PATAGONIA
Fem
Edición N°19 / viernes 31 de enero de 2014

PAULINA VILLARROEL: "SIEMPRE FUE MI SUEÑO CONOCER ITALIA"

ACEITE DE CHÍA, UN REMEDIO NATURAL CONTRA LA ARTRITIS

LANAATTACK, LAS GUERRILLERAS DE LA LANA SE TOMARON PUNTA ARENAS

4 AÑOS TOMA PROBAR LAS 529 POSICIONES DEL KAMA SUTRA

ANAHÍ CÁRDENAS Y SU PASIÓN POR EL RODEO

Diseños patagónicos y con estilo

Poleras, sweaters y parkas en todos los estilos y variedades para niños y adultos, con excelente calidad y un toque patagónico en su diseño, encuéntralos todos en Espacio Ñandú.

ESPACIO
ñandú

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

Fem PATAGONIA

Fem Patagonia
Año I Edición 19
Viernes 31 de enero de 2014 Punta Arenas
Contacto: revista@fempatagonia.cl
www.fempatagonia.cl

EQUIPO

Editora: Elia Simeone
Periodista: Lissette Gómez
Colaboradores: Marisol Retamal
Corrección: Lorena Díaz
Diseño: Andrea Barría
Fotografía: Andrea Barría, Jaime Haro, Gerardo López y Bernardo Balbontín
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 y en los recorridos de Buses Fernández y Buses El Pingüino

EDITORIAL

MUJER, OBJETO Y SUJETO DEL ARTE

La mujer fue el primer objeto de arte. De hecho, se tiene como primera representación artística el hallazgo, en la zona franco-cantábrica, de una mujer con senos grandes, vientre abultado por la maternidad, sin rostro y sin extremidades, que data del Paleolítico Superior. Ésta se une a las otras Venus de la prehistoria. De ahí y de forma bastante más refinada, la imagen de la mujer se ha plasmado en el busto de la Reina Nefertiti, elaborado por el escultor real Tutmose; la Gioconda (aunque se cree que ésta fue otra broma de Leonardo Da Vinci y que se trata de su propia imagen afeminada); las Majas de Goya y las diversas Madonna del Renacimiento.
Pero, la evolución de la mujer la ha llevado a pasar de objeto a ser sujeto del arte.
Sólo destacar aquí a dos chilenas. La primera, la gran Gabriela Mistral, mujer preclara y adelantada a su época, de una mirada política lúcida y rotunda, cuyos escritos le valieron ser designada Premio Nobel de Literatura en 1951.
No puede faltar la multifacética Violeta Parra, quien se convirtió en la primera artista latinoamericana y la primera mujer en montar una exposición individual en el Museo de Artes Decorativas del Palacio de Louvre, en París en 1964. Sus arpilleras, óleos y esculturas en alambre fueron expuestas en esta importantísima plaza. ¡Qué decir de su contribución a la música!
La lista es interminable, enorgullece y da cuenta de la inmensa creatividad y contribución que el alma femenina ha realizado, siendo un actor relevante –como objeto inspirador y sujeto creador– en el desarrollo de las artes y en las transformaciones sociales.
Por ello, en esta edición dedicamos varios artículos a resaltar la participación de mujeres en las actividades del Festival de las Artes "Cielos del Infinito", una muestra que iluminó a Magallanes.

Elia Simeone R.

NUESTRA PORTADA

En nuestra portada, Anahí Cárdenas, alcaldesa de la Comuna de Torres del Payne, quien busca mantener las tradiciones chilenas en los campos magallánicos.

PÁGINA 13
ACEITE DE CHÍA, UN REMEDIO NATURAL CONTRA LA ARTRITIS

PÁGINA 20-24
LAS GUERRILLERAS DE LA LANA SE TOMARON PUNTA ARENAS

Anahí Cárdenas y su pasión por el rodeo

"Hay que transmitir y cultivar lo nuestro, empezando por la familia"

Apasionada. Así se le ve montando su caballo, afiatada con su collera luchando por atajar a un ternero o un toro. Se nota que lleva bien tomadas las riendas, fuerte, tal y cual lo hace como alcaldesa y como madre.

Es Anahí Cárdenas, jefe comunal de Torres del Payne, que una vez más mostró sus destrezas al participar en el rodeo femenino, tan característico ya de la Fiesta a la Chilena que se organiza todos los veranos en Cerro Castillo.

-¿Cómo surgió su afición por el rodeo?

- "Es algo con lo que me crecí y practiqué. Me crecí viendo a mi papá que fue un gran jinete, Raúl Cárdenas Ampuero, uno de los mejores jinetes de la Patagonia en sus tiempos. Entonces, ahora lo disfruto tanto como el poder transmitir todas estas tradiciones a la gente más joven y que ellos sigan cultivando nuestras tradiciones. Me siento muy orgullosa de ser parte y organizar este espectáculo".

Pero, en esta versión de la Fiesta a la Chilena, Anahí no oculta su orgullo: es la primera vez que corre con su hijo, Juan Ignacio Millanao.

"Hoy día (sábado 25 de enero), por primera vez mi hijo Juan Ignacio, de 16 años, participa en el rodeo y para mí es un orgullo correr junto a él. Es realmente lindo para una madre ver que le gusta algo que yo amo", plantea con visible satisfacción.

Y agrega: "Mi hija Isabel Margarita, de 10 años, también cabalga y recién está empezando.

Hay que transmitir y cultivar lo nuestro, empezando por la familia".

Por eso, no puede dejar de reconocer que, más allá de las técnicas que le enseñó su padre, la verdadera artífice de que ella ame a los caballos y se haya inclinado por ser corralera es su madre.

"Cuando era joven, llegó un matrimonio, don Julio Burgos y Mendoza de la zona central junto a su mujer que era entusiasta del rodeo y que se hizo amiga de mi madre. Ella quería contactar huasos y mi madre le pidió a mi papá que la ayudara", relata.

"Mi mamá, América Rodríguez, fue la gestora de que hoy en día tenga este amor por el rodeo", refuerza.

Así, con doña América azuzando el tema, el padre de Anahí comenzó a armar el tema de "los huasos y jinetes reales", se encarga de remarcar.

Con esta pasión como parte fundamental de su vida, no era posible que, llegando a la alcaldía, Anahí Cárdenas no llevara esta fiesta de los campos chilenos al corazón de Torres del Payne, a Cerro Castillo.

"Estoy de alcaldesa desde el 2008 y ahí comencé con el rodeo, además de seguir con las jineteadas y las carreras de resistencia", declara con orgullo.

"Hoy día (sábado 25 de enero), por primera vez mi hijo Juan Ignacio, de 16 años, participa en el rodeo y para mí es un orgullo correr junto a él. Es realmente lindo para una madre ver que le gusta algo que yo amo".

-Sin embargo, existen muchas críticas respecto del rodeo. Hay sectores animalistas que rechazan que se le confiera la categoría de deporte y alegan que es una forma cruel de maltratar a los animales.

- "Yo creo que todos tenemos distintas opiniones y las respeto, pero el rodeo es nuestro deporte nacional y está bien que haya otras opiniones, pero yo lo seguiré cultivando mientras sea alcaldesa".

Rodeo femenino

Dejando los cuestionamientos de lado, uno de los logros de Anahí es que en el rodeo de Cerro Castillo también hay corraleras.

Este año, de hecho, llegaron nueve de ellas de la zona central, todas las cuales aportaron entusiasmo, elegancia, destreza y alegría. Fue, en suma, un gran espectáculo.

"El rodeo de mujeres se logró cuando también las mujeres comenzaron a participar en el rodeo porque se cambió el reglamento. Antes, sólo se le permitía a los hombres. Se hizo un rodeo en Colina en 2009 y me invitaron a participar y ahí conocí a las demás corraleras, las cuales invité a la comuna y, por supuesto, aceptaron encantadas.

"Desde ese entonces vienen todos los años, con una gran aceptación por parte de la gente. Es muy entretenido para los gauchos y la gente porque comparten con estas mujeres de otras ciudades y se arma una buena relación", indica.

"Mi mamá, América Rodríguez, fue la gestora de que hoy en día tenga este amor por el rodeo... Es algo con lo que me crecí y practiqué. Me crecí viendo a mi papá que fue un gran jinete, Raúl Cárdenas Ampuero, uno de los mejores jinetes de la Patagonia en sus tiempos".

Señala que para traer a estas corraleras el municipio sólo tuvo que costear este año el pasaje de tres de ellas y que el resto lo pagaron las propias participantes.

"Es un trabajo para ellas, pero lo hacen con gusto. Llegan acá y deben adaptarse también al clima y el viento", señala.

La propia Anahí, aunque admite que no tuvo mucho tiempo para prepararse, integró una collera con Natalia Orellana, con la cual logró un tercer lugar.

"La verdad es que si yo tuviese el tiempo estaría todo el día arriba de un caballo, pero mi labor como alcaldesa no siempre me lo permite. Igual, cada vez que tengo oportunidad salgo a recorrer la comuna en lugares que cuesta llegar, ando a caballo y busco instancias para poder hacer eso que tanto me gusta", comenta.

Lo que depara el futuro

-¿Qué viene para Anahí? ¿Cómo será tu vida cuando dejes la alcaldía?

- "Mi vida futura la veo ligada al campo, a los caballos y creo que, en algún momento, voy a dedicarme a trabajar el campo. Por ahora, estoy proyectándome también para hacer el último período como alcaldesa, pero la verdad es que igual uno se cuestiona y hay cosas que uno deja de hacer. Amo ser alcaldesa, pero dejar de lado a tu familia también es complicado; ser madre y no tener el tiempo necesario... Estos cargos son también muy absorbentes, no hay tiempo para los tuyos".

Por ello, agrega con resolución: "Algún día espero dedicarme a la parte privada y ser dueña de mi tiempo".

- ¿Seguirás la senda de Fernando Paredes, quien, de la alcaldía de Cerro Castillo, se trasladó a la de Puerto Natales?

- "La verdad es que lo único presente y más inmediato es un tercer período en Torres del Payne, pero aún no es algo definido. Lo de Natales siempre me lo han dicho, pero no quiero y no me interesa. Soy de acá y me gusta mucho. No es que tenga un recelo con Natales, pero lo descarto".

"Mi vida futura la veo ligada al campo, a los caballos y creo que, en algún momento, voy a dedicarme a trabajar el campo. Por ahora, estoy proyectándome también para hacer el último período como alcaldesa... Amo ser alcaldesa, pero dejar de lado a tu familia también es complicado".

Promoción de la mujer

- ¿Cómo ves la incursión de la mujer en los diferentes campos de la vida laboral y profesional?

- "Creo que se ha ido borrando un poco el tema de la mujer débil; es parte del pasado. Cada día, hemos tomado más protagonismo en diferentes ámbitos, como ser alcaldesa o tener una Presidenta, mujeres en la parte militar. Cada rol de la mujer es sumamente importante. Las mujeres, en el fondo, siempre organizan todo, la casa, por ejemplo. Siento que todo ha ido evolucionando y más mujeres se van atreviendo. En política, por ejemplo, somos pocas y para las que estamos no ha sido fácil, hay que derribar muchas cosas, tener una lucha constante, tener carácter, sobre todo en período eleccionario; pero no hay que derribarse. Uno como mujer es más astuta y, como madres, sufrimos más el tema de tener hijos y siempre seguimos adelante. No cualquier persona nos puede derribar".

- ¿Qué cualidades tiene Anahí Cárdenas?

- (Piensa un poco y responde) "Yo creo que mis cualidades son que soy tolerante, perseverante y directa. Si algo no me parece, lo digo, sea en el lugar que sea. Creo que eso lo heredé de mi padre que es muy seco y directo y no anda con vueltas".

- ¿Defectos?

- "Mi defecto es que confío mucho en las personas, creer que todo el mundo es bueno y no es así. Después te das cuenta de que no y que, si después no les das algo a esas personas, se enojan demasiado".

- Has sido una persona exitosa en diversos ámbitos, sobre todo en política, que es uno de los mundos que eran enclaves masculinos. ¿Qué consejos darías a otras mujeres?

- "Creo que uno tiene que atreverse y tener la confianza; tener presente de que, en la labor que sea, hay que hacerlo bien. Obviamente, uno igual comete errores, pero hay que comprometerse y no dejar nunca las cosas a medias y hacer un trabajo de principio a fin, ser responsable y atreverse, tener carácter y los pies sobre la tierra y superar algunas cosas. Yo, por ejemplo, tenía mucho miedo de hablar en público cuando era niña, nunca disertaba por miedo, entonces, luego como alcaldesa, tuve que superar todos esos miedos y, finalmente, se cruza la barrera y vas creciendo. Luego, ya uno toma confianza".

Fuga de talentos en RN

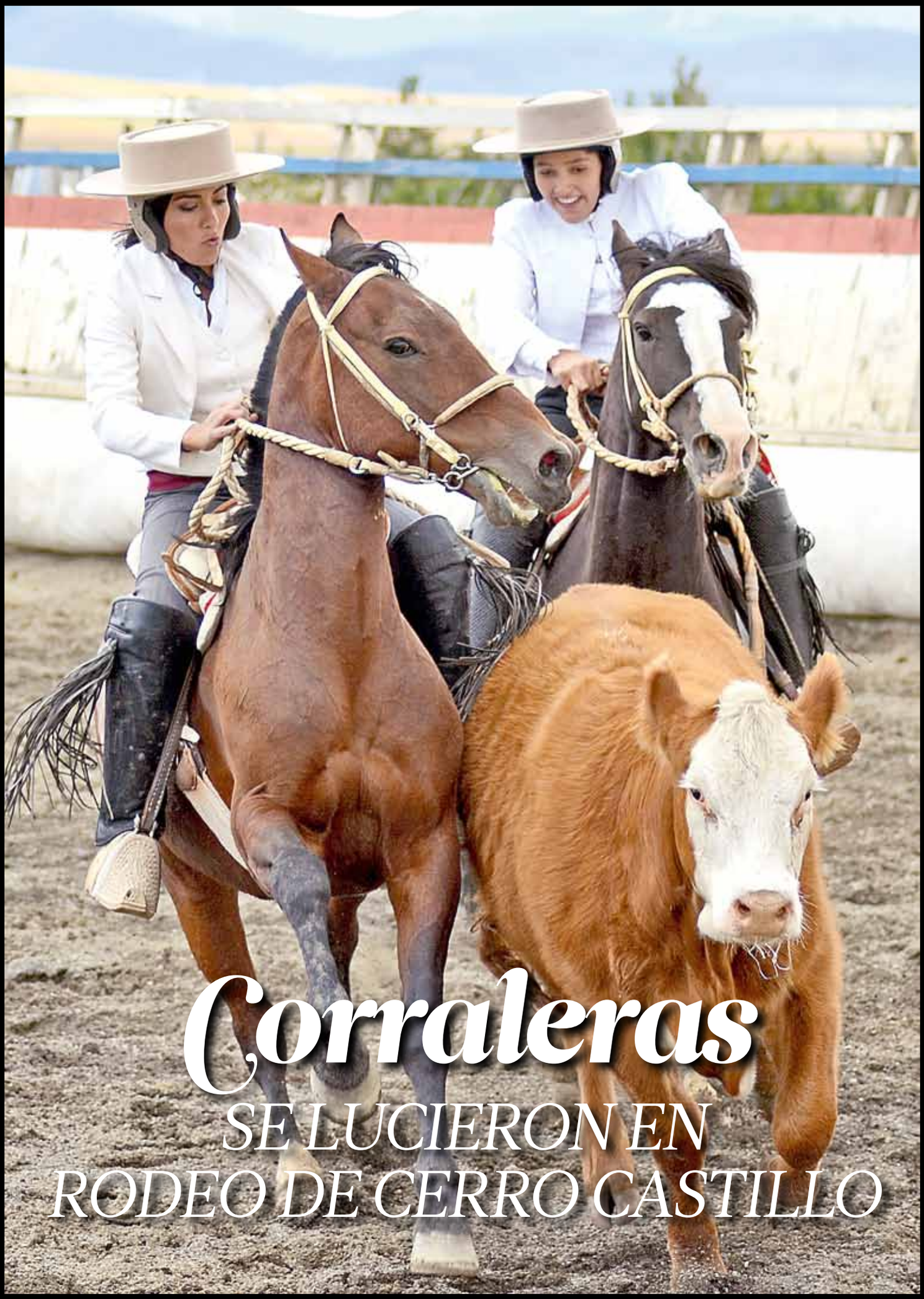
En esta entrevista, no se le puede dejar de preguntar por la contingencia política y la crisis que vive Renovación Nacional.

"Sigo manteniendo mi independencia y, por eso, como independiente he sido bien osada y no tengo escrúpulos en decir algunas cosas. Yo creo que en algún momento el partido tiene que afiatarse o fusionarse como lo que pasó con la Nueva Mayoría. En RN y la UDI no hay nada definido aún. Las cosas son así en política, las cosas van cambiando y es normal", indica.

Sobre el retiro de figuras insignes y diputados de RN, Anahí desdramatiza lo que sucede: "No lo veo como algo atroz, sino como parte del proceso natural de la democracia. Todas las personas somos libres de hacer y opinar y siempre he dicho que los cambios son para mejor; si se busca un buen norte se puede llegar a hacer un partido muy potente".

Sobre la presencia femenina en el recién conocido gabinete ministerial de Michelle Bachelet, Anahí señala que sólo hay nueve mujeres para 23 cargos. "Yo pensé que iban a haber más y quedó al debe. Para mí, no fue suficiente", acota.

"El rodeo de mujeres se logró cuando también las mujeres comenzaron a participar en el rodeo porque se cambió el reglamento. Antes, sólo se le permitía a los hombres. Se hizo un rodeo en Colina en 2009 y me invitaron a participar y ahí conocí a las demás corraleras, las cuales invité a la comuna y, por supuesto, aceptaron encantadas".



Corraleras

SE LUCIERON EN RODEO DE CERRO CASTILLO

Francisca Abarca y Marjorie Hermosilla, campeonas a toda prueba

UNA VEZ MÁS, las mujeres se lucieron en el rodeo que fue parte de la Fiesta a la Chilena, realizada el fin de semana pasado en Cerro Castillo, comuna de Torres del Payne.
El sábado, las integrantes de la Agrupación Nacional de Mujeres del Rodeo se dieron cita en la medialuna para dar cuenta de terneros y toros, demostrando toda su destreza.
La collera ganadora la integraron Marjorie Hermosilla, de Talagante, y Francisca Abarca, de Machalí. La primera sobre el caballo Chamullo y la segunda, montando a Amigazo.
El segundo lugar fue para las corraleras Kelly Molina y Valentina Campos; mientras que el tercer lugar fue para la dueña de casa, la alcaldesa Anahí Cárdenas y su compañera Natalia Orellana.

Francisca Abarca (izquierda) y Marjorie Hermosilla

Desde que tenía cuatro años, Marjorie Hermosilla no se ha separado de los caballos. "Toda mi familia es corralera. Por eso, siempre he practicado, pero jamás pensé que podría correr porque era un deporte de puros hombres", relata.

Su sueño, sin embargo, se hizo realidad cuando hace cuatro años se realizó el primer rodeo femenino en Colina, en 2009, tras un cambio de los estatutos.

Así sin más se lanzó a correr y se quedó con el tercer lugar del campeonato. Hoy, a sus 24 años, exhibe con orgullo tres champions nacionales: Rancagua, Los Andes y Lampa, junto a su compañera Ignacia Rodríguez.

El sábado 25 de enero no podía hacer menos y también se impuso en el rodeo femenino de Cerro Castillo junto a Francisca Abarca.

Fundamental para el éxito es lograr sintonía con su caballo. Contó que llegó el miércoles 22 de enero y le presentaron a Chamullo. Lo cuidó, lo alimentó y se complementaron. "Respondió súper", remarcó.

Francisca Abarca, de familia corralera

"Mi papá es corralero; mi marido es corralero", indicó Francisca Abarca, de 33 años, para hacer ver que su habilidad no es casual, sino que proviene de pertenecer a una familia corralera.

Hace un año se inició en las competencias del rodeo femenino y se mostró muy contenta de haber logrado el primer lugar en la medialuna de Cerro Castillo. Además, destacó la amabilidad de la gente, la belleza natural y dijo que, pese al fuerte viento, lograron adaptarse rápido y evitar que ello no fuera un obstáculo para montar bien el caballo y mostrar sus capacidades.

Isabel y Cristina Berríos de San Francisco de Mostazal, Rancagua.

Mariela Ramírez de Lampa (izquierda) y Victoria Pinto de Lo Barnechea.

Kelly Molina y Valentina Campos.

Natalia Orellana (izquierda) y Anahí Cárdenas.

Fiesta de la chilenidad en Cerro Castillo

El sábado 25 y domingo 26 de enero se realizó en Cerro Castillo la tradicional, Fiesta a la Chilena, que concitó gran interés de vecinos y turistas.

La alcaldesa junto a su padre, reciben un presente de manos de Renato Herrera, juez de la jura de caballares chilenos, quien llegó desde la cuarta región del país para participar del evento.

El capataz de campo Roberto Cárdenas y el presidente del Club de Rodeo Torres del Payne, Cristián Cárdenas, ingresan a la cancha de jineteadas la "Tembladera" junto a algunos jinetes, en el marco de la inauguración de la Fiesta a la Chilena 2014.

La alcaldesa, junto al intendente Claudio Radonich y la concejala Verónica Zorrilla en la inauguración de la Fiesta a la Chilena 2014.

La alcaldesa Anahí Cárdenas haciendo entrega de un premio en la primera jura de caballares de raza chilena que se realizó en Cerro Castillo.

Splendid
PELUQUERÍA Y ESTÉTICA

Presenta a su distinguida clientela la última tecnología en el cuidado del rostro y cuerpo

ULTRASONIDO PARA ROSTRO Y CUERPO

ONDAS RUSAS

LIMPIEZA Y LIFTING FACIAL

JOSÉ MENÉNDEZ 507, TELÉFONO 2248500 PUNTA ARENAS
WWW.SALONSPLENDID.CL

El espacio donde encontrarás *tu estilo*

ANGAMOS 597 ESQUINA CHILOÉ – 89972299
pasquenelli@gmail.com
Facebook: "M y C" fashion boutique

Miriam Parra

ARTESANÍA FINA

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

Paulina Villarroel Durán

"Siempre fue mi sueño conocer Italia"

Por Elia Simeone R.

En 2003, se estrenó la película "Bajo el sol de Toscana", dirigida por Audrey Wells e interpretada por Diane Lane y Raoul Bova.

Desde que Paulina Villarroel Durán vio ese filme, quedó prendada y decidió que algún día viajaría a Europa a conocer esos bellos parajes.

"Siempre fue mi sueño conocer Italia", admite hoy, recién llegada de un periplo por ese país, que se extendió a otras naciones europeas.

Navidad y Año Nuevo no pudieron tener mejor locación que las tierras italianas para esa magallánica. Así, el 24 de diciembre lo pasó en Florencia, con una familia de Toscana que conoció en su viaje y el 31, celebró la llegada de 2014 con un grupo de turistas e italianos en Roma.

Llegó absolutamente encantada, enamorada de sus ciudades y su gente.

Sólo dos meses antes de iniciar su giro por Italia, Paulina decidió que armaría maletas y se iría de vacaciones.

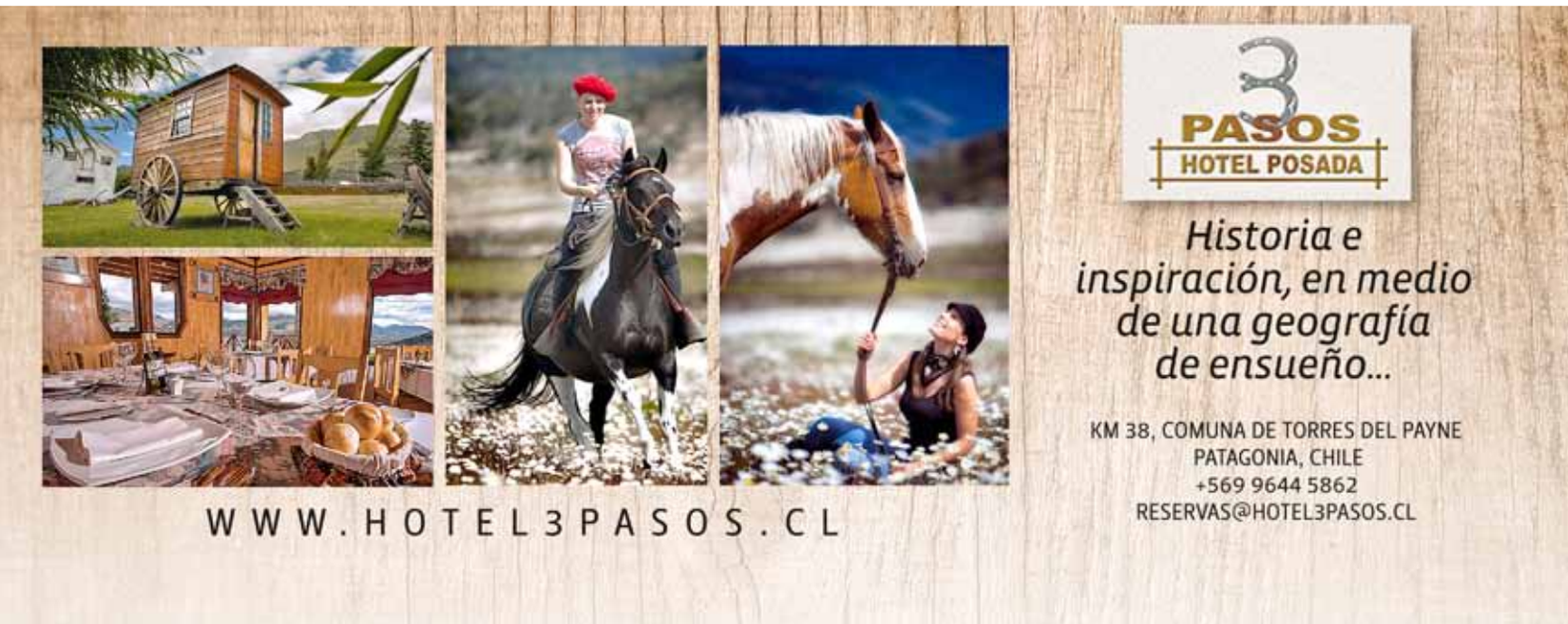
Se fue a la aventura. "Sin conocer a nadie ni nada; sin reservar hotel ni nada", señala.

Así, sólo se las batió hablando inglés y con su tremenda espontaneidad y carácter afable.

Del periodismo regional a La Moneda

Esta joven periodista nació el 15 de marzo de 1979. Su padre es Juan Villarroel y su madre, Gloria Durán.

Estudió en Punta Arenas en el Colegio Charles



Darwin. Luego, como muchos jóvenes, emigró temporalmente a Santiago para estudiar periodismo en la Universidad del Pacífico, de la que egresó "con honores", según ella misma se encarga de remarcar.

De regreso en Punta Arenas, trabajó inicialmente en La Prensa Austral, donde dio vida a la sección juvenil La Lleva, que hoy es uno de los suplementos permanentes de LPA. Sus ex compañeros la recuerdan por su afabilidad, decisión, valentía. "Ella fue una persona que llegó a alegrar la sección, siempre con sus constantes anécdotas, su sentido del humor y transparencia", destacan.

Luego, incursionó en el mundo televisivo, trabajando como reportera en Red Austral de TVN. Simultáneamente, fue corresponsal de La Tercera y de Radio Digital.

Con el advenimiento del gobierno de Sebastián Piñera, trabajó como periodista del Consejo Regional de Magallanes.

Pero, esta mujer inquieta resolvió cambiar de ambiente y se trasladó a vivir a Santiago. Allí, a poco andar, ingresó como analista de la Unidad de Análisis de Conflictos de la División de Gobierno Interior.

Antes de partir, selló tres grandes amistades: Constanza, Marisol y Elia.

Pasajes a Europa

Decidida, como ella es y tras la derrota de la abanderada presidencial de la Alianza, Paulina Villarroel compró pasajes y partió rumbo a Italia en diciembre pasado.

"¿Los italianos? ¡Lo mejor! Hermosos, galanes", declara fascinada y dispuesta a regresar a hacer más amigos a fin de año.

"Es un país hermoso, lleno de historia y no te cansas de caminar y caminar viendo y admirando la arquitectura", destaca.

Poco más de un mes duró su periplo europeo. Hizo escala en París y Amsterdam. "Finalmente, llegué a Roma, lugar donde más conocí gente. Es increíble, pero cuando las personas viajan solas, se arman lazos increíbles con gente de otros países", destaca.

Por ello, menciona como grandes amigas de su viaje a Gerusa (de Brasil), Nóemi (Canadá), Carola y Maida (Argentina).

"Estuve ahí (en Roma) varios días. Después partí a conocer la Toscana, con lo cual cumplí mi sueño. Estuve en Florencia, Venecia, Verona, Pisa, Siena, Milán, Bologna, Pavona...", recuerda.

Luego y aprovechando las cortas distancias, se fue a París y Londres y regresó a Roma.

"Los italianos, lo mejor"

Como buena turista no dejó lugar histórico ni museo por visitar. "Es un país hermoso, lleno de historia y no te cansas de caminar y caminar viendo y admirando la arquitectura", destaca.

Pero, ciertamente, llegó enamorada de los italianos, su acento, su amabilidad y su belleza.

"¿Los italianos? ¡Lo mejor! Hermosos, galanes", declara fascinada.

Sin duda, un viaje que nunca olvidará y que, de hecho, la tiene con toda la intención de regresar a fin de año a Italia y no esconde su propósito de ir allá a radicarse.

De ser así, será una bambolina magallánica en Italia.

En el Vaticano. Atrás se aprecia a un típico exponente de la Guardia Suiza que custodia al Papa.

Un punto turístico obligado: la Torre de Pisa.

Venecia y sus típicas góndolas. "Es caro andar en ellas, pero no puedes ir a Venecia sin subirte a una. Te dan un paseo de una hora por todos los canales bajo los puentes hasta llegar al canal principal. Estuve cuatro días allí y pasé Navidad. Es, realmente, una cuidad soñada", comenta Paulina.

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

El Ovejero

café & souvenir store

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

Aceite de chía, *un remedio natural contra la artritis*

Aumenta la energía, sin comportarse como un estimulante, los que como efecto secundario suelen aumentar la rigidez articular.

Muchas personas se muestran escépticas cuando se promocionan algunos alimentos como beneficiosos para la salud, sin mayores antecedentes médicos ni científicos que avalen la conveniencia de consumirlos.

Sin embargo, hay otros productos, como el aceite de chía, cuyas propiedades están avaladas por estudios científicos y que son un potente aliado para combatir, por ejemplo, la dolorosa artritis.

Rico en Omega 3, el aceite de chía tiene propiedades antiinflamatorias, que permiten reducir la hinchazón y lubricar las articulaciones. Además aumenta la energía, sin comportarse como un estimulante, los que como efecto secundario suelen aumentar la rigidez articular.

Recientes experimentos en México, realizados por la Universidad de Puebla, cuna de la salvia hispánica o chía, demostraron que el efecto antiinflamatorio del aceite elaborado a partir de ella era inclusive mejor que el de la indometacina, el medicamento utilizado tradicionalmente para combatir la artritis reumatoide, la osteoartritis, la espondilitis anquilosante y otras alteraciones musculoesqueléticas agudas.

Por otra parte, muchas de estas dolencias afectan especialmente a las personas mayores y que por los efectos adversos que puede provocar la indometacina no es recomendable para los ancianos, como tampoco para quienes presentan alteraciones psiquiátricas o sufren de la enfermedad de Parkinson.

La Revista Española de Nutrición Humana y Dietética publicó el artículo "Efectos de los ácidos grasos omega 3 y otros suplementos alimenticios en procesos patológicos relacionados con la tercera edad". En éste se aborda el problema de la población anciana polimedicada debido al incremento de ciertas enfermedades relacionadas con procesos inflamatorios o desarreglos metabólicos con riesgo cardiovascular. Frente a ello, aconsejan consumir alimentos ricos en Omega 3, tales como el aceite de chía, cuyas propiedades ayudan a mantener a raya esta dolorosa enfermedad, de manera más natural y económica.

Rico en Omega 3, el aceite de chía tiene propiedades antinflamatorias, que permiten reducir la hinchazón y lubricar las articulaciones.

La mejor decoración para tu hogar está aquí

COMERCIAL Pefa's
DECOHOGAR - REGALOS - BORDADOS 222 62 86

MEJICANA 723
FONO/FAX 2226286
COMERCIALPEFAS@GMAIL.COM

DECOHOGAR
con productos para el baño, dormitorio, living, cocina y todos los ambientes de su hogar u oficina.

REGALOS
Exclusividades para varones y damas.

ILUMINACIÓN
Amplio surtido en lámparas de techo, de pie, de velador y de sobremesa.

Causas y su restauración

¿Por qué perdemos el volumen facial?

La pérdida de grasa en la cara, propia del envejecimiento, es el principal factor que explica este proceso, seguido de la reducción de colágeno y elastina de la piel.

MAURICIO VARGAS ZEC
CIRUJANO MÁXILO FACIAL
MVARGAS@DRMVARGASZ.CL

Todos poseemos cantidades variables de grasa en nuestra cara y múltiples factores pueden causar cambios en los compartimentos de tejido adiposo. La pérdida del volumen de la cara ocurre con los cambios graduales que se producen, asociándose con el aumento de la edad.

En la medida que el tejido graso desaparece de la cara, se crea un aspecto de envejecimiento, que se denomina "esqueletización del rostro", al que se suma la pérdida de colágeno y elastina de la piel, que ciertamente agrava el cuadro. Cabe además recordar que sólo algunos de los depósitos grasos de la cara se ven afectados con el aumento o con la disminución del peso durante la edad adulta.

Algunos de los signos de pérdida de grasa de la cara que añaden edad a su rostro son:

- **¿Su cara tiene ahora una forma más cuadrada que la de un triángulo invertido?** Esto se debe a que la grasa desaparece desde el centro de la cara.

- **¿Nota el aumento de las ojeras?** Esto se debe a que la grasa desciende de los párpados hacia las mejillas dando un aspecto de ojos cansados.

- **¿Se ven sus mejillas caídas?** El descenso ya mencionado causa las grandes arrugas y pliegues en la parte inferior de la cara, formando los pliegues naso-labiales, las "líneas de marioneta" y papadas.

¿Cómo podemos tratar esta pérdida del volumen? Si el problema es que la piel está muy suelta y muy redundante, un lifting facial (estiramiento quirúrgico) es la solución, porque puede reposicionar los músculos bajo la piel y retirar el exceso de piel. En casos más frecuentes y no tan severos, el tratamiento de elección es la aplicación de agentes "voluminizadores" o rellenos faciales, que comprenden distintos elementos, con indicaciones y características diferentes para cada caso particular, rellenos que van desde la transferencia de grasa a otros elementos como el ácido hialurónico, importantísimo elemento que posee las tremendas ventajas de su capacidad de ser moldeado, ser versátil para ser ocupado en diferentes zonas, ser reabsorbible, fácilmente aplicable y de aspecto natural.

El mejor relleno facial es aquel que NO se nota, por lo que debe evitarse los sobre-rellenos y, cuando se notan, es que no han sido aplicados correctamente, con un resultado que cambia la cara y la distorsiona.

Los modos apropiados de obtener buenos resultados son, como ya hemos descrito en otros artículos, uso de materiales aprobados y conocidos y acudir a profesionales certificados.

"El mejor relleno facial es aquel que NO se nota, por lo que debe evitarse los sobre-rellenos y, cuando se notan, es que no han sido aplicados correctamente, con un resultado que cambia la cara y la distorsiona".

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

¡Vestidos de ensueño!

the kids fashions

LOCAL 25 MÓDULO CENTRAL ZONA FRANCA – FACEBOOK/THEKIDSFASHIONS – FONO 2238216

Cielos del Infinito, el brillo de un espectáculo hecho para la región

"Esta versión da cuenta de una maduración orgánica del equipo que lleva mucho tiempo unido y eso es algo muy positivo", remarcó Lorena Álvarez.

4

jóvenes fueron los visionarios que hace 7 años se juntaron para dar forma a esta muestra artística.

LA ACTIVA PASIÓN ARTÍSTICA que une a los gestores de Cielos del Infinito es el motor que ha impulsado el crecimiento de este importante festival de Magallanes en su séptima edición.

Hace siete años, cuatro visionarios jóvenes estudiantes de teatro emprendieron un ambicioso proyecto convertido hoy en uno de los festivales de artes más importantes de la región realizado actualmente en las cuatro provincias de la zona.

Dos magallánicos –Luis Guenel y Antonio Altamirano– asociados con dos santiaguinos –Sally Campusano y Juan Pablo Corvalán– impulsaron Cielos del Infinito con el objetivo fundamental de descentralizar las artes, dándose cuenta de la necesidad de mejorar el espectro cultural de la región.

Así lo explican dos de sus actuales organizadoras, Francesca Ceccotti, productora general y Lorena Álvarez, directora de comunicaciones, quienes destacan el aporte que el festival ha hecho a la región en materia de formación artística y cultural y la progresiva evolución que ha alcanzado.

En palabras de Ceccotti: "Creo que hemos llegado a un punto en esta séptima edición en que podemos hacer un balance positivo. El festival ha mejorado bajo muchos puntos de vista. Este año anduvo todo bien, hemos crecido mucho".

Para Álvarez, el año siete del festival "da cuenta de una maduración orgánica del equipo que lleva mucho tiempo unido y eso es algo muy positivo".

Entre los planes futuros del equipo se encuentran fortalecer la escuela de formación artística durante el año en Magallanes y conformar un equipo estable de socios locales con una sede fija en Punta Arenas que funcione todo el año a fin de potenciar aún más este evento regional.

"Creo que hemos llegado a un punto en esta séptima edición en que podemos hacer un balance positivo. El festival ha mejorado bajo muchos puntos de vista. Este año anduvo todo bien, hemos crecido mucho", señaló Francesca Ceccotti.

EL EQUIPO DE CIELOS DEL INFINITO:

Antonio Altamirano

Director de Cielos del Infinito. Magallánico. Licenciado en Artes con mención en Actuación Teatral de la Universidad de Chile. Escogido entre los 100 Jóvenes Líderes 2010 por la Revista El Mercurio.

Francesca Ceccotti

Productora General. Licenciada en Historia del Teatro Moderno y Contemporáneo de la Universidad de Bologna (Italia) en el 2003, ha realizado además un Máster de Artes Escénicas en el Institut del Teatre de Barcelona.

Lorena Álvarez Chávez

Directora de Comunicaciones. Magallánica. Periodista. Licenciada en Comunicación Social. Magíster en Comunicación Social y Educación de la Pontificia Universidad Católica de Chile.

Pilar Subiabre

Encargada de la Escuela de Formación. Magallánica. Licenciada en Comunicación Social de la Universidad de Chile.

Juan Pablo Corvalán

Director de Finanzas. Licenciado en Artes con mención en Actuación Teatral de la Universidad de Chile. Se desempeña profesionalmente como Actor y Gestor Cultural tanto en Chile como en Europa.

María Paz Calabrano

Asistente de producción. Artista Escénica. Auditor, Mención en Economía. Bailarina e Intérprete en Danza Contemporánea.

Sally Campusano

Encargada de RR.II en Francia. Actriz, dramaturga y productora teatral.

Luis Guenel Soto

Director de Desarrollo. Magallánico. Encargado de todas las alianzas nacionales e internacionales que establece Hain Producciones.

Julio Escobar

Jefe Técnico.

Bastián Yurisch

Audiovisualista.Magallánico. Comunicador Audiovisual de la UNIACC. Nacido en Punta Arenas y criado en Tierra del Fuego.

Andrea Benavente

Asistente de Comunicaciones. Estudiante de Relaciones Públicas.

Festival de Artes "Cielos del Infinito"

Obra de teatro abordó las facetas de la mujer chilena

El montaje incluyó la participación de un grupo de mujeres que formaron parte de un taller de introducción a las artes escénicas.

Las actrices Macarena Ahumada y Danae Álvarez son las protagonistas de "Domo, que en mapudungun quiere decir mujer".

"Domo, que en mapudungun quiere decir mujer" es el sugerente nombre de una de las obras de teatro que se presentaron en el Festival de Artes "Cielos del Infinito".

Esta apuesta de la compañía Ludus Teatro estuvo encabezada por Macarena Ahumada y Danae Álvarez. A través de una serie de cuadros, las actrices abordaron las distintas facetas que conforman el rol de la mujer en Chile. Aprovechando recursos de la dramaturgia, la danza, el teatro físico y la visualidad, la obra reflexionó sobre el significado de ser mujer en el contexto actual.

En el montaje destacó la participación de un grupo de mujeres, que durante varios días formaron parte de un taller de introducción a las artes escénicas. Todas ellas destacaron por su entusiasmo y aportaron con sus performances al trabajo desplegado en dos funciones en la ex cárcel pública de Punta Arenas.

La propia Macarena Ahumada resaltó el rol que cumplieron las alumnas, ya que con su participación ayudaron "a matizar la obra con sus propias experiencias personales".

La propia Macarena Ahumada resaltó el rol que cumplieron las alumnas, ya que con su participación ayudaron "a matizar la obra con sus propias experiencias personales".

Llegó el multicolor LanaAttack

LAS GUERRILLERAS DE LA LANA SE TOMARON PUNTA ARENAS

La agrupación Textileras de Punta Arenas también quiso estar presente en esta exposición no comercial de sus trabajos, en un tributo al pueblo selk'nam.

Ni el pie del indio se salvó de esta intervención urbana.

ELIA SIMEONE R.
REVISTA@FEMPATAGONIA.CL
ESIMEONE@LAPRENSAAUSTRAL.CL

Pese a las inclemencias del tiempo, sobre todo la lluvia que caía, igual llegaron con sus tejidos y sus ovillos multicolores.

Son una nueva especie de graffiteras urbanas, son las amantes de LanaAttack, grupo que a través de esta expresión artística quiere llenar de color los espacios citadinos.

En el marco del Festival de Artes "Cielos del Infinito", sorprendieron el lunes 20 de enero abrigando con mantas de colores, cual Penélope, los añosos árboles de la Plaza Muñoz Gamero de Punta Arenas. Hasta el famoso pie del indio del monumento a Hernando de Magallanes fue vestido con una polaina multicolor.

Así LanaAttack llegó hasta la capital magallánica y dio vida a su intervención más austral del mundo.

Esta plástica urbana fue realizada por las integrantes del taller LanaAttack que se dictó en Punta Arenas y que formó parte de la programación de Cielos del Infinito.

A ellas, se unió la agrupación Textileras de Punta Arenas, quienes también realizaron su propia performance en otro sitio de la Plaza de Armas y expusieron sus creaciones en un espacio no comercial con lo cual buscaron rendir un tributo al pueblo selk'nam.

La técnica utilizada se conoce como "Yarn Bombing", expresión decorativa que usa lanas de colores para cubrir diversos espacios con un sentido estético y también de protesta pacífica.

"Y ya se realizó la intervención más austral del mundo!!!! Estamos todas felices. Mil gracias a las chicas de Punta Arenas!! De verdad nos da pena dejarlas pero ya nos veremos y seguiremos trabajando juntas!
Gracias también a las artesanas de la región, hay mucho talento ahí que valorar y potenciar... Sigamos llenando de color nuestro país, con cuidado, respeto y tolerancia
Amor para todo Punta Arenas!!!", fue el emotivo mensaje que dejaron en su Facebook las integrantes de LanaAttack tras volver a Santiago y Coquimbo.

Claudia Araya, directora del colectivo de tejedoras de arte textil LanaAttack y Claudy Tapia, directora de LanaAttack Coquimbo, quienes trajeron hasta Punta Arenas esta singular iniciativa.

¿Qué es el Yarn Bombing?

Es una forma de expresión que consiste en decorar el mobiliario urbano con lana. Algunos pueden durar años y otros, como el graffiti, se pueden quitar rápidamente.

Según se explica en el sitio web Revesderecho.com, la inspiración vino del movimiento artístico urban knitting (hacer punto o tejer), también denominado como guerrilla knitting o graffiti inofensivo. Consiste en un arte callejero que creó el grupo Knitta de Houston (Texas), fundado en 2005 por dos mujeres.

En diciembre de 2007 el colectivo tenía cinco miembros femeninos y uno masculino que guardan el anonimato. Y en la actualidad hay de cinco a doce grupos más en otras partes del mundo.

EL EQUIPO DE TEJEDORAS...

Belén Coldeira, Bianca Paiva.

Constanza Mejías, Claudia Araya, Almendra Canales.

Oliva Soto Mansilla, Rita Sierpe Guerrero, Lidia Díaz Núñez, Carmen Rosa Ruiz, Eugenia Arteaga.

Natalia Coldeira, Josy Muñoz, Camila Quinteros.

Las participantes montando el graffiti construido con lana.

Daniela Villegas, Natalia Soto, Valeska Quilodrán, Lucy Faúndez.

4 AÑOS TOMA PROBAR LAS 529 POSICIONES DEL KAMA SUTRA

EL ESCRITO ANCESTRAL plantea que la mujer es la única capaz de guiar al hombre por el sendero del éxtasis mutuo.

El Kama Sutra es un antiguo libro hindú que trata sobre el comportamiento sexual humano y define la relación sexual como un acto divino. Etimológicamente, kama significa "placer sexual" y sutra, "frase corta".

Se asegura que fue un libro escrito para enseñar a las mujeres el arte de amar y el texto plantea que sólo ésta tiene la sensibilidad y la capacidad de guiar al hombre por el sendero del éxtasis sexual de ambos.

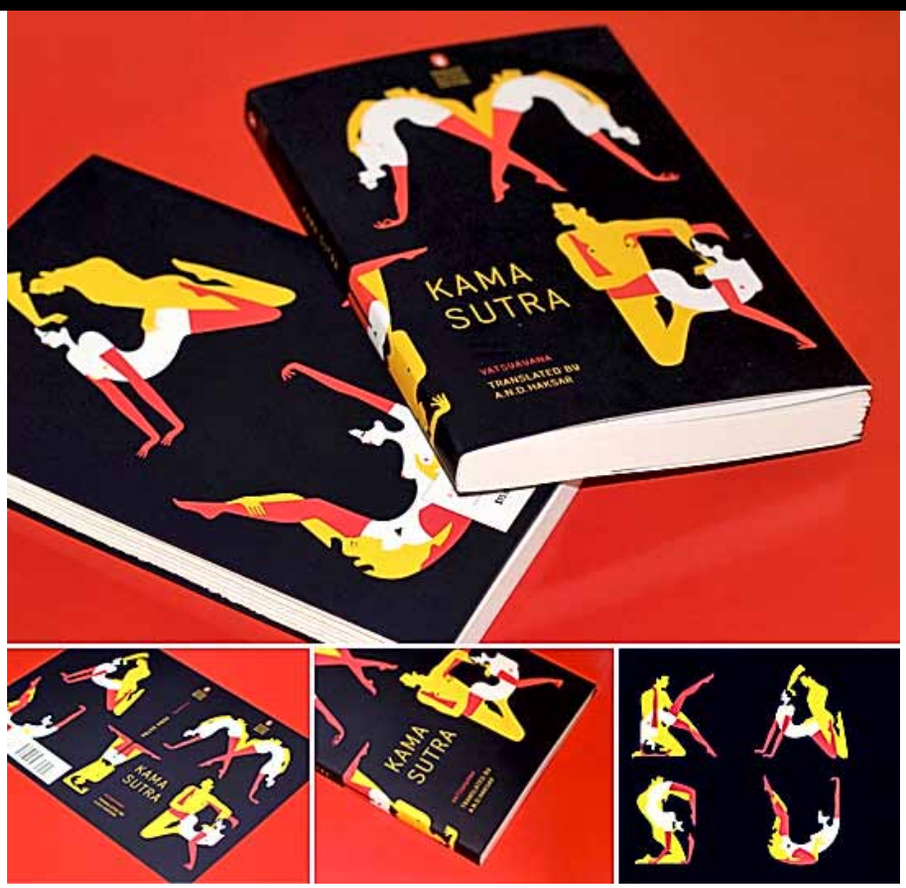
Describe ocho posiciones sexuales básicas, de las cuales se derivan todas las otras.

Dentro de las curiosidades del mundo del sexo, un estudio ha determinado que a una persona le tomaría en promedio cuatro años poder probar cada una de las 529 posiciones que sugiere el Kama Sutra.

Acercarse a este libro ancestral, puede permitirte cambiar tu rutina, aprender nuevas posiciones y mejorar significativamente tu vida sexual.

Las mujeres, sin duda, esperan ser sorprendidas por su pareja en la intimidad y los hombres deberían ser perceptivos y buscar agradar.

El Kama Sutra destaca los aspectos de la deseabilidad, los toques de seducción necesarios para renovar y hacer más profundo y placentero el vínculo sexual, siendo claves las caricias, los aromas, las expresiones verbales y la confianza que permita al hombre poder expresar sus sentimientos y no sólo mantener una relación sexual con su pareja.



Una de las tantas ediciones del Kama Sutra de Vatsyayana, finamente diseñada por la editora Penguin e ilustrada por la francesa Malika Favre.

También, dentro de las múltiples posturas sugeridas, existen las que favorecen enormemente que las mujeres alcancen orgasmos y otras que son más beneficiosas para que el hombre experimente mayor placer.

Así, el Kama Sutra se presenta hoy como un buen texto de lectura y no sería nada de malo invertir los próximos cuatro años en probar cada una de las posturas sugeridas en este libro ancestral.

"Debes saber vestirte para que el hombre te desnude con la mirada; una mujer que sabe vestirse, es aquella que lo hace pensando en los ojos del varón", dice el Kama Sutra.

Lo nuevo...

Grit Series

Nueva tendencia mundial de entrenamiento funcional de alta intensidad con una duracion de 30 minutos, que permite elevar al máximo los niveles de energía, aumentar el gasto calórico y mantener un cuerpo tonificado.
Pertenece al entrenamiento HIIT (high intensity interval training) combina la pliometria, movimientos explosivos y rapidos para desarrollar la fuerza muscular y la velocidad en general.

WELLNESS CENTER
PLANET
FITNESS & SPA

GRIT SERIES
A PARTIR DE FEBRERO 2014

Lo clásico...

Entrenamiento de fuerza

Tonificar, quemar calorías, bajar de peso ¿buscas esto? No hay nada como lo clásico, el entrenamiento con pesas siempre ha sido un pilar fundamental en la actividad física y deportiva ayudando a elevar el gasto energético y a construir ese cuerpo que tanto deseas.

HORARIOS:
Lunes a viernes de 8 a 22:30 horas; sábado de 10 a 18:30 horas; domingo y festivo de 10 a 15 horas

Kuzma Slavic 784-A
Fono Gym: 2238781 gimnasioplanet@gmail.com www.planetgim.cl

Cristina Marnich
centro de nutrición

¡Regala algo distinto, único y especial!

¡Regala una Giftcard!

A veces nos complicamos a la hora de hacer un regalo, ¡aquí te damos la mejor solución!, una manicure, un masaje relajante, una sesión de acupuntura y mucho más.

Para damas y caballeros una atención con cualquiera de nuestras profesionales:

CECILIA PENOY
Manicure y Pedicure

Manicure tradicional y esmaltado prolongado con y sin diseño, embellecimiento de pies y manicure hombre

JOHANNA NAVARRO
Cosmetóloga

Limpieza facial, tratamiento de acné, ondulación de pestañas, masaje manual y relajante con caracolas filipinas, depilación damas y varones, tratamiento post-verano para la piel

DANIELA JUTRONICH
Medicina China

Acupuntura, ventosas, moxibustión, reflexología, masaje tuina

¡Comienza este nuevo año de una forma diferente, sintiéndote única y renovada!

Después de tus vacaciones, renueva tu rostro con el tratamiento post verano

Te invitamos a visitar nuestro centro y a dedicarte un tiempo que sea especial para ti, donde te ofrecemos un servicio distinto en un ambiente grato y acogedor.

Johanna Navarro – Cosmetóloga

Cuida tu apariencia luciendo una piel fresca y saludable con una exquisita limpieza facial, depilación damas y varones en un lugar íntimo y acogedor, renueva tu mirada con ondulación de pestañas, y relájate con nuestros masajes.

Cecilia Penoy – Manicure y Pedicure

Dedica atención a tus manos dándoles un hermoso toque de distintos y bellos diseños a tus uñas.

Elimina el stress de tu mente y de tu cuerpo, renueva tu energía disfrutando de los exquisitos masajes de relajación con caracolas filipinas.

Horario de Atención Lunes a Viernes:
Mañana de 09:00 - 13:00 - Tarde de 15:00 - 19:15

Teléfono: 61-2245574 Secretaria: 9078 4402
Dirección: Chiloé 1218-A (entre Errázuriz y Balmaceda) Punta Arenas

www.cristinamarnich.com Facebook.com/centrocristinamarnich

LA ZEBRA ESTILOSA

¡¡Tu zona de productos light!!

Apoyando a los distintos tratamientos de nutrición, Cristina Marnich nos recomienda los té chinos en todas sus variedades, así también otros productos como: la Cremora (sustituto de crema, bajo en grasas y calorías), para un exquisito café o té cortado, chocolates sin azúcar de excelente y fina calidad, 60% cacao en dos variedades ginger y pepper, barritas de cereales bajas en calorías, entre otros. Esto y mucho más encuentras en nuestra tienda la Zebra Estilosa, siempre con el distinguido sello de ***Cristina Marnich.***

TÉ ROJO

BOTELLAS MERRELL

GALLETAS DE ARROZ

NUEVO PRODUCTO

DELICIOSAS BARRITAS CHINAS BAJAS EN CALORÍAS

SUSTITUTO DE CREMA

TÉ DE GINSENG

TÉ SLIMMING

CHOCOLATES BAJOS EN CALORÍAS

¡Acércate y te entregaremos una especial atención siempre asesorada por nuestra nutricionista!

PATAGONIA

Fem

te acompaña ahora en tus viajes dentro y fuera de Magallanes

A partir del 2014, tu revista Fem Patagonia también estará a bordo de **Buses Fernández y Buses El Pingüino**

50 mil

PASAJEROS MENSUALES NACIONALES Y EXTRANJEROS PODRÁN DISFRUTAR DEL AMENO CONTENIDO DE ESTA PUBLICACIÓN.

Fem Patagonia,

TU MEJOR COMPAÑÍA MIENTRAS CONOCES LA PATAGONIA CHILENO-ARGENTINA.

Berries de la Patagonia

A partir de este número, Fem Patagonia difundirá diversas recetas de cocina que tienen como base los berries que se producen en la Patagonia, preparaciones compiladas en el libro "Berries de la Patagonia, las mejores recetas", elaborado por INIA KAMPENAIKE. Se trata de recetas escogidas de los chefs Alfredo Pérez, Lorena Riquelme, Carmen Izquierdo, Nelson Vásquez, Carolina Cárdenas, Richard Chiguay y Enrique Núñez.

Las mejores recetas

Milkshake de zarzaparrilla y frambuesas silvestres

Por: Alfredo Pérez

INGREDIENTES

50 gr. Zarzaparrillas
250 cc. Agua
250 cc. Leche
50 gr. Frambuesas u otro fruto de tu preferencia
50 gr. Azúcar o gotas de edulcorante
10 Cubos de hielo
1 Cucharadita de esencia de vainilla
1 Bola de helado de vainilla
Crema chantilly
Bombillas

PREPARACIÓN

Agrega a la licuadora el agua, la leche, las frambuesas, las zarzaparrillas y el azúcar. Bate todo durante 1 minuto y sírvelo en un vaso largo o una copa. Añade los cubitos de hielo, la esencia de vainilla, el helado y las zarzaparrillas enteras. Mezcla suavemente.
Decora con crema chantilly, coloca las bombillas ¡y lúcete con los más pequeños!

Trufas de zarzaparrilla

Por: Carolina Cárdenas

INGREDIENTES

100 gr. Mermelada de zarzaparrilla
250 gr. Chocolate blanco
30 gr. Mantequilla sin sal
250 gr. Chocolate de leche

PREPARACIÓN

Derrite en un bowl el chocolate blanco suavemente a baño María. Recuerda que el proceso de templado debe ser muy cuidadoso, el agua del baño María jamás debe hervir cuando el fondo del bowl toca el agua. Una temperatura adecuada de templado no debe superar los 40°C.
Agrega al chocolate blanco la mermelada de zarzaparrilla y luego la mantequilla. Mezcla y refrigera de un día para otro. Una vez refrigerado, haz bolitas de 1,5 cm. de diámetro. Baña las bolitas de a una en chocolate de leche previamente derretido, estila el exceso de chocolate y deja enfriar en una rejilla. Móntalas en cápsulas de papel si deseas ¡y deleita a todo el mundo con ellas!

Contacto: Claudia Mc Leod Bravo
Encargada área frutales menores INIA Kampenaike.
E-mail: cmcleod@inia.cl

EL PROYECTO "DIFUSIÓN DE ZARZAPARRILLA ROJA PARA EL CONSUMO EN FRESCO O PROCESADO" NACE DE LA NECESIDAD DE FORTALECER LOS VÍNCULOS ENTRE EL SECTOR AGRÍCOLA Y GASTRONÓMICO - HOTELERO, ADEMÁS DE DIFUNDIR Y PROMOVER EN LA COMUNIDAD LOCAL LOS BENEFICIOS DE SU CONSUMO Y EL DE OTROS BERRIES PARA LA SALUD.

Todo el sabor de *Perú* ha llegado a la Patagonia

Ventura

Restaurant

La cadena de restaurantes Ventura ha llegado a Puerto Natales, con un staff que ha llegado directamente desde Perú ofreciendo todas las delicias de este hermoso país.

Bories 314, Puerto Natales – Teléfono: (56 – 61) 2 411 834

Muebles Capricornio

Un estilo funcional y moderno para decorar su Hogar

En sintonía con el nuevo puente de calle Magallanes

MAGALLANES 731 – FONO 2710486 – PUNTA ARENAS

Puertas y Ventanas en Madera de Lenga, por Ignisterra

Ignisterra es especialista en la fabricación de productos en madera de Lenga para la arquitectura y construcción tales como puertas sólidas, ventanas, revestimientos, pisos y vigas laminadas. Todos con la utilización de altos estándares, respetando las exigencias internacionales.

Puertas de Lenga de Ignisterra

El año 1994 Ignisterra fabrica sus primeras puertas a la Parroquia de Porvenir en Tierra del Fuego, desde allí que Ignisterra se especializa en el desarrollo de puertas sólidas en madera de Lenga que poseen una alta tecnología para responder al público más exigente.

Estas puertas de madera sólida son fabricadas con madera de Lenga certificada FSC seleccionada cuidadosamente y secada artificialmente en cámara (8% +/- 2%).

Las puertas son especialmente diseñadas y construidas utilizando avanzadas técnicas de ingeniería de la madera, lo que les permite resistir las variaciones naturales de la humedad ambiente durante el año, sin perder su estabilidad dimensional en el tiempo. Todas sus partes las constituyen elementos en base a piezas encoladas utilizando adhesivo del tipo P.V.A. de alta resistencia a la humedad y apropiado para uniones de madera. Estos adhesivos son aprobados para uso en habitaciones de casas. Adicionalmente en la elaboración de las puertas de Ignisterra se incluyen características naturales de la madera, como pequeños nudos o cambios de tonalidad para así garantizar la autenticidad de una puerta de madera sólida, y ayudar a un uso responsable de los bosques.

Ventanas de Lenga de Ignisterra

Debido a la demanda en puertas es que posteriormente Ignisterra incluye en su oferta otros productos para la construcción y arquitectura, lo que permite complementar el uso de esta madera nativa magallánica en el hogar.

Las ventanas sólidas de lenga de Ignisterra son fabricadas con estándares europeos, éstas aportan belleza y calidez a los ambientes y están finamente terminadas. Si son construidas con vidrios termopanel, garantizan un efectivo acondicionamiento térmico y acústico, a lo que se suma su alta resistencia y flexibilidad, acomodándose a movimientos telúricos y resistiendo temperaturas extremas sin deformarse. Además, se adaptan a diversas condiciones físicas y geográficas, las cuales permitirían hacerles en el futuro algunas modificaciones y ajustes, son más resistentes al fuego que las de PVC, tienen una adecuada resistencia estructural (viento y pesos) y buenos sistemas de unión y de resistencia al tornillo, durabilidad y flexibilidad en el diseño (forma y tonalidades).

La madera como material amigable con el medio ambiente

La madera se trata del único material 100% natural, es un recurso renovable, cuyo aprovechamiento y posterior procesado no perjudica al medio ambiente. No requiere energía para producirla y la energía necesaria para transformarla es sumamente inferior a otros materiales, además de aportar una menor pérdida de energía durante su uso. La madera permite reparación y reciclaje. Por último, es una reserva natural de CO_2, lo que ayuda a mitigar el cambio climático. Al preferir un producto de madera se está conservando el CO_2 capturado en el interior de ella evitando su posterior liberación en el ciclo natural de la madera en la pudrición.

PRÓXIMAMENTE

Nueva sucursal
PUNTA ARENAS
Bories #520

Obtén un

40% dcto. Sólo 30 cupos

30% dcto. 30 cupos Sólo 40 cupos

20% dcto. 30 cupos Sólo 50 cupos

SPORTLIFE te cambia la vida!

Descuentos válidos solamente para plan anual

Contacto: mcanuman@sportlife.cl Tel: 2 613 996 - 2 613 995

Todo alumno nuevo debe cancelar matrícula y activación; Preventa válida desde el 27/01/2014 al 28/02/2014