

DIETETICA Mirasoles
Donato Alvarez 50 (alt. Rivadavia 6200)
 - COMIDAS PARA CELIACOS -
 - PRODUCTOS PARA DIABETICOS -
 - ALIMENTOS ORGANICOS -
 - PANIFICADOS ARTESANALES -
 - COMIDAS INTEGRALES Y NATURALES -
 - COSMETICA NATURAL WELEDA Y OMS -
 www.dieteticomirasoles.com.ar
 ENVIOS A DOMICILIO SIN CARGO
4632-8693 ☎ 4632-4673

convivir

Líder de la prensa natural

AÑO 16 - Nº 172

www.convivirpress.com

AGOSTO 2008

ALIMENTACION - SALUD - HERBORISTERIA - HOMEOPATIA - MEDIO AMBIENTE - TURISMO - PSICOLOGIA

Veterinaria La rabia
 Página 6

Aceites esenciales
 Página 8

Alimentación natural
 Página 14

Virgen de Guadalupe
 Página 19

FENG SHUI
 Página 22



Granitos de arena

Ni el cielo es azul,
 ni sale por la mañana el sol.
 Ni siquiera puedo confiar
 en lo que mis ojos ven.
 Solo muestran limitaciones,
 limitaciones por doquier.
 Un cuerpo mínimo
 en gigantesco entorno.
 Y me creo importante
 y único e imprescindible.
 Granito de arena arrogante
 y pretencioso.
 Parece que no puedo entender,
 o no quiero,
 que sin ayuda, no soy nada.
 Cuando miro hacia adentro,
 pocas veces,

lo veo.
 Es cuando me siento parte
 de una cadena interminable
 de seres iguales.
 Las mismas ansias
 iguales anhelos.
 Lo contrario es mentira,
 cuando te veo, me veo.
 Y lo que te hago a vos
 a mi me lo hago.
 Trama increíble
 mágica trama.
 Que nos hace depender
 a unos de otros
 para siempre enlazados.

Marta Susana Fleischer


WELEDA
 En Armonía con el
 Ser humano y la Naturaleza

Weleda Bébé
 protege de forma natural
 la delicada piel de tu bebé
 cuidado diario
 alta tolerancia en pieles sensibles,
 auténticamente natural
 www.weleda.com.ar • www.weledabebe.com



Rejuvenecedor biológico
**OLEOS ESENCIALES
 CONCENTRADOS
 DE POLEN**

Energía transformadora en acción

CRINWAY www.crinway.com



Rechace imitaciones para su propia seguridad

Compuesto por más de 110 complementos diferentes:
 Aminoácidos + Vitaminas + Minerales + Aceites esenciales + Proteínas.
 Complejo vitamínico de origen vegetal, hidrosoluble.
 NO ENGORDA. Totalmente atóxico.
 No tiene conservadores.
 Concentración + 1500

¿A quiénes se recomienda? A personas que por su actividad sufren un gran desgaste psicofísico. Se observaron beneficios en stress, depresión, asma, diabetes, reuma, osteoporosis, próstata, circulación, cansancio generalizado, anemias, impotencia, esclerosis múltiple, mejorador de la piel.

El alimento **POLEN RECONVERTIDO CRINWAY**® es producido por Crinway S.A.
 Centro de atención al cliente: (011) 4738-4628 de 8 a 12hs. de lunes a jueves. continua en pag. 4

Visite nuestro Stand en
 la Exposición Rural
 Pabellón Verde
 Stand J6 del 24/7 al 5/8


HERBAS DEL OASIS
 Wenceslao Villañe 1131
 Capital Federal. 4361-7738
 hierbasdeloasis@infovia.com.ar
 www.hierbasdeloasis.com.ar

CENTELLA + TE VERDE + GINKGO BILOBA

Presentación: dispenser con 15 blister de 10 comprimidos c/u.
 Es un suplemento ideal para la prevención y corrección de varices, derrames y arañitas, ya que las hierbas que lo componen al actuar en conjunto, potencian sus propiedades y acción. La centella asiática ayuda a mejorar la circulación periférica y la elasticidad de las paredes vasculares, favoreciendo la cicatrización y reparación cutánea. El te verde posee una gran concentración de polifenoles, siendo el más abundante los flavonoides, reconocido por su acción fortificante de las paredes de los vasos capilares. Además es un excelente antioxidante y estimulante. Su acción ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares, beneficiando la circulación. El ginkgo biloba favorece la circulación arterial, capilar y venosa, siendo de gran utilidad en problemas de fragilidad capilar y varices.



GEL ANTIFATIGA

Formulado con aditivos biológicos que contribuyen a estimular la circulación sanguínea periférica, reduciendo considerablemente la fatiga de las piernas, dejándolas suaves y con una sensación de bienestar. Este novedoso gel, de agradable aroma fresco y frutal, está realizado con elementos extraídos de la naturaleza, para lograr el máximo beneficio a las piernas cansadas. Elaborado con Castaño de la India, Arnica, Hamamelis y Capsico. Es la capsicina la que activa esa sensación de tremendo ardor en la mucosa bucal. Además se le reconoce un efecto descongestivo y a nivel cerebral favorece la producción de endorfinas. Las moléculas que abundan cuando la sensación es de bienestar. Por esta razón la capsicina es materia prima de muchas fórmulas medicinales, especialmente las de función analgésica.



El arroz

Los cereales proporcionan aproximadamente las dos terceras partes de la energía de la dieta alimenticia. La utilización mayoritaria de una especie u otra de cereal, depende sobre todo del clima de la zona. Una de las primeras especies de cereales cultivada por el hombre, fue el arroz. Procede del sudeste asiático, siendo los chinos los primeros que lo cultivaron y los árabes los que más contribuyeron a su difusión. Externamente el grano de arroz está protegido por una serie de cubiertas (pericarpio, testa, y aleurona) que constituyen el salvado. La parte comestible, rica en almidón, se denomina endospermo. El embrión, o germen de la nueva planta se sitúa en el extremo del grano, en posición ventral, y es rico en proteínas y grasas. La cascañilla externa está formada casi exclusivamente por sílice. En el salvado se encuentra la mayor concentración de proteínas, grasas, hidratos de carbono y vitaminas.

Productos instantáneos libres de gluten (sin T.A.C.C)

Cedro Azul lanzará en el mes de agosto sus productos tradicionales: Mate cocido con leche Cedro Azul, Té Verde Cedro Azul, y Leche Chocolateada Cedro Azul y Trini. Ahora además de su presentación habitual, se podrá disfrutar de las infusiones en sobres individuales, para que el consumidor las pueda disfrutar en cualquier momento y de forma rápida. Estas infusiones, se destacan por ser Libres de Gluten, es decir, aptas para personas celiacas, y solo se necesita de agua para su preparación. Estos productos representan una alternativa saludable, riquísima y con variados beneficios.

• La leche con chocolate tiene una combinación única de calcio, proteínas y carbohidratos, que suministra la energía y los nutrientes que los niños necesitan para fortalecer sus huesos, reconstruir las células de los músculos y recuperarse rápidamente después de actividades rigurosas. La leche chocolateada Trini contiene Stevia, que reduce el aporte calórico y otorga beneficios generando un producto único.

Presentaciones: 400gr, y 25 gr.

• El té verde se origina a partir de un tratamiento especial de la especie *Camellia sinensis*. Las hojas del mismo son recogidas frescas y a diferencia del té tradicional, no son fermentadas. Esto permite conservar sus propiedades naturales, tales como: gran presencia de fluor, que contribuye al fortalecimiento de huesos y dientes y regulación de los niveles de glucosa en sangre.

Presentaciones: 400 gr, y 25 gr.

• El mate cocido es una infusión elaborada a partir de extractos de yerba mate. Posee propiedades estimulantes y gran aporte vitamínico. Además contiene leche, generando un producto de gran aceptación.

Presentaciones: 400 gr, y 12gr.

Recuerde que dispone de productos Cedro Azul y Trini en dietéticas, farmacias y supermercados.

Productos Endulzados Naturalmente... con todas las propiedades de la Stevia



Postres Galletas Flanes Altores Dulce de Leche Cacao Leche Chocolateada Jugos Cereales

100% DULZURAS NATURALES

Tel: (0342)4528160 trini@cedrozul.com www.steviatrini.com.ar

Droguería y Herboristería Hierbas del Oasis

Productos orgánicos para una dieta segura

Té Negro Orgánico en saquitos: El té negro se obtiene del árbol de té (*Camellia sinensis* o *Thea sinensis*). Los flavonoides (teaflavinas) presentes en el té negro ayudan en la relajación de los vasos sanguíneos y previene la oxidación de los niveles de colesterol HDL (colesterol bueno) ejerciendo de esta manera efectos protectores sobre el sistema cardiovascular. Además es astringente, antioxidante, diurético y estimulante.

Yerba Mate Orgánica en saquitos: El proceso de seca-

do de la hoja (sistema barbacú) asegura un sabor y aroma incomparable, conservando todas las propiedades de la misma. Amplias y rigurosas investigaciones científicas señalan que la Yerba mate es un poderoso antioxidante y diurético natural. También es un excelente tónico. La mateína (un alcaloide presente en la yerba) actúa sobre el sistema nervioso central estimulándolo, por lo cual se recomienda su ingesta en personas con decaimiento físico o depresiones menores.

Yerba Mate Orgánica: Elaborada

con palo. 100% natural. Es un producto orgánico seleccionado y controlado desde el origen (Oberá, Misiones) hasta que llega al consumidor final. El proceso de secado (sistema barbacú) asegura un sabor y aroma incomparable, con la ventaja de disfrutar un mate que no produce acidez.

Azúcar Rubia Orgánica "Mamá Teresa": 100% natural. Proviene de suelos sin agroquímicos donde la caña de azúcar trabajada con una agricultura biológica, se cosecha para extraer su jugo y se procesa en

forma natural. A través de este método se obtiene el azúcar orgánico. De color entre amarillado y beige. Es un alimento con más fibras y minerales. Se puede utilizar para endulzar bebidas y también es apta para cocinar. El sabor de lo natural. Productos cultivados sin agro tóxicos, agroquímicos ni pesticidas. **Certificados por Argencert**

Droguería y herboristería Hierbas del Oasis
4361-7738
hierbasdeloasis@infovia.com.ar

Soluciones naturales

Para la boca
El polvo de tomillo (machacando las hojas secas): o de hojas de salvia, limpia la dentadura a la vez que desinfecta la boca. La sal fina blanquea los dientes y fortalece las encías.

Cepillarse los dientes de vez en cuando con el jugo de medio limón, es un maravilloso agente blanqueador, de virtudes antisépticas.

Para cortar una hemorragia
Para cortar una hemorragia: aplicar pimentón dulce, café, o leche de una hoja de figuero. Si se cortó y está sangrando, no hay mejor solución para cerrar la herida instantáneamente y detener la hemorragia que presionar (sin mucha fuerza pero con firmeza)

una papa cortada. Vera que como por arte de magia cierra la herida y deja de sangrar. Si se cortó un dedo, puede hacer un hueco en la papa y meter el dedo con la parte cortada dentro del hueco.

Orzuelos
Un truco muy bueno para cuando nos salen esos pesados "orzuelos" en los ojos. Para que rompa rápidamente y expulse al exterior todo lo feo que tiene, lo mejor es ponerse un poquito de miel, tanto en el párpado como en el interior del ojo. No tema. Lo más que pasa es que se nos caiga una lágrima muy, muy, muy espesa. A la mañana siguiente, o como mucho, en 48 horas, el orzuelo habrá

desaparecido. Un orzuelo no se va hasta que no cae el pelo de la pestaña en cuyo folículo o raíz tiene su origen la infección. Normalmente limándose con una pinza ligeramente de cada uno de los pelos se suele detectar cual de estos es el infectado, por que es el más doloroso. Si está seguro de haber dado con él, tire de la pestaña, y libérrala la presión que ejerce el pus. De cualquier manera, siempre que los orzuelos se reiptan a los pocos días, es mejor ir al médico para que recete un antibiótico contra el estafilococo que lo produce.

Atritis en manos y pies
Para el dolor en las manos y en los pies producido por la artritis,

un remedio muy eficaz y sobre todo, muy sencillo es: utilizar el agua de haber hervido las patatas para hacernos maniluvios y pediluvios, o sea, lavarse las manos y los pies con dicha agua; eso sí, tiene que estar lo más caliente que el paciente pueda soportar.

Resfrios, tos
Un jarabe de cebolla, o de laurel, alivia. Corte una cebolla en trozos, o en su lugar 2 hojas de laurel, y las pone a hervir a fuego lento con 1 litro de agua y 5 cucharadas de azúcar moreno hasta obtener un preparado consistente, en forma de jarabe. Colar en una botella, guardar en la heladera y beber 2 ó 3 cucharadas soperas por día.

COLAGENO HIDROLIZADO

Fortalece cabellos y uñas. Devuelve elasticidad a los tejidos de la piel y contribuye a evitar estrías

El colágeno es el principal constituyente proteico de la piel, huesos y tejidos conectivos (sostén), en su formación es fundamental una ingesta balanceada de aminoácidos, los que favorecen a fortalecer cabellos, uñas, devolver la elasticidad a los tejidos de la piel y contribuye a evitar estrías. GARDEN HOUSE presenta en su línea el producto Nutricap, COLAGENO HIDROLIZADO x 80 comprimidos. La condición de hidrolizado es indispensable para que sea absorbido más fácilmente por el organismo, con un mejor aprovechamiento del contenido en

aminoácidos (18 aminoácidos). Este producto natural proporciona importantes beneficios en el organismo: En la piel: por acción de la lisina y arginina, modifica y favorece la elasticidad y la textura, tonifica y revitaliza sus tejidos, evitando arrugas, manchas y estrías. En el cabello: por acción de los aminoácidos esenciales azufrados, le ofrece una excelente nutrición, dándole brillo, vigor y aspecto saludable. En uñas: las fortalece y endurece, provocando un crecimiento armónico y sin alteración.

H Médica Argentina. 4683-4371 / 4380

Herboristería Farmacia Laboratorio

alsina

Todo Natural hasta nosotros

Adolfo Alsina 2842 Tel. 4931-8253

1207 capital Federal Fax: 4957-0736

HIERBAS MEDICINALES NACIONALES e IMPORTADAS TINTURAS MADRE

PRODUCTOS NATURALES COSMETOLOGÍA SUPLEMENTOS DIETARIOS ALIMENTOS MEDICINA ALTERNATIVA

Ventas por mayor y menor Envíos a todo el país Asesoramiento a farmacias y dietéticas

DIETETICAVIAMONTE

Viamonte 859 - Capital Tel: 4322-9380 dieteticaviamonte@speedy.com.ar

10% de descuento días sábados AGLU y KAPAC (celiacos)

Todo para su dieta al Mejor Precio **CELIACOS - DIABETICOS - NATURISTAS, etc**

SUPER ANTIOXIDANTE y REVITALIZANTE

SUPLEDUR propóleos en cápsulas potenciado con **POLEN y LEVADURA DE CERVEZA**

Con alto nivel en **BIOFLAVONOIDES** LINDON **APITER**

QUEMIDUR S.A. Monseñor Larumba 1620 (B1640GYH) Martínez - Bs.As. Tel/fax: 4836-0206/1038 e-mail: quemidur@radar.com.ar

ESTEVIOSIDOS ECO-SWEET

BADARAP

Nerelco

EDULCORANTE NATURAL

BOLDOS - MANZANILLA - TILO

Tratemos de festejar la vida

Hola querido lector:
¿Tomaste tu caña con ruda el 1° de agosto para celebrar a la Pachamama, la tierra-madre, y pedirle su protección?
Si no lo hiciste, todavía estás a tiempo, no creo que ella se ofenda por tu tardanza. La idea es realizar una ceremonia -personal o acompañados- donde recuperemos aquello que nos une a nuestra fuente de vida y manifestamos nuestro agradecimiento y compromiso. No son necesarias demasiadas palabras, ni siquiera hay que decir las en voz alta. Una intención, compartida o no, que puede resultar en una satisfacción íntima que marque un camino futuro.

Los pueblos originarios mucho sabían de esta relación con la madre tierra. Por eso en su día festejaban y tomaban una bebida que contenía alcohol y hierbas sagradas. Hierbas que alejan "las malas ondas", digamos. Y ofrecían a la Pachamama un traguito. Hoy en día lo más común es colocar ruda en una bebida como la caña y dejarla estacionar antes de beberla por unos quince días. Con eso se obtiene una tintura madre que aporta las propiedades de la hierba. Antiguamente usaban también contrayerba, por algo será.
No está nada mal realizar esta ceremonia. Incluso porque últimamente son

pocos los motivos de festejo. Y me parece que tenemos que recuperar la alegría. Porque si vivimos en un estado de alegría atraemos más energía de ese tipo, atraemos felicidad a nuestras vidas. Porque... ¿te fijaste que la mayoría de la gente festeja poco? Y no me vengas con el cuento de que no tendrás motivos para eso. Si estás vivo, ya tenés el primer motivo para celebrar, porque de otro modo, acá no estarías ¿no?
Y si tenés un amigo, junta te sólo para decirle, aunque sea, "gracias por tu amistad".
Y si no tenés amigos, organiza algo con tus vecinos, o compañeros de trabajo,

una reunión que los haga reír un rato, aunque sea por tonterías, que a veces son lo más importante de un día.
Y si estás solo, pero muy solo, anotate en algún curso, o andá a aprender algún baile, y enseguida estarás rodeado de gente como vos. Y reíte, y celebrá con ellos.
Nos hace falta, mucha falta, agradecer, festejar, reírnos, celebrar... esta oportunidad única que tenemos de mostrarnos, de aprender, de hacer algo por los demás y también por nosotros. En definitiva, celebrar la vida.
Un abrazo

Marta Susana Fleischer

Ceremonia del fuego

Y hablando de festejos hoy rescatamos la antigua "Ceremonia del fuego", traída desde el fondo de los tiempos para recordarnos lo sagrado de la vida y la chispa divina que vive en cada uno.
Llevarla a la práctica nos vuelve un poco como los niños que fuimos y que a veces olvidamos.
*Si queremos volver a la magia que está dentro nosotros, y a revivir las hogueras con conciencia, sólo es necesario que organicemos una reunión y comencemos la realización de un fuego sagrado con leña.

Tendremos que permitirnos un momento de reflexión, sin distraernos, en meditación, contemplando la vida de las llamas.
Por respeto, dejar cigarrillos, el alcohol, el móvil o cualquier aparato electrónico en casa, no comamos ni bebamos mientras estamos con el fuego.
Vivámoslo en silencio, observando desde el inicio con mucho amor y devoción hasta que se acabe la última brasa y dejemos que el fuego nos hable.
Si queremos, podemos



hablarle al fuego, realizarle una ofrenda arrojando incienso, o hierbas medicinales, darle las gracias o pedir algo de corazón. También se puede hacer un círculo de palabras, en el cual cada uno puede tomar la palabra en orden y ser escuchado con atención. Para facilitar la ceremonia, creemos el "palo de la palabra" y pasémoslo siguiendo una

dirección, persona por persona, y cuando nos toca el turno, compartimos en voz alta un pensamiento. Los otros no deben hacer ningún comentario, ni murmullos, solamente escuchar.
Esta es una terapia muy económica y eficaz para recuperar el respeto por la inmensidad de la vida y reconocer el propio fuego interior".



convivir

para el bienestar de cuerpo - mente - espíritu

GEMAS / FENG SHUI / PENDULOS / COSMETICA NATURAL / CD / LIBROS / FITOEXTRACTOS / ACEITES ESENCIALES / TES / BOLAS CHINAS / SUPLEMENTOS DIETARIOS / SAHUMEROS / PRENDAS REALIZADAS CON LA NOBLEZA DEL ALGODÓN VIRGEN



Av. Santa Fe 1140. Locales 13 y 15. Capital
4815-5240 / 4814-4205 Int. 015.
convivir@convivirpress.com / www.centroconvivir.com.ar

Gutten Life

Baja el nivel de stress / Regula el sistema nervioso

Regula la presión arterial y venosa / Depura la sangre y activa la circulación

Reafirma los tejidos / Regulariza la función intestinal

Baja el nivel de colesterol / Mejora la digestión

Limpia riñones y vías urinarias / Combate eficazmente la celulitis

Ayuda a adelgazar más de 6 kilos por tratamiento (30 días)

Consultas y pedidos al 4683-4473 ó (15)6121-2669
Entregas al interior contra reembolso
guttenlife@speedy.com.ar

Villares s.a.c.
alimentosvillares.com.ar

Frutas secas y desecadas - Avellanas - Piñones
Pistachos (c/c y pelados) - Castañas de Cajuí - Dátiles
Cirueltas - Pasas de Uva - Higos y Damascos Turcos
Hongos secos (Chilenos y Shitake) - Coco rallado
Arroz Yamani y Basmati (India) - Porotos Pallares
Especias de la India - Pimentón español
Sésamo - Semillas de Zapallo - Lino - Harinas
Espárragos - Frutas tropicales deshidratadas
Ananá glasé - Banana chips - Enlatados

...desde 1934 todos los insumos para la industria alimenticia

Ventas a todo el país
ventas@alimentosvillares.com.ar
(03327) 44-2144

Volta 3035 y Estados Unidos
(1667) - Tortuguitas (Pcia. de Bs. As.)

LINDON APTER
...lo esencial para tu belleza y salud

ANTICELULITIS
NUTRITIVA HUMECTANTE REGENERADORA
REMODELA LA SILUETA

QUEMIDUR S.A. - Telefax: (011)4636-0206/1036 - quemidur@radar.com.ar

FARMACIAS central oeste tu farmacia en el oeste

Encontrá más información en www.centraलोeste.com.ar

<p>morón Farmacia Cravena Av. Rivadavia 18199 4483-4333/4747</p>	<p>morón Farmacia Central Morón Av. Rivadavia 18161 4483-2431/4343</p>	<p>morón Farmacia Mareque Alte. Brown 701 4629-7259</p>	<p>morón Farmacia Moderna 25 de Mayo 139 4489-0951</p>	<p>morón Farmacia Halpern Córdoba 303 4483-4753</p>	<p>morón Farmacia San Rafael Independencia 165 4629-2149/1005</p>	<p>ramos meija Farmacia Martiñoia Av. de Mayo 899 4658-4909/6547</p>
<p>haedo Farmacia Haedo Caseros 2 4460-1444</p>	<p>castelar Farmacia Rossi Av. Arias 2408 4627-4000</p>	<p>castelar Farmacia Frascino Buenos Aires 559 4627-5754</p>	<p>ituzaingó Farmacia Central Oeste Av. Las Heras 381 4624-4774/5522</p>	<p>leloir Farmacia Central Oeste Av. Perón 8505 4621-8818/8819</p>	<p>padua Farmacia Nogueira Nogueira 23 0220-482-9461</p>	<p>merlo Farmacia de la Estación Av. Libertador 788 0220-482-2360</p>

Marketing para dietéticas

Atención al cliente

Escribe Helio Perotto

Cerrando un ciclo

Estamos terminando un ciclo. Me refiero a nuestra serie de notas sobre "Atención al Cliente". Como recordaremos, esta serie fue iniciada hace un tiempo ya, cuando hablamos del Cacique de Amaicha. En tal oportunidad, como para iniciar la serie, recomendé no apuntar, no señalar los productos a distancia, pero sí trasladarse hasta el producto, tomarlo y dárselo en las manos del cliente. Ahora, más de un año después, volví a los mismos lugares, tomé la atención al cliente en las manos y busqué transmitir algo a los artesanos de aquellas tierras.

Hablando de caciques

"En Amaicha del Valle se encuentra la única comunidad indígena del Norte Argentino, que conserva aún la cultura diáquia, que se fue transmitiendo de generación en generación. Sus pobladores son verdaderos artesanos que fabrican piezas únicas con un arte que conservan a pesar de los embates de los tiempos modernos, con una muestra pura de sus raíces".

Por favor, siga leyendo sobre Amaicha en el site www.turismoenlucuman.com.ar
Bajo un mismo poncho
 Todos los años, en julio, la ciudad de San Fernando del Valle de Catamarca se convierte en la capital del folclore y de la artesanía con raíces de nuestra tierra adentro. Estoy hablando de la Fiesta Internacional del Poncho, un evento de primera magnitud y que tiene lugar en el Predio Ferial del Poncho, orgullo mayor de la Provincia. Este año, todo un suceso, más de 500 stands de artesanos, la mayoría de ellos integrantes de comunidades aborígenes. Y allí estuve yo, como invitado de la Gobernación. Con gusto les voy a relatar. Como lo sabrán ustedes, (buenos amantes de la geografía argentina), el valle se ubica, se extiende, se exhibe, entre dos sierras: el complejo montañoso de Amcásti (al este) y el complejo montañoso de Ambato (al oeste). Ambato justamente quiere decir "sapo", ese animalito sagrado y fetiche de los Incas y de sus pueblos tributarios. Sagrado y fetiche

el Ambato, con predicados de atraer lluvia, esa precipitación tan escasa en la zona. Por lo tanto, si usted desea ver lindo sol, le recomiendo Catamarca, entre las dos hermosas sierras. Será uno de los regalos más sensibles que le hará a su propio corazón (y a sus ojos). No olvide, lleve buena cámara digital. Piense que es un lugar en el mundo, para meditar, desde la Cuesta del Portezuelo, mirar hacia el silencioso valle, "un pueblito aquí, un pueblito allá". Y rumbando al oeste, existen sierras y microclimas para todos los gustos, deseos y expectativas. Podrá conocer, por ejemplo, Mutuvado, un valle de la nuez y una vez más sentirá la música del silencio. Caso Usted lo crea y sea su día de buena fortuna, podrá encontrarse con un OVNI. ¿Por qué no? Viene de Marte, planeta que ahora tiene agua y atmósfera en Catamarca, donde nunca llueve. Ni siquiera con la invocación al Ambato.
¿Qué tiene que ver?
 Usted, amable lector, estará buscando un hilo, un porqué del relato. Me pareció

importante cerrar volviendo al punto de partida. Arrancamos esta serie con una referencia histórica a los aborígenes de los valles Calchaquies. ¿Fue así? Bueno. Les quiero contar que estuve trabajando en la Fiesta Internacional del Poncho. Participé, como capacitador invitado. Durante una semana completa, disfruté de la oportunidad de dictar pequeños cursos de "Atención al Cliente". ¿Y quiénes eran los asistentes a los cursos? En su mayoría, descendientes o integrantes de comunidades aborígenes. Obviamente que tengo fotos, muchas. De un pueblito aquí, de un pueblito allá.

Helio Perotto es docente de Marketing. También es contratado por el Banco Mundial y actúa como asesor-tutor del Proyecto Jóvenes Emprendedores Rurales, programa de emprendedurismo coordinado por la Secretaría de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentos de la Nación. En nuestro ámbito naturalista, Helio Perotto es titular de las marcas Gurfi, Cliní, Gutencroc. Y, por supuesto, es colaborador de CONVIVIR.
helio.perotto@gurfi.com.ar

El adaptógeno del futuro El polen reconvertido

La empresa Citrway S.A. es el único productor mundial de "polen reconvertido". Se trata de un alimento natural que funciona como rejuvenecedor biológico y antioxidante. Es un extracto purificado, concentrado, libre de alérgenos, sin conservadores y no posee contraindicaciones. El producto no crea adicción, no engorda y es apto para celíacos. Citrway lo produce hace ya más de 26 años, bajo normas estrictas de profesionales farmacéuticos. En una conferencia para profesionales del arte de curar, realizada en el Centro Cultural Gral. San Martín, el Dr. Ciancio Cano expuso los resultados obtenidos sobre 100 pacientes tratados con polen reconvertido: Aplasia medular por leucemia 100%, estrés y depresión 100%, diabetes 70%, hepatitis por cirrosis 100%, impotencia 100%, adenoma de próstata 100%, osteoporosis 100%, cardiopatías 100%, artrosis 80%, arteriosclerosis 80%. Se acompañó con medicación homeopática.
 El Dr. Ciancio Cano (ex titular de la Dirección de Hematología MCBA, ex jefe titular del Depto. Servicios Centrales de Diagnóstico y Trat. del Hospital Durand, ex jefe de Hematología de los hospitales Rawson, Ramos Mejía, Alvear y Durand) consideró que el Polen reconvertido debería ser incorporado al vademécum clínico como elemento de gran valiosa médica, dada su naturalización inocua y efectiva.
 El Dr. Jorge Estévez investigó el producto con resultados beneficiosos en artrosis, reuma, asma, caída del cabello, hemorragias, tipo hiper-tenso, esclerodermia, colesterol elevado, lupus, esterilidad, ninitis alérgica, obstrucción de arterias, etc.
 El Dr. Gerardo O.Villada, médico geriatra de la U.B.A., master psico-neuroendocrinología, osteopatía médica Universidad Villanova, opina del polen reconvertido que reúne los requisitos moleculares para prevenir y combatir el envejecimiento. Prescribe el polen reconvertido en osteoporosis post menopausia, señal, en trastornos de conductas diversos y edemas de causa vascular, por acción anti-oxidante y desintoxicante (en cansancio psico-físico), stress, depresión y sobrepeso, con resultados sorprendentes y satisfactorios, en poco tiempo de ingesta, con una respuesta rápida.
 Para mayor información: (011) 4738-4628

Balas de plasma provocan las auroras boreales

Esa es la conclusión a la que arribaron los investigadores estudiando datos de las 5 nubes espaciales THEMIS, de la NASA. Las gigantes cas balas, dicen, son lanzadas por explosiones que ocurren a un tercio de distancia en el camino hacia la Luna y cuando chocan con la Tierra los impactos provocan coloridos brotes de auroras boreales. "Hemos descubierto qué es lo que hace bailar a las auroras boreales", declara el físico de la UCLA Vassilis Angelopoulos. Las nubes espaciales no sólo observan las subterráneas desde lejos; de hecho estarían sumergidas en la tempestad usando sensores ubicados a bordo para medir partículas y campos. Si bien las explosiones ocurrieron dentro del campo magnético de la Tierra, fue de hecho una liberación de energía del Sol. El estudio lanzó dos "balas de plasma" (gigantescas nubes de protones y electrones) a través la Tierra y otra en dirección contraria. La nube dirigida hacia la Tierra se estrelló contra el planeta, desalojando nubes auroras que fueron observadas por aproximadamente 20 estaciones terrestres de THEMIS en Canadá y en Alaska. La nube que se dirigió en la dirección opuesta fue disparada inofensivamente en el espacio y, según lo que saben los investigadores, es posible que aun esté avanzando. <http://ciencia.nasa.gov>

AMBOS SEXOS
 Sin límites de edad
 Personas dinámicas con ganas de progresar
¡IMPORTANTES INGRESOS!
 Solicite entrevista: 4613-3661 de 10 a 23hs.
 4832-4740 / (15)4055-9198 ehv@fibertel.com.ar

La ecología política

Término usado en biología, a la vez condición y producto de esta actividad, condición de vida de esta especie. Sin embargo los hombres -al contrario que el resto de las especies- son animales no sólo sociales sino también políticos.

El paso de la ecología como ciencia a la ecología como pensamiento político introduce entonces la cuestión del sentido de lo que hacemos, lo cual implica una serie de interrogaciones: ¿en qué medida nuestra organización social, la manera en que producimos, en que consumimos modifican nuestro medio ambiente? Dicho de otra manera, ¿cómo pensar la combinación, la interpenetración de estos factores en su acción sobre el medio ambiente? ¿Favorecen o no a los individuos estas modificaciones? La ecología política nos dice cuáles son los efectos de nuestros com-

portamientos y prácticas, pero no es ella sino los hombres los que deben escoger el modo de desarrollo que desean, en función de la evolución de los valores en el debate público y democrático. Al tomar en serio los desequilibrios ecológicos generados por la actividad humana, la ecología política cuestiona la modernidad y desarrolla un análisis crítico del funcionamiento de nuestras sociedades industriales y de la cultura occidental, así como los valores y conceptos clave sobre los que descansa.

Florent Marcellesi
www.jovenesverdes.org

El Pan del Peregrino
 Elaborado solo con semilla de trigo
 Alto contenido en fibra
 Apto para diabéticos (Recomendado por Soc.Arg. de Nutrición)
 Normaliza el tránsito lento
 Bajas calorías
 Atención al cliente: (11)4207-9754
elpandelperegrino@yahoo.com

Gally-Bell
 galletitas crackers naturales
 Elaborados con:
 aceite de CANOLA
 aceite de GIRASOL ALTO OLEICO
 Ricos en omega 3, 6 y 9 • Leudado natural
 0% ácidos grasos trans.
 VISITENOS EN:
www.gallybell.com.ar
 ENVÍOS A TODO EL PAIS
 (011)4488-4982

La Mamma Gaucha
 Chacra Orgánica
 Pollos y huevos caseros - Conejos
 Hongos - Verduras agroecológicas
 Hierbas frescas y secas - Miel - Jalea real
 Polen - Dulces y conservas naturales
 Variedad en productos orgánicos
 ALIMENTOS SANOS DE NUESTRA CHACRA A SU MESA
www.sanoyorganico.unlugar.com
 Te: 0220-499-8488 Entregamos a domicilio
 Cel: 011-15-5623-5582

Natural Flavor
 Todas las líneas Macrobióticas
 Productos Orgánicos
 Nacionales e Importados
 LEGUMBRES SUELTAS - FRUTOS SECOS - ESPECIAS
 Aceptamos tarjetas de débito y crédito
 Abierto de Lunes a Sábados de 9 a 21 Hs.
 Av. Federico Lacroze 3170 Tel. 4555-0891

Dietética ROJAS 12
 Mayor Variedad
 ♦Herboristería ♦Cereales ♦Gluten
 ♦Legumbres ♦Fitoterapéuticas ♦Todo para el celíaco
 ♦Frutas secas ♦Milanesas de soja ♦Suplementos dietarios
 ROJAS 12 ESQ. RIVADAVIA a pasitos Estación 1° JUNTA
 4902-1229

Almacén Natural
El Barquito
 LO MAS NATURAL
 De nosotros, lo mejor.
 Productos Dietéticos
 Herboristería - Antioxidantes
 Prod. de los Padres Franciscanos
 y mucho más...
 TE ESPERAMOS
 Bel grano 308 - (1708) Morón - Bs. As. Tel: 4628-9932

LA CASA DE LA MIEL
 - UNICA EN EL PAIS -
 MIEL PURA de todas las regiones
JALEA REAL - POLEN PROPLEO
COSMETICA
 A base de Jalea Real y Miel
 Bartolomé Mitre 1307 Tel. 4381-8888
 Juramento 2526 Tel. 4788-2230

Vínculos
 RECOMPONER LAS RELACIONES
 con la pareja / con los hijos / con la familia
Lic. Teresa González, y equipo
 Psicóloga - Terapeuta de pareja y familia
 Tel. 4804-6385 (contestador)

dietética "La Pradera"
 de Nélida Anea
 complementos alimentarios para adelgazar
 celulitis - diabetes - celíacos - vórices - esirías - hierbas
 cosmética natural - Libros
 Chmiel Alejandro Técnico Univ en alimentación deporte y salud
Jauretche 943 a ms. Est. Rubén Darío - Hurlingham
 Tel. 4452-0831 dieteticapradera@hotmail.com

KARMA
 Almacén Naturista Dietética
 Atención personalizada - Productos Integrales
 Orgánicos - Aceites de 1ª Presión
 Macrobiótica - Arcillas - Flores de Bach
 Del Valle Iberlucea 2964 - Lanús O. - Tel: 4247-9577

PEQUEÑA INDUSTRIA DE MASITAS Y CEREALOS

MARÍA E.

Murguiondo 3579/81 Capital Federal. Tel. 4602-6941 masitasmariae@yahoo.com.ar

3 variedades de masitas endulzadas con fructosa y jarabe de maíz, con harina glutinada (sin azúcar y sin miel)

Ciruela, pasas, peras y nueces • Fibras • Naranja y limón

4 variedades de masitas de avena con azúcar integral orgánica y harina glutinada

Nuez • Nuez y pasas • Nuez y naranja • Algarroba

5 variedades de cereales endulzados con jarabe de maíz (sin azúcar ni miel)

Granola • Garrapinola • granola + fibra • Cereal mixto • Avena torrada

No utilizamos ningún tipo de conservantes, aditivos o mejoradores, aceites hidrogenados ni grasas. Elaboración con frutas secas y desecadas, procesadas artesanalmente.

TRADICIÓN & EVOLUCIÓN

La línea más completa de Sets Originales Concentrados

Flores de Bach

Distribuidores exclusivos del único set original importado del Bach Centre de Inglaterra

Flores de Bush, Flores de Saint Germain, Flores de California, Elixires de las Diosas, Elixires de Luces, Elixires de Estrellas, Esencias Marinas, Orquídeas del Amazonas, Aromaterapia

Jornada internacional Flores de Saint Germain Sábado 30 de agosto Entrada gratuita

carreras Cursos a distancia Fultena Solicite el listado completo sin cargo

capacitación Programa Internacional de Educación en Flores de Bach Único avalado por el Centro Bach de Inglaterra

LONDNER'S

En Terapias Vibracionales le acercamos el mundo

Riobamba 118, Piso 5to, (1025) Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina • Tel: (54 11) 4952-4756 Fax: (54 11) 4954-2852 • E-mail: ventas@londner.com.ar • Website: www.clubdeslud.com

La Naturaleza al Servicio de la Salud y la Belleza

Beatriz Cosméticos Complementos Alimentarios

Envios al interior Pedidos - Consultas

Tel/Fax (011) 4552-1419 / (011) 4551-0182

www.dietetica-visual.com.ar/beatriz
E-mail: beatrizc@fibertel.com.ar

Antic
Y nunca mas tendrán inconvenientes, ni invasores capilares La línea más natural al servicio de su salud capilar y su higiene personal. Sin conservantes, colorantes, ni aromatizadores a base de puras hierbas naturales y aloe

Shampoo antic neutro
De aloe, romero, origina fumaría, tola-tola, toposasia. Las mejores hierbas capilares para fortalecer y detener la caída del cabello, protegerlo y suavizarlo

Shampoo para pediculosis
De aloe amargo, cebadilla, paraíso, ajo de campo, cuasia, elimina piojos y liendres. Cura costras, lastimaduras y escoriaciones producidas por la picazón que genera la pediculosis. **No tóxico, no contiene pterinas**

Jabón para pediculosis
Elaborado con aceite de coco, hierbas naturales como paraíso, cebadilla, chimolilla. Elimina en forma instantánea las liendres y piojos, **no tóxico**

Jabon Antic natural
Elaborado con aceite de coco y almendras, hierbas tola-tola, fumaría, toposasia, romero origina y gel de aloe. Elimina la caspa, seborrea, eccemas, picazón, psoriasis. **No contiene colorantes ni perfumes**

Crema a base de aceite de perejil y hidrocotile
Si a la juventud, no a las manchas y arrugas. Eficaz para estrías, manchas de la piel, arrugas, producto antioxidante con vitaminas A, B y C y como complemento

Línea Mandai
Su tratamiento natural personalizado utilizando y combinando, **Fangoterapia**, arcilla potenciada con hierbas; para celulitis, masajes, baños, máscaras faciales, y máscaras capilares, dolores articulares, golpes, etc.

Aceites vegetales puros, almendras, coco, joboba, g.de trigo, rosa mosqueta.

Aceites esenciales puros - Aceite Esencial OLEO 33.
Henna, la tintura natural para sus canas.

Polvos de algas, y polvo de algas con arcilla, sal de baño terapéutica. Rocio desodorante corporal con aceites esenciales, y alcohol de cereales.

Nuevo Recetario Vegetariano y de Belleza Natural

Línea cosmética capilar C. P. Protege y restaura naturalmente Alisa com, shampoo de manzana, de leche de avena, verdura, baño de luz y reflejos, oleo de lino, de palma, bálsamo de yerba mate, solo Bucle, Capelina, Protector Térmico, Restaurador de maíz con filtro solar.

Tratamientos Reductores
Crema de masajes de centella asiática, de centella asiática con algas, gel criogéno reductor y calmante descongestivo, gel térmico para masajes reductores, crema para estrías, gel para turgencia del busto, crema reafirmante, loción de colágeno.

Línea de cosmética vegetal
Cremas a base de caléndula, iris, joboba, pastas dentales naturales, líneas de shampoos, de aceites para masajes, cremas y ceras depilatorias, de afeitar.

Endulzante natural
A base de **hierba dulce - stevia**, el único edulcorante natural, no contiene sacarina, ni aspartamo, ni ciclamato. **No es tóxico**, apto para cocinar, no produce caries, y es el ideal para los **diabéticos** y también en **polvo molido de las hojas puras y ahora el jugo puro de la planta, con todas sus propiedades.**

Alimentos orientales
Algas nori, algas kombu, jengibre raiz fresca, salsa de soja, ciruelas umeboshi, aceite de sésamo, hongos shiitake, miso de soja, vinagre de arroz, té de Ginseng, Queso Tofu.

ANAHI	Apis Muscular, Guarana, Lapacho, Ginkgo Biloba
HIGATE	Delicain, badarip laxante, Escuelo P, vánicos, hemorroides, Yerba Ollantay
LINDON - QUEMIDUR	Propóleos bebible, caramelo, ungüento, polvo.
WUNDERBALSAM	Tónico estomacal digestivo
MADASA	Cápsulas de aceite de Chia Omega 3
SLAPAK	Vitamina E Pura, Aceite Fólico, Crema E Devit.
BITARWAN	Salsa de Soja y de Ajo Sodio.
ELCAP PARA CELIACOS	Fideos, bocaditos para diabéticos.
FU SHENG apta celiacos	Fideos de arroz, morrón, espina, naturales.
SANTA MARIA - PRODUCTOS PARA CELIACOS	Galletitas, Alfajores, Pre-mezcla, masas secas, vainillas, pan rallado, anisetos, saladas.
TOFU	Fideos de arroz, apto para celiacos
SEGRAIN apta celiacos	Barritas con Yoghurt frutilla y amarillo para celiacos
CAMPO CLARO PROD. ORG.	HARINA S/FINA, MIDO Y FIDEOS INTEGRALES.
FEAGOTOL	Aperitivo sin alcohol del alcañafu y boldo.
SCHAZTI	Sin conservantes, sin azúcares ni aditivos. Granulados, Arroz, Semillas de Lino, girasol y germen de trigo

LABORATORIO INCAICO	Salutaris - Yuyo Incaico - Silueta
VIVIAN	Kit Energético, antioxidante, memoria
CAMPO CLARO PROD. ORG.	Aceite de girasol y Lino de Ira, presión en frío, harina.
STURLA Aceite de Chia	Omega 3 y antioxidante nat., aceite y semillas molidas
STURLA	Aceite de sésamo 1a. Presión sin tostar y semillas molidas
FINCAS EL RENEVO	Aceite de oliva orgánico certificado, 1ra presión en frío
LOS ZANGANOS	Polvo de Santiago del Estero
NEKTAR	Jales, mielés saborizadas (romero, eucaliptus) miel sólida, líquidos y alfajores de harina integral.
OLEA DEL VALLE	Aceite de Oliva en lata extra virgen, 1ra. presión en frío.
TALES DE MILETO	Aceite de Oliva de Ira Presión en frío.
SORIA	Alcohol de cereales
CIOTTI	Glicosa líquida
GURFI	Fibras de Salvado Texturizado (peceza intestinal)
CLINI	Multicereal salvado de avena, sésamo lino, cebada, germen de trigo, trigo integral, glutena
LEVADURA SAUVAGE	Le polvo, granulada, artesanal y fermento de yoghurt
LA DELFINA alm. para celiacos	Tartas, empanadas, pastafrolas, bolinos pizetas, galletitas.

Productos nuevos incorporados:

JUAL: Jugo de Aloe bebible sabor naranja y natural por 500gr. o 1Litro

Línea TRINI productos aptos para diabéticos y celíacos con **STEVIA**

Línea CEDRO AZUL productos aptos para celíacos

KAFIGO: Café de higo en saquitos

DESGRAS: Complex y Burner Fat

ALGAS TIERRA DEL FUEGO: Espirulina en polvo x 50 y 20gr.

IMPORTADO: Arroz Basmati

BITARWAN: A base de soja, fermentación natural. Vinagre con especias chinas. Salsa de soja bajo sodio. Salsa de soja cremosa. Salsa, aderezo picante

26 años de experiencia nos avalan

Cabras argentinas, productos de leche de cabra
Queso madurado, Queso fresco con sal, sin sal. SabORIZADOS

Caramelos con vitaminas
Con spirulina y fucus, ambay y eucalyptus, para fumador, con aroma de miel

Lecicino sustituto del huevo, a base de lecitina de soja

Aceites de primera presión en frío
Oliva, girasol y lino. Ahora también aceite y semillas molidas de Chia y de sésamo. Aceite de Canola.

Productos para celíacos
Galletitas, masas secas, vainillas, fideos de arroz puro, fideos de maicena, soja, panificados.

JUAL 100% jugo de Aloe
Para combatir la acidez, gastritis, bajar el azúcar en sangre, normalizar el tránsito lento y levantar las defensas.

Algas Tierra del Fuego
Espirulina en polvo x 50 y 20gr.

Mijo orgánico. Fideos integrales de harina orgánica.
Jugo de Aloe con Vit. C. Miel de caña, Azúcar integral, arroyo de chañar, tuna y uva.

Líneas completas de complementos dietarios, aminoácidos, adelgazantes, energizantes, para la menopausia, la depresión, artrosis, osteoporosis, Vit E pura, reductores de grasas, ginseng, centella y spirulina.

Nectary, productos a base de vinagre de miel.
Vinagre de miel, solo, con ajo o albahaca.

Wunderbalsam, tónico estomacal
Visítenos y compruébalo
nuestras entregas no se demoran.

ASESORAMIENTO INTEGRAL PARA LA INSTALACION DE SU NEGOCIO O MICROEMPREDIMIENTO, A CARGO DE LA SRA. BEATRIZ PRODAN

ROAPOPO	Yerba mate orgánica
TITAN	LEVADURA DE CERVEZA en copos
VALDEZ	Arope de Chañar, de tuna y de uva.
Sierres San Javier Tucumán	MIEL DE CANA.
KROL	Aceite de canola prensado en frío con Omega 3, 6, 9
ANTU KIYEN	Tsamas en saquitos y frutas
FRUTU NATURAL	Regulador intestinal de Frutas con Címelá, Higos.
JESPER	Yerba, te verde / rojo / negro, eucaliptus, menta y rosa mosqueta.
NUTRINAT - San Celerino	Caramelos con vitaminas (fumador, ambay, arroyo, spirulina).
ECO SUCRE	Azúcar artesanal integral
APICOLA FRANCISCANOS	Propóleos, Jales microgramulos, Lecitina, cosmetica miel.
TALLER DE ALQUIMIA	Jabones artesanales naturales (avena, romero, arcilla).
MUNDO ESTETICO	Línea reductor, Centella Asiática, Gel Criogéno reafirmante.
PIEL VITAL	Cremas y aceite de Rosa Mosqueta.
LINVO CFCAPILAR	Alisa Com., Shampoo de leche de Avena, de Manzana
OMAS - Laboratorios MADASA	Línea Hipodérmica natural.
WELEDA LINEA NATURAL	A Base de hierbas y fibras, línea Caléndula, espino amarillo
WELEDA LINEA BEBE	Línea Rosa Mosqueta. Línea Bebe

La rabia vista desde la óptica de un homeópata

La rabia es una enfermedad viral y una zoonosis.

Es producida por un virus que se llama Lyssavirus. Los virus son partículas muy chiquitas, mucho más pequeñas que las bacterias y que necesitan células vivas para vivir. Se llama zoonosis, porque es una enfermedad que transmiten los animales al hombre. Los más comunes son los perros y gatos, pero pueden transmitirlo otros animales. La transmisión tiene que hacerse por contacto de la saliva del enfermo a la sangre del contagiado. Lo habitual es por mordedura. Como los virus necesitan vivir dentro de células vivas, lo hacen dentro de animales vivos y a estos se los llama reservorios. Es donde la naturaleza guarda el virus. En el hemisferio sur uno de los reservorios es el murciélago. En el hemisferio norte el zorro y en Europa el lobo. Es por eso que la única manera de mantener alejada la enfermedad de nuestros animales es vacunándonos. Hay que vacunar a nuestro perro y gato todos los años.

Pero no es que los homeópatas están en contra de las vacunas? Me preguntaron al leer este párrafo. Y les contesto. De las vacunas son necesarias. Porque las vacunas son un mal necesario, y en algunos casos imprescindibles. Los homeópatas tenemos medicamentos para tratar o prevenir los efectos contrarios de las vacunas y los usamos. Se llaman nosodes, son nuestras vacunas, se descubrieron junto con las primeras vacunas de Jenner. Saben porque se llaman vacunas? Pero veamos cómo se unen las historias de la rabia y de los nosodes.

En su obra más importante, el Organon, Samuel Hahnemann dice textualmente que "cualquier trastorno que afecta a los seres vivos puede ser combatido y vencido por un trastorno más fuerte que, sin ser idéntico al que se desea combatir, sea sin embargo semejante en sus manifestaciones". Tal afirmación puede ser todavía hoy considerada el principio teórico fundamental de la medicina homeopática. El segundo principio de la medicina homeopática es el conocimiento de lo que se denomina "el terreno" sobre

El rabia es una de las enfermedades más antiguas de la humanidad; su conocimiento se remonta aproximadamente 4 mil años a.C. Esta enfermedad sólo se identificaba con las especies silvestres: zorros, lobos, mapaches, lejones. Al transcurrir los años, estos animales fueron difundiéndose el virus por el mundo; más tarde llegó a las especies domésticas, y en consecuencia al hombre que convive con ellas. Fue recién en 1803 que se descubrió que la infección se transmite a partir de la saliva de animales enfermos.

Se atribuye a Louis Pasteur ser el creador de la primera vacuna contra la rabia. En 1885, una madre angustiada presentó a Pasteur a su hijo de 9 años, llamado Joseph Meister, quien había sido agredido por un perro rabioso. Debido a lo poco que se conocía acerca de la rabia y la incertidumbre de aplicar algún remedio que evitara una muerte segura a consecuencia de la rabia, Pasteur aplica una vacuna al niño y luego varias dosis más y el pequeño se salva. Es que Pasteur venía trabajando en su laboratorio, pasando el virus tomado de perros rabiosos, en cerebros de conejo. Se hacían varios pasajes de cerebro de conejo a cerebro de conejo, logrando un tipo de virus atenuado en su capacidad de enfermar pero manteniendo su capacidad de inmunizar (producir defensas), principio de las vacunas. Recordemos que Pasteur no era médico sino Químico, pero revolucionó a la medicina. Hasta ese momento la ciencia oficial negaba la presencia de virus o partículas contagiantes. Se creía incluso en la generación espontánea o en los

miasmas de los pantanos como inductores de enfermedades, esa era la ciencia oficial de esa época. Incluso fue preso acusado de matar a un chicho de 10 años por la vacuna. Es que esas primeras vacunas no eran muy buenas, pero era lo único que había. Aquí quiero agregar algo importante. Las vacunas en general no son inocuas, pero son necesarias,



ya que protegen a nuestros animales y a nosotros de enfermedad muy graves, pero no deben ser colocadas en cualquier momento, ni porque sí. Sino siguiendo un plan razonable.

Por cierto, el fin de Joseph Meister fue trágico. Creció y acabó trabajando de portero en el Instituto Pasteur, la institución de investigación bautizada con el nombre del gran hombre que le había salvado y en cuyos sótanos estaba enfermando. En 1940, con 64 años y siendo todavía portero, los nazis tomaron París. Por curiosidad, un oficial nazí le ordenó que abriese la celda de Pasteur. Antes que hacerlo Meister prefirió suicidarse.

Homeopatía y la rabia
A principios del siglo XIX, el Dr. Constantine Hering fue el primero que usó tejido de animal enfermo para hacer remedios homeopáticos. Él los llamó "nosodes" para distinguirlas de los remedios tradicionales hechos de hierbas y minerales. Sabiendo que la rabia se contagiaba por la saliva de perros enfermos, tomó una gota de saliva infectada y con ella hizo un remedio homeopático, diluido millones de veces y dinamizado. Lo llamó Lyssinum y fue la primera experiencia exitosa para tratar esta terrible enfermedad. Esto lo hizo en 1810, varios años antes a

Homeopatía Veterinaria
Dr. Jorge S. Muñoz
Desde 1978
Médico Veterinario - Homeópata y cirujano
Director del Centro de Estudios Veterinarios Alternativos (CEVA)
Boyacá 358, Capital - 4634-0304 / 4632-3558
También atención en domicilio
www.homeovet.com.ar homeopatia@fibertel.com.ar

Pasteur. Y fue un veterinario el que trabajó en esa misma línea, investigando mucho con los nosodes, el Dr. Guillermo Lux. Como la homeopatía no estaba dentro de los currículos científicos oficiales, la ciencia no se enteró de estos avances tan importantes, pero los pacientes de homeopatía de aquella época ya gozaban de posibilidades de tratamiento y de prevención de enfermedades infecciosas muy graves como la rabia. Lo mismo ocurre hoy con otras graves enfermedades. El Dr. Constantine Hering, era un prestigioso médico fisiólogo, profesor universitario, que fue contratado por un farmacéutico de renombre, para que argumentara científicamente en contra de la homeopatía, ya que ésta afectaba sus intereses económicos. Pero como Hering era un científico,

decidió primero estudiar bien la homeopatía para tener argumentos contundentes a la hora de rebatir. Se inscribió en los cursos que dictaba Hahnemann (fundador de la Homeopatía). Quedó tan impactado con ésta que se hizo un ferviente adepto a la misma. Esto le costó un despidio y un deslucido. Pero la homeopatía y el mundo ganó a un científico de mucha importancia que hizo mucho por la humanidad y por la ciencia. Hoy usamos muchos los nosodes, para varios propósitos, incluso el de prevenir y/o tratar los efectos colaterales que pueden producir las vacunas. La historia siempre nos sorprende.

Salud y alegría
Hasta la próxima.
Jorge Muñoz
Médico veterinario homeopata

La medicina homeopática

En su obra más importante, el Organon, Samuel Hahnemann dice textualmente que "cualquier trastorno que afecta a los seres vivos puede ser combatido y vencido por un trastorno más fuerte que, sin ser idéntico al que se desea combatir, sea sin embargo semejante en sus manifestaciones". Tal afirmación puede ser todavía hoy considerada el principio teórico fundamental de la medicina homeopática. El segundo principio de la medicina homeopática es el conocimiento de lo que se denomina "el terreno" sobre el que se actúa. Hahnemann observó que las enfermedades no se desarrollan de la misma forma en los distintos individuos, sino que adoptan un carácter particular en función de las características fundamentales de las distintas personas. En líneas generales puede decirse que un buen médico homeopata no cura la enfermedad sino que cura a cada enfermo en particular, tratando de enmarcar los trastornos en la historia clínica completa del paciente y en sus tendencias orgánicas originales.

Enfermedades agudas y crónicas

La gripe es un ejemplo de una enfermedad aguda. Por lo general, se entiende por enfermedad aguda aquella que brota en un corto período de tiempo, sigue su curso y remite. La gente también sufre debido a enfermedades crónicas, como artritis, migraña, colitis, asma, etc., que se manifiestan súbitamente de vez en cuando, pero que siguen desarrollándose a lo largo de los años y pueden empeorar. El análisis

en homeopatía de estas enfermedades no es muy diferente al del caso de una enfermedad aguda. Se evalúan los síntomas de la persona y se le administra un medicamento capaz de causar síntomas similares en una persona sana. Si se elige bien el medicamento, el esfuerzo defensivo es más eficaz con un volumen menor de esfuerzo y lo que ayuda en el proceso curativo.

www.ecovisiones.cl

¡RECUPERE VISION SIN RIESGO!

- Sin lentes dañinos.
 - Sin cirugía-láser-mutilante.
- ¡CON EJERCICIOS VISUALES!
MIOPIAS Y PRESBICIAS
HIPERMETROPIAS Y ASTIGMATISMOS
ESTRABISMOS Y AMBLIOPÍAS - MACULOPATÍAS
Prof. Dr. MARIO HIRSCH - Exp. 40 años
Turnos: Tel. 4982-6106
Método Hirsch

Un poco de historia

ACUPUNTURA Y AURICULOTERAPIA
Terapia del Dolor, Afecciones Físicas y Emocionales
Esp. en Nutrición - Obesidad (Universidad Favaloro)
Dr. JUAN KITAGAWA
MEDICO
Tel. 4954-5293 Cel. (15) 5959-2511

VOLPE
FARMACIA HOMEOPATIA
Elsa C. Volpe Farmacéutica
PREPARACION INMEDIATA
RECETAS HOMEOPATICAS
REMEDIOS FLOREALES
HERBORISTERIA
ELIXIRES DE GEMAS
AROMATERAPIA
BOTIQUIN FAMILIAR Y PROFESIONAL
Guido y Alvear (1878) Quilmes
Tel.: 4253-0281 Tel./Fax: 4257-4835
farmacia_volpe@datafull.com

Farmacia Milenium
Homeopatía - Fitoterapia
Remedios Florales - Gemas
Esencias Marinas
Aromaterapia
Recetas Magistrales
Entregas a domicilio en todo el País
Juncal 2863 (1425) Capital
Telefax (011) 4825-1511
mileniumpharm@yahoo.com.ar

Lic. Ma. Florencia Nieto González
Psicóloga (U.B.A.)
Psicogerontología
Psicología Jurídica - Psicodiagnósticos
4382-0667 (Contestador)
lic_nietogonzalez@yahoo.com.ar

Dr. Eugenio Anselmi
CLINICA MEDICA
ENFERMEDADES CRÓNICAS Y ALÉRGICAS
CONTRACTURAS MUSCULARES
QUIROPRAXIA
BAJO RENDIMIENTO DE ESTUDIANTES
Y PROFESIONALES POR STRESS
4962-7767
Solicitar turno
Martes - Jueves de 14 a 20 Hs

Farmacia Porteña
Seriedad, Responsabilidad y
Calidad en nuestros preparados
Horacio Romero
Farmacéutico
Recetas Magistrales - Homeopatía
Flores de Bach y California
Polen Reconvertido "CRINWAY"
Av. Olazabal 5297
Tel.: 4521-6539 / Fax: 4523-1604
romero335@cofasa.com.ar

De la confianza de su médico
a la seguridad de su farmacia
Farmacia Homeopática
"Dr. Belaustegui"
HERBORISTERIA - HOMEOPATIA
FLORES DE BACH
RECETAS MAGISTRALES
Envíos a domicilio:
Tucumán 2686 - Capital
Telefax: 4963-8998 y líneas rotativas
SALUD, VIGOR Y ARMONIA
LA NATURALEZA EN ACCION

FARMACIA HOMEOPATICA DE FLORES
FUNDADA EN EL AÑO 1934 por J.M. NEGROTTI
Rodolfo Altamiranda
Farmacéutico
• LABORATORIO HOMEOPATICO
• REMEDIOS FLOREALES DEL DOCTOR BACH Y DE CALIFORNIA
• LINEAS COSMETICAS HIPOALERGENICAS
• MEDICAMENTOS ANTROPOSOFOICOS
Rivadavia 6157 (1406) Capital
Tel: 4633-4141 - Tel/Fax 4631-1199

El Té Rojo

El Té Rojo es un té que pasa por un proceso de maduración durante siglos ha sido consumido por los emperadores chinos, quienes guardaron celosamente el secreto de su longevidad: esta infusión desintoxicante y depura, refuerza el sistema inmunológico, favorece la digestión, disminuye los niveles de grasa y colesterol en sangre, ayuda a eliminar el sobrepeso, activa el metabolismo hepático, preserva de infecciones y estimula la secreción de las glándulas digestivas.



misma planta, uno fermentado y el otro no. Este proceso permite que el té verde conserve en mayor medida los componentes vitamínicos, antioxidantes y medicinales existentes en las hojas.

El Té Rojo o Pu Erh es un té tradicional chino, que se elabora mediante un proceso especial y milenario. Los especialistas aseguran que en realidad se trata de un té verde que obtiene su carácter único por un proceso de maduración posterior, durante un almacenamiento bajo ciertas condiciones específicas que son bien controladas. Se trata de un té post fermentado, donde las hojas de mayor tamaño se comprimen para luego ser almacenadas en cavernas adentro de una especie de barricas (como el vino) durante mucho tiempo. Estas condiciones permiten el desarrollo de unas bacterias específicas que lo transforman en rojo. Este almacenamiento y las cepas bacterianas es lo que otorga al té rojo ese particular color rojizo.

Mucho más que un té El té rojo es una de las herramientas con las que los orientales se enfrentan a los males. Desintoxica y depura, porque funciona activando la producción de

enzimas purificadoras. Refuerza el sistema inmunológico (ayuda a prevenir enfermedades). Favorece la digestión de comidas ricas en grasas. Disminuye los niveles de grasa en la sangre. Elimina el sobrepeso, fundamentalmente el producido por una mala alimentación.

Disminuye los niveles de colesterol malo y triglicéridos en la sangre y aumenta los de colesterol bueno (bebiendo varias tazas al día). Activa el metabolismo hepático, gracias a esto ayuda a eliminar el exceso de alcohol. Preserva de infecciones y posee un efecto bacteriostático. Estimula la secreción de las glándulas digestivas, por lo que sirve para activar la digestión. Tiene un efecto positivo en casos de depresiones leves o insomnio. Aunque no existen investigaciones clínicas, la experiencia indica que el consumo de té rojo fomenta la circulación sanguínea en el cerebro y ayuda a bajar la presión. Es una infusión con muy bajo contenido de cafeína, si se la compara con otras bebidas como el café y aun el té verde y negro.

Posee una más baja cantidad de taninos (portadores de la teína) por lo que pueden tomarlo personas con estómago delicado y mujeres embarazadas.

Hasta la próxima.

Mirta Nora Bogado
Casa Argos

Los milenarias civilizaciones orientales poseen muchos secretos y misterios que poco a poco van llegando a nuestra modernizada vida del mundo occidental. Formulas medicinales, prácticas de meditación, una alimentación distinta, fueron llegando a todo el otro mundo. El Té Rojo o Pu Erh es uno de ellos.

Variedad a la hora del té Sabemos que el té negro y el té verde son el resultado de distintos métodos de elaboración de la

ceso especial y milenario. Los especialistas aseguran que en realidad se trata de un té verde que obtiene su carácter único por un proceso de maduración posterior, durante un almacenamiento bajo ciertas condiciones específicas que son bien controladas. Se trata de un té post fermentado, donde las hojas de mayor tamaño se comprimen para luego ser almacenadas en cavernas adentro de una especie de barricas (como el vino) durante mucho tiempo. Estas condiciones permiten el desarrollo de unas bacterias específicas que lo transforman en rojo. Este almacenamiento y las cepas bacterianas es lo que otorga al té rojo ese particular color rojizo.

Mucho más que un té

El té rojo es una de las herramientas con las que los orientales se enfrentan a los males. Desintoxica y depura, porque funciona activando la producción de

Homocisteína, ácido fólico y vitamina B12

Investigadores de la Universidad de Oxford descubrieron que los pacientes con Alzheimer tenían niveles más altos que los normales de homocisteína y más bajos de ácido fólico y vitamina B12. Otros estudios han confirmado la importancia de estas últimas dos sustancias.

Si bien las experimentaciones sobre la relación entre la dieta y el mal de Alzheimer son aun tentativas, los expertos aseguran que es mucho menor el perjuicio que el

beneficio de incorporar a la alimentación ácido fólico, vitamina B12, tiamina y otros componentes. Lo peor que podría pasar, dicen, es que este tipo de dieta sea preventivo para otro tipo de afecciones como las enfermedades del corazón, el cáncer y la osteoporosis. Lo mejor, que además sean favorables para la prevención del mal de Alzheimer.

Otros complementos Recientes estudios revelaron que

pacientes mayores de 65 años con mal de Alzheimer presentaban bajos niveles de vitamina B12 y deficiencias en B1, B2, B6 y vitamina C. Solo este dato aporta una buena razón para mantener una dieta rica en dichas vitaminas. Consumir harina de soja desgrasada, levadura de cerveza y variadas frutas y vegetales constituyen una excelente opción para la dieta diaria.

www.enplentud.com

Estreñimiento Hemorroides Divertículos

¿Por qué se vende tanto Gurfi?

Por dos motivos

Para estreñimiento, hemorroides, divertículos, cada día se usa más Gurfi.

- 1) Los propios usuarios se lo recomiendan a otros.
- 2) Los médicos y nutricionistas se lo recomiendan a sus pacientes.

Ahora piense Usted: nadie recomendaría algo si no estuviese muy satisfecho. El usuario de Gurfi está conforme y habla bien del producto. Lo recomienda.

Comprobado:

Usted también comprobará - Gurfi ablanda, suaviza, alivia.

IMPORTANTE:

Gurfi no es un medicamento. Gurfi es un alimento natural granulado. Gurfi puede comerse con leche, yogur, sopa, caldos, jugos, licuados, helados.

Otros detalles:

Para obtener tal beneficio, haga Usted como la gran mayoría. Pida un Gurfi. Pero, pida por marca. Porque, para asegurar calidad, el Gurfi no se vende suelto.

Precio máximo: \$ 4,00

Gurfi está disponible en DIETÉTICAS.

Información: Tel.: (011)4522-8132 www.gurfi.com.ar

ALIMENTOS



NEW GARDEN

Villares s.a.c.

Frutas secas y desecadas - Cereales - Legumbres
Especias - Panificados integrales - Cosmética natural
Miel - Herboristería
Productos para celíacos, diabéticos e hipertensos
Complementos nutricionales
Artículos para repostería - Harinas - Fitoterápicos



.Anchorena 1378	4511-9260
.Ayacucho 1073	4812-7732
.Juramento 2612	4511-2610
.Av. Cnel. Díaz 1680	4511-9261
.Rodríguez Peña 1523	5811-1684
.Roca 802 - (Vte. López)	4512-0970
.Scalabrini Ortiz 3131	4511-6781
.H. Yrigoyen 21 (Martínez)	4508-8370
.Talcahuano 1075	5290-6636

Ventas por mayor: (03327)44-2144

ventas@alimentosvillares.com.ar / www.alimentosvillares.com.ar

JEMCO

Equipamiento para:
ACUPUNTURA Y MOXIBUSTION
MAGNETOTERAPIA - ELECTROTERAPIA
ELECTROACUPUNTURA - MASOTERAPIA

Ademas:

ACEITES ESENCIALES
TERAPIAS FLORALES
ACCESORIOS PARA YOGA
CUENCOS TIBETANOS
RADIESTESIA
MANDALAS Y TALISMANES
SILLAS PARA MASAJE
CAMILLAS
LIBRERÍA TEMÁTICA
MUSICA



SHOWROOM: Tte Gral J. D. PERÓN 940 3° PISO - CIUDAD DE BS. AS.
TEL/FAX: +54 11 5031-8880 - INFO@JEMCO.COM.AR - WWW.JEMCO.COM.AR

NUEVA SUCURSAL: 9 DE JULIO 917 (5500) CIUDAD DE MENDOZA
TEL:54-261-4381643 EMAIL: JEMCOMZA@JEMCO.COM.AR

La magnífica Lavanda

El nombre de la lavanda se asocia automáticamente a aromas agradables, de perfumes, colonias que impregnan el cuerpo y purifican el ambiente. Mientras es una de las plantas predilectas para los usos cosméticos es también un poderoso aliado de la salud. Tiene un sin fin de propiedades, el principal componente bioquímico de la lavanda es su aceite esencial, contiene alcanfor, acetato, linalol, borneol y cineol entre otras sustancias. Junto a la esencia se destaca la presencia de taninos, cumarinas, fitoesteroles y flavonoides. Variadas son las aplicaciones de esta

planta. Es **sedante**, reduce la tensión nerviosa, las palpitaciones, los estados de ansiedad, el insomnio y ayuda a controlar la tensión arterial. La esencia, aplicada en baños o bien en masajes, (siene, espalda, hombros) se considera tranquilizante, siempre incorporada a un aceite vegetal, como puede ser el puro de joboba, almendra, germen de trigo o palta, incluso en un aceite comestible como el de Tea. Presión de sésamo o de chia. También por supuesto

colocada en un hornillo, o simplemente gotas en la almohada antes de dormir. Es **antiespasmódica** y ligeramente analgésica, alivia las migrañas, los espasmos musculares, incluidos los asociados a la tensión menstrual y al dolor de espaldas; se puede adicionar al aceite de árnica para un más completo masaje. Es **antiséptica** y **cicatrizante**, en úlceras cutáneas, eccemas, herpes, urticaria, acné y se puede combinar con gotas de aceite de Tea Tree, siempre con el aceite

de joboba para su aplicación. **Para la picadura de insectos** se puede utilizar en forma de friego. Queda a criterio y necesidades de ustedes el pensar las combinaciones que se pueden hacer, combinando la lavanda con otros aceites esenciales y siempre con un buen aceite vegetal como vehículo. Junto con el aceite de Tea Tree, son los dos únicos que se pueden usar solos, pero para topaciones, en caso de quemaduras, picaduras, eccemas, hongos.

Como siempre los saludamos en **Beatrix Prodan** y por consultas o informes, llamen al 4552-1419 / 4551-0182



Aceites esenciales para resfríos y otras yerbas

Los aceites esenciales tienen una alta concentración, por lo que no se suelen utilizar sin diluir, y como son muy volátiles se evaporan rápidamente en contacto con el aire. Posee a designárselos como aceites son ligeros y no grasos. Se aplica el masaje con aceites esenciales diluidos en un aceite portador, que puede ser cualquier aceite vegetal sin perfume, de primera presión en frío, sin refinar, aunque los que se usan con más frecuencia son el aceite de almendra, el de uva, el de germen de trigo, joboba, o el aceite de sésamo. Los aceites vegetales se utilizan como lubricante y vehículo para aplicar tópicamente aceites esenciales y además sus propiedades complementan las de los aceites esenciales con que se mezclan. Por ejemplo el aceite de germen de trigo, es rico en vitamina E, agente reductor de huellas faciales causadas por acné o heridas. Otra manera simple de utilizar los aceites esenciales es el baño aromático. Y aquí va una mezcla de aceites para colocar en el agua del baño, o añadir unas gotitas en un pañuelo

para ir oliendo cuando estamos muy congestionados, o en reconfortantes masajes. **Estimula el sistema inmunitario y sube las defensas** Comestible por 10 gotas de aceites esenciales de eucalipto, romero, lavanda, palo de rosa, menta y clavo; diluidos en 100 cm3 de un aceite vehicular. **Aceite de Eucalipto:** (específico de vías altas respiratorias y esfera broncopulmonar); antiinflamatorio, expectorante, disuelve mucosidades. **Aceite de Romero:** Fluidifica mucosidades en bronquitis, sinusitis y ayuda a fumadores, facilita la oxigenación. **Aceite de Lavanda:** Antiinflamatorio de vías bajas y altas respiratorias, útil en alergias por desinflamar las vías respiratorias. **Aceite de Palo de rosa:** Árbol de la Amazonia, antiinfeccioso, tónico linfático y estimulante de la inmunidad. **Aceite de Menta:** Expecto-

rante, estimulante, antiespasmódico y tónico respiratorio. **Aceite de Clavo:** Antiinfeccioso, antiviral, detiene la putrefacción, antibiótico, antihistamínico, expectorante y estimulante para elevar el tono físico. Mezcla indicada en resfríos, infección rinofaríngea (faringitis) y broncopulmonar, bronquitis, mucosidades, sinusitis, tos, gripe, alergia, así como en exposición a situaciones de contaminación. Ante una alergia fuerte, verter unas gotas en un pañuelo y hacer inhalación oral directa. Son puntos de aplicación (siempre diluidos en un aceite vehicular): la parte interior de las muñecas, alrededor de la oreja y zona de descenso del cuello, y nuca, puntos estos tres suficientes en el cambio estacional, como preventivos y estimulantes de la inmunidad. También la zona pectoral, espalda, sobre la nariz y en senos nasales en sinusitis, planta de los pies y parte interior de brazos y

piernas, así como oleros profundamente. Hay que aprender a usar los aceites esenciales. Este conocimiento permite acceder a unas fórmulas efectivas que ayudan a resolver problemas de salud. **Dolor de cabeza.** Menta y manzanilla, o lavanda y romero. Para frotar muñecas y sienas. También inhalar. **Tensión nerviosa y estrés.** Lavanda o manzanilla y rosa. Para masajear el plexo solar. También inhalar. **Sinusitis:** Eucalipto y pino, o ciprés. Para inhalar. **Limpieza, purificación.** Para eliminar tóxicos. Lavanda y ciprés o enebro y limón. Se masajea todo el cuerpo. **Estados de angustia, depresión y ansiedad.** Hay dos fórmulas igualmente efectivas. Una es mezclando aceites de albahaca y salvia. La otra vetiver y lavanda. Se preparan en un pequeño frasco y se tienen siempre a mano, para inhalar varias veces al día y también para frotar muñecas y plexo solar. **Dolores musculares y artritis.** Dos aceites con propiedades desinflamantes: Arnica y enebro.



Adriana M. Agostini
Terapeuta Floral
Flores de Bach
Lo ayudarán en:
crisis - duelos - stress
ansiedad - angustia
depresión - fobias - etc.
En microcentro y a domicilio
4328-6390 / (15)5935-7088
adrianaagostini@yahoo.com.ar

COSMETOLOGA ESTETICISTA
Cosmiatra del equipo del Hospital de Clínicas
• Limpieza de cutis
• Acné y secuelas
• Peeling
• Masaje descontract.
• Drenaje Linfático
Esmeralda 718 Cap.
4394-6901 / (15)6585-4337

Tratamiento Científico Electro Trico Génesis Recuperación Capilar
• 96% efectividad • 12 minutos semanales
• Sin sustancias químicas ni masajes
INTEGRAL RECOLETA: 4961-0975 / 4963-5896

HERBALIFE
DISTRIBUIDOR INDEPENDIENTE
POR PRODUCTO O POR NEGOCIO
Llame al 4551-6043 o visite la website www.producir.net

Las mujeres que aman demasiado también sufren demasiado
Lic. Teresa González
Psicóloga
Tel. 4804-6385 (contestador)

Depilación Definitiva
Sin secuelas ni contraindicaciones
Dedicación exclusiva
AMPLIA EXPERIENCIA
No es láser Sólo masas
Teresa Benatti
Pelo blanco - grueso
oscuro - afeitado
encarnado - piel sensible
y/o manchada
4583-4521 (15)3610-8505
definitivawelldone@fibertel.com.ar

SHIATSU TERAPIA (DIGITOPUNTURA JAPONESA)
TRATAMIENTO CONTRA EL DOLOR
Contracturas - Cefaleas - Cervicalgias - Dorsalgias
Lumbalgias - Cialgias - Migrañas - Cadera - Rodillas
Artritis - Tendinitis - Parálisis Facial - Relajación
Dolores musculares y Articulares - Etc., etc., etc.
Prof. Hiromu Morita Terapeuta
DIRECTOR DEL CENTRO NIPO-ARGENTINO DE SHIATSU
CURSOS COMPLETOS - ZONA CENTRO
Reserve inscripción 2do. ciclo Agosto 2008
TURNOS e INFORMES al TEL. 4203-1693
Tel. celular (15)4193-1928
www.shiatsu-hiromumorita.blogspot.com
CONSULTORIO EN BELGRANO - CONSULTORIO EN AVELLANEDA

Una explicación de su eficacia
EL ALOE VERA
Forever Living Products ha desarrollado una línea de productos de excelente calidad, basada en un sistema único de estabilización del gel de Aloe Vera, que nos permite asegurar que en sus productos, el Gel, es esencialmente idéntico a su estado natural en la planta, conservando todas sus propiedades y aún enriqueciéndolas por el aditamento de otros productos naturales complementarios. Tiene mas de 200 nutrientes orgánicos: 20 minerales de los 28 que tiene el hombre, esenciales en el mantenimiento del equilibrio y de la salud del organismo. 12 vitaminas como el Béta caroteno (pro vitamina B 12), y las vitaminas C, D, E, F, y K. Son sustancias esenciales, que nuestro organismo no puede fabricar por sí mismo. 18 aminoácidos incluyendo 7 de los 8 esenciales. Cumplen múltiples funciones en el organismo, sobre todo en lo que respecta a la construcción y regeneración de los tejidos. Enzimas, que transforman las proteínas que recibimos en aminoácidos. Son vitales en el proceso digestivo. **Acidos grasos y ácido fólico** que actúa como catalizador, facilitando la acción de otras vitaminas. **Polisacáridos** (glucosídeos o azúcares). Actividad antibacteriana y gémica, que hacen al Aloe Vera eficaz contra una gama extremadamente amplia de microorganismos perjudiciales. **Anticancerígenos**, que funcionan con propiedades bactericidas y antiviricas, que funcionan como analgésicos. **Calidad certificada por los sellos Kosher, Halal y del consejo Internacional de la Ciencia del Aloe.** Adquiera estos productos o forme parte de nuestra empresa. **Sonia Rullino, Distribuidora Independiente de: Forever Living Products.** Tel. 4613-3661 de 10 a 23 hs. Mensajes 4832-4740 / (15)4055-9198.

Dolores en la espalda y fatiga muscular
Hoy en día, existen un gran número de personas que sufren problemas de espalda. Los síntomas de este padecimiento pueden llegar a ser muy molestos y dolorosos. La mayoría guarda relación con malas posturas y con la tensión muscular que se acumula en la región de los hombros y espalda debido a las contracciones musculares de autodefensa. Por tanto, el cuidado de esta región resulta de vital importancia para el sistema muscular esquelético y mantener una adecuada postura. Este tipo de trabajo corporal disminuye la tensión muscular de la columna y la fatiga que sentimos en gran parte de nuestros músculos, proporcionando una adecuada estimulación del sistema nervioso y un efecto de bienestar. Otro de los efectos que logramos es la distensión de la región cervical, dorsal y lumbar, contribuyendo paulatinamente a restablecer su posición normal. Utilizamos en la sesión el sonido de los cuencos que, apoyados en órganos y articulaciones, producen vibraciones que contribuyen a alinear la energía en cualquiera de los niveles que se halle bloqueada.
Prof. Cristina Rubio
4372-1849
4372-1849

GIMNASIA BIOENERGETICA TRABAJO CON FISIOPALANES
Columna vertebral - Postura
Cristina Rubio
Prof. Nac. de Expresión Corporal

Solicitar turno: 4372-1849
Zona Congreso

La dieta y el Alzheimer

Un estudio publicado en los Estados Unidos en los Anales de Neurología, indica que se ha podido determinar que altas dosis de tiamina son beneficiosas en el tratamiento de enfermos de Alzheimer. La tiamina es una sustancia esencial en la producción de ácido hidroclohidrico en el cuerpo, además de ayudar a la absorción de minerales y vitaminas. Se han publicado cerca de cuarenta estudios sobre la tiamina y el mal de Alzheimer indicando su rol positivo contra la demencia. Para aumentar las dosis de tiamina en el organismo es necesario consumir: levadura de cerveza, germen de trigo, harinas y arroz integral, yogur y nueces.

Rejuvenezca su rostro sin cirugía
Peeling, mesoterapia, tratamiento para obesidad localizada.
Cirugía plástica: aumento mamario, párpados, lifting
Dra. Ilda Rivera
Integral Recoleta: 4963-5896/4961-0975

CENTRO NATURISTA RENACER
Cristina Assaff - Terapeuta
Hidroterapia colónica (Lavado Intestinal)
Previene:
Cáncer de Colon - Alergias - Insomnio - Parasitos
Nerviosismo - Ansiedad - Constipación - Pólipos
Diverticulos - Osteoporosis - Problemas de próstata
Problemas de ovarios - Problemas de visión - Prolapso
Mareos - Dolores de cabeza - Pánicos - Control de presión
ASESORAMIENTO PERSONALIZADO SOBRE
TERAPIA COLÓNICA, DIETAS NATURALES Y ORGÁNICAS
Seminarios de Ayuno a base de frutas
Clases de yoga y charlas abiertas
Colombres 961 - V. Adelina - San Isidro 4765-3616

Véase bien y se sentirá muy bien

El hecho de vernos bien, hace que nos sintamos muy bien. Le aclaro este concepto. Si usted estuviera enfermo y se viera pálido, desgreñado y de mal aspecto, téngalo por seguro, su dolencia, se agravaría notablemente. Un consejo sano: cambie ya mismo su mala apariencia y el resto para curarse, correrá por cuenta de nosotros los médicos. Ante estas circunstancias, si usted fuera mujer: maquílese, disimule sus canas, vaya a su dentista para que sus muelas y dientes luzcan bellos y relucientes, no use ropa estilo funeraria, cante, baile, cuente o escuche chistes. ¿Las joyas y bijouterie sirven para algo? Si, por supuesto. Busque la manera de gustarse a sí misma. ¿Y si fuera hombre? "Pueda casi igual a lo mencionado, con el agregado de afeitarse a diario y tener siempre bien limpios y lustrados sus zapatos. Si no fuera así, la gente pensaría y con justa razón: "Que dejadez, así de sucia debe tener también su mente". Procediendo de esta manera, recuperará su salud mucho más pronto. Y no quiero olvidarme de lo que dijo cierto filósofo: "Que haya miseria pero que no se note". Ríe y todo el mundo reírá contigo. Llorá y llorarás solo". Le formulo ahora una pregunta a los del sexo supuestamente "fuerte". ¿De todas las prendas conocidas cual es, en apariencia, una muy importante? Yo mismo le respondo: a la corbata me estoy refiriendo. ¿Qué no cumple ninguna función? Se equi-

vocó. De acuerdo a sus colores, tanto podría ser un estímulo para levantarnos el ánimo o bien, para ponernos tristes. Otro factor para tener muy en cuenta en personas que ya le pesan los años, son los espejos. Admitámoslo. Yo diría que tienen un imán. Pasamos por el lado de ellos y sin darnos cuenta nos atraen para mirarnos. ¿Vanidosos? No tanto. ¿Estaré presentable? ¿Se me corrió la pintura de los ojos o de los labios? ¿Seguiré muy pálido? ¿Me habrá despeinado el viento? Detesto las arrugas que tengo. Le hago una confesión. En la parte interna de la tapa del botiquín del baño, pegué una foto carnet de cuando yo tenía 30 y pico de años (hoy estoy en los casi 75). Todas las mañanas lo abro y veo mi imagen de aquella época. Buenísimo remedio. A partir de ese momento y por espacio de todo el día me imagino y siento que estoy sano y fuerte como en aquellos lejanos tiempos. ¿Tonías? Pruebe y después me cuenta. Usted conocerá la vieja fábula del pequeño tigre que se perdió en la selva. Anduvo y anduvo deambulando hasta que por fin se encontró con una manada de ovejas. Pidió permiso y lo protegieron calurosamente. Vivió con ellas a punto tal que se olvidó que era un tigre y se sintió como si fuera una oveja. Caminaba con la cabeza gacha igual que sus supuestos congéneres y se escapaba cuando algún otro animal lo provocaba para pelearse. Llegado

cierto día se dirigió a beber agua en un lago y ¡Oh sorpresa! Al inclinarse se reflejó su cara en esas tranquilas aguas. "Dios mío -se dijo a sí mismo- no soy una oveja sino un tigre". Comenzó a correr y por primera vez a rugir y una vez convencido se alejó de la manada hasta llegar nuevamente a la selva. Como se alegró su familia. Y colorín colorado la fortaleza y la garra nunca más lo dejaron de lado.

Usted nació para ser tigre y no oveja. Es fuerte, es inteligente, es ligero y sólo difiere de él porque no es agresivo, por lo tanto, convéncase que tiene todo a su favor para imponerse ante cualquier enfermedad y todo tipo de contratiempos. Usted vino a este mundo para ser sano, feliz, entusiasta, optimista, triunfador, querido, amado y no para pasar penurias. ¿Desea que le explique como lograrlo? Actúe como el tigre. Véase persona importante. Usted es obra del Gran Creador, razón por la cual, están dadas las condiciones para que sea exitoso en todo lo que emprenda. El "Véase bien y se sentirá muy bien", es fácil conseguirlo. No se entregue y no se tenga lástima. Así también, de esa forma, sus enfermedades, ya derrotadas, se irán para no volver nunca. Le repito la consigna modificada: "Véase sano o sana y los médicos le daremos mucho más pronto el alta."

Osvaldo Kerschen
Médico
Matricula 20416
para pelearse. Llegado
okerschen@yahoo.com.ar

Nueva Senda

Distribuidora Naturista y Dietética

Cereales - Harinas - Legumbres

Miel - Jalea Real

Polen - Especies - Hierbas

Productos Importados

Productos Orgánicos

Suplementos Dietarios - Frutas Secas

Medicina Alternativa - Cosmética Natural

Cientes nuevos del interior

***PRIMERA COMPRA 10% DE DESCUENTO**

***COMPRA EN EL LOCAL 5% + 3%**

Envíos a todo el País

Horario: Lunes a Viernes de 7:30 a 16:00 hs.

nueva_senda@yahoo.com.ar

Av. 101 (Ruta 8) N° 669, Villa Lynch

San Martín, Buenos Aires, Argentina

Tel. 4752-9666

Telefax 4755-6273

JUGO NATURAL DE ALOE VERA

Jual

Descubrí el placer de consumir un alimento 100% NATURAL y ORGANICO.

Tu opción Rica y Saludable Sin azúcar

Elaborado con hojas de aloe provenientes de la única plantación de aloe barbadensis miller (aloe vera) orgánica certificada del país. Por ser cultivo orgánico no contiene residuos químicos de fertilizantes o pesticidas.



Próbat también el jugo de Aloe Vera sabor naranja. Presentaciones: 500 ml. y 1000 ml. Dosis recomendada: 30 cc a 60 cc diarias (2 a 4 cucharadas soperas)

Elaborado por: **ALOE CALCHAQUÍ S.R.L.**

9 de Julio 425 (3050) Calchaquí Pcia. Santa Fe - Tel. en Bs.As. 011-15-5883-6173 / 6171
aloealcalchaqui@trcnet.com.ar

Distribuido por:

Beatriz Cosméticos SRL - Tel 011 4552-1419 / 4551-0182
beatrizcf@fibertel.com.ar



Jugo Natural obtenido por procesamiento en frío, garantizando que no se eliminen las Vitaminas, Proteínas y Minerales naturales de la planta.



DERMOMEGA®

Crema Facial | Emulsión | Aceite de Baño



EXCLUSIVA línea para PIELES ATÓPICAS

DERMOMEGA es:

> Humectación.

> Restauración de la barrera cutánea.

> Disminución de la sequedad de la piel.

> Higiene y protección.

> Refuerzo de la defensa natural de la piel atópica.

Dr. MADALUS
laboratorios

tel.: 4772-2428

www.omscosmetica.com.ar - ventas@drmadalus.com.ar

Como reacciona el cuerpo ante una dieta

Cada vez que hacemos una dieta drástica, tan pronto como nuestro cuerpo "comprende" lo que estamos haciendo, ajusta nuestro metabolismo a niveles bajos, para estar seguro de poder soportar un largo asedio por hambre. Pero no podemos estar a dieta eternamente. Eventualmente, Tendremos que volver a una dieta normal. Sin embargo, y como al cuerpo le lleva tiempo volver a "comprendernos" otra vez, la respuesta de adaptación no es inmediata o completa. Aunque volvamos a comer 2400 calorías diarias nuestro cuerpo ha fijado su termostato para quemar tan sólo 1400. ¿Qué les ocurre

a las otras 1000 calorías?, no tienen a donde ir y el cuerpo las almacena en forma de grasa "blanca" con vistas a futuros períodos de austeridad. Naturalmente, con el tiempo, el cuerpo "comprende" la nueva ingesta alta en calorías, y empieza a quemar más de las anteriores calorías almacenadas, con el fin de protegerse contra una obesidad inminente. Sin embargo, esto no ocurre hasta que ha recuperado todos esos kilos que le costó tanto perder. El daño ya aun más lejos. Mientras se pierde peso de forma temporal, especialmente si no se hace ejercicio, inevitablemente se pierde

músculo y otros tejidos proteínicos vitales junto con la grasa. Pero cuando esos kilos vuelven, y siempre lo hacen, vuelven en forma de grasa, no de tejido proteínico, a menos que se haya hecho ejercicio con regularidad. Según un estudio, más de 200 personas realmente obesas adelgazaron mucho siguiendo dietas bajas en calorías y controladas clínicamente. La mitad perdió más de 31 kilos, el 25% más de 45 kilos, el 38% rondó el 30% de su peso ideal. Pero unos años después más del 95% por ciento estaban en su peso original. En otro estudio, un grupo de voluntarios con exceso de peso, redujo su

ingesta de calorías a la mitad durante tres meses. Incluso bajo tan drásticas condiciones, en la mayoría de los casos el peso sólo bajó de un 10 a un 20% de lo normal antes de estabilizarse. Esto quiere decir que incluso con un 50% menos de las calorías normales, el tan necesitado adelgazamiento se frenó. Al terminar la dieta los pacientes comían vorazmente, con frecuencia más de 5000 calorías diarias. Pero en casi todos los casos, el apetito disminuyó, y el peso pareció estabilizarse mágicamente tan pronto como llegaron a su peso anterior. **Dr. Domingo Pérez León** www.institutobiologico.com

Una dieta de alto valor calórico ayuda a engendrar varones

La vieja superstición de comer un plátano cada día durante el periodo anterior a la concepción ayuda a las embarazadas a engendrar un varón podría ser cierto. Investigadores de las universidades inglesas de Exeter y Oxford han descubierto que una dieta de alto valor calórico ayuda a engendrar varones, pese a que el sexo de los embriones viene determinado genéticamente en el espermatozoide del padre. Según esta investigación, plátanos, tomates, naranjas, pomelos, nueces, almendras, avellanas o leche son algunos de los alimentos que más pueden influir a la hora de que el feto influya que la clase de alimento que se consume. Según las investigaciones, los alimentos con más capacidad para influir en el sexo del futuro bebé son aquellos que incluyen grandes cantidades de polio (plátano) vitamina C (limón, naranja, pomelo y tomates) vitamina E (aceite de girasol o de oliva, nueces, almendras y avellanas) y calcio. El equipo de investigadores descartó, por otro lado, que el peso de las mujeres fuera un factor a tener en cuenta, ya que la obesidad en el mundo occidental está más relacionada con la falta de ejercicio y la calidad de los alimentos que con la cantidad que se ingiera. Así, saltarse el desayuno favorece unos bajos niveles de glucosa, lo que, al organismo, le recordaría los principios del ser humano como cazador y recolector y lo interpretaría como una señal de escasez de alimento y de posible muerte por inanición, lo que haría necesario mujeres para la pervivencia del clan. www.bbnews.com

dar a engendrar niños, parece consecuente que la preocupación actual de muchas mujeres de Occidente por mantener dietas bajas en calorías para respetar su línea provoque una disminución en el número de varones que nacen y un incremento en el número de hembras. Fiona Mathews, de la Univ. de Exeter, asegura que un desayuno rico en calorías parece ser la mejor garantía de influir en que el género del bebé sea masculino antes incluso de ser concebido. En este sentido, adquirir la rutina de desayunar un tazón de cereales cada mañana parece ser más influyente que la clase de alimento que se consume. Según las investigaciones, los alimentos con más capacidad para influir en el sexo del futuro bebé son aquellos que incluyen grandes cantidades de polio (plátano) vitamina C (limón, naranja, pomelo y tomates) vitamina E (aceite de girasol o de oliva, nueces, almendras y avellanas) y calcio. El equipo de investigadores descartó, por otro lado, que el peso de las mujeres fuera un factor a tener en cuenta, ya que la obesidad en el mundo occidental está más relacionada con la falta de ejercicio y la calidad de los alimentos que con la cantidad que se ingiera. Así, saltarse el desayuno favorece unos bajos niveles de glucosa, lo que, al organismo, le recordaría los principios del ser humano como cazador y recolector y lo interpretaría como una señal de escasez de alimento y de posible muerte por inanición, lo que haría necesario mujeres para la pervivencia del clan. www.bbnews.com

MACROBIOTICA

7 Condiciones para una buena salud

Las siete condiciones:
 1- Tener buen apetito y satisfacerse con los alimentos más simples
 2- Estar siempre listo para realizar algo y no mostrarse nunca cansado
 3- Tener un sueño profundo
 4- Tener buena memoria
 5- Estar alegre
 6- Poner esmero en todo, en cualquier lugar, en cualquier ambiente
 7- Ser intente

Esta última condición es la más importante, pues quien la posee ha alcanzado la serenidad, la capacidad de discernir.

Los 7 niveles de discernimiento:

- 1- Mecánico:** 0 a 3 años. Es el discernimiento más simple, base indispensable para todos los otros; abarca noción de causa y efecto, acción y reacción, liviano y pesado, contracción y expansión, etc.
- 2- Sensorial:** 4 a 10 años. Basado principalmente en los cinco sentidos: tacto, gusto, oído, vista y olfato, se relaciona con las sensaciones de placer y dolor, caliente y frío, impotencia y virilidad, etc.
- 3- Sentimental:** 11 a 20 años. Manifestación y fortalecimiento de sentimientos tales como: simpatía y antipatía, amor y odio, belleza y fealdad, fidelidad y traición, apatía y emoción, etc.
- 4- Intelectual:** 21 a 30 años. Se desarrolla la concepción de los antagonismos complementarios tales como: análisis y síntesis, teoría y práctica, opinión y crítica, inducción y deducción, etc.
- 5- Sociológico:** 31 a 40 años. El discernimiento sobrepasa el ser individual, se expande hacia la sociedad y abarca un horizonte más vasto: libertad e igualdad, derechos y deberes, individuo y sociedad, producción y consumo, etc.
- 6- Idealístico:** 41 a 50 años. Discernimiento de la simultaneidad y reversibilidad del espíritu y la materia a través de la creencia/entendimiento de fatalidad y libre albedrío, materialización e idealización, vicio y virtud, superstición y convicción, dualismo y monismo, etc.
- 7- Supremo:** 51 años en adelante. En esta etapa el discernimiento alcanza la "constitución/concepción" de la existencia universal, habilita al hombre a trascender todos los opuestos antagonísticos y complementarios sin negar uno a otro, por lo contrario, fortalece uno y otro al límite que algunos sabios llamaron autorrealización, nirvana, satori (despertar espiritual), o autoconocimiento.

to de fatalidad y libre albedrío, materialización e idealización, vicio y virtud, superstición y convicción, dualismo y monismo, etc.

Tomio Kikuchi

Con la inspiración y la fuerza de los cuatro elementos
Yoga Agua - Tierra - Aire - Fuego
 Clases particulares
Myriam 4713-3783 / (15) 5607 2075

ALMACEN NATURAL
DIETÉTICA ARTEMISA
 Sanabria 2893
 Capital Federal - Villa Devoto

La Cocina del Virrey
 Alimentos Naturales - Productos dietéticos
 4788-4034 / Virrey del Pino 2340 - Belgrano

Un Alivio para tu garganta

- Propóleo
- Miel
- Eucalipto
- Mentol
- Vitamina B3

Farinop
 PROPOLEO - EUCAUPTO MENTOL
 Sabor MIEL
 VITAMINA B3
 btoKOSMA
 Un producto btoKOSMA
 Un Compromiso con la Salud

La ingesta diaria recomendada de 2 ml cubre el 50% de la I.D.R. de la vitamina B3.

Una Opción de origen natural

GRIPOFIT
 VITAMINA C
 EXTRACTO SECO DE LAPACHO Y SAUCO

- Sauco
- Lapacho Dorado
- Vitamina C

Contiene 12 blisters de 10 comprimidos c/u
 Suplemento Dietético - Industria Argentina

La ingesta diaria de 2 a 3 comprimidos cubre desde el 96% al 100% de la I.D.R. (*) de la Vitamina C.

Un producto **btoKOSMA**
 Un Compromiso con la Salud

INFORMES al 4544 - 9306
www.productosbiokosma.com.ar

¿Su cuerpo necesita Vitamina C?

La vitamina C interviene en los procesos de crecimiento y reparación de los tejidos en todas las partes del cuerpo. Es esencial para la formación del colágeno, proteína presente en la piel, los tendones, ligamentos, y en los vasos sanguíneos. Esto señala la relación de la Vitamina C con el mantenimiento y reparación de esencial para la formación de cartilago, huesos, dientes y cicatrización de heridas. Las fracturas se consolidan con lentitud en caso de deficiencia. También hay retraso en la cicatrización de heridas por esta causa.

Además influye en la absorción del hierro, por lo que el Ácido ascórbico es útil en algunos tipos de anemia, ya que mejora el ingreso del mismo al torrente sanguíneo. Tiene influencia en la actividad de algunos glóbulos de la sangre (leucocitos y macrófagos), que forman parte del sistema de defensa del organismo. Otra característica de la "C" es

ser antioxidante, como lo son la Vit. E y el betacaroteno. Por su acción antioxidante, disminuye los procesos de envejecimiento y daño corporal causados por los radicales libres (Sustancias tóxicas que dañan nuestros tejidos. Se generan en nuestro cuerpo o las incorporamos: humo del cigarrillo, por ejemplo). Algunos trabajos de investigación confirman que la vitamina C tiene un efecto "limpiador" de radicales libres.

¿Qué síntomas produce su carencia?
La falta severa de Vit. C produce el escorbuto, enfermedad que hoy es poco común y que puede afectar a adultos desnutridos. (Era propia de los navegantes que no consumían verduras y frutas frescas por largos periodos). Pero cuando existe una leve deficiencia en Vit. C, nos sentimos cansados, irritables y con dolores en las articulaciones.

Pueden asimismo aparecer otros signos y síntomas como:

- gingivitis (inflamación de las encías),
- encías sangrantes,
- piel áspera, reseca y descamada,
- tendencia a la formación de hematomas, anemia,
- disminución en la capacidad de combatir infecciones.

Fuentes de Vitamina C
El cuerpo no fabrica la vitamina C, debe incorporarla. Tampoco la almacena, por lo que es necesario incluir en nuestra dieta alimentos frescos, ricos en vitamina C. Lamentablemente, la vida moderna, nos lleva a que, día a día se consuman cada vez menos alimentos frescos. Las frutas y verduras frescas, tienen una pérdida progresiva de Vitamina C durante su almacenamiento.

Recomendaciones
La mejor forma de cubrir los requerimientos diarios de vitaminas esenciales, incluyendo

la Vit. C, es consumiendo una dieta equilibrada, que contenga una variedad amplia de alimentos frescos. Para aprovechar al máximo estas propiedades hay que proteger los alimentos de la luz, la temperatura y el oxígeno del aire, ya que estos destruyen la vitamina C.

Por desgracia esto no siempre es posible. Asimismo, las verduras pierden hasta un 50 % de su contenido inicial de Vit. C cuando se las cocina. La vitamina C se puede consumir todos los días, ya que por ser soluble en agua (hidrosoluble), no se acumula, nunca puede llegar a ser tóxica (se elimina por orina).

UD, ahora sabe que su cuerpo necesita Vitamina C, la pregunta ahora es: ¿Le da lo suficiente? Consulte con su médico y con su Farmacéutico.

Farm. Ma. Cristina Mendizabal
Farmacias Central Oeste

IMPORTANCIA DE LA RELACION OMEGA 6 - OMEGA 3

Las dietas occidentales son deficientes en ácidos grasos Omega 3, y tienen un exceso muy marcado en ácidos grasos Omega 6. Esto se debe al alto consumo de aceites vegetales como el de soja, girasol, y maíz. Cantidades excesivas de ingesta en ácidos grasos Omega 6, y una relación Omega 6 / Omega 3 elevada (12 / 1 y mayores), como es la situación actual en los países occidentales, promueven la patogénesis de muchas enfermedades, incluyendo enfermedades cardiovasculares, cáncer y

enfermedades vinculadas a procesos inflamatorios e inmunitarios, mientras que incrementos en la ingesta de ácidos grasos Omega 3 exhiben efectos beneficiosos en relación a las enfermedades citadas. En la prevención secundaria de enfermedades cardiovasculares, una relación Omega 6 / Omega 3 de 4 / 1 está asociado a un 70 % de disminución en la mortalidad total de los pacientes. Un ratio de 2.5 / 1 reduce la proliferación de células cancerígenas en pacientes con cáncer de colon, mientras que un

ratio de 4 / 1 no tiene efecto sobre los mismos pacientes. En mujeres con cáncer de mama los ratios más bajos Omega 6 / Omega 3 están asociados a una disminución en los riesgos de proliferación de células cancerígenas. Un ratio de 2 - 3 / 1 suprime la inflamación en pacientes con artritis reumatoidea, y un ratio de 5 / 1 tiene un efecto benéfico en pacientes con asma, mientras que un ratio de 10 / 1 tiene efecto adverso. Estos estudios indican claramente que la relación óptima varía con la enfermedad

en cuestión. Lo que queda fuera de duda es la necesidad de incrementar la ingesta de Omega 3 en nuestra dieta, pues reduce el riesgo de contraer las enfermedades crónicas mencionadas. NUTRACÉUTICA STURLA le ofrece opciones sanas, naturales, efectivas y agradables. La ingesta de CHIA TRITURADA o ACEITE DE CHIA STURLA va en la dirección que usted desea, la del cuidado de su salud y la de sus hijos.

Gustavo Sturla
Director Técnico
Nutracéutica STURLA SRL



Escuela Médica Homeopática Argentina
Tomás Pablo Paschero

Cursos para Médicos, Odontólogos, Veterinarios, Farmacéuticos y alumnos avanzados de las Carreras

Títulos avalados por la F.A.M.H.A. y la L.M.H.I.

Informes e inscripción:

Sánchez de Bustamante 278 - Cap. Fed.

13 a 20 horas - 4861-1515 / 4862-5042 / 4865-2923
info@escuelapaschero.com.ar / escuelaamedica@fibertel.com.ar
www.escuelapaschero.com.ar

CONSULTORIOS DOCENTES

Sánchez de Bustamante 278 - Capital Federal
13 a 20 horas

Solicite turno a los teléfonos:
4861-1515 / 4862-5042 / 4865-2923

CONSULTORIOS EXTERNOS

Laprida 1091, 2º "A"
Cap. Fed.
13 a 21 horas

Solicite turno a los teléfonos:
4962-6369 / 4964-0144

Av. Cabildo 1116, 3º "A"
Cap. Fed.
13 a 21 horas

Solicite turno a los teléfonos:
4786-8285 / 4780-2645

Medicina personalizada

En homeopatía para curar una enfermedad se estimulan las defensas naturales del organismo y se administran medicamentos que, en individuos sanos producen efectos similares a los que se quiere combatir. La acción es muy parecida a la que se produce con las vacunas: se inyecta una dosis mínima del virus o bacteria que produce la enfermedad. De este modo se estimula al organismo para que cree sus propios organismos defensivos ante ella. También la homeopatía se sirve de dosis mínimas. De hecho el segundo principio fundamental de este método es el de la infinitesimalidad expresado en la frase "potenciación mediante dilución". Según este principio, la potencia de un medicamento no guarda relación con su concentración; más bien ocurre lo contrario: cualquier sustancia o fármaco produce un efecto mayor cuando más diluido se administra. Además la utilización de dosis mínimas facilita y garantiza el control total de los posibles efectos secundarios.

PARA UN CORAZON SANO ACEITE DE CHIA STURLA®

FUENTE CONCENTRADA DE OMEGA 3

- Máxima absorción y digestibilidad.
- Sabor fresco y natural.
- Sin aditivos, sin conservantes.
- Alta concentración en Omega 3 al mejor precio.

LOS ACEITES OMEGA 3:

- Bajan el índice de enfermedades coronarias.
- Ayudan a normalizar la presión arterial alta.
- Reducen el nivel de colesterol y triglicéridos.
- Reducen el nivel de glucosa en sangre.
- Protegen al corazón contra daños causados por ataques cardíacos.
- Juegan un papel fundamental en el desarrollo del sistema nervioso e inmune.
- Tienen efecto inhibitorio sobre arteroesclerosis e inflamación.

MODO DE EMPLEO:

- Un gramo, (1 cucharadita de café) cubre los requerimientos mínimos diarios de Omega 3.

PRESENTACION:

- Envasado en frascos ambar de 150 cc y 250 cc.

ACEITE DE CHIA STURLA® Elaborado y envasado por Nutracéutica Sturla S.R.L.
(Suplemento dietario Omega 3, VENTA LIBRE)

EL AUTENTICO ACEITE DE CHIA TOTALMENTE NATURAL



STURLA®

UN PASO ADELANTE EN NUTRICIÓN



Nutracéutica STURLA S.R.L.

Tel.: (54 11) 4367 9637 / 9359. Web: www.alimentossturla.com.ar - E-mail: info@alimentossturla.com.ar

Neuronas y alimentos

Hoy se cree que hay tantas uniones neuronales en el cerebro de un ser humano como estrellas en la galaxia. Del desarrollo del cerebro y de las conexiones que haya entre las neuronas depende, en buena medida, la capacidad mental de una persona.

Aunque pueda sorprender, el funcionamiento de nuestro cerebro y sistema nervioso depende, en parte, de nuestra alimentación. Según el Dr. André Passbecq, si la alimentación de un niño es incorrecta, las neuronas suelen nacer y crecer mal, y las conexiones entre ellas pueden reducirse un 40% por debajo de lo normal. Hay diversos estudios que demuestran la relación

directa entre lo que ingieren los niños y su rendimiento escolar.

Uno de los alimentos que pueden afectar notablemente de forma negativa es el azúcar refinado. Según algunos estudios, en Europa, cada niño consume unos 50 kilos de azúcar al año.

El azúcar es un carbohidrato vacío que roba nutrientes al organismo, especialmente la vitamina B. Esta vitamina es indispensable para el correcto funcionamiento del sistema nervioso y cuando escasea en nuestro organismo empiezan a aparecer problemas a nivel físico y mental.

Muchas de las gosisinas que consumen nuestros hijos, además del azúcar,

contienen pequeñas trazas de aluminio que puede producir trastornos en la conducta, hiperactividad, pérdida de memoria, y, a la larga, Alzheimer, y Parkinson. En los dos últimos casos, las autopsias realizadas en personas que padecían estas enfermedades detectaron cuatro veces más aluminio en sus cerebros que en los de personas sanas.

Existen unas sustancias denominadas neurotoxinas, en algunos casos asociadas al retraso mental severo en una enfermedad congénita llamada fenilcetonuria.

Entre las neurotoxinas se encuentra el aspartamo (denominado E 951), o la fenilalanina. Estos edulco-

rantes se encuentran en miles de productos, especialmente los Light y en muchos alimentos para niños, refrescos y dulces. Todas estas sustancias llamadas neurotoxinas tienen un efecto acumulativo en el sistema nervioso que resulta demoleedor. ¿Por qué habrían de sorprendernos la falta de concentración, atención, hiperactividad y demás problemas infantiles de hoy? Si las neurotoxinas son perjudiciales para el cerebro de un adulto, mucho más para un niño, ya que la barrera que impide el paso de compuestos desde la sangre hasta el cerebro no está completamente desarrollada.

Juan Torrontegui Fernández

En buen estado

La enfermedad es un estado inarmónico del organismo, que se manifiesta mediante un conjunto de síntomas y signos, que son producto de la reacción natural del individuo en su lucha por vencer a la causa morbosa que la produce. La violación de las leyes naturales -causa principal de muchas enfermedades- se puede hacer por ignorancia, indiferencia, falta de voluntad y autoindulgencia, y han de anularse mediante una adecuada educación de los individuos, tanto en lo referente a la educación higiénica y emocional, como de la práctica de la vida al aire libre y puro, al ejercicio físico y a la alimentación sana y equilibrada.

Es importante tener en cuenta, que para que cada parte del organismo se encuentre en buen estado, necesita de la acción de todas las demás. Del mismo modo, cuando algún órgano del cuerpo enferma, también lo hacen los demás, o al menos aquellos que están más relacionados con el afectado.

A esto hay que añadir que la enfermedad la determina el organismo o el terreno abonado para que esta se desarrolle y no la causa morbosa propiamente dicha. Por ejemplo, la tuberculosis existe, pero no todo el mundo la padece, también hay enfermos portadores de algún otro tipo de enfermedad, virus o bacterias que sin embargo no la manifiestan. Deduciéndose por ello que no hay enfermedades sino enfermos.

Medicina Energética Biológica Clínica Homeopatía



FUNDACIÓN
Dr. PUIGGRÓS

"Una mejor calidad de vida es posible"

23 años en una trayectoria de investigación clínica al servicio de la salud

Diagnóstico y tratamiento de enfermedades:

Alérgicas • Reumáticas • Inmunitarias
Neurológicas • Oncológicas • Clínica • Pediatría
Dermatología • Kinesiología (RPG) • Nutrición
Gastroenterología • Ateneos Clínicos • Sexología
Psiquiatría • Psicología adultos, niños y adolescentes

ARANCELES INSTITUCIONALES

Se aceptan Tarjetas de Crédito

• FARMACIA HOMEOPÁTICA

Tinturas Madre - Remedios Florales, Bach y California
 Productos naturales - Librería de textos naturistas y alternativos

DIRECTOR: Dr. ERNESTO PUIGGRÓS

EQUIPO MEDICO:

Dr. Jorge Ayale
 Dra. Mercedes Cadoche
 Dra. Norma P. de Caia
 Dra. Elsa T. de Chapoval
 Dra. Cristina De Francesco
 Dra. Ana María Fasanelli
 Dr. Hugo Guidi

Dra. Norma Gutierrez
 Dr. David Milstein
 Dra. Haydee Nuñez
 Dra. Olivia Ogawa
 Dra. Gladys Daca Richero
 Dr. Jorge Saidman
 Dr. Mario Tous

Psicología Clínica Adultos:
 Lic. Mabel Chichisola
 Lic. Beatriz Rotundo
 Psicología niños/adolescentes:
 Lic. Ana Laura Koderer
 Kinesiólogo:
 Lic. Alejandro Linck

Informes telefax: 4954-4569 / 5141 y 4951-3870 / 1919

Riobamba 434 y 436, 8°15 (Anexo Dra. Aluminé Zani) - Capital

info@fundacionpuiggrós.org.ar / www.fundacionpuiggrós.org.ar

Uso de los productos suecos EuroHealth respecto a una serie de afecciones involucradas en el proceso de envejecimiento (4ta. parte)

Europa, que ostenta una inversión de la pirámide poblacional, ha desarrollado algunas propuestas terapéuticas y estéticas, no sólo para mejorar la calidad de vida sino también para aportar belleza y salud al individuo durante su natural proceso de envejecimiento. Ponemos a conocimiento nuevas propuestas terapéuticas que nos llegan desde Suecia, para contrarrestar ciertas afecciones que pueden comprometer también la estética de la persona.

Afecciones a tratar en esta serie de artículos:

- Desórdenes autoinmunes (núm. Mag-2008)
- Cáncer (núm. Jun-2008)
- Desórdenes prostáticos (núm. Jun-2008)
- Problemas cardiovasculares (núm. Jul-2008)
- Osteoporosis (núm. Ago-2008)
- Propuestas estéticas (núm. Ago-2008)

OSTEOPOROSIS

Original'Silica rico en silice orgánico:

Proveniente de Europa, Original'Silica es un suplemento dietario natural en comprimidos a base de extracto de silice orgánico vegetal, extraído a partir de la planta "cola de caballo de primavera", que ayuda a fortalecer la matriz de la piel y la estructura ósea, al igual que el cabello y las uñas.

El silice es un mineral que contribuye a la formación de los glucosaminoglicanos, elementos vitales para el metabolismo y desarrollo de huesos y cartilagos. Debido a su alto contenido en silice, la planta "cola de caballo de primavera" (equisetum arvense) es empleada para reforzar el tejido conectivo de sostén. Dicha característica la hace adecuada tanto para el tratamiento de procesos reumáticos como en caso de osteoporosis. Además estimula la actividad de los fibroblastos, aumentando la elasticidad de los tejidos y mejorando la flacidez de los mismos.

La cola de caballo aporta también otros minerales esenciales, tales como potasio, calcio y fósforo. Cabe destacar que el silice extraído de dicha planta, actúa como factor regulador de los depósitos de calcio y fósforo en el tejido óseo. Entre otras valiosas funciones de este mineral se pueden mencionar la síntesis del colágeno y su papel importante en la consistencia y dureza de estructuras tales como huesos, tendones, uñas, cabellos,

cornea, cartilagos, etc.

Las personas de edad avanzada, y/o cuyas dietas sean deficientes en silice, necesitan mayor cantidad de este nutriente para contribuir a la prevención. La carencia de silice influye directamente sobre el proceso degenerativo; los signos de dicha deficiencia se evidenciarán a través de una piel debilitada y de escasa elasticidad, el cabello poco brillante y las uñas quebradizas.

PROPUESATAS ESTETICAS: PIEL Y CELULITIS:

Sincera: El cuidado de la piel empieza desde adentro

Existe un producto sueco llamado **Sincera**, de administración oral, que es uno de los más revolucionarios para el cuidado de la piel, pues introduce un nuevo concepto: el de nutriría de adentro hacia afuera.

La piel es el principal indicador de la edad de un individuo. A medida que nuestra piel envejece, también lo hacen otros órganos y tejidos. Las estructuras de sostén, como el colágeno y la elastina, son estructuras proteicas en su mayoría complejas, formadas por aminoácidos, esenciales para producir y sostener los tejidos. Dichas estructuras suelen ir disminuyendo con el paso de los años. Además, los radicales libres debilitan y destruyen los tejidos conectivos; a medida que estas estructuras comienzan a desarmarse, se forman líneas y arrugas, la piel se torna más delgada, retiene menos la humedad y va perdiendo elasticidad.

Es fundamental tener una buena estructura de sostén para que las capas de los tejidos de la piel puedan preservar el colágeno y la elastina. La piel consiste de tres capas bien diferenciadas: la epidermis es la capa externa de la piel. Es una delgada película de células estrechamente compactadas que actúan como barrera impermeable para protegerlos del exterior. La epidermis constituye el primer nivel de protección contra la invasión de sustancias extrañas a nuestro cuerpo. La dermis es un tejido conectivo, que abunda en fibras elásticas llamadas "colágeno". Esta capa es la que determina la elasticidad de nuestra piel a medida que el tiempo transcurre, y es donde impactan los efectos del envejecimiento. La hipodermis (tejido subcutáneo) es la capa más profunda, está constituida por células grasas y es la que ayuda a aislar nuestro organismo. El tejido conectivo está presente en todas las partes de nuestro cuerpo, no sólo en la piel; se encuentra alrededor de vasos sanguíneos y nervios, tendones y ligamentos, en cápsulas alrededor de articulaciones y órganos, y actúa como "relleno" entre los otros tejidos.

Para comprender los beneficios del comprimido anti-envejecimiento **Sincera**, analicemos sus principales componentes: **Mucopolisacáridos de origen marino:** refuerzan el colágeno de las estructuras de sostén en el celular subcutáneo. Un efecto adicional de esta propiedad es la reducción significativa de la flacidez.

Antocianidinas y flavonoides: mejoran la microcirculación y aumentan el flujo sanguíneo deteriorado por el componente fibrotico de la celulitis, reduciendo el aspecto nodular y la consistencia dura de la misma.

Vitaminas y Q10: antioxidante de gran calidad, evita el proceso de oxidación delétere que generan los azúcares refinados sobre el colágeno y el tejido celular.

Silice orgánico: evita la degradación del colágeno y mejora la resistencia de las estructuras tisulares. **Minerales esenciales:** mejoran el metabolismo de los tejidos, aspecto importante si se tiene en cuenta el déficit de nutrientes que presentan actualmente los alimentos manipulados industrialmente.

Estudios clínicos han demostrado que el suplemento dietario **Sincera** mejora significativamente el grosor de la piel, su elasticidad, color y suavidad, al tiempo que reduce las arrugas y líneas finas; además es fundamental para combatir la celulitis y reconstituir la matriz intracelular. Cuando la piel se vuelve más saludable y fuerte, resulta estéticamente más atractiva.

OTRAS AFECIONES DE LA PIEL DERIVANTES PRINCIPALMENTE DE DESORDENES AUTOINMUNES: ACNE, DERMATITIS, PSORIASIS, ETC.

Alkyrol (alkilglicerol) **AlkyrolPlus** y **NiñoSano** (alkilglicerol + omega3):

Dentro de los potentes factores inflamatorios que se encuentran involucrados en todos estos procesos auto-inmunes, existe

uno que denominamos **FAP** (Factor de Activación del Plasminógeno). Esta sustancia **FAP** generada por nuestro organismo, es una grasa o lípido con alto poder dañino, ya que actúa sobre zonas de nuestro cuerpo (piel, articulaciones, arterias, etc.) agravando el proceso inflamatorio.

Los **alkilglicerol**es, presentes en los suplementos dietarios **Alkyrol**, **AlkyrolPlus** y **NiñoSano**, son grasas con estructura química similar al **FAP** y otros agentes de la inflamación, por lo tanto cumplen ocupando las zonas de impacto preferidas por las sustancias dañinas; de esta manera logran reducir los efectos inflamatorios y modular positivamente el resto de las acciones de los **FAP**.

Principales aplicaciones de los Alkilglicerol

- Mejoran estados inflamatorios como dermatitis, psoriasis, Lupus, acné, etc.
- Reducen el stress oxidativo, combatiendo el efecto de los radicales libres en la piel.
- Poseen efectos bacteriostáticos, anti-virales y antifúngicos.
- Mejoran la cicatrización de heridas y quemaduras.

Los **alkilglicerol**es, llamados también "grasas inteligentes", no solamente desempeñan un rol curativo sino de prevención. Son considerados por el galardonado Dr. P. Pugliese una "vacuna natural".

Dr. Graciela Caruezo (Argentina)
Dr. Humberto Bravo (Argentina)
Dr. Hókan Cederberg (Suecia)

	Sincera (comp. diarios)	Original Silica (comp. diarios)	Alkyrol (cápsulas diarias)	AlkyrolPlus NiñoSano (cápsulas diarias)	Dhea (cápsulas diarias)	Pregnenolone (sublingual diarias)	Melatonina (sublingual diarias)	Arandanol (comp. diarios)	Duración
Celulitis: mujeres 25-30	2 en com.	1 almuerzo							3 meses
Celulitis/piel: personas 30-40	2 en las comidas	1 al almuerzo					1/2 antes acostarse		3 meses
Piel (arrugas/flacidez): personas +40	2 en las comidas		1 al almuerzo		10mg en ayunas	Preg. 10mg en ayunas			3 meses
Dermatitis/rosacea: personas +25	2 en las comidas		2-3 según el grado					1 al almuerzo	3 meses
Inmunológico (psoriasis/asma/alergia): niños				1 cáps. NS					2 meses
Inmunológico (psoriasis/acné/asma/alergia): adolescentes				choque 2-1					3 meses
Inmunológico (psoriasis/acné/asma/lupus): pers. 20-40				choque 3-1					3 meses
Inmunol. (psoriasis/asma/alergia/artritis/lupus): personas +40				4-1 terap. de choque	10mg en ayunas		1 antes de acostarse		mínimo 3 meses seg. neces.
Oncológico: niños 3-11				4-2 NS					seg. neces.
Oncológico: adolescentes				4-2 s. grado					seg. neces.
Oncológico: personas 20-40				4-2 según el grado	10mg en ayunas		1 antes de acostarse		seg. neces.
Oncológico: personas +40				5-3 según el grado	25mg en ayunas	Preg. 25mg en ayunas	1 antes de acostarse		mínimo 6 meses seg. neces.
Pre y menopausia: mujeres 45-55		1 al almuerzo			10mg en ayunas		1 antes de acostarse		mínimo 6 meses seg. neces.
Post-menopausia: mujeres +55		1 al almuerzo			25mg en ayunas	Preg. 25mg en ayunas	1 antes de acostarse	1 al almuerzo	6 meses
Sexo (libido/impotencia): personas 35-50		1 al almuerzo			10mg en ayunas		1 antes de acostarse		seg. neces.
Sexo (libido/impotencia/eyacuación precoz): pers. +50		2 en las comidas			25mg en ayunas		1 antes de acostarse		seg. neces.
Antioxidante: personas 40-55	1 al almuerzo		1 al almuerzo	1 AikPlus. al almuerzo			1/2 antes acostarse	2 en las comidas	mínimo 6 meses seg. neces.
Antioxidante: personas +55	1 al almuerzo		1 al almuerzo	2 AikPlus. en comidas		Preg. 10mg en ayunas	1 antes de acostarse	2 en las comidas	mínimo 6 meses seg. neces.
Osteoporosis: personas 40-55		2 en las comidas		1 AikPlus. al almuerzo		Preg. 10mg en ayunas	1 antes de acostarse	1 al almuerzo	mínimo 6 meses seg. neces.
Osteoporosis: personas +55		2 en las comidas		2 AikPlus. en comidas		Preg. 25mg en ayunas	1 antes de acostarse	1 al almuerzo	mínimo 6 meses seg. neces.
Várices: personas +50	1 al almuerzo		1 al almuerzo			Preg. 10mg en ayunas	1 antes de acostarse	4 en las comidas	mínimo 6 meses seg. neces.
Prostatitis (H.P.B.): hombres +40			1 al almuerzo			4 ProstA.H. en comidas	1 antes de acostarse		mínimo 2 meses

*Dosis diarias indicativas para la mayoría de las personas.
*Consulte su especialista o contáctenos para mayor información.
*Contraindicaciones: **Dhea** en personas con antecedentes de cáncer hormona dependiente. **Sincera**, **Original'Silica**, **Dhea**, **Pregnenolone** y **Melatonina** durante embarazo y/o lactancia.
*Aclaración: Choque o terapia de choque es la toma llevada a cabo en un periodo de tiempo con dosis de mayor a menor. Por ejemplo, una terapia de 4 a 2 cápsulas por un periodo de 3 meses, significa asumir en el primer mes 4 cápsulas diarias, en el segundo 3 y en el tercero y último mes solo 2 cápsulas.

Dr. Graciela Caruezo
Tel. 4785.9841
Cel. 15.44015648
Tel. 02320.494246
gcaruezo@ciudad.com.ar

Sincera
SUPLEMENTO DIETARIO A BASE DE PROTEINAS, VITAMINAS, MINERALES Y MUCOPOLISACARIDOS MARINOS

Alkyrol
SUPLEMENTO DIETARIO A BASE DE ACEITE DE HIGADO DE TIBURON RICO EN ALKILGLICEROL

Original'Silica
LA FORMULA ORIGINAL DE SILICE CON EXTRACTO DE PLANTA DE "COLA DE CABALLO" DE PRIMAVERA

Arandanol
SUPLEMENTO A BASE DE EXTRACTO DE ARANDANO RICO EN ANTOCIANOSIDAS

ProstaHealth
SUPLEMENTO DIETARIO A BASE DE PIGEUM AFRICANO, BETA-SITOSTEROL, QUERCETINA, LICOPENO, VEGETALES, MINERALES Y VITAMINAS

Tel. gratuito:
0800 888 3388
www.eurosalud.it
info@eurosalud.it

MADE IN SUECIA

Sistema de alimentación permanente

• La racionalización de los alimentos según sus calorías o fórmula química en hidratos de carbono (glúcidos) o almidones o féculas, lípidos (grasas, margarinas, ceras y aceites) y proteínas (carnes) es artificiosa e inoperante. Técnicamente son sustancias hidrocarbonadas de diversa característica y procedencia y, en consecuencia, de diferente asimilación. Una dieta correcta, constructora y responsable de una buena salud, debe basarse en premisas reales y objetivas no solo de calidad, sino también considerar la toxicidad potencial y la provocada por la industria o la manipulación casera (por ej. frituras) y la derivada por la combinación de incompatibles (líquidos y sólidos, crudos y cocidos, ácidos o dulces, ying o yang, electropositivos o electronegativos, etc.) contemplando la edad, tipología y profesionalidad, usos y costumbres sociales, la ambigüedad topográfica del asentamiento y la provisión adecuada y oportuna en la estación reinante.

Principios dietéticos fundamentales

• Comenzar siempre las principales comidas (almuerzo y cena) con un abundante plato de ensalada mixta, cruda, fresca y variada, por ser desintoxicante y aportar agua biológica con gran contenido de vitaminas y fibras (salvado) para el normal funcionamiento intestinal (favorece el peristaltismo y evita el cáncer de colon y las diverticulosis). En su defecto,

usar frutas ácidas, solas o en macedonia, o tomates de estación.

El alimento crudo va primero y lo cocido después, para no interferir la digestión y evitar la voracidad y el exceso en cantidad para compensar el empobrecimiento o desvitalización provocado por el fuego.

• Durante la mañana, los alimentos deben ser líquidos y alcalinizantes para favorecer la diuresis y limpiar la sangre de las toxinas acumuladas durante el sueño (por eso la primera orina sale tan fuerte o cargada de ácidos).

• No se deben comer alimentos sólidos entre las principales comidas, fuera de horario habitual, porque quitan el apetito y perjudican los biorritmos fisiológicos, salvo frutas de estación, jugos o compotas.

• La fruta no se tostar, es comida liviana de primera clase, y encima de comer es indigesta, interfiere la digestión (meteorismo, dispepsia, disentería).

• No comer y beber al mismo tiempo (se diluyen los jugos gástricos y la digestión se realiza parcialmente, con el agravante de las infecciones intestinales por desequilibrio de la flora normal de implantación).

• Tampoco debe beberse mate, té u otras infusiones suertamente medicinales inmediatamente después de comer, excepto café de malta o vino, según las comidas (el vino es incompatible con las comidas crudas).

• Las proteínas son macromoléculas, polímeros de

aminoácidos, los alimentos más pesados de digerir, y las de origen animal son tóxicas y contaminantes, porque transmiten la parasitación intrínseca (normal o patógena) de la animalidad, por lo que deben comerse con moderación y los recaudos pertinentes (cocimiento efectivo), como complemento o al final como postre, eligiendo una sola clase por día y por vez, según apetito, sin mezclarlas entre sí para asegurar una completa digestión. Para las personas muy activas durante el día, se recomiendan en la cena (todo animal mal llamado carnívoro - en realidad es "animalívoro" - se atenga después de comer).

REGIMEN EJEMPLAR

- Desayuno o merienda

• Té (pref. de hierbas), mate (pref. con agua de hierbas), café de malta, jugos de fruta, jugos de verduras y hortalizas, caldos de papas o cereales (horchata).

• Comer melón, sandía o pepino durante la estación.

• Las frutas ácidas son: ananá, mandarina, naranja, bergamota, pomelo, limón, nispero, membrillo, frutilla (maceradas en jugo de limón, luego de lavadas), manzana, durazno, damasco, ciruela, cereza, guinda, piñón, cereales con semillas o almendras amargas que poseen vit. B17 "antimaligna". Estas frutas se comerán en la estación correspondiente, en macedonia, o licuadas con el jugo de un

limón, sin azúcar.
• Las frutas dulces son: banana, uva, higo, palta, dátil, pera, kaki, chirimoya, mamón. Pasas de higo, de ciruelas o de uvas negras (málaga), previamente



remojadadas y enjuagadas. Compotas de toda clase, con frutas frescas o desecadas, hervidas en poca agua, endulzadas luego con miel. Manzana asada.

• Los líquidos deben beberse hasta media hora antes de comer o dos horas después.

• Las frutas ácidas y dulces alternadas con una hora de diferencia según apetito.

Condimentos y especias:

Moler diariamente dos cucharadas de semillas de lino previamente zarandeadas y limpia de impurezas y agregarle germen de trigo o levadura en polvo. Para comidas dulces (compotas, jugos) puede agregarse canela, cacao, azúcar blanco, jengibre, copos de cereales, etc. Para comidas saladas (sopas, ensaladas, pesto para pastas) puede agregarse mostaza en polvo, curry, comino, clavo de olor,

saludables. Paradjicamente, hay regiones de México con altas tasas de desnutrición infantil.

Y lo que se está viendo cada vez más claro en el país es que los niños que son desnutridos en sus primeros tres años de edad, tendrán seis veces más probabilidad de ser obesos más tarde en su vida.

"Parco paradójico" afirma el doctor Avila- pero hay una relación directa entre la desnutrición infantil y la obesidad en etapa escolar y adulta".

Maria Elena Navas
http://news.bbc.co.uk

azafrán, eneldo, kumel, anís, toda hierba fresca como estragón, melisa, laurel, o desecada; ajo, perejil, albahaca, (trovazal), pimienta negra (molida al momento).

Deben evitarse vinagres artificiales, mostaza y sales comerciales, extracto de carne, café o té negro. Se recomienda salsa de soja, inglesa tipo Worcester, vinagre de manzana, jugo de limón, aceite de oliva.

• Almuerzo

• **Plato básico principal:** Abundante ensalada mixta, fresca, variada, aderezada con perejil, albahaca, ajo o cebolla, zumo de limón y poca sal o salsa de soja, aceite de oliva. Puede aliñarse también con tomates o morrones machacados en Worcester con pimentón dulce, ajos, sal gruesa o almendras.

• Las verduras crudas son: lechuga, escarola, berros, ajo, achicoria, endivia, verdolaga, radicheta, hinojo, akusay, cebolla, espinaca, brotes de alfalfa, cereales de legumbres: en mortero crudo o finamente picado: rábano (blanco o negro), rabanito, zanahoria, remolacha y repollo (rojo o blanco). Los brotes y raíces del rábano contienen enzimas precursoras de la vit. B17 "antimaligna" porque metaboliza el colesterol "maligno" (colesterina ROFFO 1940) que bloquea los intersticios celulares.

• Al vapor o cocidas en poca agua o en olla a presión: chauchas, espinaca, nabo, radicheta, achicoria, acelga, bardana, lampazo o salisifí (los amargos son antiartríticos). Se pueden agregar también ajos, cebollinos (echalote o escarola), puerros, etc.

• **2° plato:** cocido, asado o al horno (complementario): Proteínas (alimento pesado, plástico y reparador del desgaste diario). Elegir una sola clase por día y por vez, según apetito, cuidando de alternar las proteínas de vegetales y las de procedencia animal.

• De origen vegetal (de primera clase): legumbres o guisantes (arvejas, garbanzos, habas, lentejas, porotos (pref. azuki o pallares, los de soja son muy indigestos); pueden aliñarse con perejil, albahaca, orégano, ajo, salsa de soja y aceite de oliva y aceitunas de buena calidad (*).

• Nueces, avellanas, almendras, maníes (tostado claro; de color café o negro son tóxicos para el hígado), castañas, pistachos, piñones (*). Cacao desnatado sin leche (incompatible).

• Polenta (sin queso, con verduras o salsa de tomates), potajes, escalopes, reuelto de tomates, legumbres o huevo. Sopas crema de legumbres, locro, guiso.

• De origen animal (con moderación, por ser tóxicos y constipantes): Lácteos: cuajada, kefir, quesos.

• Huevos, mayonesa (casera, sin la clara cruda por ser indigesta).

• **3° plato:** cocido, asado o al horno (energético) a elección

• Cereales integrales: arroz, cebada, mijo, trigo burgol, malta, avena), solos, con salsa de soja, o en guisos, con zanahorias, chauchas, zapallitos, apio, tomate, cebolla o puerro, berriena, morrones rojos, etc.

• De origen animal (con moderación, por ser tóxicos y constipantes): Lácteos: cuajada, kefir, quesos.

• Huevos, mayonesa (casera, sin la clara cruda por ser indigesta).

• Cereales integrales: arroz, cebada, mijo, trigo burgol, malta, avena), solos, con salsa de soja, o en guisos, con zanahorias, chauchas, zapallitos, apio, tomate, cebolla o puerro, berriena, morrones rojos, etc.

cereales, pastas en general (ñoquis de papa y harina terminantemente prohibido, por ser mezcla incompatible).

- Cena

• **1° plato crudo:** Ensalada igual que en el almuerzo. En su defecto frutas ácidas o jugos de frutas y/o hortalizas.

• **2° plato:** cocido, asado o al horno

• Papas, batatas, mandiocas, calabazas, zanahoria, zapallitos, zapallo (hervido, en puré o al horno). Sin pan, ni bizcochos, ni galletas.

• **3° Plato (complementario):** Proteínas (alimento pesado, plástico y reparador del desgaste diario). Elegir una sola clase por día y por vez, según apetito, cuidando de alternar las proteínas de vegetales y las de procedencia animal.

• De origen vegetal (de primera clase): legumbres o guisantes (arvejas, garbanzos, habas, lentejas, porotos (pref. azuki o pallares, los de soja son muy indigestos); pueden aliñarse con perejil, albahaca, orégano, ajo, salsa de soja y aceite de oliva y aceitunas de buena calidad (*).

• Nueces, avellanas, almendras, maníes (tostado claro; de color café o negro son tóxicos para el hígado), castañas, pistachos, piñones (*). Cacao desnatado sin leche (incompatible).

• Polenta (sin queso, con verduras o salsa de tomates), potajes, escalopes, reuelto de tomates, legumbres o huevo. Sopas crema de legumbres, locro, guiso.

• De origen animal (con moderación, por ser tóxicos y constipantes): Lácteos: cuajada, kefir, quesos.

• Huevos, mayonesa (casera, sin la clara cruda por ser indigesta).

• **2° plato:** cocido, asado o al horno (energético) a elección

• Cereales integrales: arroz, cebada, mijo, trigo burgol, malta, avena), solos, con salsa de soja, o en guisos, con zanahorias, chauchas, zapallitos, apio, tomate, cebolla o puerro, berriena, morrones rojos, etc.

• De origen animal (con moderación, por ser tóxicos y constipantes): Lácteos: cuajada, kefir, quesos.

• Huevos, mayonesa (casera, sin la clara cruda por ser indigesta).

• **3° plato:** cocido, asado o al horno (energético) a elección

• Cereales integrales: arroz, cebada, mijo, trigo burgol, malta, avena), solos, con salsa de soja, o en guisos, con zanahorias, chauchas, zapallitos, apio, tomate, cebolla o puerro, berriena, morrones rojos, etc.

• De origen animal (con moderación, por ser tóxicos y constipantes): Lácteos: cuajada, kefir, quesos.

• Huevos, mayonesa (casera, sin la clara cruda por ser indigesta).

• Cereales integrales: arroz, cebada, mijo, trigo burgol, malta, avena), solos, con salsa de soja, o en guisos, con zanahorias, chauchas, zapallitos, apio, tomate, cebolla o puerro, berriena, morrones rojos, etc.

La obesidad en México

Y si no se modifican estos hábitos de consumo, en diez años 90% de la población sufrirá obesidad y sobrepeso. Según expertos del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) esta situación "es alarmante" debido a la deficiencia en la nutrición y la falta de actividad física que afecta a todos las edades. Según datos del Instituto Nacional de Salud Pública actualmente más de 70 millones de mexicanos tienen problemas de sobrepeso u obesidad. Más de 4 millones de niños de entre 5 y 11 años, y más de 5 millones de jóvenes y adoles-

centes, sufren también estos trastornos.

"El problema es muy grave" dice el doctor Abelardo Avila, investigador del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán.

"México tiene ya muchos obesos: dice el experto- pero todavía falta que recibamos el impacto del daño a la salud producido por esa obesidad, como diabetes, arteriosclerosis, accidentes vasculares, tumores, etc."

Estas enfermedades ya han aumentado de forma alarmante en el país, y según el doctor Avila "todavía falta enfrentar lo peor".

Los expertos afirman que los mexicanos han optado por cambiar su dieta tradicional basada en maíces, cereales y leguminosas, por una dieta de comida rápida de pizzas, hamburguesas y refrescos. Pero además de la dieta alta en grasas saturadas y azúcares y baja en fibra, vitaminas y minerales, prevalece el sedentarismo que ocasiona estos insanos.

Según el investigador, uno de los mayores problemas en México es el bombardeo insensiblemente de la publicidad que promueve entre la población, particularmente a la infantil, estilos de vida no

saludables. Paradjicamente, hay regiones de México con altas tasas de desnutrición infantil. Y lo que se está viendo cada vez más claro en el país es que los niños que son desnutridos en sus primeros tres años de edad, tendrán seis veces más probabilidad de ser obesos más tarde en su vida.

"Parco paradójico" afirma el doctor Avila- pero hay una relación directa entre la desnutrición infantil y la obesidad en etapa escolar y adulta".

Maria Elena Navas
http://news.bbc.co.uk

La Aldea
Almacén Naturista
• Productos orgánicos
• Alimentos para CELÍACOS, DIABÉTICOS e HIPERTENSOS
• Hierbas Nacionales e Importadas
• Arcillas • Cosmética Natural
• Aromaterapia
Av. Andrés Baramda 1056
4254-0713 Quilmes

DIETÉTICA La Aldea
• Suplementos Dietarios
Herboristería - Repostería
Tinturas M. Compuestas
Legumbres - Frutas Secas
Panes - Galletitas
• Productos para celíacos
• Comidas Dietéticas elaboradas
Av. Rivadavia 16.107
Haedo / 4460-4497
laaldea_haedo@hotmail.com

la casa de OHSAWA
restaurante macrobiótico / casa de alimentos para la salud
• Cursos de cocina macrobiótica (cursos básicos y especiales)
• Guía de dieta personalizada
• Productos macrobióticos
• Tienda de alimentos orgánicos, verduras y frutas orgánicas, huervos y pollo de campo
• Productos Mitoku de Japon
• Panes y repostería integral
la casa de Ohsawa, un centro integrado
Ciudad de la Paz 415/421 Belgrano. Capital Tel: 4553-9330
lacasadohsawa@yahoo.com.ar
de lunes a sábados de 9.30 a 23 hs.

BUENAS ONDAS
Herboristería - Dietética
Frutas secas - Legumbres
Harinas - Especias
SUPLEMENTOS DIETARIOS
Mitre 1639 Quilmes

KUMELÉN
Frutas secas
Alfalfa
Cosmética natural
Productos para diabéticos, celíacos, e hipertensos
PIENSA EN SU SALUD
Juramento 3084
Belgrano
4781-1944

Dietética Trisoles
Alimentos para Celíacos
Herboristería-Fitoterapéuticas
Suplementos Dietarios
Alimentos para Mascotas
Gran Variedad y Mejor Precio
4628-0400
Av. Rivadavia 18283 Morón
(entre 25 de Mayo y Belgrano)

Dietética Las Girasoles
Suplementos dietarios
Herboristería - Macrobiótica
Aromaterapia y más
L. a V. de 8:30 a 20:30 hs.
Sábados de 8:30 a 20:30 hs.
Soler 54
Itzaingiro Norte
4623-8963

Sabores de la India
Casa de Alimentos Naturales, Orgánicos.
Hierbas y Especies. Productos Ayurvédicos y Orientales TODO EL AÑO
CURSOS Y SEMINARIOS DE ALIMENTACIÓN AYURVEDICA
4783-3424 CIUDAD DE LA PAZ 2739

Centro Natural
20 AÑOS EN LA ZONA
Hierbas Medicinales Nacionales-Importadas TODAS! TODOS!
Productos Naturales
Cosmética natural - Esencias
Suplementos dietarios - Tinturas Madres
Cuzco 62 - Liniers, Cap. - 4644-4940
(a metros de Iglesia San Cayetano)

"Dietitas de Olibia"
Líder en galletitas artesanales saborizadas
Harinas especiales y con semillas
Saborizadas y / sin sal consultar
Crocantes de avena, varios sabores
4653-4136
dietitasdeolibia@hotmail.com

Especialista en cocina naturista
Orientación macrobiótica
Ofrece cocina vegetariana para grupos
Silvia Brude
4665-6408 / silviacalvari@yahoo.com.ar
En todo el país

QUESERÍA y "Las Nenas"
DIETÉTICA
Alim. p/celíacos y diabéticos - Herboristería - Fitoterapéuticos
Cereales y legumbres - Complementos dietarios p/depositos
¡LOS MEJORES PRECIOS! Entrega a domicilio
Sarmiento 787 (entre est. Morón lado Norte) Tel. 4627-6196

Diferencias en el consumo

Pedro Prieto, Vicepresidente de la Asociación para el Estudio de los Recursos Energéticos (España), relata en uno de sus artículos el punto de vista chino expuesto en la reunión de la Asociación para el Estudio del Cenit del Petróleo (ASPO) en Lisboa:

Xiongqi Pang, director del laboratorio de mecanismos de la migración y acumulación de hidrocarburos, de la Universidad del Petróleo de Pekín, explicó muy gráficamente la situación del mundo: dijo que 290 millones de estadounidenses consumen 1 Km3 de petróleo al año, mientras que los 1.300 millones de chinos, con todo el tremendo, publicitado y temido despegue de China, consumen apenas un cubo de unos 350 m de lado".

Pero la cosa es todavía más grave. El escritor James Howard Kunster, entrevistado por Greg Greene, director del documental "The End of Suburbia",

nos recuerda que los chinos, en realidad, están consumiendo tanto porque se han convertido en las "fabricadoras" del mundo, ya que producen desde tazas de bodas a calzoncillos, bolígrafos y todo bien de

Promedio mundial 2.000 W	= 20 bombillas
Ciudadano chino 1.500 W	= 15 bombillas
Ciudadano hindú 750 W	= 07 bombillas
Ciudadano europeo 6.000 W	= 60 bombillas
Ciudadano nort. 12.000 W	= 120 bombillas

consumo, que se fabrican en China, fundamentalmente, para consumo occidental.

Así pues, al cubo de 350 m de lado que se atribuye a los chinos, todavía habría que quitarle una importante cantidad, ya que ésta termina invariablemente en el estómago del insaciable Occidente".

Pedro Prieto utiliza esta otra equivalencia para dar otra perspectiva de las diferencias de consumo. Esta comparación es interesante

ya que se refiere a algo que todos conocen (la bomba de 100W) y a mi juicio es más efectiva y namotécnica que la de los barriles. También se aprecia claramente que los principales consumidores de recursos energéticos no renovables son los que tienen un PBI anual por persona en dólares más alto.

Cuantos más accidentes de coche hay, más vehículos reducidos a chatarra, más fracturas, más ingresos hospitalarios, y en tanatorios e incineraciones, mas sube el PBI.

¿Alguien podría afirmar que por ello estamos más desarrollados y somos más felices? Pues sí. Los economistas oficiales

Es evidente que cuando el PBI aumenta no vivimos mejor ni somos por ello más felices y también es evidente que si somos más contaminantes.

Alfredo Embid
www.amcmh.org

Basta una falda

Un nuevo estudio científico demuestra que la sola presencia de una mujer, independientemente de su belleza, es suficiente para que el deseo sexual de los hombres se dispare. De acuerdo con los científicos holandeses de la Universidad de Groningen, tras apenas 5 minutos en compañía de una mujer en un recinto cerrado, los hombres que allí se encuentran experimentan un incremento en su producción de testosterona de hasta un 8%, incluso aún cuando no la

encuentran atractiva. El estudio, que fue publicado en la revista Hormonas y Conductas y presentado en el diario inglés The Telegraph, analiza la creencia de que el deseo sexual masculino es directamente proporcional a la gracia del objeto femenino que cortejan. Muy por el contrario, el apareamiento en los seres humanos parece responder a un automatismo. Así por lo menos se lo explican los autores del experimento, quienes consideran que sin obedecer a ningún

tipo de capricho los hombres reaccionan ante la presencia de una mujer bajo la consigna de hacer uso de cualquier oportunidad de apareamiento a su alcance. **El experimento** 63 estudiantes jóvenes entre los 21 y los 25 años fueron invitados a participar en el estudio sin saber previamente de qué se trataba. Tras tomar muestras de su nivel de testosterona mediante una prueba de saliva, los hombres fueron enviados a un cuarto a resolver un crucigrama.

Allí los esperaba una mujer tipo promedio, para nada especialmente atractiva, que supuestamente también tomaba parte en el experimento. Los investigadores abandonaron el cuarto con la excusa de ir a recoger el crucigrama correcto, dejando a la pareja sola por un lapso de 5 minutos, tras los cuales regresaron para salir una vez más del recinto, esta vez acompañados de la mujer. 15 minutos después se le tomó a los hombres otra prueba de saliva que arrojó

como resultado un incremento en el nivel de testosterona de hasta un 8% -en el caso de individuos considerados dominantes o agresivos el aumento fue todavía mayor- todo ello producto del breve encuentro con la mujer, pues en los casos en los que en el cuarto esperaba otro hombre no se presentó ningún cambio frente a la prueba inicial. **La importancia de la testosterona** El líder del equipo investigador, Leander van der Meij, sostiene que el aumento del nivel de testos-

terona es quizás uno de los mecanismos más importantes a través del cual el hombre consigue una pareja. "Una vez el nivel de testosterona crece, el hombre cambia inconscientemente su conducta para lucir más atractivo ante la mujer, empieza a mover mucho más las manos, a buscar el contacto visual e incluso está más dispuesto a contar historias interesantes para impresionar al sexo opuesto", explica.

Daniel Martínez
www.dw-world.de

Alimentos Saludables de las Sierras de Córdoba

Alfajores Integrales

Harina integral orgánica

Alto contenido en fibras

Semillas de Sésamo y Chía

Dulces de elaboración propia

Sin conservantes

Omega 9 Omega 3

Aceite Alto Oleico

0% GRASAS TRANS
COLESTEROL



Bocaditos de Higo, Miel y Nuez

Bocaditos Ciruela, Miel y Nuez

Sin T.A.C.C apto celiacos

Distribución en Bs. As.: Tel (15)5696-9118

casairwo_bsas@yahoo.com.ar

www.casairwo.com.ar

Chiacaps®

Cápsulas de aceite de chia

La Mayor fuente natural de Omega 3

Omega-3

Esencial para la Salud

ayudan a:

- Equilibrar los niveles de colesterol y triglicéridos.
- Regular la tensión arterial.
- Prevenir problemas cardiovasculares.

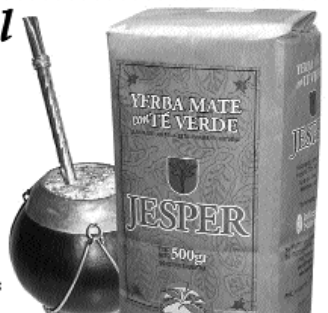


Dr. MADALAUS LABORATORIOS

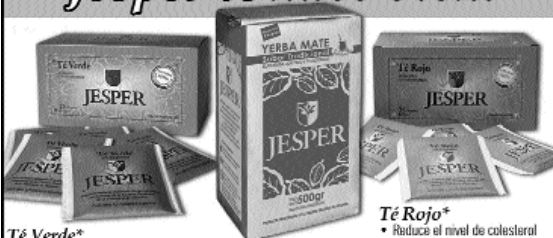
www.chiacaps.com - info@chiacaps.com
DISTRIBUIDORES contactarse al 011-4772-2428

Probaste el mate de Yerba con Té Verde?

Un mate especial... de sabor distinguido con una nota de té verde y con saludables propiedades antioxidantes.



Jesper te hace bien.



Té Verde*

- Fuente natural de antioxidantes
- Posse efectos diuréticos
- Disminuye los niveles de azúcar en sangre
- Contiene lílitor

Yerba Mate

- Sabor delicado sin sensación de acidez
- Estimulante físico y mental
- Contiene antioxidantes naturales

Té Rojo*

- Reduce el nivel de colesterol
- Favorece la digestión
- Desintoxica y depura
- Refuerza el sistema inmunario
- Reduce los niveles de triglicéridos y ácido láctico

* Presentación en hebras y en saquitos.

Encuentre Productos Jesper en Dietéticas y Herboristerías

Tel. (011) 48056122 / (03754) 420118

info@tejesper.com.ar

JESPER

Conozca más acerca de Jesper en nuestro sitio web: www.tejesper.com.ar

El rompimiento de una relación

No hay que permitir que el pensamiento avance más que nuestros afectos, como adelantándose a lo que auténticamente sentimos. Por el contrario debemos observar y atender nuevas emociones, pues ellas son la evidencia de que en esa edad nos está sucediendo. A veces, en un intento por quemar etapas, la mente nos lanza a iniciativas desastrosas. Por ejemplo -y esto es bastante característico- la de pretender ahogar el dolor de la pérdida amorosa con un nuevo y forzado enamoramiento. Ante una situación de pérdida -y el rompimiento de una relación amorosa lo es- lo natural y espontáneo es que busquemos escapar del dolor, pero si tratamos de apresurarnos, no damos tiempo a elaborar las circunstancias que nos llevaron a ese desenlace tan doloroso. Uno de los mecanismos para tapar el dolor es sentirnos autosuficientes. Así es como llegamos a creer que poseemos una fuerza y una resistencia formidables y que gracias a ellas no necesitaríamos ni

del consuelo ni del apoyo de los demás. Y tampoco del amor de nadie. Lo que se genera con ello es una especie de coraza que termina convirtiéndonos en seres indiferentes e insensibles, impermeables a la ternura, al cariño o a la simple amistad. Que si cae esa exageración evitará toda relación íntima, y su actitud será la del rechazo. En el fondo lo que teme esa persona es tener un nuevo fracaso amoroso, y como sigue los dictados apresurados de su razón -el cual le urge abandonar el dolor- termina por tomar el camino que le resulta aparentemente más fácil. Lo saludable sería permitirse escuchar los reclamos de sus afectos; si lo hiciera, reconocería que lo que desea verdaderamente es volver a amar y hallar una nueva pareja en quien volcar su energía. Reconocer esa necesidad de ser amada y protegida quizá la haga sentirse débil y sola durante el tiempo en que no concreta una nueva relación, pero será más honesto de su parte, y por ende, más saludable. Solo reconociendo nuestros deseos

más auténticos y dignamente humanos, es como podemos encontrar la manera leal de satisfacerlos. Una reacción contraria a la anteriormente descrita es la que a veces deriva en el deseo compulsivo de dar, de atender indiscriminadamente a los otros. Con ello, en su urgencia por escapar al dolor, esa persona evita prestar oídos a sus propias necesidades y reconocer que las tiene y que debería satisfacerlas. Al entregarse de lleno a los demás, llega decirse que no necesita nada para sí. No tendrá tiempo casi ni para embellecerse, ni para darse ningún gusto ni para distraerse. Tampoco para pensar en sí misma. Y menos para permitirse enmorarse en una sola y determinada persona. Es bueno y hermoso hacer

cosas por los demás. Pero es también saber que hay alguien que nos quiere más que a nadie en el mundo, y a quien, más que a nadie en el mundo, también nosotros somos capaces de amar. Porque sucede que esos no son momentos de ocuparse de los demás, sino una excusa de la mente para huir. Si es el momento de ocuparse más profundamente de uno mismo, y es a nuestras necesidades a las que deberíamos atender con prioridad. Nuestra salud es lo primero, para que después, una vez liberados de la situación dolorosa, podamos entregarnos con verdadero ánimo solidario y no para escapar a los conflictos.

Lic. Teresa González
Psicóloga - Esp. en Adicciones

Dependencia emocional

Relaciones que nos dañan

Terapia corta y focalizada

Lic. Teresa González, y equipo
Tel. 4804-6385 (contestador)

Las consecuencias de emociones y pensamientos

Existen otras causas internas que nos enferman dependiendo del valor que la mente asigna o asignó al estímulo sensorial, éstas son el resentimiento y las críticas.

La crítica (somos nosotros los que juzgamos a los demás) conduce a problemas óseos como ser la artritis.

a) El Resentimiento. La misma palabra nos indica su significado: re-sentir, recordar y sentir ahora cosas que ya pasaron en forma continuada día a día. Un resentimiento largamente cultivado, una pena que tuvimos y la recordamos como si fuera hoy, el sentirnos culpables hoy por lo que ya fue, por lo que perdoran lo que nos hicieron puede carcomer el cuerpo hasta convertirse en la enfermedad que llamamos cáncer.



Se sabe que cuando alguien se queja de mucho dolor generalmente es una persona que carga con mucha culpa. Se ha comprobado que al perdonar y renunciar al resentimiento se puede disolver incluso el cáncer (nunca dejar los tratamientos médicos)

Cómo evitar las consecuencias producto de emociones y pensamientos:

Cambiando nuestros puntos de vista, aceptando las distintas penas de nuestro pasado (¿por qué a mí?, ¿por qué a mí no) nuestra historia va no se volverá a revivir, modificar los distintos mandatos, desprenderse de culpas que coartan nuestra libertad y perdonando a los demás. Tenemos que tener en cuenta que aquellas cosas que pertenecen al pasado solo existen en los registros mentales, lo pasado, pasado, lo que es dolor generalmente es una persona que carga con mucha culpa. Se ha comprobado que al perdonar y renunciar al resentimiento se puede disolver incluso el cáncer (nunca dejar los tratamientos médicos)

b) Las Críticas. Con frecuencia el hábito perma-

Prof. Jose María Mingarro
reikisplodeluz@terered.com.ar

Flores de Saint Germain y fotografía Kirlian

Los campos bioenergéticos de nuestro cuerpo están cargados de informaciones psicológicas, mentales y espirituales de toda nuestra existencia, las cuales pueden ayudar a detectar problemas físicos incluso antes de que se instalen. Con la tecnología GbV, una máquina capta las misiones Kirlian de los dedos de las manos. Después, los datos son analizados por un programa de computador que detalla el estado físico y emocional de la persona. A partir de ahí, son administrados florales específicos para cada caso. Un buen ejemplo es el caso de

una paciente que había recibido implantes de riñón y páncreas. Llegó a la primera consulta con miedo a los cambios, se angustiaba fácilmente y sufría con cuestiones familiares. Ella y su madre tenían grandes peleas. Seis meses antes, había perdido a una persona de su familia con quien tenía mucho apego. Siendo diabética, la paciente tenía mucha tristeza, angustia y miedo a la muerte. La lectura GbV mostró exceso de energía, desequilibrio y el sistema sobrecargado. Le administramos Lo-tus/Mag-

nolia para delimitar sus campos energéticos; Perpetua para pérdidas afectivas; Erbum para compensar la pérdida de ritmo interno por la pérdida; Embauba para angustias; Melissa para la tristeza; Sapietium para auxiliar a resolver los problemas familiares; Focum, Gobiata y Panticum para el miedo excesivo; y Saint Germain para la depresión, las cuales tomo por seis meses. La paciente usó los florales y retorno solicitando una nueva formulación para ayudar a equilibrar cuestiones familiares que aún la perturbaban. La nueva lectura GbV

mostró mayor equilibrio en su campo bioenergético. Las emisiones Kirlian retratan y comprueban la existencia de otro cuerpo de energía sutil en todos los seres vivos, el cual controla y determina las funciones del cuerpo físico, y al mismo tiempo conserva su identidad y forma. El campo bioeléctrico presente es la manifestación de la emisión de frecuencias sutiles.

ASESORAMIENTO:
FULTENA (Fundación Latinoamericana de Terapias Naturales) www.clubdesalud.com
Tel. 4952-4756

Método de curación natural
Osteopatía
Terapia Craneosacra

- Lumbalgias
- Hernias discales
- Cervicalgias
- Contracturas musculares
- Vértigos, migrañas
- Tortícolis
- Trastornos digestivos

Lic. Andrea Delgado
Kinesiología Fisiatrua MN7753
4322-7235
licandradelgado@gmail.com

Hatha y Raya
Yoga

Rescate su salud física, psíquica y espiritual

Guía personalizada
Primera clase sin cargo

Av. Callao e/Posadas y Libertador
4811-3883
evamoggia@yahoo.com.ar

El sueño y la energía psíquica

El sueño está muy íntimamente relacionado con la energía psíquica. Cuando dormimos penetramos profundamente en la energía psíquica y regresamos con una gran carga de ésta, al despertar. Por esta razón, nos sentimos renovados y vitalizados. Las facultades psíquicas superiores están muy activas en las primeras horas de la mañana. La energía psíquica disminuye a medida que el día transcurre. Por ello, se nos aconseja que meditemos por la mañana temprano. Algunas personas mientras duermen, no pueden cargarse con la energía psíquica del Mundo Sutil porque duermen embragadas o incluso envenenadas por emociones negativas, culpa, ira, traición y mala conciencia. La energía psíquica existente en el Mundo Sutil trata incluso de ayudar a esas personas, pero el tiempo que necesitan para recibir suficiente ayuda suele ser muy corto, en relación con los venenos que acumulan. Por ello, esas personas no pueden recuperarse realmente, si no toman medidas para progresar en sus relaciones diarias.

"Energía Psíquica"
Torkom Sarayardarian

Terapia con imanes

La intervención de los **magnetos** en la salud consiste en provocar una estimulación de las funciones regeneradoras naturales del organismo y producir la analgesia natural del mismo. Las propias endorfinas del paciente se ocupan del proceso que conduce a reducir los niveles de dolor hasta lograr su desaparición total. Por este motivo este tratamiento es muy eficaz en todos los problemas músculo-esqueléticos, por ejemplo, en el caso de lumbodolencias, pinzamientos cervicales, artrosis, artritis, hernias de disco. En este último caso, la aplicación de campos magnéticos aumenta el espacio entre vértebras, de este modo se reduce la presión que éstas ejercen entre los discos y los nervios. Evita la intoxicación medicamentosa y es compatible con cualquier otro tratamiento; tampoco se producen efectos colaterales indeseados. Es una terapia sistémica, aun-

que no es posible afirmar que cure la causa subyacente que origina el dolor, es posible afirmar que los dolores cesan y que la persona trata la enfermedad gran mejoría; los cambios que se producen pueden ser verificados mediante análisis clínicos o radiográficos. La terapia con imanes es efectiva, cuando se cumple con ciertas normas:

- potencias justas
- magnetos adecuados
- polaridades correspondientes
- De esta manera se logra disminuir y en algunos casos eliminar progresivamente el dolor y detener el avance de ciertas patologías, como ser enfermedades del tejido muscular y esquelético.
- artritis - artrosis
- desviaciones de columna
- osteoporosis - fibromialgias
- fracturas - contracturas
- edemas - circulación

C.T.B. 4961-0975
ctbmagnets@gmail.com

VIGOR Y ENERGÍA Medicina Tradicional China

Huacung He

VIVA EL SEXO SIN LIMITACIONES

Producto de sustancias de origen NATURAL

Esquiazandra y Ginkgo Biloba ayuda a una mayor RENDIMIENTO

Panax Ginseng ayuda a una mayor POTENCIA

Astragalo AYUDA a una mayor RESISTENCIA

Una ventaja: no produce EFECTOS SECUNDARIOS

Suplementa dietas insuficientes - Consulte a su médico y/o farmacéutico

(011)4656-1526 / 4658-7945 / (15)4161-1291
www.vigorizador.com.ar / vigorizador@yahoo.com.ar / vigoriconsultas@hotmail.com

A cantar!!!
COROS MIXTOS con o sin experiencia
Técnica vocal * Nociones elem. música
(11)4431-6211 Caballito

ISY Instituto superior de yoga
Curso de Hatha yoga clasico y moderno
Perfeccionamiento docente

Docente: **Bibiana Tedesch** **¡Reservados los días Cuervo 399 - Liniers. 4642-1712** // www.isy-yoga.com.ar

Antonio Marra Counselor - Florida Christian University, USA
Terapia Cognitiva - Regresiones

PRIMERA CONSULTA SIN CARGO
Fobias - Angustia - Pánico - Temas de Parejas

TERAPIAS BREVES Individuales
CURSOS PSICO-ESPIRITUALES Grupales
4836-3494 / (15)6482-5544
counselorantonio@gmail.com

CASA ARGOS
Yerbas medicinales

FORMULA FRANCESA PARA **ADELGAZAR NATURALMENTE**
JALEA REAL - GINSENG - POLEN - MIEL ESPECIAS
PRODUCTOS DIETETICOS - SAHUMERIOS

PIEDRAS 490 CAPITAL
Tel. 4342-6704

casargos@uol.com.ar

Problemas personales...
y Reflexión Social
Centro y Belgrano 4208-4126
Prof. Mauricio (U.B.A.)

CONTROL DE PLAGAS
Sistema Ecológico: ASPERSIÓN y GEL
Murciélagos, Palomas, Cucarachas, Roedores, etc.
LIMPIEZA Y DESINFESTACION DE TANQUES DE AGUA POTABLE

Urgencias las 24hs:
(15)6963-0098
(15)6963-1777
NEXT: 579*480
saneamientolordes@hotmail.com

Método natural para evitar la disminución ósea

Todos sabemos lo importante que es el calcio para la salud de los huesos y articulaciones, pero el objetivo solo no consigue el propósito de regenerar tejido óseo, porque para su absorción intestinal y su fijación se necesitan otros muchos nutrientes vitales, y todos ellos imprescindibles para conseguir la regeneración de tejido óseo. La mayoría de los regímenes se quedan cortos, unos se basan solo en alimentos lácteos que contienen una buena cantidad de calcio como la leche de vaca pero ésta contiene abundante grasa necesaria para el desarrollo del ternero, pero no para los seres humanos especialmente si son adultos, el calcio forma jabones no absorbibles en el intestino al unirse a los ácidos grasos procedentes de la digestión de las grasas, de manera que una dieta rica en grasas dificulta la absorción del calcio. También el exceso de proteínas en la dieta hace perder calcio (las proteínas son necesarias para que el calcio quede fijado en los huesos, pero su exceso tiene un efecto perjudicial), otros utilizan pocos alimentos frescos y crudos, sobre todo vegetales de hojas verdes y frutas. Otros regímenes, como el vegetariano, aportan sobradamente el calcio que necesita el organismo, con notables ventajas sobre la alimentación cárnica, pero hay que tener en cuenta que el ácido oxálico presente en algunos alimentos de origen vegetal como el cacao, las espinacas, o acelgas, que contienen abundante calcio, pero el ácido oxálico contenido en ellos puede dificultar la absorción del

calcio al formar con el sales insolubles de calcio (oxalato cálcico) que pueden llegar a crear sedimentaciones en vejiga y riñones. Estos alimentos conviene tomarlos con precaución y en pequeñas cantidades sobre todo cuando se requiere una dieta alta en calcio. También debemos tener presente cual es la forma más adecuada de preparar los alimentos ricos en calcio ya que este elemento mineral es destruido por temperaturas altas. El calcio es el mineral más abundante del cuerpo, un 99% de mismo lo tenemos en los huesos y dientes; el 1% restante es imprescindible para equilibrar las funciones de los nervios, músculos y corazón, siendo necesario para la coagulación de la sangre y de las reacciones enzimáticas. Características específicas de los elementos que conforman nuestros huesos



- Calcio: imprescindible del máximo componente del material óseo.
- Fósforo: importante para la reconstrucción del hueso.
- Silicio: necesario e imprescindible para la formación de tejido óseo y conjuntivo.
- Manganeseo: fomenta las reacciones enzimáticas y la formación de los cartilagos.
- Flúor: incrementa la densidad ósea, fortalece los tendones y suelda los huesos.
- Boro: esencial para la activación de estrógenos y vitamina D.
- Cobre: elemento necesario para mantener las uniones colágenas.
- Magnesio: interviene en la síntesis de ácidos nucleicos y de las proteínas.
- Zinc: importante en la formación y regeneración de tejidos conjuntivos y actúa en la efectividad bioquímica de la vitamina D.
- Molibdeno: interviene en la protección del tejido conjuntivo y conectivo.
- Estroncio: reemplaza las partículas de calcio con cristales de hidroxiapatita.

• Proteínas Colágenas: proteínas que forman las fibras elásticas blancas de tendones, ligamentos y fascias (tejido conectivo).

• Proteínas No Colágenas: Glucosaminoglicanos; necesarios para funcionamiento de los cartilagos. Es importante saber que nuestros huesos y dientes necesitan sustancias vitales que hacen posible que los elementos que los componen funcionen y hagan realidad su misión. Para ello necesitan a los reguladores funcionales del organismo, las imprescindibles vitaminas (Vitamina C, D, K, B6 y Ácido Fólico), todas ellas necesarias para formar el conglomerado de sustancias vitales que hacen posible la absorción, fijación, resorción y mantenimiento de las estructuras óseas y conectivas.

- Características específicas de las sustancias vitales necesarias para un buen funcionamiento óseo:
 - Ácido Ascórbico (Vitamina C): interviene en la síntesis del colágeno, estimulando su formación.
 - Vitamina D: favorece la absorción del calcio a nivel intestinal y su fijación
 - Vitamina K: importante factor para la síntesis de osteocalcina.
 - Vitamina B6: cofactor en la unión enzimática de las fibras colágenas.
 - Ácido Fólico: esencial para una óptima consolidación del metabolismo óseo.
- La falta de calcio puede dar como resultado osteoporosis, osteomalacia, raquitismo, retardado del crecimiento así como, contribuir al desarrollo de enfermedades artríticas. También un desequilibrio hormonal o la falta de vitamina D pueden desequilibrar el aprovechamiento óptimo de este mineral por el organismo. Los calambres y la irritabilidad pueden ser debidos a la falta de calcio (posiblemen-

te también de magnesio); probablemente sea ésta la razón por la cual se ha hecho tan popular la toma de leche caliente por la mañana, ya que el calcio que contiene esa leche calma los nervios (posiblemente también por el triptófano). La mayoría de los alimentos contienen sólo pequeñas cantidades de calcio; la leche y las semillas de sésamo son los únicos que contienen suficiente cantidad como para cubrir las necesidades diarias de este mineral, que en niños de 11 a 18 años oscila entre 800 mg. y 1.000 mg. o los 1.200 mg de las mujeres embarazadas o lactantes; medio litro de leche fresca contiene unos 600 mg. de calcio (aunque en opinión de algunos expertos incluyendo la micla la pasteurización de la leche hace que el calcio sea menos digerible), también como vimos al principio de estas líneas la leche no es un alimento óptimo para el ser humano. Sin embargo las semillas de sésamo bien masticadas y ensalivadas son una excelente fuente de calcio para el organismo, 125 gramos de semilla de sésamo contienen más de 1.000 mg de calcio, la diferencia es ostensible. El nivel óptimo de calcio en el organismo es de 700 - 1.500 mg. diarios. La disminución ósea paulatina provoca:

- Osteoporosis.
 - Deformaciones.
 - Disminución de la movilidad.
 - Depósito de calcio en tejidos blandos (cápsulas, ligamentos, músculos, articulaciones, riñones, y vasos sanguíneos).
 - Otras complicaciones orgánicas.
- La solución para evitar la disminución ósea:
- Una sana y equilibrada alimentación, con alimentos integrales, ecológicos y frescos.
 - Un ejercicio corporal regular que estimule la circulación de la sangre y la linfa.
 - La toma de complementos alimentarios ricos en sustancias vitales y nutritivas.
- Rafael Labhat R.
www.revistanatural.com



Somos Soyarroz S.R.L.
Una empresa que produce

SOYARROZ

Actualmente hemos sacado al mercado argentino una nueva línea de embutidos sin carne, de sabor tradicional, hechos con soja. Por lo tanto estos productos están a favor de los vegetarianos, los naturistas y todas aquellas personas en general que quieran disfrutar de una vida bella y sana.

Nuevos Productos



Preparación: Fritar, saltear u hornear.
En sándwich, pizza, ensaladas, rellenos o salsas.

Elaborado por: **SOYARROZ S.R.L.**
Calle 30 Nº 3934 San Martín, Pcia. de Bs. As. Tel: 4754-1976
Arribeños 2221 Capital Federal Tel: 4786-6622

Cocinero a domicilio

Naturista / Macrobiótica / Light

Víandas personalizadas
Consulte por su caso en particular

Chef Pablo Armenti
(15)3178-8435
pabloarmentichef@gmail.com

Problemas de columna

Dolores cervicales, ciáticos y lumbares
Mareos • Contracturas
Hormigueos • Hernia de disco

EXCLUSIVO MÉTODO JAPONÉS
Manual - Indoloro - Sin medicación

Llegaron las camillas **CERAGEM**
Sensación en Europa ahora en Argentina

Centro Hirochi Yano
Tte. Gral. Juan Domingo Perón 1186, 3º Piso, A
Tel. **4381-1596** www.centrohirochiyano.com

REIKI
Maestría de Reiki
Testeo muscular
Terapias Florales
Masaje Metamórfico
Método
Armonizador GANES
Zona Sur **Monica**
Capital / 4252-5788
(15)3607-7694

Productos NATIVA

Más de 30 años de excelencia y calidad en suplementos dietarios

Fosfoment

Para olvidos frecuentes, falta de concentración, dolor de cabeza y para quienes deseen estimular su capacidad intelectual.

Alto contenido de zinc. Beneficio en problemas de próstata. Utilizado satisfactoriamente en niños con síndrome de Down, en ancianos y personas con Alzheimer.

Multivit

Capur-Vit

Ayuda a prevenir la caída del cabello, piel seca y uñas frágiles. Aporta calcio, vitaminas y nutrientes. Acelera la recuperación de post-operatorios.

flexión

Aporta Colágeno a las articulaciones para estimular la elasticidad. También para quienes realizan deportes de alto rendimiento.

Coraje

Revitalizante físico y mental. Estimula el vigor sexual. Indicado en personas con desgano, decaimiento, desgaste orgánico, estrés. Ayuda a inducir al optimismo.

ALFA dexo

Para una apariencia más joven. Contra radicales libres que producen envejecimiento celular. Ideal para fumadores.

ISOFLAVONAS

Para pre y post menopausia. Ayuda a equilibrar la merma de estrógenos. Con fitoestrógenos o fitohormonas de origen natural.

Consulte a su médico

Nativa combina moderna tecnología con productos de uso milenario

Línea de informes: (011) 4777-6003 / 4772-2885 / www.nativa.com.ar

NATIVA

Los egipcios y Sirio

Los antiguos egipcios mostraban una gran veneración hacia la "estrella del Perro" o Sirio, que se encuentra en la constelación del Can Mayor. Fue Sir Norman Lockyer, astrónomo británico fundador de la revista Nature, el primero en darse cuenta de que muchos templos egipcios estaban alineados hacia Sirio, cuya aparición y desaparición en los cielos sirvió como base a uno de los dos calendarios usados en Egipto. El primero de ellos era de uso popular y de escasa complejidad matemática estableciendo la duración del año en 365 días exactos, pero el basado en Sirio además de servir para fechar cuestiones sagradas y dinásticas, se fundamentaba en observaciones astronómicas extraordinariamente precisas y establecía la duración del año en 365,25 días. Se comprobó, por ejemplo, cómo muchos de los templos egipcios, orientados hacia el sol naciente (lo que dio pie a que los arqueólogos especularan con la existencia de una religión solar), estaban flanqueados por dos obeliscos que, ubicados en un lugar previamente determinado, servían a los sacerdotes para ver sobre la línea del horizonte por donde salía el sol a lo largo del año, pudiendo marcar así el inicio de los solsticios de verano e invierno. Aquel control del Sol sirvió a los egipcios para comprobar que había un día en el que Sirio y el Sol salían por el mismo punto. Comprobaron igualmente que cada cuatro años Sirio se retrasaba un día en acudir a su cita, lo que originó el ciclo de Sirio o sóthico en honor de la diosa Isis o Sothis que se cumplía cada 1460 años; es decir, pasado ese periodo de tiempo el calendario sóthico y el vulgar volvían a coincidir al inicio del año nuevo (1460 años X 0,25 días de error = 365 días). Este calendario sóthico ha permitido fechar con precisión acontecimientos que sucedieron 43 siglos antes de Cristo, lo cual demuestra que hace ya más de cuatro mil años los egipcios conocían estos ciclos.

10 ENCUENTRO PENTARTE JORNADA VIVENCIAL

Domingo 14 de Septiembre de 13 a 20 hs.
En Bacacay, 1715 (Bacacay y Donato Alvarez)
Te invitamos a pasar una jornada completamente vivencial donde diferentes disciplinas y profesionales se unen para que pases una tarde única

- *13.15 hs: Proyectaremos la película: "El Guerrero Pacífico". Pantalla gigante.
- *15.15 hs: Celebrando nuestro Niño Interno a través de la música, los mantrams y los Mandalas

¡IMPORTANTE!
Asistir con ropa cómoda y traer lámparas de colores.
*18.15 hs: con Red de Integración, con abordaje biocéntrico.
ACTIVIDAD DE BIODANZA.
A cargo de Nelida Bidegain y Daniel Maita
*19.15 hs: Sabiduría Ancestral.
RITUAL, PRACTICA CHAMANICA.
A cargo de la Lic. Flavia Carrion
20.00 hs. SHOW DE CIERRE
Para más información www.pentarte.com.ar o 4501-7735
TE ESPERAMOS!
pentarte@pentarte.com.ar | www.pentarte.com.ar

10 ENCUENTRO PENTARTE
Domingo 14 de Septiembre de 13 a 20 hs.
Bacacay 1715 - Flores
Bacacay y Donato Alvarez

13.15 a 20.00 hs
Proyectaremos "El Guerrero Pacífico" Pantalla Gigante

¡IMPORTANTE!
Asistir con ropa cómoda y traer lámparas de colores.
*18.15 hs: con Red de Integración, con abordaje biocéntrico.
ACTIVIDAD DE BIODANZA.
A cargo de Nelida Bidegain y Daniel Maita
*19.15 hs: Sabiduría Ancestral.
RITUAL, PRACTICA CHAMANICA.
A cargo de la Lic. Flavia Carrion
20.00 hs. SHOW DE CIERRE
Para más información www.pentarte.com.ar o 4501-7735
TE ESPERAMOS!
pentarte@pentarte.com.ar | www.pentarte.com.ar

INFORMES:
4501-7735
www.pentarte.com.ar

✓ Actividades vivenciales ✓ Productos
✓ Consultas ✓ Sorteos durante toda la tarde
Sortearemos un SET DE PELICULAS!!

Entrada: \$10.-
Participa de TODAS las actividades y sorteos

Presentación del material "INFINITA ARMONIA"
Mandalas, Mantras y Mantram para Meditar por Goodslupe Bizetso Cubel

FLORIDA NATUMENTOS SRL

Caramelos Rellenos de Miel de Abejas

Propóleo – Propóleo y Eucaliptus
Menta – Propóleo fumador
Eucaliptus y Ambay – Eucaliptus
Tilo – Centella – Aloe vera
Ginseng – Naranja + Vitamina C
Caroteno + Vitamina A

Caramelos ácidos: Fucus (Algas marinas)
Caramelax: con Fibras, Lino y Psyllium
(ante cualquier duda consulte a su médico)

Florida Natumentos: 4761-0375
floridanatumentos@gmail.com

ADQUIERALO EN SU DIETETICA O FARMACIA AMIGA

LA HIPNOSIS CLÍNICA REPARADORA® Un recurso terapéutico en plena expansión

La HIPNOSIS CLÍNICA REPARADORA® es un desarrollo personal que he efectuado de los recursos hipnóticos y que ha resultado eficaz en muchísimos casos para curar no solamente casos de ansiedad, inhibiciones, baja autoestima, miedo, depresión, fobias, pánico, etc., sino también de síntomas crónicos que médicamente habían sido catalogados como incurables: Jaquecas, soriasis, coloms irritables, colitis ulcerosa, enuresis en adultos, síndrome de fatiga crónica post viral, etc.

No se trata de una pírcima mágica que lo cura todo, sino de una utilización específica de los recursos hipnóticos para investigar los orígenes de los síntomas y lograr entonces su desaparición cuando se logra su esclarecimiento.

El paciente nunca pierde la conciencia: escucha, entiende y luego recuerda todo lo vivido. En ese estado de concentración que no es de "inconciencia" sino de "hiperconciencia" regresa mental y emotivamente a los sucesos dolorosos que pueden haberlo marcado en su niñez, los que una vez identificados son "reparados" para que no sigan lastimando más. Esta técnica también se utiliza para regresar a vidas anteriores e impedir que sucesos que no son de esta vida le impidan ser feliz.

Hace años que tengo el orgullo de haber formado en estas técnicas a docenas de excelentes profesionales en Argentina, México, Uruguay, Chile, España e Israel.

Y me encuentro a las puertas de nuevos cursos internacionales a dictar en los próximos tres meses: Todavía en Agosto dictaré uno en Buenos Aires y luego lo haré en Barcelona, España y en Culiacán, Hermosillo, Puerto Vallarta, León y Querétaro, en México. Pero la HCR en ante todo

una terapia y debe estar, por lo tanto, a disposición de quien la necesite. Por eso quienes deseen recurrir a la HIPNOSIS CLÍNICA REPARADORA® como la excelente herramienta terapéutica que es y que les permitirá en tiempos muy breves solucionar sus problemas psicológicos y espirituales, podrán dirigirse al INSTITUTO SCHAROVSKY donde serán atendidos por profesionales calificados que han sido preparados en esta técnica, y que los atenderán bajo mi supervisión.

Lic. Armando M. Scharovsky

INSTITUTO SCHAROVSKY
de HIPNOSIS CLÍNICA REPARADORA®
HIPNOSIS CLÍNICA REPARADORA
Oportunidad única:
CURSO INTENSIVO DE AGOSTO
Curso en solo tres días los Niveles 1 y 2:
- HIPNOSIS
- REGRESIONES A VIDAS PASADAS
- REGRESIONES A LA NIÑEZ
- REPARACION DE TRAUMAS DE LA INFANCIA
Sábado 16, Domingo 17 y Lunes 18 de Agosto de 9 a 20 hs.
Destinado a Profesionales de la Salud y Público en general
\$ 800 - Se otorga Certificado

INSTITUTO SCHAROVSKY
RIVADAVIA 2057 9° C - Capital
Tel. 4952-3470 y 4951-0017 de 10 a 20 hs.
www.hipnosisclicnicareparadora.com
instituto@scharovsky.com

La Diosa: fuente del Universo

Y sí... como nuestros más antiguos antepasados supieron en lo más íntimo de su ser, hemos vuelto a descubrir que la Fuente es la Diosa.

Doncella, Madre y Anciana; libre, constructora, nutricia y sabia, la Triple Diosa renace en nuestra conciencia después de un silencio impuesto a sangre y fuego durante 7.000 años.

Hace mas de una década, con el descubrimiento del genoma humano, una ciencia estadounidense descubrió que la totalidad de la información necesaria para la vida se encuentra en el par de cromosomas XX, que denota a la hembra. Este par transmite a su descendencia de ambos sexos una proteína, el ADN mitocondrial sin la cual la célula

no puede vivir. El par XY, que denota al macho, deviene así de una posible mutación de uno de los cromosomas X, por eso no contiene toda la información para experimentarse como ser masculino en esta vida. Un antiguo mito de la creación del Universo, muy anterior a los que conocemos por la Biblia y otros libros religiosos, cuenta que: "A solas, impresionante en su belleza, completa en sí misma, la Diosa cuyo nombre es imposible de pronunciar flotaba en el Abismo de la Gran Oscuridad, antes de que todas las cosas fueran. Y mientras miraba en el espejo curvo del oscuro universo, vio el radiante reflejo de su propia luz y se enamoró de él. Por el Poder que

habitaba en Ella hizo el Amor con su propio reflejo y lo llamó Miria, la Maravillosa. De este éxtasis pasó la canción singular que existe en todo lo que es, ha sido o será, alguna vez. Y con la creación del movimiento del que nacieron los círculos y las esferas de los mundos. La Diosa se llenó de Amor y dio a luz una miríada de espíritus brillantes que llenaron los mundos y dieron origen a todos los seres. Y en aquel grandioso instante Miria, impulsada hacia afuera, se vio haciendo cada vez más masculina a medida que se alejaba de la Diosa. Así se

convirtió en el sonriente y amoroso Dios compañero. Desde entonces, el deseo lo vuelve a atraer hacia la Diosa.

Diosa alrededor de la cual gira eternamente, buscando reunirse con ella a través del Amor.

Todo comenzó con el Amor, todo busca retornar al Amor. El Amor es la ley, la maestría, la sabiduría y el gran revelador de los Misterios."

Cludia Vico
artediosa@hotmail.com



DOLORES del cuerpo y el alma?

ACUPUNTURA TAOISTA

REEDUCACION POSTURAL GLOBAL (MEZIERES)
OSTEOTERAPIA MIOFASCIAL
QUIROPRAXIA **4982-1889**
Consulte por su MAL - ESTAR
KINESIOLOGO H. LAGMAN m.3799 USA

LCNERIA FEMENINA OUTLET DIRECTO DE FABRICA

Conjuntos en Promoción **\$25.-**

por MAYOR y MENOR
J.R. de Velasco 690 Tel: 4856-8885
(Entre Malabia y Novoselo - Villa Crespo, C. de Fed.)
ljerlingerie@fibertel.com.ar
Lunes a Sábados de 10 a 19hs

CTB Centro de Tratamientos Biomagnéticos

Tratamientos para el dolor y el estrés

DLB (Drenaje Linfático Biomagnético)
Shiatsu - Acupuntura - Reflexología
Técnicas tibetanas para la columna
Terapia Floral (Lic. en psicología)
Breves y focalizadas - Para adultos y adolescentes.

Ayacucho 984 - 7 "A" Capital
4961-0975 / 4963-5896
(15)6305-3936 / (15)4414-3744

Terapia de la Memoria Celular

Averigua qué bloquea tu crecimiento

- En tu trabajo
- En tus estudios
- En tu arte
- En tu deporte
- Con tu pareja
- Con tu familia

¿Qué genera tu Estrés?

Turnos (15)5517-6606 / 4771-1196
untiempodelax@yahoo.com.ar En Belgrano

FARMACIA HOMEOPATICA LIBERTAD

Miriam N. Bruno, Monica Albanese DT - Farmacéuticas
"La naturaleza al servicio de la salud"

Medicina Ayurveda Laboratorio Homeopático Tinturas Madres
Terapias Florales Dinamizador Propio Remedios Florales
Tinturas Espagircas Herboristería Gemoterapia y Aromaterapia

Anticipación de pedidos telefónicos RECETAS MAGISTRALES
Libertad 861 Capital Federal Tel/Fax 4816-3040 y sus filiales
farmacia-libertad@fibertel.com.ar Envío a domicilio

TERAPIA COLONICA

Práctica de reconocida eficacia en los mejores centros de salud y estética de Europa y EEUU

Potencia los tratamientos dirigidos a ponere en forma (celulitis, sobrepeso, várices, stress) - Elimina toxinas
Aumenta el tono vital, rejuvenece y equilibra tu estado de ánimo - Mejora las enfermedades crónicas.

Tratamiento seguro, efectivo e indoloro.
Realizado por profesional médico.

Dra. Angela Riddell
Tel.: (011)4702-0704 / (15)5808-7060
madrenaturacolonica.com.ar / www.terapiacolonica.com.ar

Liberar: he aquí la cuestión

El término "liberación" tiene diversos sentidos y es posible que algunas personas le apliquen por un lado un significado propio de prácticas chamánicas, aún en el ámbito espiritual y religioso, y por otro lado, un enfoque social, psicológico o político. Cuando empleamos el término en el contexto de la Teología Mística, nos referimos a un profundo proceso interior, centrado en la manifestación de nuestro ser Crístico. En la simbología sagrada, se expresa este proceso como la "liberación del Santo Sepulcro" y el descubrimiento del "tesoro escondido". En el primer símbolo, se muestra un poder transformador que ha permanecido oculto y frecuentemente ignorado. En el segundo, es necesario, limpiar, desejar vaciar y poner de manifiesto lo que ha permanecido cubierto, por el velo de la ilusión. En ambos casos, la experiencia conduce a un "darse cuenta" que "levamos un tesoro en recipiente de barro". Este tesoro es el Poder inmanente que anda oculto en las formas creadas en virtud del Principio de la Crucifixión Cósmica del Logos. Esta nueva manera de ver se inicia y crece a medida que comprendemos el Principio Divino del Ser - Todo proviene del Uno, todo retorna al Uno - y la Ley de la Filiación Divina, por la cual invocamos al Ser Supremo como "ABBA" - esto es, Papá - y en consecuencia, nos reconocemos de su mismo linaje.

De modo que, al ingresar mediante esta percepción espiritual, en el círculo interno de la Iniciación, advertimos que no es tanto, liberación "de", sino liberar "a". Es decir, que se trata de un despertar y desvelar en nosotros, nuestra naturaleza espiritual y divina, como una progresiva manifestación de nuestro ser esencial y permanente. Al morar en la conciencia espiritual y divina, el Inicio, se sitúa en un plano trascendente y queda automáticamente liberado, de la ilusión engañosa de la conciencia material, y de sus frutos amargos, como la ignorancia, el temor, la ira, la separación, la desesperanza, la superstición... que son la materia prima para los operadores de ejercicios. De modo que, en el trabajo de ascenso espiritual, ya no se trata de afanarse para desatar los apogios de la naturaleza material, sino de rescatar, redimir o liberar, "el Poder oculto en el Santo Sepulcro", que al manifestarse, "quita los pecados del mundo". Esta es la conciencia que ha permanecido morando bajo el poder de la ilusión, y sometida a la servidumbre de las leyes materiales. Este poder de la ilusión es al que alegóricamente llamamos: el Príncipe de este mundo. Liberación no implica por lo tanto, imprecisar para remover y expulsar algo malo que nos posee, sino hacer fluir en los vehículos de

nuestra personalidad ese Poder espiritual y Divino que constituye nuestro ser esencial. Recordemos que somos "Espíritu Viviente" (Ge.2.7). Ese Poder es como la luz que disipa la oscuridad. Opera la transmutación de la conciencia. Cuando encendemos la Luz Divina en el altar de nuestro corazón, no es necesario agitarse o gritar para alcanzar nada afuera. Como cesa la oscuridad por la presencia de la luz, así cesa el poder de la ilusión, con la manifestación de la conciencia Crística. Surge un nuevo ser. Ese nuevo ser mora en la Luz, la Vida, el Amor, la Esperanza, la Salud, el Gozo, la Paz, la Fortaleza. Es una nueva manera de ser en el mundo. Así es como aplicamos plenamente la recomendación del Divino Maestro, cuando nos exhorta a buscar primero el Reino de Dios sabiendo que lo demás se da como consecuencia. Y mientras nos detenemos en la consideración del gran principio espiritual: "El Reino de Dios está dentro de nosotros mismos", permanceamos atentos a las palabras del Maestro Eckhart, dejando que esas sagradas vibraciones nos envuelvan: "La semilla de Dios está en nosotros. La semilla de la naturaleza Divina. Esta semilla es el Hijo de Dios. Dios nace en nosotros. Engendra en nosotros a su hijo, y el hijo se revela en el alma". Lic. Carlos A. Papaleo Mar Athanasios, Seminarios "Teología Mística" 4313-8957

La Virgen de Guadalupe y la proporción áurea

La crítica artística afirma que una obra es bella y perfecta cuando se encuentra en ella armonía entre el color, la línea, la luz y la composición, entre otros elementos. Una de las formas más bellas para lograr esta armonía es por medio de la llamada proporción dorada o áurea. La imagen original de la Virgen de Guadalupe, estampada en el ayate (manta) del indio Juan Diego, cumple con esta perfección extraordinaria, de acuerdo con el análisis que ha hecho el doctor Juan Homero Hernández Illescas. La proporción dorada está formada por un cuadrado al que se le agrega un rectángulo, para formar un espacio donde el lado menor corresponde al mayor en una relación de 1 a 1.6181... denominada número áureo. La proporción dorada se encuentra en todas las manifestaciones del arte desde Mesopotamia, Egipto, Grecia y Roma, hasta nuestros días. Se emplea en la escultura, la arquitectura, la pintura y existe

entre las diferentes partes del hombre, de los animales y de las plantas, actuales o fósiles. También aparece misterioso en la música, la literatura (en especial en la poesía), en el microcosmos (en la forma en la que se agrupan los átomos) y en las galaxias, es decir, en el macrocosmos. Es patrón universal e intertemporal de perfección, equilibrio, balance, elegancia, delicadeza y belleza. Al analizar la imagen original de la Virgen de Guadalupe encontramos el cuadrado de la proporción dorada. A partir de éste aparecen más cuadrículas y rectángulos en toda la figura, así como formas verticales y horizontales simétricas. De manera maravillosa, justo en el vientre de la Virgen Moreña, se enmarca, denominada número áureo. La proporción dorada se encuentra en todas las manifestaciones del arte desde Mesopotamia, Egipto, Grecia y Roma, hasta nuestros días. Se emplea en la escultura, la arquitectura, la pintura y existe



del tiempo. Con el Nahui Olin en su vientre la Virgen de Guadalupe confirma a los indígenas que es la madre del Dios Verdadero, Jesucristo, que ella trae al Nuevo Mundo para darlo a conocer. Es precisamente la parte más importante del ayate de Juan Diego. La Guadalupeana es portadora de un mensaje cristocéntrico que los indígenas pudieron comprender inmediatamente, por eso se convierte en la primera y más importante evangelizadora de América.

"La Virgen de Guadalupe y la Proporción Dorada" Dr. J.H. Hernández Illescas www.virgendeguadalupe.org.mx



El Nahui Olin La flor nahui

La primera Civilización

La sensación que se tiene es que el hombre del megalítico y el de Sumer compartieron el mismo maestro. El súbito desarrollo de brillantes culturas tras más de 5000 generaciones humanas y la ausencia de cualquier registro sugieren intensamente la intervención de una tercera parte hasta ahora desconocida. El principio de lógica formal conocido como "navaja de Occam" establece que "las entidades no deben multiplicarse sin necesidad". Esto significa que no deben crearse solu-

ciones elaboradas cuando con las sencillas hay suficiente. Y nosotros no podemos pensar en otra solución más sencilla que aceptar que los registros contemporáneos de las primeras civilizaciones en realidad quieren decir lo que dicen. Desafortunadamente, no existen registros documentales de las tradiciones neolíticas. Pero sabemos que los sumerios y los antiguos egipcios afirmaban específicamente que un grupo de gente con poderes divinos - al menos así les había parecido a ellos - habían llegado

desde no se sabía donde para enseñarles técnicas de manufactura. Esos "Observadores" fueron tomados por dioses, pero se decía que tenían el aspecto de seres humanos normales, y vivían y morían como cualquier persona. Aunque hoy en día está de moda descartar los antiguos mitos y leyendas como si fueran poco más que cuentos de hadas, para nosotros esta explicación tiene más sentido que cualquier otra.

"La Primera Civilización" Christopher Knight, Alan Butler

Como seguir siendo joven y saludable toda la vida... el secreto revelado!!!

La Abejita  **Pol en Reconvertido**
CRINWAY
 Distribuidor independiente
 Indicado para personas con stress, depresión y agotamiento psicofísico
 Bio estimulador del reloj biológico Natural, Rejuvenecedor y Antioxidente
 Apto Celíacos / Parve **Vivir hasta los 120 años es posible**
Entrega sin cargo y asesoramiento / 4635-6365 / (15)6614-6217

El sabor natural de la levadura

TITAN es una levadura natural en copos de excelente calidad y pureza, el aporte más sano a la creciente necesidad de productos naturales que su organismo demanda. Debido a que no tiene poder leudante no presenta ningún riesgo de fermentación. Es un producto sin contraindicaciones, que no contiene aditivos químicos ni saborizantes.

Como consumir
 La levadura natural en copos Titan se combina y adapta con facilidad a la mayoría de los alimentos, sean estos salados o dulces.
 Con el delicado y suave sabor de TITAN descubre por sí mismo la combinación que le resulte más agradable: agréguela a ensaladas, sopas, caldos, yogures, carnes, salsas y cualquier otra comida, o disuélvala fácilmente en jugos. Se recomienda como mínimo ingerir diariamente 2 cucharadas soperas.

Beneficio del consumo diario de TITAN

- ✓ Suministra energía, favoreciendo la salud del sistema nervioso y del aparato digestivo.
- ✓ Combate el cansancio físico, la fatiga y el estrés.
- ✓ Facilita la regeneración de la flora bacteriana intestinal y actúa como protector hepático y depurativo.
- ✓ Contribuye al cuidado y conservación de la piel, las uñas y el cabello.
- ✓ Es una fuente natural de vitamina del grupo B.
- ✓ Producto sin gluten, apto para celíacos.



La levadura natural en copos Titan se combina y adapta con facilidad a la mayoría de los alimentos, sean estos salados o dulces.

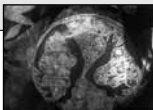
Con el delicado y suave sabor de TITAN descubre por sí mismo la combinación que le resulte más agradable: agréguela a ensaladas, sopas, caldos, yogures, carnes, salsas y cualquier otra comida, o disuélvala fácilmente en jugos. Se recomienda como mínimo ingerir diariamente 2 cucharadas soperas.

- Beneficio del consumo diario de TITAN**
- ✓ Suministra energía, favoreciendo la salud del sistema nervioso y del aparato digestivo.
 - ✓ Combate el cansancio físico, la fatiga y el estrés.
 - ✓ Facilita la regeneración de la flora bacteriana intestinal y actúa como protector hepático y depurativo.
 - ✓ Contribuye al cuidado y conservación de la piel, las uñas y el cabello.
 - ✓ Es una fuente natural de vitamina del grupo B.
 - ✓ Producto sin gluten, apto para celíacos.

Las piedras de Ica

Mapamundi de la Tierra en un pasado remoto, reflejado en la misteriosa "biblioteca de las piedras de Ica, Perú. También los conocimientos astronómicos se encuentran reflejados en esta increíble y misteriosa "biblioteca". En decenas de piedras aparecen

estrellas, planetas y cometas. Uno de éstos - el llamado cometa Kohoutek - registrado en 1973, fue grabado en una enorme piedra de casi 900 kilos. Y uno se



Mapamundi de la Tierra en un pasado

pregunta ¿cómo es posible, si la órbita del Kohoutek es tan dilatada que precisa de 100 millones de años para cruzar frente a la Tierra? "Planeta encantado" J.J. Benitez

Soluciones Odontológicas Integradas

* Niños y Adultos * Consulta sin cargo Odontóloga de la UBA

Caries: luz Halogena \$ 30	Perno + Coron.Porc.: \$320
Cirugía: extracción \$ 35	Perno + Co.frente Est.: \$200
Trat.de Conducto anterior: \$ 60	Posterior: \$ 90
Cromo: \$ 330	Completa: \$ 230
Prot.de Acrílico: \$ 220	

Consulte además por: Blanqueamientos / Prótesis flexibles transparentes
 Recuerde que una sonrisa sana no solo es parte de una vida feliz, sino una carta de presentación ante cualquier trabajo.
 Solicitar turno al (15)6722-4545 / kaelram73@yahoo.com.ar

SABOREA Y DEGUSTA...

productos artesanales

SABOR DE LA NIÑEZ

sin conservantes

Probá nuestra nueva línea de galletitas y panificados con:
 Amaranto - Chia - Soja - Quinoa
 Galletitas integrales con y sin sal - Budines de soja
 Tartas y tortas - Panificados integrales - Alfajores
 Sandwiches y empanadas integrales
 Rotisería integral - Línea light
Precio especial a distribuidores y mayoristas
 LAVALLEJA 770 - CAPITAL TEL.: 4854-8080 / 4857-0961

Anillo Atlante, equilibrador de las energías

Usos del Anillo Atlante: Los portadores del anillo que practican la curación, ven incrementada notablemente su capacidad curativa. Promueve la sanación.

- Revitaliza y carga al cuerpo con energía vital.

- Armoniza. El grabado interior Lemniscata es la figura que describe la forma de vibración de la energía, cuya función es servir de multiplicador energizando y extrayendo energía negativa.

- Sus pirámides: permiten captar, acumular, potenciar y emitir energía cósmica, en forma de vibraciones electromagnéticas, por medio de leyes y fenómenos aún desconocidos, pero comprobados por múltiples experiencias.

- Sus aristas: de forma triangular, interconectan las seis pirámides, formando una red que condensa la energía captada por éstas y las redistribuye en ambos sentidos hacia los triángulos.

- Sus triángulos: depuran las energías transformándolas en positivas y fluyen hacia el interior del anillo atlante, por los orificios de sus vértices.

- Los 4 orificios: diametralmente opuestos, forman una cruz y son las vías a través de las cuales fluyen las energías. Las positivas hacia el interior por los orificios de los vértices de los triángulos y las negativas hacia el exterior por los dos restantes, formando así, un circuito bioenergético que transforma permanentemente las energías negativas en positivas, que fluyen y se multiplican.



Meñique: PROSPERIDAD
Respiración, Intestinos

Anular: SALUD
Funciones Cardiacas, Digestión, Artritis, Descalcificación Osea, Cerebro y Genitales

Medio: AMOR
Coronarias, Médula y Músculos

Índice: INTELIENCIA
Sistema Nervioso, Hígado

Pulgar: SABIDURIA
Laringe, Circulación, Sistema Urinario y Oseo

convivir: Av. Santa Fe 1140 Local 15, Cap. de los Andes 4815-5240
diarioconvivir@fibertel.com.ar

NO MÁS DOLORES!!! Con Energía Pránica, sin Drogas ni Medicamentos RECUPERE LAS ENERGÍAS PERDIDAS

Que es la sanación con Energía Pránica, con alivio instantáneo del dolor, sin emplear drogas ni medicamentos? Es una de las ciencias más antiguas de la humanidad, que le pueden aplicar aquellas personas que son canales de energía y que pueden dirigir y proyectar esa energía para resolver diversos problemas de salud y el recupero de energías, sin drogas ni medicamentos, con resultados realmente extraordinarios: donde el paciente siente en pocos minutos un alivio de sus dolencias. Esta Sanación se puede aplicar para diversas dolencias con grandes resultados en dolores de espalda, hernia de disco, contracturas, cervicales, stress, jaquecas, migrañas, ansiedad, cansancio, dolores musculares, depresión, insomnio, asma, angustias, falta de energías, etc. Poseo un extenso fichero con historias de pacientes donde cuentan los diversos tratamientos que recibieron y sus resultados. Como el de Mariana, con varias hernias de disco, y lista para operarse, pero ella no quería porque no le garantizaban el resultado y buscaba alguna otra solución que no sea la operación. Después de la segunda sanación Mariana se dio cuenta que había encontrado la solución de sus dolores sin operarse y hacer una vida normal. Oíra, la de Roberto L., arquitecto,

que no sabe lo que tiene, se le cortó todo lo que empieza de su trabajo, muy estresado, no duerme bien por los problemas, siente que le liran malas ondas. Muy deprimido y vencido, que ve todo negro. Con la primera sanación sintió como que le sacaban algo de encima. Cuando vino por la 2da. sanación Roberto era otra persona, muy cambiado, contento y en especial en su trabajo, viene tanto en tanto. Mandó a su hija. Otro caso es el de Lidia Ester. Diez años con depresión medicada, viuda, vive con una hija, miedo a la soledad, no hay nada que le alegre, no tiene entusiasmo, negativa, docente en tareas pasivas. Con la primera sanación se fue muy bien. Cuando regresó a la semana no era la misma persona, otra expresión en su cara, ojos bien abiertos, muy contenta y una cosa muy importante, Lidia sigue viniendo como un mantenimiento para no perder el estado de bienestar conseguido y no para de agradecer. Otra historia muy linda es la de Haydee, que la trato hace 10 años, hoy tiene 83 años. Cuando vino por primera vez en febrero del 98 tenía problemas de cervicales, mareos, pequeños dolores del sacro y lumbalgias y lo más importante, se sentía sin energías. De la primera Sanación con Imposición de Manos sintió una gran

diferencia. Con la segunda, cambio totalmente su vida. Haydee viene 1 vez por mes, con energía recuperada, más joven y vital. Clara M. operada de una hernia de disco, 15 años atrás, todo bien. Hoy de nuevo otra hernia de disco con fuertes dolores, no se quiere operar, también pasó mal y se torció el pie derecho, quiere estar bien pero preocupada por sus dolores. Busca la alternativa de no operarse. Le recomendaron la Sanación

con Energía pránica, vino con fe. Con la primera sanación quedo contenta y muy entusiasmada. Cuando vino por la segunda sanación feliz cuenta que tuvo una buena semana y que no tuvo necesidad de tomar calmantes. Cuando vino por tercera vez, recuperada totalmente, que estuvo once diez días en la playa y se sintió muy feliz y pudo recuperar la alegría de vivir

José Düer
joseduer@sinctis.com.ar

SANACIÓN CON ENERGÍA PRÁNICA

Solución inmediata a sus dolores
sin drogas ni medicamentos y sin tocar al paciente

Espalda - Contracturas - Cervicales - Stress
Jaquecas - Ansiedad
Falta de energía y vitalidad
Cansancio - Lumbalgias - Obesidad
Imposición de manos

Honorarios comunitarios

No es Reiki
Es un Don Natural
Consultar sin compromiso
Atención en Belgrano,
Lomas de Zamora, Bernal y Morón

Sr. José Düer - 4786-9135

La física cuántica ¿y los procesos sociales?

Para la física cuántica, cualquier realidad es posible, pero, según sea el "observador participante" sólo se concreta una: todo es posible y sólo hay una concreción; todo es posible aunque se concrete sólo una expresión. El potencial cuántico depende de las interacciones entre las "partículas" del sistema y el contexto.

Si proyectamos los principios de la mecánica cuántica al escenario de lo social, podemos concluir que cualquier estructura se sostiene porque no se cuestiona.

Las realidades son alimentadas por la rigidez de los pensamientos, que se adueñan de nuestra capacidad de conocer, y que, como verdaderas

muralas, nos impiden acceder a una comprensión mayor de aquella realidad última que perseguimos, incansablemente, los humanos de todos los tiempos.

La comprensión de esto nos lleva a observar la realidad a partir de su potencia de creación, no sólo de su concreción temporal, y a mirar, críticamente, la posible arbitrariedad de aquel pensamiento que se sostiene con afán categorizador, porque limita las posibilidades de conocimiento, de creación y de cambio, impidiendo que se despegue toda aquella otra realidad que no está dentro de su ángulo de focalización.

Alicia Montesdeoca
www.lendencias21.net

Periodismo Alternativo (15) 730-7682

Farmacia "CENTRAL" ROBERTO N. ALFANO
Farmacéutico
LABORATORIO DE RECETAS HOMEOPÁTICAS Y ALOPÁTICAS - FLORES DE BACH

PRODUCTOS NATURALES
ALQUILER Y VENTA DE SILLAS Y CAMAS ORTOPÉDICAS
CONFECCIÓN DE PLANTILLAS Y ZAPATOS

Envíos a domicilio - OBRAS SOCIALES
RIVADAVIA 16031 - HAEDO - Tel. 4659-1321

La Colmena Dietética

Farmacia Naturista - Jalea Real - Polen reconvertido
Hierbas Medicinales - Flores de Bach y Tinturas Madres
Panificados y Comidas - Miel suelta - Cosmética Natural
Varela 33 4302-6261
www.dietetalacolmena.com.ar / lacolmena@flashmail.com

Vida Plena Proveduría Naturista

Comida Artesanal
Productos naturales y orgánicos
Asesoramiento nutricional
Los mejores productos al mejor precio
Av. Rivadavia 8356 Capital 4636-0215

Norma Canepa
Astróloga y Terapeuta

Tel. (15) 6050-6042
www.institutozen.com.ar / info@institutozen.com.ar

DIETÉTICOS ONCE
ESPECIAS - FRUTAS SECAS
Productos para Diabéticos y Celíacos
COMIDAS SIN SAL
COSMÉTICA NATURAL - HERBORISTERIA
VALENTIN GOMEZ 2902 TEL. 4864-7042

NUMEROLOGÍA
Para el despertar del ser

Sonia Mónica Vargas Estudios personales - Seminarios numerología
Talleres - Test vocacional
4433-5268 - En FM Dakota 104.7 Lunes 13 a 14hs.

DIETÉTICA LOS MANZANOS

Legumbres - Especies
Suplementos dietarios
Hierbas naturales
Productos nacionales e importados
No cerramos al mediodía
Virrey del Pino 2644 Capital
4785-9952

DIETÉTICOS PALPA

ESPECIAS
FRUTAS SECAS
Productos para diabéticos y celíacos
COMIDAS SIN SAL
COSMÉTICA NATURAL - HERBORISTERIA
Palpa 2416 Tel: 4788-5763 (Alt. Cabildo 1000)

DIETÉTICA Delivery 4902-6584

Av. Rivadavia 5264
su.dietetica@gmail.com

Farmacia San Rafael de Rubén Otero

Habilitada por Salud Pública venta y asesoramiento
Hierbas Medicinales - Tinturas Madres
Productos Naturales - Esencias
Remedios Florales - Homeopatía - Laboratorio
A la vuelta Iglesia San Cayetano frente estación Liniers.
Francisco Viedma 6967 Te.: 4642-5200

De Nueces y Avellanas Dietética

Suplementos dietarios - productos para el Colesterol - Cereales y Legumbres Diabetes - Celíacos
Obesidad - Hipertensión
Gral Artigas 2219 (casi esq. A.Jonte) (15)5567-6547

Luz Naturista
Productos Dietéticos

Agüero 1406
Tel: 4825-1820

MASAJES Palermo - Mataderos
Descanso terapéuticos - Relax
Cosmetología integral.
Ambos sexos.
Domicilio o gabinete
Claudia y José
4831-7317 / (15)4078-7829
galondos@hotmail.com

VIVAMÁS ANIA S.R.L.

Para una alimentación sana ANIA S.R.L. ofrece sus productos VIVAMÁS

Elaboración de Alimentos Naturales
Milanesas de Soja - Pizetas - Budines con gluten
Budines integrales - Tapas de empanadas y pascualinas
Papas de avena y otros - Alfajores
Distribución de Aceite y Harina de Chia con alto contenido de Omega3
Pavón 2107, Cap. 4941-6848/2650 / 4620-5693

Esteticista Terapeuta Kinecológica
Masajes desc., reductores / Reiki
(15) 3642-2318 Maki (Damas solamente)

DIETÉTICOS URIBURU
COSMÉTICA NATURAL - MIEL PURA - HERBORISTERIA
COMIDA SIN SAL - Celíacos - Diabéticos - Hipertensos - Macrobioóticos
Uruburu 69 - Capital. Tel. 4952 - 1400

ALMACÉN NATURISTA Macarena Diet

*Harinas * Legumbres
* Cereales * Panes
* Herboristería...
Murguiondo 3457
(15)5568-9300

Almacén Natural Rejuvenecedor biológico CRINWAY

Oleos Esenciales Concentrados de Polen
DIETÉTICA - PRODUCTOS ORGÁNICOS - COMIDAS NATURALES
HIERBAS - SUPLEMENTOS DIETARIOS

Polen reconvertido - Aceites especiales - Productos y barra de Chia
Línea MONACAL - Línea APÍCOLA - Línea ANDINO - Todo 1° calidad
Almacén Natural. Sarmiento 3693 - 4866-4664

centro óptico delsol Lentes de Contacto - Audiología - Fotocámet
Atendemos Pami (Anteojos sin cargo)
Dtos. a O'PERYH - Unión Personal Ob.SBA - Consolidar y otras
Varela 34 - Flores Telefax: 4613-2692

Juana de Jesús BELLEZA INTEGRAL AMBOS SEXOS
Peluquería - Masajes Descontracturantes
Relax - Unaes Esculpidas - Reflexología
Matabía 2478 PB Desp. 4 (esquina Santa Fe)
4831-8913 / 4383-7668

La conquista de América y la herboristería

En la conquista de América, después de la caída de la Gran Tenochtitlan, los frailes acompañados de indígenas traductores realizaron un censo de todas las plantas y sus propiedades curativas, este censo se conoce con el nombre de "Códice Vadiano", sin embargo éste solo es una pequeña muestra de los conocimientos que tenían nuestros antepasados acerca de las plantas medicinales. Los Mayas, Nahuas, Mixtecos y Zapotecos por mencionar a los principales grupos de indígenas de aquella época tenían un gran conocimiento de la herboristería. Durante el desarrollo de la cultura mestiza, los conocimientos de la herboristería tomaron dos caminos distintos:

1) paso a formar parte de la teoría de los principios activos, que con el tiempo se integró al uso de la medicina alópata u ortodoxa

2) cuando llega a ser parte de la cultura común y es conocida como la herboristería tradicional. Cuando el mestizaje se consumó, la herboristería se mantuvo dentro del saber popular de los pueblos indígenas, ya que son éstos los que conocían las plantas silvestres y

sus cualidades terapéuticas, mientras que las mujeres conocían las propiedades de las plantas que cultivaban en los huertos familiares, los cuales estaban ubicados en la parte posterior de las casas donde cultivaban vegetales comestibles y curativos. De este modo transcurrieron casi 300 años en los cuales toda la información de la herboristería se iba transmitiendo de generación en generación de forma verbal. Posteriormente se produjo una importante migración de los indígenas y campesinos hacia las ciudades, éstos inmigrantes llevaron consigo la tradición de la herboristería la cual con el tiempo se fue diluyendo con la aparición de la medicina oficial, sin embargo algunas de estas familias mantuvieron la tradición de la herboristería hasta el punto de convertirla en una profesión, gracias a esto se ha sistematizado el uso de plantas para males específicos. De esta manera el legado milenario de la herboristería ha sido difundido en México para atender a la salud de todos los habitantes y cuyo efecto curativo está al alcance de todos.

Caléndula (Calendula officinalis)

Esta planta viene siendo aplicada para curar pequeñas dolencias y problemas dérmicos, como quemaduras de sol, rasguños o golpes. En el pasado fue utilizada para sanar varias dolencias como fiebre, úlceras e infecciones de la piel. Actualmente los especialistas centran sus propiedades terapéuticas en el uso tópico para tratar ecemias, erupciones, úlceras, quemaduras, pieles agrietadas, picaduras de insectos, inflamaciones y otras lesiones cutáneas. La inflamación y el dolor de garganta se pueden tratar por medio de un té astringente hecho con flores secas de caléndula. Los compuestos activos de la caléndula son antiinflamatorios y flavonoides, algunos estudios demuestran que los pétalos de la caléndula contienen propiedades antibióticas, antivirales, antiinflamatorias, astringentes y antisépticas y pueden incluso tener acciones inmoestimulantes.

Algunas de sus propiedades terapéuticas:

- **Anti-inflamatoria:** eso debido a la inhibición de la lipoxigenasa y a sus antioxidantes y captadores de radicales libres.

- **Antiséptica y cicatrizante:** al potenciar la epitelización y regeneración de la piel dañada, estimulando la síntesis de glucoproteínas, nucleoproteínas y colágeno durante el periodo de regeneración tisular.
- **Antibacteriana y fungicida.**
- **Antiespasmódica:** combate los espasmos, las contracciones e infecciones de la piel.
- **Emenagoga:** como regulador de los periodos menstruales y calmante de los dolores.
- **Emoliente:** suaviza, tonifica e hidrata la piel, de hecho ya son varios los cosméticos que utilizan la caléndula dentro de sus componentes.
- **Callicida:** provoca la desaparición de verrugas víricas de la piel, debido a su contenido en ácido acetyl-salicílico.
- **Colerética:** estimulante de la actividad hepática, principalmente en la secreción de bilis es recomendada en infusión en casos de congestión o insuficiencia hepática.
- **Antilúlcera:** cicatriza úlceras de estómago y duodeno, es eficaz en gastritis, gastroenteritis y vómitos.

Los usos más comunes

Queimaduras de primer grado: Sana y alivia las quemaduras gracias a su acción antiinflamatoria, astringente, antiséptica y calmante, a la vez

ayuda a una rápida cicatrización de la herida.

Pie de atleta: diversas investigaciones en laboratorios han demostrado que contiene efectos fungicidas.

Picaduras de insectos: puede reducir la inflamación y el picor producido por picaduras de insectos e incluso puede prevenir la infección por sus propiedades antimicrobianas y su acción astringente ayuda a una rápida curación.

Heridas ulcerosas: se recomienda realizar enjuagues bucales con una mezcla hecha con flores de caléndula para la inflamación y los germenos que causan estas molestias.

Problemas dérmicos: es conveniente para tratar problemas como acné, llagas, irritaciones cutáneas, forúnculos, dermatitis, grietas, piel seca y sensible y gingivitis.

Curación de heridas: acelera la curación de heridas. Las lociones y otras preparaciones tópicas de caléndula de elaboración artesanal se siguen realizando extensamente en Europa, especialmente en tratamientos curativos de la piel, muchos de estas formulas pueden encontrarse en farmacias y herboristerías de Estados Unidos. Las contraindicaciones para el uso de la caléndula son hipersensibilidad a la misma, no se

debe tomar durante el embarazo ya que podría tener consecuencias en el feto, ni durante la lactancia, no se debe tomar con medicamentos antihipertensivos ni sedantes ya que la mezcla con este tipo de medicamentos retrasa la absorción de los mismos y en gran cantidad la caléndula provoca sedación.

Diana Ascencio L.
www.itahui.com

Aceite de caléndula

En una dietética o farmacia compramos flores de Caléndula y las mezclamos con aceite de oliva de 1ra. presión en frío. El aceite debe cubrir las flores. Colocamos la preparación en un frasco de vidrio oscuro, cerramos y la ponemos en un lugar que reciba los rayos del sol por lo menos 4 horas diarias. Lo dejamos estacionar entre 3 y 4 semanas, agitando diariamente. Concluido el plazo, filtramos.

Crema de caléndula

A un envase pequeño de crema neutra (puede ser crema de ordehe), agregamos 20 gotas del aceite preparado y revolvelos. Para evitar contaminaciones no introducimos los dedos, sino que utilizamos una espátula limpia. Guardamos en la heladera.

NUTRIMIX

Es una mezcla molida de cinco componentes nutritivos que proporcionan numerosos beneficios para el perfecto equilibrio de nuestra salud:

- ALFA
- ALFALFA
- AVENA
- AMARANTO
- GIRASOL

Estos cinco elementos se encuentran "cuidadosamente seleccionados" y molidos para una mejor asimilación de los mismos, "son balanceados" y "supervisados" por dirección técnica profesional, en la proporción justa que el ritmo de vida actual nos exige.

Beneficioso en casos de: Stress, desgano, fatiga física y mental, anemia, dietas insuficientes, exigencia deportiva, presión arterial, fortalecedor del cabello y uñas, reduce el nivel de colesterol, poderoso antioxidante, retarda el envejecimiento celular, mantiene el tono muscular y nervioso, la fertilidad, el índice de coagulación y elimina los metales tóxicos.

¿Cuál es el propósito de incorporar a su dieta las semillas molidas?

Aprovechamos efectivamente de sus nutrientes y propiedades naturales, cosa que no sucede cuando ingerimos la semilla entera dado que el aparato digestivo no las puede utilizar.

RECOMENDACIÓN DE INGESTA: 2 cucharadas soperas por día

Una Combinación Poderosa

Su nombre es Salvia Hispánica, mas conocida como **Semilla de Chia**, los pueblos precolombinos (Mayas y Aztecas) conocían sus virtudes, ya que junto con el maíz y frijoles eran la base de su alimentación. La chia actúa a nivel de células y tiene poderosas propiedades que ayudan en casos de: Mal de Alzheimer, déficit atencional, embarazo y lactancia, artritis, asma, bipolaridad, estrés, e inflamaciones del tracto intestinal y musculatura. Entre sus principales propiedades se destaca su inigualable cantidad de omega 3. Cabe recordar que los científicos comenzaron a investigar las propiedades de estos ácidos grasos, luego de detectar que los esquimales de Groenlandia tenían baja incidencia de enfermedades cardiovasculares. Su alimentación se basaba en pescados azules, ricos en omega 3. Y se mostró que los omega 3 ayudan a normalizar la presión arterial, reducen el colesterol, los triglicéridos, y protegen el corazón. También posee antioxidantes que combaten el envejecimiento, y deterioro causado por enfermedades degenerativas (cáncer, infartos, artritis). Posee vitamina A que favorece la visión, la elasticidad del cutis, y la formación de huesos fuertes y cabellos sanos. Su combinación con la Alfalfa molida produce un efecto sinergia, potencia los efectos de ambas, logrando así mejores resultados que consumiéndolas por separado. La **Alfalfa** es un poderoso antiálgico, rico en vitamina K (antihemorrágica), A y E, de alto valor proteico, tiene efecto anti degenerativo, y anticolesterol, es rica en flavonoides y tiene una importante relación en la formación de la sangre y el metabolismo de carbohidratos, grasas y proteínas. Este producto es además, rico en calcio, fósforo, potasio, magnesio, y zinc, y no posee contraindicaciones medicas.

Distribuidora Almendra. Tel.: 4639-0955/ 4567-9523

Medicina Osteopática

La medicina osteopática detiene y revierte el círculo vicioso: bloqueo de movimiento y circulación, malestar y dolor. Las molestias crónicas disminuyen 85 a 100% el dolor en tratamientos cortos y si la lesión es aguda y se trata a tiempo, se puede obtener 100% de resolución en una única sesión con la medicina osteopática.

Consultas frecuentes: cansancio, estrés, dolor de espalda, cefaleas, ciática, lumbago, escoliosis, malestar digestivo, alineación del desarrollo en el niño y adolescente, aparición de trastornos post-golpes o accidentes, para reestablecer el equilibrio post-tratamientos prolongados con medicación oral o intravenosa. La medicina osteopática actúa manualmente sobre las estructuras del cuerpo: músculos, ligamentos, huesos, órganos y tejido conectivo para calmar el dolor.

OSTEOPATIA

Dolores de columna, cuello, ciática
Digestión Lenta

Tel/Msj: 4566-9334
a domicilio: (15)4992-6757

Semilla Natural

NUTRIMIX

SESAMO INTEGRAL LINO MOLIDO

Suplementos Dietarios - Hierbas Medicinales
Semillas - Especies - Prod. para deportistas
Productos Cormillot

distribuidora **Almendra**
VENTAS POR MAYOR
Tel: 4567-9523 / 4639-0955 - Camarones 4918 Cap. Fed.
suplementos@terapeutika.com.ar

Semilla Natural

SEMILLAS DE CHIA + ALFALFA

"El Equilibrio Justo"

Semilla de Chia Triturada
"Potenciada" por Acción de la Alfalfa Molida

distribuidora **Almendra**
Camarones 4918 - Cap. Fed. - Tel.: 4639-0955
E-mail: terapeutikasuplementos@hotmail.com

Natural Life

Vitaminas y Suplementos de origen Natural

Aceite de Hígado de BACALAO en cápsulas

¡Nuevo en el mercado!

Suplemento de Origen natural que ayuda a prevenir el desgaste articular

Orientación al consumidor
0810-333-5338
www.naturallife.com.ar
naturallife@fullzero.com.ar

FENG SHUI

El comedor

El comedor es uno de los sectores más importantes que tiene una casa. Cuando un comedor es armonizado con FENG SHUI, se atrae la fortuna, el buen vivir y la abundancia. Aquí les dejo unos consejos prácticos para que puedan aplicar en sus hogares.

- Para atraer un caudal de riquezas se coloca en este lugar un gran espejo que refleje a los comensales comiendo. Esto hace que se multiplique todo lo que hay en la mesa y nunca falte la comida en la casa.
- Es ideal tener una mesa redonda. En caso que la misma sea cuadrada o rectangular, se deberán disimular las puntas afiladas colocando un mantel sobre ella.
- En el comedor se deben colocar plantas para armonizar y purificar la energía del ambiente.
- Si decidimos colocar un cuadro, es aconsejable que sea de manzanas verdes o rojas, o frutas de toda clase.
- En el centro de la mesa debe haber una fuente con frutas frescas.
- Las personas en la mesa deberán sentarse según su orientación favorable. La disposición de cada comensal la determina el especialista en Feng Shui, una vez realizado el análisis pertinente del domicilio.

Maria Francisca Rodriguez
Especialista en Feng Shui, Radiestesia, Geobiología y Radionica

CENTRO DE FENG SHUI

Maria Francisca Rodriguez
Especialista de Feng Shui, Radiestesia, Geobiología y radionica superior.
Asesoramiento a empresas, oficinas, negocios, casas particulares, bares.
"Conferencias" "Cursos" "Seminarios" "Clases particulares"
Se otorgan títulos avalados por el Ministerio de Educación y Justicia.
TE. 4702-6700 / (15)6586-2348
sairam@fibertel.com.ar / mariafrancisca.sairam@gmail.com

La Astrología y los planetas

Mercurio: El mensajero de los dioses. Se asocia a la comunicación e información. Rige los papeles: documentos, escrituras revistas, libros, etc.
También rige el comercio, compras, ventas, también el firmar documentos, contratos, etc. Rige la mente concreta, los estudios, la niñez y la adolescencia, la curiosidad, la forma de expresarnos. Rige el movimiento mercurio, los colores alegres, especialmente el amarillo, color de la energía mental según los clarividentes. En la carta natal indica el tipo de estructura mental que la persona tiene: qué piensa, sus ideas, las capacidades intelectuales desarrolladas en vidas anteriores. Planeta dual, por eso rige 2 sistemas: nervioso y respiratorio, y homeopáticamente uno de los remedios para problemas respiratorios es Mercurius.
Venus: Como diosa del amor rige por supuesto los sentimientos. Indica nuestra estructura afectiva. También Venus tiene que ver con la belleza, el arte, estética, la diplomacia. Su símbolo el Ankh egipcio fue muy famoso en la época hippie y representa en su esencia pura al amor, la justicia y la armonía. Indica en la carta natal qué estilo en arte o en lo estético podemos crear. En la carta natal también se la analiza para ver la pareja, junto con la Casa 7 y si hay planetas en libra.
Marte: Como dios de la guerra, simboliza no solo la capacidad de lucha, sino también nuestras decisiones, el valor, la forma en que actuamos y como se manifiesta nuestra energía. Para que tipo de actividades tenemos más energía. Simboliza el impulso inicial, el deseo de actuar, la capacidad de defenderse y la supervivencia. Si nuestro Marte natal esta b.a. indicará según la Casa donde esté, nuestro liderazgo en esa área de vida. Continuará

"Astrología, personalidad es destino" **Adriana Otolani**

TAI-CHI
en Caballito

15-5039-0614 / 6380-1068
Julio



Sanación espiritual
Mensajes angélicos
Hatha Yoga
Autoconocimiento
Expresión emocional con danza, dibujo o escritura
Meditación

Profesora Zahinna:
Orientadora espiritual
Canalizadora de la energía angélica.
Atención en Ouilmes
Tels.: 4252-1762 y 4254-9515
www.angelessanadores.com.ar

Astrología

Leo

21 de julio al 20 de agosto

Es el quinto signo del zodiaco. Pertenece al elemento fuego, su regente es el Sol. Arquetípicamente corresponde a la figura del Rey. La energía leonina se expresa soberana con plenitud y vitalidad. Los leoninos se destacan por irradiar majestuosidad, vitalidad, orgullo y generosidad, haciendo un despliegue casi teatral en todas sus expresiones. Muy yoicos y egocéntricos necesitan siempre reconocimiento, entendiendo ser superiores y teniendo mucha fe en si mismos pueden llegar a no tener mucho registro de los demás, convirtiéndolos en sus

súbditos. Apasionados voluntariosos y francos, los leoninos se autoafirman con potencia liderando y estimulando fuertemente a su entorno. Les cuesta aceptar la derrota personal y suelen caer en estados de autoritarismo y soberbia. Prefieren el lujo y la ostentación a la humildad y sobriedad de las formas. Son ególatras y tienen un desmedido afán de sobresalir, pudiendo ser vanidosos y arrogantes. El sol es un aspecto par-



cial de la carta natal, su análisis es más complejo y abarca todas las posiciones planetarias dando como resultado un mapa único y personal que nos acompañará en toda nuestra vida.

Personajes del signo:
Madona, Napoleón, Andrés Balmori, Sol Maia Casabe, Jennifer López, Jacqueline Kennedy, Hugo Chávez.

Miriam Carretero Rawson
Astrologa
Consultora Psicologica

¿Ud. ya se hizo su carta natal?

Este análisis profundo del alma permite sacar a la luz nuestras fortalezas y debilidades, dándonos la información necesaria para que cada crisis sea realmente una oportunidad.

Inicio cursos de Astrología en agosto

- *Análisis psicológico de la carta natal
 - *Relación de parejas *Tránsitos anuales
- Clor. Miriam Carretero Rawson**
Astrologa - Consultora Psicológica 4733-9452 / (15)6518-2992

FENG SHUI

La adaptación II

El tema de la adaptación es polémico y suele parecer controvertido. Así y todo, merece que le prestemos atención. Comprenderlo nos acerca hacia aspectos fundamentales del feng-shui. Muy a menudo las dudas surgen de manejar datos erróneos o insuficientes. Bien informados las adaptaciones son muy sencillas de entender, verificar y realizar.

El arribo a occidente

Cuando el feng-shui llega a occidente cambia algunas formalidades. Esta mudanza es la primera que el común de nosotros puede analizar con claridad. Veamos. Una de las herramientas de las que se vale el feng-shui es el uso del color. La reacción que nos provocan determinados colores suele ser universal, pero hay excepciones. Se dice con frecuencia que la gama del rojo (color del elemento fuego) nos excita; que ciertos celestes (agua) nos pueden calmar o apaciguar. Verdades.

¿Y con el blanco que nos pasa? ¿Que sentimos e imaginamos? No es uniforme. Algunos pensamos en jazmines o algodón, otros en la palma de la paz o una novia, y los mas golosos anteojamos un bol de crema chantilly. Variamos.

Oscilamos entre la pureza y sensaciones agradables. Por aquí, en China no, en China se usa el blanco en el tálamo, tal como nosotros usamos el negro. "Evento blanco" es la traducción literal de nuestra palabra "entierro". Allí, pese a los esfuerzos de la moda occidental, seguirá siendo impropio ver novias vestidas de blanco. Blanco y negro, tantas veces mencionados para indicar oposición, en este caso se asocian. Se juntan para señalarnos que la diferencia cultural obliga a traducir, adaptar.

Viaje al sur

Otra polémica se abrió cuando debutaron los libros escritos para nuestro hemisferio austral. Los antiguos textos, editados para el norte, nos indicaban buscar el sol en las ventanas que dan al sur.

Blanco y negro, sol y sombra; parece que todo necesita ser repensado. Y con esto no estamos inventando la pólvora. Desde mucho antes que en occidente se conocieran los fuegos artificiales, en China, tratándose de feng-shui, se hacían

consideraciones según la región.

¿Regionalización?

Algo así. Bien lo explica el caso de la ubicación del centro del chi, o energía vital. Su emplazamiento es diferente en las ciudades marítimas y en las de tierra adentro. En las primeras se lo ubica en el mar, mientras que en las mediterráneas es en el centro de la ciudad.

Otro punto a considerar es la relación de los elementos con el lugar. El feng-shui reconoce cinco elementos básicos:

metal, madera, agua, tierra y fuego. El peso y connotación de cada uno de ellos cambia según la región. Cada zona tiene una relación particular con los distintos elementos. Una zona desértica y otra húmeda tienen un vínculo diferente con el elemento agua. Con el elemento y con los objetos que se usan para evocar el potencial. En el caso del agua se apela a formas onduladas, espejos horizontales y fuentes, entre otras cosas. Es fácil percibir como la misma fuente que alcanza un protagonismo en una zona

desértica, tendrá otro papel en nuestro Delta.

El barrio

Continuando con esta línea de pensamiento enseguida pretendemos una adaptación a nuestro barrio. Y con todo derecho. Nadie percibe el chi circulando del mismo modo en el microcentro que en un barrio periférico. En un área industrial, turística o residencial. Mi cuadra es diferente a la siguiente. Es el entorno a tener en cuenta, pero ya entraríamos en otro capítulo.

Para no hablar de más
Así, como ejemplos, se muestra la adaptabilidad del feng-shui. Seguir recorriendo casos es una tarea infinita y, hasta puede resultar tediosa. Lo valioso es relacionarse con la idea de adaptación constante. Esta idea nos da paso a una comprensión profunda de esta ciencia y su aplicación. Como en todo acto, en la adaptación se comenten equívocos. Pero el temor al error no debe paralizarnos. Si no, perdemos el tren. El feng-shui sigue evolucionando y desarrollándose desde siempre. Por el momento no se para.
Pancho Panebianco
(15)6100-4545

Anillo Atlante
Av. Santa Fe 1140 loc. 15,
4815-5240 - Capital

ALQUIMIA
Centro y Belgrano 4208-4126
Literatura-historia-filosofía
Prof. Mauricio (U.B.A.)

Construcciones / Refacciones / Pintura
Feng-Shui / Vaastu (método hindú)
Aseoramiento sin cargo **Pancho Panebianco**
(15)6100-4545 pancho_panebianco@hotmail.com

VIDENCIA NATURAL
Seriedad y experiencia
Tarot - Numerología
ARIADNA 4583-2061

Tarot
Videncia natural
4815-4287

ASTROLOGIA Y TAROT
Astrología Psicológica-Inducción guiada
Lecturas Tarot Astrológico
Acompañamiento en la comprensión de la sombra y traumas de la niñez
Flores de Bach
MONICA GANEM 4780-2964 / (15)5651-3393

Terapeuta Física
Prof. Néida Scialabba
Especialidad en:
Terapia céntrico-sacro-bioenergética
Masodrenaje energético
Shiatsu/terapia
Turnos o mensajes / Ouilmes Centro
4254-1378 / (15)4493-7356

Personal Trainer para señoras
Gimnasia Integral Conciencia
Terapéutica - Localizada - Yoga
Prof. Marta Greco
4951-4449

TAROT - NUMEROLOGIA
Tarot Místico-Marselles. Lectura Rueda Astroológica
Cartas numerológicas - Flores de Bach
Consultas: Personalizadas - telefónicas - vía e-mail.
Cursos: Presenciales y a distancia
Gabriela: 4523-7926 / (15) 5943-9777
gabcbeverria@hotmail.com

★ **Escuela de Sacerdotisas**
Iniciación en los misterios de La Diosa
La Diosa: Fuente Universal - Tarot Madrepara
Arquetipos personales - Luna * Sol
Rituales de las estaciones - Curso Teórico Práctico
Claudia Vico Sacerdotisa de la Diosa
4547-2503 artedosa@hotmail.com

Terapéutica Natural
Masaje Japonés y florales
Trastornos Psicosomáticos / Lumbociática
Dolores crónicos / Angustia - fobias
Dra. Claudia Vico
4547-2503 artedosa@hotmail.com

convi... rinnn
 Tel. 4815-5240 - (15)6450-9215
 diarioconvivir@fibertel.com.ar
 convivir@convivirpress.com
AVISOS CLASIFICADOS

REIKI - Armonización - Reflexología.
 AIDA 4738-1103

ALQUILER a Profesionales, Terapeutas grupales.
 Consultorios y espacios luminosos. Dan a jardín.
 Zona Polo. Tel. 4772-9828

TAROT RIDER - ASTROLÓGICO - EGIPCIO.
 Cartas Nátiles. Cursos y Cons. Tambián a domicilio
 Prof. María del Carmen Savasta: 4488-2403 / 4931-6383

Paños para lectura de Tarot con la Rueda Astrológica y el Árbol de la Vida. Runas. Regalos astrológicos. Por mayor y menor. 4488-2403 / (15)6214-5409

MASAJES. Descontracturantes. Stress. Reductores. Dren. Linfático. **PEDICURIA.** A domicilio 4738-1103

Puppa Depilación. Lavallol 1115, Haedo. 4443-9662
 Pringlès 856, Ramos Mejía. 4659-0691

Alquilo consultorio a Profesionales.
 Zona Once - Congreso. 4951-4449

PODÓLOGO. Uñas engrosadas o deformadas. Pie diabético. A domicilio. Geriátricos. Tel. 4282-3052.

OSTEOPATÍA. Tratamientos óseos, articulares y orgánicos. Stress. Tel. 4566-9334. Cel. (15)4992-6757.

CURSO DE COCINA VEGETARIANA. Cereales, legumbres, algas, especias, etc. Caballito. 4431-6211

TANTRÁ KRIVA YOGA. Ciencia de la Energía Sexual.
 4781-7817 / (15)5348-0884 osho_kris@yahoo.com.ar

MEDITACION EN MOVIMIENTO - OSHO.
 4781-7817 / (15)5348-0884 osho_kris@yahoo.com.ar

MASAJE PROF. AYURVEDICO - MASAJE TANTRICO.
 4781-7817 / (15)5348-0884 osho_kris@yahoo.com.ar

Danzas Circulares del Mundo. Armonía interior, el equilibrio y el goce del baile grupal en ronda. En Castelar, el último sábado de cada mes. Ambos sexos. 4627-2185

CURSO DE TAROT SIN USAR LA MEMORIA
 Profesora: Victoria Ardesir (Infinito). Inicio marzo y agosto. Consultas para aclarar tu vida: 4807-0659

ALQUILO CONSULTORIO
 4431-6211 Caballito, sobre Av. Rivadavia

ASTROLOGÍA PREDICTIVA - C. natal, R. solar. Sinartía. Cursos y consultas. Sa. Claudia Mel. Tel. 4866-0375

agenda ACTIVIDADES GRATUITAS

Aloe Vera: Lifting cosmético, Tratamiento reductor, charla y degustación de productos de control de peso. Demostraciones gratuitas.
 Confirmar: 4613-3661, de 10 a 24hs. y 4832-4740

"Cuando los celos te carcomen" Taller de reflexión grupal sobre los celos en los vínculos cotidianos. Destinatarios: callosos/as y osados/as (solos/as o parejas). Coordinado por Luis Buezo (escritor, psicólogo social) Todos los miércoles a las 20 hs

Talleres del Hospital Tomu, Comb. de Malvinas 3002, Cap. En el hall central del pabellón de consultorios externos. luisbuezo@tutopia.com / luis@luisbuezo.com.ar

Clase gratuita de Gimnasia Integral. Conciente, Terapéutica-Localizada. Prof. María Greco. 4951-4449

Charla abierta "EL ARTE DE LA ALIMENTACION AYURVEDICA" - Fecha a confirmar. En "Sabores y Secretos de la India"

Ciudad de la Paz 1739, Capital. 4783-3424

Sonia Mónica Vargas. Informes sobre numerología. Los Lunes a las 13 hs por Radio Dakota FM 104.7

Taller gratuito "La pareja, ese misterio". Plan de Salud Mental Barrial del Hospital Pirovano. Viernes 19hs. Av. Cabildo 849

Clase gratuita de yoga los viernes 17hs. IyS Instituto Superior de Yoga. Cuzco 399 Liniers. 4642-1712

Jornada Internacional de Capacitación Gratuita en Terapias Naturales. Terapia floral y Metafísica. Avancos clínicos con las flores de Saint Germain Sábado 30 de Agosto, 14 hs.

Paseo La Plaza - Sala Pablo Neruda, Corrientes 1660, CABA.
Organiza: FULLTENA (Fundación Latinoamericana de Terapias Naturales)

Auspicio: Esencias Vibracionales Londner's
 Inscripción telefónica: 4952-4756 o por e-mail: elondner@londner.com.ar

- ALIMENTACION EN EMBARAZO
 Exceso de peso, obesidad, diabetes, hipertensión

Comienza en Setiembre 4 de 9.30 a 11.30 hs.

Directora: Dra. Elba Albertinazzi
ACTIVIDAD NO ARANCELADA
 ASOC. ARGENTINA DE MEDICOS NATAURISTAS
 Tel.4541-0207 / info@aamenat.org.ar

Yoga - Guía personalizada. Clase sin Cargo
 En Barrio Norte 4811-3883

"Puerto de Ilusiones" Taller libre y gratuito
 Animadora: Zulma E. Fuentes
 Pizzería de Talcahuano 939, Cap.
 Lunes de 18:30 a 20hs

visitenos en www.convivirpress.com

BOLAS CHINAS



Las bolas chinas, por su conformación, representan el Universo. Las figuras pintadas en ellas asumen los principios del Yin y el Yang (lo negativo y lo positivo, el bien y el mal, día y noche), en suma: la totalidad que los contiene. Su popularidad proviene de los varios siglos que hace se viene utilizando en china, con fines terapéuticos. Haciéndolas rodar allí donde hubiere dolor: en hombros, cuello, columna vertebral, plantas del pie o en las palmas de la mano para activar importantes centros energéticos que allí se encuentran. Su uso prolongado equilibra el sistema nervioso, flexibiliza las articulaciones, mejora la actividad cerebral, aumenta la memoria y alivia la fatiga.

- benefician el sist. nervioso
- mejoran la memoria
- estimulan la circulación
- relajan los músculos
- benefician los pulmones
- flexibilizan articulaciones
- con el uso continuado desaparecen el dolor del cuello y el cansancio de las piernas.
- calman y relajan
- estimula la actividad de los hemisferios cerebrales

Hoy, cirujos médicos europeos las consideran una terapia efectiva para mejorar la circulación, equilibrar energías, relajar músculos y prevenir y curar artritis, artrosis e hipertensión. Su uso prolongado equilibra el sistema nervioso, flexibiliza las articulaciones, mejora la actividad cerebral, aumenta la memoria y alivia la fatiga.

CONVIVIR
 Av. Santa Fe 1140, Local 15.
 Capital - Tel. 4815-5240

Escritura China

Era costumbre entre los chinos, a diferencia de los pueblos indoeuropeos, que escribían en el sentido de las agujas del reloj, girando, tal como el sol, hacerlo al revés, es decir, en el sentido lunar. El sílabe de honor se encontraba a la izquierda, por esto la escritura antigua china se leía en columnas verticales, desde la izquierda hacia la derecha, y desde arriba hacia abajo. Puesto que se consideraban hijos del cielo, simbólicamente hacían descender desde allí su escritura y para leerla se sentaban a la izquierda del recinto en señal de respeto, ya que era un lugar

venerado. La China contiene la más apastante lógica de toda escritura gráfica conocida. Ni el tiempo ni el progreso han conseguido modificarla, ni agregar caracteres de otros pueblos. El chino es realmente una lengua milenaria, que aun vive. Cuando abandonaron el sistema de los "quipus", apareció un tosco alfabeto con imágenes que representaban al objeto pretendido. El transcurso del tiempo fue estilizando a través de su evolución estos primitivos "ideogramas"; se fueron transformando en verdaderas letras al amputar trazos y complicar su

significado, al ampliar el campo de su conocimiento y experiencia, pero la lógica siguió imperando en los trazos que sobrevivieron. La letra representativa de la "idea de hombre" por ejemplo, se asimilaba antiguamente a la idea inconfundible de la figura de hombre. Era una figura rudimentaria infantil, la que llamamos "paillo", pero fácilmente comprensible para el menos versado en cuestiones pictóricas o idiomáticas. El paso del tiempo mutiló y simplificó aun más la figura, perdió la cabeza y brazos, y solo quedó de ésta "un medio tronco con piernas"; una de las cuales es más corta que la otra, con el supuesto fin de imprimirle movimiento, o de "hombre vivo".

1) El signo "hombre" se fue simplificando
 a) es el primitivo
 b) y c) los actuales.

2) El signo "campo"
 a) es un cuadrado dividido en cuatro partes por una cruz, que unido al de "hombre" b) da agricultor, un campesino.

"Antropología y Escritura"
 Rita Cuello

Adicción a personas Pareja, hijos, etc.

Lic. Teresa González
 Psicóloga
 Tel. 4804-6385 (contestador)

Chef francés
 Especialidad en Cocina Natural, Vegetariana y Mediterránea

Cenas y Eventos a domicilio

Nicolá Darzacq
 T.E.: 4633.3195 / 75.67.185285
 cuisinemad@gmail.com

NUEVO!

Bebible **Aloe Vera**
 JUGO FRESCO 100% NATURAL

AUMENTA LAS DEFENSAS
 REGULA EL SISTEMA DIGESTIVO

Prensado en frío - Máxima Pureza
 125, 250 y 500 Can³



NATIER PRODUCTOS NATURALES
 Molino 424 (Pcia. Bs As) Tel/Fax: 011.4206.0643
 Web: www.natier.com - ventas@natier.com

Alimentaria Caprina

Leche de Cabra en Polvo

La primera

BUSCA DISTRIBUIDORES

Que operen en forma directa con farmacias, herboristerías y dietéticas, para anexar este nuevo producto a su portafolio.

En zonas de: Capital Federal, Gran Buenos Aires y pcia. de Buenos Aires.

Enviar contacto y curriculum:
alimentariacaprina@yahoo.com.ar

www.lechelaprimera.com

FARMACIA Hahnemann
SINONIMO DE HOMEOPATIA

TINTURAS MADRES Nacionales e Importadas
FLORES DE BACH - BUSH - CALIFORNIA
 Distribuidores en todo el país
 Importadas directamente de Inglaterra
 Ventas a Farmacias, Profesionales y Droguerías
ÓPTICA

ENVIOS A DOMICILIO Y AL INTERIOR
 RIVADAVIA 2568 (1034) Cap.
 ABIERTO de Lunes a Sábado de 8.30 a 20.30
 Tel y Fax: 4951-4778 / 4952 1808

FARMACIA Belladonna
 DE WELEDA S.A.

Homeopatía • Antroposofía • Alopátia
 Recetas Magistrales y Productos Naturales

Asesoramiento en Cosmetología Natural

ENTREGAS A DOMICILIO
 ENVIOS AL INTERIOR DEL PAÍS

ventas@weleda.com.ar
www.farmaciabelladonna.com.ar
www.weleda.com.ar



Saavedra Recoleta
 Ramallo 2568 Rodríguez Peña 1541
 Te 4702-1166 Fax 4702-1961 Te 4816-9066 Fax 4816-9166

- Comida China Natural
- Productos para Celíacos y Diabéticos
- Productos orgánicos
- Productos dietéticos



Juramento 2679
4896-2630

DELIVERY Lunes a Sábado de 11.30 a 15.30 hs.

convivir

Líder de la prensa natural

AÑO 16 N° 172- Agosto 2008 - diarioconvivir@libertel.com.ar / diarioconvivir@yahoo.com.ar / www.convivirpress.com
 convivir, periódico independiente, de distribución gratuita. Aparece el día 8 de cada mes. Directora Propietaria: Marta Susana Fleischer. Editores: Cecilia A. Andrada y Luciano Beltrán Andrada.
 Receptoría de publicidad: Av. Santa Fe 1140. Local 20. Capital. Tel: 4815-5240 4814-4205 - Int. 020 / (156450-9215. Los artículos y opiniones de los columnistas, de los firmantes de notas, o los entrevistados, no reflejan necesariamente el punto de vista de la editorial, que tampoco se responsabiliza por el contenido de los mensajes publicitarios. Permite la reproducción total o parcial de las notas con mención de la fuente.

Dharam Singh

**0%
de sodio!**

presentamos, los nuevos y
exclusivos sabores:

**PAPRIKA, JAMON
y QUESO AZUL**

SAL

diet

sin sodio

SAL DIET Dharam Singh, la sal libre de sodio que posee potasio y un contenido adicional de magnesio. Gracias a la composición de su fórmula, Dharam Singh sustituye ventajosamente la sal común. Su contenido exento de sodio contribuye a controlar y prevenir la hipertensión.



Atención a mayoristas - Tel./Fax: 4637-3497

E-mail: saldiet@hotmail.com / www.saldiet.dharamsingh.com