PATAGONIA
Fem
Edición N°18 / viernes 17 de enero de 2014

22 FORMAS DE BESAR SEGÚN EL KAMA SUTRA

MUJERES DE AMÉRICA LATINA NECESITAN MÁS Y MEJORES EMPLEOS

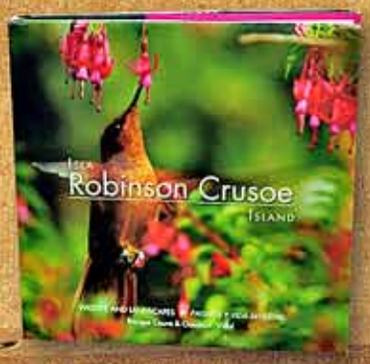
MOCHILAS QUE DESTACAN TU FORMA DE SER

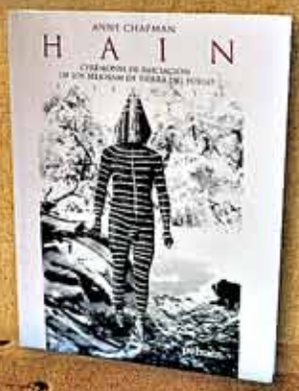
ESTANCIA LOS MANANTIALES, EL LUGAR PERFECTO PARA UN MARAVILLOSO E INOLVIDABLE DÍA DE CAMPO

MATILDE MORÁN

EL ROSTRO TRAS LA RENOVACIÓN DEL CASINO DE PUERTO NATALES

ESPACIO
ñandú





El libro ideal para tu viaje está aquí

Una amplia variedad de libros culturales e históricos
te espera para acompañar tu aventura austral.

CALLE PRAT N° 200, A UN COSTADO DE LA PLAZA DE ARMAS, PUERTO NATALES.

Fem PATAGONIA

Fem Patagonia
Año I Edición 18
Viernes 17 de enero de 2014 Punta Arenas
Contacto: revista@fempatagonia.cl
www.fempatagonia.cl

EQUIPO

Editora: Elia Simeone
Periodista: Lissette Gómez
Corrección: Lorena Díaz
Fotografía y diseño: Andrea Barría
Agente comercial: Claudia Barría,
Juan Carlos González, Jorge Millán, Julio Aurolo
Ventas: cbarria@laprensaaustral.cl
Teléfono: 569-50018869
Impreso en talleres de La Prensa Austral
Circulación: Quincenalmente los días viernes
con La Prensa Austral

EDITORIAL

LA CIENCIA Y LOS NIÑOS

Para las mujeres y las familias que tienen hijos e hijas, suele ser todo un problema qué panorama ofrecerles para las vacaciones. La idea es poder combinar el merecido tiempo de ocio con actividades de aprendizaje, en forma más lúdica que las que se realizan en el marco de las escuelas y liceos.
Por ello, ha sido magnífico el proyecto de Explora de, año a año, llevar adelante un campamento, en el cual niños desde 4 a 17 años, puedan acercarse al mundo de la ciencia.
La convocatoria resulta exitosa, lo cual alienta respecto de que cada vez las materias científicas y la investigación están siendo una verdadera alternativa para nuestros niños y niñas.
Sobre todo, cabe destacar el creciente número de niñas y adolescentes mujeres que, en forma, entusiasta se incorpora y se adentra en estas materias que antes se creían propias sólo para la mente de los hombres.

Elia Simeone R.

NUESTRA PORTADA

Matilde Morán, la venezolana que llegó a Última Esperanza a cambiar el rostro del casino de juegos de Puerto Natales.

PÁGINAS 8-9 **22 FORMAS DE BESAR** SEGÚN EL KAMA SUTRA

PÁGINA 21 **MOCHILAS** QUE DESTACAN TU FORMA DE SER

PÁGINA 22-23 **DESCUBRIENDO** EL MUNDO CON OJOS DE NIÑOS

Matilde Morán, gerente de Operaciones del casino de Puerto Natales

"Irrumpir en el negocio de los casinos de juego fue difícil, pues era un mundo totalmente masculino"

–ESTA VENEZOLANA reconoce que, además, llegar a la capital de Última Esperanza fue un cambio en 180 grados para su vida, que su inserción social fue dificultosa porque, inicialmente, la gente no entendía su extrovertida forma de ser y ella echaba de menos la calidez de su tierra.

"De sangre caliente, muy de piel", así se define y no hay forma de que pueda ser diferente, viniendo de las tierras cálidas. Esta venezolana irradia energía, encanto y calidez.

Es Matilde Morán (43 años) que llegó a Magallanes el 30 de noviembre de 2012 y que ha tenido a su cargo toda la campaña y la renovación del casino de Puerto Natales, de la mano del Consorcio Winmeier.

Así el nuevo nombre del que fuera el primer casino del sur de Chile y el más austral del mundo es, desde el miércoles 8 de enero, Winmeier Casino Puerto Natales, cambio que se selló justo cuando se celebraron los 21 años de su existencia en la capital de Última Esperanza. Esto fue fruto de una alianza estratégica entre Inversiones del Sur y Corporación Meier entidades que se unieron para crear el nombre de fantasía Winmeier.

Precisamente, respecto de tamaña empresa, Matilde admite: "Como mujer, incursionar en este ámbito fue difícil. Es un negocio netamente masculino y, para estar en él y sobresalir, hay que demostrar las mismas capacidades y más que las de nuestros pares".

Además, reconoce que esto tiene como agravante que en Chile la sociedad es marcadamente más machista que en otras naciones latinoamericanas.

Califica el tiempo que ha estado en Puerto Natales de "un año de mucho aprendizaje", en que, como gerente de Operaciones del casino, estuvo dedicada cien por ciento a su remodelación.

Sus comienzos

Pero, nada iba a detener a Matilde. Esta administradora de empresas ingresó al Consorcio Winmeier el 5 de agosto de 2001, en un casino de Trujillo, Perú. Inicialmente se hizo cargo de las capacitaciones del personal y estuvo ligada a esta empresa también en diversos países de Sudamérica.

Antes de llegar a Puerto Natales, también había estado trabajando para el consorcio en el norte de Chile.

"Guardo los buenos recuerdos. Es cierto que, al principio, quizás me fue difícil adaptarme porque aquí la vida se vive puertas adentro y los magallánicos son muy regionalistas. Pero, los entiendo y me parece bien que estén orgullosos de su tierra y la defiendan".

A Última Esperanza llegó con un gran desafío: cambiar el rostro de las dependencias del establecimiento que, por 21 años, estaba en manos de Inversiones del Sur.

Cómo hacer frente a la gran competencia abierta con la nueva licitación de casinos y la irrupción del Dreams de Punta Arenas. Y, como si esto ya no fuera poco, el cambio de la normativa que prohibió que la gente fumara en espacios cerrados.

Junto con tamaño desafío profesional, debió sufrir el proceso de acostumbramiento al frío de la región y también de una sociedad más encerrada y menos expresiva de las que ella provenía y estaba acostumbrada.

"Fue un cambio en 180 grados. Lo primero que me afectó fue el clima. Era verano y yo no me sacaba la parka. Y así pasó todo el año pasado. El frío fue lo único que realmente me ha afectado", indicó.

Sobre los cuestionamientos que se hacen a la industria de los casinos de juego, Matilde señala que la ciudadanía debe tener confianza en las entidades y las personas que fiscalizan.

"Hay que creer en las autoridades que nos fiscalizan como empresa. Hay porcentajes de devolución que están comprometidos en la normativa. Entonces, pienso que nadie debe dudar de que los casinos cumplen en todo con la legislación que los rige", indicó.

Los buenos recuerdos

Matilde se muestra muy dichosa de su vida. Se le dulcifica la voz cuando habla de sus dos hijos: Ariana Isabella, de 14 años y José Manuel, de 20 años.

A la hora de los balances, pone lo bueno y lo malo en la pesa y, con el característico hablar de los venezolanos, esta exuberante mujer se queda con lo positivo.

"Guardo los buenos recuerdos. Es cierto que, al principio, quizás me fue difícil adaptarme porque aquí la vida se vive puertas adentro y los magallánicos son muy regionalistas. Pero, los entiendo y me parece bien que estén orgullosos de su tierra y la defiendan. Por mi parte, tuve que adaptarme y comprender la forma de ser de la gente, porque soy de sangre caliente, muy de piel, de saludar siempre con un: 'iHola, mi amor!' y, a veces, eso era mal visto", comenta hoy con soltura.

Añade que, laboralmente, tuvo la suerte de unirse a un grupo de trabajo de excelentes profesionales y siempre positivos.

"Conocí a mucha gente buena, que me ayudó, que me apoyó cuando parecía que no podía salir adelante", reconoce esta venezolana al momento de ver que logró plenamente su cometido: la reinauguración del casino de Puerto Natales.

"Por mi parte, tuve que adaptarme y comprender la forma de ser de la gente, porque soy de sangre caliente, muy de piel, de saludar siempre con un: '¡Hola, mi amor!' y, a veces, eso era mal visto".

"Hay que creer en las autoridades que nos fiscalizan como empresa. Hay porcentajes de devolución que están comprometidos en la normativa. Entonces, pienso que nadie debe dudar de que los casinos cumplen en todo con la legislación que los rige".

El Ovejero

café & souvenir store

DECORACIÓN
EXCLUSIVA
Y HECHA
A MANO

Cafetería – Restaurant
Tienda de Souvenir
Compra de moneda extranjera
Turismo estancia y transporte

0056 – 61 – 2414952
VHF – 148.500
info@ovejeropatagonico.com www.ovejeropatagonico.com
Cerro Castillo, Torres del Payne, Patagonia Chile

En Yoga Patagom Lila

El yoga, una alternativa para pasar tus vacaciones

En Puerto Natales, Susanne Steiger, una cálida y alegre maestra de yoga tradición Sivananda, te invita a programar retiros individuales, familiares o en grupo de amigos. También ofrece esta técnica para cursos de capacitación y autoayuda para mejorar el ambiente laboral de las empresas.

Susanne Steiger es una maestra alemana de yoga tradicional o sivananda, un yoga bien auténtico; un "yoga de síntesis" que incorpora todos los grandes caminos del yoga (vea www.yogapatagomlila.com) que te ofrece la posibilidad de programar unas vacaciones diferentes para este verano.

Sí, porque lo que uno busca más al momento de dar un cese a nuestra vida laboral es descansar y qué mejor que hacerlo volviendo a reencontrarnos con nuestro ser interior y recuperar nuestra energía.

Susanne es la creadora de Yoga Patagom Lila, Academia de Yoga con un domo geodésico adentro de un bosque de ñirre para la práctica de yoga; un lugar muy verde y simplemente bello con vista al fiordo Última Esperanza. Parece lejos de la civilización, pero está a escasos kilómetros del centro de Puerto Natales. Inspira paz y simpleza. Este nombre une diversas palabras y conceptos como "Patagonia" y "OM" que es el sonido esencial del ser y "LILA", que significa juego divino en sánscrito.

Entre flores, mucho pasto verde, una cabaña de madera maravillosa que se pierde adentro de árboles, un horno de barro y tremenda vista a Puerto Natales, cerro Dorotea y glaciares, descubrimos adentro del bosquecito, un lugar de "silencio" con una pirámide de pura madera para meditaciones: un lugar apto para experimentar tranquilidad.

En el cerro encontramos un "caracol" hecho de 108 piedras para la contemplación en movimiento y una cuerda floja por allí para balancear entre nubes y tierra.

Escuchamos sonidos sagrados con cuencos tibetanos de 12 metales que la pura imaginación de disfrutar un masaje sonoral/vibracional nos relajó completamente.

"Todo lo que hacemos aquí es jugar igual como si fuéramos niños. No esperar nada a cambio y aprender a dejar de lado el concepto occidental de que hacemos algo para recibir algo. A través del yoga volvemos a conectarnos con nuestro interior y a recobrar el valor de la espontaneidad, aprendiendo a ser felices con lo que hay", explica Susanne.

Así, Yoga Patagom Lila ofrece la posibilidad de programar retiros de uno a diez días con el único propósito de que te reencuentres con tu felicidad interior. También se ha constituido en una interesante alternativa para mejorar los ambientes laborales, en que los ejecutivos y trabajadores de una empresa comparten y, a través de las prácticas de yoga, logran conocerse mejor y recuperar la armonía en los trabajos. El lugar parece realmente perfecto para esto.

Si quiere conocerlo y experimentar una clase de yoga, cada domingo a las 12 horas o miércoles a las 9 horas y 19.30 horas serán muy bienvenidos. Para todos, sin o con experiencias.

Para los masajes con cuencos tibetanos y thai o consultas de ayurveda y nutrición y yogaterapia individual se pide hora.

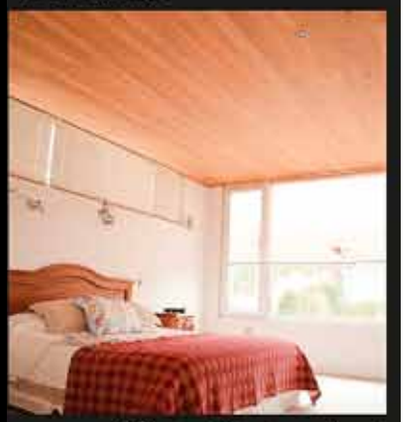
ACADEMIA DE YOGA PATAGOM LILA,
SOLO 3 KM AFUERA DE LA CIUDAD
CAMINO DUMESTRE, PARCELA 3
PUERTO NATALES, CHILE

WWW.YOGAPATAGOMLILA.COM
09-61407857
YOGAPATAGOMLILA@GMAIL.COM

CASA DE YOGA "PATAGOM"
EN EL CENTRO:
GALVARINO 345 ENTRE
BULNES Y ESMERALDA

IGNISTERRA
Lenga fine wood
by Tierra del Fuego
Arquitectura y Construcción en madera de Lenga

Puertas

Ventanas

Revestimientos

Pisos
www.ignisterra.com
Angamos 925
Tel: 61-2229846
Lunes -Sábado
10.00 a 13.00 - 15.00 a 19.30

22 formas de besar según el Kama Sutra

"YO TE ENSEÑÉ A BESAR CON BESOS MÍOS INVENTADOS POR MÍ, PARA TU BOCA", es la promesa escrita por Gabriela Mistral en uno de sus poemas que lleva precisamente por nombre Besos y es que besar es un arte y, para quienes desean perfeccionarse en aquello, aquí va un listado de los diversos tipos de besos según los describe el ancestral libro.

"Hay besos que arrebatan los sentidos", nos decía Gabriela Mistral y ya advertía la importancia de ellos Pablo Neruda: "En un beso sabrás todo lo que he callado". Así de potente y decidor resulta la unión de los labios en una pareja, si aceptamos lo dicho por nuestros dos grandes poetas chilenos y premios Nóbel de Literatura.

El beso es tan importante que desde tiempos milenarios se le ha estudiado. El Kama Sutra, por ejemplo, enumera 22 tipos de besos, sosteniendo que besar es todo un arte y que, a través de un ósculo, se expresan sentimientos, emociones y pasiones.

"El beso es el único de todos los actos en los que se utilizan los cinco sentidos al mismo tiempo: Lo cenestésico, lo auditivo – porque el sonido del beso tiene un erotismo en sí mismo –, lo gustativo, lo olfativo y lo visual, porque besar con los ojos abiertos o cerrados nos lleva a dimensiones totalmente distintas", afirma el psicólogo norteamericano David Coleman, autor del libro Inteligencia Emocional, que ha estudiado el comportamiento humano respecto al beso.

Por ello, resulta interesante conocer más sobre los besos. Según un artículo escrito por Carolina Desegni, publicado en Guideoteca, los siguientes son los 22 besos del Kama Sutra:

En un beso, se combinan tres sentidos: el gusto, el tacto y el olfato. Sin embargo, estudios norteamericanos aseguran que en un beso se involucran los cinco sentidos.

1. Beso ladeado: Cuando las cabezas de los dos se inclinan en direcciones opuestas y en esta postura se produce el beso. Las cabezas inclinadas permiten un mejor contacto de los labios y una honda penetración de la lengua.

2. Beso inclinado: Cuando uno de los dos echa la cabeza hacia atrás y el otro que lo sujeta por el mentón, lo besa. La dulzura y el afecto son las emociones principales que se transmiten con este beso.

3. Beso directo: Cuando los labios de los dos se unen directamente y se chupan como si fuera una fruta. Es un tipo de beso en que lo importante son los labios que se mordisquean y se acarician con la lengua.

4. Beso presión: Se presionan los labios fuertemente con la boca cerrada. Es un beso para iniciar la relación o para terminarla, no conviene mantenerlo durante mucho tiempo. Los dientes se clavan en la parte interior de los labios y puede salir sangre.

5. Beso superior: Cuando uno de los dos toma con sus dientes el labio superior y el otro le devuelve el beso

besándole en el labio inferior.

6. Beso broche: Cuando uno de los dos sujeta con sus labios los de su amante, se llama beso broche. Si el que realiza el beso toca con su lengua los dientes, las encías, la lengua o el paladar del otro, se llama "lucha de la lengua".

7. Beso palpitante: Cuando uno de los dos deposita sobre los labios miles de besos muy pequeños recorriendo la boca y las comisuras.

8. Beso contacto: Cuando se toca ligeramente con la lengua la boca del otro y apenas se hace contacto con los labios.

9. Beso para encender la llama: Es el beso en las comisuras de los labios para encender el amor.

10. Beso para distraer: Puede darse en las mejillas, pero según el Kama Sutra, otros lugares recomendados son: la frente, los ojos, las mejillas, la garganta, el pecho, la zona interior de la boca, la raíz del cabello, la nuca y el cuello junto a la clavícula.

11. Beso nominal: Cuando uno se limita a tocar la boca del otro, después de besarla, con dos dedos.

12. Beso con las pestañas: Cuando se recorre los labios o la cara del otro y se acarician las pestañas con besos.

13. Beso con un dedo: Cuando el amante recorre la boca de la amada por dentro y por fuera con un dedo.

14. Beso con dos dedos: Cuando el amante cierra los dedos, los moja ligeramente y presiona con ellos la boca de la amada.

15. Beso que despierta: El beso que se da en las sienes, cerca del nacimiento del pelo, cuando el otro está dormido, para despertarlo con suavidad.

16. Beso que demuestra: Suelen darse por la noche y en lugares públicos. Uno de los dos se acerca al otro y le besa suavemente en la mano o el cuello.

17. Beso del recuerdo: Se da cuando los amantes están descansando con la pasión satisfecha y uno de ellos deposita su cabeza sobre el muslo del otro y la deja caer, besándole en el muslo o en el dedo gordo del pie.

18. Beso transferido: Este beso ocurre cuando el amante, en presencia de la amada, besa a un niño que tiene sentado en su regazo o un retrato o una imagen o cualquier cosa, mirándola para que sepa que ese beso es para ella.

19. Beso lagrimoso: Se produce cuando uno de los dos echa tanto de menos al otro que, en su ausencia, besa su retrato.

20. Beso viajero: Aunque parece que los besos siempre suelen centrarse en la boca, posar los labios en otras partes del cuerpo es una forma de excitar garantizada.

21. Beso al pecho: Los besos en el pecho son los que se aplican primero con los labios, suavemente y con un poco de saliva.

22. Beso sin reloj: La idea es olvidarse de todo y concentrarse solamente en las caricias y besos que se le da a la pareja para que la experiencia sea más placentera para ambos.

Con los besos y el contacto físico, el cerebro produce endorfinas naturales contra el dolor, que otorgan una sensación general de bienestar.

Besos
De Gabriela Mistral

Hay besos que pronuncian por sí solos
la sentencia de amor condenatoria,
hay besos que se dan con la mirada
hay besos que se dan con la memoria.

Hay besos silenciosos, besos nobles
hay besos enigmáticos, sinceros
hay besos que se dan sólo las almas
hay besos por prohibidos, verdaderos.

Hay besos que calcinan y que hieren,
hay besos que arrebatan los sentidos,
hay besos misteriosos que han dejado
mil sueños errantes y perdidos.

Hay besos problemáticos que encierran
una clave que nadie ha descifrado,
hay besos que engendran la tragedia
cuántas rosas en broche han deshojado.

Hay besos perfumados, besos tibios
que palpitan en íntimos anhelos,
hay besos que en los labios dejan huellas
como un campo de sol entre dos hielos.

Hay besos que parecen azucenas
por sublimes, ingenuos y por puros,
hay besos traicioneros y cobardes,
hay besos maldecidos y perjuros.

Judas besa a Jesús y deja impresa
en su rostro de Dios, la felonía,
mientras la Magdalena con sus besos
fortifica piadosa su agonía.

Desde entonces en los besos palpita
el amor, la traición y los dolores,
en las bodas humanas se parecen
a la brisa que juega con las flores.

Hay besos que producen desvaríos
de amorosa pasión ardiente y loca,
tú los conoces bien son besos míos
inventados por mí, para tu boca.

Besos de llama que en rastro impreso
llevan los surcos de un amor vedado,
besos de tempestad, salvajes besos
que sólo nuestros labios han probado.

¿Te acuerdas del primero...? Indefinible;
cubrió tu faz de cárdenos sonrojos
y en los espasmos de emoción terrible,
llenáronse de lágrimas tus ojos.

¿Te acuerdas que una tarde en loco exceso
te vi celoso imaginando agravios,
te suspendí en mis brazos... vibró un beso,
y qué viste después...? Sangre en mis labios.

Yo te enseñé a besar: los besos fríos
son de impasible corazón de roca,
yo te enseñé a besar con besos míos
inventados por mí, para tu boca.

Variedad de artesanía en lana

Miriam Parra

ARTESANÍA FINA

BULNES # 555 - PUERTO NATALES - FONO (61) 241 2780

Una agüita de hierba

Sabemos que el agua hace bien, y que debemos consumir como mínimo 2 litros al día, pero si la hervimos junto a ciertas hierbas, hojas y raíces, podemos además terminar con hinchazones y dolencias específicas. Aprovecha estos días de calor y benefíciate de los efectos de las infusiones medicinales.

Por Fernanda Saldivia Salazar
facebook.com/pages/Amatista

Jengibre. Un gran poder antioxidante es lo que ostenta esta raíz. Asimismo, su gran aporte de selenio ayuda a levantar el sistema inmunológico y reenergiza. Hierve 3 rodajas en una taza de agua durante 10 minutos, y luego sirve endulzado con miel y limón.

Boldo. Además de ser estimulante de la digestión, también ayuda a la eliminación del ácido úrico, por lo que favorece a la eliminación de cálculos. Una agüita de boldo también ayuda a disminuir los dolores reumáticos y dentales. Hierve un gramo de hojas secas por taza de agua, durante 15 minutos.

Canelo. Las hojas de este árbol endémico son buenas desinfectantes, lo que las hace ser efectivas como tónico estomacal. Ayuda a evitar los trastornos circulatorios y reumatismo. Agrega 1 taza de agua hirviendo sobre una hoja de canelo y deja reposar por 5 minutos.

Orégano. Especial para los días de la regla, ya que facilita la menstruación y alivia los dolores de la misma. Posee 30 concentrados con propiedades antioxidantes, destacando el timol, que es un gran aliado en los tratamientos contra el cáncer. Agrega 1 taza de agua hirviendo por cucharadita de orégano, y deja reposar por 5 minutos.

Matico. Las hojas de este arbusto son excelentes para combatir las úlceras digestivas y otras heridas internas. Es un buen digestivo. Agrega 1 taza de agua hirviendo sobre una hoja picada. Deja reposar 5 minutos.

Romero. Alivia las bajas de ánimo que vienen con la menopausia. Es un muy buen diurético. Asimismo, su alto contenido en hierro lo hace muy beneficioso para los cuadros de anemia. Agrega 1 taza de agua hirviendo sobre una cucharadita de hojas. Deja reposar por 5 minutos.

Tilo. Si sufres de jaquecas, una agüita de tilo puede ser de gran ayuda, ya que es un eficiente vasodilatador. Ayuda también a reducir la presión arterial y los espasmos gastrointestinales. Agrega a 1 taza de agua hirviendo 2 cucharaditas de flores de tilo. Deja reposar 5 minutos.

Lavanda. El insomnio y el estrés se combaten eficazmente con esta aromática planta gracias a su gran poder sedante. Reduce también la presión arterial. Hierve una cucharadita de flores secas por taza de agua, durante 15 minutos.

Enebro. Los frutos de este árbol –considerado sagrado en Babilonia– se caracterizan por ser potentes diuréticos. Se utilizan para limpiar los riñones. Es también un muy buen analgésico. Hierve 6 gramos de sus bayas por taza de agua, durante 15 minutos.

Rosa Mosqueta. Muy buena para nutrir nuestra piel por dentro, esta planta chilena es muy rica en vitamina C. También es ideal para subir el ánimo, por lo que es utilizada en cuadros depresivos. El sistema inmunológico también se ve favorecido con su ingestión diaria. Agrega 1 taza de agua hirviendo sobre una cucharadita de hojas. Deja reposar por 5 minutos.

Aloe. Este cactus tan común en nuestro país destaca por el efecto depurador de toxinas de sus hojas. Asimismo, su carne repara células y tejidos interiores, tal como lo hace su aplicación tópica. Mezcla ¼ de una hoja grande de aloe con 1 taza de jugo de zanahoria o naranja, y bebe como jugo.

Salvia. Buena reguladora del ciclo menstrual. También destaca su poder para reducir las contracciones uterinas que se producen en esos días. Sus infusiones disminuyen los problemas de la sudoración excesiva. Hierve una cucharadita de salvia por taza de agua durante 15 minutos.

Perejil. Para el corazón sirve esta hierba, tan usada en las comidas y ensaladas. Su consumo ayuda a fortalecer los músculos del corazón, además de regular el sistema nervioso. Hierve 1 ramita por taza de agua durante 10 minutos.

Diente de León. Crece como maleza, y es ideal para acabar con la hinchazón del cuerpo, eliminando los líquidos retenidos. Por ende, se alza como un buen depurativo del hígado. Hierve 3 hojas por taza de agua durante 10 minutos.

SPORTLIFE

LÍDER DEL MERCADO FITNESS EN MAGALLANES

Somos una empresa con una vasta experiencia en implementación, administración y asesoría de gimnasios en Chile, liderando el mercado del Fitness a nivel nacional.

Fuimos pioneros con la apertura del primer gimnasio SPORTLIFE en 1993, en Las Condes, Santiago.

La infraestructura, alta tecnología en equipamiento y excelencia en el servicio, revolucionaron el mercado y marcaron la pauta en cuanto a los estándares de operación que prevalecen hoy en la industria.

Luego de varios años, hemos logrado ser la cadena de gimnasios con mayor crecimiento en el país con 42 gimnasios en Chile.

Nuestra sucursal en Punta Arenas cuenta con 1.200 metros cuadrados de construcción, tres salas de clases, zona cardiovascular, zona de peso libre y variable. Tenemos profesores altamente calificados en planes de entrenamiento que te aseguran que en Sportlife lograrás tus objetivos.

Sportlife piensa en la mujer y su familia y, por eso, ofrece el servicios guardería, donde tus hijos podrán esperar seguros y entretenidos.

Además las instalaciones ofrecen camarines, duchas, lockers, estacionamiento techado, acceso libre al gimnasio y a todas las clases que se imparten en él.

SPORTLIFE®

@SportlifeChile @SportlifeChile /gimnasios.sportlife

te cambia la vida! 20 años

Cómo mantener la sonrisa

EL MÉDICO CIRUJANO MAURICIO VARGAS ZEC ENTREGA CONSEJOS, planteando que "una sonrisa perfecta es tan importante como quitarse de encima las arrugas y ayuda a mantener una apariencia más joven".

MAURICIO VARGAS ZEC
CIRUJANO MÁXILO FACIAL
MVARGAS@DRMVARGASZ.CL

Encuestas recientes han demostrado que las 4 primeras cosas en que nos fijamos al conocer a alguien son: los ojos, el pelo, la contextura física y la sonrisa, siendo ésta la que ocupa el primer lugar. De hecho, los estudios comprueban que se puede ser muy flaco o muy gordo, muy alto o muy bajo, pero si la sonrisa se ve bien, es armónica con el resto del rostro y bien cuidada, el resultado será siempre positivo: una gran sonrisa muestra auto confianza, amabilidad y cordialidad que será notada por los otros. A su vez, dientes oscurecidos o teñidos hacen ver a las personas como de mayor edad.

Algunos consejos:

1. Evite malos hábitos que pueden envejecer su sonrisa, como fumar, introducirse escarbadientes y morder hielo. Se considera que el cigarrillo es el agente más dañino e injurioso para los dientes, causando tinciones y quemaduras – y esto sin considerar siquiera el severo daño que causa a la salud general.

2. Cepíllese los dientes frecuentemente, después de cada comida y en especial luego de injerir carbohidratos y bebidas azucaradas.

3. Protéjase del Bruxismo (rechinamiento de dientes), con el adecuado tratamiento y usando planos oclusales que protejan los bordes y ángulos de sus dientes; además recuerde que las fuerzas "no-funcionales" del rechinamiento causan también desgastes y cambios de posición de los dientes.

4. Reemplace los dientes perdidos, para evitar la pérdida de altura en la mordida.

5. Si no puede cepillarse los dientes después de tomar café o vino tinto, al menos enjuáguese con agua para diluir las partículas que causan tinciones.

6. Evite chupar y morder limones u otras frutas altamente ácidas, porque causan graves erosiones en los dientes, dañando el esmalte y debilitándolo.

7. Realice dentro de lo posible, un cuidado profesional de los dientes, para evitar las manchas y decoloraciones.

8. Cuide sus labios, manteniéndolos siempre humectados y protegidos de la radiación UV.

9. Use cepillos dentales blandos y reemplácelos frecuentemente. Use seda dental, además; cuidará sus dientes y protegerá con ello sus encías.

Estos consejos le ayudarán a mantener su sonrisa. Ya sabemos que una sonrisa perfecta es tan importante como quitarse de encima las arrugas y ayuda a mantener una apariencia más joven.

"Evite malos hábitos que pueden envejecer su sonrisa, como fumar, introducirse escarbadientes y morder hielo. Se considera que el cigarrillo es el agente más dañino e injurioso para los dientes, causando tinciones y quemaduras – y esto sin considerar siquiera el severo daño que causa a la salud general"

DR. MAURICIO VARGAS ZEC

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

mvargas@drmvargasz.cl

Consulta
Rómulo Correa 684
Teléfono (61) 2214010
Punta Arenas

Consulta
Blanco Encalada 941
Celular 77385727
Puerto Natales

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

BÄUER SPA & BEAUTY CENTER

BÄUER

Un lugar pensado en ti....

Disfruta de nuestras nuevas promociones

Tratamiento de laserlipólisis
8 sesiones de láser en 2 zonas a elección
8 sesiones de presoterapia
8 sesiones de ondas rusas $ 199.900

Solarium 20 sesiones $25.000

Depilación láser IPL
8 sesiones de rostro+axila
$ 150.000

Alisado de queratina
Alfaparf dura 3 meses $50.000 cabello medio

Botox capilar reconstrucción
total en cabellos muy dañados desde $30.000

Chiloé 930 Reservas 2244282
Búscanos en Facebook Spa Bauer
tenemos muchas ofertas para Ti...

Informe de Naciones Unidas

Mujeres de América Latina necesitan más y mejores empleos

MARISOL ÁGUILA BETTANCOURT
PERIODISTA
CORPORACIÓN HUMANAS
CENTRO REGIONAL DE DERECHOS HUMANOS Y JUSTICIA DE GÉNERO

A pesar de la masiva incorporación femenina a la fuerza de trabajo en las últimas décadas, persisten las brechas de género y el trabajo precario sigue siendo principalmente femenino.

El empleo y las condiciones de vida de las mujeres son dos variables fundamentales para avanzar hacia un desarrollo equitativo y sostenible en América Latina y el Caribe.

Así plantea el Informe Regional sobre Trabajo Decente e Igualdad de Género: "Políticas para mejorar el acceso y calidad del empleo de las mujeres en América Latina y El Caribe", que presenta un diagnóstico sobre el trabajo de las mujeres y un conjunto de recomendaciones sobre políticas que promuevan la equidad de género en el empleo.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT), ONU Mujeres, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), la Comisión Económica para América Latina y El Caribe (CEPAL) y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) sostienen en su informe que la superación de las brechas entre hombres y mujeres -potenciadas por las desigualdades raciales y étnicas- requiere el desarrollo de políticas de empleo que permitan avanzar hacia la autonomía económica de las mujeres y la igualdad de género.

El informe además señala que estas desigualdades son consecuencia directa de las perspectivas tradicionales sobre el lugar y el papel que deben ocupar las mujeres en la sociedad, basadas en prejuicios y discriminaciones. A esto se suma la inequitativa distribución de los tiempos de trabajo no remunerado - para el cuidado de la familia - y la persistencia de estereotipos que se expresan en desiguales patrones de empleo.

Persistencia de las brechas

Durante las últimas décadas, América Latina experimentó una masiva incorporación femenina a la fuerza de trabajo. Así, a pesar de que la tasa de participación laboral de las mujeres subió de 49,2% en 2000 a 52,6% en 2010, ésta continúa siendo inferior que la de los hombres.

En cuanto al desempleo, en las mujeres la tasa es de 9,1%, 1.4 veces la de los hombres, sumado a que ellas enfrentan mayores niveles de precariedad laboral y tienen menos probabilidades de trabajar como asalariadas que los hombres (60,7% y 68,5%, respectivamente).

Un problema estructural

El informe sostiene que la desigualdad social y de género en la región es un problema estructural estrechamente ligado a los patrones de inserción laboral y la calidad de los empleos, que exige de la intervención de políticas públicas, con medidas de corto, mediano y largo plazo.

Agrega que la región todavía carece de políticas públicas de empleo bien estructuradas y con una perspectiva estratégica, donde se incluya la generación de empleos de calidad y la no discriminación de género.

Por este motivo, las Agencias proponen un conjunto de recomendaciones que buscan apoyar a los gobiernos, organizaciones de trabajadores y de empleadores, además de los movimientos de mujeres en la construcción de políticas para abordar la desigualdad de género en el mundo del trabajo y contribuir al diálogo social para la mejora tanto en el acceso como en la calidad del empleo.

the kids fashion's
Las mejores tenidas para el verano
LOCAL 25 MÓDULO CENTRAL ZONA FRANCA – FACEBOOK/THEKIDSFASHIONS – FONO 2238216

Patio Betsahur, Scandal y Panama Jack Store premiaron a clienta

La feliz ganadora de una Gift Card Navideña con $150.000 fue la señora Isabel Díaz Barría

Sorteo realizado el pasado 6 de enero.

DR. L. FRANCISCO MUÑOZ GALLEGOS

ESPECIALIDAD EN NEUROCIRUGÍA
UNIVERSIDAD DE CHILE.

MICRONEUROCIRUGÍA Y ENFERMEDADES CEREBROVASCULARES
SUBESPECIALIDAD EN HELSINKI UNIVERSITY CENTRAL HOSPITAL - FINLANDIA

Tratamiento quirúrgico de tumores cerebrales y de columna, aneurismas cerebrales, malformaciones arteriovenosas y otras.

CONSULTA: INSTITUTO MÉDICO SARMIENTO
TELÉFONOS: 2248862–2223421

RAYOS UV, ¡CUIDADO CON LOS EFECTOS NOCIVOS PARA LA PIEL!

La doctora Carmen Sandoval nos previene que el daño de una sobreexposición es gradual y nos insta a aprender a convivir con los rayos solares.

Son varios los problemas de salud que puede acarrear la sobreexposición a la radiación UV, como cáncer de piel (melanoma y no melanoma), envejecimiento prematuro de la piel y otros problemas cutáneos, cataratas y otras lesiones oculares, e inhibición del sistema inmunitario.

La exposición crónica al sol provoca el envejecimiento prematuro de la piel, que con el paso del tiempo se arruga, aumenta en espesor o se torna áspera. Como este daño se produce gradualmente y, por lo general, se manifiesta años después del período de mayor exposición al sol de la persona, el envejecimiento prematuro se suele considerar como un hecho inevitable, como parte del proceso normal de envejecimiento. Sin embargo, la adecuada protección contra la radiación UV puede evitar el envejecimiento prematuro en gran medida.

Desde que nacemos nuestra piel se halla expuesta a los efectos beneficiosos y nocivos de la radiación solar. En términos de salud, los efectos perjudiciales son muy superiores a los beneficiosos. Por este motivo, hay que aprender a convivir con el sol y a minimizar sus efectos negativos.

Cáncer de piel (melanoma y no melanoma), envejecimiento prematuro de la piel y otros problemas cutáneos, cataratas y otras lesiones oculares, e inhibición del sistema inmunitario son parte de los daños que puede producir una sobreexposición a los rayos solares.

WELLNESS CENTER
PLANET
ESTÉTICA

Por un verano espectacular

- Tratamientos Personalizados con los mejores profesionales
- Tecnología de Punta y Ambiente exclusivo
- 8 sesiones incluye gimnasio y Pauta de Alimentación, consulta por el tuyo
- Depilación Láser damas y varones
- Depilación tradicional todos los estilos

NUEVA TECNOLOGíA

PerfectShape
The Original Redux System

Es el más novedoso tratamiento para la reducción de medidas instantáneamente, sin ejercicios agotadores, sin dietas traumáticas, sin dolor y sin cirugía.

PIERDA DESDE **4** CM.

MÍNIMO EN UNA SESIÓN, SOBRE LA GRASA LOCALIZADA Y CELULITIS, CON EXCELENTES RESULTADOS.

Kuzma Slavic 784-A
Fono: 2230452
spa@planetgim.cl
gimnasioplanet@gmail.com

Ven a vernos y no te arrepentirás

Una nueva era en el cuidado de la piel

Los laboratorios están ofreciendo productos con ácido hialurónico y el ácido gamma-amino butírico, que han tenido un comprobado efecto rejuvenecedor del rostro.

Al parecer el reinado del botox se encuentra en retirada y no tan sólo por el temor que en muchos provocan las agujas, también influye el alto costo del tratamiento que debe repetirse al menos cada 6 meses y por otra parte a la incertidumbre por las posibles secuelas, las que aún se desconocen.

Cada día son más las actrices que se rebelan contra esta moda apostando para rejuvenecer a otras técnicas más duraderas y seguras que no pasan por estirar la piel o quedar como una máscara.

Es así como, por ejemplo, a comienzos de 2012 se informó que las actrices Helen Mirren, Emma Thompson y Jennifer Aniston estaban depositando toda su confianza en un nuevo producto que se había lanzado en el mercado inglés. Llamado "Serum Swisscode Hyaluron" -en Chile se comercializa a través de la tienda Blubag- es un elemento que promete revertir las señales del envejecimiento y dejar a la persona con una apariencia cinco años menor.

Por esos días el periódico Daily Mail en su página web informaba que luego que las actrices hablaran de su uso, el producto se agotó en todas las tiendas en menos de 48 horas.

Es que este serum de procedencia suiza contiene ácido hialurónico, el cual es responsable de mantener la humedad en la piel, evitando la pérdida de agua, por lo que resulta ser único y reduce las arrugas visiblemente, lo que contribuye a tener una piel más fresca y más joven.

Otro ingrediente que también ha demostrado ser eficaz es Gaba, nombre abreviado del ácido gamma-amino butírico, cuyo mérito consiste en que se encarga de relajar los músculos de la cara. Nuestro organismo lo contiene en forma natural, pero también se produce sintéticamente y es usado en muchos productos cosméticos antiarrugas. Es ideal para atenuar las arrugas y la piel suelta, principalmente en la zona de la boca, la frente y las mejillas.

Por su parte, la empresa belga STX-Med, ha puesto a disposición del público el innovador Safetox® Beauty, un aparato electrónico que actúa sobre el origen de las arrugas, es decir, en el plano muscular. Esta máquina se puede emplear en casa, no requiere preparación ni es complicada de usar. Es suficiente emplearla durante 5 minutos cada día por varias semanas, lo que resulta suficiente para recuperar la tonicidad muscular viéndose más juvenil. Además, promete disminuir las arrugas e iluminar su aspecto facial.

Por último, no olvide lo que señaló un día el alemán Albert Schweitzer, médico, teólogo y premio Nóbel de la Paz 1952: "Los años arrugan la piel, pero renunciar al entusiasmo arruga el alma".

Hay otra alternativa natural que solamente requiere de paciencia y constancia. Se trata de la gimnasia facial, que consiste en realizar diariamente ejercicios con el rostro, que nos permitirán mantener tersa la piel durante un tiempo más prolongado. Además, como estos movimientos son relajantes, nos ayudan de paso a evitar el estrés provocado por la actividad diaria. Si no sabe cómo hacerlo, en youtube puede encontrar varios tutoriales. A modo de ejemplo le dejamos las siguientes direcciones:

http://www.youtube.com/watch?v=To2usaoGvtU
http://www.youtube.com/watch?v=_WZEsZQxzGA

Daniela Martínez-Conde Zenteno

Mochilas que destacan tu forma de ser

– Con su enorme talento, esta joven magallánica ha hecho de estas carteras deportivas un accesorio entretenido y con mucho estilo.

Color, diseño, diversas texturas, variadas telas y todo cuanto puedas imaginar... Eso es lo que ofrece y promete Daniela Martínez-Conde Zenteno y su taller de confección de ropa y mochilas a pedido.

Ella es la propietaria de la marca Gritalinica mochilas, a la cual se puede acceder a través de facebook.com/gritalinica.gritalinica.

"Las mochilas empezaron por querer hacer algo distinto y novedoso. Es algo que siempre está en el comercio, pero siempre son los mismos modelos y diseños. Entonces, la idea es que sean diseños únicos y con estilo", destaca esta estudiante de diseño y vestuario.

Daniela le da así a sus clientes la oportunidad de elegir las telas que tiene en los muestrarios o que, entregándole una idea, ella confeccione una mochila con materiales y diseños que se pidan, sobre la base de un cierto número de modelos que ella ofrece.

Pero, esta artista de la confección no sólo disfruta creando mochilas, sino también accesorios y vestuario.

"Es algo que me gusta mucho desde hace ya harto tiempo. Lo bueno de crear esto es que siempre está funcionando la imaginación y la creatividad", remarca.

Dependiendo de las complejidades de cada mochila, el confeccionar una le lleva medio a un día. "Aunque también depende de los pedidos que me hagan, ya que cuando tengo que entregar más mochilas en el día debo hacer más. Igual depende mucho de los diseños de mochilas que me hayan pedido", señala.

Los precios varían entre los $5.000 a los $20.000, dependiendo del diseño confeccionado.

FOTOGRAFÍAS ANDREA BARRÍA

Descubriendo el mundo con ojos de niños

Abrir los ojos al microcosmos fue una de las aventuras que experimentaron los pequeños exploradores.

Más de 440 niños participaron en el Campamento Explora 2014. Desde el lunes 6 al sábado 11 de enero, se desarrolló esta actividad que cuenta con el financiamiento de Conicyt y que se desarrolló en dependencias de la Universidad de Magallanes.

Los monitores acercaron a los niños de entre 4 a 17 años al mundo de la ciencia y la investigación, a través de trabajos en laboratorios, aprendizaje en terreno y acciones ecológicas.

Todo concluyó con una gran cicletada familiar el sábado pasado.

La doctora en ciencias Gloria Sánchez guía la observación con los microscopios en un laboratorio de la Umag.

Uno de los niños que integra el taller "Bajo la ola" conoce distintas especies marinas.

El campamento incluyó diversas actividades al aire libre, como una forma de poner en práctica los conocimientos entregados en aula.

Las clases se efectuaron en las aulas de la Universidad de Magallanes, donde fue crucial la labor educativa que desarrollaron los monitores.

Los niños participaron de la limpieza del Humedal Tres Puentes, como una forma de fomentar en ellos la conciencia ecológica y el cuidado del medio ambiente.

Estancia Los Manantiales

EL LUGAR PERFECTO PARA UN MARAVILLOSO E INOLVIDABLE DÍA DE CAMPO

THE PERFECT PLACE FOR A WONDERFUL AND UNFORGETTABLE COUNTRY DAY

Fundada en 1977, se ha convertido en un lugar ideal para revivir las tradiciones de la Patagonia.

Founded in 1977, *it's become in an ideal place to revival Patagonian traditions.*

En días ajetreados, ¿quién no ha soñado con tomar un respiro, parar y poder levantar la mirada y llenar los ojos de hermosura?

¿Quién no ha querido experimentar la magia de la vida de campo, que une paisajes maravillosos con el solaz de un ritmo más cansino, pero donde todo trabajo tiene su propósito y nos contacta de nuevo con la naturaleza?

Estancia Los Manantiales es el sitio ideal para aquello. Está ubicada a sólo 70 kilómetros de Puerto Natales, dentro de la comuna de Torres del Payne, en la región de Magallanes y Antártica Chilena.

Nos recibe la belleza patagónica en todo su esplendor y la sencillez de la arquitectura de las tradicionales estancias magallánicas.

El olor a pasto, los infinitos colores de la naturaleza y el rumor de los animales nos dan la bienvenida.

Quincho

Los Manantiales dispone de un quincho con capacidad para 25 personas, que ofrece desayunos y onces campestres (leche fresca, huevos revueltos, mermeladas caseras, pan amasado, queso de campo, etc.). También ofrece un servicio de almuerzo consistente en un delicioso asado de cordero al palo, típico de nuestra región con su respectivo acompañamiento de papas naturales y ensaladas.

Esto se complementa con un menú vegetariano para aquellos visitantes que lo requieran.

Steak restaurant

Los Manantiales has a steak restaurant with a capacity of 25 people, specially arranged for country breakfasts and tea (fresh milk, scrambled eggs, home-made jams, home-made bread, country cheese, etc.) like the lunch service: a delicious typical regional stick roasted lamb served with natural potatoes and salads.

It also has a vegetarian menu if a visitor requires it, since its aim is to fulfill all our visitors' needs.

Cabalgatas

Las cabalgatas están pensadas para que el visitante disfrute de la naturaleza de nuestra Patagonia. Los Manantiales ofrece cabalgatas en los campos de verano e invierno. En este último, se puede llegar hasta divisar el imponente Lago Toro y, durante el trayecto, se puede avistar ovejas que en determinadas fechas se encuentran acompañadas de sus crías, así como también la fauna existente en el sector (zorros, chingues, ñandúes, cóndores, guanacos, etc.) Además, podrán participar del tradicional arreo de ovejas con perros.

Dichas cabalgatas son realizadas con caballos, aperos adecuados y tomando todas las medidas de seguridad correspondientes, para brindar un mejor servicio al visitante.

Rides

Rides are planned for visitors to enjoy the nature in our Patagonia. Los Manantiales offers rides on summer and winter countryside. On the latter, it is possible to enjoy the imposing Lago Toro and, on the way, you can watch sheep that, at certain times, are accompanied by its litter, and the place's fauna (foxes, skunks, ostriches, guanacos, etc.). You may also be part of traditional sheep roundup with dogs.

These rides are made with horses with appropriated harnesses and all the safety measures needed to give the best service to the visitor.

Trabajo de campo

Los Manantiales muestra a los visitantes el trabajo más típico de la ganadería ovina, como lo es la esquila de las ovejas en los galpones de la estancia, los cuales están equipados con las herramientas necesarias para desarrollar dicha faena.

También podrán disfrutar del trabajo de los perros ovejeros en el campo, en donde estarán acompañados del administrador de la estancia, el cual tiene vasta experiencia en el trabajo del campo.

Podrán compartir la experiencia de los ovejeros que trabajan en la estancia.

Farm work

Los Manantiales shows the most typical sheep work, the shearing in the farm sheds, equipped with the necessary tools for the job. It's also possible to watch the job of the sheepdogs, accompanied by the farm administrator, who has a big experience in country work.

It's also possible to share the experience of the shepherds of the farm.

Servicios

En agroturismo Los Manantiales tienen un gran cariño por los caballos y el rodeo chileno. Poseen un criadero de caballos criollos chilenos así como también sus jinetes participan de lo que es este maravilloso deporte nacional.

Durante la visita, el turista podrá observar una pequeña demostración de este deporte, al conocer algunos de los caballos y ver el adiestramiento que se les da.

Las vacas lecheras son otro de los atractivos. Los visitantes podrán participar en la rutina diaria de ordeñar y obtener leche fresca.

Services

On Los Manantiales, you can admire horses and chilean rodeo, the nacional sport. It has a chilean native horses breeding and its riders take part in this wonderful sport. Visitors can observe horses and the training given to them.

Los Manantiales has dairy cows so visitors may take part in a milking routine if they wish.

En sintonía con el nuevo puente de calle Magallanes

Estilos rústicos y originales para ambientar su hogar

Muebles Capricornio

Tradición en Punta Arenas

MAGALLANES 731 FONO 2710486 PUNTA ARENAS

REINAUGURACIÓN DEL CASINO DE JUEGOS DE PUERTO NATALES

De izquierda a derecha, Luis Fuentealba, Matilde Marán, Cristian Ortega y Rodrigo González.

El miércoles 8 de enero pasado, se reinauguró el casino de juegos de Puerto Natales. Bajo el nombre de Win Meier, el recinto espera ofrecer un mejor servicio a todos los habitantes de la zona.

La ceremonia oficial se realizó justo cuando dicho casino celebró sus 21 años de existencia, teniendo en sus registros el haber sido entonces el recinto de juegos de azar más austral del mundo y hasta hace sólo cuatro años el único en el sur de Chile.

Para este relanzamiento, llegaron a la zona los altos ejecutivos de Inversiones del Sur y de Consorcio Win Meier.

Para la gran celebración, también se contó con la presencia de la show woman Marlén Olivarí y se sorteó un televisor plasma de 50 pulgadas entre los invitados y el público asistente.

María Pía Yovanovic y Carlos Osbén.

Heriberto "Beto" Guerrero y Juan Ponce (a la derecha) fueron los funcionarios a quienes se les reconoció sus 21 años en el casino.

Alejandro Sharp, Sady Galindo, Laura Soto y Carlos Vidal.

Luis Fuentealba y María José Guedet.

La confianza de las autoridades comunales de la época valoró el gerente general Carlos Osbén, tras recordar que la operación del casino comenzó en 1993 y que, con orgullo, se instaló en Puerto Natales que no era la capital regional.

Uvex Zucca, Matilde Marán, Patricia Inostroza y Eduardo Hernández.

Ema Pérez, Víctor Reyes, Angelina Fariñas.

Mirtana Uribe, Alvarito Ortega, Isabel Pérez, Ersira Alarcón, Elisa Pérez e Ivana Pérez.

El nuevo capitán de puerto de Puerto Natales, Cristián Ortega Valdivia junto a Elia Simeone (a la izquierda) y Claudia Barría.

Mario Armijo (a la izquierda) y Tolentino Soto Ríos.

Marlén Olivarí fue la estrella de la noche y agradó a todo el público por su simpatía y belleza indiscutible. Además, se fotografió con casi todos los invitados a esta gran celebración.

De izquierda a derecha, Raimundo Brzovic, Claudia Barría, Elia Simeone, y Maximiliano Vergara.

De izquierda a derecha, Tolentino Soto, Gastón López y Mario Margoni.

Antonieta Oyarzo, Eladio Latorre y Herminio Fernández.

Splendid

PELUQUERÍA Y ESTÉTICA

Peluquería para varones, damas y niños. Completo centro de depilación. Servicios de pedicure y manicure. Servicio integral de cosmetología

JOSÉ MENENDEZ 507,
TELÉFONO 2248500
PUNTA ARENAS

WWW.SALONSPLENDID.CL

CLÍNICA CROACIA
CENTRO MÉDICO DENTAL

ACCEDE A NUESTRO NUEVO CONVENIO

Todos los niños y jóvenes asegurados entre 12 y 18 años que accedan a libre elección, pueden optar a los PAD dentales para tratarse las caries o más piezas dentales y someterse a tratamiento de conducto si es necesario. Presupuesto sin costo para usuarios Fonasa.

¿Cómo se Accede a los PAD Dentales?

- El asegurado debe elegir Clínica Croacia como centro de Salud Dental en convenio donde se atenderá.
- La primera atención dental incluye la evaluación visual bucal y la confirmación de la presencia de al menos 1 caries, iniciándose el tratamiento con la indicación del dentista de compra del PAD Dental de obturación en cualquier sucursal de Fonasa. Complementariamente solicitará una radiografía Bite Wing para confirmar cuántas piezas dentales están afectadas por caries. En caso de confirmarse la presencia de caries en más de 1 pieza dental y hasta 4, el dentista solicitará adicionalmente comprar el PAD Dental de continuación de tratamiento.
- En la evaluación anterior podrá detectarse la necesidad de tratamiento de conducto, en donde el dentista otorgará una orden de compra de PAD correspondiente según piezas afectadas.

Clínica Croacia cuenta con especialidad de Endodoncia por lo que los asegurados podrán adquirir cualquiera de los 6 PAD que Fonasa ha puesto a su disposición.
Es importante que todos los asegurados sepan que nuestra Clínica cuenta con la mejor y última tecnología de Sud América, con un staff de profesionales con especialidades en todas las áreas del más alto nivel a disposición de sus pacientes.
Si el asegurado posee alguna patología que este programa no cubre, podrá acceder a su tratamiento con los mismos profesionales del Centro.

Los PAD que FONASA pone a disposición de todos sus asegurados son:

PAD Obturación

1 PAD OBTURACIÓN "DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO PARA 1 PIEZA DENTAL"

Este PAD considera el examen de salud oral, radiografía Bite Wing (es una foto de las piezas dentales para ver si existen caries entre ellas), educación y control de higiene oral (técnicas de cepillado), destartraje supragingival, higiene bucal (limpieza de los dientes sacando el sarro acumulado en ellos) y la obturación de 1 pieza dental (tapadura de una caries).

2 PAD OBTURACIÓN "TRATAMIENTO COMPLEMENTARIO, MÁS DE 1 Y HASTA 4 PIEZAS DENTALES"

Este PAD considera educación y control de higiene oral y la obturación de 1 o más piezas dentales (máximo 4 piezas) o el tratamiento mínimamente invasivo para las caries incipientes, en donde se aplicará técnica de cepillado para usar correctamente el cepillo e Hilo dental, tapando además pequeñas caries y aplicando sellantes para la protección de las piezas dentales.

3 PAD OBTURACIÓN "TRATAMIENTO COMPLEMENTARIO, MÁS 4 PIEZAS DENTALES"

Este PAD considera educación y control de higiene oral y la obturación de más de 4 piezas dentales o el tratamiento mínimamente invasivo para las caries incipientes, en donde se aplicará técnica de cepillado para usar correctamente el cepillo e Hilo dental, tapando además pequeñas caries y aplicando sellantes para la protección de las piezas dentales.

PAD Endodoncia

4 PAD TRATAMIENTO DE ENDODONCIA "INCISIVO O CANINO, 1 PIEZA DENTAL"

Este PAD considera el examen de salud oral, radiografía retroalveolar (foto a la pieza que se va a tratar), una endodoncia en cualquiera de los incisivos o caninos y la obturación (la endodoncia o tratamiento de conducto es el proceso de sacar el nervio del diente afectado, desinfectarlo y luego rellenar la raíz con un material especial, después de esto se procede a realizar la tapadura). Se considera en este PAD sólo dientes delanteros y puede ser efectuado por Odontólogo General.

5 PAD TRATAMIENTO DE ENDODONCIA "PREMOLAR, 1 PIEZA DENTAL"

Este PAD considera el examen de salud oral, radiografía retroalveolar (foto a la pieza que se va a tratar), una endodoncia en cualquier premolar y la obturación (la endodoncia o tratamiento de conducto es el proceso de sacar el nervio del diente afectado, desinfectarlo y luego rellenar la raíz con un material especial, depués de esto se procede a realizar la tapadura). Se considera en este PAD sólo premolares y puede ser efectuado por Odontólogo General.

6 PAD TRATAMIENTO DE ENDODONCIA "MOLAR, 1 PIEZA DENTAL"

Este PAD considera el examen de salud oral, radiografía retroalveolar (foto a la pieza que se va a tratar), una endodoncia en cualquier molar y la obturación (La endodoncia o tratamiento de conducto es el proceso de sacar el nervio del diente afectado, desinfectarlo y luego rellenar la raíz con un material especial, después de esto se procede a realizar la tapadura). Se considera en este PAD sólo molares y debe ser realizado por profesional con especialidad de endodoncia.

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a viernes 09:00 a 21:00 hrs.
Sábados 10:00 a 18:00 hrs.

DIRECCIÓN

Sarmiento 1071

FONO

2241724

"M y C"

Fashion Boutique

El espacio donde encontrarás *tu estilo*

VESTIDOS DE GALA LARGOS Y CORTOS - POLERAS - TRANSPARENCIAS - POLERONES - SWEATERS

PANTALONES - CALZAS - BOMBACHAS - ZAPATOS - ANILLOS - PULSERAS - COLLARES - Y MUCHO MÁS

ANGAMOS 597 ESQUINA CHILOÉ - 89972299

PASQUENELLI@GMAIL.COM FACEBOOK/graciela.c.miranda