

BUENAS & SANAS

NOTICIAS



CIUDADES SOSTENIBLES

Los desafíos del desarrollo urbano de cara a un futuro más inclusivo, ecológico y saludable.

ZANONI

**SUBITE A ESTA
PROMO**

* LA PROMOCIÓN NO INCLUYE ACEITE DE GIRASOL ZANONI



CON LA COMPRA DE 5 Ó MÁS ARTÍCULOS DE LA LÍNEA DE ALIMENTOS AFA SCL*, TE LLEVÁS 1 CUPÓN PARA PARTICIPAR DEL SORTEO DE 5 BICICLETAS Y 5 MOTOS.



afasci afasci @afasci afasci@afasci.coop
AFA Mwili www.afasci.coop



PROMOCIÓN VÁLIDA HASTA EL 08 DE OCTUBRE DE 2016. CONSULTE BASES Y CONDICIONES INGRESANDO A WWW.AFASCL.CO.09/SUBITE2016

[illegible]

SUMARIO**4 SALUD Y BIENESTAR**

- Temporada de alergias.
- Estrés. Entrevista:
Dr. Oscar Bottasso.

10 CULTURA Y SOCIEDAD

- Nadando en aguas de Río.
- Música y cerebro.
Entrevista: Fernando Ciraolo.
- Economía social.
Entrevista: Eduardo Fontenla.

18 SOSTENIBILIDAD Y MEDIO AMBIENTE

- Nota de tapa:
Capitales del futuro.
- Espacios inclusivos.
Entrevista: Elsa Zorrilla.

25 INNOVACIÓN Y DESARROLLO

- Visitamos el Instituto Maiztegui de Pergamino.

28 FEDERADA SALUD

- Nuevas oficinas.
- Farmacia Villa María.
- Acciones.
- Bebés Federados.

EDITORIAL**Vida de calidad**

En el concepto de “calidad de vida” se suelen englobar aspectos sociales, económicos, medioambientales y emocionales, como así también cuestiones referidas a la salud de las personas. Independientemente de su complejidad y amplitud, lo más interesante a destacar hoy parece ser el hecho de que se trata de un concepto que ha ido abandonando con el correr del tiempo los ámbitos exclusivos de la sociología, la medicina o la política, para instalarse en cada uno de nosotros como una aspiración a la que debemos dedicarnos a diario. Paradójicamente, aún en el momento en que contamos con todas las herramientas e información necesarias para mejorar nuestra calidad de vida, el devenir de nuestras sociedades, el ritmo vertiginoso del trabajo y las exigencias diarias, muchas veces terminan por convertirla en algo cada vez más lejano. En contrapartida, tendemos a reemplazarla por el acceso a más y nuevos servicios o bienes materiales, hasta confundirla finalmente con mero confort.

Quizás sea tiempo de pensar detenidamente qué tipo de ciudades estamos habitando (y en paralelo, qué ruralidad se va conformando), qué programas educativos diseñamos, qué clase de espacios laborales constituimos, qué modelos de empresa, qué patrones productivos y cuál es la forma de relacionarnos con los demás, de incluirlos en causas propias o de sumarnos en las ajenas, cómo y cuándo es necesario competir. Quizás sea tiempo de pensar en nuestras motivaciones internas y desafíos personales, al igual que en el tipo de esparcimiento que nos dedicamos. Por ello, en este número de Buenas & Sanas le brindamos un espacio a todas esas cuestiones que nos permitirán, en definitiva, llevar verdaderamente una vida de calidad.

Consejo de Administración
Fundación Federada 25 de Junio

Dirección General: Consejo de Administración Fundación Federada 25 de Junio.

Edición: Gerardo Bussi. Manuel Espertino. **Redacción:** Nicolás Aramendi. Gerardo Bussi. Emmanuel Paz. **Diseño Gráfico:** Farías Roger. **Impresión:** Borsellino Impresos. Revista impresa en papel de fibra de caña de azúcar Ilusión 90 g/m².

Registro de la propiedad intelectual en trámite. Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción total o parcial sin previa autorización.

Fundación Federada 25 de Junio. Moreno 1222 Piso 2 (2000) Rosario. Tel. (0341) 4208800. Correo electrónico: fundacion@federada.com | buenasysanas@federada.com





TEMPORADA DE ALERGIAS

> Las alergias ocurren cuando el sistema de defensa natural del cuerpo (sistema inmunitario) reacciona de manera exagerada a distintas sustancias alergénicas. Estos alérgenos pueden encontrarse en el medio ambiente –tal es el caso de las alergias al polen o a los ácaros del polvo, que pueden causar congestión o goteo nasal, ojos irritados y llorosos, tos–; o en los alimentos –generalmente causantes de picazón en la piel, urticaria, hinchazón de los labios u otros síntomas–.

Por su parte, las alergias al medio ambiente también pueden desencadenar el asma, un problema respiratorio común cuyos síntomas incluyen respiración jadeante con sibilancias, tos y dificultad para respirar. Los irritantes como el humo, la contaminación del aire y los vapores, también pueden desencadenar el asma.

Si bien cada organismo puede reaccionar a varios alérgenos de diferente manera, la mayoría de las reacciones alérgicas son leves aunque molestas, mientras que otras pueden ser repentinas e incluso poner en riesgo la vida.

PLAN DE ALERGIAS ESTACIONALES

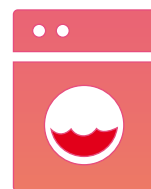
Contar con un plan para evitar los factores desencadenantes de la alergia puede ser de ayuda para llevar una vida activa y sentirse bien. El polen, el polvo y el moho son algunos de los factores desencadenantes más difíciles de evitar ya que se encuentran en todas partes, y en general, todos juntos. Por ello, es necesario comenzar los tratamientos antihistamínicos antes de que aparezcan los primeros síntomas. Entonces, quienes tienen alergias en primavera –por ejemplo, cuando se registra un alto conteo de polen– deberán iniciar el tratamiento un mes antes del período de alergias y continuarlo hasta que el mismo finalice (por lo general, en diciembre).

Del mismo modo, puede ser de utilidad incorporar ciertos hábitos, como mantener cerradas las ventanas del auto; utilizar el aire acon-

Lavarse
manos y cara



Lavar ropa de
cama con agua caliente



Ventilar
15' diarios



dicionado en lugar ventiladores; lavarse bien la cara y las manos luego de haber permanecido al aire libre; cambiarse de ropa frecuentemente, etc.

No obstante, y a pesar de realizar los mayores esfuerzos, muchas veces el polen y el moho llegan al interior de la casa. Simples opciones de limpieza o decoración pueden contribuir a reducir la exposición a los alérgenos:

- Elegir muebles que no acumulen alérgenos;
- Eliminar alfombras, cortinas y otros objetos que acumulen polvo, ácaros del polvo, polen, moho y pelo de animales. En su defecto, aspirar semanalmente este tipo de superficies.
- Cubrir el colchón y las almohadas con fundas especiales que no permitan el ingreso de sustancias alergénicas.
- Evitar las mantas de lana o plumón y las almohadas de plumas.
- Mantener la casa seca y limpia, especialmente los dormitorios.
- Al anochecer, ventilar la casa al menos 15 minutos diarios.
- Lavar la ropa de cama con agua caliente.
- Limpiar con frecuencia las superficies del baño y la cocina con un limpiador comercial que contenga cloro o blanqueador para reducir el crecimiento de moho.
- Bañar a las mascotas cada 2 semanas y mantenerlas fuera de la habitación.

Fuente: Kaiser Permanente

Limpiar con
frecuencia



Aspirar
semanalmente



Bañar cada
2 semanas



EAU THERMALE
Avène
YsthéAL

Previene y corrige los primeros
signos del envejecimiento
cutáneo



ESE ENEMIGO A COMBATIR LLAMADO ESTRÉS

El doctor en Medicina e investigador del Conicet, Oscar Bottasso, analiza el estrés en la sociedad actual. "Nos exigimos mucho más de lo que realmente somos capaces de afrontar y andamos a los tropezones", sostiene.



El tránsito es un caos. Las noticias atomizan. Hay responsabilidades múltiples y fiebre por la última tecnología. La práctica de fútbol del nene empieza a las ocho. Hoy es el cumpleaños de la nena... En el año 2016, el día debería tener más de 24 horas. Los tiempos no alcanzan y el estrés domina.

Para conocer en profundidad este estado emocional de las personas y cómo intentar combatirlo, Buenas & Sanas dialogó con el doctor en Medicina Oscar Bottasso, investigador principal del Conicet, docente de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Rosario y miembro del Instituto de Inmunología Clínica y Experimental de Rosario.

"La primera significación del término estrés se refería a cualquier situación que implicara amenaza. Alrededor de los años 30, se lo vinculó con los mecanismos de respuesta a las situaciones de amenaza y se describieron las tres fases típicas de una respuesta de adaptación: alarma, resistencia y agotamiento", indica el especialista. A juicio de Bottasso, el ser humano está expuesto a situaciones estresantes, cuyos factores, en su mayoría, son externos. "Identificados los factores estresantes, sobreviene la respuesta que montamos ante tal situación; cada persona lo hace de un modo muy singular. Ciertamente es que cuando soplan vientos muy fuertes no es fácil caminar sin trastabillar. Allí ingresamos a la zona del distrés (o estrés negativo) y eso tiene un grado de repercusión orgánica, en buena medida influenciado por la durabilidad del estímulo y la vulnerabilidad propia de cada individuo. El llanto del cuerpo, o del dolor mental, si se quiere, se expresan de diversas maneras y con distinto grado de intensidad", explica.

¿Cómo reacciona el sistema psico-inmuno-endocrino ante un estado de estrés?

La situación de estrés comienza a cobrar jerarquía cuando el estímulo persiste. La coordinación de las respuestas ante los diversos estímulos

estresantes se da en una zona del cerebro denominada hipotálamo, la cual recibe información somatosensorial, auditiva, visual, como así también del área límbica (donde se integran los aspectos emocionales y cognitivos). El hipotálamo genera una serie de factores que actúan sobre la glándula hipófisis, que es una suerte de directora de la orquesta endocrinológica, ya que se encarga de regular el funcionamiento de las glándulas productoras de hormonas, por ejemplo, adrenal, gonadal y tiroides. En paralelo, el sistema nervioso autónomo tiene a su cargo la liberación de neurotransmisores. En el caso que nos ocupa, los más relevantes son las catecolaminas; la más popularizada, precisamente, la adrenalina. Cuando el estrés deviene claramente nocivo prepondera la presencia de cortisol y adrenalina, que son mediadores con una amplia gama de efectos sobre el organismo y responsables, al hallarse en concentraciones suprafisiológicas (por encima de lo normal), de una serie de trastornos que van desde la afectación cardiovascular hasta la inmunológica, pasando por una serie de desórdenes metabólicos. Si la situación se perpetúa, el cuerpo enviará señales de alarma a las que deberemos atender debidamente.

¿Cuáles son los principales factores que generan estrés negativo (distrés)? Más allá de los consejos médicos, ¿qué acciones diarias debe modificar la persona para combatirlo?

Desde lo que uno percibe, el elemento fundamental que subyace en la mayor parte de los estados de estrés negativo es una falta de reconocimiento de nuestras limitaciones. Es imperativo que uno pueda reconciliarse con ellas. Si no conseguimos o no deseamos identificarlas, nuestro tránsito se tornará limitado. Yo diría que éste es el salto cualitativo que debe darse. A partir de allí, todo resultará más fácil de atemperar. El deporte, la música y la recreación son antídotos que el hombre ha venido usando desde hace tantísimo tiempo puesto que todos estos recursos





Fotos: Gustavo Villordo

logran contrarrestar esa carga negativa, aunque de modos diversos. No es lo mismo sentarse a escuchar una sinfonía de Brahms que jugar un partido de fútbol. En la definición de persona, San Agustín hablaba de aquella dimensión exclusiva e irrepetible que tiene cada miembro del género humano. Cuánto esfuerzo inútil en tratar de ser diferentes cuando ya lo somos por naturaleza.

“Vivimos una época signada por el mandato de convertirnos en seres inexorablemente exitosos o, al menos, que los demás nos vean así. Ergo, nos exigimos mucho más de lo que realmente somos capaces de afrontar y andamos a los tropezones”.

¿La sociedad es consciente de los ritmos acelerados de vida que frecuentemente se aprecian en las acciones cotidianas y del estrés que ello genera?

Desde una perspectiva individual, creo que sí lo es. El punto es que vivimos una época signada por el mandato de convertirnos en seres inexorablemente exitosos o, al menos, que los demás

nos vean así. Ergo, nos exigimos mucho más de lo que realmente somos capaces de afrontar y andamos a los tropezones. Bajarse de ese tren requiere de una profunda reflexión y trabajo interior. Cuando abordamos estas cuestiones, recuerdo el poema “Si”, de Kipling, donde señala: “Si puedes conocer al triunfo y la derrota, y tratar de la misma manera a esos dos impostores”. Una síntesis perfecta, que uno nunca debería dejar de lado. Lamentablemente, en la carrera de perseguir la zanahoria desatendemos este sabio consejo.

¿El estrés negativo predomina en determinadas edades, género, profesiones, ciudad o situaciones particulares?

Me movilizo mayoritariamente a través de los ómnibus urbanos y eso me posibilita advertir personas, particularmente adolescentes, que van escuchando una música atronadora, la cual uno puede llegar a percibir a través de los audífonos. A grandes rasgos, uno podría arriesgar que en la franja poblacional de los jóvenes se vislumbra una tendencia a las emociones fuertes, deportes de riesgo y las fiestas electrónicas, por ejemplo. El estrés negativo es mucho más transversal; el



hilo conductor que une a las situaciones de esta naturaleza es una suerte de acorralamiento. Individuos atrapados en un brete por razones que, en general, están fuera del propio control, aunque algunos han dado pasos firmes para llegar a ese estado de cosas.

¿Las personas estresadas acuden a profesionales habitualmente o asimilan esta situación como algo normal en su vida laboral, familiar o conyugal?

Una gran franja de las personas estresadas termina incorporando/aceptando este *modus vivendi*. En algunos casos, es probable que no existan demasiadas opciones para salirse de esa situación. En otros, habría un modo de despegarse pero termina ganando el status quo, porque la “recompensa” sigue teniendo su encanto. En líneas generales, con el tiempo, el vino se terminaría agriando. Mi impresión es que no concurren a la consulta médica todos los que deberían hacerlo.

“La persona debe volver a situarse en el centro y privilegiar su integridad, lo cual implica tener en cuenta las esferas biológicas, psicológicas y axiológicas”.

¿Cómo podrían colaborar desde los gobiernos e instituciones privadas para intentar reducir el estrés de su población?

No suena fácil, porque la intrincada maraña en la que nos toca vivir es estresante en sí misma y, de momento, no pareciera que la aldea global tenga intenciones firmes de revertir esta situación. Lo que sí podemos hacer como sociedad e individuos es tomar conciencia y, a partir de allí, trabajar desde la educación para dejar de idolatrar a dioses que no son tales. La persona debe volver a situarse en el centro y privilegiar su integridad, lo cual implica tener en cuenta las esferas biológicas, psicológicas y axiológicas. En la concepción de los griegos sobre persona, ellos la asimilaban a una especie de máscara (*prósopon*) de la que nos valemos. El desafío, quizá, resida en encontrar un disfraz que no nos resulte incómodo o inadecuado.

¿Qué papel, considera, tienen los incesantes avances tecnológicos en materia de estrés?

La tecnología es una amalgama entre técnica y conocimiento científico. Muy a menudo la tecnología hace posible la investigación científica, y

muchos descubrimientos científicos no se habrían producido de no contar con avances tecnológicos. Así, la tecnología halla su legitimación y bienvenida sea. El lado oscuro se da cuando, a partir de este envión, decidimos sin tapujos que, si algo puede hacerse, pongámonos ya mismo a trabajar en esa dirección; los medios justifican el fin y se vuelven soberanos. (...) Nos están endulzando con la quimera de que llegaremos a tener el control absoluto de todo lo que nos rodea. Pero antes de poblar el futuro, habrá que barajar los riesgos. Y para ello es imperioso apelar a la sabia reflexión de Hans Jonas sobre el principio de precaución. Hoy en día, la conciencia pública de los riesgos cotiza muy mal. Más allá del estrés que condiciona el empeño en acceder el objeto tecnológico (abundan los ejemplos), nos aguardarán nuevas fuentes de estrés, en tanto sigamos ensuciando sin saber cómo limpiar, sin divisar estrategias para ponderar los daños que podríamos estar produciendo, habida cuenta que, sin darnos cuenta, nos vamos incorporando a esa máquina potencialmente generadora de peligro.





UN ESPACIO PARA LOS ASOCIADOS Y LA COMUNIDAD

Federada Vacunación cuenta con todas las vacunas oficiales provistas por el Ministerio de Salud de la Provincia de Santa Fe, dando así cumplimiento al Calendario de Vacunación Obligatorio. Además:

- Disponemos de vacunas comerciales opcionales para quienes desean ampliar su cobertura en inmunización.
- Todos los jueves, continuamos con la Campaña contra la Fiebre Hemorrágica Argentina, vacunando con Candid #1.
- Si estás por viajar, consultanos por la vacunación contra la Fiebre Amarilla y otras inmunizaciones que pueden ser necesarias en tu lugar de destino.



Acercándote al Centro de Vacunación, nuestros profesionales te brindarán el mejor asesoramiento.

CAMPAÑA DE VACUNACIÓN ANTIGRIPIAL 2016

Este año colocamos más de **2.600** dosis, entre adultos y pediátricos. Sin lugar a dudas un verdadero logro que no hubiese sido posible sin el interés y la participación de todos nuestros asociados y la comunidad en general.

CENTRO DE VACUNACIÓN ROSARIO

Moreno 1143

Tel.: (0341) 426-3343 Int. (279)

Horario: Lunes a viernes de 08:00 a 14:00 hs

Foto: Pierre-Yves Beaudouin



NADANDO EN AGUAS DE RÍO

Al cierre de esta edición, la hermanas Etel y Sofía Sánchez comenzaban su participación en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro, el punto cúlmine de dos vidas sincronizadas al ritmo del deporte y el sacrificio.



Las hermanas Etel y Sofía Sánchez consiguieron su clasificación por segunda vez consecutiva para disputar la máxima cita de un deportista en la disciplina de nado sincronizado. Su estreno había sido en 2012, en los juegos de Londres, cuando recibieron una invitación especial. "Londres fue más emotivo -cuenta Sofía-, porque nos fuimos sin clasificar y después nos llegó una carta en la que nos invitaban a los juegos". En cambio, esta oportunidad las encontró mucho más maduras en la disciplina y las vio clasificando tras obtener el 13° puesto en el Centro Acuático María Lenk, en el barrio carioca de Barra da Tijuca, en el certamen clasificatorio.

Además de ser hermanas, Sofía y Etel son mellizas: "tenemos una mística entre nosotras y un entendimiento que pocos grupos tienen", dicen. El gran parecido entre sus caras y sus cuerpos, se convirtió en una gran ventaja a la hora de diagramar sus coreografías y de ejecutarlas en la piletta. Sin embargo, es de destacar que esta facilidad no volvió menos rigurosos sus entrenamientos y la preparación que les conlleva mantenerse en los primeros planos de la competencia internacional.

Pese al carácter amateur de su práctica, ambas entrenan a lo largo de todo el año como si se tratara de un trabajo profesional. "No entrenamos únicamente para un torneo, sino que entrenamos siempre igual", afirma Sofía. Una jornada de entrenamiento puede durar hasta seis o siete horas, en las que se trabaja en lo físico, con un trabajo de gimnasio; natación, con ejercicios en el agua; y la parte de coreografía o danza, es decir, lo específico del deporte que es el entrenamiento de las rutinas.



SIGUIENDO UNA TRADICIÓN

En los Juegos de Barcelona 1992, los dúos formados por Karen y Sarah Josephson (EUA) y Penny y Victoria Vilagos (Canadá) ganaron oro y plata, respectivamente. El detalle es que ambos dúos estaban formados por hermanas gemelas. Brasil, el anfitrión de los Juegos de 2016 Olímpicos, también tiene una historia de hermanas gemelas compitiendo en nado sincronizado: Isabela y Carolina de Moraes representaron al país en los Juegos de Sídney 2000 y Atenas 2004.



El roce internacional fue el otro factor que las llevó a formar parte de la élite deportiva, dado que se trata de un deporte que se va actualizando año tras año. En ese plano reconocieron virtudes en algunos de sus rivales, que son verdaderas potencias mundiales, como por ejemplo Rusia y España. Rusia cuenta con una rica historia en el torneo internacional, con nada menos que cuatro preseas doradas; España, tiene tres de plata y una de bronce, y tienen parte de la admiración del dueto argentino ya que se identifican con ellas: “Las ves fracasar, levantarse... son más artísticas y se parecen más a nosotras”.

La aproximación de Sofía y Etel al deporte fue desde muy pequeñas. Su madre las llevaba a practicar natación junto a su hermano, quien además resulta ser su trillizo. Según relatan, comenzaron practicando natación los tres juntos y al cumplir ocho años, el varón decidió practicar waterpolo, mientras que ellas abrazaron el nado sincronizado: “Veíamos que en el andarivel de al lado había nenitas que nadaban con música y tenían lentejuelas y nos empezó a gustar un poco más eso”.

Ya tienen mucho recorrido desde que eran aquellas dos niñas que se enamoraron de los trajes brillantes y de la danza, pero su entusiasmo fue siempre en crecimiento y lograron desempeñarse en alto rendimiento. Entrenando siempre en el Club Gimnasia y Esgrima de Rosario, bajo la tutela de Mónica López y su equipo, son las únicas referentes de la disciplina a nivel nacional.



NADO SINCRONIZADO

Las atletas se evalúan en tres aspectos: ejecución, dificultad e impresión artística, que incluye coreografía, interpretación de la música y forma de presentación. El tiempo de presentación para los dúos puede ir de 2 min 20s a 3min y, para los equipos, de 2min 50s a 4 min. Durante las presentaciones, las atletas no pueden utilizar el fondo de la piscina para apoyarse o para ayudar a una compañera. Las piscinas tienen sistemas de sonido dentro del agua para que las atletas acompañen la música de la coreografía.



Créditos para PyMes, comercio y agro
Créditos para consumo y prendarios
Ahorro mutual a término (plazo fijo)
Subsidios para socios

Suc. Rosario-Centro
San Lorenzo 1255 | (0341) 4217474

Suc. Rosario-Sur
San Martín 4010 | (0341) 4623957

Suc. Aldao
Logomarsino 126 | (03476) 482000

Suc. Arroyo Seco
San Martín 581 | (03402) 427445

Suc. Bouquet
San Martín 498 | (03471) 496244

Suc. Capitán Bermúdez
Av. San Lorenzo 701 | (0341) 4912411

Suc. Fray L. Beltrán
Av. San Martín 1159 | (0341) 4919564

Suc. Luis Palacios
F. Quiroga 603 | (03476) 499114

Suc. María Susana
Rivadavia 787 | (03401) 467177

Suc. Puerto Gral. San Martín
Córdoba 469 | (03476) 432600

Suc. San Lorenzo
Av. San Martín 1782 | (03476) 431112

Suc. Serodino
Las Heras 860 | (03476) 490487

Suc. Timbúes
Mitre 506 | (03476) 495353

Suc. Tofaras
Bv. Colón 1046 | (03476) 461012

Red de 15 sucursales en la provincia
30.000 asociados
Servicios ágiles y de resolución inmediata
Atención personalizada

Mutual AGINCO
Casa Central y Suc. Rosario-Alberdi
Bv. Rondeau 3631 | (0341) 4530970 | Rosario

“LA ECONOMÍA SOCIAL ES UNA ALTERNATIVA PARA MEJORAR LA COMPETITIVIDAD”

El Lic. en Cooperativismo y Mutualismo, Eduardo Fontenla, actualmente miembro del Directorio del Instituto Nacional de Asociativismo y Economía Social (INAES), compartió con Buenas & Sanas su análisis sobre las ventajas de la economía social y los alcances del cooperativismo y el mutualismo en Argentina.

¿Cuán desarrollado está el cooperativismo y el mutualismo en Argentina? ¿En qué regiones tienen mayor preponderancia?

Hay una importante presencia de la economía social en nuestro país, que coincide con las regiones de mayor desarrollo. No obstante, es un sector con presencia y contributivo en zonas de menor desarrollo y en comunidades o pueblos chicos y distantes de las grandes ciudades. Es importante el anclaje local y el interés de las mutuales y cooperativas por sus comunidades.

¿Por qué los diferentes sectores de la actividad deberían apostar por la economía social? ¿Es una vía competitiva hoy, sobre todo, para pymes?

La matriz empresaria de las organizaciones de la economía social es una respuesta inteligente de las personas cuando hay necesidades y el recurso, como la escala productiva y/o de servicios que poseen, es pequeño. Es una alternativa para lograr y mejorar la competitividad ya que permite a los actores de pequeñas y medianas dimensiones económicas funcionar como grandes en el mercado y mejorar la calidad de sus servicios. En síntesis, las mutuales y las cooperativas son buenas opciones empresariales en cualquier economía.

“El cooperativismo no debe ser una imposición ante la crisis, porque el tránsito de una relación laboral de dependencia a una relación de trabajo asociativo significa un cambio cultural y organizacional importante”.

Muchas firmas importantes se encuentran hoy en la cuerda floja... ¿Una salida viable para la recuperación de empresas es el cooperativismo?

Es una salida viable siempre y cuando la decisión de formar una cooperativa de trabajo sea libre y voluntaria de los trabajadores de la empresa o fábrica en crisis. El cooperativismo no debe ser una imposición ante la crisis, porque el tránsito de una relación laboral de dependencia a una relación de trabajo asociativo significa un cambio cultural y organizacional importante, a la par del proceso de autogestión en lo productivo y/o industrial.

¿Cómo se encuentra Argentina en materia de desarrollo de la economía social respecto a otros países?

Es significativa su presencia en actividades económicas y de servicios, y en la población asociada a mutuales y cooperativas. El número de mutuales a nivel nacional es de 4.725, que tienen 5.781.214 asociados; en la Provincia de Santa Fe funcionan 851. El total de mutuales de salud en Argentina es de 1.408 y las cooperativas de salud son 136 entidades. Por ejemplo, el 97% de la electrificación rural fue realizada por cooperativas. En exportación de granos, en el primer trimestre del año 2016, la Asociación de Cooperativas Argentinas Coop. Ltda. (ACA) ocupó el 3er lugar superando el millón de toneladas y Agricultores Federados Argentinos Coop. Ltda. (AFA) el 10° lugar tanto en granos como en aceites. También debemos mencionar que la forma asociativa-cooperativa es la manera correcta de organizar la agricultura familiar.

Sólo algunos datos complementarios, a título ilustrativo de otros países: en Brasil, la mayor economía del MERCOSUR, las cooperativas producen el 72% del trigo, el 43% de la soja, el 39% de la leche, el 38% de algodón, el 21% del café, con exportaciones superiores a los 1.300 millones de dólares. En el servicio de salud conocemos a Unimed, fundado en 1967, que es una red



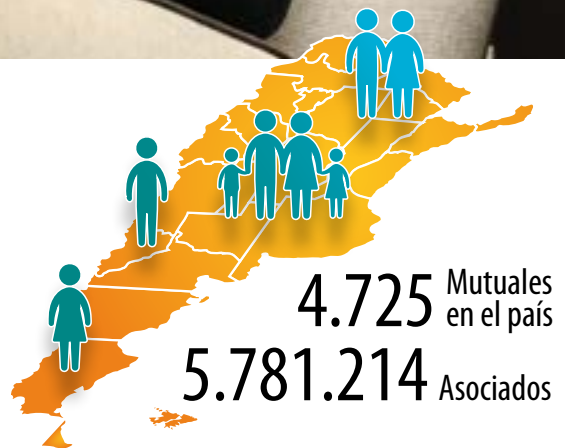


Fotos: Gustavo Villordo

de asistencia médica cooperativa presente en el 84% de territorio nacional, y presta servicios a 19 millones de beneficiarios. De Bolivia, podemos decir que una cooperativa de ahorro y crédito administra y gestiona la cuarta parte de los ahorros nacionales.

Usted decía en el último seminario de Colsecor que el INAES será una herramienta para acompañar el desarrollo. ¿Qué metas se trazó el INAES para los próximos años?

En el encuentro de las cooperativas de telecomunicaciones en Córdoba comentamos y explicitamos los objetivos del INAES como organismo descentralizado, dependiente del Ministerio de Desarrollo Social de la Nación, que ejerce funciones en materia de promoción, desarrollo y fiscalización de la acción cooperativa y mutual. A su vez, reiteramos la decisión de la Ministra de Desarrollo Social, Carolina Stanley, que propuso enaltecer el INAES. En tal sentido, estamos trabajando en equipo en la reorganización funcional, en la promoción y desarrollo, en el control público y en revalorizar los canales institucionales de participación. En este sentido, destacamos dos componentes estratégicos en este trabajo, que serán, por un lado, buscar y facilitar la participación activa del estamento joven y, por el otro, tender a un equilibrio de género institucional. His-



tóricamente, hubo demasiados varones en los órganos de administración y sindicaturas de las cooperativas y mutuales.

¿Cree que con la actual administración nacional, el cooperativismo y el mutualismo podrán desarrollar sus potencialidades?

Estoy convencido de que si articulamos políticas públicas del Estado Nacional en materia de economía social en los distintos estamentos y diseñamos acciones con los Estados provinciales y municipales, vamos a hacer algo diferente para potenciar el espacio y la contribución al desarrollo sostenible de la Argentina. Pero para hacer juntos es necesario que pensemos juntos y esto es todo un desafío especialmente para el estamento dirigencial.



LA MÚSICA COMO DIRECTORA DE ORQUESTA DE NUESTRO CEREBRO

El reconocido maestro y director de orquesta, Fernando Ciraolo, habló sobre la relevancia de escuchar o practicar música en nuestra salud. En ese sentido, se refirió al espacio que las instituciones educativas del país le brindan a la música como actividad curricular para niños y adolescentes.

> La música es parte de la vida de casi todos –por no decir todos– los seres humanos. Pero no todos –por no decir casi nadie– conocen las virtudes de la música sobre la salud y el bienestar de las personas. “El entrenamiento musical está relacionado con el desarrollo cerebral y eso hace que se mejore la capacidad de memorizar y razonar a edades muy tempranas”, indica el maestro y director de orquesta, Fernando Ciraolo, italiano de nacimiento pero de frondosa formación musical en Rosario.

“Cuando un niño toca algún instrumento o escucha música que le resulta placentera, se activan muchas áreas del cerebro en forma global, y eso se debe a que nuestro cerebro tiene plasticidad neuronal, o sea, la capacidad de adaptarse facilitando la constante reorganización neuronal”, explica Ciraolo.

Dada su rica trayectoria tanto en Argentina como fuera del país, Ciraolo fue convocado hacia finales de 2015 al III Congreso Argentino de Psiquiatría, Neurociencias y Psicoterapias, en donde presentó “Música y cerebro, una sinfonía neuronal”. Además, ha trabajado en Rosario junto al Dr. Jorge Nagel (eminencia en Neurología, miembro fundador de la Asociación Argentina de Neuroradiología Diagnóstica y Terapéutica), quien, según asevera, “tiene especial interés y devoción en profundizar sobre esta temática”.

Tal como destaca Ciraolo en diálogo con Buenas & Sanas, “los neurocientíficos están particularmente interesados en descifrar qué pasa en el cerebro de los músicos y, sobre todo, en el de los directores de orquesta.” Los neurólogos Oliver Sacks y Facundo Manes, como así también el biólogo molecular Estanislao Bachrach, también dirigen sus investigaciones a esta relación música-medicina que “domina nuestras vidas, ya que la música no sólo nos produce emociones elevadas o actúa mejorando la memoria, sino que también puede sumirnos en la depresión, cuando ella no es la adecuada”, sostiene.

“Desde tiempos remotos, el sonido tuvo un fin utilitario que le servía al hombre como forma de comunicar sus preocupaciones, necesidades y emociones, implorar la lluvia, curar enfermedades, etcétera”, explica Ciraolo y prosigue: “más adelante, en la época de los antiguos clásicos, se sabía que la música podía facilitar la persuasión y la armonía social, y que la educación musical cum-



“Se ha comprobado que el cerebro responde al estímulo musical y que al hacer música, se activan conexiones en varias regiones cerebrales involucradas en la emoción, la cognición, el movimiento y la memoria”.





Fotos: Gustavo Villordo

FERNANDO CIRAOLO

Nació en Agrigento (Italia) y cursó sus estudios en la Escuela de Música de la Universidad de Rosario. En 1980, fue becado por el Gobierno de Brasil para participar del Curso Internacional de Música de Brasilia, en Dirección Coral y Orquestal. Gana por concurso la Beca otorgada por el Gobierno Italiano a los Cursos de Post-graduados en Didáctica y Dirección Orquestal desarrollados en el Conservatorio "Santa Cecilia" de Roma. Durante 1985 a 1990, se desempeñó como Director Asistente de la Orquesta Sinfónica Provincial de Rosario.

Ha dirigido como Maestro invitado la Orquesta de la Municipalidad de Buenos Aires, Orquesta Sinfónica "Juan de Dios Filiberto", Orquesta Sinfónica de la Universidad de San Juan, Orquesta Sinfónica de Mar del Plata, Orquesta Sinfónica de Santa Fe, la Orquesta Sinfónica Nacional, la Nueva Orquesta Clásica de El Salvador, la Orquesta del Centenario Teatro El Circulo y la Orquesta de la Universidad de Campo-basso -Italia-.

Ha sido designado Jurado en Concursos Internacionales de Música, y ha dictado cursos y seminarios de Dirección Orquestal en la Escuela Nacional de Música y en la de la Universidad Nacional de Rosario, y MasterClass de Dirección en la Universidad de Campo-basso, Italia.

En 1994, fue distinguido con la condecoración de Cavaliere nell'Ordine al Mérito Della Repubblica Italiana.

En 2006 el Gobierno italiano le otorga la distinción de "Commendatore". El mismo año el H. Concejo de deliberantes de Rosario lo designa Músico Ilustre de la Ciudad.

Actualmente, es Director del Ensamble de Vientos Municipal, del Coro del Jockey Club de Rosario, el Coro del Colegio de Escribanos de Rosario. También es fundador y actual Director musical de la Orquesta de Cámara Municipal de Rosario.

plía una función de primer orden en el conocimiento de la verdad, el equilibrio y el perfeccionamiento de la Ciudad-Estado. (...) Y en estos últimos tiempos, con la creación del tomógrafo y las neurociencias en la búsqueda de respuestas, se ha comprobado que el cerebro responde al estímulo musical y que al hacer música, se activan conexiones en varias regiones cerebrales involucradas en





AGENDA:

- Septiembre de 2016
Ecuador:
Director invitado para dirigir la Orquesta Sinfónica de Loja.
- Septiembre de 2016
Teatro El Círculo:
"Una noche de Película." Concierto homenaje de las grandes obras musicales de bandas sonoras originales del cine.
- Diciembre 2016
Monumento Nac. a la Bandera:
Concierto de Fin de año
"Camino a la Navidad".

la emoción, la cognición, el movimiento y la memoria." Es así que "quien ejecuta un instrumento procesa información de secuencias complejas, en donde se involucran casi todas las áreas del cerebro a la vez, tanto del hemisferio derecho como el izquierdo, por lo que la música opera o actúa como un activador de las conexiones neuronales", concluye Ciraolo.

MÁS MÚSICA EN LA EDUCACIÓN

Con todas estas cualidades, cabe preguntarse entonces ¿qué espacio le otorga la educación curricular a la Música? Según Ciraolo, "se están haciendo enormes esfuerzos para sostener la educación musical en los diferentes niveles", pero es una tarea "compleja cuando hay tantas otras necesidades imperiosas que satisfacer en vastos sectores de nuestra sociedad."

En ese sentido, las Orquestas Escuelas son actualmente una nueva implementación para desarrollar el arte musical, y además, "dan contención y sociabilizan a los niños". No obstante, Ciraolo aclara que "este proyecto educativo, que en otros países ha dado excelentes resultados, en Argentina está en crisis, porque no se quiere o no se entiende que la creación y la sensibilidad a la belleza por medio de la música es un componente fisiológico del bienestar del hombre. (...) En Suiza, por ejemplo, la música tiene rango constitucional, por lo que se debe practicar en todos los niveles educativos, incluso en la universidad."

Coinag

SUELDOS

Los mejores productos
y servicios para
su Pago de Sueldos.



Sucursal Rosario Alberdi:
Bv. Rondeau 2120, 2000 Rosario
Tel.: +54 (341) 4552999 / 4555888

Sucursal Rosario Centro:
Mitre 602, 2000 Rosario
Tel.: +54 (341) 4229000

Sucursal Rosario Sur:
Avda. San Martín 5050, 2000 Rosario
Tel.: +54 (341) 4644155

Sucursal Capitán Bermúdez:
Av. San Lorenzo 401, 2154 Cap. Bermúdez
Tel.: +54 (341) 912412 / 4912425

Sucursal San Lorenzo:
Avda. San Martín 994, 2200 San Lorenzo
Tel.: +54 (3476) 431882 / 427035

Sucursal María Susana:
Rivadavia 701, 2527 María Susana
Tel.: +54 (3401) 467333 / 467323

Sucursal Totoras:
9 de Julio N° 1380, 2144 Totoras
Tel.: +54 (3476) 460220 / 461331

Casa Central:
Mitre 602, 2000 Rosario
Tel.: +54 (341) 4229000
www.bancocoinag.com



Banco Coinag
El banco de la región y la gente



TU NÚMERO DE ASOCIADO. TU BENEFICIO MÁS IMPORTANTE.

-20%

Si sos asociado de Federada Salud tenés un 20% de descuento adicional en medicamentos, que se suma a la cobertura de tu plan.

-25%

Además, podés acceder a un 25% de descuento en medicamentos de venta libre o fuera de cobertura



También, podés debitar las compras en tu cuota mensual sin la necesidad de abonar en efectivo.

COMUNICATE CON NOSOTROS

BAHÍA BLANCA: Av. Colón 211 | farmaciabahiablanca@federada.com

CIPOLETTI: Pacheco 280 | farmaciacipolletti@federada.com

CÓRDOBA: Esquiú 501 | farmaciacordoba@federada.com

ROSARIO: Moreno 1143 | farmaciarosario@federada.com

SANTA ROSA: Moreno 364 | farmaciasantarosa@federada.com

VENADO TUERTO: Alvear 851

farmaciavenadotuerto@federada.com



FEDERADA SALUD
COBERTURA MEDICA DESDE 1963

CAPITALES DEL FUTURO

En medio de una crisis internacional definida por la escasez de recursos, el deterioro del medio ambiente y el aumento de la desigualdad social, las ciudades sostenibles son una esperanza para generar conciencia y una mejor calidad de vida.



> Como una primera aproximación, algo simplista, podemos definir a una ciudad sostenible como aquel centro urbano que potencia su vida propia para poder sostenerse en el tiempo y el espacio, garantizándole a las generaciones presentes y futuras la plena capacidad para satisfacer sus necesidades. Debemos agregar que esa manera de perdurar implica, fundamentalmente, el respeto y preservación de los ciclos naturales de su entorno, lo que la convierte en un espacio con una fuerte conciencia ambiental. Asimismo, es necesario añadir a esta descripción un marcado énfasis en el desarrollo económico local, el suministro de servicios sociales de calidad y la reducción de la marginalidad.

Entre los elementos que distinguen a estas aglomeraciones pueden destacarse la presencia de vegetación nativa en buena proporción dentro del tejido urbano y de espacios públicos verdes. Por otro lado, pueden sumarse otras variables que también aplican a la infraestructura y a la coyuntura económica del lugar, como el uso de energía renovable, el agua proveniente de fuentes no tradicionales, la proporción de científicos e ingenieros en la población, y un índice trabajo/vivienda auspicioso.

La cantidad de edificios verdes también es un componente clave. Se trata de construcciones cuyo diseño está basado en un mejor aprovechamiento de los materiales, incluyendo la reutilización de los mismos, y un aprovechamiento óptimo de la energía. Algunos ejemplos que pueden citarse a nivel mundial son el Ayuntamiento de Chicago, el cual cuenta con un jardín en el techo que impermeabiliza la construcción y permite un control de la temperatura más eficiente, y el Edificio Cero Emisiones de Bayer, India, que cuenta con un sistema energético solar que abastece la construcción y genera excedentes junto a su sistema aislante que evita





el recalentamiento. En Argentina pueden citarse el edificio Madero Office y Barrancas de Lezama, ambos ubicados en la Ciudad de Buenos Aires.

Según los 17 objetivos marcados por las Naciones Unidas, la sostenibilidad no debe quedar reducida únicamente a la preservación del medio ambiente, sino que en ella entran también una serie de metas de tinte social. Entre éstas se incluyen el fin de la pobreza y del hambre, buenos niveles de salud y bienestar, educación de calidad, igualdad de género, trabajo decente y crecimiento económico, reducción de las desigualdades, paz, justicia e instituciones sólidas y alianzas para lograr objetivos.

La sostenibilidad ocupa un lugar de privilegio en la agenda de la ONU y el planeamiento urbano es uno de sus principales puntos a mejorar. De acuerdo al Informe mundial del Estado de las Ciudades 2016, se advierte que el crecimiento de las ciudades sin el planeamiento correspondiente pone en peligro el desarrollo a futuro. La falta de planificación fomenta la formación de villas miseria, la desigualdad y tiene "impactos desastrosos" en el clima. Además se muestran estadísticas que reafirman algunos conocimientos de los que ya flotan en el inconsciente colectivo, como el hecho de que la quinta parte de la población mundial vive en apenas 600 ciudades que generan un 60% del PBI mundial.

Como explicó el director ejecutivo de ONU Hábitat, Joan Closs, "lo que está sucediendo es una aceleración de la urbanización. No es una velocidad constante, sino una que se incrementa a cada paso y esto genera retos importantísimos a los países y a las administraciones locales en la gestión de este fenómeno". Además, basándose en un estudio sobre imágenes satelitales, señaló que apenas un 20 o un 25% de las ciudades a nivel mundial están correctamente

La quinta parte de la población mundial vive en apenas 600 ciudades que generan un 60% del PBI mundial.



LA SOSTENIBILIDAD URBANA EN LATINOAMÉRICA

La Red Ciudades es uno de los organismos que nuclea ciudades de once países latinoamericanos bajo la consigna de unirse para la creación de territorios más justos, democráticos y sostenibles. En este caso, Argentina se encuentra representada por la Ciudad Autónoma de Buenos Aires; las ciudades de Mendoza y Maipú, provincia de Mendoza; la ciudad de Córdoba; San Martín de los Andes, provincia de Neuquén; Santa Fe y Rosario, provincia de Santa Fe. De hecho, la capital santafesina fue promovida en noviembre del año pasado para presidir dicha organización. Además, junto a otras ciudades argentinas, integran el grupo de 292 municipios latinos, conocido como Mercociudades. Entre sus ejes de trabajo, se encuentra la promoción de la comunicación para favorecer el desarrollo de políticas de desarrollo sostenible.

planificadas y que el resto son muy precarias o espontáneas. Closs afirmó desde los medios de comunicación pública de Naciones Unidas que es mucho más difícil corregir la mala planificación una vez que la población ya se asentó; aunque también apuntó que el crecimiento de estos centros urbanos es una buena oportunidad para guiarlos hacia el cumplimiento de los objetivos planteados por el organismo mundial.

En resumen, es posible definir a la ciudad sostenible como una unidad poblacional caracterizada por una fuerte conciencia social y ecológica, cuyas metas son la conservación del ambiente, sostenerse en el tiempo y desarrollarse en todos sus niveles. Según la ONU, son una base fundamental para perpetuar la ruta de desarrollo constante de la raza humana. En estos términos, Copenhague (Dinamarca), San Francisco (Estados Unidos), Toronto (Canadá), Melbourne (Australia) y Reikjavik (Islandia) son actualmente las principales ciudades referentes en desarrollo sostenible a nivel mundial.

Es posible definir a la ciudad sostenible como una unidad poblacional caracterizada por una fuerte conciencia social y ecológica, cuyas metas son la conservación del ambiente, sostenerse en el tiempo y desarrollarse en todos sus niveles.

RESILIENCIA Y EDUCACIÓN: CONCEPTOS QUE CREAN SOSTENIBILIDAD

Para tener una visión más cercana sobre este tema, hablamos con Andrea Valsagna, secretaria de Comunicación y Desarrollo Estratégico y directora de Resiliencia de la ciudad de Santa Fe. La funcionaria apuntó a la educación como un eje fundamental para conseguir un cambio efectivo en el paradigma que gobierna la urbe y su planificación. "Cuando uno piensa que la sociedad tiene que modificar sus hábitos y conductas, la mejor manera es que se plantee desde el sistema educativo en sí mismo. Incluir en las currículas primarias cuestiones ecológicas y sobre el entorno en el que viven", explica. También señaló que justamente son las generaciones más jóvenes las que tienen mejor asimilados estos conceptos de preservación, dado que ocupan un lugar importante en la agenda pública.

Asimismo, destacó el rol preponderante que adquiere la resiliencia, entendida como la capacidad de los territorios para soportar y recuperarse de catástrofes, preparándose con antelación para los fenómenos naturales de su entorno. Ciudades como Lima (Perú), Santiago de Chile (Chile) y Campinas (Brasil) son algunos de los referentes en esta materia. "Se trata de dejar de pensar en la emergencia para pensar cómo tienen que modificarse los usos del suelo, los proyectos edilicios, el trabajo educativo, la atención de la salud, el involucramiento de las comunidades. Es un trabajo fuertemente articulado que hace que quede claro cuáles son las prioridades", afirma Valsagna.





Broker de Seguros

“La red de agentes de seguros más amplia del país”

San Lorenzo 1716 – (S2000ATZ) Rosario – Sta. Fe - Tel: 0341-5307630 (rotativas)
www.agraria-sa.com.ar



Estamos en cada etapa,
controlando en detalle tus
proyectos de comunicación
gráfica. Como un socio más nos
integramos a las necesidades
de cada cliente.

Borsellino Impresos

ESTAMOS EN TODO®

Borsellino Impresos S.R.L.

Administración y ventas: Ovidio Lagoa 3653. (S2004GKA) Rosario, Argentina.

Teléfono: (54 341) 4317174 / 4313315. | Mail: info@borsellino.com.ar

Planta Industrial: Calle 3648, Rosario, Argentina. | Web: www.borsellino.com.ar

“DEBEMOS COMPRENDER A LAS EMPRESAS COMO ESPACIOS INCLUSIVOS”

Elsa Zorrilla, co-fundadora de MoveRSE y asesora externa en Diversidad y Género de Randstad Argentina, comparte sus reflexiones acerca del desarrollo sostenible en la gestión de los negocios. “Nos encontramos parados frente a una crisis humanitaria”, afirma.



El concepto de responsabilidad social empresarial (RSE) es un concepto que abarca el accionar de una empresa para generar conciencia social, valores y modelos de conducción en pos de promover la sustentabilidad y el compromiso con el entorno. Con esta definición en mente, es más fácil interpretar el pedido de Elsa Zorrilla: “lo que tenemos que empezar a trabajar es la protección de los recursos naturales.” No obstante, su análisis no escapa al resto de los sectores y asegura que es necesaria una sinergia intersectorial para proteger a una raza humana “en peligro de extinción”.

Asimismo, su visión tampoco plantea una crisis únicamente ecológica, sino que también engloba otras variables como la situación de los refugiados en el mundo, el aumento del consumo de drogas, la pobreza y el hambre. “Sin irnos muy lejos, aquí en Argentina estamos transitando un momento de alto desempleo y ya empezamos a ver gente buscando comida en los contenedores de basura. ¿Necesitamos ver más?”, cuestiona en forma retórica.

La magnitud del escenario planteado por Zorrilla, quien además se desempeña como docente de la cátedra de Pacto Global de la ONU y directora de Acción Colectiva, puede llevar a pensar a cualquiera que el mismo se encuentra fuera de escala. Sin embargo, la profesional insta a “empezar a pensar cuál será nuestra forma de participación”. Llevado al plano empresarial, cuenta que uno de los principales interrogantes que le llegan es si la implementación de políticas de RSE en las PyMES pueden llegar a reportar algún beneficio: “esto me preocupa, porque no estamos entendiendo que debemos comprender a las empresas y otras organizaciones, sean grandes, medianas o pequeñas, como espacios inclusivos y nuestras estrategias de negocios deben ser pensadas desde ese lugar. Yo sugeriría empezar estableciendo nuestros negocios, evaluando los impactos positivos y negativos que indefectiblemente estaremos produciendo, y armar las políticas de cuidado a implementar”. Según su análisis, el mercado plantea que las empresas que “sobrevivirán” serán aquellas que mantengan un perfil responsable y comprometido. Además, Zorrilla subraya la necesidad de incluir a los grupos de más difícil inserción laboral, entendiendo que así se les permitirá ingresar al mercado, al tiempo que se los alejará de la pobreza y el hambre. Por ello, suma a la lista de empresas sostenibles a aquellas que erradiquen el trabajo infantil y flexibilicen la

“Debemos comprender a las empresas y otras organizaciones, sean grandes, medianas o pequeñas, como espacios inclusivos”.





Fotos: Gustavo Villordo

relación laboral-familiar, enriqueciendo a la comunidad.

En este sentido, la especialista ve un escenario en el que se ha elevado la vara para las corporaciones que aspiren a perdurar en el tiempo. “Es fundamental cuidar a todos los grupos de interés, desde todo tipo de organizaciones, tener un altísimo nivel de desempeño de la empresa, una exigencia creciente de transparencia, de permanente innovación, de elevados objetivos de competitividad, de cuidados extremos para todos los que se interrelacionan con nuestras organizaciones”, explica.

En este llamado a la concientización y a la toma de responsabilidad intersectorial, es obvio que el estado no puede quedar excluido. “Considero que es clave promover un buen gobierno, capacitando a nuestros ejecutivos en la formación técnica para ese objetivo, en forma abierta y reflexiva sobre lo que significa una gerencia éticamente responsable”, asegura. Así, resulta clave eliminar el pensamiento “cortoplacista y poco ético” que se impuso en los últimos años.

El rol de los estados, según la definición de Zorrilla, estaría en la toma de decisiones, el armado de políticas y el control estricto de su cumplimiento para garantizar la ya mencionada participación intersectorial. Sin embargo, considera que “muchas veces están más ocupados en congraciarse con el mundo corporativo para no perder recursos económicos”, dificultando la visión del camino a seguir. Al respecto, la responsabilidad social empresarial vuelve a surgir como un bastión al servicio del posible cambio de paradigma, implementando algunas iniciativas que luego sean incorporadas como políticas de estado. “Esto habla de un mundo más flexible, práctico y comprometido con los objetivos de desarrollo sostenible”, concluye Zorrilla.

“Es clave promover un buen gobierno, capacitando a nuestros ejecutivos en la formación técnica para ese objetivo, en forma abierta y reflexiva sobre lo que significa una gerencia éticamente responsable”.





HASTA **\$150.000** PARA CONCRETAR TUS PROYECTOS

PRÉSTAMOS LÍNEA PERSONAL

- Montos desde **\$5.000** hasta **\$150.000**.
- Hasta 36 cuotas sólo con 3 años de antigüedad laboral.
- Hasta 24 cuotas sólo con 6 meses de antigüedad laboral.
- Podes adelantar cuotas a partir de la 4° cuota con mínimos gastos de cancelación.
- Cada **\$ 10.000** 12 cuotas de **\$ 1.088**.



- Cuotas fijas
- Sin gastos de otorgamiento
- Mínimos requisitos

El crédito se encuentra sujeto a aprobación crediticia y condiciones de contratación de Mutual Federada 25 de Junio S.P.R. Federada Ayuda Económica es un servicio de Federada Salud para sus asociados. Registro INAES N° 281. CFTNA: 50,16 %.

OFICINA DE SERVICIOS COMPLEMENTARIOS

ROSARIO: Mendoza 1950. Tel: (0341) 4409325 / 4409340 / 4476091

CASILDA: Bs. As. 2701 | Tel.: (03464) 428018 / 425403

VENADO TUERTO: Alvear 851 | Tel.: (03462) 436779 Int. 834

... y más de 300 sedes en el País.

ayudaeconomica@federada.com | www.federada.com

“HOY, TODOS SABEN QUIÉNES SOMOS, QUÉ HACEMOS Y CÓMO AYUDAMOS”

Junto a integrantes del Consejo de Administración de Fundación Maiztegui y otras entidades, representantes de Federada Salud y Fundación Federada 25 de Junio visitaron el Instituto Nacional de Enfermedades Virales Humanas “Dr. Julio I. Maiztegui” de la localidad de Pergamino. Compartimos aquí los conceptos principales de su directora, la Dra. Delia Enría.



Desde su creación en 1978, bajo el nombre de Instituto Nacional de Estudios sobre Virosis Hemorrágicas (INEVH), el actualmente denominado Instituto Nacional de Enfermedades Virales Humanas “Dr. Julio I. Maiztegui” se ha convertido con el correr del tiempo en una de las instituciones de referencia en lo que respecta a la investigación, diagnóstico y tratamiento de enfermedades como la Fiebre Hemorrágica Argentina (FHA), Hantavirus, Dengue, Zika y otros arbovirus (nombre que designa a los virus transmitidos por artrópodos).

La visita se realizó en el marco del fuerte compromiso e interés que históricamente ha asumido Mutual Federada con el Instituto Maiztegui, relación que tendrá su continuidad bajo la figura y acompañamiento institucional de Fundación Federada. En este contexto, la Dra. Delia Enría, directora del Instituto, destacó el vínculo con la comunidad y el posicionamiento logrado por la institución: “desde que Julio (por el Dr. Maiztegui, fallecido en 1993) se instaló en la ciudad de Pergamino, se sentaron las bases para el control de la

El actualmente denominado Instituto Nacional de Enfermedades Virales Humanas “Dr. Julio I. Maiztegui” se ha convertido con el correr del tiempo en una de las instituciones de referencia en lo que respecta a la investigación, diagnóstico y tratamiento de enfermedades.



FHA en un estrecho contacto con la comunidad. (...) El ejemplo de la FHA es algo increíble, es un milagro. Siempre estuvo la comunidad detrás del Instituto y nunca nos abandonó. También nosotros en cada movimiento que hacemos intentamos involucrar a la comunidad. Si no recibiéramos donaciones de plasma, si no existiera compromiso de la gente, acá no habría nada. Inclusive hubo una determinación de la Justicia para que exista la vacuna contra la FHA. Es un modelo que van a tener que defender las generaciones venideras.” Y agregó: “hemos logrado una posición. El Instituto Maiztegui es de esta zona, saliendo de aquí nadie sabía quiénes éramos. Hoy, en todo el país y por toda la región, todos saben quiénes somos, qué hacemos y cómo ayudamos.”

Cabe remarcar que el INEVH es además, desde el año 1985, centro colaborador de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y actualmente la Dra. Enría forma parte del Comité Ejecutivo de la Red Global de Alerta y Respuesta ante Brotes Epidémicos. En este sentido, el Instituto Maiztegui tuvo un rol preponderante en el brote de Ébola que afectó en 2014 a África Occidental, oportunidad en que la OMS adoptó modelos y protocolos desarrollados en Pergamino. Finalmente, la Dra. Enría destacó el trabajo y aporte que están realizando las provincias de Santa Fe y Córdoba en materia sanitaria, e hizo un llamado a no subestimar la importancia de concientizar y mantener una labor constante para el control de estas enfermedades, aún cuando en este momento tienen muy baja incidencia: “la FHA no es una enfermedad radicable, siempre va a haber casos y brotes, pero tenemos las armas. (...) En Europa, generalmente, hay paneles antivacunas en las puertas de las escuelas. Eso es común porque, al mantenerse tan bajos los niveles de incidencia, empiezan a tener más importancia los efectos adversos que las enfermedades, que se terminan olvidando. Son países que han alcanzado ciertos niveles de vida que... bueno, ahora con la problemática de los migrantes a Europa se le ha caído el mundo encima. Pero piensen que el último brote importante de Sarampión, una enfermedad que aquí no tenemos, fue en Disney.”

El Instituto Maiztegui tuvo un rol preponderante en el brote de Ébola que afectó en 2014 a África Occidental, oportunidad en que la OMS adoptó modelos y protocolos desarrollados en Pergamino.



Dra. Delia Enría, directora del Instituto,





CARTAGENA & ISLA BARÚ

SALIDA 4 DE FEBRERO DE 2017 | DESDE ROSARIO

INCLUYE

- Aéreos
- 3 noches de alojamiento en el Hotel Decameron Cartagena todo incluido
- 6 noches de alojamiento en el Hotel Royal Decameron Barú todo incluido
- Traslados
- Asistencia al viajero.

USD 2.160 + USD 260 IMP.

Tarifa por pasajero - Base doble

Sujeto a disponibilidad al momento de la reserva. Aéreos de Copa. No incluye IVA ni gastos bancarios (3% aproximadamente). Consultar por otros hoteles y habitaciones.

Financiamos tu viaje a través de un servicio para asociados, ágil, sencillo y de acceso inmediato.

 **FEDERADA
AYUDA ECONÓMICA**

OFICINA DE SERVICIOS COMPLEMENTARIOS

ROSARIO: Mendoza 1950. Tel: (0341) 4409325 / 4409340 / 4476091 | turismo@federada.com
CASILDA: Bs. As. 2701 | (03464 428018 / 425403 | turismocasilda@federada.com
VENADO TUERTO: Alvear 851 | (03462 436779 Int. 834 | turismovenadotuerto@federada.com
... y más de 300 sedes en el País.

Federada Turismo es un servicio de Federada Salud para sus asociados.
Servicio de Turismo D.N.S.P. 693LEG 7494.

 **FEDERADA SALUD**
COBERTURA MÉDICA DESDE 1963



Una apuesta a los orígenes para seguir creciendo

Con la apertura de nuevas sedes de Turismo, Farmacia y Ayuda Económica en distintas localidades del interior del país, Federada Salud vuelve a confiar en la misma receta para crecer: estar cerca de las necesidades de los asociados.

Un grupo de productores agropecuarios de la pampa húmeda argentina, preocupados por la salud de sus familias, fue el origen de Federada Salud, la primer cadena de ADN de la mutual. Esta se siguió extendiendo y más tarde derivó en la creación de nuevos servicios, que buscan complementar el de salud, pero fundamentalmente seguir cumpliendo con esta premisa básica: dar respuesta a las necesidades de los asociados.

En 2016, Federada Salud decidió profundizar esta estrategia de crecimiento, que no es otra cosa que seguir proyectando su identidad, transformando a los denominados "servicios complementarios" en actores principales a la hora de afrontar el desafío de seguir creciendo en el interior del país en base a los conceptos de calidad y cercanía con los asociados.

De esta manera, Federada Salud abrió una nueva

oficina en Casilda, Santa Fe, que brinda atención a los asociados de dicha ciudad y la región. La misma se encuentra ubicada en Buenos Aires 2701, una esquina estratégica de la ciudad, donde funcionan sedes de Federada Turismo y Federada Ayuda Económica, que están al alcance de los 15.000 asociados de Federada Salud que viven en Casilda y su amplia zona de influencia.

Del mismo modo, en Venado Tuerto, Santa Fe, Federada Salud sumó otra oficina de servicios, en la que funciona una nueva sede de Federada Turismo, Federada Farmacia (la sexta farmacia propia en el país) y Federada Ayuda Económica. Esta oficina se encuentra ubicada en Alvear 851, a metros de la Delegación Regional Venado Tuerto, y beneficia a más de 11.300 asociados de dicha ciudad y su amplia zona de influencia.

Finalmente, este tríptico de servicios, con Turis-





mo, Farmacia y Ayuda Económica, también se repite en Villa María, Córdoba, donde Federada Salud puso en funcionamiento una oficina que brindará los mismos a los más de 3500 asociados de la zona.

Respecto de esta apuesta de Federada Salud, el presidente de Federada Salud, Juan Pivetta, afirmó: “La idea de seguir impulsando estos servicios y Federada Vida, que recientemente comenzó a operar en todo el país, no tiene que ver solamente con ofrecer más productos, sino que se relaciona con la esencia del mutualismo, que de alguna manera consiste en escuchar las necesidades de los asociados y transformarlas en una respuesta concreta. Así nacieron Federada Turismo, primero, luego Federada Farmacia y más tarde Federada Ayuda Económica, que a través de estas oficinas

están al alcance de muchas personas, acercándoles estos servicios tan valorados, que complementan el de salud y los acompañan para hacer frente a distintas necesidades.”

Asimismo, agregó: “Estas iniciativas en el Departamento Caseros y en Departamento General López, en el interior de Santa Fe, y en el Departamento General San Martín, en el centro de Córdoba, también tienen que ver con nuestra convicción de que “nuestro lugar”, es precisamente el interior. Aquí nacimos, y hoy estamos en más de 250 pequeñas localidades de la Argentina, desde el Alto Valle de Río Negro hasta La Rioja, pasando por la pampa húmeda, donde entendemos que hay muchísima población que necesita servicios de calidad como los nuestros, que privilegian la atención y la cercanía con los asociados”.

Oficinas de Servicios en el país			
Oficina Rosario	Oficina Casilda	Oficina Venado Tuerto	Oficina Villa María
Mendoza 1950 Rosario (Santa Fe)	Buenos Aires 2701 Casilda (Santa Fe)	Alvear 851 Venado Tuerto (Santa Fe)	25 de mayo 66 Villa María (Córdoba)



Federada Empresas

ELEGÍ QUE TU EMPRESA CREZCA CON SALUD

Tenemos un plan para estar cerca de las empresas y su gente

Brindamos cobertura médica nacional a cientos de empresas en toda la Argentina, con planes de salud que permiten acceder a más de 60.000 prestadores médicos y un amplio menú de prestaciones.

La cercanía de nuestros asesores comerciales con los referentes de las áreas de recursos humanos, construyendo una relación personalizada, hace que podamos estar siempre cerca de las necesidades del personal, resolviendo los casos que puedan presentarse a través de la sede de Federada Salud más cercana.

Transformamos empleados en asociados y cobertura médica en nuevos servicios

 **FEDERADA SALUD**
COBERTURA MÉDICA DESDE 1963

 **FEDERADA TURISMO**

Agencia de Viajes
y Turismo

 **FEDERADA FARMACIA**

Red de Farmacias propias

 **FEDERADA
AYUDA ECONÓMICA**

Asistencia financiera para
asociados

 **FEDERADA VIDA**
SEGUROS DE PERSONAS

Seguros
de vida individuales
y colectivos

Para más información acercate a tu Oficina más cercana o ingresá en federada.com

Con una mano en el corazón

Federada Salud se encuentra impulsando distintas actividades de capacitación en reanimación cardiopulmonar, para contribuir a la prevención de las enfermedades cardiovasculares.

En el marco de su Programa de Promoción y Cuidado de la Salud, Federada Salud se encuentra participando de actividades de capacitación en RCP orientadas a diferentes públicos, en distintos lugares de la Argentina. RCP significa reanimación cardiopulmonar y es un procedimiento de emergencia para salvar vidas que se utiliza cuando la persona ha dejado de respirar o el corazón ha cesado de palpar; y muchas veces puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte de un ser querido o un desconocido, a quien a través de esta técnica podemos ayudar.

De esta manera, los días 11 y 18 de mayo se realizó en la Sede Central de Federada Salud en Rosario una jornada de capacitación en RCP dirigida a los empleados de la misma, quienes realizaron un curso teórico y práctico sobre el tema que incluyó el uso de D.E.A. (desfibrilador externo automático) y un simulacro con role play. Las clases estuvieron a cargo de profesionales de la Fundación Cardio, entidad fundada por un grupo de cardiólogos de Rosario, con el objetivo principal de difundir los conceptos de prevención de las enfermedades del corazón en el seno de la

comunidad.

Del mismo modo, el 13 de junio en la ciudad de Río Cuarto, Córdoba, se dictó un curso de similares características, esta vez dirigido a los empleados de la Empresa Molinos Cañuelas, que fue coordinado por la Profesora de Educación Física y Técnica en Emergencias Médicas Gabriela Ordoñez, capacitadora dependiente de la Municipalidad de Río Cuarto. Esta actividad, contó con el apoyo de Federada Salud.

Por otro lado, Federada Salud se encuentra ultimando los detalles de un convenio con la Universidad Maza de Mendoza, que le permitirá donar una suma de dinero que será destinado a la compra de un D.E.A. para dicha institución.

A través de estas iniciativas, Federada Salud pretende sumarse a aquellas instituciones que se proponen difundir la importancia de que esta técnica sea aprendida por la mayor cantidad de personas, y de esta manera poner a su alcance una herramienta concreta para hacer frente a las enfermedades cardiovasculares, que representan una de las principales causas de muerte en la Argentina.



EN EL TOP FIVE

La enfermedad coronaria, el ataque cerebrovascular, las infecciones respiratorias bajas (principalmente la neumonía), la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y los accidentes de tránsito, son las cinco primeras causas de muerte en la Argentina. Este ranking surge del más detallado estudio sobre 240 enfermedades realizado en 188 países. El trabajo, coordinado por el Instituto para la Medición y Evaluación de la Salud de la Universidad de Washington (IHME, por sus siglas en inglés) y en el que intervinieron más de 700 investigadores, analizó cómo cambió el escenario epidemiológico global en el último cuarto de siglo. La investigación fue publicada el año pasado.





UN SEGURO DE VIDA QUE PROTEJA AQUELLO QUE NO TIENE PRECIO

Seguro de Vida Individual, nuestro compromiso de que tus seres queridos puedan continuar sus proyectos.

Nuestro Producto

Te acercamos un Seguro de Vida Individual con renovación anual automática, que te ofrece:

- Indemnización en caso de fallecimiento por cualquier causa.
- Indemnización en caso de incapacidad total y permanente.
- Doble indemnización en caso de muerte accidental.

Podes contratar este seguro a partir de los 18 años de edad hasta los 55 y permanecer hasta los 65 en la cobertura.

Conocé más sobre este producto

Nuestro equipo de asesores trabaja día a día en nuestra red de delegaciones y oficinas en el país, comprometido con las necesidades de los asegurados y sus familias.

federadavida.com | 0810-888-8767

Federada Compañía de Seguros S.A.

Dom. Leg. Avda. Leandro N. Alem 822 1 Piso - (1001) C.A.B.A. - Arg. | Tel.: (011) 45086060.

Mutual Federada "25 de Junio" es Agente Insitorio de Federada Compañía de Seguros S.A., Matrícula N° 98.



Federada Farmacia llegó a Villa María

Federada Farmacia puso en funcionamiento una nueva sede en Villa María, Córdoba. La misma está ubicada en 25 de Mayo 66, en el centro de la ciudad, y brindará servicios a los más de 3500 asociados de la ciudad y su amplia zona de influencia. Respecto de la apertura de esta nueva farmacia, el jefe de Federada Farmacia, Renato Di Vito, afirmó: "El objetivo primordial de Federada Farmacia es estar siempre cerca de los asociados de Federada Salud, abriendo nuevas sedes en aquellas localidades y zonas con una importante cantidad de asociados. Villa María es una de estas localidades, que también nos muestra muchas posibilidades de

crecimiento".

Nacida en el año 2003 con la apertura de la primera farmacia mutual en Rosario, Federada Farmacia complementa el plan de salud de los asociados, poniendo a su alcance una amplia variedad de productos farmacéuticos y artículos de perfumería con importantes beneficios, con el sello distintivo de la atención personalizada.

Actualmente, Federada Farmacia se proyecta como una red con sedes en las ciudades de Rosario, Córdoba, Cipolletti, Bahía Blanca, Santa Rosa y Venado Tuerto, y con esta nueva farmacia en Villa María, sumó su séptimo local en el país.

La Delegación Río Cuarto se trasladó a nueva oficina

Federada Salud continúa sumando espacios y servicios para los asociados.

A partir del 21 de julio la Delegación en la ciudad de Río Cuarto funciona en San Martín 253, pleno centro de la ciudad y a metros de la plaza Julio A. Roca, una zona estratégica de la misma. Desde esta nueva ubicación, continuaremos brindando atención a los asociados de Río Cuarto y su amplia zona de influencia. Esta importante delegación, forma parte de nuestra estructura en la provincia de Córdoba, compuesta por más de 50 sedes, con las que brindamos servicios a nuestros 17.000 asociados en la misma.



Delegación Río Cuarto

San Martín 253 | Horario: de 9:00 a 17:00 hs. | Tel.: (0358) 462-3139 / 462-3132 | riocuarto@federada.com




Isabella Sol Durán de Villa Cañas (2/11/2015)

Mis papis son Martín e Ilka, y mis abuelos, Oscar y Marta de Villa Cañas y Atilio e Irma de Villa Gobernador Gálvez. Papá me dice "bichito viajero", porque viajo mucho a Rosario a visitar a mis abuelos, mi tío y mis tías. Acá tengo 5 meses, soy buenita, siempre despierto de buen humor y soy el tesoro de papis. Gracias a Federada por cuidarme desde que estaba en la panza.


Simón Proietti de Bell Ville (30/10/2015)

Mis papás Vicky y Tato están muy felices de que haya llegado a sus vidas. Soy un niño muy simpático y activo. Espero poder verme pronto en la sección bebés federados de la Revista Buenas & Sanas. Muchas gracias por estar conmigo cuando lo necesito.


Azul Miranda Sicot de Laboulaye (2/3/2016)

Mi mamá Silvana quiere presentarme a todos los asociados de Federada Salud en el país. Como muchos asociados de la mutual soy del interior de nuestra querida Argentina, más precisamente de la provincia de Córdoba, desde donde seguiremos haciendo fuerza para que Federada siga creciendo.


Jazmín Gambaldo Rossi de Marcos Juárez (30/6/2015)

Mis papás, Cristian y Sofía, quieren agradecer mucho a todo el personal que hace Federada Salud en Marcos Juárez, por su atención en cada momento desde mi primer día como asociada de la mutual. Un saludo para los asociados de todo el país.

NUTRIRED CONTINÚA SU TAREA JUNTO A FEDERADA SALUD

Nutired es un grupo educador en alimentación de la ciudad de Venado Tuerto, Santa Fe, que cuenta con el apoyo de Federada Salud. A través de diferentes actividades, Federada Salud y Nutired trabajan en la prevención de Enfermedades Crónicas no Transmisibles, como obesidad, diabetes, enfermedades cardiovasculares y cáncer. Nutired está integrado por la Nutricionista Silvia Villarroya, las Lic. en Nutrición Virginia Bonabello y Evelyn Tucci, la Ing. en Alimentos Florencia Díaz Vélez y como colaboradora desde el Trabajo Social la Lic. Silvia González de Angelini. Este grupo de profesionales, diseña distintas capacitaciones para llegar a ONGs, empresas, docentes, escuelas y estudiantes, con capacitaciones que, partiendo de reconocer la importancia de la alimentación como un hecho social y económico, apuntan a prevenir y brindar herramientas que optimicen las gestiones que tengan que ver con una alimentación más saludable y segura en las instituciones. Junto al equipo médico de Federada Salud, Nutired se encuentra llevando adelante talleres de diabetes para asociados de Venado Tuerto, que apuntan a promover los pilares del tratamiento de esta enfermedad.





EUROPTICA®



MÁXIMA CALIDAD
EN EL CUIDADO
DE TU VISIÓN



▶ info@europtica.com.ar



OPTIKIDS, GEO y EUROPTICA son marcas registradas de Grupo Europtica

www.europtica.com.ar

