FEBRERO
2026

Horizonte

MES DE...



Rotary
San Martín-Villa Maipú

Notas en Horizonte de febrero

Editorial: María Sol Funes, presidente



- Mes de Paz y Resolución de Conflictos
- Miguel Sanchiz: Cuentos que hacen invierno
- Equilibrio en movimiento: La flexibilidad, el secreto de la verdadera resistencia
- Fotografías: Concurso de Primer Plano
- Omar Argañaraz: Amazonas-de Grecia a Latinoamérica aborigen, a la Tele, al mundo
- Vanessa Ortíz de Zárate: Frase de Paul Harris
- Guillermo Pellegrini: La injusticia
- Siembra de febrero hortalizas y flores
- Julio Villalta: Rotary Cadre en Latinoamérica
- La historieta argentina: Isidoro Cañones
- Cuento para niños: El secreto del río Tunuyán
- María Cristina Pereyra: Poesía negra
- Viaje al corazón de los Andes: Las casuchas del Rey
- La tierra en préstamo - guardianes de lo efímero
- Conociendo Argentina: Serranía del Hornocal en Jujuy
- Salud mental: La vanguardia de lo humano post-pandemia
- La buena cocina: humitas y tamales

ROTARY CLUB DE SAN MARTÍN-VILLA MAIPÚ

María Sol Funes - Presidente

COMITÉ DE LA FUNDACIÓN ROTARIA

Elisa Oviedo

María Sol Funes - Jazmín Soroka - Diego Piacenza

@rotarysmvm
@rotary_sanmartin-villamaipu

MES DE...

Cuando concientizar
también es abrazar

Hablar de cáncer nunca es fácil, es una palabra que muchas veces llega acompañada de miedo, incertidumbre y silencio. Sin embargo, también es una palabra que necesita ser dicha, porque concientizar es una forma de cuidar.

Cada 4 de febrero, el Día Mundial contra el Cáncer nos recuerda que detrás de cada diagnóstico hay una persona, una familia y una historia. Nos invita a mirar con empatía, a escuchar sin juzgar y a acompañar sin condiciones. El cáncer no se transita en soledad cuando hay una comunidad presente.

Desde Rotary creemos profundamente en el valor del compromiso humano. Informar, prevenir y acompañar son actos de servicio que salvan, sostienen y dan esperanza. A veces, es una charla; otras, una campaña otras, simplemente estar cerca. Todo suma cuando se trata de cuidar la vida.

Rotary Club San Martín-Villa Maipú renueva en este mes su compromiso con la concientización, convencidos de que el diagnóstico temprano, el acceso a la salud y el apoyo emocional pueden marcar una diferencia real. Porque servir también es tender la mano, generar conciencia y acompañar el camino, incluso cuando es difícil.

Hoy elegimos hablar, escuchar y estar presentes. Porque la esperanza también se construye juntos.

Sol

#RotaryJoven
#LiderazgoJuvenil
#ServicioComunitario
#CompromisoRotario
#GeneracionDeCambio
#GenteDeAccion
#BienvenidosAlMundoRotary
#SumateARotary

MES DE...

Paz y Resolución de Conflictos





Febrero marca un periodo de reflexión y acción profunda para la familia rotaria a nivel global: el Mes de la Paz y la Resolución de Conflictos.

Para Rotary, la paz no es un concepto abstracto ni la simple "ausencia de guerra"; es un estado dinámico de bienestar y justicia que permite a las comunidades prosperar.

A través de su red global, La Fundación Rotaria utiliza las subvenciones como el motor principal para transformar esta visión en realidades tangibles.

Las subvenciones de Rotary son herramientas estratégicas diseñadas para atacar las causas raíz de los conflictos: la pobreza, la falta de educación y la desigualdad. Mientras que las subvenciones globales apoyan proyectos locales significativos, los Programas de Gran Escala (Programs of Scale) representan la máxima expresión de impacto sistémico.

Estas subvenciones, de las cuales solo se otorga una al año a nivel mundial, están destinadas a programas que ya han demostrado éxito y que poseen la capacidad de ser escalados para beneficiar a miles de personas. No se trata de iniciar pilotos, sino de expandir soluciones probadas y sostenibles en el tiempo.

Esperanza y resiliencia

En este contexto, Colombia ha marcado un precedente histórico. En su quinta versión (2025), Rotary International ha seleccionado al proyecto *"Caminos hacia la Paz y la Prosperidad de Colombia"* como el ganador de esta prestigiosa subvención de Gran Escala. Este logro es fruto del liderazgo del Rotary Club San José de Cúcuta y la colaboración técnica de los Distritos 4271 y 4281. El proyecto aborda una realidad dolorosa que el país ha enfrentado por décadas: ciclos de violencia que parecen no tener fin. Sin embargo, la intervención de Rotary llega como una "esperanza que se suma a los esfuerzos nacionales" para construir una paz positiva y verdadera.

Una alianza estratégica de alto impacto

La magnitud de esta intervención se refleja en sus cifras y aliados:

Inversión Total: el programa cuenta con un presupuesto de 3 millones de dólares.

Financiamiento: *La Fundación Rotaria* aporta 2 millones de dólares, complementados por 1 millón de dólares del Programa Mundial de Alimentos de las Naciones Unidas (WFP).

Alcance Geográfico: las acciones se concentrarán en zonas críticas como Cúcuta (corregimientos de Palmarito y Banco de Arena), así como en Buenaventura y Dagua en la región del Pacífico.

Sostenibilidad: el proyecto tiene una duración mínima de cuatro años, asegurando que los cambios no sean temporales, sino que se arraiguen en la estructura social de las comunidades.

La paz como piedra angular

Este programa de Gran Escala en Colombia es el ejemplo perfecto de cómo Rotary entiende la resolución de conflictos en el siglo XXI: mediante la evidencia, la sostenibilidad y las alianzas estratégicas. Al integrar la seguridad alimentaria (a través del WFP) con el desarrollo comunitario rotario, se atacan los detonantes de la violencia desde su origen.

Como bien señala Gladys Maldonado: “Los rotarios de Colombia nos unimos para trabajar por una paz positiva y verdadera. ¡Gracias, Rotary!, con La Fundación Rotaria en nuestras manos, los sueños se cumplen y todo es posible. La construcción de paz sigue siendo la piedra angular de la misión de nuestra organización. Yo amo a Rotary, ¿y tú?"—.



Conociendo Argentina

Serranía del Hornocal

y la magia del carnaval jujeño



En el corazón de la Quebrada de Humahuaca, a veinticinco kilómetros de la ciudad que le da nombre, se alza un monumento natural que parece desafiar los límites de la imaginación: la Serranía del Hornocal. Conocido popularmente como el "Cerro de los Catorce Colores", este gigante sedimentario se eleva a más de 4 300 metros sobre el nivel del mar, ofreciendo una paleta de tonalidades ocres, verdes, amarillos y blancos que cambian según la posición del sol.

La historia geológica del Hornocal es una narración de millones de años. Su formación pertenece a la formación Yacoraite, un estrato de calizas ricas en minerales y fósiles que datan de la época en que los dinosaurios dominaban la Tierra. Lo que hoy vemos como picos en forma de "V" invertida es el resultado del plegamiento tectónico y la erosión constante, que dejaron al descubierto capas de sedimentos acumulados cuando la región era parte de un lecho marino.





Tradición y actualidad

El Hornocal no es solo un paisaje estático; es el telón de fondo de una de las festividades más profundas y vibrantes de Argentina: el Carnaval de Humahuaca.

En febrero, la región se transforma. La tradición, que fusiona rituales prehispánicos vinculados a la Pachamama con la celebración católica, comienza con el "Desentierro del Diablo" (Pujllay). Este pequeño muñeco simboliza la alegría y la liberación que reinarán durante nueve días.

En la actualidad, el carnaval sigue siendo el alma de Jujuy. Las comparsas descienden de los cerros al ritmo de los anatas y erkenchos, mientras el aire se llena de harina, albahaca y serpentinas. Los participantes visten trajes coloridos con espejos que, según la creencia, sirven para ahuyentar a las malas energías. Es un tiempo donde las jerarquías se borran y la comunidad se une en un baile colectivo.

Visitar el Hornocal durante estas fechas es conectar con lo más sagrado de nuestra tierra; una mezcla perfecta entre la majestuosidad de la naturaleza y el latido eterno de nuestras raíces culturales.

Un destino que, una vez visitado, se queda guardado para siempre en la retina y en el corazón.













COCHERÍA
GRAND BOURG
TANATOPRAXIAS - SEPELIOS - SALAS VELATORIAS - TRASLADOS - CREMACIONES - Anexo FLORERÍA
(02320) 48 5900 - WP 11 5185 3374
cocheriagb@gmail.com // cocheriagb@@interbourg.com.ar
Atención las 24 horas
El Callao 1301 - Grand Bourg

LIBRERÍA
ESCOLAR - COMERCIAL
TÉCNICA - MEDALLAS
FORMULARIOS ESCOLARES
LITERATURA INFANTIL
Trama Buenos Aires
TEL. 02320-410800 / 680500
E-MAIL: VENTAS@TRAMABUENOSAIRES.COM.AR

Poesía negra

Lic. María Cristina Pereyra
Universidad Nacional de La Rioja



Rotary
San Martín-Villa Maipú

Privar a las personas de
sus derechos humanos es
poner en juicio
su propia humanidad
Nelson Mandela

Si queremos comprender los diferentes momentos históricos de una sociedad, debemos observar las obras culturales, escultura, pintura, música, poesía, en ellas se ven reflejados los valores, las tensiones, la visión del mundo, las luchas, la identidad cultural, la evolución de un pueblo. La presencia negra en América está más ligada a la trata de esclavos sometidos a trabajos forzados en una sociedad que los discriminaba, que a expresiones culturales. Referido a esto, W.E.B. Du Bois acuña el término "doble conciencia" para describir la sensación de dualidad que experimentan las personas negras viéndose a sí mismas tanto a través de sus propios ojos como a través de los ojos de una sociedad prejuiciosa, discriminadora, que los despoja de todo derecho.

Alrededor de 1925 surge la "poesía negra" como una reivindicación de la raza, la cultura africana; nace del dolor, de la nostalgia por su tierra, de la rebeldía por tener que consumir la "poesía blanca" influenciada por Francia en Haití, España y Portugal, en el resto de América, hay una necesidad de integrar el elemento negro y mestizo.

Podemos afirmar que este retorno a lo nativo se vio influenciado ´por el modernismo y el surrealismo, mezcla lo hispano y lo africano, lo blanco y lo negro. En la música incorpora ritmos del jazz, el blues, en la temática aborda la esclavitud, la migración la identidad, la lucha por la igualdad.

Tuvo fuerte presencia en las Antillas, Haití, Cuba y sus representantes más destacados fueron Nicolás Guillén, en Cuba; Manuel Cabrera, en República Dominicana; Aimé Césaire, en Martinica; Léopold Sédar Senghor, en Haití.

Como siempre, dejo una frase para la reflexión: "El fascismo se combate leyendo y el racismo, viajando" (Miguel de Unamuno)

Monsieur Dupont te llama inculto,
porque ignoras cuál era el nieto
preferido de Víctor Hugo.

Herr Müller se ha puesto a gritar,
porque no sabes el día
(exacto) en que murió Bismark.

Tu amigo Mr. Smith,
inglés o yanqui, yo no lo sé,
se subleva cuando escribes shell.
(Parece que ahorras una ele,
y que además pronuncias chel.)

Bueno ¿y qué?
Cuando te toque a ti,
mándales decir cacarajícara,
y que dónde está el Aconcagua,
y que quién era Sucre,
y que en qué lugar de este planeta
murió Martí.

Un favor:
Que te hablen siempre en español.

(Nicolás Guillén)

Febrero
Siembra de hortalizas



Febrero es un mes de "bisagra" todavía tenemos el calor fuerte de verano, pero ya empezamos a mirar de reojo el otoño que se acerca. Mientras cosechamos los frutos del verano, debemos preparar el suelo para el descenso de temperatura. En Buenos Aires, el desafío principal es el manejo del sol y la humedad.

¿Qué poner en la tierra?

Diferenciar qué sembrar directo y qué trasplantar es vital para no perder ejemplares por el calor remanente.

Siembra Directa: es momento de sembrar raíces y hortalizas de crecimiento rápido. Siempre directo para no dañar la raíz:

rabanitos
zanahorias
remolachas

Buscar variedades resistentes al espigado:

acelga
lechuga

Los porotos tardíos aún tienen tiempo de desarrollarse.

Trasplante de plantines: ideal para quienes ya iniciaron sus almácigos en enero. Es el momento justo para pasarlos a tierra y que ganen fuerza antes del frío:

brócoli
coliflor
repollo
cebolla
puerro

Riego y cuidado del suelo

El sol de febrero puede ser implacable; el riego debe ser frecuente y profundo, preferentemente al amanecer o al caer el sol para evitar la evaporación inmediata.

Respecto al suelo, la clave es el acolchado o mulching (paja, pasto seco u hojas). Esto mantiene la temperatura de las raíces estable y conserva la humedad. Tras las cosechas de tomate o pimiento, es fundamental reponer nutrientes con compost maduro antes de la nueva tanda de siembra.

Plagas y salud del cultivo

La humedad alta combinada con el calor favorece la aparición de hongos (oídio y mildiu) en zapallos y pepinos.

Si ves un polvillo blanco en las hojas, podés usar una mezcla de leche y agua al 10%. También es época de chinches y pulgones; controlalos con jabón potásico y aceite de neem.

El toque nativo en la huerta

Aunque la mayoría de las hortalizas que consumimos no son originarias de nuestra región (como el tomate de los Andes o las coles de Europa), integrar plantas nativas en los bordes de la huerta es la mejor estrategia de control biológico:

Vara de Oro (Solidago chilensis): atrae polinizadores y va muy bien en los cercos.

Pasionaria (Passiflora caerulea): además de sus frutos, es hospedera de mariposas, mejorando la biodiversidad de tu espacio.


Vara de oro


Pasiflora

Febrero
Siembra de flores



En el hemisferio sur, febrero es el mes para "estirar" el color del verano y empezar a sembrar las flores que resisten el frío. Un jardín biodiverso no solo es estético, sino que funciona como un refugio vital para polinizadores urbanos.

Siembra y trasplante

En esta época, dividimos las tareas entre lo que nace de semilla y los plantines que ya están listos para brillar.

En la siembra directa o en el almácigo es el momento ideal para las flores de ciclo otoño-invierno:

pensamientos
violas

Tanto pensamientos como violas son ideales para macetas y borduras; necesitan ser sembrados ahora para que florezcan con los primeros fríos.

Conejitos (Antirrhinum) son un clásico, aunque no es nativa aporta altura y color variado.

Caléndulas son las "reinas" de la sanidad, ya que además de sus flores naranjas, ayudan a repeler plagas en la huerta.

Trasplante de plantines

Crisantemos: si los comprás ahora, podés pasarlos al suelo para disfrutar de su explosión de flores en otoño.

Copetes (Tagetes): aunque son típicos del verano, los trasplantes de febrero ayudan a cubrir huecos que hayan dejado otras plantas afectadas por el calor excesivo.

El valor de las flores nativas

Integrar especies autóctonas de la región pampeana y del espinal asegura un jardín con bajo mantenimiento y alta resiliencia.

Vara de oro (Solidago chilensis): es la estrella de febrero. Sus espigas amarillas son nativas y actúan como un imán para mariposas y abejas. Es rústica y no requiere riegos exigentes.

Salvia guaranítica: con sus flores azules intensas, es una de las favoritas de los picaflores. Es una planta perenne que en Buenos Aires se siente como en casa.

Malvaviscos (pavonia hastata): arbustos bajos con flores rosadas delicadas que resisten muy bien el sol porteño de febrero.

Riego y suelo

El calor de febrero agota las reservas de las plantas. El riego debe ser regular, enfocándose en la base para no mojar las flores y evitar que se "quemen" con el sol o desarrollen hongos.

Es fundamental realizar el "deadheading" o retiro de flores secas. Al cortar las flores marchitas de tus dalias o rosas, evitás que la planta gaste energía en producir semillas y la obligás a seguir generando pimpollos.

Vigilá la aparición de la arañuela roja, muy común cuando el ambiente está seco y cálido. Pulverizar el follaje (solo agua) por la noche puede ayudar a ahuyentarlas, ya que odian la humedad.

Sembrar pensamientos, asegura un otoño lleno de color

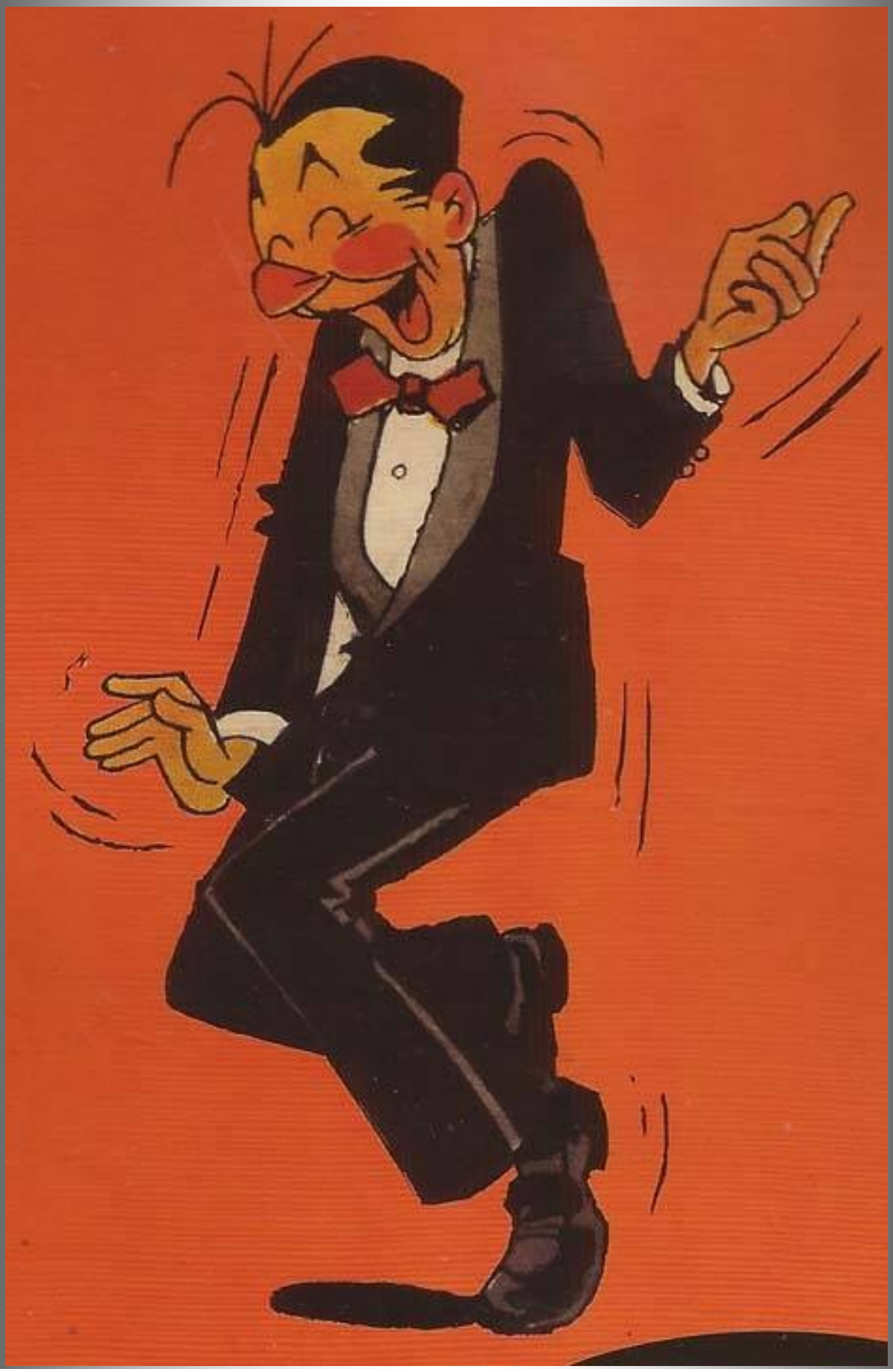
Los pensamientos son flores encantadoras y resistentes que nos regalan color durante el otoño y el invierno. ¡Es el momento de sembrarlos!





Isidoro Cañones

El espejo de la “viveza porteña”



Si Patoruzú representa la reserva moral y la nobleza de la tierra, su padrino, Isidoro Cañones, es el espíritu indomable de la calle Corrientes.

Surgido en 1935 de la pluma de Dante Quinterno, Isidoro no tardó en ganar su propia autonomía para convertirse en el arquetipo del "vividor" porteño: ingenioso, simpático, alérgico al trabajo y eterno habitué de la bohemia.

Con su impecable bufanda amarilla y su gomina reluciente, el personaje encarna esa parte de nuestra idiosincrasia que siempre busca el atajo o la "avivada" con una elegancia inigualable, moviéndose con la misma soltura en el Hipódromo de Palermo que en los salones más exclusivos de la noche de Buenos Aires.

El dandi que inspiró el mito

Lo que muchos lectores se preguntan es si un personaje tan específico pudo nacer solo de la imaginación. La realidad es que Quinterno se inspiró en una figura central del jet set argentino de principios del siglo XX: Martín de Álzaga Unzué, más conocido como "Macoco".

Heredero de una fortuna colosal, Macoco fue el máximo exponente del "playboy" internacional. Corredor de autos, dueño de cabarets en Nueva York y protagonista de andanzas legendarias en París —donde se dice que ayudó a popularizar la expresión "tirar manteca al techo"—, su vida fue el molde perfecto para Isidoro.

Quinterno tomó esa esencia de dandi despilfarrador y la transformó en el eterno soltero que vive de la asignación de su tío, el Coronel Cañones, quien representa el orden y la disciplina que Isidoro siempre logra esquivar con una sonrisa y una nueva promesa de "mañana empiezo a trabajar".

Más allá de sus travesuras y sus intentos por eludir el esfuerzo, Isidoro ha perdurado siglo tras siglo porque, en el fondo, es un personaje entrañable. Acompañado por la moderna y leal Cachorra, sus aventuras suelen terminar en estruendosos fracasos ante la mirada severa de su tío, recordándonos —a veces a su pesar— que el ingenio sin propósito suele ser un viaje hacia ninguna parte.

Hoy, Isidoro sigue siendo una pieza fundamental de nuestra cultura, un recordatorio de una Buenos Aires dorada y de esa picardía que, para bien o para mal, nos define ante el mundo.

Las "salidas" de Isidoro

El Coronel Cañones, furioso, increpa a su sobrino:

— ¡Isidoro! ¡Esto es el colmo! ¡Me han dicho que ayer te vieron a las cuatro de la mañana entrando a un cabaret con tres mujeres y dos botellas de champán! ¿Es que no piensas nunca en tu futuro?

Isidoro, acomodándose la bufanda amarilla con total parsimonia, responde:

—Pero, tío... ¡claro que pienso en el futuro! Precisamente por eso me estoy divirtiendo ahora, porque quién sabe si en el futuro tendré el mismo aguante. ¡La salud es lo primero, Coronel!



Cuentos que hacen invierno

Miguel Sanchiz Buendía
Periodista - Rotary Club Majadahonda - España

Cuentos que hacen invierno.
Pequeñas Navidades. Cuento de Navidad (Charles Dickens)

Desde el inicio de esta serie hemos ido entrando, cuento a cuento, en ese territorio donde las historias se convierten en pequeñas lámparas para el invierno. Porque, al final, la Navidad no es un decorado: es una invitación. Una llamada a preguntarnos quiénes somos cuando la vida nos pone frente al espejo. Y pocas piezas literarias han respondido mejor a esa pregunta que *Cuento de Navidad*, de Charles Dickens, publicado en 1843. No hay diciembre sin la sombra de Scrooge: el avaro que, sin pretenderlo, se convierte en uno de los símbolos morales más universales de la literatura.

Conviene recordar su trama esencial. Ebenezer Scrooge, comerciante frío y mezquino, desprecia la Navidad, la generosidad y casi todo lo que implique ternura. Una noche, recibe la visita del espíritu de su difunto socio, Marley, encadenado por su propia falta de compasión. Tras él llegan tres fantasmas: el de las Navidades pasadas, que le muestra la herida de su infancia; el de las Navidades presentes, que le revela la pobreza alegre de los Cratchit y la fragilidad del pequeño Tim; y el de las Navidades futuras, que le enfrenta a su muerte solitaria y al olvido. El miedo y la culpa se transforman entonces en un deseo de renacer. Al despertar, Scrooge se descubre vivo y capaz de algo que había olvidado: la bondad.

Dickens construye aquí algo más que un relato festivo

Levanta una parábola moral que actúa por contraste: la oscuridad del viejo avaro subraya la luz que nace cuando el corazón recupera su capacidad de latir. La dureza inicial de Scrooge no busca condenarlo, sino mostrar la profundidad del cambio. Es, en realidad, una historia de esperanza: nadie está perdido si aún puede emocionarse. Los tres espíritus funcionan como maestros silenciosos que muestran a Scrooge lo que él mismo había desatendido: la alegría sencilla, el valor de la familia humilde, la dignidad del pobre, la urgencia del tiempo. Lo que conmueve hoy —más que los prodigios fantasmales— la transparencia del mensaje. Dickens nos recuerda que la ternura no es una consecuencia, sino una decisión. Que la generosidad no nace de tener mucho, sino de mirar bien. Y que, incluso en el corazón más endurecido, puede abrirse un hueco para que entre la luz. Quizá por eso *Cuento de Navidad* sigue vivo siglo tras siglo. No nos pide creer en fantasmas: nos invita a creer en la posibilidad del cambio. Y cada vez que lo leemos, algo en nosotros también despierta, como Scrooge, con la sensación de haber recibido una segunda oportunidad.



FARMACIA
LAGUZZI
Francisco Seguí 1455 - Grand Bourg
02320 480292
laguzzi026@cofasa.com.ar
Wp 54 9 11 6932 3910

Viaje al corazón de los Andes

Las casuchas del Rey



La historia, a veces, queda sepultada bajo la nieve y el olvido hasta que el ojo de un científico —o el de un artista— decide rescatarla. En la edición de este mes, nos adentramos en una investigación que ha tomado cuarenta años de trabajo: el rescate de la principal ruta de comunicación entre Buenos Aires y Valparaíso durante la Colonia y los inicios de la República.

Los geólogos argentinos Beatriz Aguirre-Urreta y Víctor Ramos acaban de publicar «Las Casuchas del Rey: una historia de 250 años de comunicaciones trasandinas», un libro que devuelve el protagonismo a los refugios de ladrillo que permitieron cruzar la cordillera cuando esta era un territorio indómito.

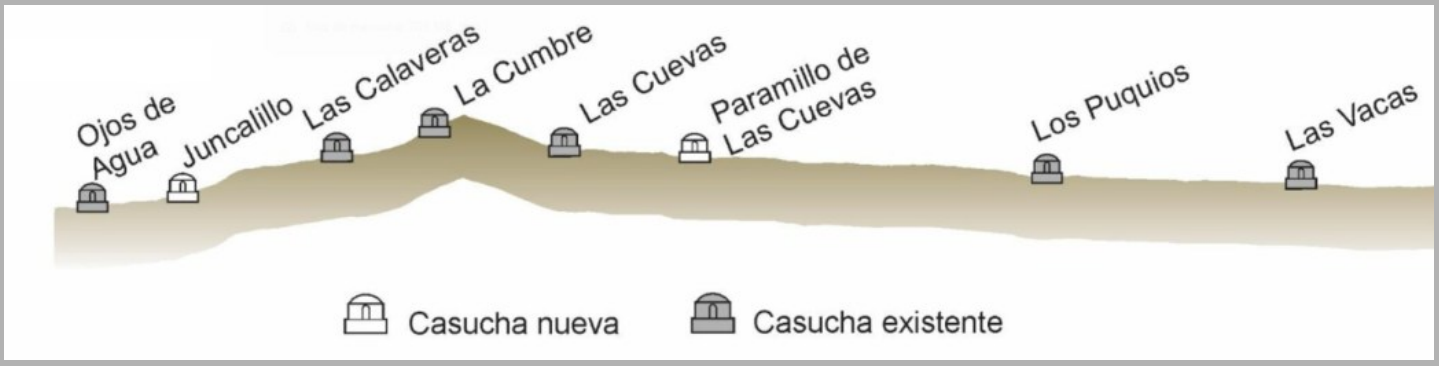
El proyecto nació de una curiosidad técnica. En 1983, durante una campaña geológica en el Aconcagua, el profesor Ramos divisó estas estructuras y comenzó una indagación que lo llevaría a archivos de Chile, España y Alemania.

Sin embargo, el desafío no era solo documental, sino geográfico, ¿cómo localizar con exactitud refugios que hoy están derruidos o mimetizados con el paisaje rocoso?

Aquí es donde entra en juego el pintor alemán Mauricio Rugendas. Durante su estancia en Chile (1834-1842), Rugendas no solo pintó paisajes, sino que documentó con precisión cartográfica la ubicación y el estado de estas construcciones. Ramos relata que, gracias a copias en alta resolución de los cuadros de Rugendas obtenidas en Munich, pudo volver al terreno y comparar los trazos del artista con la geografía actual. Así, identificó las ruinas de refugios como Paramillo de Las Cuevas y Las Calaveras, cuya evidencia física es hoy apenas un cúmulo de ladrillos esparcidos.

Un legado de ladrillo y coraje

Estas "Casuchas del Rey" fueron impulsadas originalmente por Ambrosio O'Higgins tras una traumática experiencia en 1763, donde casi pierde la vida cruzando la cordillera. En aquel entonces, el Correo Real no podía arriesgarse a las rutas marítimas acechadas por corsarios ingleses.

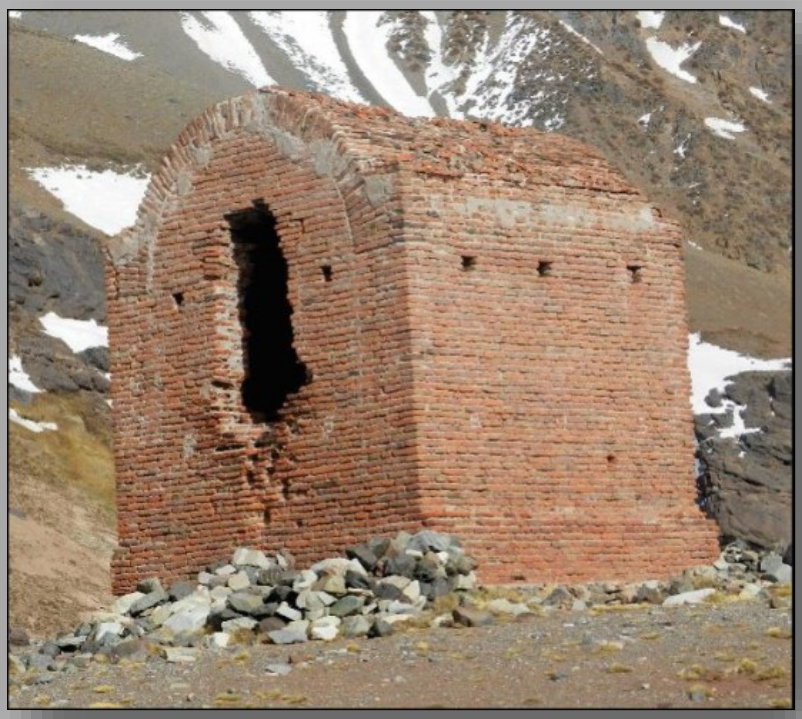


La solución fue un sistema de refugios construidos con 5 000 ladrillos cada uno, capaces de albergar a quince personas y protegerlas del rigor extremo de los 3 200 metros de altitud.

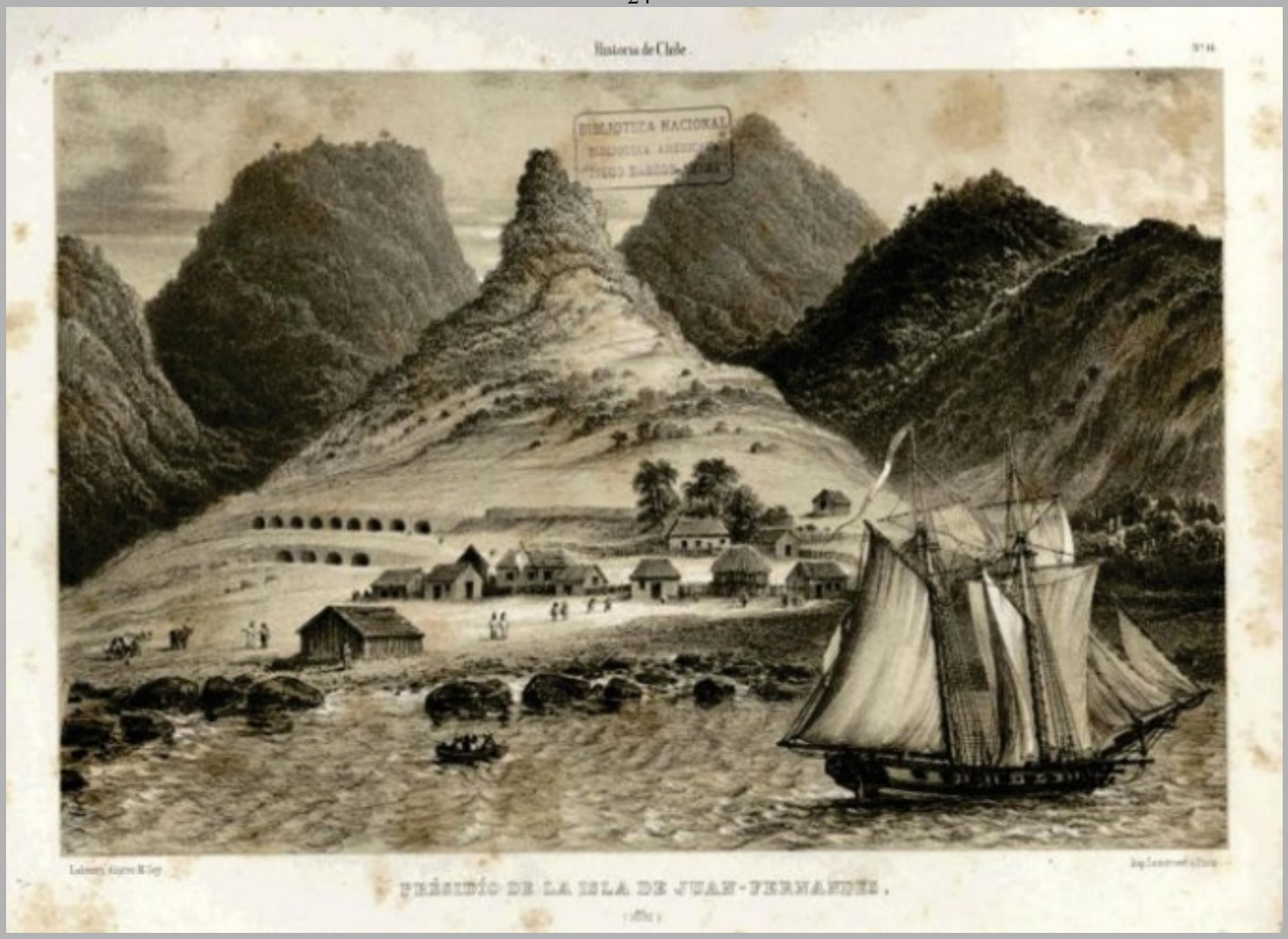
El sistema original contaba con ocho refugios, diseñados por el ingeniero militar Josseph Birt. Con el tiempo, y tras la Independencia, las nuevas repúblicas añadieron cinco más.

Por estos muros de ladrillo pasaron figuras fundamentales de nuestra historia, como San Martín y Bernardo O'Higgins, y artistas como Charles Brand y Auguste Borget, quienes retrataron el pavor que inspiraba la cuesta de Los Caracoles.

Hoy, la mayoría de estas joyas arqueológicas permanecen fuera de la vista de quienes transitan la Ruta 60 en Chile o la Ruta 7 en Argentina. A pesar de su valor, solo cuatro gozan de protección patrimonial oficial. Este trabajo de Aguirre-Urreta y Ramos no es solo un libro de historia; es un llamado a reconocer estas centinelas de piedra que, hasta la llegada del Ferrocarril Trasandino en 1910, fueron el único aliento de vida en la inmensidad de los Andes.






Historia de Chile
PRESIDIO DE LA ISLA DE JUAN-FERNANDEZ.





3.1 DISEÑOS

GRÁFICA IMPRENTA

TARJETAS DE PRESENTACIÓN
VOLANTES PUBLICITARIOS
LONAS VINILOS IMANES

INVITACIONES
STICKERS
BANNERS
ART. DE LIBRERÍA
REGALERÍA

FOTOCOPIAS
ANILLADOS
PLASTIFICADOS
IMPRESIONES
SCANEOS

DISEÑOS 100% PERSONALIZADOS

GALERÍA "PASEO DE JUAN" LOCAL 14
EL CALLAO 1382 - GRAND BOURG

1125649488 TRES PUNTO UNO DISEÑOS GRAFICA3.1

Negocios Inmobiliarios

MANCINI

Eliseo Mancini
El Callao 1311
Grand Bourg, CP: 1615

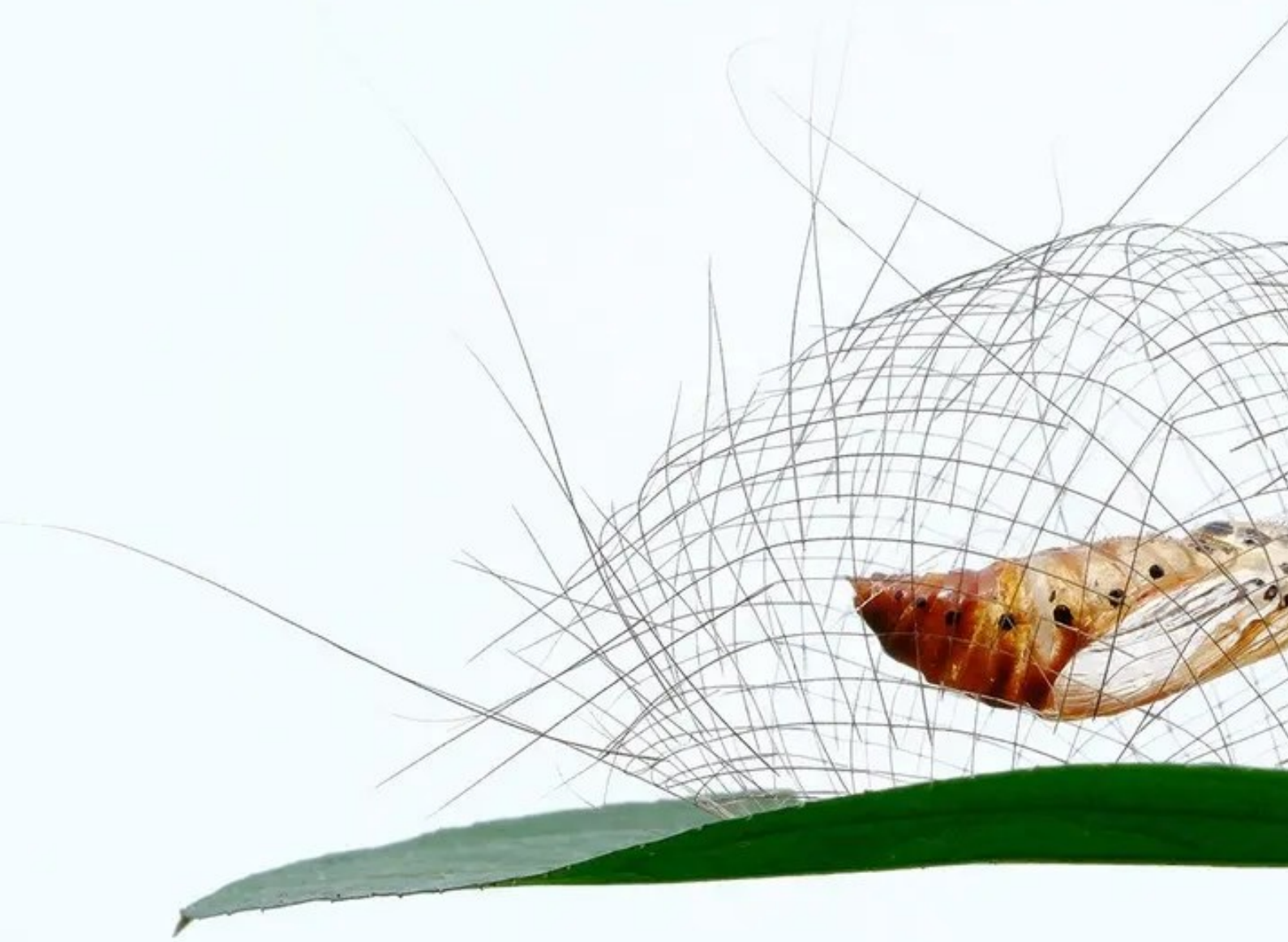
Tel. 02320-680200
02320-680201
inmobiliaria.mancini@gmail.com

LA MASCOTA
VETERINARIA

FRANCISCO BEIRÓ 1499
GRAND BOURG

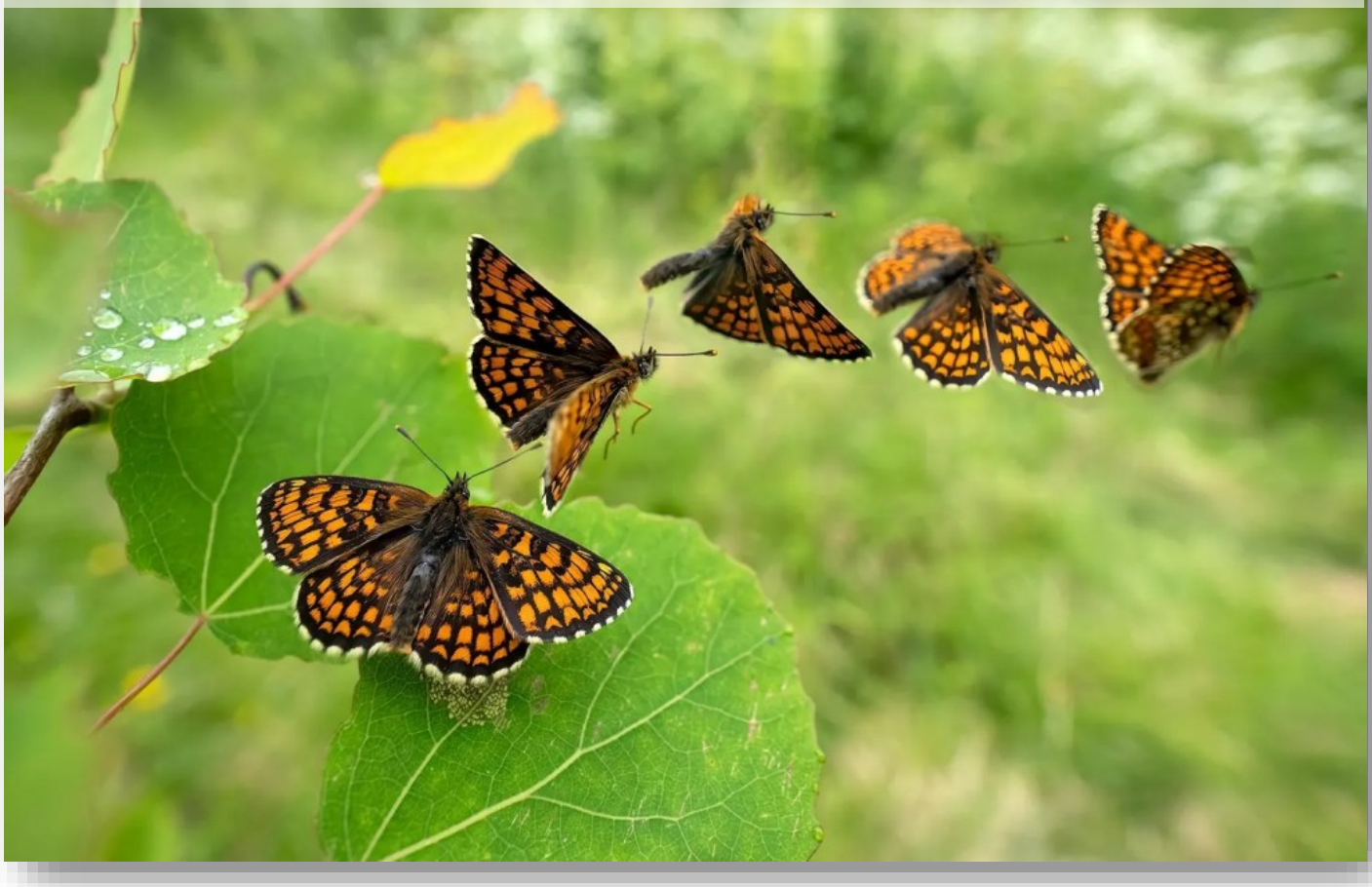
Fotografías

Concurso Primer Plano 2025–arañas y mariposas





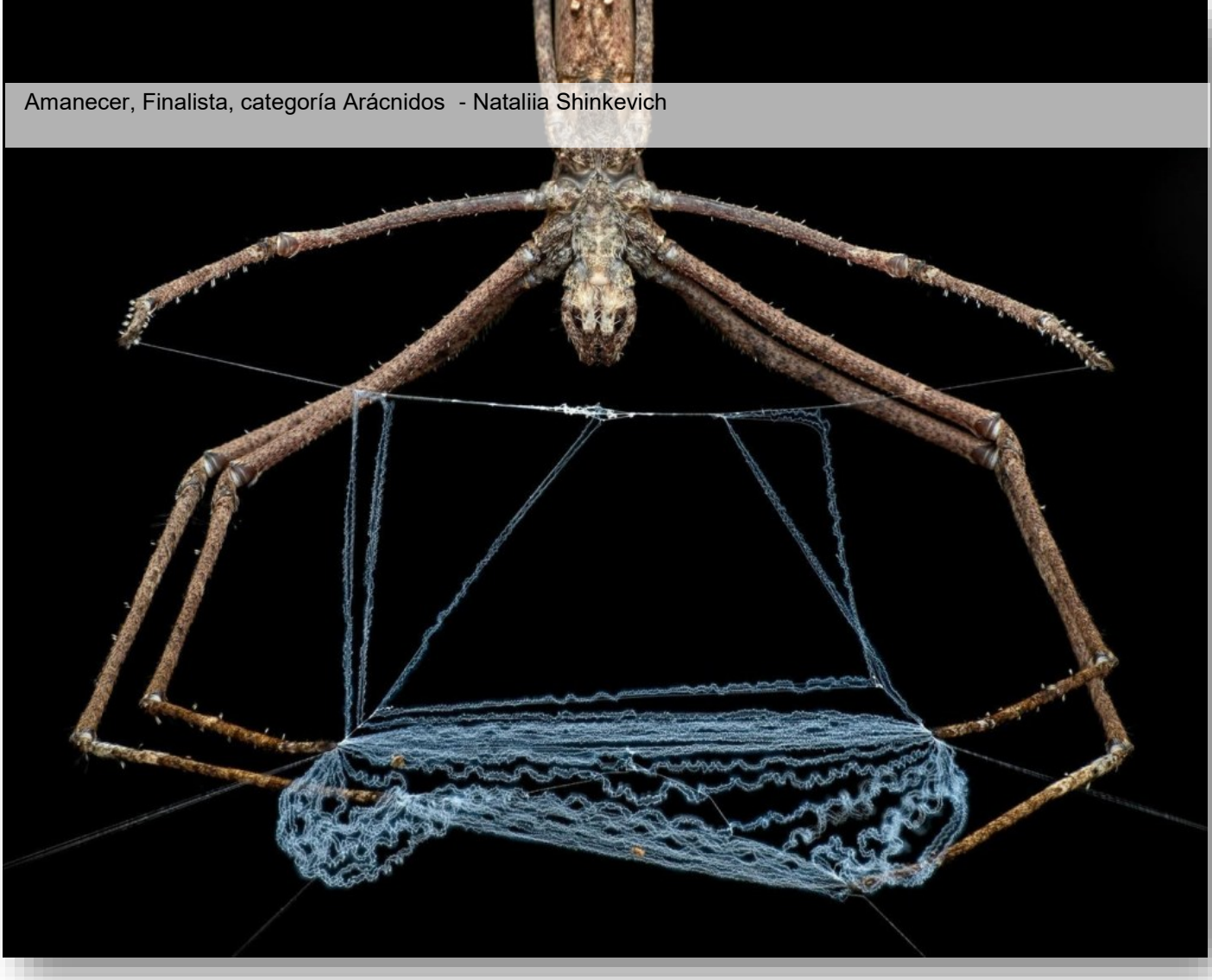
Vuelo, Finalista, categoría Mariposas y Libélulas - Pal Hermansen





Avispa de arena, finalista, categoría Insectos - Andrei Chetronie

Amanecer, Finalista, categoría Arácnidos - Nataliia Shinkevich

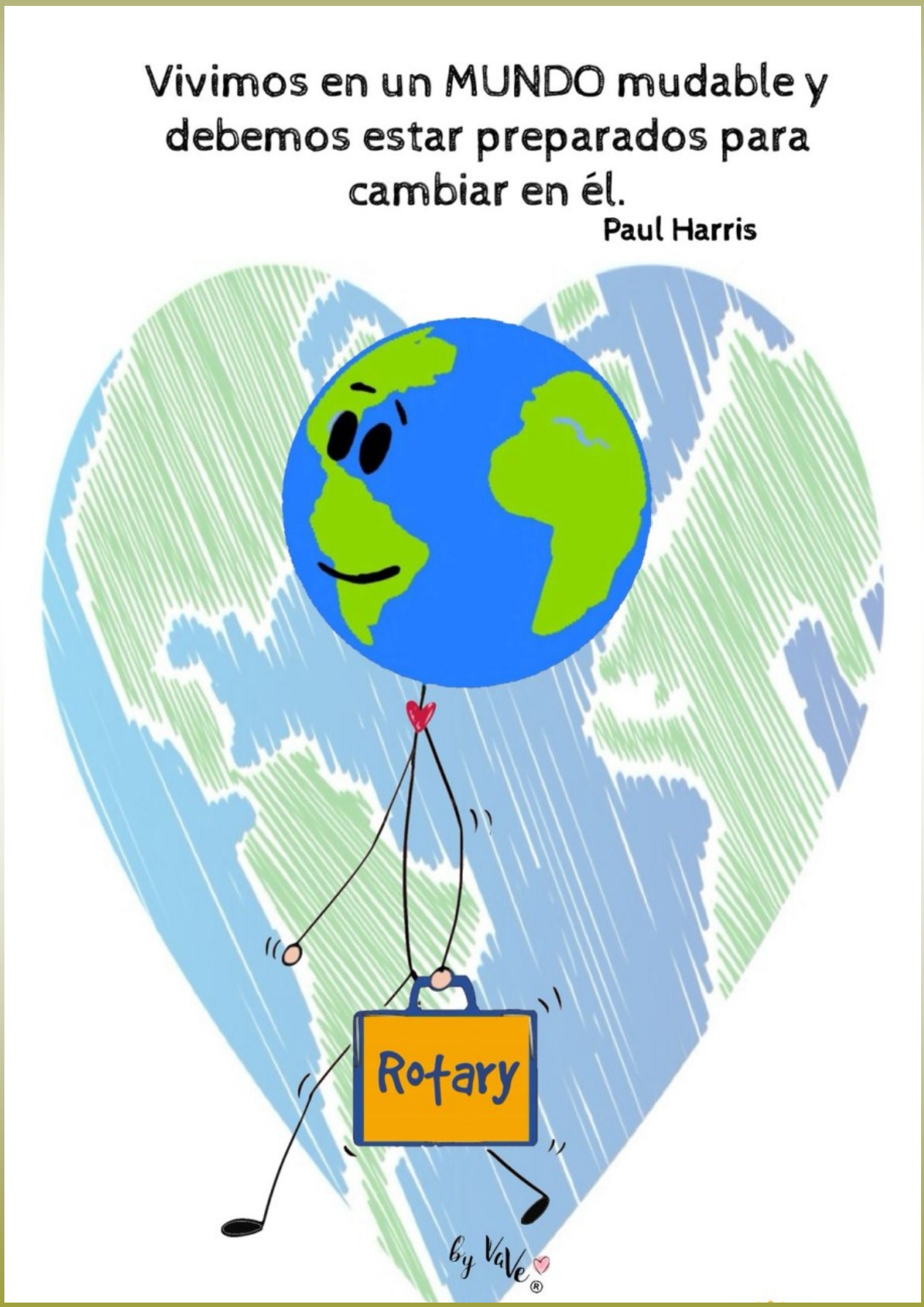




Cazadora Nocturna, Finalista, categoría Arácnidos - Darcy Santos

Frase de Paul Harris

Vanessa Ortiz de Zárate (VaVe)
RC San Pedro Alcántara - España




Psicopsi.com
Comunidad de estudio
@psicopsi_estudio


Joyas Ideal
JOYERÍA Y RELOJERÍA
@joyasideal
@joyas.ideal
11 2521 9855
Av Eva Perón 1440,Grand Bourg


NINO EXPRESS
ÓPTICA
EL CALLAO 1411
GRAND BOURG
02320 415440
JUAN F. SEGUÍ 1471
GRAND BOURG
02320 481417


Inmobiliaria
"Perla"
CSM 2086
Paulo Suarez
Martillero y Corredor
Público
Ventas
Alquileres
Tasaciones
Administraciones
Bat. de Chacabuco 27 y Ruta 197 - Grand Bourg
Malvinas Argentinas - Tel./Fax: (02320)424078
Cel.: 15.6383-7819

La tierra en préstamo

Guardianes de lo efímero



Si en Horizonte de enero reflexionamos sobre la premisa de que no heredamos la tierra de nuestros antepasados, sino que la pedimos prestada a nuestros hijos, febrero nos invita a dar un paso más allá: ¿cómo honramos ese préstamo en el día a día? Comprender la tierra como un bien cedido y no como una propiedad absoluta es el primer paso para una verdadera evolución cultural. Esta visión, que hoy parece una vanguardia ecológica, es en realidad el pilar sobre el cual se construyeron las grandes civilizaciones que habitan nuestro suelo desde hace milenios.

El Diálogo con la Pachamama

En el Noroeste Argentino, el concepto de "tierra en préstamo" se vive a través del respeto a la Pachamama. Para las comunidades andinas, la Madre Tierra no es un recurso a explotar, sino una entidad viva con la que se negocia constantemente. Durante el carnaval, mientras los colores de la Serranía del Hornocal (ver artículo Conociendo Argentina), sirven de marco a la fiesta, hay un trasfondo de profunda gratitud.

Se le "pide permiso" a la tierra antes de sembrar, antes de construir y antes de festejar.

Esta relación dialéctica es la que permite que el paisaje y la cultura se mantengan vibrantes a pesar de las tensiones del tiempo y la modernidad.

La Doble Conciencia de la Identidad

Al igual que en la "poesía negra" (ver artículo de Cristina Pereyra), donde el sujeto debe navegar entre su visión propia y la mirada prejuiciosa de la sociedad, nuestra relación con el territorio argentino sufre una dualidad similar. Por un lado, vemos la tierra como una fuente de riqueza económica; por el otro, como un refugio de identidad y espiritualidad. Nelson Mandela afirmaba que privar a las personas de sus derechos es poner en juicio su propia humanidad. De igual modo, privar a la tierra de su derecho a la regeneración es poner en juicio nuestra propia supervivencia como especie.

La cultura —ya sea a través de la música jazz que integra ritmos diversos o la poesía que reivindica lo nativo— es el vehículo que tenemos para manifestar estas luchas por la igualdad y el respeto. Si queremos comprender nuestra sociedad actual, debemos observar cómo tratamos nuestra escultura más grande: el paisaje.

El legado en movimiento

Hoy, la protección de nuestro patrimonio natural y cultural —desde la Cueva de las Manos de Santa Cruz, hasta los carnavales jujeños— es una forma de combate contra la ignorancia. Como bien señalaba Unamuno, el racismo se combate viajando; el desprecio por la tierra se combate conociéndola.

Al cerrar este segundo mes del año, el desafío sigue siendo el mismo: ser conscientes de que somos pasajeros. El Hornocal seguirá allí, con sus catorce colores desafiando al sol, mucho después de que nuestras voces se apaguen. Nuestra única misión es asegurar que, cuando devolvamos este "préstamo", la tierra esté tan fértil, colorida y llena de música como el día en que la recibimos.

Rotary Cadre en Latinoamérica

Julio Villalta
Coordinador Regional Cadre Desarrollo Económico y Auditorías



Plan de trabajo para la organización, motivación y fortalecimiento regional

Rotary International, a través de su iniciativa de Cadres Técnicos (CADRE), consolida su compromiso con el servicio eficaz y sostenible mediante el apoyo del conocimiento técnico y la movilización de asesores especializados. Para la región de Latinoamérica, se ha desarrollado un Plan de Trabajo estructurado y ambicioso, diseñado para organizar, motivar y fortalecer la red de expertos, alineándolos con los Principios Rectores y el Plan de Acción global de Rotary. Este plan refleja una estrategia regional adaptada a la diversidad geográfica y temática del continente.

Estructura regional: coordinación y enfoque geográfico

El plan establece una estructura organizativa clara y descentralizada, dirigida por un Coordinador Regional y apoyada por Subcoordinadores estratégicamente asignados a subregiones clave:

Coordinador Regional: Julio Villalta, con especialidad en Desarrollo Económico y Auditorías Financieras.

Subcoordinadores: Líderes designados para México, Centroamérica, el Caribe Hispano, el Norte de Sudamérica, el Cono Sur y Brasil, cada uno con áreas de especialización prioritarias en las siete áreas de interés.

Esta estructura piramidal busca facilitar un flujo eficiente de información y estrategias, adaptándose a las particularidades de cada país o distrito para maximizar el impacto local.

Cronograma de acción: claridad y seguimiento

El plan define un calendario preciso de actividades para garantizar su desarrollo y evaluación continuos. Entre las fechas clave destacan:

* Desarrollo del Plan: Revisión, consulta con asesores, y envío de versiones finales entre junio y septiembre.
* Seguimiento: Presentación de un informe de progreso intermedio en diciembre y un informe anual al finalizar el ciclo en junio del año siguiente.

Este cronograma asegura transparencia, rendición de cuentas y la posibilidad de ajustes ágiles.

Tres pilares estratégicos: organizar, motivar, fortalecer

1. Organizar: se implementará una coordinación interna basada en reuniones periódicas: mensuales con subcoordinadores, trimestrales con líderes locales y una asamblea general semestral con todos los miembros del Cadre LATAM. Esto crea una red de comunicación constante y alineada.
2. Motivar: la estrategia se centra en integrar activamente a los asesores del Cadre en las Redes de Recursos Distritales (RRD). Para ello, se propone:

* Comunicación directa con presidentes de comités distritales.
* Acompañamiento para estructurar o fortalecer las RRD.
* Reuniones virtuales informativas con líderes clave.
* Difusión de casos de éxito para replicar modelos colaborativos.

3. Fortalecer: se fomentará una cultura de colaboración y soporte continuo mediante:

* Una comunicación efectiva y escalonada.
* El uso de herramientas digitales como Microsoft Teams, calendarios compartidos e inteligencia artificial para optimizar el trabajo.
* Un programa de mentoría y bienvenida para nuevos miembros, asegurando su rápida integración y productividad.

El Plan de Trabajo de Cadre Rotario para Latinoamérica representa más que un documento operativo; es una hoja de ruta para la acción coordinada y poner la experiencia de expertos al servicio de las comunidades. Al priorizar una organización clara, una motivación basada en relaciones locales y un fortalecimiento interno constante, el Cadre LATAM se posiciona como un socio estratégico indispensable para clubes y distritos. Este enfoque promete no solo aumentar la visibilidad y utilidad de los asesores técnicos, sino también multiplicar el impacto positivo y sostenible de los proyectos de Rotary en toda la región.

La implementación exitosa de este plan dependerá del compromiso continuo de sus líderes y miembros, pero el marco establecido ofrece una base sólida para construir una red técnica más resiliente, conectada y efectiva en Latinoamérica.

Amazonas: de Grecia a Latinoamérica aborigen, a la Tele, al mundo

Omar Argañaraz

Poesías, decires, preguntas, cuentos, ejercicios de la palabra: textos



Rotary
San Martín-Villa Maipú

Nos hace saber Ruy Díaz de Guzmán (en su obra “La Argentina”, de 1612) que habiendo luchado (1545) contra los timbúes, los españoles tomaron algunos prisioneros y estos les informaron que en las cercanías (Alto Perú, Paraguay, Brasil, por ahí) había una región con una gran laguna y que “poseía mucho oro [...] por cuya razón la llamaban los españoles la laguna del Dorado”. Además, dijeron que con ese territorio “confinaba otro de sólo mujeres, que tienen solamente el pecho del lado izquierdo [...] para usar sin embarazo del arco y flecha, de que son diestras y ejercitadas, como aquellas mujeres de escitas antiguos que refieren los escritores, por lo que los españoles llamaron aquella tierra de las Amazonas”. Algún día volveremos sobre la región que “poseía mucho oro”; ahora, atendamos a las amazonas.

Antes de Ruy Díaz, varios conquistadores refirieron la existencia —en distintas regiones latinoamericanas— de un pueblo formado solo por mujeres guerreras. Tenía continuidad, así, un tema inaugurado en la literatura griega en el S. VIII a.C. (creo).

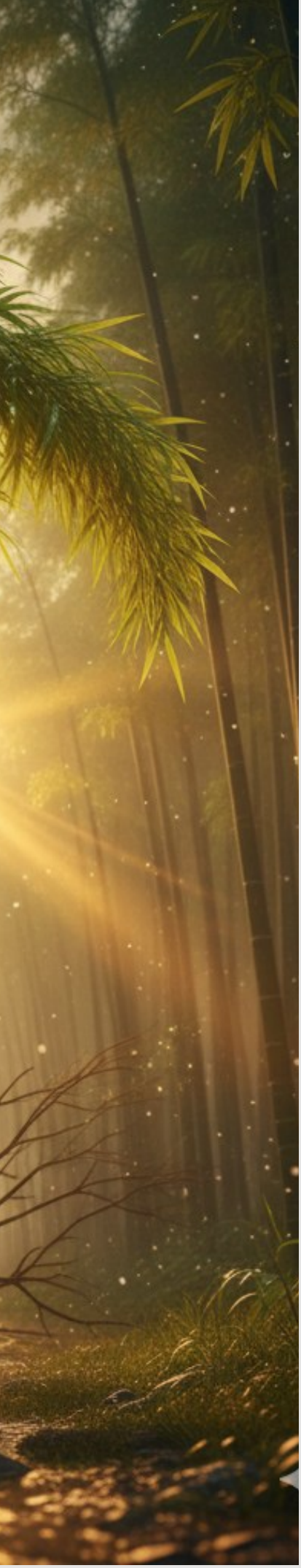
Hoy, casi nadie atribuye posibilidades de verdad a ese pueblo; sin embargo, todavía están las Amazonas presentes en nuestra vida por vía de la ficción (tan cercanas están, que incluso mi hija, la de ocho años, tiene alguna muñequita de esa tribu). Esta, la más cercana referencia que conozco ya no es latinoamericana ni la he visto en antiguas crónicas ni poemas épicos, sino en la televisión y el cine: se trata de la princesa amazona que todos conocemos como La Mujer Maravilla (a la cual, evidentemente, no falta pecho alguno).

¿Qué fuerza, qué deseo, qué miedo, qué sinapsis específica de las fantasías nos ha llevado a sostener de algún modo durante 2 800 años la imagen de las guerreras amazonas? Creo que no estará a mi alcance develar ese misterio que me carcome. Un neurocientífico o un psicólogo aquí, por favor...



Equilibrio en movimiento

La flexibilidad, el secreto de la verdadera resistencia



Solemos confundir la fuerza con la rigidez. En nuestra cultura, nos han enseñado que para ser fuertes debemos ser como el roble: firmes, inamovibles y duros ante la tormenta. Sin embargo, la filosofía del equilibrio nos enseña una lección diferente a través de la naturaleza. Cuando el viento sopla con fuerza, el roble, en su rigidez, puede terminar partido por la mitad. El bambú, en cambio, se inclina, fluye con la ráfaga y, cuando el viento cesa, recupera su posición original, intacto y fortalecido.

Vivir en equilibrio no significa que el mundo a nuestro alrededor deba estar en calma. El equilibrio no es la ausencia de caos, sino la capacidad de mantener nuestro centro mientras navegamos por él. En este inicio de año, tras haber reflexionado sobre el "arte de vivir" en nuestra edición anterior, es momento de bajar ese concepto al cuerpo y a la mente a través de la flexibilidad.

¿Cuántas veces nos causamos sufrimiento innecesario por querer que las cosas sean exactamente como las planeamos? La rigidez mental es como un músculo que nunca se estira: termina por doler y limitar nuestro rango de movimiento en la vida. Cuando nos aferramos a una sola forma de hacer las cosas, nos volvemos frágiles ante los imprevistos.

La flexibilidad es, en esencia, una forma de humildad y de inteligencia emocional. Es aceptar que no tenemos el control sobre el clima, el tráfico, la economía o las decisiones ajenas, pero que somos soberanos absolutos sobre nuestra respuesta ante esos estímulos. Al igual que en el Tai Chi —esa disciplina que hoy inspira estas líneas—, donde cada movimiento nace de la relajación y no de la tensión, nuestra vida diaria fluye con menos fricción cuando soltamos los puños cerrados.

Ser flexible no es ser débil; es ser lo suficientemente sabio como para ajustar las velas cuando el viento cambia de dirección. Es permitirnos cambiar de opinión, probar nuevas rutas y aceptar que la imperfección es parte del diseño. Al soltar la necesidad de control absoluto, liberamos una cantidad enorme de energía que antes gastábamos en resistirnos a la realidad.

El ejercicio del mes: esta semana, te invito a practicar la "observación del bambú". Cada vez que algo no salga según tus planes —desde un café que se enfría hasta un proyecto que se retrasa—, haz una pausa de tres respiraciones profundas antes de reaccionar. Pregúntate: “¿Estoy siendo como el roble o como el bambú?”. Nota cómo cambia tu estado de ánimo cuando decides, conscientemente, fluir con la situación en lugar de chocar contra ella.

Recuerda: lo que no se dobla, se rompe.

Empecemos a doblarnos un poco más para llegar mucho más lejos.

Cuento para niños

El secreto del Río Tunuyán



En lo alto de la Cordillera de los Andes, donde el cielo se sentía tan cerca que casi podías tocar las nubes, vivía un niño llamado Mateo. Mateo no tenía nueve ni diez años, sino la edad de los curiosos: once. Cada verano, visitaba a sus abuelos en un pequeño puesto de la precordillera mendocina, donde el aire frío y puro picaba la nariz y las estrellas brillaban como diamantes derramados sobre un terciopelo oscuro.

Mateo amaba el silencio de la montaña, roto solo por el viento y el constante murmullo del río Tunuyán, que corría impetuoso, alimentado por el deshielo. Para sus abuelos, el río era vital; su agua daba vida a sus viñas y a un pequeño huerto. Para Mateo, el río era un misterio. Siempre le había parecido invencible, una fuerza de la naturaleza imposible de doblegar.

Un día, mientras exploraba cerca de la orilla, Mateo encontró algo inusual. Entre las piedras grises y mojadas, brillaba una pequeña caracola de río, no de mar. La tomó en su mano y, al hacerlo, sintió un leve zumbido. La caracola era lisa, de un color blanco perlado, y parecía pulsante. La guardó en su bolsillo, preguntándose de dónde vendría, pues nunca antes había visto algo así tan arriba en la montaña.

Esa noche, el cielo se encapotó. Un viento helado comenzó a soplar y una tormenta de nieve inesperada cayó sobre la cordillera.

Mateo se acurrucó junto a la estufa de leña, escuchando el rugido del viento y el redoble de la nieve contra el techo. Su abuelo, preocupado, comentó:

—Si sigue así, el caudal del río crecerá demasiado y el puente de madera que cruza el arroyo de la acequia principal podría ceder.

—Era el único acceso para llevar sus cosechas al pueblo.

Mateo recordó la caracola. La sacó de su bolsillo y la observó. Parecía brillar un poco más en la oscuridad de la cabaña. De pronto, un pensamiento cruzó su mente, tan claro como el agua de deshielo: “Quizás la caracola sabe algo”, pensó para sí.

A la mañana siguiente, la nieve había cubierto todo de un manto blanco y espeso. El frío era intenso. Mateo salió con su abuelo a revisar el puente. El río Tunuyán bajaba furioso, arrastrando ramas y piedras, y el arroyo de la acequia, un afluente del río, ya amenazaba los cimientos del pequeño puente.

Mateo se acercó a la orilla del arroyo, sosteniendo la caracola. La tormenta había dejado una pequeña rama grande que estaba obstaculizando el flujo del agua, creando una especie de presa improvisada que desviaba el agua directamente contra la base del puente. Si no se quitaba, el puente no aguantaría. El abuelo suspiró:

—Es muy grande para moverla solos, y el agua está demasiado fría y fuerte.

Mateo, con la caracola apretada en su mano, cerró los ojos y se concentró. De alguna manera, sintió que la caracola le susurraba una idea. No era una voz, sino una sensación, una comprensión clara. El río, aunque poderoso, también tenía puntos débiles, lugares donde su fuerza podía ser redirigida con astucia, no con fuerza bruta.

Miró alrededor. Más arriba, el arroyo hacía una curva. Si lograban construir un pequeño muro de piedras antes de esa curva, el agua golpearía el muro y empujaría la rama que obstruía el paso en dirección contraria a la de las bases del puente. Era un riesgo, pero era la única opción.

—¡Abuelo! —exclamó Mateo—, si movemos algunas piedras grandes aquí, podemos desviar el agua para que empuje la rama en otra dirección!

El abuelo lo miró, primero con escepticismo, luego con una chispa de esperanza. Juntos, con mucho esfuerzo, comenzaron a acarrear las rocas más grandes que encontraron. El frío les entumecía los dedos, pero el apremio les daba fuerzas.

Poco a poco, formaron una pequeña barrera antes de la curva del arroyo. El agua, al golpear la improvisada pared de piedras, cambió su curso y comenzó a empujar la rama. Lentamente, dolorosamente, la rama se movió, liberando el flujo principal del arroyo y aliviando la presión sobre el puente. El abuelo sonrió, agotado pero aliviado.

—Lo logramos, hijo —dijo el abuelo—, tu idea fue brillante.

Mateo sonrió, sintiendo el calor en su pecho, no solo por el esfuerzo, sino por la satisfacción de haber ayudado. Miró la caracola en su mano. Sabía que no había sido magia, sino una mezcla de observación, ingenio y la inspiración que, a veces, viene de los lugares más inesperados. Aprendió que la fuerza más grande no siempre es la más ruidosa, y que incluso en la imponente Cordillera de los Andes, el pequeño puede encontrar una manera de guiar al gigante. Y que los "secretos" de la naturaleza, a menudo, están ahí para ser descubiertos por quienes se atreven a mirar con curiosidad y un corazón abierto.

Este cuento resalta el valor del ingenio y la observación: a veces, para mover un gran obstáculo, no hace falta ser el más fuerte, sino saber dónde poner la primera piedra.

La injusticia

Guillermo Pellegrini
Licenciado en Ciencia Política, socio de Rotary Pilar, miembro de ARALAC (Academia Rotaria Argentina de Letras, Artes y Cultura)



Pienso que deberíamos tenernos más piedad, cambiar el enfoque, una nueva auto educación y convivencia. Que el silencio es una muy buena herramienta para tomar mejores decisiones en un marco de paz y reflexión, para una mejor sociedad.

Ahora debemos considerar otra variable, para mejorar la sociedad. ¿Qué se entiende por Injusticia? Sería “la falta o ausencia de justicia, ya sea en referencia a un suceso, acto o situación de hecho. Puede estar referida a un sujeto o a un grupo social” (Larousse). Por lo tanto desde este escalón comenzamos a recorrer pensamientos, reflexiones para conocer y alertarnos de este fantasma universal que está desde siempre en todas partes.

Platón decía, en su diálogo Critón, “que no sabe qué es la justicia, pero sí qué es la injusticia”.

No podemos más que sorprendernos cuando vemos que recién en el año 2007, las Naciones Unidas, proclamaron el 20 de febrero de cada año, Día Mundial de la Justicia Social… y sostiene que “la justicia social es un principio fundamental para la convivencia pacífica y próspera y debe orientarse a erradicar la pobreza y promover el empleo pleno y el trabajo decente, la igualdad entre los sexos y el acceso al bienestar social y la justicia social para todos”.

Como viene de demorada la cosa, sabiendo que la Humanidad elige a la Ciudad de Jericó (Palestina) como la ciudad más antigua, primer baluarte histórico organizado comunitariamente, con un sistema de seguridad, orden, autoridades, devengamiento de impuestos, viviendas, templos, comercio, todo debidamente amurallado. 8 000 años antes de Cristo, o sea que han pasado 10 025 años, hasta que las Naciones Unidas se pronunciaran, por la cuestión social.

Bueno, tratemos de seguir…; tenemos varios tipos de injusticia, la ONU se refiere a la social, pero existen otras injusticias: esclavitud, guerras, colonizaje, segregación, discriminación, limpiezas étnicas y mucho más, pero también está la figura de injusticia social diaria, la envidia, la prepotencia, el grito, los malos modos, la soberbia, la amenaza o sea estilos antiguos de querer dominar mediante la fuerza o apabullando. Hoy en día los vemos más generalizados, no pueden algunos aceptar que otros son mejores, mas preparados, más ordenados, más cultos, más educados, o sea más virtuosos, pues trabajaron más para su desarrollo interior, o sea espíritu y perseverancia, mejor cincel, más cerca de lo social, del bien común. Se vive igualando para abajo y no hacia arriba, es lo que se llama mediocridad.

Suele decirse que mientras la justicia tradicional es ciega, la justicia social debe quitarse la venda para poder ver la realidad y compensar las desigualdades que en ella se producen.

Históricamente el concepto de justicia social esta relacionado con el conflicto que en el siglo XIX se llamo la “cuestión social”, el creciente malestar y reclamo de los trabajadores que fue creciendo en importancia en todo el mundo a partir de la instalación del capitalismo.

La expresión “justicia social” fue acuñada por el sacerdote jesuita italiano Luigi Taparelli, considerado uno de los fundadores de la doctrina social de la Iglesia.

Varias décadas después, el término “justicia social” es vuelto a usar en Inglaterra a fines del siglo XIX, por los socialistas fabianos ingleses. A partir de estos, el concepto de “justicia social” fue adoptado por la socialdemocracia, principalmente en Inglaterra, Francia y Argentina. En la misma época en Francia, el partido socialista a través de Jean Jaures adopta el concepto de “justicia social” como parte de su socialismo ético y pacifista. En Argentina, el partido socialista incorpora el concepto a través de Alfredo Palacios.

En 1931, la noción de “justicia social” se incorpora plenamente a la Doctrina Social de la Iglesia católica al utilizarla el Papa Pío XI en la encíclica Cuadragésimo Anno.

Simplificando, se entiende por “justicia social”, como algo basado en la equidad, cuestión que ha sido discutida y parcialmente resuelta por el principio de “igualdad de oportunidades”.

La lucha contra la distribución desigual de bienes o la preocupación por el bien común, la idea de que justicia equivale a paz y la conciencia de ello en los individuos, son todos los componentes de un sistema social justo.

¿Qué conclusiones podemos sacar de esta larga serie de reflexiones y títulos?, que el ser humano por si mismo, parecería ser que no tiene las soluciones a sus problemas. Esa es la penosa realidad, si bien hemos avanzado, con solo mirar un poco, vemos que falta mucho por hacer.

Y el lema de la Revolución Francesa “Libertad, Igualdad y Fraternidad” esta todavía lejos de ser cumplido.

Salud mental

La vanguardia de lo humano post-pandemia



La medicina del siglo XXI suele asociarse a robots quirúrgicos, genómica o inteligencia artificial. Sin embargo, la verdadera vanguardia hoy se libra en un territorio intangible pero vital: el bienestar emocional de nuestros jóvenes. Si en enero exploramos los avances tecnológicos, febrero nos convoca a una reflexión sobre la "salud invisible", aquella que sostiene el tejido de nuestra comunidad.

De la robótica a la resiliencia

La historia del Rotary nos enseña que la vanguardia no es solo técnica, sino adaptativa.

Un ejemplo claro fue el Global Grant de "Paz y Resolución de Conflictos" implementado en la Escuela Técnica Nº 1 de Grand Bourg. Lo que nació en 2017 como una propuesta innovadora que unía la precisión de la robótica y la electrónica con talleres de convivencia, demostró su verdadero valor durante la crisis del COVID-19.

La pandemia no solo trajo un virus; trajo el aislamiento. Aquel proyecto debió girar hacia la prevención del suicidio, respondiendo a la dolorosa realidad de jóvenes que, en la soledad del confinamiento, perdieron el sentido de la esperanza. Este antecedente local es el espejo de una problemática global: según la OMS, la depresión y la ansiedad aumentaron un 25% tras el primer año de pandemia, afectando desproporcionadamente a los adolescentes.

Tecnología al servicio de la vida

La vanguardia hoy reside en cómo utilizamos las herramientas del futuro para proteger el presente. La telemedicina y las plataformas de escucha digital han pasado de ser opciones secundarias a ser *lámparas para el invierno* (como diría Miguel Sanchiz). Existen hoy aplicaciones de IA que, mediante el análisis de patrones de lenguaje, pueden alertar sobre riesgos de crisis emocionales, permitiendo que los profesionales actúen antes de que el silencio se convierta en tragedia.

Pero la tecnología por sí sola es insuficiente. La verdadera solución requiere lo que Guillermo menciona en su artículo: "piedad, un cambio de enfoque y una nueva autoeducación".

Necesitamos una sociedad que no iguale "hacia abajo", sino que eleve la importancia de la salud mental al mismo nivel que la física.

Un compromiso de paz

Rotary International ha declarado la Salud Mental como una de sus banderas principales para los próximos años.

No es una coincidencia. La paz social, esa que buscamos desde los tiempos de la antigua Jericó, comienza por la paz interior de cada individuo. Un joven que encuentra herramientas para gestionar su dolor es un ciudadano capaz de construir una sociedad más justa.

Al cerrar este mes, el desafío para nuestra comunidad rotaria es seguir el ejemplo de aquellos talleres de la Escuela Técnica en el marco del Global Grant: combinar la excelencia técnica con la sensibilidad humana. Porque cuidar la mente de nuestros jóvenes es, en definitiva, asegurar que el préstamo que recibimos de la tierra sea devuelto con una humanidad más sana, empática y resiliente.

(011) 5275-1135 o
0800 345 1435
(desde todo el país)

Tradición y recetas de la humita y el tamal

La gastronomía del Noroeste Argentino (NOA) es un lenguaje en sí mismo, un relato que se escribe con los frutos de la tierra y se cocina a fuego lento. Entre todos sus tesoros, la Humita y el Tamal se erigen como los estandartes de una herencia prehispánica que ha sobrevivido a siglos de historia, manteniendo intacta su esencia: el maíz como centro del universo andino.

La humita

La palabra "humita" proviene del quechua humint'a. A diferencia de otros platos, la humita es la celebración del maíz tierno o "choclo". Su origen se remonta a los tiempos en que los pueblos originarios agradecían a la Pachamama por la fertilidad de las cosechas de verano. Es un plato estacional, íntimamente ligado al ciclo de la tierra.

Ingredientes y preparación

La técnica es un ritual de paciencia: el choclo se ralla a mano para obtener su leche y pulpa, que luego se cocina con una base de cebolla, morrón y abundante zapallo criollo (anco), que le aporta su cremosidad y ese color naranja tan característico.

El toque final lo dan la albahaca fresca y el queso de cabra o de campo.

Su presentación es un prodigio de la ecología ancestral; se envuelve en las mismas chalas del choclo, formando un "paquetito" que se ata con tiras de la propia hoja antes de hervirse.

Variantes regionales

Aunque la técnica es similar en todo el NOA, existen matices.

En Tucumán, es muy común encontrar la "humita a la olla", servida directamente en plato sin el envoltorio de chala.

En Jujuy y Salta, se prefiere la versión en chala, y se distingue entre la humita salada y la dulce (con azúcar y pasas de uva), una delicia que suele acompañar el té o el desayuno.





El Tamal

Si la humita es la suavidad del verano, *el tamal* es la fuerza del invierno y de las grandes festividades. Su nombre deriva del *náhuatl tamalli* (envuelto), lo que demuestra que es un plato que hermana a toda Latinoamérica, desde México hasta Argentina.

A diferencia de la humita, el tamal se elabora con harina de maíz (maíz seco y molido) y tiene una estructura más firme.

El relleno es un guiso complejo y sabroso, generalmente de carne de vaca o cerdo cocida hasta que se desmenuza con el tenedor, mezclada con papa hervida, huevo duro, cebolla de verdeo y especias como el comino y el pimentón de Cachi.

El tamal no se envuelve en chala fresca, sino en chala seca y rehidratada, y su forma suele ser más redondeada o cilíndrica.

Variantes regionales

El tamal jujeño es famoso por su equilibrio y su tamaño generoso, a menudo incluyendo charqui (carne seca) en las zonas de mayor altura.

En Salta, el tamal es una institución, y se dice que el secreto está en la grasa de pella, que le otorga una humedad única.

En zonas de Santiago del Estero, los tamales pueden variar en el tipo de molienda del maíz, buscando texturas más rústicas.

Ambos platos no son solo comida; son actos de resistencia cultural. En cada atadura de chala se guarda un conocimiento milenario que nos recuerda que, en el norte, la mesa es siempre un lugar sagrado de identidad y memoria.

Tamal jujeño, con cantidades para obtener unos 12 a 15 tamales aproximadamente.

El secreto de un buen tamal está en dos puntos: la calidad de la harina de maíz y el uso del caldo de cocción de la carne para dar sabor a la masa.

Ingredientes para el relleno (el "recado")

500 g de carne (tradicionalmente se usa cabeza de cerdo, pero puede ser matambre o sobrepuesto de vaca).
250 g de cebolla blanca picada finamente.
200 g de papas cortadas en cubitos muy pequeños (hervidos "al dente").
2 huevos duros picados.
100 g de grasa de pella (grasa vacuna refinada).
Condimentos: 2 cdas. de pimentón dulce, 1 cdita. de comino, sal y una pizca de ají molido.
Cebolla de verdeo: 2 unidades (solo la parte verde) picada fresca.

Para la masa

1 kg de harina de maíz (debe ser harina de maíz para tamal, no polenta instantánea).
250 g de grasa de pella.
1.5 a 2 litros del caldo de cocción de la carne (tibio).
Sal (solo si el caldo necesita refuerzo).
Para el armado:
Chalas secas de maíz (se consiguen en fardos; calcular 30 chalas para tener margen).

Procedimiento paso a paso

Preparación de la carne y el caldo: hervir la carne en abundante agua con sal y una hoja de laurel hasta que esté tan tierna que se desarme (aprox. 1.5 a 2 horas). No tires el agua: colala y reservala, ese es el caldo para la masa. Picá la carne a cuchillo finamente.
El Recado (Relleno): en una sartén, derretir la grasa y dorar la cebolla. Retirar del fuego y agregar el pimentón (para que no se queme). Añadir la carne picada y un cucharón del caldo para que quede jugoso. Dejar enfriar. Una vez frío, incorporar los cubitos de papa, el huevo duro y el verdeo. Tip: el relleno debe estar frío para armar el tamal con facilidad.
La Masa: en una olla grande, poner el caldo y la grasa de pella. Cuando rompa el hervor, volcar la harina de maíz en forma de lluvia. Revolver enérgicamente con cuchara de madera a fuego mínimo. Se debe cocinar hasta que la masa se despegue de los bordes (unos 5-10 minutos). Dejar entibiar para poder manipularla.
El Armado: rehidratar las chalas en agua tibia durante 20 minutos hasta que estén flexibles.
Tomar dos chalas y cruzarlas (formando una cruz o un sobre).
Colocar una bola de masa del tamaño de un durazno en el centro y hacerle un hueco con el pulgar.
Rellenar con una cucharada generosa de recado.
Cerrar la masa sobre el relleno y luego envolver con las chalas.
Atar con tiritas finas de la misma chala, formando un "paquetito" firme.

Hervir los tamales en abundante agua con sal durante 40 a 50 minutos. Esto sirve para que la masa termine de hidratarse y los sabores se amalgamen.

¿Sabías que...?

En la zona de la Puna, a veces se añade una pequeña cantidad de charqui (carne seca al sol) al relleno para darle un sabor más intenso y rústico.





ROTARY CLUB DE SAN MARTÍN-VILLA MAIPÚ
D4905 - Argentina

Rotary
San Martín-Villa Maipú

@rotarysmvm
@rotary_sanmartin.villamaipu
rotarysanmartinvillamaipu@gmail.com