

BUENAS & SANAS



NOTICIAS



▶ LACTANCIA MATERNA

Mucho más que alimentación: en la Semana Mundial de la Lactancia Materna, la especialista Ana Marcela Toloza nos habla de los mitos y verdades de un acto de amor.

BULLYING

Una problemática que afecta a millones de jóvenes en todo el mundo e involucra también a padres y docentes. El rol de la tecnología y las redes sociales.



SALIR CON TU CREDENCIAL TIENE BENEFICIOS



CLUB DE
BENEFICIOS

HASTA
50%
D.T.O.

Tu credencial "Federada Salud" te acompaña en todo momento con estos beneficios y mucho más.



Actividades
Recreativas



Estética



Indumentaria



Gimnasio



Gastronomía



Óptica



Ortopedia



Odontología



Centros
Educativos

Buscá los beneficios en tu localidad ingresando en
federada.com/beneficios

 **FEDERADA SALUD**
COBERTURA MÉDICA DESDE 1963

SUMARIO

4 SALUD Y BIENESTAR

- ▶ Lactancia materna: entrevista a Ana M. Toloza.

08 CULTURA Y SOCIEDAD

- ▶ Grooming, Bullying y Cyberbullying: entrevista a Aristides Álvarez.

14 INNOVACIÓN Y DESARROLLO

- ▶ INVAP.

18 SOSTENIBILIDAD Y MEDIOAMBIENTE

- ▶ Parque Nacional Nahuel Huapi.

21 INSTITUCIONAL

- ▶ Concurso de Pintura y Fotografía.
- ▶ Espacio de Arte.

24 FEDERADA SALUD

- ▶ Pueblos Federados: Bahía Blanca.
- ▶ Junior Achievement.
- ▶ PPS.
- ▶ Debates por la reforma.
- ▶ Federaditos.



EDITORIAL

CUIDAR AL OTRO

Nuestra Fundación es el fruto de una entidad que nació hace más de medio siglo con un claro propósito: cuidar a los demás. No es casual que esa entidad tenga además la forma de una mutual, porque lleva en su seno la convicción de que la solidaridad y la reciprocidad son la mejor herramienta para cuidar al otro (y así, para cuidarnos también a nosotros mismos) y contribuir a la construcción de una sociedad más justa y equitativa.

A diario, cada uno de nosotros se enfrenta a un sinnúmero de actos y gestos relacionados con esta experiencia tan valiosa y determinante en la vida de una persona, como es cuidar de sí mismo y cuidar de los demás. Ayudar, proteger, alimentar, abrazar, escuchar, sonreír... Cada uno de estos actos, por mínimos que parezcan, no son sino expresiones fundamentales de sentimientos de amor, de solidaridad y de autoestima.

El reconocimiento del otro, pero sobre todo, respetarlo y cuidarlo como tal, es al mismo tiempo reconocer que vivimos en sociedad y conformamos un todo complejo que nos excede. Sin embargo, lo que parecería ser una cuestión esencial de la condición humana, muchas veces se encuentra con los obstáculos que impone una realidad social volcada al individualismo, la competencia y el desprecio de lo que no nos resulta propio (aunque lo sea).

La lactancia materna -acaso uno de los actos de amor más significativos que existen- y el bullying -como fenómeno global que afecta cada año a millones de jóvenes en todo el mundo- son los temas centrales de este nuevo número de Buenas & Sanas. Antagónicos y en apariencia inconexos, están igualmente atravesados por esta virtud que debemos poner en valor nuevamente: nuestra capacidad de cuidar al otro.

Consejo de Administración
Fundación Federada 25 de Junio

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

Edición: Gerardo Bussi. Manuel Espertino. **Redacción:** Luisina Giangrossi. Gerardo Bussi. Emmanuel Paz.

Diseño Gráfico: Farías Roger. **Impresión:** Borsellino Impresos.

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



LA LECHE MATERNA COMO PRINCIPAL FUENTE NUTRICIONAL

En el marco de la Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se celebra cada año del 1 al 7 agosto bajo el lema "Fundamento de la vida", Buenas & Sanas dialogó con la puericultora y estimuladora temprana, Ana Marcela Toloza, sobre los mitos y verdades de la lactancia materna.

"Hay varios mitos, aunque las mujeres ahora estamos más informadas y empoderando un poco más cuestiones de lactancia y crianza, todavía sigue habiendo desinformación".



En primer lugar, ¿qué hace específicamente una puericultora?

Si digo que soy una asesora de lactancia, nos reducimos a un sólo tema, y la Puericultura va un poco más allá: está enfocada al cuidado del recién nacido y trabaja también con la mamá durante el embarazo y el posparto, es decir, los primeros días, el sueño, la alimentación y con qué frecuencia el bebé se alimenta. Por ende, trabajamos con las áreas de enfermería, obstetricia y pediatría. Si surge alguna dificultad o problemática, somos las primeras que estamos ahí para visualizarlas y charlar con el obstetra o pediatra, según sea el caso, acerca de cómo llevar a cabo o abordar determinada situación.

¿Qué mitos existen en relación a la lactancia materna?

Hay varios mitos, aunque las mujeres ahora estamos más informadas y empoderando un poco más cuestiones de lactancia y crianza, todavía sigue habiendo desinformación. En primer lugar, está el mito de que se le da la teta sólo por seis meses. En realidad son seis meses de lactancia exclusiva, no es que ahí ya se corta. Se considera que el bebé puede estar un poco más maduro para recibir alguna complementación. Digo complementación, porque es alimentación complementaria que acompaña a la lactancia. La base sigue siendo el pecho materno.

Podemos tener un niño que coma bien variado y no llegue a los requerimientos nutricionales que sí le aporta la leche materna. Es como si del uno al diez de lo que es la alimentación del niño, tres lo va a aportar una dieta variada -en frutas, verduras y cereales-, pero los otros siete puntos se lo va a dar la teta. Con lo cual es una falacia que después del año la teta no alimenta.

Otro de los mitos que surge es el calostro. Me dicen que si sale poquito eso es agua, porque a veces es transparente y otras veces más amarillento. En realidad es lo que se conoce como el "oro líquido". Es la vacuna diseñada para cada niño, ya que es la inmunidad que adquirió su mamá, para colonizar sus intestinos y su estómago. O sea que los intestinos, aquí también hay falta de información, son lo que hace que nuestro sistema inmune funcione perfectamente. Por eso es fundamental que ese niño reciba el calostro.

CALOSTRO



Color:
Amarillo limón

Composición:

- Minerales
- Aminoácidos
- Inmunoglobulinas
- Azúcares
- Grasas
- Vitaminas
- Lizosimas
- Lactoferrina
- Lactoperoxidasa





¿Hasta cuándo es recomendable dar la teta?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que la lactancia sea hasta los dos años o más. O sea, que también hay otra cuestión que se malinterpreta que sólo es hasta los dos años y ahí se terminó. Aquella mamá y aquel bebé que disfrutan de ese momento, es válido que lo lleven adelante y transite un destete respetuoso, consensuado entre ambos, que no se da de un día para otro. La teta es alimento más amor, y es un alimento que llena el alma.

En promedio, ¿cuánto dura la lactancia en nuestro país?

Para la mujer que sale a trabajar a veces le resulta un impedimento continuar con la lactancia. Eso puede ser por diferentes motivos, uno de ellos, porque las guarderías tampoco están muy preparadas para el manejo de la leche materna o no hay políticas públicas al respecto. Pero la lactancia y el trabajo son perfectamente compatibles. Que nos permitan un tiempo para poder extraernos leche nos beneficia a todos, incluso como sociedad, porque habrá menos niños enfermos, menos mamás estresadas y que tienen que faltar a su trabajo, y por supuesto, menos gastos en medicamentos. A veces con muy poco se puede hacer mucho. En nuestro país, dura muy poco el tiempo de amamantamiento. Llega entre los seis y ocho meses a un año como mucho. En muchos casos porque todavía está jugando en contra el papel social que impulsa desde los maternos que exigen una leche artificial, o también algunos trabajos que a estas madres no le estuvieran dando permiso para extraerse leche o la falta de un lactario.

¿Qué pasa en los casos que la madre no pudo amamantar?

Puede haber una cuestión médica o psicológica. Los casos médicos son los menos y son puntuales. De todas formas, existe un acompañamiento sabiendo qué problemática tiene esa mujer y si desea amamantar para acompañarla. Hay mucho mito social de que si mi abuela no tuvo leche para amamantar a mi mamá o mi hermana que tuvo hace poco no pudo, entonces yo tampoco,



IDEAL: 2 años

ARGENTINA: 6 a 12 meses



porque somos de familia de no tener leche. En realidad, si no hay una condición médica, es improbable. El cuerpo una vez que pudo gestar, puede amamantar.

En la etapa de alimentación como complemento, ¿qué lugar sigue ocupando la teta para el bebé?

La base sigue siendo la teta y ese niño la va a preferir siempre. De hecho ahora hay una nueva corriente de alimentación que es el "baby led weaning" (podría traducirse como "alimentación complementaria autorregulada" o "alimentación complementaria a demanda", y es una manera de incorporar los sólidos en la alimentación del bebé sin pasar por la fase de purés y papillas, siendo el propio bebé quien se alimenta por sí mismo usando las manos.

Se trata de una alimentación que el bebé puede autorregular y se inicia cuando el niño es capaz de sentarse por sí mismo y sostenerse sentado, para llevarse la comida en trozos a la boca. Entonces ahí el bebé autorregula su alimentación y sigue teniendo su teta, a contrario de que le empiezan a dar una papilla a los cinco meses, cuando quizás no está preparado y somos nosotros los que metemos cucharada tras cucharada y a veces esto puede generar una obesidad más adelante, porque el infante no está autorregulando su capacidad de saciedad. El adulto pretende que el niño coma todo el tiempo, quitándole la posibilidad de autorregularse.

¿Qué beneficios aporta la lactancia en el vínculo madre-hijo?

Lo que se conoce como "crianza con apego" o crianza respetuosa. Esto es que mamá y bebé se conectan: teta y amor, donde la teta va a ser todo para ese niño. La madre juega un rol más sensible ante sus necesidades. El infante que es atendido tempranamente, contrario a dejarlo llorar o hacerlo esperar, es un chico que va a ser una persona mucho más segura e independiente en un futuro, paradójicamente de lo que se dice que va a ser más dependiente. Es un niño que no genera estrés, por lo tanto se va a sentir seguro como persona. Está construyendo su personalidad y va a ser un niño que tenga más empatía con su entorno.

Nosotros les exigimos mucho, cuando en realidad ellos están esperando todo de nosotros. Debemos entender que el bebé no es un manipulador y el niño pequeño tampoco. A veces, dejar llorar a un niño, obligarlo a dormir solo o no atenderlo cuando llama, deja mayores secuelas que atender ese llamado y darle teta en una crianza respetuosa.

¿Cómo es la mirada social hacia una mujer que le da la teta en público a su hijo?

Yo le doy la teta a mi beba de 15 meses y recibo algunas miradas inapropiadas. Es muy difícil salir hoy, incluso para mí con mi rol de puericultora. Cuesta sacarle la mirada al otro. Yo siempre digo que nos debemos preguntar para qué están las tetas en el cuerpo, y la respuesta es que no están más que para alimentar a un bebé, esa es su función principal. Luego es la sociedad la que le da otras connotaciones y trata a la mujer como objeto. La verdad que es un acto de amor, no es un acto de exhibicionismo ni nada por el estilo, pero socialmente nos falta. De todas formas, rescato que hay gente muy buena onda. Me pasó que me he parado en una galería y me han hecho entrar a un local,



"Debemos entender que el bebé no es un manipulador y el niño pequeño tampoco. A veces, dejar llorar a un niño, obligarlo a dormir solo o no atenderlo cuando llama, deja mayores secuelas que atender ese llamado y darle teta en una crianza respetuosa".



me ofrecieron una silla y un vaso de agua.

¿Se avanzó en materia de políticas públicas?

En algunos lugares se ha llegado a avanzar en un punto tal de tener bancos de leche, que la pasteurizan y la distribuyen en las neonatologías. En Rosario aún estamos un poco lejos, y a nivel Nación se ha avanzado pero vamos a pasos lentos.

¿A qué se debe?

Existe un conflicto de intereses importante. Por un lado dicen que el calostro es agua y también se impuso socialmente que las leches de fórmula tienen superpoderes, pero les cuento a todas que lo primero que tenemos es el calostro, que es una leche de transición que llega a ser una leche madura de 20 días a un mes. Ese es el tiempo que necesita el organismo del bebé para prepararse e ir recibiendo los nutrientes en las distintas etapas. Cuando se inicia a los niños tempranamente en las leches de fórmula existen cada vez más casos de intolerancia y alergias a la lactosa. Hoy la ecuación es más consumo de leches de fórmula, igual a más niños enfermos y aumento de las consultas y la administración de medicamentos, y allí radica la cuestión. Lo que les digo siempre a todas las mujeres es que al menos intentemos dar el pecho a nuestros hijos el tiempo que podamos.

“Hoy la ecuación es más consumo de leches de fórmula, igual a más niños enfermos y aumento de las consultas y la administración de medicamentos”.



RG Cereales S.A.
ENTREGA Y RECEPCIÓN DE CEREALES

TU ENTREGA DE CONFIANZA

GROOMING, BULLYING Y CIBERBULLYING, LOS MALES QUE AQUEJAN A NIÑOS Y ADOLESCENTES

Arístides Álvarez es director de la Asociación Civil "Si nos reímos, nos reímos to-dxs", conversamos con él sobre la problemática del acoso escolar entre pares y de adultos a menores que afecta a millones de jóvenes en todo el mundo. El rol de la tecnología y las redes sociales.

> "Comencé a dar clases en el año 85, mientras ejercía la función de profesional en sistemas. Siempre me interesó el tema de la seguridad informática, lo que tiene que ver con el cuidado de la información. Cuando tomé la dirección de la escuela en el año 2009, empecé a ver en el trato cotidiano con los alumnos del nivel medio sobre todo, que son muy vulnerables a sus datos, a su privacidad y no tienen conciencia de los riesgos que esto implica. A partir de algunos casos de acoso escolar entre pares usando las redes sociales -o más grave aún, de acoso de adultos a menores, denominado Grooming- que sucedieron en nuestra escuela y que ocurren en todas las escuelas del país, es que me empecé a involucrar", cuenta el docente.

Desde su lugar de educador se contactó con un grupo de padres de Buenos Aires y de La Pampa, que estaban luchando en el año 2013 por una Ley contra el Grooming que penalizara ese delito: "fue sanciona-

da y promulgada en diciembre de ese año, en donde se prevé "una pena con prisión de seis meses a cuatro años a quien, por medio de comunicaciones electrónicas, telecomunicaciones o cualquier otra tecnología de transmisión de datos, contactare a una persona menor de edad, con el propósito de cometer cualquier delito contra la integridad sexual de la misma".

No obstante, Álvarez aclara: "participé del debate en comisión y del debate en la Cámara, hasta que fue sancionada la Ley, que se incluyó en el artículo 131 del Código Penal. Lo que termina ocurriendo es que los jueces, si evalúan que es la primera vez que alguien cae en este delito, la sanción es mínima, de dos años excarcelable, lo que determina que la persona esté libre y pueda seguir delinquiendo".

El especialista trabaja mucho las situaciones de abuso en la escuela, tratando de crear conciencia en los chicos y accionando con medidas no punitivas: "un caso que me movilizó

mucho en nuestra escuela fue el de un alumno que estaba filmando como se peleaban en la esquina del colegio otros dos compañeros de 1° año. Cuando los llamo, en vez de sancionarlos, como habitualmente se hace, consensuamos una acción reparadora. Como le gustaba grabar, le pedí un video e hizo un trabajo extraordinario. Ese chico me acompañó los cinco años que él estuvo en el colegio e hizo un par de videos que fueron premiados y una animación para la Municipalidad de Rosario. Hoy está estudiando cine en Buenos Aires".

"Con pequeñas cosas se puede transformar la vida del otro. Hoy aplicamos la mecánica de subsanar un error con una acción reparadora, tomar conciencia de eso y después trabajar para que no vuelva a suceder".

"Uno por ahí no se da cuenta que con pequeñas cosas se puede transformar la vida del otro. Hoy aplicamos la mecánica de subsanar un error con una acción reparadora, tomar





conciencia de eso y después trabajar para que no vuelva a suceder”, argumenta el profesional.

Asimismo, los han llamado para dar charlas a otras escuelas con los alumnos que hacen rap, teatro, poesía, dibujo y distintas manifestaciones artísticas: “en un momento dijimos ‘esto hay que mostrarlo’, entonces ideamos un festival que se llama Si nos reímos, nos reímos todxs, y en el mes de septiembre realizaremos la cuarta edición”. Allí concurren chicos de distintas escuelas de Rosario y de la provincia de Santa Fe, manifestándose a favor de la convivencia escolar, en términos positivos. “Creemos que si esto se subsana en la formación de los chicos, desde el nivel inicial al nivel superior,

“Esta problemática atraviesa a todas las clases sociales, y por ende, a todas las escuelas, ya sean de zonas muy vulnerables y humildes o escuelas de élite. Alcanza a la sociedad en su conjunto y tiene mucho que ver con la formación familiar”.

podríamos llegar a disminuir los conflictos que después se tienen como adultos. Si desde la escuela pregonás que los conflictos se resuelvan en forma pacífica, dialogando y no en forma violenta, tendríamos que tener una sociedad mejor”.

Esta problemática atraviesa a todas las clases sociales, y por ende, a todas las escuelas, ya sean de zonas muy vulnerables y humildes o escuelas de élite. Alcanza a la sociedad en su conjunto y tiene mucho que ver con la formación familiar: “debe ser un trabajo codo a codo entre familia y escuela, y el Estado dando herramientas para que esto pueda llevarse adelante”.

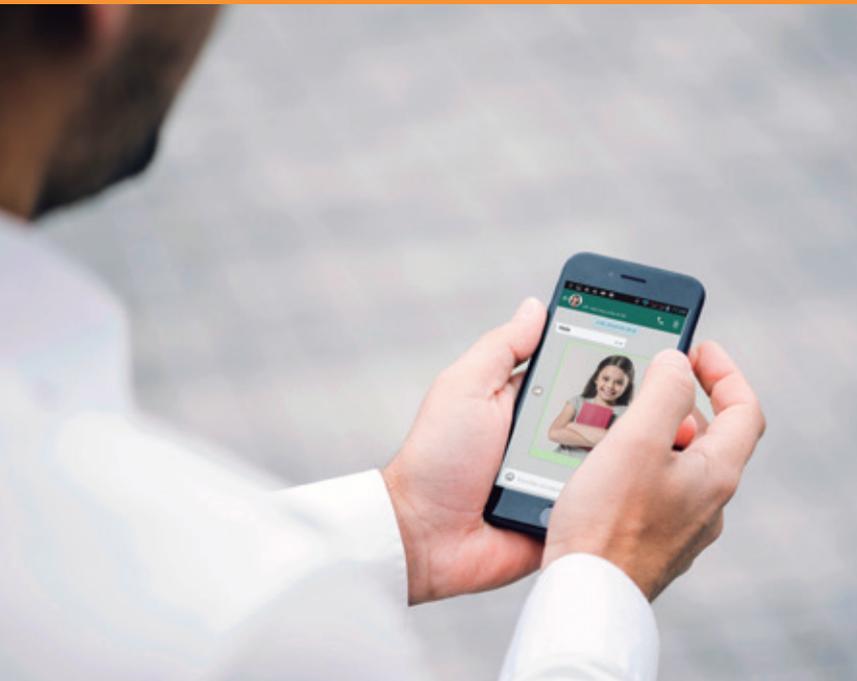
Álvarez considera además que es necesario trabajar con los niños desde el primer día de jardín, para que empiecen a sociabilizar y compartir sus cosas: “si desde la familia no se transmiten valores como la solidaridad, el compartir, aceptar las diferencias, los chicos van a reaccionar de un modo inadecuado. Si no se transmiten estos valores básicos, se hace

difícil desde la escuela. Nosotros los tenemos cuatro o cinco horas, el resto están con su familia, o peor, solos o en la calle. Por eso creo que las charlas que hacemos con las familias son fundamentales para los padres, para los profesores, para todos los que actuamos con la adolescencia”.

“Siempre existió el acoso escolar, pero hoy se potencia con el uso de la tecnología. Se debe estar atento a los chicos, ya que hay señales muy notorias entre los que resultaron víctimas de estos abusos”.

Siempre existió el acoso escolar, pero hoy se potencia con el uso de la tecnología. Se debe estar atento a los chicos, ya que hay señales muy notorias entre los que resultaron víctimas de estos abusos: “cambian de conducta, se retraen, no quieren venir a la escuela, cambian sus hábitos alimenticios, están pendientes del celular, de las redes sociales, de los llamados. Pueden venir con marcas, con moretones que le





Fotos: Freepik

hacen sus pares o que se infringen ellos mismos, muchas veces para llamar la atención. Son señales importantes que como papá y educador uno puede observar. En la escuela, estos chicos suelen quedar aislados y no salen a los recreos, o se quedan en un rinconcito. No los invitan a los cumpleaños ni a las fiestas que hacen todos, los van discriminando”.

Por la otra parte, muchas veces se citan a los padres de los agresores al colegio, porque se violentan ante cualquier situación: “el padre debe tener primero una actitud de aceptar que su hijo es violento, aunque sea doloroso, y trabajar junto a la escuela para revertir la situación. Lo que uno nunca debe hacer es reaccionar de una forma aún más violenta”. Cuando pasan estas situaciones de violencia entre chicos, y cuando intervienen los padres, si no lo hacen junto a la escuela como mediadora, “se pueden agravar los conflictos, porque no todos los padres lo resuelven en forma pacífica”. En este sentido, Álvarez es terminante: “gene-

ralmente el chico replica el modelo que ve desde la casa. Si vas con tu papá en el auto, y ves que se la pasa insultando a todo el mundo porque hace una mala maniobra o peor aún, se baja del auto y se agarra a trompadas, lo más probable es que ese chico ante un conflicto reaccione de igual manera”, finalizó.

Frente a un contexto de bullying, de acoso entre chicos, no hay una ley que los ampare: “lo que hay que hacer es tratar de no judicializar eso, ni recurrir a la policía, eso debería ser en última instancia. Los conflictos se resuelven en la escuela cuando los adultos intervenimos. Si los docentes y los papás estamos atentos ante estas señales que dan los chicos e intervenimos rápidamente, conciliando, acercando partes y haciéndoles ver lo que está mal y lo que está bien, el bullying termina”. En esto es importante ver cómo actúan el resto de los chicos: “se debe tratar de no etiquetar ni limitar el conflicto entre víctima y victimario. Los que están alrededor y observan, también

son parte del conflicto porque no actúan”.

“Si tu hijo te cuenta que le están pegando a un par, y vos le recomendás que no se meta, ese es el pensamiento de ‘no te metas’ de la época de la dictadura, que quedó tan arraigado en la sociedad lamentablemente. Frases como ‘será un problema de ellos’ o ‘algo habrán hecho’, todavía están bastante arraigadas en nuestra sociedad, entonces debemos alentar a que todos juntos lo podamos resolver”, asegura Álvarez.

Las conductas que deben adoptar los padres frente a las redes sociales de sus hijos, tienen que estar basadas en reglas claras: “en la mesa mientras comemos, el celular debe estar en modo avión. Hablamos, nos miramos, el televisor debe estar apagado. Si tu hijo te pide tener Facebook a los nueve años, porque el resto de los amigos tiene, uno debe explicarle que va a tener cuando corresponda, que es a partir de los trece años. El celular lo ideal es que lo tengan cuando ingresan al secundario, aunque se les está dando cada vez más pronto, con el argumento que es una cuestión de seguridad. De ser así, uno debe estar atento y ver con quien chatea tu hijo, qué uso se le da”. Además, recomienda que “el adulto debe tener acceso a su cuenta, que no significa invadir su privacidad, porque estamos hablando de criaturas. Mientras vivan con nosotros, uno es responsable de lo que hace y lo que le pase. También pasa por la confianza de poder hablarlo. Que ellos sean capaces de venir a contarte si tuvieron un problema”.

Para Álvarez, lo primero que se debe explicar a los padres es que “si un hijo o hija pasa



una situación de acoso por un adulto, lo primero que deben hacer es preservar las pruebas, capturar las pantallas. Segundo, no tomar represalias contra el chico, porque él fue la víctima. Lo peor que uno puede hacer es retarlo o castigarlo, hay que ayudarlo y apoyarlo. Recurrir, sí, a la justicia en estos casos, y aconsejo que vayan a las fiscalías, no a las comisarías, porque lamentablemente la policía aún no está toda preparada para resolver estos tipos de situaciones”.

Durante la Evaluación Aprender 2017, entre las preguntas que se hicieron a los alumnos, se les consultó si ellos habían padecido u observado situaciones

“En Argentina, 3 de cada 10 chicos fueron víctimas de alguna situación de acoso, maltrato o discriminación, y 8 de cada 10 observaron alguna de estas situaciones”.

de acoso, y esos números arrojaron que, en Argentina, 3 de cada 10 chicos fueron víctimas de alguna situación de acoso, maltrato o discriminación, y 8 de cada 10 observaron alguna de estas situaciones. Según cifras oficiales, “el Bullying o acoso escolar es causante directo de más de 200 muertes

en América Latina y España, ya sea por homicidio o por inducción al suicidio cada año. Es decir se lleva la vida de niños y jóvenes en todas partes del mundo. En el mismo lapso, está probado que enferma a miles de estudiantes que en general abandonan sus estudios o los sobrellevan con angustia y cansancio como si de una cotidiana tortura se tratase”.

Para intentar acabar con esta problemática, plantea que “hay que trabajar desde la escuela en proyectos colectivos, donde los chicos puedan participar y tener voz. Es fundamental tener un centro de estudiantes, una mutual o cooperativa escolar, lugares de encuentro. Debemos contagiar ese espíritu solidario. Si en la escuela, como proyecto colectivo lo planteamos como una empresa, caemos en lo que es capitalismo, y el capital pone énfasis en lo individual. Entonces debemos enseñar a los chicos desde otra mirada, por eso la Economía Social y Solidaria es tan importante”.

Poder superar las situaciones de acoso y de maltrato requiere un enfoque positivo, hay que “entender al que está acosando y maltratando, porque que él también está sufriendo de alguna manera y está manifestándose de un modo equivo-



cado”. Para ello, Álvarez recomienda no responder de forma violenta y actuar de manera asertiva para transformar algo malo en algo positivo: “no es sencillo, pero en eso tenemos que trabajar los docentes. En que uno sea capaz de revertir la situación desde lo positivo, de sacarle provecho a ese conflicto que hubo. Los chicos cuando vos los motivas son capaces de transformar el mundo y hacer grandes cosas. Hay que motivarlos y acompañarlos, pero los artífices tienen que ser ellos”.

EL BULLYING EN LA REGIÓN

“No existe un trabajo ni cifras oficiales acerca de esta problemática. Lo más cercano fue la Evaluación Aprender, que fue muy resistida por algunos docentes. Pero se sabe que Argentina es el país que lidera el ranking en situaciones de Bullying en América Latina, pero en esto soy cuidadoso. Primero porque Argentina es el país que más usa la tecnología, con más acceso a internet de la región. Hoy 8 de cada 10 argentinos accedemos a internet. Esto permite que ingrese lo bueno y lo malo de internet, el acoso de adultos, el acoso entre pares. Argentina tiene además muchos espacios donde hacer denuncias, cosa que no sucede en otros países de Latinoamérica. Entonces no sabemos con certeza, por ejemplo, si Perú tiene mayor número de casos que Argentina, me refiero en términos de proporción. Muchas veces los países menos desarrollados, pero con un arraigo cultural que se ha mantenido hace siglos, nos traen buenas enseñanzas. Siempre hablo de la filosofía Ubuntu, que proviene de la tradición africana y que practicaba Nelson Mandela. Básicamente dice que ninguno de nosotros puede ser feliz, si uno o más están tristes. Y como afirmaba Pierre Bourdieu, ‘la pregunta no es por qué me comprometo, sino cómo los demás pueden ser tan indiferentes.’”





TU PRÓXIMO DESTINO ENCONTRALO EN NUESTRO NUEVO BUSCADOR ONLINE

Este nuevo buscador te permitirá realizar búsquedas de hoteles y paquetes, y concretar la reserva de manera muy simple a través de los siguientes pasos.



Elegí lo que estás buscando



Seleccioná el paquete que más te guste



Completá los datos



Reservá y recibí un mail de confirmación



Un agente te contactará para asesorarte.

Conocé más en **federada.com** o visitando cualquiera de nuestras oficinas:

BAHÍA BLANCA: Av. Colón 211 | (0291) 4554321 int.: 423 | turismobahiablanca@federada.com

CASILDA: Bs. As. 2701 | (03464) 428018 / 425403 | turismocasilda@federada.com

ROSARIO: Mendoza 1950 | (0341) 4409325 / 4409340 / 4476091 | turismo@federada.com

VENADO TUERTO: Casey 897 | (03462) 427716 int.: 834 | turismovenadotuerto@federada.com

VILLA MARÍA: 25 de Mayo 66 | (0353) 4546626 int.: 472 | turismovillamaria@federada.com

... y más de 250 sedes en el país.



HASTA \$250.000 CON UNA DE LAS MEJORES TASAS DEL MERCADO

¿Tenés ganas de comprar algo, arreglar tu casa o viajar? CONCRETALO.
Pedí un préstamo con mínimos requisitos y sin gastos de otorgamiento.



Monto
hasta
\$ 250.000



Libre
destino



Cuotas
fijas



Plazo
hasta
36 meses

El préstamo se encuentra sujeto a normas operativas internas de Mutual Federada 25 de Junio S.P.R.
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. CFT: 61,57%

Podés encontrarnos en nuestros 253 puntos de atención en todo el país o en:

BAHÍA BLANCA: Av. Colón 211 | (0291) 4554321 int.: 423
CASILDA: Bs. As. 2701 | (03464) 428-018 / 425-403.
ROSARIO: Mendoza 1950 | (0341) 440-9325/ 9340.
VENADO TUERTO: Casey 897 | (03462) 427716 int.: 834
VILLA MARÍA: 25 de Mayo 66 | (0353) 454-6626 Int: 472.
... y más de 300 sedes en el país.

ayudaeconomica@federada.com | federada.com

INVAP: LA EMPRESA TECNOLÓGICA MÁS PRESTIGIOSA DE LATINOAMÉRICA

Fundada el 1° de septiembre de 1976 como una iniciativa de egresados del Instituto Balseiro de San Carlos de Bariloche, es posible que se la conozca a partir del desarrollo de los satélites ARSAT, pero hay mucho más que decir de esta compañía.

> INVAP, cuya sigla proviene de la contracción de las palabras "Investigación Aplicada", es hoy en día la empresa de tecnología más prestigiosa de América Latina. Bajo el carácter de Sociedad del Estado y radicada en la ciudad de Bariloche, se dedica al diseño y construcción de equipamientos, dispositivos y plantas para áreas de alta complejidad como pueden ser la generación de energía nuclear, la tecnología espacial, y los equipos industriales, médicos y científicos.

Los principales aportes de INVAP son aquellos producidos en las áreas Nuclear, Espacial, Gobierno y Defensa, Tecnología Industrial y Energías Alternativas. Para llevar a cabo su tarea dentro del territorio nacional mantiene una relación estrecha con la Comisión Nacional de Energía Atómica (CNEA) y la Comisión Nacional de Actividades Espaciales (CONAE). En

el plano internacional, trabaja o ha trabajado con la NASA, el Organismo Internacional de Energía Atómica (OIEA), la Organización Australiana de Ciencia y Tecnología Nuclear (ANSTO), la Autoridad de Energía Atómica de Egipto (AEA), la Comisión Nacional de Energía Nuclear (CNEN) y la Fundación Pallas de Holanda.

Entre sus proyectos más destacados a nivel nacional destaca el desarrollo de la serie de satélites ARSAT. Se trata de tres unidades geoestacionarias que conformarán lo que se denomina Sistema Satelital Geoestacionario Argentino de Telecomunicaciones (SSGAT). El rol de INVAP fue de contratista principal de la empresa ARSAT e implicó todas las etapas del programa, desde el diseño y fabricación hasta la puesta en órbita y la operación de los mismos. En 2014 se produjo el lanzamiento de ARSAT-1, mientras que ARSAT-2

"Los principales aportes de INVAP son aquellos producidos en las áreas Nuclear, Espacial, Gobierno y Defensa, Tecnología Industrial y Energías Alternativas".

fue lanzado un año después. El objetivo de la misión es mejorar las telecomunicaciones argentinas, brindando servicios de televisión directa al hogar, acceso a internet satelital y servicios de datos y telefonía sobre IP.

Por otro lado, en cuanto a la actividad nuclear, uno de sus proyectos más destacados fue el diseño autónomo de la tecnología de enriquecimiento de uranio, proceso que se llevó a cabo en el



Foto: www.invap.com.ar



“La tarea de INVAP no se limita meramente a sus desarrollos científicos y tecnológicos, mantiene también un fuerte compromiso con la sociedad alemana e internacional”.

Complejo Tecnológico Pilcaniyeu. Éste sitio fue íntegramente diseñado, construido y operado por la propia empresa, especialmente para llevar adelante esta investigación. También en este país construyó el Reactor Argentino RA-6, el primer reactor de investigación inaugurado en Argentina, en 1982. Entre 1997 y 2001 trabajó sobre el ahora fuera de servicio RA-8, el cual fue utilizado como central de prueba para tes-

tear el núcleo de la futura Central Argentina de Elementos Modulares (CAREM), la cual se encuentra actualmente en desarrollo. CAREM está pensado para proveer energía para lugares aislados o desalinización de agua, y también puede utilizarse como laboratorio de investigación y entrenamiento para operadores.

Sin embargo, la tarea de INVAP no se limita meramente a sus desarrollos científicos y tecnológicos, mantiene también un fuerte compromiso con la sociedad alemana e internacional. Desde el año 2004 adhiere al Pacto Global de las Naciones Unidas, asumiendo el compromiso de promover y poner en práctica sus principios que implican el respeto por los Derechos Humanos, valorar la educación, la integridad en las prácticas, el respeto por el ambiente y la generación de un ámbito de trabajo respetuoso de las personas,

valorando la diversidad.

También trabaja por medio de la Fundación INVAP conformando sociedades de colaboración y sinergia entre otras instituciones, empresas y organizaciones. Esta tarea se desarrolla en varios ejes que incluyen el fortalecimiento de la articulación entre el sector de ciencia y tecnología y el sector productivo, programas de acompañamiento para organizaciones sociales y cooperativas de trabajo que promuevan prácticas sustentables y saludables, y colaboraciones con establecimientos educativos a través de cursos y talleres que mejoren el conocimiento de ciencia y tecnología. También se están desarrollando otras dos líneas de trabajo que pretenden por un lado crear un espacio de debate público privado sobre políticas que afecten al sector CyT y, por otro, el desarrollo de un centro de intersección entre arte y la tarea de INVAP.





FEDERADA FARMACIA
Alberti 3973
Tel.: (0223) 474 0515 / 474 4270
Lunes a viernes de 09:00 a 18:00 hs
farmaciamar delplata@federada.com

NUEVA

FARMACIA EN MAR DEL PLATA

Mar del Plata se suma a la red de Federada Farmacia con la apertura de esta nueva sede. De este modo, todos los asociados de la Mutual, especialmente los de Mar del Plata, Necochea, Pinamar, Balcarce, Tandil, Ayacucho y Lobería, pueden acceder a una amplia variedad de productos farmacéuticos y de perfumería, con el sello distintivo de nuestra atención profesional personalizada.

-25%

En medicamentos
venta libre y sin
cobertura

-12%

adicional al descuento del
plan en medicamentos con
cobertura

\$

Todas las formas de pago,
débito en cuenta.



Promociones de las mejores marcas
de dermo, fragancias nacionales e
importadas, cosmética, artículos
para bebés y niños.

Encontrá los mismos beneficios en nuestra perfumería en Pinamar.

Perfumería: Bunge 740, Tel.: (02254) 517 285 / 406 750 - Int 104
perfumeriapinamar@federada.com

federada.com



PROTEGIDO DISFRUTÁS MÁS

Te esperamos en los Centros de Federada Vacunación de lunes a viernes de 8 a 17 hs. para controlar tu carnet y asesorarte sobre nuestras vacunas.

Un espacio de prevención para los asociados y la comunidad.

- Asesoramiento personalizado para viajeros.
- Servicio de seguimiento y registro de vacunas.
- Asesoramiento en vacunación a toda la red de farmacias.
- Vacunación de Plan Materno Infantil y adultos.
- Vacunas ministeriales y gratuitas correspondientes al calendario oficial de vacunación y también las opcionales (comerciales).

CENTROS DE VACUNACIÓN

ROSARIO:

Moreno 1143 (2000) Tel. (0341) 4263343 - Int. 297 / 280 | vacuatoriorosario@federada.com

BAHÍA BLANCA:

Av. Colón 211 (8000) Tel. (0291) 4554243 - Int. 437 vacunatobahiablanca@federada.com

VENADO TUERTO:

Casey 597 Tel: (03462) 427716
vacuatoriovenadotuerto@federada.com

federada.com

UN SANTUARIO DE NATURALEZA Y CULTURA

Desde su creación en el año 1922, lo que lo convierte en el más antiguo del país, el Parque Nacional Nahuel Huapi se encuentra dedicado a la preservación del patrimonio natural y cultural de un área que abarca más de 700 mil hectáreas de Patagonia argentina.



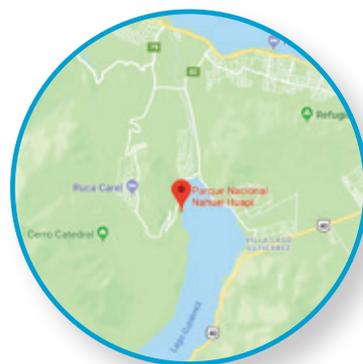
Intentar abarcar en un artículo toda la historia que contiene una zona en la que la presencia humana se registra desde hace 13.000 años, resulta demasiado pretencioso.

Sin embargo, es interesante y hasta necesario hacer un breve recorrido imaginario por este remanso de biodiversidad y conservación.

¿Qué es el parque nacional Nahuel Huapi?

Se trata de un área protegida de 717.261 hectáreas, ubicada en el límite entre el sudoeste de la provincia de Neuquén y el oeste de Río Negro. El 8 de abril de 1922 fue declarado como "Parque Nacional del Sud", para tomar su nombre actual el 9 de octubre de 1934 con la sanción de la ley 12.103 que originó la primera Dirección de Parques Nacionales. Pero su camino a convertirse en parque nacional comenzó en 1903 sobre la base de una donación de tierras pertenecientes a Francisco Pascasio Moreno, célebremente conocido como Perito Moreno. Entre sus componentes característicos se destacan el lago Nahuel Huapi y el cerro Tronador; ubicado al pie de la Cordillera de Los Andes. Presenta una gran variedad de montañas, valles, más de sesenta lagos y lagunas, sumados a un sinnúmero de arroyos. Es el hogar de millones de especies botánicas y más de trescientas de animales vertebrados.

Además, en su extensión abarca dos villas, Tráful y Mascardi, parajes rurales como Cuyin Manzano y más de 700 loteos privados. Su principal objetivo es la conservación de los bosques andi-



"Su principal objetivo es la conservación de los bosques andinos del norte de la Patagonia, así como de la estepa. Al mismo tiempo, busca generar una mejor integración entre el desarrollo humano y la vida en la naturaleza, con el foco puesto en la preservación de sus ambientes".





Fotos: nahuelhuapi.gov.ar

nos del norte de la Patagonia, así como de la estepa. Al mismo tiempo, busca generar una mejor integración entre el desarrollo humano y la vida en la naturaleza, con el foco puesto en la preservación de sus ambientes.

¿Cómo plantea el Parque la ardua tarea de la conservación ambiental?

Según afirman desde el PN, el abordaje del trabajo tiene su base en la comunicación y la capacitación. “Entre los objetivos principales se encuentra el de conservar sus valores naturales y culturales. Para ello se trabaja desarrollando distintos programas y proyectos, abordando las especies de animales y plantas, y sus ambientes, con la finalidad de que las decisiones de manejo se basen en el mejor conocimiento disponible, garantizando su perpetuidad a largo plazo”.

La Lic. Laura Margutti, coordinadora editorial de la revista Ecos del Parque, grafica la importancia de la capacitación de la población de la siguiente manera: “Es aquí clave el rol de los adultos -padres, maestros y profesores- para aprovechar el Parque Nacional como una gran “aula al aire libre”, donde poder compartir y transmitir a niños, jóvenes y adultos esta noción de interdependencia en la que todo lo que vive está interrelacionado y lo que afecta a uno directamente, afecta a todos indirectamente”. Por supuesto que también es necesario un fuerte trabajo por parte de técnicos e investigadores, nucleados junto a colaboradores del CONICET en el departamento CENAC. Dicha área no

“Es aquí clave el rol de los adultos -padres, maestros y profesores- para aprovechar el Parque Nacional como una gran “aula al aire libre”.





sólo está a cargo de la administración del parque y de la investigación, sino que además funciona como un espacio para la discusión y análisis de proyectos para la resolución de problemas de conservación y manejo del área protegida. De este programa surgen algunas iniciativas de gran valor para la preservación de la vida silvestre, como la conservación del pato de los torrentes, del huillín (especie de nutria típica del sur argentino y chileno) y del cormorán imperial (ave palmípeda). También se siguen líneas de investigación como paleoecología, ecología acuática, biología evolutiva, el impacto del cambio climático y la influencia de las especies invasoras.

“Una sensación de separación”

La preservación del medio ambiente es uno de los objetivos fundamentales del Parque Nacional y, tal como se mencionaba anteriormente, una de las formas de lograrlo es mejorando la integración de humanos y naturaleza. En esa búsqueda y en esa cercanía con el público reside uno de los fuertes de Nahuel Huapi.

“¿Podría ser que una de las razones del descuido a nuestro planeta y de la explotación insostenible de los bienes naturales, esté fundada en una sensación de separación? Una idea de falsa independencia en la que las personas nos experimentamos como individuos separados de todos los demás seres vivos y del planeta”, plantea Margutti. A modo de respuesta, el Parque trabaja junto a sus vecinos en esa integración tan necesaria, ya sea a través de la organización de eventos, las visitas guiadas y, también, las jornadas de capacitación y promoción de las actividades protagonizadas por brigadistas, investigadores y comunicadores del lugar.

“Es difícil imaginar hoy un Parque Nacional sin su gente, que son sus vecinos, conformados por los antiguos pobladores, los propietarios privados, las comunidades indígenas, y por supuesto, los visitantes que año a año llegan desde todos los rincones del país y del mundo”, afirman por su parte las licenciadas Sofía Siffredi y Larisa Beletzky de la división Educación Ambiental. Esa visión integradora invita a tomar conciencia de la importancia del compromiso y la cooperación: “entendemos que el cuidado del ambiente sólo es posible con la ayuda y el compromiso de quienes viven dentro de él. Por ello son tan importantes estos espacios de encuentro e intercambio para que cada niño, joven y familia no sólo sea protagonista del cuidado del lugar donde vive, sino que además se convierta en multiplicador de un mensaje que valore la importancia de vivir rodeado de una de las áreas protegidas más hermosas del país”.



“¿Podría ser que una de las razones del descuido a nuestro planeta y de la explotación insostenible de los bienes naturales, esté fundada en una sensación de separación?”

Fotos: nahuelhuapi.gov.ar



2º CONCURSO DE PINTURA Y FOTOGRAFÍA 55º ANIVERSARIO FEDERADA SALUD

El pasado 25 de junio, conmemorándose un nuevo aniversario del Grito de Alcorta –acontecimiento emblemático para nuestra entidad–, Fundación Federada abrió la convocatoria para su 2º Concurso Abierto de Pintura y 2º Concurso Nacional de Fotografía para Asociados “55º Aniversario Federada Salud”. La convocatoria permanecerá abierta hasta el lunes 13 de agosto de 2018. Podés participar descargando las bases y condiciones en fundacionfederada.org.ar

2º Concurso Abierto de Pintura “55º Aniversario de Federada Salud”

- 1º Premio: \$ 35.000 (Adquisición)
- 2º Premio: \$ 7.000
- 3º Premio: \$ 3.500

2º Concurso Nacional de Fotografía “55º Aniversario de Federada Salud” (exclusivo para asociados de Federada Salud)

- 1º Premio: \$ 4.000 + voucher \$ 1.500 en Federada Farmacia
- 2º Premio: \$ 2.250 + voucher \$ 1.000 en Federada Farmacia
- 3º Premio: \$ 1.250 + voucher \$ 750 en Federada Farmacia



ESPACIO DE ARTE

El 14 de junio se llevó a cabo en el Espacio de Arte de Federada Salud (Moreno 1228, Rosario) la inauguración de la Muestra “Imperfecta Belleza”, de la artista rosarina Silvana López Marelli.

SOBRE LA MUESTRA

Imperfecta Belleza está compuesta por una serie de pinturas y dibujos pertenecientes a los dos últimos años de su producción. En ella pretende construir una noción de belleza basándose en tres premisas:

- a.** La mente, las emociones y el cuerpo deben estar presentes, ya sea como elemento del lenguaje plástico, disparador del proceso creativo o apelando a la estimulación de ellos en el espectador.
- b.** Lo accidental, el error y el lapsus son incorporados en la construcción de la imagen.
- c.** El sentido objetivo o planeado de la obra debe desocultarse de manera progresiva y múltiple a partir de la decodificación de los diferentes elementos semióticos que se citan en la construcción de la iconografía.

Imperfecta Belleza se propone como proceso de construcción de una noción de belleza en permanente desarrollo, que escape al concepto y a la idealización de un modelo. Por ello se vale de múltiples códigos estéticos y lenguajes, naturalismos, abstracción geométrica, materialidad, textos e incluso lenguaje binario se presentan en un discurso poético que invitan al espectador a la contemplación.

AGENDA

ESPACIO DE ARTE



AGOSTO 2018
Muestra de
Miriam Moscatelli

CICLO DE CHARLAS

AGOSTO 2018 - ROSARIO
Grooming, Bullying y Cyberbullying
a cargo de Aristides Álvarez
Asoc. Civil Si nos reímos, nos reímos todxs





26 AÑOS CRECIENDO EN PUERTO BÁSQUET

Este importante centro industrial de la provincia de Buenos Aires y cuna de Emanuel Ginóbili, es también desde hace tiempo la casa de Federada Salud.

En 1992 Federada Salud llegaba a Bahía Blanca con su oficina ubicada en Avenida Colón 211, una de las primeras en una ciudad importante del interior del país. Hoy el espacio de Federada comienza en esa dirección y se extiende hasta la esquina con calle Güemes. A lo largo de ese recorrido, Federada despliega un verdadero centro de servicios que incluye, además de su oficina, una sede de Federada Farmacia y de los servicios Federada Turismo, Federada Ayuda Económica, Federada Vida Compañía de Seguros y un Centro de Vacunación que atiende a los asociados y a toda la comunidad. Pero el camino transitado por Federada en la ciudad es mucho más que la superficie que ocupan sus oficinas. "Básicamente estamos en Bahía Blanca porque nuestro origen y futuro tienen que ver con estar presente en los pequeños y medianos centros urbanos a lo largo y ancho de la Argentina -afirma Juan Pivetta, presidente de Federada Salud-. Así comenzamos esta historia aquí y hoy queremos seguir creciendo en esta ciudad tan importante, en base a los conceptos de calidad y cercanía con los asociados, que son nuestro sello distintivo y tratamos de poner en práctica con nuestros asociados en la ciudad y en la zona, con quienes tenemos el compromiso cotidiano de brindarles servicios de excelencia".

En este sentido, el coordinador regional, Mauro Larroque, detalló la evolución de Federada en la

ciudad y sus últimas apuestas en Bahía Blanca: "llegamos en 1992 cuando abrimos nuestra oficina en la ciudad. Más tarde, en 2011, inauguramos una sede de Federada Farmacia, nuestra red de farmacias propias, y en 2017 duplicamos la superficie de nuestra oficina y nuestra farmacia, y pusimos en funcionamiento nuestro segundo Centro de Vacunación en el país (hoy tenemos tres). Además, por estos días adquirimos un inmueble pensando en nuestro proyecto de Consultorios propios, que actualmente se encuentra en una etapa de planificación y serían los primeros de Federada en el país. Con todas estas iniciativas, apuntamos a darle mayores servicios a nuestros asociados, de manera que cuando ingresen a la Mutual a través del servicio de salud, que es el principal, se encuentren con otros que le den valor agregado al hecho de pertenecer a Federada Salud".

Por último, Pivetta se refirió a las principales características de Federada Salud, en base a las que espera seguir creciendo y proyectándose en todo el país: "Somos una empresa en la que el centro es el asociado y en base a esta premisa definimos todas nuestras políticas. De hecho, nuestro Consejo Directivo está integrado por asociados, lo que nos permite tener un contacto permanente con los 120.000 que tenemos en el país, conociendo día a día sus inquietudes y necesidades".





MUCHO MÁS QUE BAHÍA BLANCA

En la zona de influencia de Bahía Blanca, Federada Salud cuenta con más de 11.000 asociados, de los cuales 9.000 se encuentran en dicha ciudad, lo que habla de la importancia estratégica de esta región para el futuro de Federada en la provincia de Buenos Aires, donde la Mutual cuenta con más de 25.000 asociados.



FEDERADA SALUD, UN ACTOR IMPORTANTE EN LA VIDA INSTITUCIONAL DE LA CIUDAD

La Mutual fue construyendo a lo largo de los años una sólida relación con distintas instituciones de la ciudad. Así mantiene por ejemplo una estrecha vinculación institucional con la Cooperativa Obrera, que no tardó en trasladarse al plano comercial y hoy posibilita entre otras cosas que los empleados de la misma puedan acceder a descuentos en la red de farmacias de Federada Salud.

Del mismo modo, en 2016, firmó un convenio con el Club Olimpo, que hace posible que el plantel de fútbol profesional pueda acceder a la cobertura médica de Federada Salud. Por otro lado, cabe destacar que en 2017 Federada Salud suscribió un Convenio Marco de Colaboración con el Municipio de Bahía Blanca, para participar en forma conjunta en actividades de promoción y cuidado de la salud.



COMENZÓ EL PPS 2018

Con la obra Supersaludable y las charlas sobre alimentación saludable y chequeo médico, comenzaron las actividades del Programa de Promoción y Cuidado de la Salud de este año.

De esta manera, durante la semana del 7 al 11 de Mayo Federada Salud y la Asociación Civil Supersaludable visitaron tres localidades del sur santafesino, para inculcar a los niños y la comunidad en general la práctica de hábitos saludables y la importancia de la nutrición para una mejor calidad de vida.

Por otro lado, el 24 de mayo se realizó en Las Rosas (Santa Fe) la primera jornada dirigida a profesionales médicos, relacionada con la temática de "chequeo médico". En esta actividad se debatió acerca de las controversias del chequeo de la salud y de la prevención de enfermedades. La actividad se desarrolló en el Auditorio de la Asociación Médica del Departamento Belgrano y contó con la presencia de más de 20 médicos de la región.

En 2018 el PPS llegará nuevamente a distintas localidades de nuestro país, en las que desarrollará acciones orientadas a incentivar un estilo de vida saludable y aportar en materia de actualización y apoyo científico en temas relevantes. Seguì las actividades en federada.com.

OTRO AÑO EN EL AULA VIRTUAL DE JUNIOR ACHIEVEMENT

Federada Salud continua afianzando su relación con una de las ONG que trabaja en el campo de la educación para jóvenes más grande del mundo. Así, por segundo año consecutivo, será sponsor de los programas digitales que la Fundación ofrece a través de su aula virtual. Se trata de los programas educativos "Habilidades para la inserción laboral" y "Las Ventajas de Permanecer en la Escuela", a los que en 2018 se sumarán los módulos "Planificando Futuro" y "Escalera JA". Estas capacitaciones están destinadas a estudiantes de escuelas secundarias y primarias, y en 2017 llegaron a más de 1200 jóvenes de 34 localidades de la provincia de Santa Fe. De esta manera, Federada Salud tratará de seguir contribuyendo a ampliar el horizonte de posibilidades de jóvenes de distintas edades y así enriquecer sus capacidades para hacerlos protagonistas de su propio futuro.





Agricultores Federados Argentinos

Sociedad Cooperativa Limitada



DE LA SEMILLA A LA MESA

LA ECONOMÍA SOCIAL EN LA REFORMA DE SANTA FE

Diálogos para la Reforma, el ciclo de charlas que busca debatir en torno al proyecto de reforma de la Constitución Provincial de Santa Fe, se trasladó hasta la Sede Central de Federada Salud.

El proyecto de Ley de Reforma Constitucional, presentado a la Legislatura de la provincia de Santa Fe, propone en líneas generales que la nueva Carta Magna incorpore el concepto de Estado transparente y gobierno abierto, así como una infraestructura basada en principios éticos a nivel constitucional, que garantice la independencia e idoneidad de quienes desempeñan cargos directivos.

En este marco, representantes del Consejo Provincial de Asociativismo y Economía Social de Santa Fe, convocaron a una mesa redonda que se realizó el 28 de mayo en el Salón Auditorio de la Sede Central de Federada Salud en Rosario. Allí Oscar Blando, Director Provincial de Reforma Política y Constitucional; Dante Cracogna, reconocido especialista en Derecho Cooperativo y Mutual; y Juan Pivetta, presidente de Federada Salud, quien oficio de anfitrión y moderador, debatieron las incorporaciones al nuevo texto constitucional relacionadas con la defensa y promoción de las entidades Cooperativas y Mutuales.

Al respecto, Blando afirmó: "El Proyecto de Ley de Necesidad de la Reforma, que se llevó a cabo hace unas semanas a la Legislatura Provincial, es el resultado de un proceso que comenzó hablando, consultando, discutiendo con la sociedad civil, las academias, las universidades, en un trabajo que se llamó "bases para la reforma" y que duró desde agosto de 2016 hasta la presentación del proyecto. Allí nos encontramos con los aportes de todos. Estamos hablando de una constitución de mediados del siglo XX. Por lo tanto, y yendo al tema que hoy nos convoca, es una oportunidad de darle rango constitucional al mutualismo, con el contenido que ustedes nos tienen que ayudar a construir"

"Las mutuales y cooperativas tienen un gran desarrollo en toda la provincia de Santa Fe. Por lo tanto hay un rol social muy importante de las mismas en distintos sectores. Por eso creemos que si se promueve una reforma constitucional, las instituciones que hoy estamos aquí presentes, tenemos que ser parte de esta discusión y de esta manera ser receptores de las demandas de la sociedad".

En este sentido, Pivetta destacó: "Las mutuales y cooperativas tienen un gran desarrollo en toda la provincia de Santa Fe. Por lo tanto hay un rol social muy importante de las mismas en distintos sectores. Por eso creemos que si se promueve una reforma constitucional, las instituciones que hoy estamos aquí presentes, tenemos que ser parte de esta discusión y de esta manera ser receptores de las demandas de la sociedad".

Cracogna, por su parte, detalló las virtudes de la economía social y su efecto multiplicador en el resto de la sociedad: "Una economía plural es la que mejor garantiza las libertades individuales, porque cuando lo hace solo el Estado, sabemos lo que ha pasado, cuando es solo el sector privado capitalista, también conocemos

"Abrirle cauce a este tercer sector de la economía, como gran equilibrador de los excesos, tanto del capitalismo como del estatismo, es promover una economía más humana. Y cuando uno habla de constitución está hablando de futuro, y eso no tiene un límite temporal y no es patrimonio de ningún sector en particular."

cuáles son las consecuencias. Entonces, abrirle cauce a este tercer sector de la economía, como gran equilibrador de los excesos, tanto del capitalismo como del estatismo, es promover una economía más humana. Y cuando uno habla de constitución está hablando de futuro, y eso no tiene un límite temporal y no es patrimonio de ningún sector en particular."

Por último, el experto concluyó: "Hay muchos países que tienen incluidas una gran cantidad de disposiciones sobre la materia que hoy nos reúne, como España, Italia y Portugal, y en la Argentina, casi todas las constituciones provinciales tienen referencias de carácter general y un número interesante de referencias específicas a la economía social. Sin embargo, no hay una sola palabra de cooperativas y mutuales en la Constitución Nacional de 1994, pese a que en ese entonces nuestro país ya exhibía una centenaria y fecunda presencia cooperativista y mutualista en todos los sectores sociales. De



ahí, la importancia de que en el marco de esta reforma, podamos incidir como sector y lograr que esto ocurra en Santa Fe. Qué intereses incorporar es lo que tenemos que debatir. No

obstante, hay cuestiones fundamentales, como el reconocimiento de estas entidades como autónomas y el apoyo del Estado a las mismas en función de sus valores y principios”.



“SE PUEDE HACER MUCHO MEJORANDO LA RELACIÓN CON UNA PERSONA QUE PADECE UNA ADICCIÓN”

Conversamos con el Doctor Juan Pedro Sapène sobre el camino transitado junto a Federada Salud en distintas localidades de nuestro país y las claves de una enfermedad cuyos principales enemigos son “la desinformación y las contradicciones”.



Como referente del eje Adolescentes del Programa de Promoción y Cuidado de la Salud, el Doctor Sapène dicta dos charlas sobre adicciones, una dirigida a los allegados de las personas con alguna adicción y otra a adolescentes en edad de riesgo de tener problemas con el alcohol o las drogas. La idea, nos cuenta, es realizar un abordaje desde una perspectiva diferente, mostrando como los entornos sociales, las etapas de desarrollo y la genética, están íntimamente vinculados en esta problemática e influyen en la vulnerabilidad y recuperación de las personas.

¿Cómo podríamos definir el término “adicción”?

En términos simples, definimos a la adicción como cualquier consumo de sustancias o desarrollo de conductas compulsivas que las personas continúan llevando adelante aún cuando producen problemas o consecuencias negativas para la vida. Cuando hablamos de sustancias incluimos al alcohol, la nicotina, la marihuana o

UN PROBLEMA CENTRAL

Las adicciones son enfermedades del sistema nervioso central, con factores genéticos, psicosociales y ambientales que afectan su desarrollo y evolución clínica. Todas las sustancias y conductas adictivas actúan en sectores muy primitivos de nuestro cerebro que son fundamentales para nuestra supervivencia. Son los que regulan las sensaciones placenteras, la ingesta de alimentos o de agua, por ejemplo, y en personas vulnerables, les indican que son centrales para su supervivencia, cuando en realidad no lo son. Tras repetir este proceso de consumo la persona que desarrollará una adicción, termina supeditando su tiempo y actividades a las conductas adictivas las que considera erróneamente centrales para su felicidad, alejándose de otras que les proporcionan el desarrollo de una vida con propósito y sentido.

el éxtasis, por ejemplo, y si hablamos de conductas, éstas comprenden el juego patológico, la ingesta compulsiva de comida, la tecnología o internet. Las características centrales de la adicción son el no poder detener el consumo una vez que comenzó, el invertir mucho más tiempo, dinero o drogas del que inicialmente se hubo programado, la dificultad para poder aceptar que existe un problema con el uso de alcohol, drogas o conductas compulsivas, a pesar de los severos problemas que la persona experimenta y la progresión hacia una mayor severidad en sus manifestaciones y complicaciones si no es tratada.

¿Cuáles son las principales inquietudes que recibe, tanto de adolescentes como de sus familias, cuando habla de este tema?

Las preguntas que recibo de los chicos se relacionan con querer comprender, por un lado, el "porqué" se puede comenzar a tomar alcohol o drogas, para luego no poder detenerse y desarrollar una adicción. En general creen que podrán controlar el consumo de cualquier sustancia y preguntan para "convencerse" que esta elección inicialmente libre de usar alcohol o drogas, será algo que puedan continuar manteniendo después. Por otro lado, y en general por la condición de adolescentes, no pueden evaluar cabalmente las consecuencias y los daños que las drogas o el alcohol producen, tal vez en sus mismos familiares o amigos. En ese caso adopto una posición de educación y orientación para que puedan conocer mejor la realidad de las consecuencias mentales, físicas y familiares que se producen. En el caso de las familias, como las enfermedades adictivas están llenas de contradicciones y

desinformación, precisan conocer cómo ayudar a un familiar o amigo con el problema, aclarándoles que no ha sido la familia la que ha provocado el problema, ni que serán ellos los que pueden controlar a la persona. Sin embargo, deben recordar que pueden hacer mucho mejorando la relación que tienen con la persona que padece la enfermedad.

¿Qué le diría a una persona o a su familia para comenzar a superar este problema?

Casi siempre las personas que me consultan, lo hacen cuando el problema ha provocado un gran caudal de dolor y sufrimiento. Por eso creo que además de la vergüenza y el temor a la estigmatización o la discriminación, el factor que contribuye a atrasar la búsqueda de ayuda o de reconocer el problema, consiste en la negación del mismo, a la racionalización y la justificación de lo que se ha vivido, junto a la falta de aceptación de tener un problema que no se puede solucionar tomando o usando "pocas" cantidades de alcohol o drogas, sino que precisa el reconocimiento de que la obsesión por el consumo de alcohol o drogas lleva a consumirlas no por un problema moral o ético, sino por la alteración del centro de recompensa y de los procesos de toma de decisiones que también se dañan durante la adicción al alcohol, drogas o conductas. Y así como no nos culpamos o sentimos vergüenza por otros problemas médicos que podemos tener, como la diabetes, la hipertensión arterial o la artritis, por ejemplo, no debiéramos avergonzarnos por padecer un problema cuyas manifestaciones se desarrollaron mucho antes de pedir ayuda, y comenzar a tratarlo.



DR. JUAN PEDRO SAPÈNE

CV

Juan Pedro Sapène (M.P. 13.858) es médico especialista en Psiquiatría egresado de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Rosario. Además, es miembro de la sección Recuperación / Rehabilitación en Psiquiatría de la Asociación Mundial de Psiquiatría Social (WASP).





Bruno Mascia
de Las Petacas (9/3/2018)

Mi nombre es Bruno y soy de Las Petacas, una pequeña localidad de la provincia de Santa Fe. Mi mamá Carina quiere que los asociados de todo el país me conozcan. Un saludo a todos los Federaditos.



Francisco Valdemanin
de Rosario (28/3/2018)

Hola. Soy Francisco y nací un 28 de marzo en Rosario. Me gustaría salir en la próxima Revista Buenas & Sanas. Por eso les envié esta foto en la que estoy junto a mi hermana Briana, que tiene 3 años. Mi mamá Danisa y toda mi familia agradecen a Federada por estar presente cuando la necesitamos.



Jazmín Bracco
de El Trébol (2/2/2018)

Hola. Me llamo Jazmín Bracco. Nací el 2 de febrero de 2018 en la Clínica San Rafael de El Trébol con 3 kilos. Mis papis Agustina y Martín están muy felices y quieren compartir esta foto con todos los asociados de Federada Salud.



Milena Ludueña Perin
de Córdoba (19/4/2018)

Me llamo Milena y nací el 19 de abril de 2018 en Córdoba. Mis papás Anabela y Lucas no quieren dejar pasar la oportunidad de hacerlo saber a todos los asociados de Federada Salud. Espero que les guste mi foto, en la que estoy muy relajada. Un saludo para todos.



Pedro Pagliaroli
de Pérez (8/3/2016)

Mi nombre es Pedro Pagliaroli y vivo en la Localidad de Pérez, Santa Fe. Nací el 8 de marzo de 2016. Mis papás Betiana y Pablo y mi hermana Martina están muy felices con mi llegada. Gracias a Federada por cuidar de mí y de mi familia siempre.



ESCRIBINOS A
buenasysanas@federada.com

Podés contarnos tu experiencia con Federada Salud y hacernos llegar sugerencias para mejorar el servicio. También podés sugerirnos temas para nuestra revista o enviarnos tu comentario sobre las notas que publicamos en cada número. Tu opinión nos interesa.



Foto: Freepik

UN SEGURO PENSADO PARA LO QUE MÁS QUERÉS

Nuestros seguros de vida te dan la tranquilidad de que los tuyos puedan continuar sus proyectos. Además, son fáciles de contratar, se actualizan en forma automática y te permiten acceder a distintas facilidades impositivas.

SEGUROS DE VIDA INDIVIDUALES

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

Con la seguridad y el respaldo de FEDERADA SALUD de Argentina y DIVINA PASTORA SEGUROS de España

Consultá al **0810-888-8767** o por email a comunicaciones@federadavida.com

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 Institorio de
Federada Compañía de Seguros S.A. Matrícula N° 98.

federadavida.com



Superintendencia de Seguros de la Nación
0800-666-8400 www.ssn.gov.ar
N° de inscripción SSN: 0874



MARIANA
ARIAS

ARMAZONES



EUROPTICA®

www.europtica.com.ar



SANTA FE: ARROYO SECO | CASILDA | CHABÁS | FUNES | GRANADERO BAIGORRIA | PÉREZ | SAN LORENZO | SANTA FE | VENADO TUERTO | VILLA GOBERNADOR GÁLVEZ |
ROSARIO: BALCARCE | ECHESORTU | FISHERTON | PASEO DEL SIGLO | PASEO LA MÉDICA | PEATONAL | PORTAL ROSARIO SHOPPING | PUERTO NORTE | RIBERA | SUR |
SAN MARTÍN | **BUENOS AIRES:** BOUTIQUE CALLAO | FACULTAD | RECOLETA | **LA PAMPA:** SANTA ROSA | **ENTRE RÍOS:** VIALE.