que atender una urgencia médica en el Hospital Clínico, pero envío a una representante.

"Creo que llevábamos tres ediciones y un día Mauricio Vargas fue a La Prensa Austral y pidió ser parte de la revista, escribiendo una columna. Desde ese día, ha estado presente siempre y no ha fallado en ningún número. Eso permitió que otros profesionales estimaran que Fem Patagonia es un espacio donde pueden dar sus consejos sobre salud, estética y otras materias de importancia para las mujeres", destacó Elia Simeone.

Pese a su ausencia, Vargas envió el siguiente mensaje: "Me gustaría, simplemente, entregar mis felicitaciones a quienes tan bien dirigen este proyecto, tan magallánico y tan femenino y manifestarles que mi apoyo y dedicación, desde los primeros números, es y será permanente".

También agradeció que la revista lo incluya como parte de su equipo de trabajo. "Sólo me resta desearles muchos años más de crecimiento y desarrollo, con el profesionalismo de siempre y renovada ilusión", acotó.

MEGASTORE

Las mejores marcas del mundo
a los mejores precios

VERSACE · UNDER ARMOUR · Timberland · THE NORTH FACE · TCL · SWIZA · SWAROVSKI
stradivarius · SONY · SAMSUNG · Ray-Ban · QUIKSILVER · PIRELLI · PIEL TORO
PEAK · patagonia · Nikon · NB · Marmot · MANGO
GUESS · HUMMER · AVIATOR · TAGHeuer · CAT · BOSS · DW Daniel Wellington
ZARA · asics · Bershka · ck · Columbia · Desigual

PRODUCTO GARANTIZADO MEGASTORE

Todas sus compras
están garantizadas
de acuerdo a
La Ley del Consumidor

Mega Store Punta Arenas · megastore_puntaarenas · www.megastorepuntaarenas.cl · Manzana 19, Zona Franca Punta Arenas

ACADEMIAS DE *Denis Balladares y Mariné Pérez* SE PRESENTARON UNIDAS EN LA GALA DE FEM

EL SEGUNDO SHOW ARTÍSTICO estuvo a cargo de las academias de ballet clásico y de baile español dirigidas por Denis Balladares y Mariné Pérez, respectivamente. Sus elencos interpretaron piezas de ambos estilos de danzas y se entreveraron en el escenario.

La delicadeza de la pieza clásica chocó con la fuerza y vitalidad de la danza española. La conjunción de ambos estilos cautivó a todos los asistentes. Por ello, los elencos y las directoras de ambas escuelas fueron ovacionados.

Nuevamente, la mayor parte de los bailarines fueron mujeres.

Mariné Pérez y Denis Balladares junto a sus elencos recibiendo el aplauso de los asistentes.

DIRECTORAS DE LAS ACADEMIAS: Denis Balladares y Mariné Pérez
FOTOGRAFIA: Daniel Sandoval/Sandoval Fotografía
Alexis Vera/Flashpuq
Luis Meisen

Fashion show de la diseñadora magallánica cerró gala artística de Fem Patag onia

Feminidad floral y libertad,

LOS ACENTOS DE LA COLECCIÓN OTOÑO - INVIERNO de Sandra Vukasovic

Los asistentes al evento se sorprendieron porque un drone llevando una portada Fem abrió el desfile de las modelos.

EL FASHION SHOW a cargo de la diseñadora Sandra Vukasovic fue el inmejorable cierre de la Gala Artística 5° Aniversario Fem Patagonia.

Al ingresar al Teatro Municipal José Bohr, ya los asistentes se habían asombrado porque, desde el escenario, salía hacia las butacas una gran pasarela sobre la cual se iban a desplazar las modelos.

Como si esto no fuera poco, el público fue nuevamente sorprendido porque el desfile tuvo a una modelo inusual. En efecto, un drone se elevó y fue el primero en usar el 'runway' armado o, menor dicho, sobrevolarlo, portando una gran portada de la revista Fem que decía: "Estamos de aniversario".

Esta curiosa performance antecedió a las modelos, gatillando el espontáneo aplauso de los asistentes.

La pequeña "modelo voladora" abrió el fashion show, desfilando o, mejor dicho, sobrevolando la pasarela mientras llevaba una gran portada Fem que decía: "Estamos de aniversario". El vehículo aéreo no tripulado pertenece a la empresa "Drone Punta Arenas", dedicada a los servicios audiovisuales y la fotografía aérea.

Boutique Jolly colaboró con su espectacular lencería para novias.

El fashion show también se inició de manera atípica, pues comenzó con hermosos trajes de novia y vestidos de alta costura para la noche, prendas con las que, normalmente, se cierra todo desfile.

Lo importante era sorprender al público asistente.

FEMINIDAD FLORAL Y LIBERTAD

Sobre la pasarela y por cerca de 50 minutos, las modelos mostraron parte de la colección otoño-invierno de Sandra Vukasovic, quien explicó que la apuesta es por la feminidad floral y la libertad, como resultado del equilibrio de actuar.

"La mujer hoy camina en búsqueda de una armonía en colores, cortes y texturas, que le permite mezclar prendas inspiradas en distintos temas y así lograr ilooks únicos!", refirió la diseñadora.

Agregó que buscó tomar distintas formas minimalistas con shock de colores y contrastes, logrando de tal forma armonía y colorido para este invierno 2018, inspirándose, además, en sus viajes donde siempre rescata tendencias.

La directora de FEM Patagonia (al centro) agradeciendo a Sandra Vukasovic y al productor general del evento, Sergio Oyarzo.

FOTOGRAFIAS: Daniel Sandoval/Sandoval Fotografía
Alexis Vera/Flashpuq
Luis Meisen

ESTILISTA: Rodrigo Molgar
MAKE UP: Paul Inostroza
MANICURE: Mariela Ahumada/Descúbrete

MOUNTAIN HOUSE
CLOTHING & EQUIPMENT

BORIES 655 *LOCAL 2*
ZONA FRANCA - MODULO CENTRAL *LOCAL 128*
MOUNTAINHOUSECHILE
INFO@MOUNTAINHOUSE.CL

Empresa se asoció con TVRed para llevar en directo el espectáculo

MIRALOP ESTUVO A CARGO DE LA TRANSMISIÓN DE LA GALA FEM BAJO LA DIRECCIÓN DE JOHN MIRALLES

"Queremos ser un aporte para la comunidad y acercar a sus hogares los grandes eventos que Punta Arenas ofrece", planteó John Miralles

CASI DOS HORAS DURÓ la transmisión televisiva en directo que se realizó de la Gala Artística 5° Aniversario Fem Patagonia, siendo ésta dirigida por John Miralles.

El trabajo estuvo a cargo de Miralop, empresa que se asoció con TV Red debido a la importancia del evento. Así, la señal se difundió en forma simultánea a través del canal 26 del cable y vía streaming por la señal habitual de Miralop.

Miralop está conformado por John Miralles y Victor Avendaño. Es una empresa regional que lleva aproximadamente tres años captando los principales acontecimientos regionales y los eventos más importantes de la zona. Tiene una página de noticias al instante. "De a poco estamos creciendo con puro esfuerzo", señaló Miralles.

"Cuando se creó Miralop, sólo transmitíamos por celular, después nos costó casi un año para poder salir de forma profesional con equipos de alta gama y, de a poco, hemos ido incorporando más tecnología", comenta Miralles.

La apuesta de Miralles está en los nuevos objetivos. "De a poco se nos están presentando desafíos como fue transmitir el Festival de la Patagonia que para nosotros fue un gran orgullo como equipo estar presente en ese gran evento. Y, ahora en el presente de forma profesional con ayuda de TVRed pudimos estar presentes en el aniversario de la revista Fem", indicó.

Para esta transmisión en directo, ocuparon dos cámaras fijas y una con un camarógrafo. Se levantó un set de televisión, donde estaba el animador Yhostin Fideli, bajo la producción de Kendrik González y la dirección de John Miralles.

En la transmisión en directo, Fideli invitó al fashion blogger Diego Mac-Lean a comentar las aspectos del gran show artístico y, por supuesto, a opinar sobre los looks de los asistentes a la gala.

"Agradecemos que Fem nos dé una oportunidad para que los magallánicos nos arreglemos más y cuidemos nuestra presentación porque, en realidad, son pocas las oportunidades que tenemos para ello", comentaron Fideli y Mac-Lean.

El fashion Blogger también contó cómo llegó él a vincularse con Fem Patagonia y a escribir sobre moda en sus páginas. "Tuve una revista en mis manos y me ví un artículo que carecía de profundidad. Entonces, escribí y propuse hacer cargo yo de ese espacio y la directora accedió. Creo que ya han pasado tres años desde ese entonces", apuntó el fashionista.

Miralop también realizó dos videos promocionales del aniversario Fem, que se están difundiendo por las redes sociales.

Fideli (a la derecha) realizó entrevistas en directo y también Mac-Lean aprovechó para entregar tips sobre la mejor manera de vestirse para galas como la realizada por Fem Patagonia.

En primer plano, Miralles conduciendo la transmisión en directo.

UNAS 300 PERSONAS ACUDIERON a la Gala 5º Aniversario de Fem

FOTOGRAFIAS: César Sandoval/La Prensa Austral
Alexis Vera/Flashpuq
Luis Meisen
Daniel Sandoval/Sandoval Fotografía

UNAS 300 PERSONAS acudieron a la Gala Artística 5º Aniversario Fem Patagonia, que se realizó el jueves 28 de junio en el Teatro Municipal José Bohr. Los asistentes fueron recibidos por integrantes del Circo Delsur y, luego, disfrutaron de un espectáculo artístico en el cual participaron más de cien mujeres sobre el escenario. El evento culminó con un fashion show.

Gabinete femenino con Fem Patagonia. De izquierda a derecha, la directora regional de Seguridad Pública, Jennifer Rojas; la seremi de Bienes Nacionales, Francisca Rojas; la seremi del Trabajo y Prevención Social, Victoria Cortés; Elia Simeone, directora de Revista Fem Patagonia; la seremi de Hacienda, Lil Garcés; la seremi de Economía, Natalia Easton; la seremi del Deporte, Odette Callahan; y la seremi de Gobierno, Yanira Lara.

El intendente regional, Christian Matheson; Elia Simeone, directora de Fem Patagonia; la seremi de Gobierno, Yanira Lara; y el gerente y director de La Prensa Austral, Francisco Karelovic.

Manuel Barría, integrante del Circo Delsur.

Patricia Cárcamo y Susana Muñoz.

Cristóbal Swinburn y Constanza Pérez.

Jessica Villegas, Rosa Sánchez, Rubén Alarcón y José Villarroel.

Valentina Karelovic, Angliolina López y Ingeborg Weissohn.

Rodolfo Arecheta, Pamela León, Elia Simeone, Jessie Cormack y Mario Drpic.

María Soledad Manríquez y Juan Pablo Díaz.

Macarena Alvarez y Constanza Filipic.

Yhostin Fideli, Marcela Hueicha, Ramón Rojas, Eliana Pérez, Kendrick González y Pía Villegas.

Jaime Escobar, Katherine Toledo, Carolina King, Geovanna Salinas, Alejandra Guevara y Makarena Vázquez.

Paula Alvarado, Emily León y Alejandra Filipic.

Marjorie López, Mariel Ahumada y Miriam Rodríguez.

Marlene Zamora, Lorena Díaz, Jésica Gamboa y Maritza Elgueta.

Karim Jacob, Leonor Jacob y Danitza Filipic.

Darinka Cvitanic, Angela Rojas, Silvana Velásquez y Steffy Bitsch.

La diseñadora Sandra Vukasovic.

Gaspar Luna, Elia Simeone y Elia Gallardo.

Ramón Rojas Cuello y Eliana Pérez Milla.

Karla Serka, Felicia Johonston y Joan Roberts.

Patricia Oyarzún, Vanessa López, Elia Simeone, Ernesto Davis y Marisol Retamal.

Kathy Kusanovic y Ana María Torres.

Lorena Maynard.

Kathy Kusanovic, Magdalena Balbontín y Lorna Chanel.

Sofía Díaz, Laura Valenzuela, Constanza Díaz, Esperanza Díaz y Trinidad Venegas

Solange Marchant, Geraldine Marín, Katherine Harris y Carolina Izquierdo.

El productor general del evento y wedding planner, Sergio Oyarzo Seguic.

Ximena Vera y Jésica Geldun.

Paula Aravena, Geovanna Lagos y Mariela Kusic.

Paulina Laurido y Carmen Laurido.

Rita Nandwani, Pradin Nandwani, Elizabeth Villegas y Karla Cárcamo.

Isabel Katusic, Patricia Haro, Tatiana Hernández y Aylin Ulloa.

Pablo Tobar y Karen Dibarrat.

Ramón Jacob, Alejandra Mujica, Diana Abu-Gosh e Intendente Christian Matheson.

Víctor Alarcón y Pamela González.

Dahián Oyarzún, Paula Pérez y Olga Jerez.

Integrantes del Circo Delsur. Parados, de izquierda a derecha, Catalina Canto, Jorge Velásquez, Denisse Navarro, Manuel Barría y Karin Marincovich, la directora del circo. Sentados, Bastián Pillanchin, Nicole Mombert y Fernando Torres.

¡Ilumina tus días! Sé natural

Los días pueden estar grises y oscuros, pero tú no. Haz que tu rostro refleje toda la actitud que llevas dentro y demuestra que en Magallanes sabemos de estilo.

Soy Yhostin Fideli, maquillador e influenciador regional de belleza. Junto con la Revista FEM te daremos algunos tips para que estés a tono con lo último en tendencias para tu Make up Invierno.

Tips de Maquillaje Invierno 2018

Piel y base ¡Luce fresca y natural!

1 Lejos del contouring (la técnica para realzar la forma de la cara) que tanto se usó en las últimas temporadas, este invierno los rostros con una apariencia natural serán los protagonistas.
¿El secreto para lograrlo? **Una buena hidratación, exfoliaciones y bases ultraligeras.**
Esto también se conoce como Make up no make up.

Cejas definidas y anchas ¡Dale carácter a tu expresión!

2 Siempre prolijas, se llevarán con formato bien definido y más anchas que en temporadas anteriores. Acciones claves: **un buen perfilado, rellenar los claros y por último, aplicar gel fijador.**

Paleta con colores monocromáticos ¡En lo sencillo está la belleza!

3 El maquillaje que está en tendencia lleva la misma gama de colores en los ojos, los pómulos y los labios. **Los tonos que recomiendo son: Nude, rosa, naranja y rojo**. Pero... ¡También hay otras variantes! Los colores metalizados, como el dorado, el cobre y el bronce, quedan increíbles.

Labios ¡Un toque de seducción!

4 Con un acabado mate, se llevarán bien definidos y con el contorno difuminado. Además se verán el rosa y el fucsia ¡El resultado! Un punto de atención imposible de pasar por alto.

Si te gustó este artículo te invito a saber más y conversar conmigo en mi instagram: YHOSTIN_PERSONAL.
Yhostin Fideli Maquillador profesional y dueño de London Salon.

*Diseño, redacción y gestión: Agencia Creativa Singlart , www.singlart.cl

GABINETE FEMENINO SALUDÓ A FEM PATAGONIA EN SU 5º ANIVERSARIO

Seremi de Gobierno, Yanira Lara: La seremia de Gobierno tiene como función principal velar porque exista una comunicación interna y externa, clara y oportuna entre el gobierno y la ciudadanía, para lo cual trabajamos incansablemente con el objetivo de perfeccionar las políticas públicas y llevar a cabo los grandes acuerdos nacionales del Presidente Sebastián Piñera.

Tenemos la misión de promover y fortalecer las distintas organizaciones de interés público articulando con los distintos servicios el apoyo que tanto necesitan. Además, trabajamos con fondos concursables para potenciar el desarrollo tanto de organizaciones de interés público como de los medios de comunicación con el objetivo de construir a un Chile que trabaje bajo una democracia justa y libre. Aprovecho la oportunidad de saludar a la revista FEM deseando que continúen siendo un aporte en el tiempo para todas las mujeres de nuestra región.

Seremi de la Mujer y la Equidad de Género, Patricia Mackenney Schmauk: En la actualidad, en un país donde los medios están altamente concentrados y donde, además, aquellos que llegan a la comunidad regional no siempre logran reflejar la diversidad de voces que existen en la región, agradecemos la posibilidad que desde hace cinco años nos ha dado la Revista FEM a esta Seremía de la Mujer y la Equidad de Género y al Servicio Nacional de la Mujer y la Equidad de Género en Magallanes, quienes durante este tiempo han podido plasmar en sus páginas el permanente trabajo que desarrollamos desde el Estado por las mujeres de Chile.

Esperamos que llegue el momento en que estas publicaciones especializadas no sean necesarias. En el que los medios de comunicación logren plasmar los puntos de vista de los ciudadanos y ciudadanas desde la riqueza de su diversidad, pero, hasta que eso no ocurra, refrendamos la permanente y desinteresada labor que realiza su revista, encabezada por su editora Elia Simeone y su equipo de redacción, junto al Diario La Prensa Austral, por su contribución en destacar y posicionar a las mujeres de la región y estrechar, desde su labor como periodistas, las brechas de género.

¡Muchísimas gracias y ¡feliz aniversario!

Seremi de Economía, Natalia Easton: "Un cordial saludo y felicidades a FEM Patagonia en su 5° aniversario, siempre realzando el rol que cumplimos las mujeres en diversos ámbitos de nuestra sociedad. Desde el Ministerio de Economía, Fomento y Turismo estamos comprometidos con fortalecer la participación de la mujer en el desarrollo integral tanto nacional como regional. Potenciaremos una mayor inclusión en el mercado laboral, más mujeres emprendedoras y mayor presencia de nuestro género en cargos directivos y en la toma de decisiones, de lo cual el gabinete regional es un claro ejemplo. Como mujer les doy las gracias por darnos este espacio, estoy segura de que los años venideros serán de mucho éxito."

Secretaria Regional Ministerial de las Culturas, las Artes y el Patrimonio, Katherine Francesca Ibacache Calderón: Un especial saludo a la revista Fem Patagonia, en su 5° aniversario; por ser quienes reconocen y ponen en valor el rol de la mujer en este siglo XXI, y nos invitan continuamente a seguir siendo nosotras, con cada una de nuestras singularidades y además nos impulsan a aprovechar nuestras capacidades y habilidades, buscando siempre ser mejores en los distintos roles que como grandes mujeres desempeñamos día a día.

Seremi del Trabajo y Previsión Social, Victoria Cortez Un saludo muy especial a todo el equipo que compone la revista Fem en sus 5 años de existencia, una revista que desde sus inicios ha buscado destacar y relevar el aporte de las mujeres magallánicas, abordando distintas temáticas siempre con una mirada femenina. A través de este mensaje, como Seremi del Trabajo y Previsión Social, les hago llegar mis felicitaciones por su labor, esperando poder ser aliados en el impulso que necesitan nuestras mujeres para lograr la igualdad, aumentar la participación en lo laboral y terminar definitivamente con todas las discriminaciones existentes, tal como es el deseo del Gobierno de nuestro Presidente Sebastián Piñera. ¡Un abrazo y feliz aniversario!!

Secretaria Regional Ministerial de Bienes Nacionales Magallanes y Antártica Chilena, **Francisca Rojas Philippi:** saluda atentamente y manifiesta sus sentimientos de alta estima y consideración a doña Elia Simeone Ruiz, directora de revista FEM, al cumplir esta publicación quincenal del diario La Prensa Austral, su 5to aniversario. Rojas Phillippi destaca la trascendencia que tiene para el país y Magallanes, en particular, hacer visible el rol de la mujer en sus amplias esferas de desarrollo personal y público. Aprovecha también esta ocasión para saludar a quienes colaboran con este proyecto editorial que engarza con las políticas de género que hoy impulsa S.E. Presidente Sebastián Piñera Echeñique en todo Chile.

Seremi de Salud, Mariela Rojas: Tal como señala el Presidente Sebastián Piñera en el primer punto de la agenda de género, es deber del Estado el promover y garantizar la plena igualdad de derechos, deberes y dignidad entre el hombre y la mujer y evitar toda forma de abuso o discriminación arbitraria contra las mujeres. Sin embargo, la extensión de estas sinceras palabras del gobierno es responsabilidad de todos cada uno de nosotros. Hoy por hoy, las mujeres tenemos un rol importantísimo en la sociedad y en el desarrollo de nuestro querido país y todo esto sin abandonar la responsabilidad que implica tener una familia y criar. No es fácil tener que cumplir con el trabajo, casa y familia.... Eso es para valientes y es eso, justamente, lo que somos todas las mujeres de este hermoso país, que hoy, y gracias a los cambios de nuestra sociedad y al énfasis puesto por el Gobierno del Presidente Sebastián Piñera, en generar a toda costa la tan ansiada equidad, es que sabemos que de ahora en adelante las cosas están cambiando para cada una de las mujeres de Chile.

Seremi Desarrollo Social, María Teresa Castañón Silva: Quiero enviar un saludo a todos quienes de una u otra manera trabajan en la revista FEM Patagonia, la revista de la mujer magallánica, la cual en estos 5 años se ha ganado su espacio en nuestro diario vivir, principalmente en los hogares de las mujeres jefas de hogar que día a día con esfuerzo trabajan para sacar a su familia adelante. Como Ministerio de Desarrollo Social, futuro Ministerio de la Familia y Desarrollo Social, trabajaremos para que las mujeres se desarrollen y junto a sus hijos y parejas hagan de Magallanes una gran región y con el apoyo de la revista FEM de seguro que lo lograremos.

Seremi del Deporte Region De Magallanes y Antartica Chilena, Odette Callahan Barrientos: con especial afecto deseo saludar en este día tan especial a revista FEM en su 5° aniversario y aprovecho el espacio para agradecer el trabajo que realizan, destacando el rol cada vez más protagonista de la mujer magallánica y que nos permite promover la política de equidad de género impulsada por el Presidente Sebastián Piñera y nuestro Gobierno Regional, quienes han invitado a mujeres como yo, madres y profesionales, a ejercer cargos como el que desempeño en igualdad de condiciones.

Seremi Hacienda, Lil Garcés Eyraud "Como mujer y profesional tengo la clara convicción que el manejo eficiente de los recursos públicos promueve un crecimiento sustentable e inclusivo en un Estado moderno al servicio de la ciudadanía. En base a este último, me siento orgullosa de ser parte de una nueva mirada que tiene como eje central el reconocer, impulsar y otorgar liderazgo a todas las mujeres, quienes en sus distintos roles tienen la gran labor y misión de hacer de nuestro país, un Chile más justo y solidario".

Felicidades a revista FEM por su constante y valioso aporte comunicando y destacando los valores y esencia "aguerrida" de todas las mujeres magallánicas.

Coordinadora Regional Seguridad Pública, Jennifer Rojas: La mujer juega un rol fundamental en la sociedad, tanto así que hoy en día ocupamos espacios en algún momento impensables para nuestro género, como por ejemplo en seguridad. La mirada femenina debe estar en el trabajo por la seguridad, y el Gobierno del Presidente Piñera así lo entiende, nombrando a una mujer como subsecretaria de prevención del delito, lo que se replica en los cargos regionales. Como coordinadora regional de seguridad pública felicito a revista Fem, En su 5to aniversario, agradeciendo el importante espacio que nos entrega como Mujeres a nivel regional.

Senador BIANCHI

"FEM Patagonia llegó para dar un lugar especial y particular a las mujeres de Magallanes"

"EN TIEMPOS en que el movimiento feminista busca legítimamente un justo trato igualitario y la reivindicación de sus derechos en la sociedad que compartimos, es oportuno destacar el aporte que viene realizando, como medio de comunicación, la revista FEM Patagonia.

"Este espacio llegó para dar un lugar especial y particular a las mujeres de Magallanes. Desde esta instancia, hemos podido conocer cientos de relatos de vida de mujeres que han dejado huella y de aquellas quienes forman parte o están construyendo la historia de nuestra región.

"En este nuevo aniversario, junto a nuestro equipo de trabajo legislativo y parlamentario nos unimos a las felicitaciones por el nuevo aniversario de la revista FEM Patagonia y extendemos los deseos de larga vida, para continuar este consolidado proyecto comunicacional que cada viernes llega con importante información para todas las mujeres de la región, Chile y el mundo".

Carlos Bianchi Ch.
Senador
Magallanes y Antártica Chilena

Senadora GOIC

"Tenemos que seguir legislando por la equidad de género"

"A SEIS AÑOS de la implementación del post natal ya son mas de 600 mil familias que se han beneficiado de esta ley, muchos niños ya están en primero básico y pudieron disfrutar de un proceso de apego mucho mejor, tiempos de lactancia materna mayores y, junto con los beneficios en su desarrollo, también mamás trabajadoras que concilian mejor la maternidad con sus compromisos laborales. Por qué no destacar también la incorporación de los padres en los procesos de crianza, donde aún nos falta mucho por hacer", con estas palabras la senadora Goic, analiza su labor en beneficio de la mujeres.

Al post natal de "seis meses" se suman el permiso de alimentación en hora de la jornada de trabajo que pueden utilizar madres de hijos menores de dos años, que también pueden utilizar ahora los padres; la ley SANNA que entrega 90 días de permiso a la mamá y el mismo tiempo al papá en caso de que sus hijos estén en tratamiento de cáncer. "Mi objetivo durante este período es poder sacar adelante la ley de sala cuna universal, que se garantice sala cuna para mamás y papás trabajadores sin distinción".

Otro tema prioritario para la senadora es la igualad de remuneraciones entre hombres y mujeres, al igual que el proyecto que busca proteger la lactancia materna.

"El movimiento feminista es una gran oportunidad para avanzar hacia una sociedad más justa con las mujeres"

"Yo valoro el que hoy exista más conciencia de las discriminaciones hacia las mujeres. Cuando en enero de este año, propuse que en la ley de educación superior se incorporara el acoso sexual y laboral en forma explícita para que los establecimientos de educación superior tuvieran que hacerse cargo de estas situaciones, nadie podía haber anticipado la irrupción del tema en la agenda pública y en las universidades. No queremos más que alumnas o a veces trabajadoras o profesoras tengan que enfrentar con temor el abuso de poder".

"No podemos bajar la guardia frente a la violencia hacia la mujer"

"Tenemos que mejorar las medidas cautelares con el uso, por ejemplo, del brazalete electrónico como hemos pedido insistentemente, así también medidas de apoyo de protección efectiva e integral. Una ley en la que estamos trabajando es la que busca enfrentar la violencia en el pololeo, muchas veces es en esas primeras etapas donde se inician dramáticas historias de violencia y que en algunos casos terminan en femicidios",

"En lo laboral la prioridad siempre ha estado en las mujeres más vulnerable"

"Hoy trabajadoras de casa particular tienen una jornada definida, cuentan con sueldo mínimo igual al resto de los trabajadores y no el 75% como era cuando llegué al parlamento. De la misma forma también lo hicimos con las manipuladoras de alimentos, para que cuenten con contratos continuos y hoy lo estamos haciendo respecto de los call centers".

"Cuando muchas mujeres entran a la política cambia la política"

Respecto a la participación política de las mujeres, la ley de cuotas actualmente en vigencia, permitió a que en la ultima elección aumentara la representación de mujeres de 15% a 23% "Nos costó muchos años sacar adelante esta ley, y hoy vemos como los resultados muestran lo necesaria que era", remarcó.

UNIVERSIDAD INACAP POR EL DESARROLLO DE LA EDUCACIÓN MEDIA

DESDE HACE UNOS AÑOS, la Universidad Tecnológica de Chile Inacap, a través de su Centro de Desarrollo para la Educación Media (Cedem), trabaja en alianza con establecimientos educacionales para contribuir desarrollo integral de los alumnos, de manera de facilitar su transición hacia estudios superiores.

Patricia Vukasovic Milovic, Directora de Vinculación con el Medio, y Daniela Queduman Oyarzo, Coordinadora del Cedem Sede Punta Arenas, se relacionan directamente con los establecimientos de la región de Magallanes, para en conjunto, realizar diferentes acciones destinadas no solo a estudiantes, sino también a profesores y directivos.

Estas acciones van desde iniciativas de orientación vocacional para estudiantes de tercero medio, "Ruta Vocacional", hasta programas como el "Propedéutico" que busca entregar herramientas a los estudiantes que egresarán de cuarto medio, para lograr un buen desempeño en la educación superior.

Por otro lado, están las áreas enfocadas a la innovación y emprendimiento, tales como el "Exploro mi camino", que buscan apoyar a los profesores en el desarrollo de contenidos alineados con el Módulo de Emprendimiento y Empleabilidad, establecido por el Ministerio de Educación. En forma complementaria, se espera que los alumnos de estos profesores participen con sus ideas en el iGo Innova!, cuya competencia final de emprendimiento se realizará el 10 de octubre en Inacap.

"El propósito de cada iniciativa depende de las necesidades de los distintos actores que son parte del proceso educativo" explica Patricia Vukasovic. "Los profesores y directivos requieren acceder constantemente a más y mejores herramientas para su gestión educativa y de esta manera, lograr aprendizajes significativos por parte de sus estudiantes. Igualmente, los alumnos de educación media requieren potenciar sus habilidades y competencias para lograr un desarrollo integral, que facilite su transición hacia estudios superiores", puntualiza.

Si bien, la mayoría de las acciones se concentran en Punta Arenas, Daniela Quedumán explica que existes otras iniciativas, como los cursos virtuales asociados al área de Tecnología y Comunicación, en los que pueden participar distintos actores de las comunidades educativas de toda la región. Los cursos son dictados de manera 100% online y tienen una duración de un mes.

La invitación a trabajar en conjunto por la educación media está hecha. Más información en: www.inacap.cl/cedem. Correo: dqueduman@inacap.cl

IMPLANTES ÓSEO INTEGRADOS

Reponiendo las pérdidas dentarias

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

EN LA ACTUALIDAD, la **Implantología** es una de las herramientas más utilizadas por el cirujano dentista. Es la especialidad con mayor evidencia científica y es la alternativa rehabilitadora moderna.

La permanente evolución científica y tecnológica de los **implantes óseo integrados de titanio** obliga al profesional a estar altamente preparado, dado el desarrollo de la investigación científica, como por el aumento en las posibilidades técnicas y de rehabilitación de los pacientes que han perdido una, varias o todas las piezas dentarias. Esta especialidad cobra cada vez más importancia, permitiendo al odontólogo especialista tener opciones para la rehabilitación de sus pacientes que requieran algún tipo de prótesis dental.

Originalmente la implantología fue concebida como solución para la ausencia de todos los dientes, cuya única opción era ser portador de una prótesis total removible. Sin embargo las mejoras en la técnicas quirúrgicas y el mayor conocimiento científico en el tema lograron llevar a los implantes a dar solución a zonas desdentadas parciales, con indicación en pacientes jóvenes y con mayor demanda estética y funcional. Así como inicialmente se colocaban los implantes donde "había hueso disponible", hoy se toma la decisión de cuál es el lugar óptimo de instalación, desde un punto de vista rehabilitador y estético. Por lo tanto, hoy colocamos los implantes, no simplemente donde hay hueso disponible, sino que podemos reconstruir los maxilares y reponer el hueso perdido en base a los requerimientos de cada persona para devolver la funcionalidad y estética del sistema estomatognático.

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

Antonio Díaz Hussey

- Kinesiólogos
- Posturólogos
- Máster en Osteopatía

Juan Villegas Velásquez

Kinesiólogos, en FISIOLIFE Punta Arenas

"HERNIA DISCAL, SÍ SE PUEDE EVITAR UNA CIRUGÍA"

LAS HERNIAS DE DISCO y las protusiones discales suponen una de las patologías con mayor índice de bajas laborales de nuestro país y región, provocando mucha incapacidad funcional. Si realizamos un correcto tratamiento kinésico-osteopático, se corrigen posturas nocivas y el dolor desaparecerá.

¿Qué podemos hacer ante una protusión o hernia discal?

"Lo primero que debemos tener en cuenta y que quiero recalcar, es el hecho de que tener una hernia o protusión discal no es sinónimo de:

- Operación
- Tener que eliminar de nuestra vida diaria el ejercicio físico
- Tener dolor el resto de nuestra vida

Puede ser que un mínimo porcentaje de pacientes sí deban pasar por una operación.

De acuerdo a nuestra experiencia en Fisiolife, puedo afirmar que un gran número de pacientes que ya tenían día y hora para su operación, afortunadamente no la llevaron a cabo. Habiendo recibido tratamiento kinésico-osteopático y otras técnicas que utilizamos en consulta han dejado de padecer dolor.

Debemos tener en cuenta que ante una hernia o protusión discal debemos mantener nuestra columna vertebral completamente descontracturada, flexible, con un buen tono muscular y libre de dolor".

¿El tratamiento kinésico-osteopático nos puede ayudar en los problemas de columna?

"Muy simple. Las hernias o protusiones discales se generan debido a un aumento de movilidad en dicha zona (zona hipermóvil), mientras que las zonas superior e inferior del disco lesionado están más rígidas (zonas hipomóviles). Pues bien, el tratamiento osteopático tiene como finalidad 'desbloquear' esa zona más rígida (zona hipomóvil) para que la zona más móvil (zona hipermóvil) se mueva menos. Más fácil, es encontrar el equilibrio para que todo se mueva igual".

Todos conocemos a alguien que tiene una hernia discal. En el 75-85% de los casos, siempre se encuentran en los niveles C5-C6, C6-C7 y a nivel lumbar L4-L5 y L5-S1.

En clínica Fisiolife Punta Arenas, realizamos a nuestros pacientes una exhaustiva exploración y un tratamiento personalizado para cada persona. Todos los tratamientos van encaminados a:

- Eliminar el **dolor** del paciente.
- Reeducar al paciente para que pueda realizar sus actividades diarias sin malestar.

Es decir, si tenemos una **protusión o hernia discal:**

- No se debe pensar en la operación (85% de las hernias no se operan).
- Las hernias tienen tratamiento, dando muy buen resultado el **método osteopático.**
- Debemos corregir ciertas posturas que son nocivas para nuestro cuerpo.
- Después de un buen tratamiento podremos volver a practicar ejercicio físico.

FISIO LIFE
KINESIOLOGIA & OSTEOPATIA

RESERVA TU HORA
(61) 2224246
www.fisiolife.cl

DISEÑOS
INFINITO
¡GRAN LIQUIDACIÓN
DE ALFOMBRAS!
TODO EN LIVING
Y COMEDOR
CABINAS DE LICORES, BAÚLES, LÁMPARAS Y MÁS
TRUMP
CAMAS, SÁBANAS CUBRECAMA
CON DISEÑO Y CORTINAS
ASESORÍA EN DECORACIÓN Y AMBIENTES
OFERTAS EN ACCESORIOS DE HOGAR COMO JUEGO CUCHILLOS , UTENSILIOS, INDIVIDUALES, SÁBANAS TRUMP, CORTINAS
ROLLER, JUEGO DE LOSA DE TÉ, CAFÉ FIGURAS DE PORCELANA Y MUCHO MÁS TODO AL ALCANCE DE SU BOLSILLO
+56 9 97836646
Calle 1 Poniente con Av. 2 Sur - Zona Franca

QUÉ ES LA INTOLERANCIA A LA LACTOSA?

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

La intolerancia a la lactosa es la incapacidad del intestino de producir la enzima lactasa, lo que puede presentarse desde el nacimiento (congénita), ser hereditaria (primaria) o producirse como consecuencia del daño de la mucosa intestinal por virus, bacterias, medicamentos o enfermedades crónicas del intestino (secundaria).

Al ingerir productos lácteos los pacientes con intolerancia a la lactosa pueden presentar síntomas como dolor o distensión abdominal, diarrea y náuseas, en el lapso de 30 minutos a 2 horas de su consumo.

La presencia e intensidad de los síntomas van a depender de la cantidad de lactosa ingerida. A mayor cantidad de lactosa ingerida mayor va a ser la intensidad de los síntomas. Hay alimentos que contienen más lactosa que otros, por ejemplo, la leche y el manjar contienen más lactosa que el quesillo o el yogurt.

Por otro lado, también depende de la edad del paciente, pues el desarrollo de la intolerancia es progresiva (aumenta con la edad), es más frecuente en la población hispana y puede estar asociada a otras enfermedades digestivas.

Los síntomas en los niños y adultos son los mismos, pero en los niños pueden ser más leves, porque están iniciando el desarrollo de la intolerancia, por lo general consultan por dolor y distensión abdominal, lo que puede ir acompañado de diarrea o deposiciones pastosas. El déficit congénito de lactasa es grave y difícil de tratar debido a que se manifiesta por una diarrea severa y el único alimento que recibe el niño en esa etapa de la vida es leche.

¿CÓMO LA DETECTO?

Es difícil hacer el diagnóstico por los síntomas del paciente, ya que existen otras enfermedades intestinales que pueden causar síntomas similares. Por lo que se deben realizar exámenes que nos permiten confirmar el diagnóstico.

Se puede tomar una biopsia intestinal a través de una endoscopía digestiva alta y estudiar la presencia de la enzima (lactasa) en la mucosa intestinal; también se puede realizar un test de tolerancia a la lactosa, pero actualmente se realiza el test en aire espirado con lactosa, examen que permite detectar en forma fácil y no invasiva si el paciente está actualmente intolerante a la lactosa.

¿Y AHORA QUÉ HAGO?

Lo primero es evitar el consumo de alimentos que contengan lactosa. Como la intolerancia a lactosa es progresiva, el déficit de lactasa es variable de persona a persona, algunas podrán tolerar un vaso de leche, en cambio otra sólo medio vaso o ninguno, dependiendo de la magnitud del déficit de lactasa que esa persona presente.

Existen en el comercio productos certificados sin lactosa como leches, yogures, quesos, postres, etc.; además existe lactasa en tabletas o cápsulas, las que se pueden ingerir antes del consumo de alimentos lácteos; y en algunos países existe lactasa en forma líquida la cual se puede adicionar a los alimentos y hacerlos más digeribles. Cualquiera de las medidas anteriores debe ser consensuada y prescrita por su médico tratante.

DRA. LEISLY VIDAL
NUTRICION Y DIABETES

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

CLÍNICA REDSALUD MAGALLANES

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

Bolas de Bichat

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

LAS BOLAS DE BICHAT son dos acúmulos de tejido graso bien delimitados e independientes del resto de los tejidos, ubicados normalmente en el espesor de cada mejilla, inmediatamente por debajo de los pómulos y en relación directa con el músculo buccinador. No tienen ninguna función específica salvo dar volumen a la zona, pudiendo presentar tamaños muy diversos dependiendo de las características propias de cada individuo.

Con el pasar de los años, normalmente este tejido graso comienza lentamente a disminuir de tamaño generando en la adultez fascias más afinadas en que el volumen de las mejillas, en relación a los pómulos y la mandíbula, se hace menor. No obstante, esta disminución de volumen no en todas las personas se da de igual manera.

Generalmente en las personas que presentan un contorno facial más redondeado, mejillas prominentes y pómulos poco definidos, estas bolsas o bolas de Bichat no se han atrofiado resultando ser de mucho mayor tamaño del deseado. Esto trae como consecuencia un aspecto de redondez en la cara o sobrepeso.

¿En que consiste la bichectomía?

La resección de las bolas de bichat o Bichectomía, como se le llama técnicamente, es el procedimiento quirúrgico mediante el cual un cirujano plástico retira de forma parcial o total este tejido graso, resecándolo de forma permanente. Se realiza una pequeña incisión en la mucosa oral de la boca (por dentro de cada mejilla), sin dejar cicatrices visibles y con molestias mínimas para la persona.

¿Cuál es el objetivo de la bichectomía?

Lograr disminuir específicamente el volumen de las mejillas, haciendo relativamente más prominente los pómulos y la quijada, logrando mejorar el contorno facial, dando un aspecto de mayor esbeltez y armonía a los rasgos faciales, tal como lo emula el uso de un buen maquillaje.

Es así como las personas sometidas a este procedimiento, al poco tiempo, se notan más delgadas y con un rostro mejor definido, lo que trae también como consecuencia en algunos casos, que estos aparezcan mas juveniles.

¿Quiénes pueden someterse a una bichectomía?

Cualquier paciente en que el volumen de las mejillas genere un aspecto abultado no deseado y que busque dar mayor definición, armonía y belleza de los rasgos faciales.

La recuperación es rápida y poco molesta. En los primeros 14 días post-quirúrgicos el paciente se produce una inflamación importante, lo que se traduce en hinchazón de la zona, que puede asociarse a la aparición de equímosis o moretones en la zona baja de las mismas mejillas. Por ello se recomienda la utilización de frío local los dos primeros días, privilegiar la dieta blanda y la actividad física moderada sin grandes esfuerzos por al menos dos semanas tras la cirugía.

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
VISA MasterCard MAGNA American Express Diners Club Red compra

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

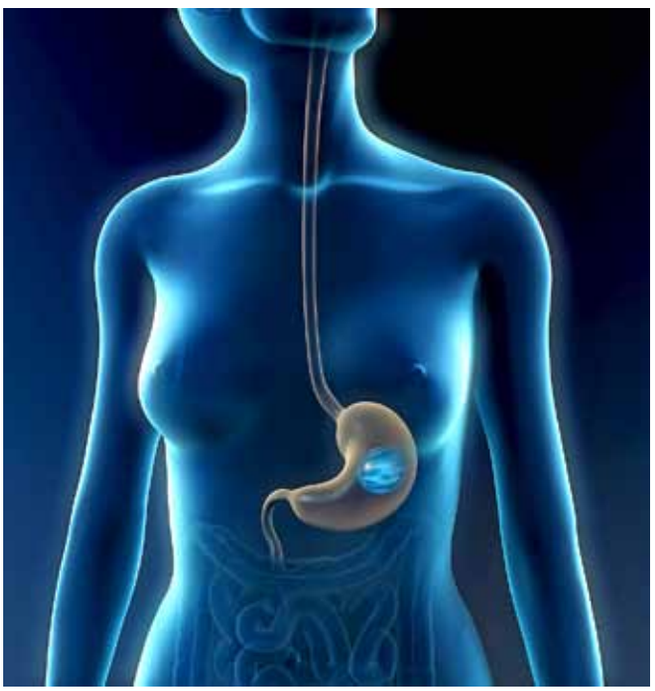
Punta Arenas 61 27 28 100
Coyhaique 67 2214 770
Natales 61 2415 966

Transbordadora Austral Broom S.A.

@_tabsa

Clínica RedSalud Magallanes ofrece este procedimiento ambulatorio

BALÓN INTRAGÁSTRICO, UNA ALTERNATIVA NO QUIRÚRGICA AL TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD



EN CHILE, la obesidad y el exceso de peso presentan una prevalencia alta y creciente desde los primeros años de vida. Hoy, la obesidad es un problema de salud global y, lamentablemente, Magallanes no es la excepción, ostentando las mayores tasas de obesidad y sobrepeso de nuestro país.

En el Centro de Estudios Digestivos de Clínica RedSalud Magallanes, al igual que a nivel mundial, el abordaje terapéutico de la obesidad está basado en un tratamiento combinado con medidas dietéticas, ejercicio, fármacos y modificación de hábitos de conducta.

Si bien la cirugía bariátrica constituye hoy en día la piedra angular de manejo en pacientes obesos con patología metabólica, también está la alternativa de Balón Intragástrico para pacientes que sufren de obesidad leve.

El gastroenterólogo de Clínica RedSalud Magallanes, doctor Luis Álvarez, explica que el balón intragástrico es un procedimiento endoscópico bariátrico que consiste en la introducción de un balón de silicona que se posiciona en el fondo del estómago por un periodo de seis meses.

"El principio que sustenta la técnica es que el balón permanece en el fondo gástrico, produciendo saciedad importante lo cual hace posible mantener una dieta con 800 a 1200 calorías diarias. El balón intragástrico es de silicona flexible, lo que disminuye la reacción inflamatoria con la mucosa gástrica, mejora su durabilidad y permite una colocación y extracción más simple. Este producto proporciona la sensación de saciedad debido al volumen que ocupa en el estómago", señala el especialista.

> El objetivo del programa es ayudar a los pacientes a que re-eduquen sus hábitos alimenticios y logren bajar de peso sin necesidad de someterse a una cirugía.

CANDIDATOS A ESTE PROCEDIMIENTO

El doctor Álvarez manifiesta que son candidatos, pacientes de entre 18 y 65 años, con un Índice de Masa Corporal (IMC) entre 27 y 33, que presenten 15 a 25 kilos de sobrepeso, con o sin comorbilidad metabólica. También adolescentes que no sean candidatos a tratamiento quirúrgico de obesidad. Además está indicado para pacientes con obesidad mórbida candidatos a una cirugía, pero de alto riesgo o que rechazan la cirugía como única alternativa de tratamiento.

Los principales beneficios están relacionados con que este procedimiento es mínimamente invasivo, ambulatorio y sin incisiones. Al ser un dispositivo endoscópico puede ser removido sin alterar la anatomía.

En relación a los resultados esperados, la pérdida de peso puede ser de alrededor de entre 12 a 20 kilogramos.

ATENCIÓN INTEGRAL

El Programa Balón Intragástrico o BIG considera una atención integral al paciente donde es abordado clínicamente desde el aspecto nutricional, psicológico, kinésico y médico. Este programa tiene una duración de siete meses aproximadamente, desde la primera consulta con el médico gastroenterólogo, la consulta nutricional y psicológica, la instalación del balón, el seguimiento durante seis meses con profesionales de salud y el retiro del balón por parte del médico en un procedimiento ambulatorio, mínimamente invasivo.

CONTRAINDICACIONES

El especialista advierte que es importante considerar que existen contraindicaciones para la instalación del balón intragástrico, entre ellas está presentar un IMC inferior a 27; tener una hernia hiatal mayor a 6-8 cm de diámetro; patologías médicas descompensadas; embarazo y lactancia; patología psiquiátrica; y consumos de drogas y alcohol.

A la hora de pensar en la opción del balón intragástrico es muy relevante la evaluación del equipo multidisciplinario experto.

Para solicitar información, puede enviar un correo electrónico a: endoscopia.magallanes@redsalud.cl

CLÍNICA REDSALUD MAGALLANES

ÁREAS MÉDICAS Y PROFESIONALES NO MÉDICAS
informaciones.magallanes@redsalud.cl

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

Dra Valentina Babaic
Promoción
VITAMINAS
1 sesión $90.000 • 3 sesiones $210.000
RELLENO
Labios • Surcos faciales • Pómulos • Mentón $216.000
BOTOX
Entrecejo $85.000 • Frente $120.000
Entrecejo + Patas de gallo $150.000
Entrecejo + Patas de gallo + Frente $250.000
Contacto
+ 56 9 9441 0204

RESTAURANT
SAVOY
La calidad
DE MÁS DE
40 años
de experiencia
José Menéndez #1073
RESERVAS 61 2229694 • Punta Arenas
Patagonia chilena

María María
BOUTIQUE
LA NUEVA
BOUTIQUE PARA
VESTIR CON
ELEGANCIA Y
COMODIDAD
Avenida Manantiales 0327
Lunes a viernes desde
las 10:30 a 13:00 hrs.
y desde 15:00 a 19:30 hrs.
sábados de 10:30 a 14:00 hrs.

Transworld
Supply
SSANGYONG
SsangYong es la clave para las familias que buscan tener una experiencia de viaje inigualable. Fundada en el año 1954 es la primera empresa automotriz de Corea del Sur. En la actualidad posee dos plantas de producción en Corea: una en Pyungtaek y otra que se construye con motivo de acuerdo y apoyo de Mercedes Benz. Ssangyong Motors ofrece una amplia y conocida gama de modelos SUV entre ellos el Rexton, Tivoli y Korando que han causado furor en el mercado chileno desde el año 2000, a su vez impacta constantemente con su modelo y nuevas versiones de Actyon Sports que revolucionan el mercado de las camionetas y la posicionan como la más cómoda del mercado. Además, la marca surcoreana, pensando en sus consumidores, determinó utilizar tecnología de última generación, componentes que reducen los gases tóxicos, en un 80%, y materiales que posean menor roce interno, para la construcción de autos con emisiones menos perjudiciales para el medio ambiente. Los productos que cumplen con la Euro 6 poseen mayor complejidad en su sistema de escape, haciéndolos los menos contaminantes de la historia (de la marca - diésel), además de tener mayor potencia y cilindrada, y menor consumo. Así, Ssangyong suma rendimiento en su motorización, mayor potencia, economía de combustible, practicidad, comodidad y competitividad en precios. SsangYong la marca del futuro.
Para más información visita http://www.ssangyong.cl

CLUB DEL VINO Magallanes

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.

RECETAS Granjas de la Sierra M.R.

GALLETAS DE M&M

INGREDIENTES

2 1/4 taza de **harina 0000 Granjas de la Sierra.**
1 cucharadita de sal.
1 cucharadita de bicarbonato.
225 gramos de mantequilla blanda, pero todavía fría.
1 taza de azúcar rubia.
1/2 taza de **azúcar granulada Granjas de la Sierra.**
2 huevos.
2 cucharaditas de extracto de vainilla.
2 tazas de M&M.

PREPARACIÓN

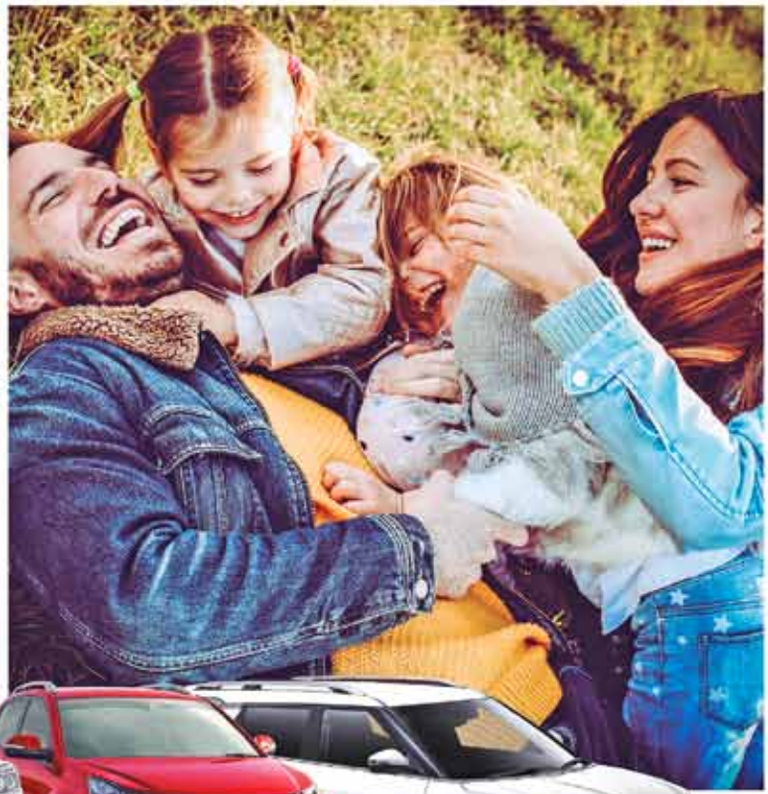
1. En un bowl mediano mezclar con un tenedor el **harina 0000 Granjas de la Sierra**, la sal y bicarbonato de soda.
2. En otro bowl trabajando con la batidora batir la mantequilla con los azúcares juntos hasta que estén cremosos, unos 5 minutos. Incorporar los huevos uno a uno y batir después de cada adición hasta incorporar. Agregar la vainilla y batir por 30 segundos hasta incorporar.
3. Agregar la mitad de la mezcla con harina y batir por 15 segundos. Agregar el resto de la harina y batir hasta incorporar. No sobre batir.
4. Usando una cucharada de palo incorporar los M&M.
5. Cubrir el bol y refrigerar por 6 horas o toda la noche.
6. Precalentar el horno a 190C. Cubrir 2 latas de galletas con papel mantequilla.
7. Usando una cuchara ojalá de helados medida para 2 cucharadas sacar bolitas de masa y usando las manos rodarlas hasta que queden redondas,Colocarlas en la lata ya preparada dejando unos 3 cm. entre cada una van a crecer. Devolver la masa restante al refrigerador.
8. Hornear por 12-14 minutos, girando las latas una vez durante la cocción. Las galletas están listas cuando los bordes están dorados y al centro solo se han empezado a dorar.
9. Sacar las latas del horno y dejar enfriar por 5 minutos. Con una espátula traspasar las galletas a una rejilla para que se terminen de enfriar.

SSANGYONG

MADE IN KOREA

DESCUBRE

MAYOR ESPACIO
Y COMODIDAD



TIVOLI REXTON korando XLV

¡VEN A VISITARNOS!

Dirección Manzana 43-44, Zona Franca Punta Arenas.

Servicio Técnico y Ventas de repuestos autorizados

Dirección Av. Bulnes #0354 | Teléfonos 612- 613609 / 612- 613308

Transworld Supply
División Automotriz

— ESPACIO PARA TODO —
LO QUE LLEVAS DENTRO

www.ssangyong.cl

CALL CENTER - 600 427 5000