# Fem PATAGONIA

Edición Nº 145 viernes 9 de noviembre de 2018 GRATIS con La Prensa Austral

**SOCIEDAD FEMENINA DE SOCORROS MUTUOS,** 100 AÑOS DE COMPAÑERISMO Y SOLIDARIDAD

**MUJERES, LAS GRANDES PROTAGONISTAS** DEL VII ENCUENTRO DE COROS DE LA PATAGONIA

## LA HISTORIA DE AMOR DE *Yasna y Damisa*

Hydra
spa

## — EN NOVIEMBRE —

# LIBÉRATE DEL ESTRÉS

| | |
|---|---|
| DÍA DE SPA* + MASAJE DE RELAJACIÓN DE 30 MINUTOS PARA UNA PERSONA. | $ 35.000 |
| DÍA DE SPA* + MASAJE DESCONTRACTURANTE DE 30 MINUTOS PARA DOS PERSONAS. | $ 50.000 |
| MASAJE DESCONTRACTURANTE DE 60 MINUTOS. | $ 26.000 |
| 20% DCTO. EN TRATAMIENTOS CORPORALES. | |
| 15% DCTO. EN PLAN SEMESTRAL. | |
| PLAN MENSUAL. | $ 90.000 |

*DÍA DE SPA INCLUYE EL USO DE SAUNA, BAÑO VAPOR, PISCINA TEMPERADA Y GIMNASIO. VÁLIDO DE LUNES A VIERNES. NO INCLUYE FESTIVOS.

DREAMS PUNTA ARENAS

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

Fem PATAGONIA

**Fem Patagonia**
Año 6 Edición 145
Viernes 9 de noviembre de 2018 Punta Arenas
**Contacto:** revista@fempatagonia.cl
www.fempatagonia.cl

Elia B'ug

## EQUIPO

**Editora:** Elia Simeone
**Fotografía portada:** Luis Bertea
**Periodista:** Constanza Poblete
**Fotografía:** Nora Valdés, Luis Bertea, Pedro López
César Sandoval y Bernardo Balbontin
**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.

*Las opiniones vertidas por profesionales en columnas y artículos contratados bajo la modalidad de publirreportaje son de exclusiva responsabilidad de quienes las emiten y deben ajustarse a la ética de cada especialidad.*

# EDITORIAL

*Elia Simeone R.*

**ACUERDO DE UNIÓN CIVIL**

*La ley que creó el Acuerdo de Unión Civil fue promulgada en abril de 2015 y con ella se quiso responder a un debate nacional y a la exigencia de las comunidades homosexuales por legalizar sus vínculos de pareja.*
*Se trata de un contrato entre dos personas que comparten un hogar y que quieren que el Estado oficialice su relación, regulando los efectos jurídicos derivados de su vida familiar en común, de carácter estable y permanente.*
*Los contrayentes se denominan convivientes civiles y tienen tanto derechos como obligaciones.*
*En esta edición de Fem Patagonia, hemos contado con la generosidad de dos mujeres que han permitido que en nuestras páginas informemos sobre la decisión que adoptaron de vivir juntas y de acogerse a los beneficios y deberes que esta norma les impone, buscando con ello protegerse mutuamente y dar un marco jurídico a esta convivencia.*
*Durante la entrevista, surgió una y otra vez el concepto de familia, el cual muchas veces es trivializado o desestimado para las relaciones que no son heterosexuales, por la fuerte carga cultural que todavía pesa sobre nuestra sociedad.*
*Una vez más, sentimos que es nuestro deber como medio de comunicación, dedicado principalmente a visibilizar a las mujeres, abordar este tipo de temáticas, pues dan cuenta de los cambios culturales y sociales que está experimentado Chile y Magallanes, en particular.*

PÁGINAS 14 - 15
**INICIATIVAS DE IMPACTO SOCIAL,** EL GRAN GIRO DEL APOYO DE CORFO EN MAGALLANES

PÁGINAS 16 - 17
**GLAMOUR Y SOLIDARIDAD EN** EL DIWALI HINDU

La feliz familia que se oficializa luego de celebrar el Acuerdo de Unión Civil.

Yasna Vargas y Damisa Bertea:

# "Por fin podemos ser una familia"

FOTOGRAFIAS: Luis Bertea y Pedro López
ILUSTRACION: Ilustración de Ilustraeme.

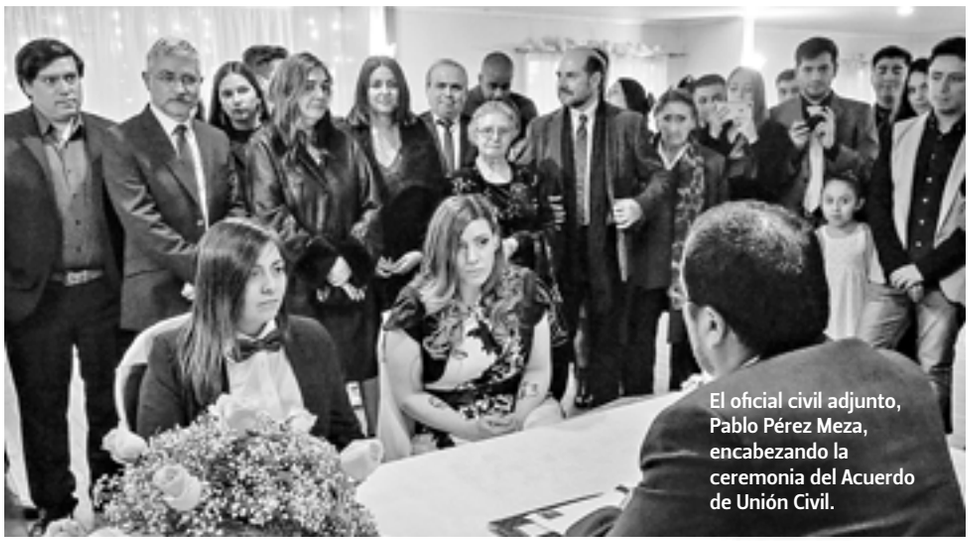
Recientemente, las jóvenes celebraron un Acuerdo de Unión Civil para sellar su relación afectiva y ser social y legalmente reconocidas como una pareja establecida.

**LAS DOS ASEGURAN** que fue "un amor a primera vista" y se ríen con plena complicidad. Sus rostros se iluminan al recordar cuando Damisa vio entrar en un salón de belleza a Yasna, intercambiaron miradas coquetas y comenzaron a recorrer el camino de conocerse y acompañarse.

Hoy, ya oficialmente validadas como pareja, nos relatan el proceso que las llevó a celebrar, hace unas semanas, un Acuerdo de Unión Civil, pero –como se apresura a acotar Damisa-, advierten que seguirán luchando para que la sociedad les permita contraer matrimonio y tener, al igual que las personas heterosexuales, los mismos derechos y obligaciones ante la ley y la sociedad.

En el relato de su vida como pareja, surgieron lágrimas de alegría y también producto de dolores internos. Se expusieron miedos y sueños y, sobre todo, íntimas y firmes convicciones. Son Yasna Vargas (28

Un aspecto de la ceremonia civil.



El oficial civil adjunto, Pablo Pérez Meza, encabezando la ceremonia del Acuerdo de Unión Civil.

El oficial Pablo Pérez Meza entregando la libreta que oficializa la unión de Damisa y Yasna.

Yasna y Damisa firmando el acuerdo matrimonial.

El compromiso de Yasna y Damisa es el número 52 en Magallanes desde que existe el Acuerdo de Unión Civil

Yasna Vargas con las ilusiones.

El brindis de las novias.

Yasna Vargas y Luis Bertea

Vivian Seissus junto a su hija Damisa Bertea.

años) y Damisa Bertea (32), quienes generosamente permitieron que su historia de amor fuera recogida y desplegada en las páginas de Fem Patagonia.

Ambas reconocen que, desde pequeñas, sintieron una clara inclinación sexual, sintiéndose atraídas por mujeres y no por hombres.

Para cada una, el proceso de enfrentar a sus familias fue diferente.

En el caso de Yasna, recuerda que se lo informó a su madre y que, quizás, al principio le costó entender. "Pero ahora me ama, apoya y acepta tal y como soy", acota.

Damisa hoy comprende que, por el tiempo que se viviá en esos años, socialmente fue difícil.

Así, desde jóvenes convivieron con cierta rebeldía social y una búsqueda constante por tener un espacio para expresarse y ser aceptadas tal y como son.

**EL DÍA EN QUE SE VIERON**

Damisa Bertea estudió para ser estilista y maquilladora profesional. Como tal, estaba trabajando en un salón de belleza, cuando Yasna llegó a buscar un amigo del mismo local. "Yo la miré y me sentí atraída", comenta Damisa. Yasna, en tanto, cuenta que comenzó a pedirle a su amigo que le consiguiera el teléfono o que generara situaciones para poder ver de nuevo a Damisa.

"Comenzamos a salir los fines de semana", recuerda Yasna y eso fue porque Damisa le rayó la cancha: "Tengo dos hijos y sólo puedo verte los fines de semana".

Yasna, quien es diseñadora gráfica, reconoce que, al principio, le llamó la atención la forma resuelta y clara de Damisa de ordenar su vida y de establecer límites. Eso, porque ella era todo lo contrario: "Hasta antes de conocerla, yo era, joven y no tenía planes a futuro ni responsabilidades".

El cariño entre las dos fue creciendo y también, de a poco, se fue dando el espacio para que, entendiendo que se trataba de una relación estable, Damisa permitiera que sus hijos Anahí y Cristóbal fueran conociendo a Yasna.

"La relación con los niños fue normal y Yasna comenzó a ayudarme con las tareas normales de la casa y del cuidado y traslado de mis hijos al colegio", comenta Damisa.

Yasna, por su parte, expresa un inmenso amor por los hijos de su esposa. "Yo siempre quise tener hijos", acota y es la primera en celebrar que el Acuerdo de Unión Civil les permite hoy, ¡por fin!, ser una familia.

La feliz pareja en el tradicional corte de la torta de novias.

De izquierda a derecha, Damisa Bertea, Aymara Vargas, Yasna Vargas y Rosa Mayorga.

El juego de las cintas, previo al lanzamiento del ramo por parte de la novia.

La abuela de Damisa, Elena García, se quedó con el ramo de la novia.

Cristóbal y Anahí, hijos de Damisa.

Andrea Ravanal, Damisa Bertea, Yasna Vargas, Aymara Vargas, Eduardo Vargas, Ignacio Vargas y Nicolás Vargas.

De izquierda a derecha, Luis Bertea, Oscar Olavarría, Alfonso Seissus y Dionisio Seissus.

De izquierda a derecha, Miguel Sáez, Tábata Bertea, Alfonso Seissus, Anahí, Damisa Bertea, Yasna Vargas, Amelia Vega, Elena García y Vivian Seissus. Abajo, Luis Bertea y Cristóbal.

"Yo encontraba injusto que, después de haber vivido juntas con cariño y responsabilidad, si me pasaba algo, si moría, Yasna no iba a tener derechos sobre mis bienes ni siquiera tener la oportunidad de tener visitas con mis hijos, simplemente, porque no existía ningún acuerdo legal entre nosotras", refiere Damisa.

**"QUERÍA MI BODA COMO PRINCESA"**

A poco andar, las dos comenzaron a vivir juntas. Damisa mira a Yasna y manifiesta: "Ella me alegra la vida y me hace reír mucho". Yasna retruca: "Damisa iluminó mi vida y me hizo sentar cabeza". Ello no quita que se peleen y que a Damisa haga que Yasna se salga de quicio.

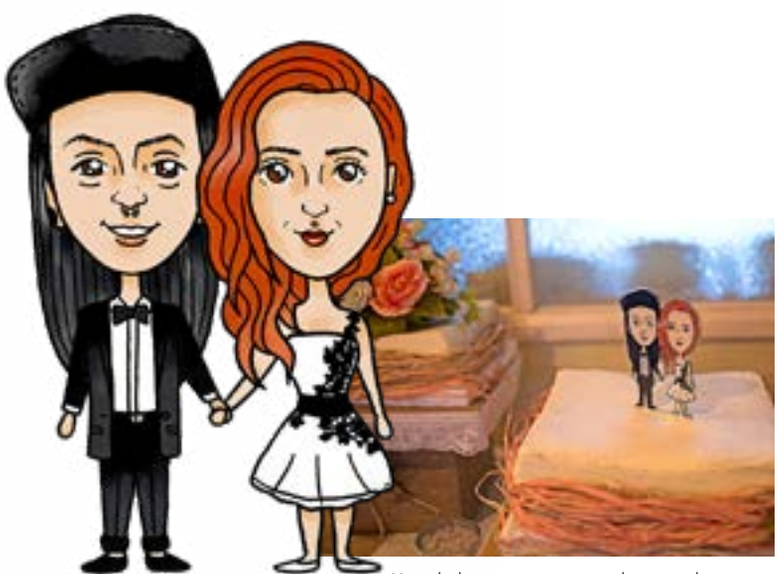
¿Quién le pidió matrimonio a quién? "Yo siempre le estaba insinuando a Yasna que quería casarme", reconoce Damisa, quien no tiene tapujos en declarar que ella siempre quiso una boda cual si fuera una Princesa, porque, "a pesar de lo frío que es y suena una unión civil, nadie me iba a prohibir organizar y hacer mi unión tal y como un casamiento. ¡Y así lo hicimos!".

Primero, la relación se hizo formal el 13 de mayo de 2012, día escogido por Yasna para pedirle a Damisa que fuera su pareja por ser la fecha del cumpleaños de su amor, la que nunca iba a olvidar. Luego, Yasna la volvió a sorprender. En la Navidad del año pasado, junto al árbol de Pascua, había un gran regalo. Dentro de él, se abrían más cajas y esta jugarreta terminó con una pequeña cajita de terciopelo que contenía dos anillos de compromiso. "¡Damisa casi se muere!", dice divertida Yasna. Ambas se abrazaron y lloraron.

El tiempo pasó volando y llegaron los preparativos para la boda. En ella, ambas reconocen todo el amor y esmero que pusieron la madre y el padre de Damisa, quienes cuidaron de cada detalle. También agradecen la forma en que los padres de ella aceptaron poco a poco la presencia de Yasna. "Hoy, Yasna es una hija más para mis padres", declara Damisa.

La diseñadora, en tanto, estuvo feliz porque la gente que más valora estuvo con ella ese día tan importante para ambas.

El día del oficio civil, Damisa, como buena novia, se atrasó, pero, al final, teniendo como testigos a familiares y amigos, se celebró el Acuerdo de Unión Civil, término que no les gusta, pero que, al menos, les permite ser reconocidas socialmente como una pareja estable que cuida amorosamente de los hijos de Damisa.



Illustración de Ilustraeme.

Una de las tortas preparadas para la ocasión, con una caricatura de la pareja.

Bastián Alvarez, Cristian Andrade, Damisa Bertea, Yasna Vargas, Alvaro Valenzuela, Macarena Vega, Jaime Lira y Claudio Villegas.

De izquierda a derecha, Juan Moyano, Nadia Vargas, Nancy Douglas, Rosa Eugenín, Damisa Bertea, Yasna Vargas, Rosa Mayorga, Valentina Moyano y Juan Carlos Obando.

José Mijares, Blanca Piris, Paulina Villarroel, Sonia Caro, Yasna Vargas, Damisa Bertea, Vanesa Trujillo y Mauricio Trujillo.

De izquierda a derecha, Victoria González, Damisa Bertea, Yasna Vargas, Melisa Astorga, Juana Soto, Ayleen Vargas y Antonella Vargas.

De izquierda a derecha, Patricia Ercilla, Antonia Seissus, Emilia Seissus, Damisa Bertea, Yasna Vargas, Dionisio Seissus, Josefa Seissus y Javier Araneda.

Comuna de Torres del Payne

# UNA TREINTENA DE VECINAS SE CAPACITARON EN TRABAJOS NO CONVENCIONALES PARA MUJERES

Taller tuvo como beneficiarias a pobladoras de Villa Cerro Castillo e integrantes del Centro de la Mujer de Puerto Natales.

**CARPINTERÍA, MECÁNICA** y electricidad parecen ser áreas de trabajos no convencionales para mujeres. Sin embargo, no quiere decir que estén ajenas a esto, ya que en diversas ocasiones se ven expuestas a dar soluciones a problemáticas de estos ámbitos, pero no tienen las herramientas ni las competencias necesarias para poder resolver esos percances.

Por estos motivos, el Departamento Social de la Ilustre Municipalidad de Torres del Payne tomó la iniciativa de generar un proyecto donde las mujeres puedan aprender nociones básicas en trabajos no convencionales como estas áreas.

La iniciativa denominada "Taller de capacitación básica en electricidad, mecánica y carpintería para mujeres de Torres del Payne" tuvo un total de 30 beneficiarias y fue financiado por el 6% FNDR Social de la Región de Magallanes y la Antártica Chilena.

Paola Valderas Torres, encargada del Departamento Social y gestora del proyecto, explicó que "la idea es que las mujeres puedan aprender conceptos teóricos y prácticos que les

"La idea es que las mujeres puedan aprender conceptos teóricos y prácticos que les permitan resolver problemas básicos, como el mantenimiento de su vehículo en el caso de la mecánica, cambiar enchufes o aprender a leer un tablero con respecto a temas de electricidad o aplicar la carpintería para solucionar problemas de deterioro en el hogar", explicó Paola Valderas Torres encargada del Departamento Social y gestora del proyecto.

permitan resolver problemas básicos, como el mantenimiento de su vehículo en el caso de la mecánica, cambiar enchufes o aprender a leer un tablero con respecto a temas de electricidad o aplicar la carpintería para solucionar problemas de deterioro en el hogar".

En relación a las beneficiarias explicó que "las mitad de las mujeres participantes son habitantes de Villa Cerro Castillo y, además, se generó una asociatividad con el Centro de la Mujer de Puerto Natales, con quienes se gestionó la participación de mujeres de la capital provincial, completando un total de 30 personas para el desarrollo del proyecto".

El taller realizado en Villa Cerro Castillo tuvo tres módulos. El primero en efectuarse fue el de mecánica que tuvo lugar en el taller de la Municipalidad de Torres del Payne y fue dirigido por el ingeniero mecánico Daniel Ovando, con una duración de 10 horas en dos días de trabajo. El primero fue teórico de inducción a la mecánica, cuidado y mantención del vehículo, en tanto la segunda jornada fue práctica, de conocimiento de las partes del vehículo, revisión de neumáticos, nivel de aceite, cambio de llantas y cubiertas.

El segundo taller fue el de carpintería, que se llevó a cabo en la junta de vecinos de Villa Cerro Castillo y fue dirigido por el maestro carpintero y mueblista Rubén Gómez. En primera instancia se entregaron conocimientos sobre las propiedades de la madera, también de la distinción de los tipos de maderas y sus comportamientos. Posteriormente, se pasó al uso básico de herramientas de carpintería, manuales y eléctricas, técnicas de seguridad, medición y corte, para luego iniciar el trabajo práctico donde utilizaron niveles, metros, martillos y serruchos entre otros, con la finalidad de elaborar una pieza sencilla de madera.

Finalmente, se dictó el curso de electricidad a cargo de Alfredo Contreras, electricista autorizado por el Sec, donde las mujeres iniciaron el módulo con aprendizajes sobre manejo y aplicación eficiente de la electricidad, introducción y conceptos básicos sobre corriente eléctrica, aplicaciones, uso de conexiones en serie y paralelo, funcionamiento de artefactos, tablero y caja de distribución, entre otros. Luego, durante la misma jornada aplicaron los conocimientos aprendidos.

Para la eficiente comprensión y trabajo de los profesores, las mujeres se dividieron en tres grupos de diez integrantes, quienes se reunían dos o tres veces por semana iniciando en el mes octubre y finalizando en noviembre.

Si bien el proyecto fue financiado por el Gobierno Regional de Magallanes y la Antártica Chilena, el municipio de Torres del Payne fue un gran apoyo para el desarrollo de éste, debido a que facilitó las dependencias y el transporte para las mujeres participantes de los talleres.

En relación a esto, el alcalde Roberto Cárdenas Silva manifestó: "Como municipio nos pareció una excelente iniciativa, constantemente estamos apoyando temas relacionados a la equidad de género y que las mujeres puedan aprender estos tipos de trabajos es muy positivo, considerando que constantemente se encuentran con dificultades y no cuentan con las herramientas ni las competencias necesarias para resolver estas situaciones".

El proyecto financiado por el FNDR 6% Social y apoyado por la Ilustre Municipalidad de Torres del Payne tuvo un monto superior a los 9 millones de pesos y benefició a 30 mujeres de la Provincia de Última Esperanza, quienes no solo adquirieron conocimientos en las distintas áreas de trabajo sino que también recibieron kits de herramientas para trabajos de mecánica, carpintería y electricidad.

Sociedad Femenina de Socorros Mutuos

# 100 AÑOS DE COMPAÑERISMO Y SOLIDARIDAD

Parte de las integrantes de la Sociedad Femenina de Socorros Mutuos junto al consejero regional, Antonio Ríspoli, quien constantemente se preocupa de compartir con ellas.

**UN BÁLSAMO** para la soledad y una compañía amorosa en tiempos de necesidad y enfermedades. Eso ha sido para la mayoría de sus integrantes el pertenecer a la Sociedad Femenina de Socorros Mutuos.

Llegamos un miércoles y las encontramos reunidas compartiendo una buena taza de té o café y degustando queques, pancitos y sopaipillas hechas por ellas mismas con mucho cariño.

"Cuando alguna se enferma, nos turnamos para ir a verla y ver si algo le falta. Si alguien cae al hospital, también nos coordinamos para que nunca esté sola. Si para comprar medicamentos o cuando se tiene alguna necesidad, hacemos beneficios para reunir fondos o para entregar canastas familiares".

Así describe Gloria Vargas Sánchez el objetivo y principal mérito que tiene para las mujeres integrantes de esta entidad el formar parte activamente de ella.

El pasado 16 de julio, la Sociedad Femenina de Socorros Mutuos cumplió cien años. Hoy, una treintena de mujeres de entre 67 y 94 años integran esta agrupación y se reúnen cada semana a este té, que permite a muchas romper la monotonía, compartir sanamente y preocuparse por las demás.

Gloria Vargas ingresó en 1993, cuando la invitaron y le prometieron: "Venga porque es para mujeres solas y sirve de entretención".

"Pertenecer a la sociedad nos ayuda a valorarnos como personas y nos permite ayudar a aquellas que son mayores y estar siempre pendiente de quién pueda faltar y por qué no vino", comenta.

Se organizan con un sistema de semaneras y organizan constantemente binguitos y rifas, cuyos dineros juntan durante todo el año para dividirlos en partes iguales en Navidad. Para esa fecha, cada una recibe unos $50 mil, los que les sirven para comprar regalos a sus maridos, hijos o nietos.

También van a misas y ayudan al Hogar Miraflores y a las Jornadas.

La actual directiva está compuesta por Gloria Vargas Sánchez, presidenta; Bertala Andrade, secretaria; Nelly Villegas Soto, tesorera; Laura Aroca, pro tesorera; e Irma Macaya, directora.

## SOCIAS ANTIGUAS

Berta Gómez es una de las fundadoras del barrio Prat, sector donde está la sede de la Sociedad Femenina de Socorros Mutuos. Su padre Ferdinand Congez Diudinou escapó de la Primer Guerra Mundial y llegó a Chile. Su madre, Felicia Gómez González, fue "una chilotita" que llegó a Punta Arenas en procura de un mejor destino.

"Llegué a una casa a cuidar a un niñito y la señora me traía a las reuniones de la Sociedad Femenina de Socorros Mutuos y, luego, yo me quedé y aquí estoy todavía compartiendo con mis compañeras", señala.

Berta tiene 94 años y lleva 54 de estos perteneciendo a la Sociedad Femenina de Socorros Mutuos.

Ester Barría, oriunda de Osorno, llegó a los 14 años al hoy barrio Prat. Sus padres fueron Filomena Barrientos Vargas y José Barría Bustamante.

"Una amiga me trajo a los 16 años y compartimos con las fundadoras de la sociedad", refiere.

Ester tiene 89 años y cumplió 67 años como integrante de esta agrupación.

Irene Tapia (80 años), Berta Gómez (94 años) lleva 54 años como socia; y Ester Barría (89) cumplió 67 años como miembro de la sociedad.

Una tradicional once, en que comparten historias, problemas y alegrías, además de exquisitos queques y masitas que ellas mismas preparan.

TRANSBORDADORA AUSTRAL BROOM S.A.
LIDER EN CONECTIVIDAD

Presentamos en la región
el servicio de compra en línea de pasajes para el tramo
Punta Arenas-Porvenir en el Ferry Pathagon.
Disfruta la comodidad de comprar tu pasaje desde tu
computador y asegura el cupo de tu viaje sin esperas.

Compra en línea tus pasajes hasta 3 horas antes del zarpe y asegura tu cruce.

Preséntate directamente en el Terminal con tu tarjeta de embarque (imprime 2 copias) y tu documento de identidad, **1 hora antes del zarpe**.

Si compras en línea pasaje para vehículo, presenta el padrón al momento de embarcar.

¿TIENES DUDAS?
ACCEDE AQUÍ

www.tabsa.cl

TABSA @_tabsa @_tabsa

**Dr.MauricioVargas 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 y Revitalizantes

**mvargas@drmvargasz.cl**

**Consulta**
**Romulo Correa 665**
Teléfono (61) 2214010
Punta Arenas

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

**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**

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

**DRA. LEISLY VIDAL**
**NUTRICION Y DIABETES**

Elena Rada, presidenta de Fundación Cavirata

# EL Diwali EN APOYO AL HOGAR CAVIRATA

FOTOGRAFÍAS: ANDREA BARRÍA

**EL PASADO SÁBADO 2** de noviembre se celebró el Diwali hindú o Fiesta de las luces, cena solidaria para recolectar fondos que irán en ayuda de los adultos mayores que viven en el Hogar Cavirata. Esta gala se realizó en los salones del Hotel Casino Dreams y fue organizada por Deepa Nandwani.

Elia Simeone y Sergio Oyarzo

Sergio Oyarzo y Rosario Seguic

Monica Nandwani

Sunil Nandwani y Elena Rada

La organizadora del evento, Deepa Nandwani

Rita Nandwani con sus bailes y simpatía fue la estrella de la noche.

Alejandra Filipic, Patricio Salazar, Isabel Katusic y Patricia Haro

Rita Nandwani, Elia Simeone y Patricio Salazar

# Macarena Mella Couve: "MIS TELARES ESTÁN INSPIRADOS EN LA NUEVA ERA Y LA ESPIRITUALIDAD GLOBAL"

Bajo la marca Telares Makis, esta joven educadora de párvulos comenzó a crear dando rienda a la veta artística que marca a su familia, buscando trascender como diseñadora y artista textil

"Espero que, de aquí a cinco años más, TM sea reconocida como marca de arte textil, preservando su sello característico basado en las terapias holísticas a nivel nacional e internacional. Además de crear nuevas propuestas de artículos y diseño, ampliando así el segmento clientes para mis productos".

**"EL ARTE ES MI FORMA** de ver el mundo", así lo plantea Macarena Mella Couve, quien, bajo la marca Telares Makis, combina lanas naturales de oveja con teñidos artesanales e incorpora en sus diseños aplicaciones de madera con símbolos referentes a la Nueva Era.

"Mis telares transmiten un mensaje en sí mismos. Su finalidad es armonizar los espacios, potenciar el equilibrio y bienestar físico, mental y del alma. Pero, independientemente del significado que yo pueda darle a mis diseños, lo que más me gusta de ellos es el sentido que le dan las personas que encargan y/o reciben los telares. Son ellos quienes, a través de sus historias, le otorgan el real valor a mis trabajos", plantea.

Macarena es Educadora de Párvulos de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso y licenciada en Educación de la misma casa de estudios superiores.

**- ¿Cuáles son las temáticas que has escogido o que son más recurrentes en tus trabajos?**

- "Los diseños de mis telares están inspirados en el marco de la Nueva Era y la espiritualidad global. Lo que se refleja en los diversos símbolos y figuras de la geometría sagrada incorporados como aplicaciones dentro del diseño de mis telares".

**- ¿Qué es el arte para ti?**

- "El arte es mi forma de ver el mundo, más allá de los diseños y las composiciones en mis trabajos. Es cómo enfrento a los demás y me expreso diariamente, es la forma que tengo de resolver los problemas en la cotidianeidad de mi vida".

**-¿Cuál es la importancia que le confieres a la posibilidad de crear y experimentar?**

- "Tanto la inventiva como la capacidad de experimentar son muy importantes en todo proceso creativo, pero, desde mi punto de vista, prima el atreverse a hacer las cosas, aventurarse a desarrollar y llevar cabo las ideas que tenemos en mente".

**- En el mundo artístico-cultural, la mujer era tenida, más bien, como un objeto a representar o musa inspiradora. ¿Crees que eso ha cambiado hoy? ¿Está la mujer desarrollándose más como creadora?**

- "Hoy en día, siento que las mujeres no han dejado de ser musas de inspiración para los artistas. Claramente los tiempos han cambiado, hay más diversidad y libertad para expresarse en el arte y, consecuencia de estos nuevos géneros y movimientos, hay mayor cantidad de mujeres artistas a la luz, quizás inspiradas en otras mujeres. ¡Quién sabe!".

**- ¿Has sentido discriminación o que en el ambiente en que te desenvuelves haya demasiados estereotipos de género?**

- "No, ninguno. Al contrario, puras facilidades y buena aceptación".

**- ¿Existe un arte femenino?**

- "No. El arte, sus formas de manifestación y sus intenciones comunicativas, no tienen género. El arte es para todos".

**SUS INICIOS**

Macarena tiene 29 años. Nació en Viña del Mar y ahora está radicada en Puerto Natales. Comenzó su emprendimiento recién este año. Ello, si bien su primer telar lo confeccionó en 2016 y luego hizo un par más en 2017.

**-¿Cómo fueron los inicios? ¿Enfrestaste alguna dificultad?**

- "Comencé tejiendo de forma súper amateur. Hice mi primer telar (el grande con el árbol de la vida en el centro) el año 2016, sin experiencia alguna de cómo crear algo así. Sin saber técnica, ni hacer cursos o ver tutoriales, solo sabía lo que a simple vista puede uno intuir de cómo se hacen... y, como según yo (en mi ignoracia total), la cosa era "papaya", me tiré al tiro con uno grande. El resultado final fue exitoso, pero

ahora que ya he aprendido forma y fondo, lo veo y comparo con trabajos de hoy y me llega a dar pena - en este punto de ríe a carcajadas- . Pero lo valioso de este telar es que el desarrollo y resultado final de esta obra terminó siendo la mejor terapia para mí. Pues, a pesar de que tengo una hija sanísima que me llena de alegrías cada día, ya llevaba dos pérdidas de embarazos múltiples consecutives en un año, primero de mellizos y después gemelos idénticos, una locura. Así que luego de varios hacer, deshacer y rehacer nació mi primera creación. Éste es mi regalón, el origen y con todas sus fallas y faltas de técnica, es mi favorito".

"Siento que esto es lo que estuve buscando por mucho tiempo para completar y aumentar mi lista de realizaciones personales. Diseñar y crear mis telares me hace ¡muy feliz!".

**- ¿Qué te llevó a empezar?**

- "Vengo de una familia con una veta artística súper marcada y es, por eso, que -a raíz de mis primeros telares y la necesidad de realizarme como una artista más de la familia "Couve – Montané"- surge la idea de potenciar mis diseños, darles sentido y significado".

**CREACIÓN E INSPIRACIÓN**

**- ¿Cuánto tiempo dedicas a tu actividad?**

- "El tiempo dedicado varía dependiendo el pedido, según el tamaño de éste y la dificultad del diseño. Puedo demorarme de dos a tres días en uno pequeño, una semana en uno mediano y un par de semanas en uno más grande (95 centímetros por 1,5 metros aproximadamente)".

**- ¿Tienes un lugar físico donde estás establecida?**

- "Diseño y produzco desde mi casa, pero hasta hace poco tuve un lugar de exposición: la Galería Rogers de Puerto Natales. Es en esta galería donde Telares Makis (TM) da su primer salto importante a la "fama". A pesar de no ser la primera exposición de mis trabajos, la muestra en la galería durante los meses de septiembre y octubre, me dieron la oportunidad de captar más seguidores, clientes potenciales y pedidos especiales".

**- ¿Quiénes son tus principales clientes?**

- ·Mis principales clientes son personas que practican o creen en disciplinas y/o terapias holísticas como son el yoga, el reiki, la meditación, las terapias alternativas con cuencos, gemas, entre otros; que buscan el bienestar, el equilibrio y la armonía constantemente. Pues, mis telares se complementan a la necesidad de estabilizar los espacios. Inspiran armonía y cargan de energía positiva a las personas, su ambiente y a los que los rodean con diseños originales inspirados en el marco de la Nueva Era".

**- ¿Cuáles han sido tus mayores logros en este emprendimiento?**

- "Gracias a Instagram, mis telares son vistos por personas de todo el mundo y hace unos meses atrás tuve mi primer encargo internacional. Una persona en Viña tenía una amiga en Abu Dhabi, Emiratos Árabes, que es instructora de yoga. Le mostró uno de mis telares a través de mi cuenta de Instagram (@telaresmakis) y se enamoró. La chica de Viña me contactó, encargó uno de mis diseños y se lo llevó a su amiga a fines de septiembre. Apenas ella recibió el regalo, me enviaron fotos desde Abu Dhabi luciendo el diseño "telar de chacras" que yo había creado. ¡Un orgullo inmenso!".

**- ¿En qué piensas para crear tus obras?**

- "Mis diseños están inspirados en el marco de la Nueva Era y la espiritualidad global. Lo que se refleja en los diversos símbolos y figuras de la geometría sagrada incorporados como aplicaciones dentro del diseño de mis telares".

**- ¿Qué rol juega tu familia entorno a tu trabajo?**

- "Mi familia lo es todo. Son el soporte principal y mis primeros inversionistas al momento que decidí hacer de ésto un emprendimiento".

Calle Manuel bulnes 301/ +56993355239/ telaresmakis@gmail.com / Instagram: @telaresmakis - Facebook: Telares Makis

# MUJERES, LAS GRANDES PROTAGONISTAS DEL *VII Encuentro de Coros de la Patagonia*

Entre el jueves 1 y el sábado 3 de noviembre de la semana pasada, se realizó en Magallanes este evento que reunió cerca de doscientas voces chilenas y argentinas.

El director y la presidenta del Coro Italiano, Joshua Obilinovic y Victoria Marnich, entregando el reconocimiento póstumo a Víctor Alarcón, el fallecido director coral. Sandra Alarcón Díaz y Brenda Díaz Aguila recibieron a nombre de la familia la distinción.

El momento en que la presidenta del Coro Italiano, Victoria Marnich, recibe el merecido reconocimiento a su infatigable y entusiasta labor.

**VICTORIA "TITA" MARNICH** se sorprendió. Sobre el escenario del Teatro Municipal José Bohr, se aprestaba a entonar la primera canción junto al Coro Italiano, pero, de pronto, hubo un cambio en el libreto. Se anunció un reconocimiento que sus pares acordaron tributarle. ¿La razón? Todo el esfuerzo que, durante años, ha realizado para hacer posible y sostener la continuidad del Encuentro de Coros de la Patagonia, que acaba de tener su séptima versión.

Se trata de una distinción totalmente merecida. Su empuje ha sido determinante para hacer del anhelo colectivo una realidad.

Pero, el VII Encuentro de Coros de la Patagonia también fue dedicado a una persona que nos dejó hace poco, llenando de tristeza no sólo a sus familiares, sino a cuantos le conocieron y tienen en él a un maestro notable e impulsor de la actividad coral en Chile: Víctor Alarcón Díaz, cuyo fallecimiento enlutó a la música nacional.

Este evento cultural reunión a cerca de doscientas voces chilenas y argentinas, destacando las mujeres tanto como directoras de coros como integrantes de las diversas agrupaciones.

En total y en las diferentes etapas, participaron doce coros, tres nacionales, cinco argentinos y cuatro regionales.

La bienvenida se realizó con un almuerzo que tuvo lugar el jueves 1 de noviembre en el Círculo Italiano. Por la tarde de ese día, se registró la primera presentación de los coros en la Catedral de Punta Arenas.

Al día siguiente, el viernes 2 de noviembre, todos se trasladaron a Puerto Natales, donde visitaron y cantaron al pie de la Cueva del Milodón y, por la noche, actuaron en la Escuela Bernardo O'Higgins.

El sábado 3 de noviembre, se realizó la gran gala coral, la que estuvo matizada de momentos muy emotivos y actuaciones brillantes. Fue en

**"Porque Punta Arenas no tiene problemas en darte cariño y en darte amistad..." fue lo que cantaron al unísono todos los coros y el publico asistente a la gala, poniendo un cierre emotivo al VII Encuentro de Coros de la Patagonia.**

dicho marco que se distinguió a la presidenta del Coro Italiano, "Tita" Marnich, y se dedicó el VII Encuentro de Coros de la Patagonia a Víctor Alarcón Díaz, en un póstumo homenaje.

Este evento culminó cuando todos los coros participantes de la gala, junto al público, entonaron la canción "Al Sur de la Tierra".

La felicidad de los integrantes de los coros que viajaron a Puerto Natales y cantaron "Al Sur de la Tierra", a los pies de la Cueva del Milodón.

El anfitrión del encuentro: El Coro Italiano de Punta Arenas.

El mix de éxitos de Queen distinguió la presentación del Coro Opera Estudio, así como el entretenido Funiculi Funicula que dirigió Sergio Gómez y en el que involucró a todo el público.

Un imperdible de estos encuentros: el ensamble coral Orkeke de Río Gallegos, dirigido por Susana Beatriz Peralta.

Una gran presentación del recientemente creado Coro del Teatro Municipal José Bohr, dirigido por Joshua Obilinovic.

Otro "amigo" de la casa: el coro polifónico Aonikenk, dirigido por Roxana Agulló.

El magallánico Pedro Haro Rogel regresó a su tierra como director del coro del Bristish School de Antofagasta.

El Coro Giuseppe Verdi de la Scuola Italiana de Valparaíso.

Coro de apoderados y ex alumnos del Colegio Padres Franceses de Viña del Mar.

ATRAPASUEÑOS
Tienda de ropa y artículos para mujer

Lunes a jueves de 11:00 a 13:30 hrs.
y de 15:30 a 19:30 hrs.
Viernes y sábado continuado
A partir del 30 de septiembre atenderemos los domingos de 12:00 a 17:00 hrs.

Te invitamos a conocer tienda Atrapasueños para mujeres y jóvenes divertidas, donde encontrarás accesorios para complementar tu look. Prendas con estilo y ese regalo diferente para esa persona especial

atrapasuenos_puq | atrapasuenos punta arenas | +569 96233839 | O'Higgins #1083

Antonio Díaz Hussey

- Kinesiólogos
- Posturólogos
- Máster en Osteopatía

Juan Villegas Velásquez

Fisiolife, Centro Especializado en Kinesiología, Osteopatía y Fisioterapia Invasiva

# LOS PROBLEMAS DE TENDÓN TIENEN SOLUCIÓN DEFINITIVA

**TENDINOPATÍA** es un término amplio que abarca las condiciones dolorosas que ocurren en y alrededor de los tendones, en respuesta a su uso excesivo. Una reciente investigación científica sugiere que poca o ninguna inflamación está presente en esta patología.

De esta manera, las modalidades de kinesiología tradicional que tienen como objetivo controlar la inflamación pueden no ser las opciones más eficaces.

El modelo tradicional de "tendinitis" como un proceso inflamatorio está actualmente obsoleto, por ello, varias publicaciones describen el proceso patológico del tendón como principalmente degenerativo (tendinosis).

Los cambios histopatológicos relacionados a la tendinopatía incluyen, por lo tanto, la degeneración y la desorganización de fibras de colágeno (de lo que está compuesto el tendón) y una mínima inflamación.

Tras el inicio de los síntomas en el tendón se observa que un porcentaje elevado de pacientes cursan con una cronificación. Esto es debido a que el proceso de reparación o curación inicial fracasa y el tendón entra en un ciclo de degeneración progresiva que se define como tendinosis.

## DIAGNÓSTICO CLÍNICO

La tendinopatía es un diagnóstico clínico que por lo general se basa en la historia clínica y los hallazgos clínicos que generamos como tratantes.

Las técnicas de imagen son herramientas valiosas para confirmar el diagnóstico y proporcionar orientación para el tratamiento.

En este momento, en la kinesiología actual existen técnicas que generan la resolución completa de la patología del paciente en cuanto a dolor y para que vuelva a su actividad normal.

"En Fisiolife trabajamos con todas las técnicas actuales que se ocupan en las principales clínicas de kinesiología a nivel mundial. Nuestro trabajo se genera con ecografía para ser mucho más precisos en los tratamientos que realizamos y todos nuestros procedimientos que ocupamos son ecoguiados", explica el kinesiólogo Antonio Díaz.

Además, utilizamos la electrolisis ecoguiada, que es una técnica en boga a nivel mundial y con excelentes resultados en los pacientes, que nos visitan a diario en nuestra consulta.

Todos estos tratamientos de kinesiología tienen que ir siempre a un correcto manejo asociado de fisioterapia, a un programa de ejercicios específicos y de readaptación de cargas, de acuerdo a la actividad de cada paciente.

"Si quieres volver a tu actividad cotidiana y a tu deporte sin dolor, visítanos, porque en Fisiolife te espera un equipo especializado a nivel nacional e internacional, con los mejores profesionales del área", enfatizó Díaz.

Ilustre
**Municipalidad**
**de Punta Arenas**

Punta Arenas
**más cultura**

Cartelera
# noviembre

CC
**El Otro**
Obra de teatro
martes 06 / 20:00 horas

CC
**El Loco y La Triste**
Obra de teatro
sábado 10 / 19:00 horas

CC
**Romántica Serenata**
Música, Bolero
martes 20 / 19:00 horas

CC
**Me Desordeno Amor**
Obra de teatro
miércoles 21/ 19:00 horas

CC
**Noche de Poetas**
Humor y amor en el escenario
jueves 29 / 19:00 horas

CC Centro Cultural Punta Arenas , 21 de Mayo Nº 2421

TM Teatro Municipal José Bohr, Magallanes Nº 823

Ilustre Municipalidad de Punta Arenas

puntaarenas.cl

@munipuq

A contar del próximo año

# PLAYTIME Y SU NUEVO JARDÍN INFANTIL DE INMERSIÓN EN INGLÉS

**PLAYTIME NACIÓ** hace cuatro años en Punta Arenas y con el paso de los años se ha consolidado como una alternativa para que los niños y niñas puedan aprender inglés desde temprana edad, como si fuera la lengua materna.

En este lugar el compromiso es enseñar inglés mediante la interacción y la socialización, y para lograrlo aplican técnicas como juegos, lectura de cuentos, obras de teatro y manualidades, entre otros, pero, bajo ninguna circunstancia usan la traducción, sino que se enfocan en la producción oral.

Mariela Delgado junto a Harold Sanhueza están detrás de Playtime, esta innovadora propuesta que sigue creciendo. Para el 2019, contarán con un jardín infantil que funcionará en la jornada matinal, pensada en niños/as desde los dos (medio menor) hasta los cinco años (kínder).

"Este proyecto es único en la región, ya que funciona por medio de la inmersión en la segunda lengua, es decir, que los niños tendrán todas las clases en inglés. Esto incluye música, educación física, arte, entre otras", explica Mariela Delgado.

Este nuevo proyecto de Playtime busca entregar una herramienta para toda la vida a los niños/as, ya que las teorías del aprendizaje señalan que "el mejor momento para adquirir una segunda lengua de forma similar a un hablante nativo es la primera infancia. Contamos con hablantes nativos y excelente profesionales", aseguran.

## NUEVA CASA

Actualmente, Playtime cuenta con más de 120 alumnos que participan en las sesiones que son dos o tres veces a la semana. Y es que el interés por aprender inglés a través de este método ha tenido un crecimiento explosivo.

Hace algunos días, Playtime cuenta con una nueva casa ubicada en calle Ignacio Carrera Pinto 972, que les permite brindar mayor comodidad a los niños y niñas que asisten a este recinto, en donde además, recrean escenarios de la vida real para que los niños puedan aprender de forma significativa el idioma.

En tanto, en los meses de diciembre y enero desarrollarán talleres de navidad y verano, para que los menores tengan una alternativa más durante el periodo estival.

playtime@playtimepuq.cl • +56 9 87468461 • Ignacio Carrera Pinto 972 (ex jardín Matilde Huichi)

# INICIATIVAS DE IMPACTO SOCIAL, EL GRAN GIRO DEL APOYO DE CORFO EN MAGALLANES

Director regional de la Corporación de Fomento a la Producción, Marcelo Canobra Miranda, explicó la nueva línea que la entidad está impulsando en la zona y que beneficiará a agrupaciones sin fines de lucro.

**CUANDO UNO HABLA** de Corfo, inmediatamente surgen imágenes de grandes empresas y de proyectos millonarios.

Una agrupación social, que busca atender la problemática de la inserción laboral de niños con capacidades diferentes o con limitaciones intelectuales, pensaría que nada tiene que hacer en Corfo.

Pero, aquello precisamente comenzó a cambiar desde este año, luego de que la Corporación de Fomento a la Producción pusiera en funcionamiento el Programa de Innovación Social, que busca alentar que personas o entidades que buscan solucionar un problema de esta índole también puedan acceder al co-financiamiento estatal.

Al respecto, el director regional de Corfo, Marcelo Canobra Miranda, explica: "Originalmente, históricamente, la relación de Corfo se ha establecido con empresarios, con negocios productivos o de servicios, pero que tengan utilidad. Ese es el nicho de mercado que tenemos. Pero, aquello ha significado –sobre todo en regiones como la nuestra- que, en los últimos años, terminamos trabajando con los mismos usuarios y habían muchos que se repetían, pues ya conocían todo el procedimiento y contaban con los medios para contratar asesorías y postular a la segura sus proyectos. Eso hacía que nuestro segmento de usuarios fuera bastante limitado y se repitiera mucho".

El ejecutivo agregó que en Corfo se dieron cuenta de que existe un nicho muy interesante que, incluso a nivel mundial, está cobrando gran importancia, que es el de las iniciativas y proyectos sociales que son productivos o de servicios, pero que no buscan utilidad, sino sólo dar solución a problemas que afectan a un grupo de personas.

"Ese enfoque es absolutamente nuevo y levantamos todo un programa, el de Innovación Social, donde las organizaciones sociales están postulando. Lo interesante es que sus integrantes identifican el problema, no nosotros, y, una vez identificado el problema y las personas afectadas, trabajan bajo el concepto de co-crear la solución, es decir, comienzan a trabajar para ver cuáles son las acciones a tomar para dar solución y lograr que este problema se resuelva a través de un programa o proyecto. Esto hace que los compromisos que se obtengan en las instituciones sean más potentes y que también lo sea el compromiso entre las personas que interactúan", valoró Canobra.

El director regional de Corfo remarcó que a estas iniciativas no se les exige rentabilidad, sino que sean sostenibles en el tiempo.

Abierta esta línea, este año en Magallanes postularon 60 proyectos, que suman a unas tres mil personas como beneficiarias –"¡Nunca habíamos trabajado a favor de tanta gente!", comentó-. Agrupaciones que se ocupan de la inserción laboral de personas con deficiencia intelectual severa o que tienen capacidades diferentes, mujeres que han sufrido violencia intrafamiliar o entidades que buscan promover las etnias originarias están entre los postulantes.

"Estamos orgullosos porque nunca habíamos tenido tal respuesta a nuestra convocatoria y se trata de nuevos usuarios y beneficiarios", acotó.

En esta etapa fueron seleccionadas una decena de agrupaciones, las que recibirán $25 millones cada una para que puedan realizar el diseño definitivo de su proyecto. El próximo año, se escogerán dos de estas iniciativas, a las que se les adjudicarán $250 millones a cada una para que puedan desarrollar su idea de negocio, lo que posibilita costear la adquisición de equipos y maquinarias, la infraestructura, el personal, la materia prima, etc..

"Se trata de iniciativas que tienen un cariz distinto y que no, necesariamente, buscan la utilidad económica, sino resolver un problema social y ayudar a un grupo determinado de personas", insistió Canobra. "Estamos valorando el impacto en la sociedad que estas ideas pueden tener", remarcó.

Se trata, entonces, de un giro social que está realizando Corfo, lo que no implica que se abandonen las otras líneas tradicionales de co-financiamiento.

En procura de entregar un mejor servicio y que se amplíe la gama de usuarios, Corfo decidió también simplificar los procesos de postulación y reducir el centenar de líneas y fondos, fijando sólo diez programas.

Para ello, se invita a las personas a informarse en la página Web y también a acercarse a las oficinas de Corfo. Allí hay cuatro ejecutivos integrales que tienen el conocimiento cabal de todos los programas vigentes y cómo se puede postular a ellos.

También, se indicó que el gobierno de Piñera quiere impulsar mucho las iniciativas que apunten a lo que se denomina economía verde, es decir, todos aquellos proyectos y negocios que no sólo busquen reducir la polución, sino que tengan un gran componente de reciclar y procesar sus propios residuos.

En el caso regional, además, se quiere trabajar especialmente en varios ámbitos:

**1.- Logística antártica,** pues "tenemos que darle más fuerza ya que se trata de un nicho con gran potencial de crecimiento", apuntó Canobra, quien hizo ver que el año pasado estos servicios implicaron un ingreso regional de US$64 millones, siendo que el mercado mundial movió sobre US$1.000 millones. "Tenemos mucho para crecer y prestar servicios más sofisticados".

**2.- Industria acuícola,** las empresas que operan en la zona, salvo una, actúan como filiales de compañías establecidas en Puerto Montt y el modelo de negocios se administra desde allí. "Queremos fortalecer el recurso humano y tener en la zona gente con las competencias adecuadas y, además, vincular a estas empresas, a través de concatenación, con emprendedores regionales. En el caso de los pescadores artesanales, vemos que ellos pueden reconvertirse y agruparse para, con subsidios Corfo, adquirir lanchas multipropósitos y que ellos presten servicios a los centros acuícolas en vez de que éstos contraten empresas foráneas lo que, a nivel magallánico, no tiene ningún impacto", acotó.

Director regional de Corfo, Marcelo Canobra Miranda.

# PROMOCIÓN AUMENTO MAMARIO

**Incluye**

- Honorarios médicos, implantes, sostén postop, kinesioterapia postop y controles postop.
- Hospitalización, pabellón, insumos y medicamentos

Promoción válida para cirugías realizadas hasta el 7 de diciembre

Valor Real $4.340.406

**Valor Promoción**

**$3.170.000**

Ahorro paciente $1.170.406

DRA. FERNANDA DEICHLER

CIRUGÍA PLÁSTICA, ESTÉTICA & RECONSTRUCTIVA

ATENCIÓN EN CLÍNICA REDSALUD MAGALLANES

**INFORMACIÓN Y RESERVAS DE HORAS**

Mail: contacto@doctorad.cl • Cel.: +569 4285 6123

Formas de pago: efectivo, cheque, tarjetas de crédito

Lorena Hernández, supera una dolencia con terapia de rehabilitación en Clínica RedSalud Magallanes

# "LA DEDICACIÓN DE LOS KINESIÓLOGOS ES MUY BUENA, TE ENSEÑAN Y EXIGEN, PERO TE CUIDAN PARA QUE NO SIENTAS DOLOR"

Parte del equipo de kinesiólogos de Clínica RedSalud Magallanes: Pedro Quintana, Mildred Hernández, Tania Contreras y Carlos Alvarado.

**"HA SIDO UN PROCESO** lento para mí, pero bueno porque no he tenido dolor", así describe Lorena Hernández, paciente del Centro de Kinesiología de Clínica RedSalud Magallanes, la terapia de rehabilitación a la que ha tenido que someterse por más de un año, tras haber sido operada por una fijación de columna lumbar asociada a una hernia.

Los problemas de Lorena comenzaron cuando se dio cuenta que había perdido casi por completo el movimiento de su pierna izquierda, por lo que tuvo que iniciar un tratamiento para rehabilitarse.

El kinesiólogo de RedSalud Magallanes, Carlos Alvarado, explica que la paciente inició el proceso de rehabilitación en la clínica, en el cual pasó por una fase del manejo del dolor en su primera etapa y posteriormente a una fase de estabilización de los distintos grupos musculares que se van a encargar de mantener la estabilidad de su columna lumbar".

Durante el periodo que ha estado asistiendo a sus terapias de rehabilitación, Lorena ha pasado por tratamientos de calor, el uso de corrientes analgésicas conocidas como TENS, un poco de caminadora, ejercicios con balón y bicicleta.

"Después de la operación estuvo bastante bien mi pierna, sin embargo, había perdido la musculatura debido a los meses que estuve en cama. En las terapias y gracias a los ejercicios que me han indicado, he podido recuperar y fortalecer la columna, la parte lumbar, y mi pierna", manifiesta Lorena.

### Agradecida

Gracias al tratamiento que le han entregado en el Centro Kinesiológico de RedSalud Magallanes, Lorena reconoce que ha vuelto a realizar su vida normal y a sus actividades de manera independiente, como por ejemplo, el poder conducir.

"La dedicación de cada uno de los kinesiólogos es muy buena, te enseñan y exigen en cada ejercicio, pero te cuidan para que no sientas dolor. La verdad es que para mí ha sido excelente la terapia que me han entregado en la clínica, ha sido una recuperación que no esperaba, y cada uno de los funcionarios que trabaja aquí ha sido un apoyo en todo. Ellos están dispuestos a ayudar y con alegría, uno se ríe mucho", reflexiona Lorena.

Actualmente, la paciente está en una fase bastante avanzada en su terapia, pero siempre se ha mantenido con una base de fisioterapia y con una base importante para estabilizar su columna.

### PACIENTES AMBULATORIOS Y HOSPITALIZADOS

El Centro de Kinesiología de Clínica Redsalud Magallanes atiende a pacientes tanto ambulatorios como hospitalizados que requieren de rehabilitación kinésica.

Además de las atenciones ambulatorias, los kinesiólogos también realizan atención a los pacientes de la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) y de hospitalización, que presentaron dificultades respiratorias y motoras, o a aquellos post operados que requieran de rehabilitación para retomar sus actividades normales.

La paciente mientras es sometida a su terapia de rehabilitación por parte del kinesiólogo Carlos Alvarado.

Algunos de los procedimientos de rehabilitación y terapia física que realizan los diez profesionales que trabajan en el área de kinesiología de RedSalud Magallanes son:

- Dolor de cuello y espalda, lumbago.
- Lesiones deportivas.
- Problemas posturales.
- Artrosis.
- Rehabilitación de prótesis de rodilla y cadera.
- Rehabilitación pacientes con patología cardiaca.
- Problemas respiratorios.
- Rehabilitación de accidentes cerebro vasculares.
- Problemas geriátricos.
- Alteraciones del movimiento.

En tanto, los tratamientos se realizan con:

- Terapia manual.
- Ejercicio terapéutico.
- Electroterapia, ultrasonido, onda corta, baños de parafina.

CLÍNICA REDSALUD MAGALLANES

HORARIO DE ATENCIÓN:
Lunes a viernes de 08:00 a 20:30 horas y sábados de 08:30 a 13:00 horas.

MAYOR INFORMACION:
AV. BULNES 01448 Fono: 61-2207398 ktn@redsalud.cl

# TESLAUSTRAL

*tecnología amigable*

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

## ENERGÍA ELÉCTRICA LAS 24 HORAS DEL DÍA

Logra la satisfacción de todos nuestros clientes disfrutando las 24 horas de energía tal como en la ciudad.

## CALEFACCION CENTRAL CON CALDERAS A PELLET

Ideal para el consumo en espacios reducidos. Aplicable a "Estancias", "hogares".

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

# Recetas CROATAS



POR JUANA GOIC

## Kastradina
### Carne de ovino ahumada

**INGREDIENTES :**

- Piezas de carne de pierna y espinazo de kastradina (uno para cada comensal)
- 2 bolsas de chucrut, son como de 1,8 kilos
- 6 dientes de ajo
- 3 cebollas grandes
- 1 cerveza
- 2 paquetes tocino en láminas
- Papas, una por persona
- 3 cubitos de caldo
- Aceite
- Orégano, comino, pimienta en grano
- 6 hojas de laurel

**PREPARACIÓN:**

Se lava la carne en agua fría cambiando el agua tres veces.

Se cortan las cebollas a la pluma, igual los dientes de ajos y se fríen en aceite.

El mismo procedimiento se hace con el chucrut (porque es salado y con vinagre).

En la olla de la cebolla se coloca la kastradina y se cocina unos 15 minutos, luego se incorpora el chucrut y se cocina a fuego medio por hora y media, se le agrega la cerveza, el tocino y todos los aliños. Las papas se agregan a la hora de cocción.

Se revuelve constantemente y se le agrega el caldo disuelto en agua.

Se le puede agregar chuletas de cerdo, salchichas y/o chorizos blancos.

También la kastradina se puede preparar con repollo, papas y zanahorias hervidas.

RECETAS

Granjas de la Sierra M.R.

## SOPA DE CEBOLLA

**INGREDIENTES**

1/2 taza de mantequilla.
1 kg de **cebollas congeladas en pluma Granjas de la Sierra.**
1 diente de ajo, picado fino.
2 hojas de Laurel
1 cdta de tomillo.
Pimienta negra molida.
Sal.
1 taza de vino tinto.
3 cdas de **harina 000 Granjas de la Sierra.**
2 litros de agua hirviendo
2 sobres de caldo de carne.
1 baguette.
100 gr. queso gruyere.

**PREPARACIÓN**

Calentar la mantequilla en una olla, agregar las **cebollas Granjas de la Sierra** previamente descongeladas y drenadas, el laurel, el tomillo, la pimienta necesaria y la sal. Cocinar a fuego medio, hasta que la cebolla esté caramelizada (30 minutos aprox).

Agregar el vino tinto y cocinar a fuego medio, hasta que el vino se haya evaporado. Sacar las hojas de laurel e incorporar la **harina 000 Granjas de la Sierra** , revolver por un par de minutos o hasta que la harina haya formado una pasta junto a la cebolla.

Disolver el caldo de carne en agua hirviendo y luego agregar de a poco a la mezcla de cebolla, sin dejar de revolver. Una vez que el caldo se haya integrado, cocinar la sopa por 10 minutos.

Cortar la baguette de forma diagonal en trozos de 2cm de grosor. Poner un trozo de queso gruyere sobre cada pedazo de baguette y poner en el horno fuerte, hasta que el queso se haya derretido.

Servir la sopa caliente. Poner sobre cada porción de sopa un pedazo de baguette con queso gruyere derretido.

# ALL NEW TRAILBLAZER

## SOLO UNA VIDA

DIVEMOTOR
*Desde 1930*
Zona Franca • AVDA. 2 SUR SIT/0 2.8 • FONO 612219195

- Motor 2.8L turbo diesel DURAMAX
- 4x4 ESP y control de tracción
- 200 CV y torque de 500 NM
- Capacidad de carga de 619 LT

- Pantalla 8" MyLink con Apple Carplay® & Android Auto™ + GPS
- Sistema activo de monitoreo de presión de neumáticos
- Sistema de encendido remoto

- 6 airbags
- Alerta de colisión frontal
- Alerta de permanencia en carril
- Control de asenso y descenso

- 3 corridas de asientos
- Dirección eléctrica
- Caja AT 6 velocidades con Active Select
- Cámara y sensor de estacionamiento delantero y trasero
- Asientos de cuero y climatizador

DIVEMOTOR.CL / FIND NEW ROADS

CHEVROLET

SERVICIOS FINANCIEROS | GARANTÍA DE 100.000 KM Y 5 AÑOS | Apple CarPlay | androidauto | ACDelco