

**61**

Obra Social de Viajantes Vendedores de la República Argentina • N° 61 • Agosto 2025

**a!**

**Noventa y contando.**

**Encontrar un sentido para cada  
etapa de la vida.**



**En el Centro Médico *andar* tenemos especialistas en:**

- |                  |                        |
|------------------|------------------------|
| ✓ Cardiología    | ✓ Oftalmología         |
| ✓ Clínica Médica | ✓ Otorrinolaringología |
| ✓ Dermatología   | ✓ Pediatría            |
| ✓ Diabetes       | ✓ Reumatología         |
| ✓ Fonoaudiología | ✓ Traumatología        |
| ✓ Ginecología    | ✓ Urología             |
| ✓ Nutrición      | ✓ Vacunación           |
| ✓ Odontología    |                        |

**Reservá tu turno en**  
<https://www.andar.org.ar/centros.php>



**Moreno 2033, 2º piso, CABA**

**61**

## Revista **a!**

andar - Obra Social de Viajantes  
Vendedores de la República Argentina  
Moreno 2045  
C1094ABE Cdad. Aut. de Bs. As.

**Nro. 61 Agosto 2025**

### Dirección

Luis Carlos Cejas

### Redacción y Contenidos

Javier Lafuente  
Josefina Ros Artayeta

### Supervisión general

Rocking Brands

Superintendencia de Servicios de Salud  
0800.222.SALUD (72583)  
<https://www.argentina.gob.ar/sssalud>

RNOS 1-2210-4 RNEMP 1252

### Suscripción

Si todavía no recibís la Revista a! en tu casilla de correo electrónico envíanos un email a [revistaa@redsocialfuva.org.ar](mailto:revistaa@redsocialfuva.org.ar) con el asunto "Suscripción".

### Agradecimientos

Luis Carlos Cejas  
Alejandra García  
Paola Cerdá  
Darío Butler  
Mónica Salles  
Noelia Rivera Gutiérrez  
Mariana Álvarez  
Hernán Danolfo  
Agustina Danolfo  
Alberto Chab Tarab  
Guadalupe Camurati  
Georgina Melatini  
Teresa Daffunchio

## 06 *Novedades*

### **Más fácil, más rápido y más seguro**

*¿Sabías que podés hacer tus consultas médicas online sin tener que ir a una guardia?*

## 08 *Prevención*

### **El alimento ideal para los bebés**

*Los beneficios de la lactancia incluyen también a las madres y están científicamente demostrados.*



## 14 *Solidaridad*

### **Proyecto Ser Humano**

*Se conocieron en pleno proceso de recuperación por adicciones. Hoy tienen dos hijas y comparten su historia para inspirar a otros.*



## 18 *Bienestar*

### **Noventa y contando**

*Con ayuda de su nieta un médico psicoanalista de 97 años lanzó una convocatoria en redes sociales que se hizo viral y creó una nueva comunidad para personas de su edad.*



## 22 *Entrevista*

### **Surfeando la vida**

*Georgina Melatini tiene espina bífida, una malformación congénita en la columna vertebral. Actualmente es bicampeona sudamericana y latinoamericana de parasurf.*



## 27 *Sociedad*

### **Entre Ríos: naturaleza, calidez y tradición**

*Dos parques nacionales, quince complejos termales y muchas opciones para el turismo rural, deportivo y saludable.*





*Instituto Superior de Viajantes*

*¡El tiempo es vida!*

**E**l dolor torácico, también conocido como “dolor de pecho”, es uno de los motivos de consulta más comunes en los servicios de emergencias a nivel mundial. Representa entre el 5% y el 20% de las consultas anuales y un 25% de las internaciones hospitalarias.

Sus causas son variadas. Incluyen problemas de origen cardíaco y otros no cardíacos que pueden ser gastrointestinales, músculo esqueléticos y pulmonares, entre otros. Dentro de las causas cardíacas más frecuentes -y potencialmente mortales- están el **síndrome coronario agudo o infarto agudo de miocardio, el tromboembolismo pulmonar, la patología aórtica aguda, las arritmias y la insuficiencia cardíaca.**

Determinar si el dolor es de origen cardíaco o no es muy importante. Es lo que permite establecer un diagnóstico oportuno y tratamiento, evitando complicaciones y un desenlace fatal. La mortalidad por infarto agudo de miocardio es alta especialmente en fase extrahospitalaria.

Las personas con factores de riesgo cardiovascular como el tabaquismo, hipertensión arterial, diabetes mellitus, dislipemias, obesidad, sedentarismo y antecedentes familiares tienen un riesgo mucho mayor de sufrir enfermedades del corazón y vasos sanguíneos.

La adopción de hábitos saludables, ejercicio regular, dejar de fumar y controlar la presión arterial, el colesterol y la glucemia, puede reducir significativamente el riesgo.

¿Cuándo debo consultar en una guardia de emergencias médicas? Ante la aparición de algunos síntomas de inicio agudo como:

- **Dolor o malestar en el pecho, a veces irradiado a los brazos, hombros, cuello, mandíbula o espalda.**
- **Dificultad para respirar o sensación de falta de aire.**
- **Sudoración excesiva, palpitaciones, náuseas y vómitos, mareos o aturdimiento, ansiedad, fatiga.**
- **Aunque el dolor de pecho es común entre ambos sexos, las mujeres, las personas de edad avanzada y los diabéticos pueden presentar síntomas atípicos.**

La consulta debe ser lo más pronto posible, dirigiéndose de forma directa a una guardia o llamando al servicio de emergencias.

La evaluación inicial en el servicio de emergencias incluye la valoración de los síntomas, factores de riesgo, electrocardiograma y biomarcadores cardíacos.

No se debe esperar a ver si los síntomas desaparecen ya que cada minuto cuenta en el diagnóstico y tratamiento.

*¡El tiempo es vida!*

Dra. Noelia Rivera Gutiérrez  
M.N 147540  
Especialista en Cardiología  
**Centro Médico andar**

# MÁS FÁCIL MÁS RÁPIDO MÁS SEGURO

*Hacé tus trámites desde la comodidad de tu hogar, sin necesidad de trasladarte.  
¿Sabías que ahora podés hacer consultas médicas online sin tener que ir a una guardia?  
También podés acceder a herramientas para mejorar tu ejercicio y alimentación.*

## **TELEMEDICINA**

*Atención médica a través de videollamada.*

*Si sos beneficiario de los planes Clásico, Especial o Plus de AMBA -o de la red global de Santa Fe- recordá que ahora podés acceder al servicio de atención médica a través de una videollamada por medio de Emerger sin necesidad de trasladarte de tu casa.*

*Para poder utilizar este nuevo servicio solo necesitás contar con un teléfono celular o tablet con cámara frontal y una buena conexión a Internet-wifi.*

*El horario de atención es de 9 a 20 horas, y no hace falta abonar un costo de coseguro.  
Ingresá al nuevo servicio de telemedicina a través del centro de autogestión de andar:*

<https://www.andar.org.ar/autogestion/>



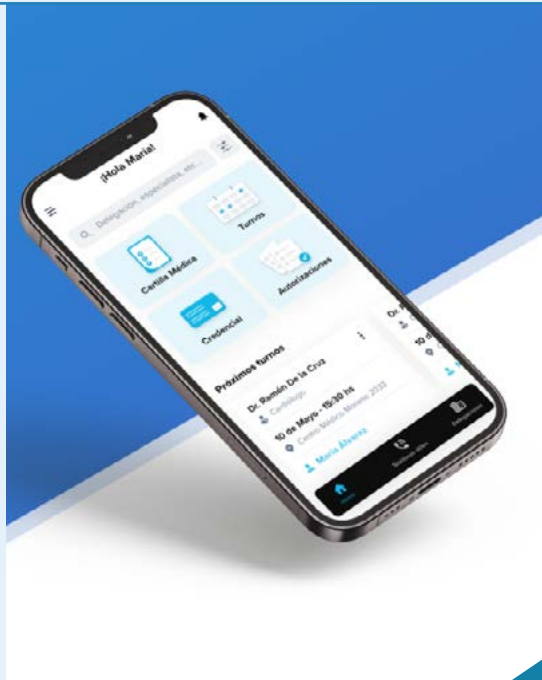


**MÁS FÁCIL  
MÁS RÁPIDO  
MÁS SEGURO**

## **APP MOBILE**

### ***Sumate a la experiencia.***

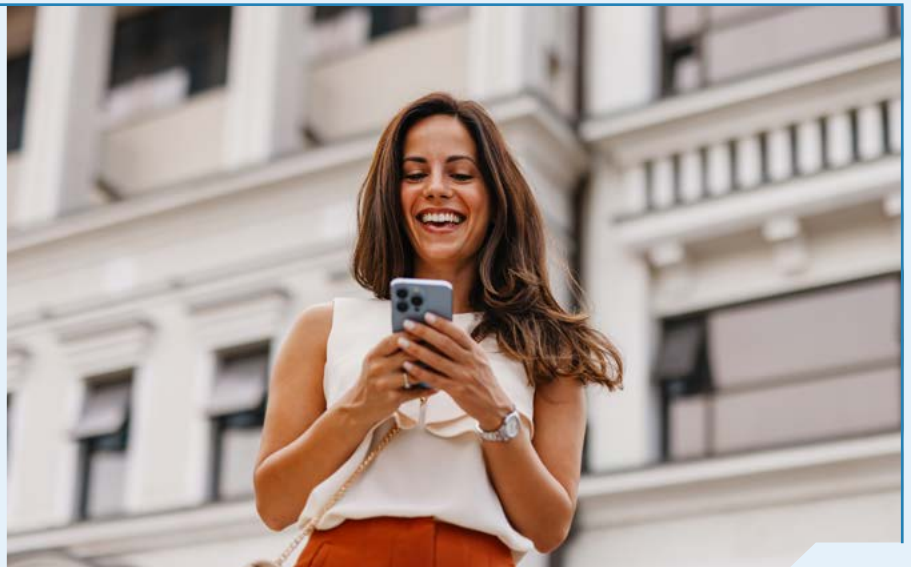
Con la app de andar podés hacer todos los trámites de la obra social en forma digital. Accedé a la credencial, pedí turnos para vos y tu grupo familiar, consultá prestadores por cerca-nía en la cartilla y hacé el seguimiento de tus autorizaciones. Todo desde un solo lugar, más rápido y fácil.



Descargá la app y probá esta nueva función en:  
<https://andar.org.ar/mobile/>

## ***Una herramienta para tu bienestar Integral.***

A través de la app "Bienestar Integral Todo-En-Uno" podés acceder a herramientas para el ejercicio, la alimentación, el mindfulness, la meditación, el sueño, el cambio de hábitos, el bienestar de los niños, el apoyo a los pacientes y mucho más.



## EL ALIMENTO IDEAL PARA LOS BEBÉS

*Sus beneficios para la salud incluyen también a las madres y están científicamente demostrados. La Dra. Mariana Álvarez enumera todas las ventajas de la lactancia materna y brinda recomendaciones para el amamantamiento.*





**S**egún estimaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) podrían salvarse más de un millón de vidas infantiles al año si todas las madres alimentaran exclusivamente con leche materna a sus hijos durante los primeros 4 meses de vida.

La lactancia materna favorece la salud integral y constituye, además, un marco para fomentar un apego saludable. Por eso es nuestro deber promocionarla desde todos los ámbitos asistenciales y laborales.

#### ¿Por qué es importante?

Amamantar a un hijo es una de las experiencias más gratas en la vida de una mujer. Su leche constituye el alimento ideal para el chico durante los primeros 4 y 6 meses de vida, y sigue siendo, durante mucho tiempo, una importante fuente de proteínas y de otros nutrientes, aún después de incorporar otros alimentos. La lactancia materna constituye una auténtica revolución en la supervivencia infantil.

*La lactancia materna favorece la salud integral y constituye, además, un marco para fomentar un apego saludable.*

#### ¿Cuáles son sus ventajas?

**Favorece la estabilidad psicológica.**

**La lactancia materna presenta ventajas nutritivas e inmunológicas. Es leche que contiene proteínas, todos los aminoácidos esenciales, grasas que se absorben mejor que la leche de vaca, hidratos de carbono y vitaminas.**

**También contiene minerales, componentes celulares y del sistema inmune, por lo cual la leche materna tiene capacidad antibacteriana.**

**Posee enzimas útiles para la digestión, hormonas que favorecen el crecimiento y sustancias para el desarrollo anatómico y funcional del intestino.**

**Evita la hipercolesterolemia (arteriosclerosis temprana) y la hipertensión arterial.**

**Disminuye el riesgo de cáncer ovárico y mamario, y la frecuencia de diabetes juvenil y linfoma.**

**Se asocia con incrementos pequeños pero detectables en la capacidad cognitiva y el logro educacional de niños y jóvenes.**

**Provoca excitación a nivel de la musculatura bucal y favorece el crecimiento armonioso de huesos y cartílagos del aparato masticatorio.**

**Mejora la oclusión dental en etapas posteriores del desarrollo infantil y previene las anomalías dento-faciales (por ejemplo, evita apiñamientos dentales y mordidas abiertas). Además contribuye a la prevención de las caries.**

**Ayuda a reducir la presencia y gravedad de los estados alérgicos en el bebé.**

**Previene la obesidad durante la lactancia y el desarrollo posterior.**

**Contribuye a prevenir las diarreas al reducir la exposición a alimentos, líquidos y utensilios contaminados.**

**Reduce la morbilidad y la mortalidad infantil.**

**Favorece el vínculo afectivo madre-hijo.**

**Prolonga la infertilidad después del parto, inhibiendo la menstruación y la ovulación.**

**Disminuye la hemorragia durante el puerperio al estimular la concentración e involución uterina.**

**No necesita preparación previa: está siempre a disposición del bebé, tiene temperatura adecuada y no contiene microbios.**

## Legislación

La Ley Nacional N° 26.873 tiene por objeto la promoción y concientización pública sobre la importancia de la lactancia materna y de las prácticas óptimas de nutrición segura para lactantes y niñas/os de hasta dos años.

La ley fomenta el establecimiento de Espacios Amigos de la Lactancia en los lugares de trabajo. Espacios fundamentales para garantizar la continuidad del amamantamiento en el retorno al trabajo.

La normativa ampara a todas las personas gestantes a vivir la maternidad y el periodo de lactancia en total respeto a la autonomía de sus decisiones y deseos. Es importante destacar que a pesar de los mandatos sociales que puedan existir alrededor de estos temas, cada cuerpo tiene una sensibilidad particular y una experiencia personal válida.

## ¿Cómo saber si el bebé está siendo amamantado en la posición correcta?

- Su cuerpo está pegado al cuerpo de su mamá.
- La boca y la mandíbula están pegadas al cuerpo de la mamá.
- La boca está completamente abierta y los labios se ven evertidos.
- La mayor parte de la aréola o toda ella está escondida dentro de la boca del bebé.
- El niño da chupadas grandes y espaciosas.
- El niño está relajado y feliz.
- La mamá no siente dolor en los pezones.



## ¿Cuál es la técnica correcta de amamantamiento?

El éxito de la lactancia depende de diversos factores. Se recomienda amamantar lo más pronto posible después del parto y tantas veces como el bebé lo desee.

Un elemento esencial para un buen amamantamiento es el método empleado por la mamá para enseñarle al bebé a tomar pecho y ajustar su boca alrededor de la areola y el pezón.

- ▶ Durante el amamantamiento la mamá tiene que estar en reposo y tranquila.
- ▶ El bebé debe estar colocado en un ángulo de 45 grados respecto de la mamá y con la cara frente al pezón.
- ▶ Los pezones deben limpiarse previamente con agua hervida, estimulándolos para su erección.





*La OMS recomienda dar la teta dos años como mínimo, considerando que el mejor destete es el que respete los tiempos y los deseos de la mamá y del bebé.*

### 3 Consejos claves para amamantar

#### 1- Primera hora de vida

Cuando tu bebé nace, durante la primera hora de vida, está preparado para conocerte. Quiere mirarte, olerte y succionar en tu pecho para sentirse seguro. La primera leche, llamada calostro, ofrece en pequeñas cantidades una perfecta inmunización para inaugurar su vida lleno de anticuerpos.

#### 2- Cómo, cuánto y cada cuánto

Cuanto más seguido se prenda tu bebé a la teta, y siempre que esté bien prendido/a y succionando vigorosamente, más leche habrá. El estímulo del bebé es el que produce leche. No hay horarios,

cada bebé tiene un ritmo y una necesidad diferente. Recordá que la leche materna se digiere muy rápidamente y es probable que un/a recién nacido/a quiera comer incluso hasta 12 ó 14 veces en el día y más. Dejalo/a mamar de un pecho todo lo que desee porque a medida que va transcurriendo la toma va aumentando el tenor graso de la leche. El llanto es una señal tardía de hambre, el bebé puede enojarse y costarle más prenderse al pecho.

#### 3- Prendida

La clave de una buena lactancia es una correcta prendida. Para esto tu bebé tiene que tomar gran parte de la areola ya que en ella genera el estímulo para producir la leche. Si el pezón sale aplastado o defor-

mado luego de la mamada, posiblemente el bebé sólo estuvo agarrando del pezón, por lo que puede agrietarse y no estar recibiendo el alimento. Fijate que tu bebé tenga la boca bien abierta, el mentón y la nariz pegados a la teta y la panza contra tu cuerpo.

**Dra. Mariana Laura Álvarez**  
**Médica Pediatra**  
**MN: 95016**

#### Fuentes:

- Archivos Sociedad Argentina de Pediatría
- Archivos de la OMS
- Asociación Civil de Puericultura





Hotel Posta del Viajante.  
Mar del Plata.



Complejo Turístico Huerta Grande.  
Huerta Grande, Córdoba.

***Somos viajantes,  
viajemos.***

**Informes: [secturismo@redsocialfuva.org.ar](mailto:secturismo@redsocialfuva.org.ar)**



Federación Única de Viajantes de la Argentina



## PROYECTO SER HUMANO

*Hernán y Agustina se conocieron cuando ambos estaban en proceso de recuperación por adicciones. Actualmente viven juntos, tienen dos hijas y llevan adelante un proyecto comunitario que busca crear oportunidades para los demás. Hacen trabajo social, dan charlas en instituciones y comparten historias de vida y de superación para inspirar a otros.*



Hernán y Agustina Danolfo, creadores de Proyecto Ser Humano.





*"Si hoy fuera tu último día de vida, ¿a quién llamarías?"*

**H**ernán Danolfo atravesó una etapa muy difícil en su vida. Desde los 15 hasta los 25 años de edad estuvo involucrado con drogas, sin poder salir, y se ganaba la vida como vendedor ambulante. *"Estuve dos veces internado en centros de rehabilitación. Lamentablemente no hay un tratamiento matemático para las adicciones. No es que te dan una medicación y dicen, 'Si tomás estas tres pastillas por día, en seis meses salís.' No existe algo así, pero yo quería salir",* relata Hernán.

Mientras estaba en proceso de rehabilitación conoció a Agustina. *"Nos encontramos en ese momento de la vida, a través de las adicciones. Y un día nos fuimos a vivir juntos a una habitación en Pompeya. Dormíamos en un colchón en el piso que era una goma espuma llena de pulgas",* recuerda.

Al tiempo Agustina quedó embarazada y lo que podía ser un problema más en sus vidas, se convirtió en su salvación. Decidieron tener el bebé, algo riesgoso por la situación que estaban atravesando, y la paternidad le hizo hacer un clic. Hernán se volvió más responsable y, con mucho esfuerzo y ayuda de su familia, logró salir de la droga. *"La verdad que ese fue un momento muy hermoso porque se dio una conjunción de factores: estar con Agustina, ser papá y buscar ayuda una vez más. Aproveché esa oportunidad, busqué ayuda y salimos adelante. Somos el cinco por ciento de una estadística muy baja dentro de las adicciones. Solo ese bajo porcentaje logra salir de una situación así. Fue como un cuento de hadas, algo milagroso",* confiesa.

Con el paso de los meses se fueron dando cuenta, con Agustina, de que contar su propia experiencia de vida y el hecho de haber salido de una situación tan difícil podía inspirar a otros. Entonces empezaron a hacer trabajo social. *"Fuimos a hogares de chicos y a ayudar a la comunidad en los comedores. Hubo un tiempo en que cantábamos la gallina turu-*





*"No sé si con pequeñas acciones podemos cambiar el mundo, pero sí cambiar el mundo de una persona o por lo menos su día o su semana"*

*leca o En el auto de papá arriba del tren, y después de cantar contábamos la historia de cómo habíamos salido de la droga. La gente arriba del tren se emocionaba y algunos lloraban", relata Hernán.*

#### La fuerza de las redes sociales

De a poco empezaron a subir contenido a las redes, a contar su propia historia, pero también las historias de otros. Quienes los seguían les pedían consejos para algún familiar que estaba en la misma situación que ellos con las drogas. Después de la pandemia y con el auge de Instagram y Tik Tok, el contenido llegó a viralizarse muchísimo más.

Además, Hernán cuenta que siempre fue curioso, desde que era chico, y que con el tiempo fue descubriendo que dentro de

él había un periodista oculto. Aprovechó esa característica suya para hacer crecer este proyecto que, al día de hoy, continúa aumentando los seguidores día a día. Actualmente tiene 1.9 millones en Tik Tok, 114.000 en Instagram y 17.000 en Facebook.

#### Cadena de favores

Hace muchos años, mientras era vendedor ambulante, Hernán vivió una experiencia transformadora. *"Un día estaba vendiendo en la calle. Había vendido poco y se me ocurrió ir a comer algo a una pizzería. Pedí dos porciones de fainá y un vaso de agua, mientras leía el diario. Cuando terminé de comer y fui a pagar, la chica que me estaba atendiendo me dijo, 'No, no, ya está pagado'. Le dije 'no, no, te equivocaste, mirá que yo no te pagué'.*

*No, ya sé que vos no me pagaste, pero había dos personas comiendo en la mesa de allá y cuando fui a cobrarles me dijeron, 'Cobrá lo nuestro y lo que consumió el muchacho'."*

Hernán recuerda que ese día salió de la pizzería con mucha emoción y una sonrisa. *"Fue tan linda esa experiencia que me hicieron vivir esas personas, que jamás voy a conocer, que ahí fue cuando empecé con esto de las pequeñas acciones, con las cadenas de favores. No sé si con pequeñas acciones podemos cambiar el mundo, pero sí cambiar el mundo de una persona o por lo menos el día o su semana", reflexiona.*



## La historia de Isidoro



Hernán y Agustina se topan todos los días con muchas historias en la calle y otras que reciben a través de las redes sociales. La de Isidoro es una de las más conocidas. Su historia llegó a miles de personas e incluso le hicieron notas en varios canales de TV y en algunos diarios. Isidoro era un hombre muy culto, poeta y traductor, que vivía en la calle. Había tenido un ACV y estaba viviendo en un parador del gobierno de la ciudad. *"Cuando lo encontré en la calle y le pregunté por su familia, él tuvo una respuesta que parece que le resonó a muchos. Me dijo, 'Tengo familiares, pero no familia'. Y bueno, parece que se identificaron muchísimo con esa respuesta, porque a muchos les pasa lo mismo."*

## Charlas en escuelas y fundaciones

Hace muchos años que dan charlas para hablar sobre adicciones. Hernán se acuerda que cuando él estaba en la escuela secundaria, le gustaba cuando iba alguien a hablar sobre algún tema, por eso ahora lo pone en práctica.

*"La primera fue la escuela 13 de Villa Madero, La Matanza. Yo nací ahí, fue mi escuela, entonces decidí empezar por ahí. Les pregunté si podía dar una charla, les conté un poco mi historia y me dijeron que sí."* También los invitan a dar charlas en muchas instituciones de Argentina y del resto de Latinoamérica, en países como Paraguay, Colombia, Chile y México.

"Cadena de favores" es hoy una de las iniciativas del Proyecto Ser Humano. Cada semana Hernán sale a la calle en algún barrio de la capital o de la provincia de Buenos Aires, le compra toda la mercadería a un vendedor ambulante y luego la reparte entre la gente que camina por ahí.

### Abrazos gratis y preguntas que hacen pensar

Otras de las iniciativas que llevan adelante son los abrazos gratis en la calle. *"Por lo general yo estoy con los ojos vendados, con el cartel que dice 'Abrazos Gratis', y la gente me viene a abrazar. Es un abrazo sin ningún propósito. Yo no estoy viendo quién me abraza y la gente no se siente mirada, entonces después yo le pregunto por qué me abraza, y ahí salen algunas perlititas interesantes."*

También paran al azar a alguien para hacerle una pregunta puntual que sea movilizante. La más común y la que primero se viralizó es: Si hoy fuera tu último día de vida, ¿a quién llamarías? Otra es: ¿A qué le tenés miedo? La gente en la calle conecta enseguida con las preguntas, llama a algún familiar para decirle *"Te quiero"* e incluso hubo casos de reconciliaciones de personas que estaban peleadas hace mucho tiempo.

## Ser un poco más humanos

Hernán explica que el nombre del proyecto tiene que ver con inspirar a otros para ser menos individualistas y para hacer algo por el prójimo, mirar a los ojos, hablar directamente y comprometerse con una causa.

*"Hay gente que me dice, 'Hernán, tengo una bolsa de ropa, tengo un montón de ropa para dar'. Entonces por ahí me la quieren traer pensando que yo soy como una ONG. Yo ahí les digo: '¿Por qué no hacés una cosa? En vez de darme la bolsa a mí, ¿por qué no salís con la bolsa por el barrio? Y seguro que vas a encontrar a alguien que lo necesita y lo vas a poder escuchar en primera persona, vas a saber su nombre y su necesidad. Entonces la gente después me escribe, 'Hernán, no sabés, sí, tenías razón, fui con la bolsa, encontré un muchacho o una señora, tenía tal problema y se puso a llorar y nos dimos un abrazo'".*

Se trata, en definitiva, de ser un poco más humanos.

### Contacto

Instagram: @proyecto\_serhumano

Tik Tok: @hernan\_danolfo

You Tube: Proyecto Ser Humano

Web: [www.proyectoserhumano.com.ar](http://www.proyectoserhumano.com.ar)



## NOVENTA Y CONTANDO

*Un médico psicoanalista de 97 años lanzó una convocatoria en redes sociales que se hizo viral y creó una comunidad digital para personas nonagenarias. El grupo que formaron se reúne cada quince días en forma presencial para compartir experiencias comunes, combatir la soledad, promover la vida activa y darle un sentido nuevo a la vejez.*

**A**lberto Chab Tarab es un médico psiquiatra y psicoanalista de 97 años que, como muchas personas, durante los últimos años venía sintiendo la necesidad de tener mayor intercambio a nivel emocional en su vida.

Si bien su profesión aún lo lleva a estar en contacto con pacientes y escuchar sus problemas, lo cierto es que esa relación en el psicoanálisis es bastante asimétrica y no le permite intercambiar experiencias. *"El paciente sí cuenta, pero el analista no. Yo sentía que a mi edad necesitaba algo más de interacción con otros, pero lo iba dejando de lado hasta que la necesidad se hizo más fuerte".*

Un día, durante una cena familiar, Alberto comentó que le gustaría estar en contacto con gente de su generación para intercambiar reflexiones sobre lo que significa ser longevos. Su nieta Zoe le dijo que lo podía ayudar a grabar un video para publicar en Tik Tok y, todavía hoy, un año después, no puede creer el alcance que tuvo. Después de la publicación del video ocurrió lo que Alberto nunca imaginó: a los 10 minutos comenzaron a llegar cientos de correos electrónicos, mensajes y llamados telefónicos de personas y familiares que querían sumarse a la iniciativa. *"Ahora tengo idea de lo que es, pero en ese momento no tenía ni la más remota idea de las redes sociales, de Tik Tok o de Instagram"*, cuenta entusiasmado. La mayoría le contaba que tenía un tío o un abuelo con las mismas inquietudes que él, que se sentían solos y que quería compartir experiencias con gente de su edad. Recibió además mensajes de Uruguay, Chile, Colombia, y hasta de Canadá.



*"Sentía que a mi edad necesitaba algo más de interacción con otros"*

Alberto Chab Tarab y Guadalupe Camurati.



### El grupo

Entre todos los que lo contactaron, Alberto se encargó de seleccionar a 4 mujeres y 5 hombres para que formen parte del grupo. Todos tienen entre 93 y 98 años, y él es uno de los mayores.

Cada 15 días se reúnen en el SUM de su edificio, en el barrio de Belgrano, para conversar sobre diferentes temas, compartir vivencias y anécdotas de su vida. Alberto envía previamente una consigna por Whatsapp para desarrollar el día de la reunión, y llevan hasta el momento 25 encuentros. Al finalizar, Alberto hace un resumen escrito y lo envía a los participantes por chat.

*"Las dos horas que dura la reunión son de charla profunda, intensa y emocional. No nos juntamos para tomar el té o jugar al truco. Uno cuenta algo, el otro pregunta, ¿cómo fue? Entonces alguno dice si le pasó algo similar en tal o cual momento, con tal persona, o si la relación con la familia es de tal o cual manera", explica Alberto.*

### La chica que se enamoró de la iniciativa

Guadalupe Camurati fue una de las primeras personas que contactó a Alberto cuando lanzó el video en las redes sociales. Tiene 27 años, y en ese momento estaba trabajando en la señal de noticias de streaming Luzu TV. *"Me contacté con Alberto en el momento que el primer video que subió su nieta se hizo viral en TikTok, de la misma forma que lo hicieron muchísimas personas. Mi idea era hacerle una nota a él y al grupo, con la reunión en vivo y en directo".*

Al principio Alberto no entendía bien, pero le preguntó si podía conseguir una cámara para filmar el primer encuentro del grupo y, de a poco, Guadalupe pasó a ser parte del proyecto.

También le pidió que investigara si había antecedentes de iniciativas de este tipo a nivel mundial, para estar mejor preparado, pero no encontraron proyectos similares.

*"En ninguna parte del mundo hubo un*

*grupo parecido a este que me diera pautas para trabajar. No había. Hubo entrevistas, inclusive a centenarios, y vinculado al tema de las zonas azules, esos lugares del mundo donde se dice que las personas son más longevas. Pero eso fue totalmente una patraña, algo inventado, de que la gente podía vivir más en determinados lugares por el solo hecho de residir ahí. Es una mentira total", afirma.*

Guadalupe, además, fue quien le puso el nombre al proyecto. *"Se me ocurrió ponerle Noventa y contando por esto de tener 90 años y contar experiencias, ya que ese es su objetivo. Pero también Noventa y contando años, porque siguen sumando años entre todos y tiene que ver con llegar a los 90 con esta vitalidad. Hay gente que está muy bien y muy activa a esa edad, entonces tiene que ver con cambiar un poco el concepto de la vejez", añade Guadalupe.*

Ella también se encargó de hablar con los familiares de los integrantes del grupo. *"Sobre todo para que estuvieran todos al tanto y que se quedaran tranquilos sobre*





En mayo de este año, Alberto y Guadalupe viajaron a México, invitados por el Festival de las Ideas que se realizó en la ciudad de Puebla. Alberto dio una charla delante de 5000 personas en el auditorio de la ciudad y ante un millón de personas que lo seguían online. Contó su historia y habló sobre la iniciativa de Noventa y contando. El evento tuvo una repercusión muy grande. *"Fue impresionante. Yo me sentía como Marlon Brando porque todos querían sacarse fotos conmigo. Yo no estoy acostumbrado a esto, no fue mi intención ni me imaginé que esto podría llegar a ocurrir. Estoy contento y a la vez sorprendido"*, afirma Alberto.

*lo que estamos haciendo, porque quizás empezaron a ver a sus padres en las redes sociales, haciéndose virales, con lo bueno y con lo malo de eso. Pero por suerte la comunidad que se formó es muy buena y los mensajes son muy lindos y positivos. No hay haters"*, agrega.

La primera reunión del grupo fue para ella tan inspiradora, que el proyecto llegó a ocupar varias horas de su día en lo que es la producción del contenido para las redes y el podcast. Hoy dice que está continuamente en contacto con los miembros del grupo *"aprendiendo de ellos y de su sabiduría"*.

#### Un cambio muy positivo

El vínculo de Alberto y de los otros miembros del grupo con sus respectivas familias cambió a partir de esta iniciativa. *"Antes llegábamos a las reuniones familiares y nos decían: 'Que tal, abuelito, abuelita?', nos daban un golpecito en la espalda y después cada uno agarraba su celular. Pero ahora no, porque hay cosas para contar, ya que la gente está muy*

*interesada en lo que hace este abuelo en el grupo, y lo que nosotros hablamos no es nada secreto"*, agrega Alberto. El grupo además los motiva a hacer cosas que habían dejado de lado en el pasado o retomar temas que estaban pendientes. *"Algunos empezaron a releer libros que habían leído hace 50 o 70 años. Otros empezaron a escribir su biografía o cuentos que siempre habían querido escribir. La movilización es total"*, sostiene.

#### La difusión de la iniciativa

Desde el principio, Alberto quiso darle promoción al grupo para que llegara a más cantidad de gente. Entonces a Guadalupe se le ocurrió la idea de hacer un podcast. *"Me pareció la manera más fácil que ellos tenían para acostumbrarse a la idea de las cámaras, del micrófono, de hablar, y de hacerles las preguntas. El podcast también nos permitía sacar extractos de audio y video para hacer difusión. Además, nadie había hecho hasta ahora un podcast de personas de 90 años"*, cuenta Guadalupe orgullosa.

En julio de 2024 empezaron a grabarlo. Ya que hacer un podcast en formato grupal era complicado, a Guadalupe se le ocurrió que participara un solo integrante por vez, que tocaran un tema específico, y que Alberto lo acompañara en la charla.

Actualmente hay 13 episodios de Noventa y Contando subidos a Spotify y ya están preparando la segunda temporada. Algunos de los temas que trataron son los hábitos saludables, el tango, los juegos de la infancia, el psicoanálisis y la voluntad.

#### ¿Hay un secreto para la longevidad?

Si bien Alberto dice que no hay una receta para llegar tan bien a su edad, él hace hincapié en la importancia de los vínculos sociales. *"Con mi pareja Mary mantenemos mucho los contactos con la gente. Tenemos amigos con los cuales hablamos y a veces salimos a comer. Es una vida de relación que no descuidamos. También es importante la actitud, la sensación de humor que uno pueda tener"*, dice.



## Contacto.

Instagram: @noventaycontando

Tik Tok: @noventaycontando

Facebook: <https://www.facebook.com/Noventa-y-Contando>

Podcast Spotify: Noventa y Contando

Podcast en You Tube: Noventa y contando

Email: [noventaycontando@gmail.com](mailto:noventaycontando@gmail.com)

Alberto proviene de una familia de origen judío-árabe, de Damasco, Siria. Desde que era chico le inculcaron una filosofía de vida que tiene que ver con tomarse los problemas de una manera relajada. Esa forma de reaccionar tiene un nombre: Kapará. *"Si te lastimaste la rodilla, te duele la cintura o te robaron las tarjetas de crédito, o chocaste con el coche bueno, Kapará, podría haber sido algo peor. Entonces eso te permite bajar el estrés. Teniendo esa sensación casi humorística de elaboración del Kapará, el estrés, o sea el cortisol, va disminuyendo, desapareciendo",* afirma.

Alberto se mantiene muy activo. Todavía sigue atendiendo pacientes alrededor de 10 horas por semana. Está en pareja con María Elena, de 91 años, y ambos caminan entre 3 y 4 kilómetros diarios.

*"Yo vivo frente al golf, en Belgrano, y entonces es muy lindo salir a caminar por ahí. Si el día no da porque llueve, hace mucho frío o mucho calor, hago alguna gimnasia acá en casa como para mantener el físico",* cuenta.

Es vegetariano y cree que eso también lo ayuda; además, recomienda la meditación. La practica hace muchos años e incluso la introdujo en el grupo. *"A veces comenzamos la charla con una meditación de cinco o diez minutos y la reunión tiene un sentido distinto. La meditación hay que hacerla diariamente, por lo menos en mi criterio. Pero no es la meditación de los yogui, la de la India, sino una meditación occidentalizada, con un mantra cualquiera, que permite, a través de la respiración, aquietar la mente, y quitar toda la basura psicológica que uno va acumulando durante el día."*

## Cinco minutos de fama

Actualmente, Noventa y Contando tiene 344.000 seguidores en instagram y 152.000 en Tik Tok. Los miembros del grupo se están haciendo conocidos por los videos, disfrutan mucho de esta experiencia con el grupo y además generan algo especial en quienes los siguen por las redes sociales.

*"Uno de los integrantes me dijo: 'Me reconoció la cajera de Coto', o 'mi cardiólogo de toda la vida me vió también en otro lado'. Como que tienen su minuto de fama y también están haciendo cosas a los noventa y pico de años que nunca se hubiesen esperado, por ejemplo estar en un estudio de televisión o grabar un streaming. Así que es muy loco verlo",* cierra Guadalupe.



## SURFEANDO LA VIDA

*Georgina Melatini tiene espina bífida, una malformación congénita en la columna vertebral. Sin embargo, eso no la frenó para alcanzar grandes logros como deportista. A sus 26 años de edad, es bicampeona sudamericana y latinoamericana de parasurf, y fue medalla de bronce en el noveno campeonato mundial. Su pasión por el surf y las ganas de inspirar a otros, la llevaron a abrir su propia escuela de surf adaptado.*





*"Nunca dejé que mi limitación y mi condición fueran un impedimento para hacer las cosas"*

*"Practico natación desde los 7 años más o menos. Incluso desde antes, porque mi mamá me llevaba a matronatación. Pero después empecé a hacer pileta escuela y también a competir", cuenta orgullosa Georgina. En 2016, por medio de un amigo de su madre, conoció el surf adaptado, y ese deporte le abrió un nuevo camino en la vida.*

Georgina empezó a vincularse cada vez más con el mar. De chica ya lo disfrutaba, cuando iba de vacaciones a la playa. *"Es un deporte que te conecta mucho con la naturaleza y donde uno se siente libre, porque no hay ninguna barrera",* agrega.

Fue Víctor Acuña, surfista desde chico y amigo de su mamá, quien la introdujo en la práctica de este deporte. Ellos se conocían desde la infancia, pero hacía muchos años que no se veían. Un día se encontraron en la playa de casualidad y así empezó todo. *"Este amigo de mi mamá me había visto en el mar nadando y sabía que a mí además me gustaba ver a los surfistas en la tabla y cómo jugaban con las olas. Me preguntó si me gustaría probar, si me animaba, así que empezó como un juego. La primera vez me subí a la tabla acostada boca abajo y mirando para adelante, hacia la costa, y él me enseñó cómo remar, cómo posicionarme y cómo tomar la ola. Fue una sensación muy linda, que no había tenido nunca."*

Cuando su mamá estaba embarazada de 6 meses, le dijeron que su hija iba a nacer con una malformación en la columna vertebral denominada mielomeningocele, la forma más grave de espina bífida.

*"Ella no sabía que estaba embarazada porque no tenía ningún síntoma, así que fue una doble sorpresa",* cuenta Georgina hoy, veintiséis años después.

Actualmente Georgina usa bastones canadienses y a veces silla de ruedas para moverse y trasladarse. Esa es la realidad con la que convive desde que nació. "Soy

*muy aguerrida. Nunca dejé que mi limitación y mi condición fueran un impedimento para hacer las cosas".*

Su familia la acompañó en sus terapias desde que era chica y la motivó para que se convirtiera en la deportista que es hoy.

#### Los comienzos en el agua y el vínculo con el mar

Su primer deporte fue la natación, ya que el agua le permitía moverse con libertad y sus limitaciones casi desaparecían.

Para Georgina estar arriba de una tabla de surf y sobre una ola es una de las sensaciones más lindas que haya podido experimentar. De hecho, su mamá dice que la primera vez que la vio subirse, se le dibujó una sonrisa en la cara que nunca antes había visto en ella. El vínculo entre Georgina y el mar es de mucho respeto. *"Hay que tener mucho cuidado cuando uno entra. Cuando se practican este tipo de deportes extremos, es muy importante tener muchísimo cuidado con el mar, pero nunca le tuve miedo."*





### ¿Qué es el parasurf?

El surf adaptado o parasurf es una disciplina que permite a las personas con diferentes tipos de discapacidades físicas o intelectuales, subirse a una tabla y surfear las olas en el mar. Es un deporte relativamente nuevo en Argentina, con aproximadamente 15 años de práctica en el país. Pero en otras partes del mundo, como en Estados Unidos o Australia, está muy desarrollado.

*“Es un deporte que te conecta mucho con la naturaleza y donde uno se siente libre, porque no hay ninguna barrera”*

## Primer campus de surf adaptado

El 30 y 31 de mayo de este año se realizó en Santa Teresita el Primer Campus Nacional de Parasurf, en el cual participaron deportistas de toda la costa. Se entrenaron durante esos dos días, en vistas de poder formar parte del seleccionado nacional y participar en competencias internacionales. Georgina fue parte de la organización del evento y representó a Mar Chiquita. *"La idea es poder seguir organizando más campus como este, de acá a que termine el año, ya que casi a fin de año tenemos el mundial y estaría buenísimo que puedan sumarse más atletas para acompañarnos."*



### La escuela

Tanto la motivó este deporte, que quiso transmitir todo su entusiasmo a otras personas que, como ella, tienen alguna discapacidad. Entonces, una vez que estuvo afianzada en esta disciplina, tuvo la idea de crear una escuela. Así nació Santasurf, la escuela de parasurf que funciona en la localidad de Santa Clara del Mar, partido de Mar Chiquita, cerca de donde ella vive.

Es una escuela abierta, inclusiva y de acceso gratuito. Durante el último año trabajaron con chicos con diferentes discapacidades intelectuales: síndrome de Down, parálisis cerebral y autismo, junto a un equipo interdisciplinario de kinesiólogos, médicos, profesores de educación física y acompañantes terapéuticos.

*"El mayor objetivo de la escuela es que las personas con discapacidad puedan practicar este deporte, que lo conozcan y que puedan llegar al mar. Porque muchas veces pasa que me viene a ver gente con diferentes discapacidades, que antes*

*disfrutaban del mar y que por un accidente ya no pueden hacerlo. Hoy en día, en las playas no hay accesibilidad para que puedan hacer un ingreso al mar de forma cómoda y segura", asegura Georgina.*

La escuela no solo permite practicar este deporte sino que es un lugar a donde las personas con alguna discapacidad pueden sentirse acompañadas y encontrar un lugar propio. *"No suele haber muchos espacios de este tipo. En lo que es el deporte no hay mucha oferta, así que a la escuela pueden venir no solo a practicar, sino a tener su espacio, sentirse ellos, ser libres y compartir con sus pares."*

### Las dificultades para competir

Georgina tuvo la oportunidad de viajar para competir durante los últimos años, gracias al parasurf. Participó en el mundial de Huntington Beach, Los Angeles, California en 2020 y 2022 y donde ganó la medalla de bronce en 2024. También viajó a competir en torneos sudamericanos y latinoamericanos.

Pero todo eso, lamentablemente, se vio interrumpido hace unos meses por falta de apoyo económico y de sponsors. *"El hecho de no poder salir a competir es complicado, porque el deportista de alto nivel necesita de la competencia, justamente porque de esa manera uno se va ranqueando y puede saber cómo está en comparación a los otros surfistas. Así que la verdad que ha sido un año complicado, pero que todavía no terminó. Espero pronto tener la posibilidad de representar a la Argentina en algún campeonato del circuito profesional."* De tener los medios, Georgina estaría yendo a competir al mundial que se realiza entre noviembre y diciembre en California, Estados Unidos.

Contacto Instagram  
[@georgi.melatini](https://www.instagram.com/georgi.melatini)  
[@santasurf.surfadaptado](https://www.instagram.com/santasurf.surfadaptado)

25 AÑOS  
*andar*



## ENTRE RÍOS: naturaleza, calidez y tradición

*Además de estar rodeada por grandes ríos, posee dos parques nacionales, quince complejos termales y muchas opciones para el turismo rural y deportivo. Teresa Daffunchio nos invita a recorrer una provincia con muchos paisajes e historia.*





Continuando con el recorrido de nuestro país llegamos a Entre Ríos. Una provincia que, como su nombre lo indica, se encuentra entre dos ríos. Al oeste el río Paraná y, al este, el Uruguay. Su ciudad capital es Paraná e integra -junto con Misiones y Corrientes- la Mesopotamia argentina.

¿Sabías que su red de agua superficial y profunda, apta para el consumo inmediato, es hasta 12 veces mayor que en cualquier otra parte del país? Entre Ríos tiene una superficie de 78.781 km cuadrados y un 15 % de su territorio está compuesto de islas y el túnel subfluvial.

Entre Ríos tiene dos parques nacionales (Predelta y El Palmar) y una gran actividad turística que se ha incrementado gracias a sus quince complejos termales, el turismo rural y de aventura, la pesca deportiva y los carnavales.

### Su historia

Según hallazgos arqueológicos, los primeros pobladores de las tierras entrerrianas llegaron hace unos 12.000 años, probablemente desde Brasil.

Antes de la llegada de los españoles el territorio estaba poblado por distintas etnias y tribus tales como los yaro, minuanes, bohanes, genoas, y otros, como los chaná-timbúes y los guaraníes. Eran, sobre todo los primeros, cazadores, agricultores y pescadores. Fabricaban arcos y puntas de flecha, canoas e instrumentos musicales. Utilizaban la madera y la cestería.

Como parte del Imperio español, Entre Ríos fue integrante del Virreinato del Perú, dentro de la jurisdicción de las ciudades de Bs. As. y Santa Fe. El territorio quedó incluido en la gobernación del Río de la Plata y los indígenas fueron vencidos y reducidos por las tropas de Hernando Arias de Saavedra (1561-1634), primer conquistador y gobernador criollo rioplatense, conocido como "Hernandarias".

En 1783, poco después de creado el Virreinato del Río de la Plata, el virrey Juan José de Vértiz y Salcedo ordenó a Tomás de Rocamora la organización del territorio entrerriano, procediendo a fundar las villas de San Antonio de Gualguay Grande, Concepción del Uruguay y San José de Gualguaychú.

### La creación de la provincia

En 1810 las villas entrerrianas dieron su apoyo a la Revolución de Mayo, que dio inicio al proceso independentista, y colaboraron con Manuel Belgrano durante su expedición al Paraguay.

La creación formal de la provincia de Entre Ríos se produjo en 1814 en pleno proceso de configuración política de la Argentina, y su organización federal y republicana se debe en gran parte a la lucha de los entrerrianos en defensa del principio de autonomía provincial.

Dentro de la historia política de Entre Ríos podemos destacar dos nombres que fueron muy relevantes: Francisco "Pancho" Ramírez (1786-1821), caudillo que asumió el liderazgo de la causa federal defendiendo y apoyando el proceso independentista; y el general Justo José Urquiza (1801-1870) gobernador que contribuyó notablemente a la Organización Nacional e Institucional.

### La llegada de la inmigración

Durante la gran ola de inmigración que recibió nuestro país, Entre Ríos fue una de las provincias donde se establecieron mayor cantidad de inmigrantes.

Por iniciativa de Urquiza, el 1 de julio de 1857 fue creada Colonia San José, que recibió un importante grupo de suizos provenientes del Cantón de Valais.

Años más tarde se formaron otras colonias con rusos alemanes del Volga, dedicados a la agricultura y avicultores,

y grupos de judíos, entre otros, que se dedicaron a la industria lechera, agricultura y cría de ganado. El esfuerzo de los inmigrantes fue acompañado por los criollos que compartieron tierras y trabajo y forjaron una provincia productiva y generosa.





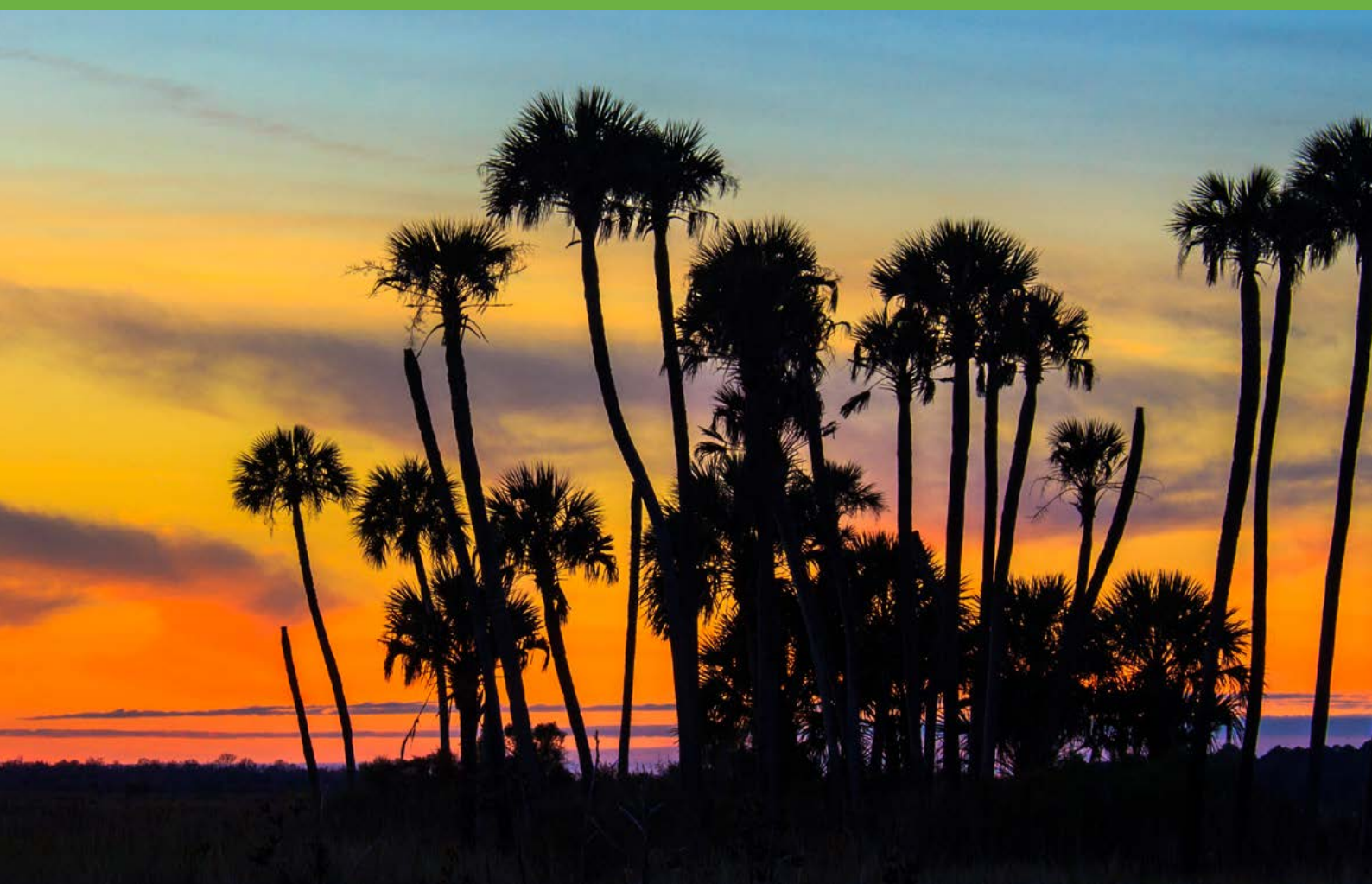
### Naturaleza, parques y paisajes

El Parque Nacional Pre Delta muestra un paisaje en constante transformación, con islas, arroyos, humedales (reconocidos internacionalmente), lagunas y riachos modelados por el río Paraná.

El área alberga una enorme variedad de peces, reptiles y anfibios. Entre más de

200 especies de aves, se destaca el Martín pescador grande. En las lagunas que se forman en las zonas centrales deprimidas de las islas, se encuentran los irupés de enormes hojas flotantes, mientras que en los sitios más altos, se extienden bosques ribereños de sauce criollo, timbó, alisos de río y ceibo. El Parque protege al lobito de río y al yacaré overo, especies en peligro de extinción.

El Parque Nacional del Palmar fue creado en 1966 con la intención de resguardar uno de los últimos palmares de Yatay, la selva en galería y el monte xerófilo. El Palmar de Yatay es una especie autóctona que llega a vivir entre 200 y 400 años. Tiene flores amarillas, ofrece un delicioso fruto dulce y es utilizado especialmente para la elaboración de licores.



El Parque Nacional del Palmar fue creado en 1966 con la intención de resguardar uno de los últimos palmares de Yatay



## CARNAVALES

Las fiestas tradicionales y los festejos de carnaval son tan espectaculares y reconocidos que adquieren características diferentes en cada una de las ciudades donde se festeje.

Las comparsas majestuosas brindan un espectáculo único en Gualeguaychú. Pero también son reconocidas las murgas grotescas en Victoria, las comparsas infantiles en Concepción del Uruguay, los desfiles tradicionales de Santa Elena, las murgas barriales de Gualeguay, las comparsas que rasgan en su brillo la simplicidad de Concordia, las carrozas alegóricas que colorean las calles de Chajarí y las batucadas que ponen la nota en Hasenkamp.



Este paisaje poblado de palmeras con abundancia de fauna silvestre, constituye un atractivo de gran interés e invita a recorrerlo a través de sus cinco senderos internos demarcados para caminatas que siempre son beneficiosas para nuestra salud y para disfrutar de la naturaleza en todo su esplendor.

También hay recorridos vehiculares, miradores para el avistaje de las aves y una playa ideal para el verano.

Preocupa la proliferación de especies exóticas, como es el caso del jabalí europeo, y el árbol de paraíso, originario de Asia, que está invadiendo espacio entre los ejemplares autóctonos.

## Corredores turísticos

En el corredor turístico del río Uruguay se encuentran localidades que se recomienda conocer: Concepción del Uruguay, San José, Colón, Concordia, Colonia Ayuí y Federación y el Balneario-Camping Ñandubaysal de Gualeguaychú que es uno de los lugares más hermosos para visitar y también para realizar deportes acuáticos.

En el corredor turístico del Paraná se pueden visitar las ciudades de Diamante, Paraná, Santa Elena y La Paz. Así también en el interior de la provincia, los destinos de María Grande, Gualeguay, Villaguay entre tantos otros, cuentan con atractivos que invitan a disfrutar su naturaleza, su historia y sus playas.



## LAS TERMAS



En la provincia se encuentran 15 centros termales con senderos ideales para caminatas. La serenidad del ambiente contemplando el paisaje ayuda a renovar energías, constituyendo una excelente opción adicional al baño termal.

Las termas tienen múltiples beneficios para la salud, como ser mejorar la circulación sanguínea, oxigenación y eliminación de toxinas, estimular el sistema inmunitario y el aumento natural de la producción de endorfinas, relajar la tensión y disminuir los dolores musculares.

Para que sea una experiencia segura y beneficiosa para nuestra salud, es importante tener en cuenta antes de sumergirse en este hermoso viaje, las recomendaciones médicas.

Una opción imperdible la traza el Camino del Palacio San José. Vivienda mandada a construir por Urquiza con el fin de habitarla junto a su numerosa familia y desde donde dirigiría los destinos de Entre Ríos y de la Confederación Argentina.

Sobre el litoral del río Uruguay, Pueblo Liebig es uno de los eslabones de un circuito histórico que tiene en el Molino Forclaz (cerca de San José) otro lugar insoslayable. El pueblo surgió en 1903 alrededor de la compañía angloalemana Liebig Extract of Meat Co. Ltd. dedicada al enlatado de carne vacuna y productos derivados, fábrica que hoy ya no funciona. También fue fundada, por alemanes, una empresa yerbatera que hoy está integrada por 130 productores asociados.

El Balneario-Camping Ñandubaysal de Gualaguaychú, rodeado por una exuberante vegetación de árboles típicos de la ribera entrerriana, es uno de los lugares más hermosos para visitar. Cuenta con zonas aptas para la práctica de deportes náuticos y de disfrutar en aguas calmas.

También es recomendable el circuito de las Aldeas Alemanas y la de los judíos para la apreciación del pasado inmigrante. El circuito de Colonias Judías desde Basavilbaso en el sur, hasta Villa Clara en el norte, y cerrándose en Villaguay, delimita el territorio en el que se asentó la colonización hebrea hace más de un siglo. En este lugar se puede conocer la primera Sinagoga, el Cementerio de Sonnenfeld, que es conocido como "La Recoleta de la Colonia Clara", y la Casa del Administrador de la Colonia.

Tierra de caudillos que dejaron huella en la Historia Nacional; cuna de poetas, ilustres, periodistas y políticos, Entre Ríos conserva un sublime patrimonio constituido por monumentos históricos nacionales, museos y otros espacios de importancia para el país y para todo aquel que quiera recorrer su pasado.

**Teresa Daffunchio**  
**Red Social FUVA**

Fuentes:  
<https://molinoforclaz.com>  
<https://www.turismoentrerios.com/>  
<https://portal.entrierios.gov.ar/ps/provincia>

# Pediatría en nuestro centro médico

📍 Moreno 2033, CABA

---

- No pagás coseguro
- Tenés disponibilidad horaria
- Recién nacidos
- Lactantes
- Preescolares
- Jóvenes hasta 17 años
- Control de niño sano

[www.andar.org.ar/autogestion](http://www.andar.org.ar/autogestion)

Sacá tu turno online