

**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.dieteticamirasoles.com.ar  
 ENVIOS A DOMICILIO SIN CARGO  
**4632-8693 ☎ 4632-4673**

# convivir

Líder de la prensa natural

**DIETETICA Mirasoles**  
**Malabia 2353** (entre Güemes y Charcas)  
 - COMIDAS PARA CELIACOS -  
 - PRODUCTOS PARA DIABETICOS -  
 - ALIMENTOS ORGANICOS -  
 - PANIFICADOS ARTESANALES -  
 - COMIDAS INTEGRALES Y NATURALES -  
 - COSMETICA NATURAL WELEDA Y OMS -  
 www.dieteticamirasoles.com.ar  
 ENVIOS A DOMICILIO SIN CARGO  
**4832-9735 ☎ 4833-6026**

AÑO 16 - Nº 173

www.convivirpress.com

SEPTIEMBRE 2008

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

**Alimentos fisiológicos**  
 Página 14

**Tantra yoga**  
 Página 16

**Leer el aura**  
 Página 18

**Platas e hipertensión**  
 Página 21

**Que implica perdonar**  
 Página 22

## Primavera

Que venga la Primavera que venga que venga y derrita los corazones de hielo.

Que el poder de su retorno de su luz y mensaje ablande las mentes de los que dudan y traman.

Que venga la Primavera que venga que venga y entibie las manos que abrazan.

Que su manto de flores y trinos, el poder de sus brotes aplaque y disuada a los que engañan.

Que venga la Primavera que venga que venga y consiga que nos miremos a los ojos todos.

Marta Susana Fleischer



**WELEDA**  
 En Armonía con el Ser humano y la Naturaleza

**Weleda Bebé**  
 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**

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

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.

Energía transformadora en acción

**CRINWAY®** www.crinway.com

Rechace imitaciones para su propia seguridad

¿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.

continua en pag. 4



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

**HERBAS DEL OASIS S.R.L.**  
 Wenceslao Villafañe 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 formulas medicinales, especialmente las de función analgésica.

**Las hierbas como medicamentos**

La fitoterapia tiene un papel importantísimo en los tratamientos médicos, surge como la superación de la herboristería tradicional, en base a todos los aportes de la ciencia, para que el uso tradicional de las plantas se enriquezca con los aportes científicos. Hay una ortodoxia que considera que lo que no está escrito en los libros clásicos de medicina, lo que no se estudia en la universidad, no existe. Hoy por hoy, con el auxilio de la ciencia, los efectos que originan los extractos vegetales han sido ya evaluados, existen investigaciones rigurosas, trabajos científicos que lamentablemente están durmiendo en numerosas universidades y centros de investigación. ¿Que habría que hacer para reafirmarlos? Por ejemplo formar a médicos con orientación fitoterapéutica, tal como sucede en Francia, en universidades oficiales, donde los médicos siguen una carrera de dos años para ser fitoterapeutas. Nosotros consideramos que todo debe ser reglamentado para normalizar, para estandarizar, para clasificaciones de plantas, para lo que necesitamos el auxilio de profesionales de todo tipo, para que el control de calidad sea real. **Dr. Jorge Podolsky**

**Alfajores de maizena con stevia**

**Ingredientes:**

- 200 gr. de manteca
- 2 ½ cucharadas de Stevia Granulada "TRINI"
- 3 yemas
- 375 gr. de fécula de maíz (maizena)
- 275 gr. de harina
- 2 cucharaditas de polvo de hornear
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- Ralladura de limón a gusto
- Dulce de leche Cedro o Trini / opción merm. Cedro o Trini Coco rallado

**Preparación:** Mezclar en un bol todos los ingredientes secos: harina, fécula y polvo de hornear. En otro recipiente batir la manteca a punto pomada con la "Stevia Trini" y por último agregar las yemas una por una, siempre batiendo. A continuación incorporar lentamente los ingredientes secos previamente mezclados, adicionar la esencia de vainilla y la ralladura de limón. Mezclar todos los ingredientes hasta que se integren completamente. Una vez logrado esto, colocar la preparación en la mesa, previamente espolvoreada con fécula, y continuar con el amasado en forma manual.

Luego de formada la masa, estirar la misma sobre la mesa hasta ½ cm. de espesor. Cortar medallones de 3 cm. de diámetro y colocarlos en una fuente previamente enmantecada. Cocinar a horno moderado hasta que los medallones tomen un suave color. Dejar enfriar, unirlos de a dos con abundante "Manjar de Leche Trini" y pasarlos por coco rallado.

Para disfrutar de un rico y sabroso desayuno o merienda, no te olvides de acompañar estos alfajorcitos con cualquiera de las infusiones Cedro Azul que ya conoces: Leche chocolatada en polvo, Té verde con limón o Mate cocido, que las tenés listas en pocos minutos con sólo agregar agua fría o caliente según tus gustos. Y si preferís la línea endulzada con Stevia, seguí tus alfajores con una leche chocolatada "Trini".

Te recordamos que próximamente estarán en el mercado las monodosis de las infusiones Cedro Azul y Trini, para que puedas disfrutar de las mismas en cualquier momento y lugar.

Cualquier sugerencia, recetas o comentarios -nos interesa mucho su opinión- comuníquese a trini@cedroazul.com

**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 (Camelia 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.

**Verba Mate Orgánica en saquitos:** El proceso de seca-

do de la hoja (sistema barbacudá) asegura un sabor y aroma incomparable, conservando todas las propiedades de la misma. Amplias y rigurosas investigaciones científicas señalan que la Verba 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.

**Verba 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 barbacudá) 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 amarillito 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

**¿Que sabe usted de Aloe? ¿Por qué cura?**

Dentro de las variedades de Aloe existentes, en la variedad Barbados Miller, o aloe vera, se obtuvieron resultados científicos positivos para uso externo como interno (ingesta).

Tomado vía oral ayuda en la absorción de los nutrientes de los alimentos, y fortaleciendo el sistema inmune, reduciendo el riesgo de enfermedad cardiovascular, y acelerando la producción de nuevas células y de tejido colágeno por las células llamadas fibroblastos (efecto anti-envejecimiento en tejidos, incluyendo la piel).

**Alivia problemas intestinales**  
Entre los estudios más conocidos y documentados, el Instituto de Ciencia y Medicina Linus Pauling, de Estados Unidos, en

1985, determinó científicamente que los pacientes afectados de colitis, acidez estomacal o colon irritable que consumieron diariamente el jugo de aloe vera experimentaron una gran mejoría. Anti-inflamatorio natural, promueve la curación del tracto gastrointestinal, combate el estreñimiento y neutraliza la acidez estomacal y las úlceras gástricas. El *Journal of Alternative Medicine*, reveló su efectividad para enfermedades inflamatorias del intestino, al regular el pH gastrointestinal y movilizar las depósitos.

**Reduce el azúcar en la sangre de pacientes diabéticos**  
Según el *Hormone Research*, pacientes con diabetes adulta (no insulino dependientes) tomaron 1/2

cucharadita de extracto de Aloe diariamente por 14 semanas. Los niveles de azúcar en sangre se redujeron en un promedio del 45% sin sufrir cambios en su peso total. **Reduce la hinchazón provocada por la artritis**

En estudios publicados por el *Journal of American Pediatric Medical*, el aloe ayuda a evitar la Artritis y reducir la inflamación de las articulaciones, inhibe la reacción autoinmunitaria asociada con ciertas formas de artritis, en las cuales el cuerpo ataca a sus propios tejidos. Compuestos del aloe mostraron actividad antiartrítica. Un ácido orgánico contenido en el aloe reduce la inflamación en un 79.7% y suprime la respuesta autoinmunitológica en un 42.4%.

**Importante:** los efectos del aloe solo se conservan mediante un proceso EN FRIO y estabilizado (como contrario viene todas las propiedades), mediante el proceso de pasteurización pierde automáticamente todas sus propiedades.

**Lea atentamente** las etiquetas, verifique la variedad Barbados Miller y su procesamiento. No debe suministrarse en mujeres durante embarazo y en niños. Saber que consumir es también una forma de mejorar la calidad de vida.

*Material enviado por Aloe Calchaqui SRL, elaborador de Jugo Bebé de Aloe con materia prima orgánica. 011(15)5883-6173/6171 www.aloealcalchaqui.com.ar*

**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 contribuir 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.

**HIMéDica Argentina.** 4683-4371 / 4380

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



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

**100% NATURAL**

Tel: (0342) 4528160  
trini@cedroazul.com  
www.steviatri.com.ar



**CASA POLTI**  
ESTABLECIDA EN 1929

LEGUMBRES - CEREALES - SEMILLAS - HARINAS  
ESPECIAS - FRUTAS SECAS Y DESECADAS

JURAMENTO 2499 / Buenos Aires / 4784-3081  
www.casapolti.com.ar / casapolti@casapolti.com.ar

**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**



**Herboristería Farmacia Laboratorio**

**alsina**

Todo Natural hasta nosotros

Adolfo Alsina 2842 Tel. 4931-8253

1207 capital Federal Fax: 4957-0736

**HERBAS 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

**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.  
Monsieur Larumbe 1620 (B1640GYH) Martínez - Bs.As.  
Tel/fax: 4836-0206/1038 e-mail: quemidur@radar.com.ar

**GREEN diet** Fibras para la dieta

**COLAGENO HIDROLIZADO** Garden House

**Garcinol MAX** Ayuda al control de peso

**POWER BRONZ** Bronceado natural

**Garden House** llega el verano ayuda a tu Silueta

www.hmargentina.com.ar - 4683-4371 / 4380

## Lo que aparentamos

Hola querido lector:  
¿Te pasa lo mismo que a mí, que de solo pensar que estamos en el mes de la Primavera, se me dibuja una sonrisita? Aunque todavía haga frío, aunque vea o escuche lo que no me gusta; igual, en Septiembre veo la vida de otra manera y siento que crezco junto con los brotes nuevos.  
Y qué mejor que esta época del año para emprender un reconocimiento propio, de cómo vamos encarando la vida, si nos gusta y estamos contentos, o necesitamos hacernos unos retoques.  
Creo que nunca está demás el proponernos nuevos planes, o revisar si lo que mostramos por fuera está de acuerdo con lo que sentimos por dentro.  
Dicen que cuando nos sentimos bien, en armonía, ese estado se refleja en lo que aparentamos.  
Sin ir más lejos, quiero rescatar el recuerdo de tres

mujeres distintas, con las que me relacioné en los últimos días:  
Sofía, aparenta unos 50 años. Me cuenta que ha sufrido mucho, por variados motivos. Y se le nota. Pero es tanta la pureza de sus actuales sentimientos, evidentemente ha aprendido tanto de sus experiencias, que se nota a su alrededor como un halo que dice que es una persona que ya superó muchas etapas, e influye un gran respeto a su paso.  
Otra mujer: Francisca. Tiene 70 largos, está bien parada frente a la vida y destila dignidad. Mide menos de 1,50 m pero su figura parece agrandarse cuando habla y se dirige a otra persona.  
Y una más: Ana María. Mide más de 1,70 m, de postura perfecta, elegante y cuidada. Por las mañanas se dice a sí misma: "Vamos, ponete derecha, que hay

que salir a la vida." Anita tiene que cuidar a sus dos hermanas menores, con problemas de salud, con más de 70 años cada una.  
No reniega, sonríe cuando dice que por algo Dios la habrá puesto en esas tareas. Tiene 92 años y todavía mucho por hacer.  
Tres mujeres sencillas, comunes, que solamente viven la vida y su presente. No se proponen grandes metas, son auténticas y enseñan con su ejemplo.  
En estos momentos, con los valores primordiales tan cambiados, tenemos que estar atentos para no apartarnos de los caminos que nos favorecen.  
Hay un trabajo de meditación que consiste en elegir una cualidad y revisar si la manifestamos en nuestro trato diario. Si notamos que es la que nos falta, trabajamos con ella hasta incorporarla.  
Las cualidades son:

- Alegría
- Armonía
- Compasión
- Comunicación
- Coraje
- Creatividad
- Disposición
- Entusiasmo
- Fe
- Flexibilidad
- Gratitud
- Humor
- Integridad
- Perdón
- Poder

El trabajo consiste en revisar las situaciones de vida que pasamos durante el día y decidir si fuimos suficientemente íntegros, o compasivos, o si utilizamos bien nuestro poder.  
Dicen que nuestro Ángel Guardián se ocupa de que elijamos aquello que más falta nos hace.  
Será cuestión de ponerse a trabajar.  
Un abrazo  
Marta Susana Fleischer

## Dimensiones

Todos los niveles dimensionales de este mundo se encuentran aquí y ahora, hallándose unidos entre sí. La única diferencia entre los diferentes mundos dimensionales es su correspondiente longitud de onda. Esta constituye la clave de todo el universo. Vivimos en una realidad creada exclusivamente por la longitud de onda. La correspondencia a nuestro mundo tridimensional es 7,23 centímetros. El promedio de longitud de todos los objetos en esta dimensión sería de 7,23 centímetros.  
Las dimensiones se encuentran separadas unas de otras por la longitud de onda, de la misma forma que lo están las notas en una escala musical. Cada tono de la escala suena de modo diferente debido a su longitud de onda. El piano tiene ocho notas blancas y cinco negras que, juntas, dan al pianista la escala cromática completa. Entre cada una de las escalas hay doce puntos armónicos: en términos dimensionales éstos serían los supertonos. Es lo mismo que sucede al cambiar los canales en un aparato de televisión. Cuando usted utiliza

el control de canales, está sintonizando diferentes longitudes de onda. Cada dimensión también se halla separada de las demás por un giro de 90 grados. Si cambia de longitud de onda y gira 90 grados desaparecerá de este mundo, y aparecerá en cualquier otra dimensión con la que hubiera sintonizado previamente. Las imágenes que surgen ante sus ojos cambiarían también su longitud de onda para adecuarse al mundo en el que hubiera penetrado. Este planeta tiene muchos mundos diferentes. Todos están aquí, pero nuestra conciencia se halla sintonizada con una determinada longitud de onda. Mientras tanto, existimos literalmente en todos los niveles dimensionales y nuestra experiencia en cada uno de ellos es totalmente distinta.  
Sin embargo, aquí, en nuestra tercera dimensión, tal manifestación tarda cierto tiempo en producirse. Aunque nuestra mente cree nuestra propia realidad de modo infalible, la manifestación de la misma no es instantánea.  
"La cuarta dimensión" Bob Frissell

**convivir**  
para el bienestar de cuerpo - mente - espíritu

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

Productos en armonía con la naturaleza

Av. Santa Fe 1140 - Locales 13 y 15 - Cap. Fed.  
Tel. 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 Cajú - Dátiles  
Cieluelas - 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 glase - 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

**morón**  
Farmacia Central Morón  
Av. Rivadavia 18161  
4483-2431/4343

Farmacia Mareque  
Alte. Brown 701  
4629-7259/4628-0875

Farmacia Moderna  
25 de Mayo 139  
4489-0951/4629-8598

Farmacia Halpern  
Córdoba 303  
4483-4753/4629-9247

**morón**  
Farmacia San Rafael  
Independencia 165  
4629-2149/1005

**ramos meja**  
Farmacia Martiniola  
Av. de Mayo 899  
4658-4909/6547

**haedo**  
Farmacia Haedo  
Caseros 2  
4660-1444/4650-7031

**castelar**  
Farmacia Rossi  
Av. Arias 2408  
4627-4000/4628-2525

Farmacia Central Oeste  
Machado 3575  
4624-5929

Farmacia Frascino  
Buenos Aires 559  
4627-5754/4629-1311

**ituzaingó**  
Farmacia Central Oeste  
Av. Las Heras 381  
4624-4774/5522

**leloir**  
Farmacia Central Oeste  
Av. Perón 8505  
4621-8818/8819

**padua**  
Farmacia Noguera  
Noguera 23  
0220-842-961/4938

**merlo**  
Farmacia de la Estación  
Av. Libertador 788  
0220-842-2360/0039

**central oeste**  
Morón Farmacia Cravena Av. Rivadavia 18199  
4483-4333/4747



PEQUEÑA INDUSTRIA DE MASITAS Y CEREALES

# MARÍA E.

Murguiondo 3579/81 Capital Federal. Tel. 4602-6941 [masitasmariae@yahoo.com.ar](mailto:masitasmariae@yahoo.com.ar)

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

**Ciruella, pasas, peras y nueces • Fibras • Naranja y limón**

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

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

**Jornada internacional carreras lanzamiento**

Esencias Cursos a distancia Nuevo Software  
Chamánicas Fulltana Antares 2.0  
Sábado 1 de noviembre Solicite el listado Único que combina Astrología, Flores de Bach y Esencias Vibracionales  
Entrada gratuita completo sin cargo

**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](mailto:ventas@londner.com.ar) • Website: [www.clubdesalud.com](http://www.clubdesalud.com)

## La Naturaleza al Servicio de la Salud y la Belleza

# Beatriz Cosméticos

### Complementos Alimentarios

Envíos al interior Pedidos - Consultas

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

[www.dietetica-visual.com.ar/beatriz](http://www.dietetica-visual.com.ar/beatriz)  
E-mail: [beatrizc@fibertel.com.ar](mailto:beatrizc@fibertel.com.ar)

**Productos nuevos incorporados:**

**JUAL:** Jugo de Aloe bebibile 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

**Lecino** 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 compréubelo nuestras entregas no se demoran.**

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

**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, origa fumaría, tola-tola, topasaire. 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, chimicola. Elimina en forma instantánea las liendres y piojos, **no tóxico**

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

**Crema a base de aceite de perrejil y hydrocotile**  
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

**Aceite de kiwi**  
Aceite vegetal antioxidante, eficaz complemento de la nutrición y humectación de la piel. Confiere, brillo, color y salud al cutis y manos, combate todo tipo de envejecimiento de la piel.

**Evalo**  
**Gel de aloe natural**, sin aditivos, ni perfumes. Recomendado como refrescante de la piel, regenerador ante cualquier quemadura; como savia vegetal para el cabello después del lavado, no necesita enjuague, para después de la depilación o de la afeitada, pues refresca la agresión a la piel, es también post solar. Y como complemento **Gel íntimo** otro aliado natural, eficaz para hemorroides, dolor, picazón vaginal y como lubricante, por ser hidrosoluble

**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 palta, 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 criógeno 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 calendúla, 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.

**Productos de Libano**  
Pasta de sésamo.

ANAHI	Apis Muscular, Guarana, Lapacho, Ginkgo Biloba
HIGATE	Delagion, hadarap laxante, Escuelol P, vánicos, hemorroides, Yerba Ollantay
LINDON - QUEMIDUR	Propóleos bebiblé, caramelos, ungüento, polvo.
WUNDERBALSAM	Tónico estomacal digestivo
MADASA	Cápsulas de aceite de Chia Omega 3
SLAPAK	Vitamina E Pura, Acido Fólico, Crema E Devit.
BITARWAN	Salsa de Soja y de Bajo Sodio.
ELCA P. PARA CELIACOS	Fideos, bocaditos para celíacos.
FU SHENG apta celíacos	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, puro, apto para celíacos
SEGRAN apta celíacos	Barritas con Yoghurt frutilla y amarillo para celíacos
CAMPO CLARO PROD. ORG.	HARINA S/FINA, MIDO Y FIDEOS INTEGRALES.
FEAGIOT	Apertivo sin alcohol de alcafofa y boldo.
SCHAZTI	Sin conservantes, sin aceites ni aditivos. Granolas, 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, eucalyptus) 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 (pezeza intestinal)
CLINI	Multicereal salvado de avena, sésamo lino, cebada, germen de trigo, trigo integral, glutena
LEVADURA SAUVAGE	En polvo, granulada, artesanal y fermento de yoghurt
LA DELFINA alm. para celíacos	Tartas, empanadas, pastafrolas, bolones pizetas, galletitas.

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.
SKOOL	Aceite de canola prensado en frío con Omega 3, 6, 9
FRUTU KIYEN	Tsamas en saquitos y herbas
ANTI-NATURAL	Regulador intestinal de Fucus con Címelá, Higos.
JESPER	Yerba, te verde / rojo / negro, eucalyptus, menta y rosa mosqueta.
NUTRINAT - San Celerino	Caramelos con vitaminas (fumador, ambay, arope, spirulina).
ECO SUCRE	Azúcar artesanal integral
APICOLA FRANCISCANOS	Propóleos, Jalea microgramulos, Lecitina, cosmetica miel.
TALLER DE ALQUIMIA	Jabones artesanales naturales (avena, romero, arcilla).
MUNDO ESTETICO	Línea reductor, Centella Asiática, Gel Criógeno reafirmante.
PIEL VITAL	Cremas y aceite de Rosa Mosqueta.
LINER CFCAPILAR	Alisa Com., Shampoo de leche de Avena, de Manzana
LINER - Laboratorios MADASA	Línea Hipodérmica natural.
WELEDA LINEA NATURAL	A Base de hierbas y fibres, línea Calendula, espino amarillo
WELEDA LINEA BEBE	Línea Rosa Mosqueta. Línea Bebe

Un informe sobre geriatría veterinaria

Viejos son los trapos!!!

Un señor mayor va al médico y le dice: Doctor, me duele la rodilla derecha. El galeno le pregunta: ¿qué edad tiene usted ahora? 83 le contesta el hombre. Por eso le duele la rodilla, por los años, no se preocupe. El caballero, con la simpleza y contundencia que tienen los hombres de edad, le contesta: Si doctor, a mí me duele la rodilla derecha, pero la izquierda que también tiene 83 años, no me duele. No es lo mismo estar viejo que tener alguna enfermedad durante la vejez. La vejez no es una enfermedad y por lo tanto no es "curable". El paso del tiempo es algo que no tiene remedio y si hay algo que todos sabemos desde que nacemos es que vamos a morir. Lo que no sabemos y eso hace interesante la vida es CUANDO. Podemos estar frente a un viejo con problemas renales, otro al que no le funciona bien el corazón o los pulmones, el de más allá con su artrosis a cuestas o aquel otro que no puede caminar si no lo sujetan de atrás. O los problemas de conducta, por incontinencia urinaria, o porque caminan y caminan, o lloran de noche. En fin hay una serie muy grande de problemas que se dan en los gerontes. "Su perro o gato tiene una enfermedad grave y como es muy viejo mi consejo es sacrificarlo, para que no sufra más"... me relatan algunos de los que vienen a la consulta. Me lo dijo el veterinario. Sea o no verdad lo que me relatan.

Como vamos a sacrificar a nuestro compañero sólo porque es viejo? De ninguna manera y mucho ojo porque sus hijos estarán viendo lo que hacen, lo que deciden y luego seguirán

buscaremos su remedio de base para ayudar al resto y recién allí es donde trataremos su problema principal, su tropismo. Es que como saben, nadie se enferma de lo que quiere sino de lo que puede. Venimos a la vida y los anima-

otros la parte hepática, lo unos la respiración o el corazón otros, tal vez la piel o los huesos. Y una vez identificados allí vamos a estimular las defensas para que sea el propio cuerpo el que se vaya arreglando. Esto es muy importante, ya que a los viejitos y sobretodo a los muy viejitos, hay que darles varios medicamentos y si estos arreglan algo pero desarreglan otra cosa, no me sirven mucho. Si le doy algo para los dolores, pero me produce gastritis y tengo que darle algo para el estómago, pero me produce constipación y entonces tengo que darle un laxante que a su vez me elimina la flora y entonces tengo que darle... Así no va. Tenemos que ser ordenados y ayudar con cosas que no dañen. Ya le decía el sabio Hipócrates: PRIMO NON NOCERE. Lo



les igual, con un código genético que nos condiciona al tropismo para enfermarnos. Qué tejidos u órganos son más lábiles. Algunos tendrán el aparato digestivo con vómitos o diarreas o constipaciones.

que darle un laxante que a su vez me elimina la flora y entonces tengo que darle... Así no va. Tenemos que ser ordenados y ayudar con cosas que no dañen. Ya le decía el sabio Hipócrates: PRIMO NON NOCERE. Lo

**Homeopatía Veterinaria**  
**Dr. Jorge S. Muñoz**  
 Desde 1978  
 Médico Veterinario - Homeopata 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

primero es no dañar. La prevención es muy importante, ya que no hace falta llegar a los extremos narrados. Para ello debemos saber cuando nuestro amigo esta entrando en esa tercera edad, donde necesita mas cuidados. Hay signos que debemos tener en cuenta: La rigidez al caminar, le cuesta levantarse, se agita cuando sale a caminar la vuelta manzana. Sus ojos comienzan a tener lagrinas, o tienen los ojos mas turbios. Ya no oye bien, no responde a los comandos (aunque se hayan los que a veces se hacen los sor-

dos), puede que orine más que antes y no llegue a los horarios habituales, le aparecen canas en el manto, sobretodo en el hocico y a los costados de la boca. Si es un gato, ya no será tan ágil, dormirá mucho más, hará sus necesidades a veces fuera de su bandeja. Cuando descubramos esto, será hora de llevarlo a una consulta con su veterinario, que sabrá lo que tiene que hacer para mejorar su calidad de vida y prevenir males mayores. Hasta la próxima.  
**Jorge Muñoz**  
 Médico veterinario homeopata

Ya es posible pronosticar

cuándo alguien va a cometer un error

Unos científicos han descubierto que, cuando la gente realiza tareas monótonas o aburridas, su cerebro se coloca en un modo de descanso, quieran o no. Y, vigilando una zona del cerebro, pudieron predecir cuándo alguien estaba a punto de cometer un error antes de que lo hiciera.

Hay algo probablemente intrínseco en el que su cerebro indica "necesito tomarme un pequeño descanso ahora" y no se puede hacer nada contra eso, indicó Tom Echele, de la Universidad de Bergen (Noruega) y coautor del estudio. "Probablemente, todos conocen ese sentimiento de que a veces el cerebro no está tan receptivo o funcionando tan bien y uno no hizo nada para inducir eso", explicó el científico. Cuando eso pasa, la sangre fluye a la parte del cerebro que está más activa en momentos de descanso.

Y, como ese estado comienza unos 30 segundos antes de que se cometa un error, podría ser posible diseñar un sistema de advertencia que avise a las personas que deben concentrarse más o ser más cuidadosos, dijo Echele. Eso podría mejorar significativamente la seguridad en el lugar de trabajo y también mejorar el rendimiento en tareas clave, como la seguridad en los aeropuertos.

Echele y sus colegas en EEUU, Gran Bretaña y Alemania pudieron detectar estos patrones cerebrales con escaneos de resonancia magnética, que no son precisamente portátiles. El próximo paso es ver si se pueden lograr artefactos más móviles para detectar el fenómeno. IBLNEWS www.iblnews.com

Terapia visual condicionante

En 1904 el fisiólogo ruso Ivan Petrovich Pavlov, Premio Nobel de Medicina, descubre los famosos "Reflejos Condicionados". De estos reflejos, su profundo admirador argentino, Prof. Dr. Mario Hirsch, oftalmólogo, genera la "Terapia Condicionante Visual" que se define como "aquella que mediante estímulos condicionados va originando una visión normal o condicionada".

Se trata en resumen, de estimular el sistema visual a 3 distancias, o sea, lejos-intermedio y cerca, mediante ejercicios apropiados, entendiendo por "ejercicio" la práctica fisioterapéutica programada cuya meta es la precisión absoluta, óptima o máxima en función, como se dijo, de las tres distancias espaciales: lejos- intermedio y cerca.

Somos de la idea que estos ejercicios tienden a normalizar la visión, mientras que los lentes son "artefactos protectores" que con el correr del tiempo reducen la visión y crean una "Adicción". Sin embargo en "Anemotropias muy elevadas" tienen su utilidad práctica.

Recuerde: "la ciencia es internacional y quien a ella se dedica encontrará en los sabios de otros países, no a competidores, sino a "colegas con un mismo fin"

Prof. Dr. Mario Hirsch

**¡RECUPERE VISION SIN RIESGO!**  
 • Sin lentes dañinos.  
 • Sin cirugía-láser-mutilante.  
**¡CON EJERCICIOS VISUALES!**  
 MIOPIAS Y PRESBIASIAS  
 HIPERMETROPIAS Y ASTIGMATISMOS  
 ESTRABISMOS Y AMBLIOPIAS - MACULOPATIAS  
 Prof. Dr. MARIO HIRSCH - Exp. 40 años  
 Turnos: Tel. 4982-6106  
 Método Hirsch

**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

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

**HERBALIFE**  
 DISTRIBUIDOR INDEPENDIENTE  
**POR PRODUCTO O POR NEGOCIO**  
 Llame al 4551-6043 o visite la website [www.producir.net](http://www.producir.net)

EN CASTELAR **FERRAN** 1930-2008  
**FARMACIA HOMEOPATICA**  
**GUILLERMO MELANO FARMACEUTICO**  
 Remedios del Dr. Bach • Bush California  
 Raff • Oligoelementos  
 Homeopatía  
 Recetas Magistrales • Herboristería  
 Lunes a Viernes: 8:00 a 21:00 hs.  
 Sábado: 8:00 a 20:30 hs.  
**TIMBUES 860 - CASTELAR**  
 TEL/FAX: 4628-2322 - 4629-0236 - 4627-5506

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

**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](mailto:mileniumpharm@yahoo.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 FLORALES DEL DOCTOR BACH Y DE CALIFORNIA  
 • LINEAS COSMETICAS HIPOALERGENICAS  
 • MEDICAMENTOS ANTROPOSOFOICOS  
**Rivadavia 6157 (1406) Capital**  
 Tel.: 4633-4141 - Tel/Fax 4631-1199

## Energía libre y tecnologías

El mundo se encuentra actualmente en una búsqueda puntual de nuevos medios de producción de energía que respeten el medio ambiente. Este libro, aparecido a finales del 2001, fue escrito en este marco, y presenta inventores que están convencidos de que estamos rodeados por un mar de energía, con la cual podemos conectarlos.



Nikola Tesla

He escogido este libro porque aborda ampliamente la noción de energía del vacío, llamada energía libre. Jeane Manning es una periodista independiente que desde 1981 viaja a través de América del Norte y de Europa, para dar a conocer las tecnologías en nuevas energías. Sus artículos y ensayos han sido publicados en numerosas revistas especializadas.

El libro empieza presentando los fundamentos de la nueva energía. La parte histórica de la nueva energía aparece narrada, y presenta a aquellas personas del pasado cuyos trabajos se anticiparon a su tiempo. Nikola Tesla está incluso considerado como el padre de la energía libre. La segunda parte analiza de cerca la energía del espacio, la física subyacente, y se asoma hacia algunos inventores que han conseguido captarla. Se presentan numerosas máquinas y procedimientos, explicados en términos técnicos.

La siguiente parte explora las demás tecnologías de

nueva energía, como la fusión fría y la tecnología térmica. Se presentan nuevos medios de producción de energía: energía hidráulica, energía solar, energía térmica. Pero los procedimientos que ponen en marcha estas energías más convencionales son completamente revolucionarios.

Como conclusión, la autora trata los problemas y vendos tajadas relacionadas con el desarrollo de las nuevas energías. Se pregunta cómo puede pasar la sociedad de una economía basada en las energías fósiles, a una economía basada en las nuevas energías. Los científicos e inventores se ven obstaculizados, esencialmente por las persecuciones relativas a la puesta en el mercado de sus inventos. El poder de ver un día aparecer en el mercado máquinas de energía libre está en nuestras manos.

La primera frase que se lee en el prefacio, escrito por el Dr. Brian O'Leary, físico y antiguo astrónomo, dice: *"Este podría ser uno de los libros más importantes que jamás hayan leído"*. Hay que decir que este libro presenta informaciones fuera de lo común, que no pueden dejarnos indiferentes.

Este libro es un homenaje a todos los inventores y científicos que fueron pioneros en el escenario de las nuevas energías. Estas energías son infinitas y están en

armonía con la naturaleza. Sigue los pasos de la vida de numerosos inventores, que se dedicaron plenamente a la investigación de nuevos equipamientos, sacrificando casi sus vidas en aras de la ciencia. Fueron víctimas de persecuciones, y algunos incluso encontraron en ello la muerte. Es absolutamente necesario que estas informaciones alcancen al gran público para que todo el mundo sepa lo que realmente pasa en relación al sector de las nuevas energías. El "Síndrome de la Represión" se muestra en este aspecto de todo desarrollo revolucionario.

Es necesario informar al gran público del tema de la existencia de tales medios de producción, y actuar para la puesta en marcha de una economía basada en las nuevas energías.

También me sorprende mucho ver que tantos inventos que están en armonía con la naturaleza, han sido contruados y funcionan, sin que nadie haya llegado nunca a saberlo. Estas informaciones tan preciosas han sido bien escondidas del gran público. La posibilidad de una independencia total frente a la energía no es ninguna utopía.

Si todos nos tomásemos la molestia de informarnos, y de tomar conciencia de las informaciones que se dan en este libro, la sociedad podría verse inmersa en una transformación sin precedentes.

Más información en: [www.onnouchetout.com](http://www.onnouchetout.com)



Energía libre et technologies de Jeane Manning

**ALIMENTOS**

# NEW GARDEN

Villares s.a.c.

Frutas secas y desecadas - Cereales - Legumbres  
 Especies - 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](mailto:ventas@alimentosvillares.com.ar) / [www.alimentosvillares.com.ar](http://www.alimentosvillares.com.ar)

# JEMCO

Equipamiento para:  
 ACUPUNTURA Y MOXIBUSTION  
 MAGNETOTERAPIA – ELECTROTHERAPIA  
 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

# Sobrepeso

## Por fin la galleta con pocas calorías

**Nace un producto innovador.**

Nace un producto con mucho volumen y pocas calorías.

**Más volumen que calorías.**

Es un snack ultraliviano que posibilita comer más, sentir saciedad, pero con muy pocas calorías. El envase entero alcanza para 4 colaciones de apenas 34 calorías cada una.

Se llama GutenCroc. El nombre GutenCroc, en alemán, sugiere: "buen crocante".

**Comprobado.**

GutenCroc no contiene grasas, ni azúcar, ni harina de trigo, ni sal. No contiene colesterol, no contiene químicos, ni conservantes. Por donde lo mire, es un producto sano.

**GutenCroc.**

**Sólo ingredientes naturales.**

Sémola de arroz, sémola de maíz, harina de malta, jengibre.

**Possibilidades de uso.**

- Por ejemplo, con quesos de untar es incomparable.
- También reemplaza el pan en las comidas. Reemplaza biscochitos.
- Se puede preparar copetin o picadas: con paté, camarón, pepinillo, aceituna, roquefort, fiambres, palta, atún, anchoas, pasta de sésamo, salsa golf, caviar.

**Hágale caso al profesional.**

La dieta constituye una parte de la terapia que le prescribe su profesional especializado. Existen otras medidas como la actividad física, la conducta de vida. El GutenCroc facilita la dieta sana. En todos los casos, tenga en cuenta al profesional.

**GutenCroc.**

**Una bailarina en el envase.**

Como toque artístico, el envase muestra la figura gestáltica de una bailarina. Algunos la ven, otros no. A Usted ese detalle le permite identificar GutenCroc.

GutenCroc es marca registrada.

Pida por marca, pida GutenCroc EN DIETÉTICAS  
 Precio MUY ACCESIBLE - Información caso necesite: Tel. (011) 4522-8132

## Aceites vegetales en la alimentación y en el cuidado de la piel

Es importante que hay que destacar en el uso de los aceites comestibles, es que deben ser exclusivamente de primera presión en frío para que realmente contengan todas las propiedades, esto se consigue consumiendo aceites envasados en botellas de vidrio oscuro, artesanales, que no son industrializadas en exceso, y por tanto son realmente de primera presión en frío. Los aceites recomendados que podemos encontrar en los almacenes naturistas y dietéticas, son los de girasol, oliva y lino. Este último es un aceite totalmente terapéutico, y la mejor manera de consumirlo es

emulsionado en una crema llamada budwing, pues debido a su gran fragilidad es muy fácilmente oxidable. El consumo de estos aceites nos asegura la incorporación de los ácidos grasos esenciales y lo ideal es combinar los tres para tener asegurada una nutrición perfecta. El cuidado principal que merece su conservación, es que en el caso del aceite de lino, debe estar constantemente en la heladora y lejos de la luz, y una vez abierto debe consumirse a la brevedad, salvo el aceite de oliva (que es el único que se puede calentar), los otros se deben consumir en frío, pues sino pierden todas sus propiedades.

En cuanto al uso externo de los aceites, cualquiera de estos mencionados se puede utilizar para fricciones, masajes, baños corporales y capilares, solos o mezclados con aceite de germen de trigo, almendras, joboba, palta, kiwi y perfumados con aceites esenciales como lavanda, romero, manzanilla, eنبرو, salvia, etc. El uso de los aceites es indispensable para asegurar al organismo las grasas buenas necesarias internamente y externamente, como para reponer la lozanía, elasticidad y turgencia de la piel, el peor error es dejar de tomarlos y aplicarlos en la creencia que

"engordan" y "engrasan" cuando se aplican en la piel. Receta: aplicar después del lavado matinal en un algodón seco, unas gotas de una buena loción tónica, masajear el rostro y cuello, luego en el mismo algodón poner unas gotas del aceite elegido, y masajear nuevamente el rostro, queda perfecto y completamente protegido, si no se utiliza maquillaje así se puede salir, caso contrario, esperar unos minutos que lo absorba completamente la piel y utilizar una base de maquillaje natural.

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

## Luzca una imagen espectacular

Alcanse y mantenga su peso adecuado con nuestros suplementos nutricionales. Los productos seleccionados con tecnología avanzada. Consuma un sustituto de comida sabroso y nutritivo, rico en vitaminas, minerales, proteínas y carbohidratos, 18 aminoácidos incluidos los 8 esenciales para el crecimiento y regeneración de las células, fibra, bilacarcinol, fructosa (con azúcar natural de frutas). Con esta combinación de proteínas el apetito se controla mejor y se normalizan los niveles de azúcar en la sangre, oligoelementos, vitaminas A y E, hierro, selenio, calcio, cromo y otros alimentos esenciales que su cuerpo necesita cada día. Lo puede mezclar con leche, yogur o su jugo de frutas favorito. Se presenta en dos sabores deliciosos: vainilla y chocolate. Puede preparar unos licuados con la fruta que le guste y agregar nuestro jugo de Aloe Vera estabilizado, se puede añadir hielo picado y resulta un delicioso batido, nutritivo, rico en vitaminas para alimentarse, reemplazando desayuno, almuerzo o cena, alimento único por sus propiedades sin calorías. Ideal comida nutricional para niños, adultos y ancianos. Según cifras de la OMS (Organización Mundial de la Salud), el 70% de las enfermedades son consecuencia de una mala alimentación. "Suplemente dietas insuficientes. Consulte a su médico" **Estos productos son elaborados por Forever Living Products, 30 años en el mercado mundial, con sede en 138 países. Calidad certificada por los sellos Kosher, Halal y Vegetariano Internacional de la Ciencia del Aloe. Adquiera estos productos o forme parte de nuestra empresa. Sonia Rufino, Distribuidora Independiente de: Forever Living Products. Tel. 4613-3861 de 10 a 23 hs. Mensaj. 4832-4740 / (15)4055-9198, ehv@fibertel.com.ar**



## De la apariencia depende el éxito

En Copenhague existe un largo y admirable paseo a la orilla del mar llamado Langelinie, en uno de cuyos extremos la hermosa figura de una sirena de bronce, la legendaria hija de Andersen, desfilaba soles, lluvias y tempestades. Era hídrica y serena sobre las rocas. Pero nosotros no somos la sirena de bronce, inconvencionalmente desafiando soles y tempestades, si no mujeres de carne y hueso, que si no cuidamos inteligentemente nuestros cutis, nuestros cabellos, nuestro cuerpo, nuestros ojos, pronto tendremos una apariencia poco refinada no digna de admirarse. No debe fallarnos nunca en la maleta de viaje, ni en nuestro tocador, la presencia de los tres elementos indispensables del cuidado esencial del cutis:

- cremas o lociones para su limpieza
- tonificación y nutrición
- bases para toda época y tipo de cutis

Nos será fácil consultar con una especialista para que nos asegure

cuales son las mejores para nuestro caso particular, nuestra edad, nuestras exigencias de vida y la época que estamos viviendo. La limpieza nos permite renovar en contados minutos nuestro cutis, nos hacen sentir que el cutis descansa en forma cuando lo aplicamos antes de dormir. La tonificación, a veces ligeramente astringente si el cutis es graso, cierra los poros y refresca la epidermis. Y la nutrición da a nuestra piel los aceites lubricantes que suelen quitar el viento, la exposición desmedida al rayo de sol y el agua misma. Para los diferentes tipos de cutis varía la textura de las cremas y los elementos que la componen. Cada piel es distinta y se comporta en la forma diferente con la edad o ante las agresiones extremas, como consecuencia las necesidades a los 15 no son las mismas que las de un cutis de 50 o más años. A los 15 ya debiera hacerse una limpieza y una crema de protección, recomendable como pre-

vencción. A los 20 o 25 ya suelen aparecer a veces los signos del tiempo, el mismo stress cotidiano, el encierro en ambientes contaminados muchas horas diarias, favorece la aparición de lípidos que no los detenemos. A esa edad ya las cremas y lociones serán algo más profundas en su acción, para que actúen con más eficacia y se sugieren las máscaras y geles. Si nos hemos cuidado los 40 o 50 años, nos centrará con frecuencia para retardar la aparición visible del desgaste. Los complejos bioactivos, los aceites aromáticos, los geles y la hidratación constante que se integran a la textura de piel, junto a las vitaminas y elementos antioxidantes, son la batería de belleza que mantendrá lozana y esplendorosa la piel hasta edad muy avanzada. Son aconsejables también los masajes manuales, siempre con sueros reafirmantes del óvalo del rostro, con los que se logran

maravillas. Todo está complementado con buenos hábitos de vida, ejercicios físicos moderados, dos litros de líquido diarios: jugos de fruta, agua, caldos de verduras: una buena alimentación a la que nos consagramos con gusto y un hobby gratificante, pueden obrar milagros con nuestra apariencia. Abstención de fumar o beber demasiado nos asegurarán de ir por la vida seguras de nuestro aspecto exterior, cuidadas y saludables, apariencia a la que nos podemos agregar luminosidad incluyendo la práctica de buenos pensamientos y energía positiva que nuestra capacidad debe crear para beneficio personal y de quienes compartan nuestra vida. Somos responsables de nuestra apariencia y de nuestra apariencia depende casi siempre nuestro éxito en la vida... y en el amor. La seguridad en nosotros mismos es el factor más poderoso para el logro de nuestros sueños.

Dr. A. Nader

## La columna vertebral Soporte de tu vida

Cada vez que los seres humanos vivimos algo negativo lo depositamos en nuestros músculos por medio de contracciones de autodefensa. Estas crispaciones musculares se alojan inevitablemente en la musculatura posterior. Este potentísimo entramado muscular, que nos une de la cabeza a los pies, por detrás, contiene todo nuestro pasado ancestral. Esta potencia incrementa su poderío sin parar, nutriendose progresivamente con cada ESFUERZO que hacemos, con cada GOLPE que recibimos, con cada DISGUSTO que padecemos. Todo de manera inconsciente se instalará mediante contracciones musculares en nuestro cuello, hombros, espalda, pies, atrapando el cuerpo entero, cerrándolo, aprisionándolo... Los síntomas de este padecimiento pueden llegar a ser muy molestos y dolorosos. Por tanto, el cuidado de esta región, resulta de VITAL IMPORTANCIA para mejorar el sistema muscular esquelético y mantener una adecuada postura. El trabajo que propongo con los balones está adecuado a las necesidades y posibilidades de cada ser disminuyendo de la tensión muscular de la columna y la fatiga y proporcionando un efecto de máximo confort y bienestar. Un espacio para liberar, alinear la energía y reentrenarnos con nuestro ser... Prof. Cristina Rubio 4372-1849

**GIMNASIA BIOENERGÉTICA**  
**TRABAJO CON FISIOPALANES**  
 Columna vertebral - Postura  
**Cristina Rubio**  
*Prof. Nac. de Expresión Corporal*  
  
 Solicitar turno: 4372-1849  
 Zona Congreso

## Para adelgazar, desayunar

Los adolescentes que se preocupan por mantenerse delgados pueden creer que eliminando el desayuno perderán peso. Pero, según indica un estudio, es todo lo contrario. Una investigación realizada en Estados Unidos sobre los hábitos alimenticios de 2.000 jóvenes durante un período de cinco años, encontró que aquellos que se saltaban el desayuno pesaban cerca de 2,3 kilogramos más que quienes lo primero que

hacían al comenzar el día era comer. Esto ocurría a pesar del hecho de que quienes desayunaban ingerían más calorías en el curso del día. La investigación publicada en la revista *Pediatrics*, también encontró que quienes tomaban desayuno, se mostraban mucho más activos. El estudio del equipo de la Universidad de Minnesota agrega peso a un creciente cuerpo de

evidencia de que aquellos que toman desayuno jóvenes o viejos, son más delgados que quienes no lo hacen. "Puede parecer ilógico", dijo Mark Pereira, director de la investigación. "Pero, mientras que ellos ingieren más calorías, también hacen más para quemarlas, y esto puede ser porque quienes comen desayuno no se sienten tan alertados".

"Aunque lo óptimo es comer algo saludable, un cereal integral, por ejemplo", la evidencia parece sugerir que comer cualquier cosa es mejor que no comer nada". "Si lo primero que usted hace al comienzo del día es comer, se sentirá más alegre, más optimista, más despierto, y eso mismo, lo que quemará más energía". <http://news.bbc.co.uk>

**Terapéutica Natural**  
**Preparate para el verano**  
 Masajes reductores / Descontracturantes  
 Shiatsu / Flores de Bach  
**Dra. Claudia Vico**  
 4547-2503 [artediosa@hotmail.com](mailto:artediosa@hotmail.com)

**Las mujeres que aman demasiado también sufren demasiado**  
**Lic. Teresa González**  
 Psicóloga  
 4804-6385 / 4682-2773 (contestador)

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

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

**Danzas Arabes**  
 Escuela Nómada de Danzas del Medio Este  
*Karima al Naim*  
 Todos los niveles Todas las edades  
 4951-4449  
[escueladanzarabe@yahoo.com.ar](mailto:escueladanzarabe@yahoo.com.ar) / [www.karimalnaim.multiply.com](http://www.karimalnaim.multiply.com)

**SHIATSU TERAPIA (DIGITOPUNTURA JAPONESA)**  
 TRATAMIENTO CONTRA EL DOLOR  
 Contracturas - Cefaleas - Cervicalgias - Dorsalgias  
 Lumbalgias - Cistalgias - Migrañas - Cadera - Rodillas  
 Artrosis - 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)4183-1928  
[www.shiatsu-hiromumorita.blogspot.com](http://www.shiatsu-hiromumorita.blogspot.com)  
 CONSULTORIO EN BELGRANO - CONSULTORIO EN AVELLANEDA

## 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 intervertebral, de este modo se reduce la presión que estas 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 originó el dolor, es posible afirmar que los regeneradores naturales del organismo producen 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:

- polaridades 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
- -desviaciones de columna
- -osteoporosis - fibromialgias
- -fracturas - contracturas
- -edemas - circulación

C.T.B. 4961-0975  
[ctbmagnetos@gmail.com](mailto:ctbmagnetos@gmail.com)

**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

## ¿Intoxica la plata?

Existen dos maneras de intoxicarse con la plata. Una, en general benigna, que se denomina "Argiria" y que produce en la piel un color azulado grisáceo. La segunda es grave, de muy fácil diagnóstico y difícil de curar. Tiene varios nombres, como ser: avaricia, codicia, tacañería, mezquindad y otros que, en general, nos están indicando que la plata, para esos pacientes, es un vicio, una adicción. Vayamos a famosos que padecieron esta dolencia: Paul Getty fue uno de los hombres más ricos de su época. Uno de sus catorce nietos fue raptado y como muestra sus captores le enviaron a su abuelo una oreja del muchacho que habían cortado con un bisturí. Por fin llegaron a un acuerdo de devolverlo sano y salvo a cambio de dos millones de dólares. Una vez finalizada la transacción, Getty le transfirió la deuda a su hijo, padre del joven. Así fue, pero con una condición: que le entregara en cuotas esa suma, con el agregado de un cuatro por ciento, en concepto de interés. ¿Tenía o no un cocodrilo en el bolsillo este avaro? Otro caso: Hetty Green poseía en bienes más de doscientos millones de dólares. En cierta ocasión se le presentó una hernia que debía ser intervenida con urgencia. Para los gastos menores, le pidieron en el hospital que abonara ciento cincuenta dólares. No quiso pagarlos y no la interviniere. Por una seria complicación, pasó el resto de su vida en una silla de ruedas. Para ella la

plata era más importante que su salud. Vergonzoso ¿no es verdad? Último caso. Si bien Andrew Carnegie (1835-1919) con el correr del tiempo cambió su proceder, tuvo momentos de una mezquindad pocas veces vista. El día que vendió una de sus empresas en cuatrocientos millones de dólares, quiso festejarlo yendo a comer con sus amigos a un restaurante. Pagó la cuenta y no dejó una misera moneda a la camarera que los atendió muy correctamente. ¡La mortaja no tiene bolsillos señor! Conoció a un hombre tan pero tan rico que cuando pasó al otro mundo, sus familiares se lo comieron. Seamos sinceros, rico es el que goza de muy buena salud. De qué le sirve la plata si ya el joven sufre de alta presión, de insuficiencia cardíaca o quizá, entre otras, de tanto fumar, le provoca una fatiga que no lo deje vivir. Atendí hace unos años en mi consultorio, a uno de los hombres más ricos de nuestro país. Tenía 52 años. Dije tenía por que hace tiempo que partió. Casado y divorciado. Vivía solo. Sus hijos poco menos que lo odiaban. Concurría a mi consulta con dos custodios. Era rico pero yo pensaba: ¡Pobre señor! Continúo: rico también es el que está rodeado de afectos, de una familia feliz y armónica. Rico igualmente es aquel que puede mirar a todo el mundo de frente y que no tiene que esconderse de nadie. No digo que la plata no sea necesaria, pero sólo un justo término medio y algo que guardar para las

emergencias. Los imprevistos cuestan y si no hay plata ¿como se podrían pagar? Sabiendo que tenemos un fondo de reserva viviremos más en paz y habiendo paz, las enfermedades nos dejarán de molestar. A ciertos encargados de la economía y de las finanzas les digo: Hay mucha gente que sufre, pasa hambre, frío, desasosiego e infinidad de dolencias por la falta de plata. Hagan algo ya. Es a ustedes que les narro esta historia: Había un hombre que miraba desde la ventana de su casa hacia el exterior. Llegó un especialista en espejos. "¿Señor que ve?" "Veo a través del vidrio de mi ventana a mucha gente que pasa". "Permitame. Yo con estas sales de plata (plata) puedo transformarle su vidrio en un espejo". "¿Está de acuerdo?" "Y bueno señor, hágalo". "¿Le gusta el espejo que le hice?" "Sinceramente, no". "Antes veía a la gente que pasaba y ahora con el espejo sólo me veo a mi mismo". Suele pasar así: cuando se interpone entre nosotros los humanos la plata, sólo nos vemos a nosotros y no a los demás. Hagamos un agujero en la plata y veremos que del otro lado hay mucha gente que pasa penurias. Abrámosles nuestro corazón y la recompensa, sin pedirlo, pronto nos llegará. Aprendamos a "CONVIVIR".

**Osvaldo Kerschén**  
Médico  
Matrícula 20416  
kerschen@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



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 CALCHAQUI S.R.L.

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



tel.: 4772-2428  
www.omscosmetica.com.ar - ventas@drmadaus.com.ar

## El pan, María Antonieta y los brioches

Ricas en proteínas son las leguminosas, como las lentejas, al igual que los cereales.

Los cereales, por su parte, raramente son consumidos en su estado natural, sino más bien bajo la forma de productos elaborados tales como las pastas alimenticias o el pan. Este pan que, durante siglos, fue considerado como el alimento por excelencia.

Con el aceite y el vino, encontramos el fundamento mismo de la civilización mediterránea. En Roma, la plebe se sublevó para que se le distribuyera pan y se organizaran juegos. Las mayores conquistas del Imperio fueron emprendidas para abastecer de cereales la insaciable metrópoli. Más tarde, en la Edad Media, una mala cosecha de trigo era anuncio seguro de hambre y de trastornos. La misma Revolución Francesa fue en parte provocada por el hecho de que en París faltaba el pan, y es célebre la famosa réplica de María Antonieta, ¡que para calmar a los insurrectos proponía una distribución de brioches (panes de Viena)!

En 1870, durante el sitio de París, mientras la población se veía reducida a comerse los caballos, cuando no las ratas, se fabricaba un pan en el cual se mezclaban elementos tan heteroclitos como la bala de avena, el aserrín e incluso, algunas veces, un poco de harina...

De esta mística del pan nos han quedado gran número de expresiones proverbiales del tipo "ganar el pan con el sudor de su frente", "ser bueno como el pan blanco", "quitarle a uno el pan de la boca", etc. Así como una obsesión que hace que las mujeres hermosas, preocupadas por su línea, huyan incluso del más pequeño trozo.

Pero, si bien ha adquirido blancura a lo largo de los siglos, el pan ha perdido al mismo tiempo la mayor parte de sus cualidades nutritivas. La barra "fantasía" que consumimos hoy en día apenas tiene nada en común con el pan que se fabricaba, no hace aún mucho tiempo, en los hornos campesinos. La industrialización de la panadería, por supuesto, ha permitido incrementar la producción, evitando así el racionamiento o el alza de los precios, pero no ha podido hacerlo más que en detrimento del propio producto.

Existen pues, notables diferencias entre el pan ligeramente moreno de antaño, cuya dorada corteza estaba sapeada de manchas de salvado, y nuestras pálidas imitaciones de hoy en día. Al nivel del material básico en primer lugar, de la harina, por supuesto.

Actualmente, el trigo es molido en molinos que separan los distintos elementos constitutivos del grano. Así, el salvado y el germen son retirados, cuando en realidad constituyen los elementos vitales del trigo. Una harina muy blanca, una harina flor, como se la llama, ha sido

cernida en un 75%, es decir que un 25% de sus elementos básicos han sido retirados, mientras que si el cernido no se hubiera efectuado más que a un 90%...

es decir si se hubiese eliminado tan sólo un 10% de estos elementos- se habría conservado una parte del salvado y del germen.

Así pues, la harina blanca no encierra más que almidón, gluten y una pequeña proporción de sales minerales.

"Uno puede preguntarse, escribe Marcel Rouet (La Santé dans votre assiette), por qué no se utiliza la harina completa a un 100%. Esto proviene del gusto de los consumidores, que exigen un pan blanco, y de los inconvenientes que presenta el pan completo que, demasiado cargado de celulosa, se vuelve impenetrable a los jugos gástricos, hace pesada la digestión, irrita el intestino y según los últimos trabajos científicos, se opone parcialmente a la

asimilación de las proteínas."

Aceptemos pues el pan blanco, ya que es imposible hacer otra cosa. Pero lo que resulta lamentable es que, como para todos los productos industrializados o semi industrializados, sea necesario añadirle diversos productos químicos para que pueda fermentar y conservarse.

En el procedimiento tradicional, el germen de la levadura -que, como su nombre indica, contiene todos los principios nutritivos de la levadura, es decir, aumento de tamahenia por finalidad desarrollar los fermentos que, destruyendo la glucosa, desprendían anhídrido carbónico. Con la cocción, estas pequeñas burbujas de gas se dilataban, dando así a la miga su aspecto aéreo, al mismo tiempo que hacían estallar los granos de almidón. Se obtenía así un alimento ligero y digestivo, al tiempo que muy nutritivo.

El pan de hoy en día, atiborrado de ácido ascórbico, que se seca apenas es cortado, pierde toda nobleza, de tal modo que parece normal que en los países industrializados, y por lo tanto ricos, se tenga tendencia a dejarlo de lado en provecho de alimentos más sabrosos.

"Los remedios de la abuela" Jean Michel Pedrazan



## Naturalmente... chef

### Pan alemán tipo Pumpernickel

**Pumpernickel bröt**  
Aunque parezca mentira: ¡Sí!, son de 8 a 12 horas de cocción, para que el centeno se caramelice y el pan obtenga ese color amarronado característico de este pan alemán. Esta receta me la envió el colegio de cocineros Maussi Sebess, espero que les guste

50 g harina de trigo ooo  
450 g harina de centeno (levemente molido)  
12 g de sal  
1 cda extracto de malta

300 cc agua tibia, o hasta formar una masa homogénea  
Amasar todo los ingredientes y pasar la masa a un molde para pan o budinera. Colocar ese molde dentro de un recipiente con agua, de forma tal que dentro del horno el pan se cocine con el vapor del agua y a baño María; de esta manera se carameliza el almidón del cereal y logramos el color amarronado característico del Pumpernickel. La consistencia de este pan es bien compacto, dado que no tiene ningún tipo de levadura, la cocción es de 10 horas aprox. en horno a 90 grados C.

Pablo Arzani  
pabloarzani2003@yahoo.com.ar

### Batido de frutillas

Las frutillas eliminan el exceso de ácido úrico, causante de la gota. También son un depurativo del organismo y de la piel.

½ kg de frutillas  
3 cucharadas de leche descremada  
1 cucharada de miel  
Procesamos todos los ingredientes. Debe tomarse recién hecho para que la fruta no se oxide.

### Té de hierbas y especias delicioso

3 cucharadas de hojas de cedrón  
3 cucharadas de manzanilla  
1 cucharada de cáscara de naranja seca  
2 clavos de olor  
1 rama de canela  
1 cucharadita de jengibre molido  
Se mezclan con cuchara de madera los ingredientes y se guardan en un frasco de vidrio. Al momento de utilizarlo, se coloca una cucharadita por taza, se vierte agua hirviendo y se tapa unos minutos. Puede tomarse así solo, o endulzado con miel.

**ISY** Instituto Superior de Yoga  
Profesorado - Perfeccionamiento docente  
Práctica de Yoga todos los días  
Coord.Téc.: **Bibiana Tedeschi**  
Cuzco 399 - Liniers, 4642-1712 // www.isy-yoga.com.ar

**ALMACEN NATURAL**  
Sanabria 2893  
Capital Federal - Villa Devoto

**DIETÉTICA ARTEMISA**

Concesionario oficial de:  
**A Los MANDARINOS**  
**El Molinillo**  
en Castellar desde 1980  
Como siempre la mejor calidad y atención  
Arias 2374 Castellar - Tel. 4628-6363

*La forma del Verano!*

**Adelgar Plus**  
FUCUS - HISOPO  
COLA DE CABALLO  
PSYLLIUM  
Con Vitamina B5

Contiene 12 blister de 10 comprimidos c/u  
Suplemento Dietario - Industria Argentina

Este producto suplementa dietas inadecuadas. Consulte a su médico y/o farmacéutico.

Un producto **BIOKOSMA**  
Un Compromiso con la Salud

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

*Salud y belleza*  
*Los nutrientes de sus componentes contribuyen a mantener saludable el sistema circulatorio.*

Un producto **BIOKOSMA**  
Un Compromiso con la Salud

**Flebotonic**  
Centella Asiática  
Vid y Ginkgo Biloba  
Con Vitaminas B6 y B2  
Contenido 40 comprimidos  
Suplemento Dietario - Industria Argentina

Este producto suplementa dietas inadecuadas. Consulte a su médico y/o farmacéutico.

## ACEITE DE CHIA, PURA POTENCIA EN OMEGA 3

Es frecuente ver en publicaciones de venta libre que tratan temas de la salud y la alimentación, conceptos que hacen referencia a las bondades de determinados productos y alimentos. Indudablemente es una tarea loable la de informar al público consumidor general sobre las diferentes alternativas que uno dispone en la actualidad para mejorar la calidad de vida. Se observa también con preocupación que la información que se publica, no es clara, y en algunos casos, no es veraz. ALIMENTOS STURLA, a través de sus Departamento Técnico y Comercial busca brindar información técnicamente consistente, clara para que pueda ser comprendida por todos los consumido-

res y publico general, precisa y veraz. En este sentido ALIMENTOS STURLA expresa en relación al ACEITE DE CHIA STURLA lo siguiente:

- Es el Aceite de origen vegetal con mayor contenido de OMEGA 3, ácido alfa linoléico (60 - 63%) contenido en la actualidad.
- Posee un 20% de OMEGA 6, ácido linoleico, haciendo una relación OMEGA 6 / OMEGA 3 ideal, por debajo de 1.
- Posee un 7% de OMEGA 9, ácido oleico.
- Es el OMEGA 3, y no el OMEGA 6 ó 9, el ácido graso beneficioso para la salud por sus efectos sobre los factores de riesgo cardiovascular.
- Posee un 87% de grasa insaturada, que es la suma

de los tres ácidos grasos detallados arriba.

- Su agradable sabor y aroma se debe a que la Chia -Salvia hispánica- es una planta que pertenece a la familia de las aromáticas, a diferencia de la colza, que pertenece a las crucíferas, y el lino, que pertenece a las lináceas.
- La presencia de antioxidantes naturales propios de la Chia permite tener un producto estable.
- Es la fuente vegetal de OMEGA 3 con mejor relación OMEGA 3 / Energía en Kcal, consumida.
- Para comprender el punto anterior ejemplifiquemos de la siguiente manera: se requieren 12 gramos de Aceite de Canola (8,5 % de OMEGA 3), para aportar 1 gramo de

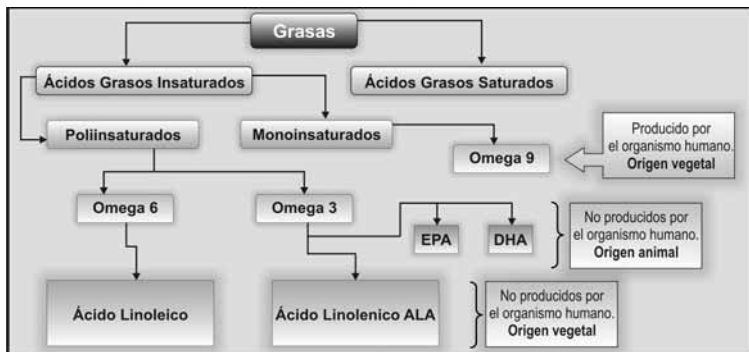
OMEGA 3. Con 1,7 gramos de ACEITE DE CHIA STURLA, se incorpora 1 gramo de OMEGA 3. Es decir con el Aceite de Canola usted incorpora 7 veces más energía por unidad de OMEGA 3 que con el ACEITE DE CHIA STURLA.

- Es decir una CUCHARADITA DE TE de ACEITE DE CHIA STURLA equivale a 1 CUCHARADA SOPERA de ACEITE DE CANOLA.
- El ACEITE DE CHIA STURLA ofrece una dosis económica de OMEGA 3, más equilibrada, y de menor contenido energético. Cuidamos su peso.

### ¿QUE SON LOS ACEITES OMEGA 3?

Los Omega 3 son ácidos

Grafico 1 - Origen de los ácidos grasos Omega 3, 6 y 9.



## 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

grasos esenciales, poliinsaturados, necesarios para el normal desarrollo del cuerpo humano (Gráfico 1). Estos ácidos grasos se consideran esenciales porque no pueden ser producidos por el organismo y deben ser incorporados a través de la dieta. Está demostrado científicamente que los Omega 3 ofrecen numerosos beneficios para la salud:

- Ayudan a prevenir la arteriosclerosis.
- Ayudan a normalizar la presión arterial elevada.
- 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 inmunológico.

- Bajan el índice de enfermedades coronarias.

Gustavo Sturla  
Director Técnico  
Nutracéutica STURLA SRL

## 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 arteriosclerosis 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 Srl.  
(Suplemento dietario Omega 3, VENTA LIBRE)

EL AUTENTICO ACEITE DE CHIA TOTALMENTE NATURAL



## UN PASO ADELANTE EN NUTRICIÓN



Nutracéutica STURLA S.R.L.

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

## El cerebro posee la "visión ciega"

El cerebro procesa información visual aunque estemos ciegos, señala un estudio publicado por la revista Proceedings of the National Academy of Sciences. Según el estudio, el cerebro inconsciente sigue procesando datos visuales aunque hayamos perdido la capacidad de la vista. Para realizar la investigación, se anuló temporalmente y de manera reversible la capacidad de visión de una serie de voluntarios, cuyos cerebros estaban en perfecto estado de salud. El procesamiento de la información visual de estos voluntarios se detuvo gracias a impulsos eléctricos momentáneos (denominados estimulación magnética transcraneal) dirigidos hacia la región del cerebro conocida como corteza

visual, que es la que se encarga de realizar los procesos que nos permiten "decodificar" las señales que nos llegan desde los ojos. La información visual es de hecho uno de los procesos más complejos de la actividad cerebral. Alcanza la retina tras atravesar los ojos, donde la imagen se forma invertida. Las señales son procesadas como impulsos nerviosos que viajan, inicialmente por el nervio óptico, para alcanzar el tálamo dorsal y luego la corteza visual.

Durante la investigación, en el momento en que los estímulos eléctricos detuvieron el procesamiento de la información que realizaba esta región cerebral, los voluntarios, prácticamente ciegos durante unos instan-

tes, fijaron sus ojos en la pantalla de un ordenador en la que aparecieron las siguientes imágenes: una línea horizontal o vertical y una esfera roja o verde.

Todos ellos aseguraron que no habían visto nada de lo que les había mostrado el ordenador y, sin embargo, algo recordaban. De hecho, al ser preguntados acerca de lo que había aparecido en la pantalla, el porcentaje de aciertos fue mucho mayor de lo que hubiese permitido el azar: el 75% de las respuestas fueron correctas en lo que respecta a las posiciones de las líneas y el 81% lo fueron en lo referente al color de las esferas. Y todo ello sin que sus cerebros hubieran tenido los datos visuales del experimento, debido a la inhibición temporal de la

corteza visual. ¿Visión ciega?

Los artifices de esta investigación consideran que los voluntarios, inconscientemente, procesaron información visual muy detallada. Esto quizá sea debido a que la corteza visual no es la única región del córtex implicada en el análisis de las señales visuales, ya que sólo resuelve las etapas iniciales del procesamiento visual. De hecho, hay otras regiones más profundas (cortezas asociativas) donde tiene lugar la asociación de los estímulos visuales con estímulos de otras modalidades sensoriales.

La investigación otorga evidencias que corroboran una antigua especulación (que empezó con Sigmund Freud) acerca del procesamiento de información

que ocurre en el cerebro a pesar de que nosotros no nos demos cuenta. Son los denominados "procesos inconscientes" del cerebro, que ya habían sido demostrados en estudios previos con pacientes que habían sufrido algún daño cerebral: personas con lesiones cerebrales, incapaces de ver objetos, podían identificar la forma y localización de algunas cosas que se les presentaban. Es lo que se denomina visión ciega.

La neuropsicología cognitiva ha descrito esta capacidad humana: sujetos que han sufrido daños en la totalidad o en una parte de la corteza estriada de su cerebro (que es por donde pasa toda la información visual hacia la corteza) no pierden la totalidad de la

vista: son capaces de advertir por dónde pasa un objeto y hasta qué forma tiene. Lo que según los investigadores se desprende de este estudio es que, aunque la conciencia requiere el uso de ciertos sectores del cerebro, mucha información se procesa de manera inconsciente. Consideran que probablemente existan rutas alternativas de procesamiento visual que funcionan inconscientemente. De confirmarse esta hipótesis, puede dar alguna esperanza a personas que han sufrido daños físicos en la corteza visual primaria.

El estudio fue realizado por un equipo de la Universidad Rice (Estados Unidos), dirigido por el profesor de Psicología de dicha universidad, Tony Ro. [www.laflecha.net](http://www.laflecha.net)

# 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

**Cuando ella almuerza con su pasado**

Por Luis Bueno

Trascendió que *Su Gimenez* se encuentra cada tanto con su ex, Jorge Rodríguez, para comer y hablar de negocios. Quisiera saber cuánta gracia le causa esto al actual novio de la diva, porque me pongo en el lugar de un tipo al cual su esposa le anuncia que irá a almorzar periódicamente con alguien que amó.

Yo deduzco que va a sentir escarabajos, no mariposas, en el estómago.

Pensemos que le podría pasar a ese personaje imaginario. Primero va a filosofar y se dirá en voz alta: "si te enganchaste con alguien que ya tuvo hijos con otro, es inevitable que se lea con esa persona por los temas que impone la crianza de los chicos. Lo mismo ocurre cuando una mina es o fue socia de su anterior marido, es decir, los vincula una empresa en común. Pero si no hay crios ni bienes a repartir y ni siquiera un juicio de divorcio que los obligue a juntarse... ¿por qué se siguen citando?"

Una vecina que lo escucha intenta tranquilizarlo y le grita desde su ventana: "Che negro, muchas mujeres declaran frescamente a un hombre que se aconsejan, y toda esa bola". Pero lo que ella no entiende es que el esposo actual de la dama, el héroe anónimo de estas líneas, vive la inesperada sensación de ser, ahora él, el tercero excluido. Y cuando se lo comenta a los amigos, ellos empiezan a preguntarle quien disolvió aquella pareja, y sugieren como detectives sabios: "Si el final fue decisión de ella no hay peligro, porque la mujer es como el Ital Park, cuando te baja la cortina es para siempre, en cambio, reflexión, si ella que la pateó fue él, por ahí el

se sigue ratiando con el tipo... Y lo palmean en la espalda.

Entonces nuestro protagonista va corriendo a ver qué opina su mamá, y ella, mientras prepara los raviolos, le cuenta sonriendo: "la cara que ponés me recuerda el día que le anuncié que ibas a tener un hermanito y entonces me preguntaste con lágrimas en los ojos: ¿pero qué pasa, no te basía coningo?". Más desorientado que sordo en terremoto, corre luego al psicólogo, el cual, entre pilada y pilada de su pipa lo aburre con el tema del faló, el pene, el pitulín, y el problema que ocasiona tener, porque cuando uno tiene algo sabe que lo puede perder. Y la última frase lo hace despertar, se toca el cuerpo, exclama: ¿perder? ¿perder qué?.

Más tarde, en una clase de teatro, empieza a ensayar como decirle a ella una vez más, inútilmente, que no lo vea más a su ex. Pero inmediatamente toma conciencia de que coartarle su libertad es un sin sentido. En ese instante se da cuenta que lo mejor que puede hacer es demostrarle a esta mujer saturada de independencia, que hay otra manera de cortar relaciones. Y es ahí cuando prepara sus valijas (o las de ella) y le dice buen provecho, y hasta nunca, pero un nunca nunca, un nunca en serio, un nunca, nunca más.

Luis Bueno es guionista de exitosos programas televisivos, como *La Familia Benvenuto*, *Los Rodríguez*, *Señoras y Señores* entre otros. Autor de diversos libros como *Historia de la Televisión Argentina Contada por sus Protagonistas 1951/96*, y *Hablan los autores*. Actualmente es docente en la *Univ. de Morón* y la *Univ. de Belgrano*, el *ISER* y *APTBA*; también dicta cursos por Internet. [luisbueno@utopia.com](mailto:luisbueno@utopia.com)  
[www.luisbueno.com.ar](http://www.luisbueno.com.ar)

**25° EXPO VIDA NATURAL**

**Conferencias y talleres gratuitos**

- **14:30 hs. Rescatando el poder de las mujeres**  
A cargo de Gabriela Arias, Profesora de Historia y Lady Mayo, Sacerdotisa Wicca.

- **15:30 hs. Grupo Saint Germain de Argentina**  
Taller práctico: El Arcángel Miguel nos enseña una mejor calidad de vida.  
A cargo de la Inst. NUNIA, Directora del Grupo Saint Germain de Argentina.

- **16:30 hs. Autoestima - Claves para desarrollarla a partir de las enseñanzas de Louise L. Hay y otros enfocues**  
A cargo de Marisa Lia Pascal, Facilitadora Certificada para impartir talleres basados en las enseñanzas de Louise L. Hay

- **17:15 hs. Calendario de las Trece Lunas con Puras Raíces Mayas**  
A cargo de Elena Elvira Raffo, Dragón Magnético Rojo, Astroanalista, Instructora de Calendario de las Trece Lunas, Maga de Picarquín.

- **18 hs: EMF Balancing Technique®**  
A cargo de Elena Elvira Raffo - Maestra Supervisora Fases I a IV - Maestra de "Maestros en Práctica V a VIII" - Profesional Acreditada Fases I a VIII.

- **18:45 hs. REIKI. El auténtico Sistema Usui de Armonización Natural**  
A cargo de Oriel Abarca, Tradicional Reiki Master desde 1993.

- **19:30 hs. Los órdenes del amor y las constelaciones familiares**  
A cargo de Norma Olave, Facilitadora de Constelaciones Familiares y soluciones Sistémicas según Bert Hellinger.

**EXPO VIDA NATURAL**

Encuentros para el crecimiento personal  
**25° Megaevento de Terapias Holísticas en la Zona Oeste**

Domingo 28 de Septiembre de 12 a 21 hs  
en Pinar de Rocha  
Salón Dolar  
Av. 2° Rivadavia 14727, Ramos Mejía, Pcia. de Bs. As.

Más de 80 expositores y especialistas en Terapias Holísticas

Talleres Vivenciales Gratuitos  
Consultas - Sorteos

Entrada General: \$ 10.-

¡¡¡Un día para bajarse del mundo... y respirar paz y esperanza!!!

CONFERENCIAS Y TALLERES GRATUITOS

Con su entrada participa del sorteo de un VOUCHER valido para una estadía de 2 noches y 3 días de alojamiento (desayuno serrano incluido) para 2 personas en Cabañas Newen Mapu, Quebrada de los Pozos Pedanía las Rosas, Departamento de Uruquivá, Valle de Traslasierra, Prov. de Córdoba, Argentina.  
[www.cabanatraslasierra.com.ar](http://www.cabanatraslasierra.com.ar)

Coordinación General e Informes:  
**Silvia González**  
(Organizadora de EXPO VIDA NATURAL y EXPO MUJER)  
Tel: 4627-6273 / 4627-7229 / (15)4050-0104  
[expovidanatural@speedy.com.ar](mailto:expovidanatural@speedy.com.ar)

**La yerba mate**

La yerba mate (flex paraguariense), posee un alto contenido de minerales, en especial potasio, magnesio y manganeso. Una Comisión de expertos de Alemania indica su utilización en casos de fatiga física y mental. Asimismo informan los expertos que la yerba mate puede ser utilizada en los siguientes casos:  
1) Reducción de peso  
En dosis adecuadas permite lograr una pérdida significati-

va de peso en aproximadamente 45 días, debido a que:  
• Prolonga significativamente el tiempo de vaciamiento gástrico, reduciendo así el tiempo de percepción de llenado gástrico.  
• Disminuye el apetito  
• Acelera el metabolismo de azúcares y grasas (gluconeólisis y lipólisis).  
2) Antioxidante  
Los principios activos del mate contribuyen a aumentar las defensas antioxidantes del organismo contra los

ataques de radicales libres. Sus propiedades antioxidantes son mayores que las del ácido ascórbico (vitamina C). Inhibe el inicio y propagación de la oxidación del colesterol LDL, la peroxidación enzimática de los lípidos y de las membranas celulares de los eritrocitos. Además, sus principios activos tienen la capacidad de atrapar radicales libres.  
3) Otras propiedades  
Los ácidos clorogénicos estimulan el sistema nervioso

central. El mate es un diurético y analgésico suave que ha sido utilizado tradicionalmente para el tratamiento de cefaleas psicógenas o por fatiga, depresión nerviosa, neuralgias, y artralgias reumáticas. Dependiendo de la concentración de principios activos, actúa sobre el sistema cardiovascular (efectos cronotrópico e inotrópico positivo, dilatación coronaria) y respiratorio (estimula la respiración, broncodilatador). [www.adaptogeno.com](http://www.adaptogeno.com)

**Chiacaps®**  
Cápsulas de aceite de chia

UNICO

Omega 3 100% vegetal

Salud para tu Corazón

El aceite de semillas de CHIA es una fuente vegetal rica en ácidos grasos OMEGA 3, que ayudan a REDUCIR los niveles de Colesterol y Triglicéridos.

Suplemento dietético a base de OMEGA 3, obtenido a partir de semillas de CHIA.

Dr. MADAUROS LABORATORIOS

[www.chiacaps.com](http://www.chiacaps.com) - [info@chiacaps.com](mailto:info@chiacaps.com)  
ATENCIÓN AL CONSUMIDOR: (011) 4772-2428 | 4771-1734  
Suplemento dietético. CONSULTAR SU MEDICO Y/O FARMACOLOGO

**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
- Posee efectos diuréticos
- Disminuye los niveles de azúcar en sangre
- Contiene fluor

**Yerba Mate**

- Sabor delicioso 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 inmunitario
- Reduce los niveles de triglicéridos y ácido úrico

\* Presentación en hebras y en saquitos.

Encuentre Productos Jesper en Dietéticas y Herboristerías  
Tel. (011) 48056122 / (03754) 420118  
[info@tesjper.com.ar](mailto:info@tesjper.com.ar)

**JESPER**  
Conozca más acerca de Jesper en nuestro sitio web: [www.tejesper.com.ar](http://www.tejesper.com.ar)

## Alimentos fisiológicos

Entendemos que la base para organizar una alimentación fisiológica y saludable, pasa por la correcta organización de la despensa alimentaria. El hecho de identificar los alimentos por grupos, nos permitirá utilizarlos en forma racional hasta familiarizarnos intuitivamente con ellos, evitando así errores e improvisaciones. Esto nos dará la necesaria flexibilidad para adecuando la nutrición a los variables requerimientos personales y estacionales. Otra finalidad de identificar los grupos alimentarios de la despensa, tiene que ver con la conveniencia de ingerir algo de cada grupo a lo largo del día. Esto resulta básico para garantizar una nutrición sin riesgos de excesos y carencias. Al trabajar una diversidad de alimentos, las cantidades serán pequeñas y esto nos conducirá a la frugalidad alimentaria. Otro beneficio del manejo de los grupos alimentarios, es la variación de los elementos de cada grupo. No hay alimento perfecto y cada uno tiene una razón por la cual es aconsejable rotar y alternar integrantes de cada familia, a fin de evitar excesos y carencias. Los tres grupos fundamentales de una despensa saludable deberían ser: **hortalizas** y **semillas**. Todos los elementos de estos grupos son recomendados, en el caso de los vegetales frescos, son preferibles aquellos del lugar, de la estación y madurados naturalmente. También es recomendable consumirlos preferentemente crudos o ligeramente cocidos, salvo

los amiláceos (papa, batata, zapallo). Frutas y semillas son ideales componentes de meriendas. Las semillas pueden dar lugar a saludables germinados, leches y mantecas vegetales, granolas... Otros dos grupos importantes son **cereales** y **legumbres**. En este caso se sugiere el uso de granos enteros, bien cocidos y correctamente masticados. Esto evita el masivo problema de los almidones mal procesados. La combinación de un cereal y una legumbre en una misma comida (guisos, sopas, hamburguesas), garantiza la calidad de la ingesta proteica. Únicas restricciones en estos grupos, el trigo y la soja, dada la cantidad de problemas que acumulan y lo mal que se procesan. Luego su ubican otros grupos complementarios de una despensa saludable: algas, aceite, condimentos, proteínas, endulzantes, bebidas y suplementos. Las **algas marinas** aportan minerales, fibra soluble y excelentes efectos protectores, se aconsejan para acompañar la cocción de cereales y legumbres. Los **aceites** son la principal fuente de ácidos grasos esenciales, razón por la cual deben ser de presión en frío, sin refinación y usados en crudo (solo el olivo es recomendable para exponer al fuego); se sugieren combinaciones equilibradas en sabor y omegas, como el oliva/girasol/lino u oliva/soja/chia. **Los condimentos** aportan gran cantidad de beneficios, sugiriéndose el uso de mucha variedad y poca cantidad; sin dudas que el principal con-

dimento es la sal marina no refinada, cosa garantizada por los cristales de roca (sal andina). A nivel **proteínas**, consumimos **gran variedad**, complementación y rotación de los alimentos antes citados, no puede haber carencias; por el contrario, el problema moderno es el exceso proteico. En caso de necesidad, se puede recurrir a huevos caseros, polen de abejas, algas espirulina o frutos de mar. En materia de **endulzantes** podemos usar azúcar integral mascabo o miel de abejas, sin olvidar el saludable efecto dulcificante de las frutas pasas o la harina de algarroba. Respecto a **bebidas**, debemos priorizar el agua, sin olvidar que las frutas y hortalizas son la mejor fuente de agua biológica; pudiendo utilizarse las terapéuticas infusiones de hierbas o el saludable kéfir de agua que regenera la flora intestinal. Por último, se sugiere una serie de **complementos naturales**, con distintos efectos: **mineralizantes** (germen de trigo, levadura de cerveza, furikake, maca), **depurativos** (tinturas de cardo mariano, genciana o alcalu), **inmunestimulantes** (propóleo, equinácea, harina de vino, hongos shiitake), **regeneradores de flora** (kéfir de agua, chucrut, salsa de soja, miso, semillas de haba) y **ajca-mineralizantes** (limón, ortiga, diente de león, congorosa, ciruelas umeboshi). **¿Con esto basta?** No. Para conseguir un

resultado depurativo y saludable a partir de esta propuesta nutricional, hay otras cosas que deben ser tenidas en cuenta, dado que la **mala metabolización**, aun de un buen alimento, puede ser causa de carencias; por el contrario, el problema moderno es el exceso proteico. En caso de necesidad, se puede recurrir a huevos caseros, polen de abejas, algas espirulina o frutos de mar. En materia de **endulzantes** podemos usar azúcar integral mascabo o miel de abejas, sin olvidar el saludable efecto dulcificante de las frutas pasas o la harina de algarroba. Respecto a **bebidas**, debemos priorizar el agua, sin olvidar que las frutas y hortalizas son la mejor fuente de agua biológica; pudiendo utilizarse las terapéuticas infusiones de hierbas o el saludable kéfir de agua que regenera la flora intestinal. Por último, se sugiere una serie de **complementos naturales**, con distintos efectos: **mineralizantes** (germen de trigo, levadura de cerveza, furikake, maca), **depurativos** (tinturas de cardo mariano, genciana o alcalu), **inmunestimulantes** (propóleo, equinácea, harina de vino, hongos shiitake), **regeneradores de flora** (kéfir de agua, chucrut, salsa de soja, miso, semillas de haba) y **ajca-mineralizantes** (limón, ortiga, diente de león, congorosa, ciruelas umeboshi). **¿Con esto basta?** No. Para conseguir un

resultado depurativo y saludable a partir de esta propuesta nutricional, hay otras cosas que deben ser tenidas en cuenta, dado que la mala metabolización, aun de un buen alimento, puede ser causa de carencias; por el contrario, el problema moderno es el exceso proteico. En caso de necesidad, se puede recurrir a huevos caseros, polen de abejas, algas espirulina o frutos de mar. En materia de **endulzantes** podemos usar azúcar integral mascabo o miel de abejas, sin olvidar el saludable efecto dulcificante de las frutas pasas o la harina de algarroba. Respecto a **bebidas**, debemos priorizar el agua, sin olvidar que las frutas y hortalizas son la mejor fuente de agua biológica; pudiendo utilizarse las terapéuticas infusiones de hierbas o el saludable kéfir de agua que regenera la flora intestinal. Por último, se sugiere una serie de **complementos naturales**, con distintos efectos: **mineralizantes** (germen de trigo, levadura de cerveza, furikake, maca), **depurativos** (tinturas de cardo mariano, genciana o alcalu), **inmunestimulantes** (propóleo, equinácea, harina de vino, hongos shiitake), **regeneradores de flora** (kéfir de agua, chucrut, salsa de soja, miso, semillas de haba) y **ajca-mineralizantes** (limón, ortiga, diente de león, congorosa, ciruelas umeboshi). **¿Con esto basta?** No. Para conseguir un

resultado depurativo y saludable a partir de esta propuesta nutricional, hay otras cosas que deben ser tenidas en cuenta, dado que la mala metabolización, aun de un buen alimento, puede ser causa de carencias; por el contrario, el problema moderno es el exceso proteico. En caso de necesidad, se puede recurrir a huevos caseros, polen de abejas, algas espirulina o frutos de mar. En materia de **endulzantes** podemos usar azúcar integral mascabo o miel de abejas, sin olvidar el saludable efecto dulcificante de las frutas pasas o la harina de algarroba. Respecto a **bebidas**, debemos priorizar el agua, sin olvidar que las frutas y hortalizas son la mejor fuente de agua biológica; pudiendo utilizarse las terapéuticas infusiones de hierbas o el saludable kéfir de agua que regenera la flora intestinal. Por último, se sugiere una serie de **complementos naturales**, con distintos efectos: **mineralizantes** (germen de trigo, levadura de cerveza, furikake, maca), **depurativos** (tinturas de cardo mariano, genciana o alcalu), **inmunestimulantes** (propóleo, equinácea, harina de vino, hongos shiitake), **regeneradores de flora** (kéfir de agua, chucrut, salsa de soja, miso, semillas de haba) y **ajca-mineralizantes** (limón, ortiga, diente de león, congorosa, ciruelas umeboshi). **¿Con esto basta?** No. Para conseguir un



### Crema de berenjenas

- 2 berenjenas
  - 2 tomates
  - 1 pimiento rojo
  - 2 zanahorias
  - 1 cebolla chica
  - 2 dientes de ajo
  - Jugo de un limón
  - 2 cucharadas de aceite de oliva
  - Pimienta negra, comino y sal
- Cortamos las berenjenas en mitades a lo largo y las cocinamos al horno durante 20 minutos. Retiramos, cortamos en trocitos y licuamos junto con todos los ingredientes. Esta crema queda deliciosa para servir en una salsa y la que cada comensal se unto sobre galletitas, tostadas o panitos. También se puede utilizar como guarnición.

**La Aldea**  
Alimación Naturalista  
\* Productos orgánicos  
\* Alimentos para CELIACOS, DIABÉTICOS e HIPERTENSOS  
\* Hierbas Nacionales e Importadas  
\* Arcillas \* Cosmética Natural  
\* Aromaterapia  
Av. Andrés Baramanda 1056  
4254-0713 Quilmes

**Restaurant**  
Orgánico Vegetariano  
Alimentación Inteligente  
Gorriti 5657 • Buenos Aires  
www.bsasverde.com  
4775-9594

### ¿Cereales crudos?

Los cereales pueden comerse crudos y contribuyen a una alimentación completa, la manera más sana de prevenir las "enfermedades de la civilización". **Los alimentos vivos** Solamente es posible obtener un conocimiento real de la esencia de un ser vivo, una creación de la vida, si nos acercamos a él con asombro, admiración y veneración. Cuando hablamos de alimentos vivos, podemos recordar las palabras del

Dr. Bircher Benner, médico precursor de estas ideas, que decía: "La vida se extrae de la vida". Comer alimentos vivos significa verse a alimentos frescos que no han sufrido ningún tipo de alteración por causa de cualquier proceso para la conservación. Los cereales pueden comer-



se crudos y por su riqueza en auxonas y enzimas ayudan muy eficazmente para asimilar una alimentación integral y completa. El cereal crudo se puede consumir de la siguiente manera: se muelen 30grs. de cereal por persona (trigo, centeno u otro) por la noche, se le agrega agua para obtener una consistencia de

"papilla" y se deja reposar hasta la mañana siguiente; mínimo dos horas de remojo (en verano conviene ponerlo en la heladera). Por la mañana se le agregan unas gotas de jugo de limón, una manzana rallada y la fruta que desee. La avena tostada con miel y frutas secas es un buen complemento para este desayuno que resulta rico y muy valioso.

**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 1739

**Un Chef a su servicio**  
Naturista / Macrobiótica / Light  
Envío de viandas personalizadas.  
Cocinero a domicilio.  
Clases de cocina particulares.  
Chef Pablo Armenti  
(15)3178-8435  
pabloarmentichef@gmail.com

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

**Dietética Trisoles**  
Alimentos para Celíacos  
Herboristería-Fitoterapéuticas  
Suplementos Dietarios  
Alimentos para Mascotas  
Gran Variedad y Mejor Precio  
4628-0400  
Av. Rivadavia 1823 Morón  
(entre 25 de Mayo y Belgrano)

**Dietética Los Girasoles**  
Suplementos dietarios  
Herboristería - Macrobiótica  
Aromaterapia y más  
L. a. v. de 8:30 a 20:30 hs  
Sábados de 8:30 a 20 hs.  
Soler 54  
Ituzaingo Norte  
4623-8963

**la casa de OHSAWA**  
restaurante macrobiótico / casa de alimentos para la salud  
Clases de cocina macrobiótica (cursos básicos y especiales)  
Guía de dieta personalizada  
Productos macrobióticos  
Tienda de alimentos orgánicos, verduras y frutas orgánicas, huenos y pollo de campo  
Productos Mitoku de Japon  
Panes y repostería integral  
la casa de Ohsawa, un centro integrador  
Ciudad de la Paz 415421 Belgrano - Capital Tel: 4553-9330  
licasadehosawa@yahoo.com.ar

**"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

**CASA ARGOS**  
Yerbas medicinales  
FORMULA FRANCESA PARA ADELGAZAR NATURALMENTE  
JALEA REAL - GINSENG - POLEN - MIEL ESPECIAS  
PRODUCTOS DIETÉTICOS - SAHUMERIOS  
PIEDRAS 490 CAPITAL  
Tel. 4342-6704  
casaaragos@uol.com.ar

**QUESERÍA Y "Las Nenas"**  
Alim./celiacos y diabéticos - Herboristería - Fitoterapéuticos  
Cereales y legumbres - Complementos dietarios/dp/ep/ortizas  
¡LOS MEJORES PRECIOS! Entrega a domicilio  
Sarmiento 787 (entre est. Morón lado Norte) Tel. 4627-6196

## ¿Qué nos enseña la Era de Acuario?

La astrología plantea que así como cada individuo está regido por un signo zodiacal, del mismo modo cada Era o Etapa de la Historia está dominada por una de tales casas cósmicas. Esto quiere decir que, según el peculiar aspecto del Zodíaco que esté influyendo, cada ciclo histórico tendrá un ritmo físico o espiritual diferente.

### Aries: La Era de la Acción Heroica

Según el criterio antes esbozado, la época del culto al Minotauro, que se desarrolló en la isla de Creta hacia el año 600 a.C., pertenecía a la Era de Aries, primer signo de fuego.

Esta casa zodiacal abre la puerta de comunicación de las fuerzas cósmicas que, una vez liberadas, fluyen con todo su poder vivificante hacia el Hombre. Es a través de Aries que el mandato divino entra en nosotros; no obstante, el ser humano que prosperó en aquella época aún no estaba consciente de esta gran potencialidad. Por ello, los hijos e hijas de la Era de Aries fueron grandes hombres y mujeres de acción, más dotados para la lanza y la hazaña que para la meditación y la plegaria.

La energía simbolizada en Aries resulta esencial en toda empresa que se inicia, porque aporta a ella su inquebrantable entusiasmo, su confianza en el resultado final, su formidable voluntad de triunfo. Aries fue la Era de la Acción Heroica, donde se construyeron algunos de los más grandes imperios guerreros de la historia, como los de Alejandro Magno (Grecia), Rómulo y Remo (Roma) y Darío (Persia).

### La Era de Piscis llegó con el cristianismo

Luego, con la llegada del cristianismo, se inició la Era de Piscis, encarnada en el símbolo del Pez que tanto usaron los perseguidos discípulos de Jesús en su código privado.

Una de las principales características de este signo es su profunda emotividad y la búsqueda de sabiduría a través de las profundas aguas que surgen al Pez. Por tal motivo, la humanidad perteneciente a la Era de Piscis buscó la manera de llegar al conocimiento través de la actividad espiritual formal (las grandes religiones monoteístas, el acaudado misticismo de la Edad Media) y la ciencia (el Renacimiento, el Siglo de las Luces, la Revolución Industrial), pero ciertamente no logró

manejar adecuadamente sus emociones y por ello, muchas circunstancias escaparon a su discernimiento.

De esta manera, la Era de Piscis, que se inició con el amoroso apostolado de Cristo, desembocó en la intolerancia de la Inquisición, continuó con el severo deterioro del medio ambiente que causaron los excesos de nuestra tecnología y finalizó con sendas guerras mundiales.



El Hombre de la Era de Piscis fue un individuo que intento por todos los medios plasmar sus sentimientos -buenos o malos; benignos o feroces- y si bien fue capaz de los actos más altruistas también causó graves desastres. Como sentimental, vivió en un mundo donde prevalecieron las desbordadas emociones del alma sobre los equilibrios psico-espirituales, como aguas de un tsunami abatiendo a ciudades balnearias. Adquirió enormes cantidades de conocimiento... pero no supo manejarlas!

### La Era de Acuario: un umbral para el ser humano que sirve a sus semejantes

De acuerdo a diversos especialistas, desde el año 1954 nos encontramos en la Era de Acuario. Este signo está representado por la figura del aguador, quien, según la mitología griega, es Ganímedes, un hermoso joven raplado por Zeus para que sirviera a los dioses.

A través de esta simbología, se puede especular acerca de diversas ideas: si en la Era de Piscis el hombre se encontraba inmerso en las profundidades del conocimiento -representado por el aguador, ahora, en Acuario, es capaz de asilo en una amplia vasija, sirviéndolo mesuradamente según la ocasión.

En Acuario, el pensamiento ha penetrado en el interior del individuo, instaurando en él la ley de la

mente y alienando la ley meramente sentimental que hasta ahora había regido sus actos. Al llegar a Acuario, estamos más cerca de la armonía física y espiritual... pero aún falta mucho trabajo!

En la figura del aguador se puede observar otro elemento clave: los fines del ego no son los más importantes para este nuevo ser humano, porque él es un siervo que está en capacidad de dar y compartir las abundantes aguas del conocimiento.

En ninguna Era precedente, el conocimiento se ha democratizado tanto y en tan poco tiempo como en Acuario. El fenómeno de INTERNET, la mundialización de las comunicaciones y los negocios, revelan un creciente e indetenible proceso de interconexión planetaria.

En los tiempos que corren, todas las culturas se mezclan; las disciplinas científicas y humanísticas se acercan; el saber mágico y el saber tecnológico se funden en armonioso mestizaje; y las religiones y credos espirituales empiezan a ver más sus similitudes que sus diferencias.

Podríamos describir la figura del Hombre de Acuario con estas palabras del maestro Jesús: "El que quiera ser grande entre ustedes, sea servidor de los demás; el que quiera ser el primero, hágase servidor de todos, igual que yo. No he venido a que me sirvan, sino para servir" (Mateo, 10:16).

De esta manera, los seres de Acuario, integradores, ecodictos, poseedores de conocimiento, son además, hombres y mujeres de servicio, capaces de asistir a sus semejantes y manejar inteligentemente sus emociones... como el agua que fluye y es capaz de adaptarse a cualquier espacio.

El ánimo de servicio y la sed de conocimiento del Hombre de Acuario no sólo se reflejan en su necesidad de interrelacionarse con el prójimo, sino en una profunda búsqueda espiritual que le acerque a Dios. Poco a poco, el ser acuarioano va superdiendo sus deseos a los del Yo Superior... hasta que su voluntad y la del Creador se tornen una sola. Casi cuatro milenios le ha tomado a la Humanidad armonizar el fuego heroico de Aries, el rigor sentimental de Piscis y el espíritu profundamente cooperador de Acuario.

Carmelo Urso  
Lucia Boffill  
enttempresente2@gmail.com

## 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

**Casa Irwo**

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

### No se haga mala sangre...

Algunos datos sobre el precioso líquido que transporta la vida

- Los glóbulos rojos de la sangre de los europeos tienen una forma esférica, y los de África tienen forma de cruasán.
- La sangre de los habitantes de las altas montañas contiene un 30% más de glóbulos rojos que los de las costas.
- Los tratamientos médicos básicos hasta el siglo XVIII se basaban en la purga y la sangría. En muchos casos la visita del médico significaba la rápida muerte del paciente, ya que las prescripciones exigían a veces sangrías de un volumen superior a la sangre contenida en el cuerpo.
- Los hombres poseen más sangre que las mujeres (5,5 litros para los hombres y 3,3 para las mujeres). Además, la sangre de los hombres es más rica en glóbulos rojos: de 4,6 a 6,2 millones de glóbulos rojos para el hombre por centímetro cúbico de sangre, frente a los 4,2 a 5,4 millones para la mujer.

## Soluciones Odontológicas Integradas

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

Caries: luz Halogena \$ 30

Cirugía: extracción \$ 35

Trat.de Conducto anterior: \$ 60

Cromo: \$ 330

Prot de Acrílico: \$ 220

Perno + Coron.Porc.: \$320

Perno + Co.Frente Est.: \$200

Posterior: \$ 90

Completa: \$ 230

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 / kaelrama73@yahoo.com.ar

## 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

Cabur-Vit

Ayuda a prevenir la caída del cabello, piel seca y uñas frágiles.

Aporta calcio, vitaminas y nutrientes. Acelera la recuperación de post-operatorios.



### Coraje

Revitalizante físico y mental. Estimula el vigor sexual. Indicado en personas con desganado, 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.



### flexión

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



### 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



## El rompimiento de una relación

La relación de pareja exige un trabajo permanente para cuidar y protegerla. Aun cuando haya verdadero amor entre dos personas. Eso que se dice muchas veces acerca de que se necesita comprensión y tolerancia, en la gran verdad. Comprensión y tolerancia para entenderse y sostenerse mutuamente, para poder ayudarse. Cosa muy distinta es tratar de hacer perdurable una relación dañina y sin futuro. Ahora bien: cuando alguien está por tomar una decisión determinada, y cree que esa será la mejor y más beneficiosa, es porque ha llegado a ciertas conclusiones que así se lo certifican. Las decisiones en el campo del amor, al estar teñidas por afectos tan fuertes y pasiones tan profundas, no siempre pueden ser analizadas con frialdad y certeza. Por eso me parece útil exponer algunos ejemplos que permiten advertir cuál puede ser nuestra situación y qué conviene tener presente cuando alguien considera que debe terminar con su pareja: **Advertir oportunamente que la relación empeora o se estanca para mal:** cuando más se insista en mante-

nerla y más tiempo se intente en hacerla perdurable más se afirmarán sus defectos, peores serán las consecuencias y más fuertes se volverán las ataduras. **Saber cortar en el momento justo significa algo importantísimo:** que realmente hemos recuperado o fortalecido la autoestima. **Estar convencido de lo siguiente:** que pese a la tristeza y nostalgia que temporariamente sintamos por lo que dejamos atrás, estamos haciendo lo mejor, no sólo para uno mismo sino para la persona con quien cortamos. **Tener la certeza de que cortar para no repetir:** ello implica reconocer que estuvimos viviendo equivocados, que la vida nos ha enseñado cosas y que la deuda que tenemos es principalmente con nosotros mismos, en cuanto a superar limitaciones, defectos y errores. **No cerrarse a los clamores de la voz interior:** con mayor o menor claridad, los que integran de una pareja saben, aunque no lo confiesen a los demás, si esa relación es buena, mala o regular. El temor que nos puede producir la sola idea de separarnos, ya sea porque nos asusta el quedar solos o porque supone-

mos que podríamos producir un daño irreparable a nosotros mismos o a nuestra pareja, hace que muchas veces no queramos aceptar lo evidente. Ya se trata entonces de confesárselo o no a los demás; es a nosotros mismos a quienes pretendemos ocultar los hechos. Y así, la desdicha y nuestra desazón aumentarán y el encierro será cada vez mayor. **No estirar las cosas; decir adiós a tiempo:** si pudiéramos evitar que nuestra pésima relación de pareja se incrementara hasta volverse irreversible y desgraciada, ¡cuánto haríamos en favor de nuestra salud! ¡cuántos dramas evitaríamos para nosotros y para los demás! **Reflexionar sobre las causas que pudieron hacer fracasar la relación:** a veces nos enamoramos y no sabemos por qué. Alguien nos hace "perder la cabeza" y, enceguecidos,

nos entregamos de cuerpo y alma a esa persona. Son muchos los factores que intervienen en un enamoramiento, pero habrá que preguntarse si lo nuestro fue enamorarnos de un ser humano o de un "prototipo". El tono de voz, un color de ojos, la manera de caminar o de sonreír, ciertas posturas estereotipadas, un simple corte de cabello, pueden ser los desencadenantes que estimulan esa clase de enamoramiento explosivo. Se debe a que hay características que asociamos con las de alguien que en el ayer fue muy importante para nosotros y por quien llegamos a sentir fuerte atracción, aun sin darnos cuenta del todo y sin que hoy ni siquiera lo tengamos presente. Esos "prototipos" se alojan en nuestra mente y quedan fijados.

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 / 4682-2773 (contestador)



## Citas con mi artista personal

Tu artista interior necesita que se ocupen de él, que lo vivas, los hombres son mimen y lo escuchan. Pero ¿que es exactamente una cita? Es un momento, un espacio de tiempo especialmente destinado a nutrir tu conciencia creativa, tu artista interior. Como artistas, debemos aprender a auto-nutrirnos. Debemos estar alertas para reponer conscientemente nuestros recursos creativos a medida que los usamos. A este proceso yo lo llamo "llenar el pozo". En este transcurso, piensa mágicamente, con gusto, divertido. No pienses en el deber. No hagas lo que "tienes" que hacer, por ejemplo leer un libro aburrido pero muy recomendado. Haz lo que te interesa, explora lo que despierta tu curiosidad, piensa en el misterio no en la maestría. Opino que no vivimos a esta vida a aprender, en realidad vivimos a una escuela porque supuestamente rendimos mal algunas materias que tenemos pendientes, pero en realidad lo necesario es desaprender, borrar en principio nuestra cinta de creencias negativas de nuestros antepasados que nos dijeron, **los hombres no lo-**

**ran, del arte no se puede vivir, los hombres son todos malos, las chicas buenas no hacen eso...** "no tienes talento para esto" "sos desafinado, no puedes cantar"... "sos distraído, no pones atención" "tienes que aprender de fulano", o de nuestras parejas: "Sos profundo, pero no sos intelectual" (¡esa me la dijeron a mí! ¿Habría que ser intelectual para ser profundo?). Todas las experiencias sirven, a veces para llegar a la luz hay que atravesar la peor oscuridad. Pero esto no quiere decir que la iluminación sea siempre con sufrimiento. Conectarse con tu artista personal es tu tarea más importante. Todos tenemos un artista creativo y todos podemos encontrarlo y sacarlo. El arte es una herramienta poderosa, porque accionas sin pensar y poco a poco vas sacando capas de cebollas y adentrándote cada vez más en vos y probando toda tu paleta de colores y matices.



**Osvaldo Guidi** - Actor Ganador del Martín Fierro  
www.martinfierro.com.ar/osvaldoguidi@gmail.com  
prensalosguidi@yahoo.com.ar

### OSVALDO GUIDI

Actor - GANADOR DEL MARTÍN FIERRO

### TEATRO TERAPIA

Cursos de actuación con  
Autotransformación personal - Autosanación  
4372-7854 / (15)4058-2223  
prensalosguidi@yahoo.com.ar

### Belleza masculina

La piel masculina es más gruesa y gruesa que la femenina. Por eso, el acné juvenil requiere más cuidados o puede degenerar en peores consecuencias. La caída del pelo tiene que ver con la dotación hormonal. Si además existe seborrea, es mucho más importante luchar por conservar el cabello que queda que empeñarse en hacer renacer el ya caído. La caspa solo se remedia con una higiene escrupulosa. La eviscación consiste en emplear champúes demasiado energéticos en lugar de utilizar un champú suave todos los días.

### Psicólogos

Zona Tribunales

### Adultos y gerontes

**Lic. Gabriela Calascibetta**  
Tel. 4958-5427 y (15)6295-2150 (dejar mensaje)

### 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

### RAICES

Dinámica Corporal

COORDINADORAS:  
**Susana Bettalio**  
**Rita Damirdjian**

Te invitamos a nuestras clases para: Liberar bloqueos emocionales, desarticular tensiones corporales y recuperar tu bienestar psicofísico

Espacio: **Magnolias en Flor** (en Charlene cas Piazza)  
4552-0306 / 4544-5666  
magnoliasenflor@libertel.com.ar

## TANTRA KRIYA YOGA La unidad cósmica de los opuestos

Vivimos en un mundo de dualidad. La estructura de cada forma de vida, los procesos de la mente y cuerpo, todos tienen sus aspectos masculinos y femeninos, opuestos y complementarios. Es el Juego Divino, ambas partes danzan la una con la otra, actuando el drama de lo incompleto en búsqueda de completarse. Esta polaridad pone en escena una tremenda fuerza cósmica. Tantra es el entrelazado del masculino con el femenino, las energías positivas y negativas, con el fin de regresar a la unidad cósmica vibrando en unidad. La Polaridad de los Aman-

tes se invierte en el momento del orgasmo. El hombre entra en su energía femenina y la mujer entra en su energía masculina. El se siente más pasivo y receptivo, ella se siente más activa y agresiva. Hagan el amor de la forma acostumbrada y observen como se sienten justo después del orgasmo cuando la energía se ha invertido. Mucha gente enciende un cigarrillo después del orgasmo. No es de sorprender que esto revierta la energía a su estado habitual. ¿Están escapando de esta energía poco familiar? Los hombres particular se sienten incómodos

y vulnerables con su energía femenina. Si este es tu caso, toma conciencia de ello y decide si tienes la voluntad de reconocer la incomodidad y mantenerte en esa energía cada vez un poco más, hasta que te sientas cómodo. Si eres una mujer que generalmente se siente abandonada cuando tu amante se duerme justo en el momento en que más deseas expresar tu energía activa, permítete observar cuanto tiempo hace que vienes soportando esto y cuanto resentimiento tienes acumulado. Ahora es el momento de conversarlo. En Tantra la mujer toma un

rol sexual activo. Si tú, o m o m u j e r, tienes el hábito de esperar que tu compañero inicie el sexo, permitiéndole así que controle la actividad sexual, este sería el momento de abrirte a nuevas posibilidades. Acostúmbrate a compartir equitativamente los roles activos y pasivos. **Terapeuta Osho Prem Divya (Kris)**  
Cursos de Tantra Kriya Yoga  
4781-7817 - (15)5348-0884  
osho\_kris@yahoo.com.ar



**Antonio Marra** Cónsorcio - Florida Christian University, USA  
**Terapia Cognitiva - Regresiones**  
Fobias - Angustia - Pánico  
Temas de Parejas  
**TERAPIAS BREVES Individuales**  
**CURSOS PSICO-ESPIRITUALES** Grupales  
4836-3494 / (15)6482-5544  
counsellorantonio@gmail.com

**Personal Trainer para señoras**  
Gimnasia Integral Concierte  
Terapéutica - Localizada - Yoga  
**Prof. Marta Greco**  
4951-4449  
www.convivirpress.com

Conectarse con el Alma  
Para vivir en Libertad  
Consulta Reg. Akáshicos  
Nora 4777-6625  
norh0701@hotmail.com

Método de curación natural  
**Osteopatía**  
**Terapia Craneoescaera**  
Lumbalgias  
Hernias discales  
Cervicalgias  
Contracturas musculares  
Vértigos, migrañas  
Torticólis  
Trastornos digestivos  
**Lic. Andrea Delgado**  
Kinesióloga Fisiatra MN753  
4322-7235  
licandreadelgado@gmail.com

**VIGOR Y ENERGIA** Medicina Tradicional China  
**Huang He**  
VIVA EL SEXO SIN LIMITACIONES  
Producto de sustancias de origen NATURAL  
Esquizandra y Ginkgo Biloba ayuda a un 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 / vigorconsultas@hotmail.com

TODO PARA UNA VIDA SANA

42 años en el mercado  
Atención especializada

**Bellgrano**  
VARIEDAD Y CALIDAD CON EL MEJOR PRECIO

SOMOS PRODUCTORES  
MIEL PURA - JALEA REAL - POLEN  
VENTAS POR MAYOR Y MENOR

• Productos naturales, dietéticos y especiales para diabéticos.  
• Amplio surtido de frutas secas y desecadas

Zona Flores: Av. J. B. Alberdi 2290 - Tel. 4613-4411

## ¿Radiaciones terrestres o radicales libres?

Gran cantidad de enfermedades, entre ellas tumores, mal de Parkinson, reumatismo, cáncer, insomnio, úlceras, esclerosis, asma, ciática, jaquecas, depresiones, afecciones neurológicas y cardíacas, como así también problemas de embarazo en mujeres, serios problemas en niños, muerte súbita de bebés y cientos de enfermedades más, están provocadas por "radiaciones terrestres" que despolvorean las células. Este fenómeno es lo que hoy se conoce como "radicales libres". Las radiaciones terrestres fueron descubiertas por el médico e investigador alemán Dr. Ernest Hartmann, quien dijo que en 30 años de prácticas nunca se había topado con un paciente con cáncer o seriamente enfermo -con excepción de afecciones causadas por bacterias o virus infecciosos- que no hubiera dormido o permanecido durante largos períodos

### Averigüe como anda su campo magnético

odos sobre radiaciones terrestres nocivas. Estas radiaciones son líneas de fuerzas del campo terrestre que cubren toda la superficie de nuestro planeta. A estas franjas debemos agregar las vetas de agua o ríos subterráneos que son igualmente nocivas. Existe un medio para detectar las radiaciones que se denomina Radiestesia. Con ello podemos elegir un lugar neutro donde colocar la cama, trabajar, o sentarnos a ver televisión. Siempre debemos buscar los lugares "buenos". Como es muy frecuente que por razones de espacio no se pueda desplazar la cama, existen mantas protectoras cuya función es neutralizar las radiaciones en forma permanente, éstas se colocan entre el colchón y la cama. Se estima que una parte de la energía humana es

absorbida del campo magnético terrestre. ¿Qué ocurriría si se produjera una deficiencia en ese campo magnético? Kiuchi Nakagawa, director del Hospital Isuzu de Tokio, Japón, a quien investigado durante 20 años el magnetismo en los seres humanos y ha llegado a la conclusión de que ya existe un síndrome de deficiencia de campo magnético, lo que provoca rigidez de los hombros, espalda, cuello, dolores de pecho, jaquecas, pesadez de la cabeza, insomnio, estreñimiento habitual y cansancio general. Nakagawa ha demostrado que el campo magnético terrestre ha disminuido en un 50% los últimos 500 años. Está demostrado que cuando un paciente con los síntomas apuntados es sometido a campos magnéticos (magnetoterapia) los síntomas se alivian considerablemente o desaparecen. Podemos

pensar entonces que la magnetoterapia actúa en la repolarización de las células, neutralizando a su vez las radiaciones terrestres. Un elevado número de pacientes que concurre a la consulta médica no padece una patología lesional u orgánica, lo cual es puesto en evidencia por medio de los exámenes médicos como radiografías, biopsias, etc. y análisis de laboratorios, los cuales suelen presentar una rica sintomatología tanto a nivel psíquico por ansiedad, intranquilidad, temores mal definidos o cambios en el estado anímico, como a nivel físico por dolores, espasmos y disregulaciones de las funciones orgánicas (digestivas, vasculares, urinarias, etc.). Tales trastornos pueden ser catalogados de funcionales, por cuanto son la expresión no de una lesión orgánica, sino de una alteración del funcionamiento de los órganos. **William James Carruthers**

## FLORES SILVESTRES DE AMÉRICA

Curso de: **TERAPEUTA FLORAL**  
**ESPECIALISTA EN TERAPIA FLORAL**  
 CINCO MESES  
**INSTRUCTOR EN TERAPIA FLORAL**  
 DOS AÑOS

18 DE OCTUBRE 17 HORAS (QUINCENAL)  
**Inversión \$ 60 por encuentro,**  
**Con un Remedio Floral de obsequio en cada clase.**

Impartido por  
**Prof. Teresa Goncalves**  
 Coordinador médico  
**Dra. Maria Delia Laporta**

### MATERIAS

- El legado del Dr. Edward Bach
- El nacimiento de FLORES SILVESTRES DE AMÉRICA (1987)
- Remedios para los 7 grupos emocionales.
- Preparación de las tinturas madres
- Preparación de las 1ª, 2ª y 3ª diluciones
- Elaboración de cremas, aceites
- Formulas combinadas
- Botiquín primeros auxilios
- La terapéutica floral desde el concepto psico-emocional
- Ansiedad, angustia, temor, desorientación, falta de ánimo
- Relación familiar, relación de pareja

### INFORMES E INSCRIPCIÓN

4865-9402 6380-5442  
**Av. Corrientes 4057 4º E**  
[www.memoriacelularmrg.com](http://www.memoriacelularmrg.com) / [terapiasfloral@fibertel.com.ar](http://terapiasfloral@fibertel.com.ar)

## Medicina Osteopática

La medicina osteopática define 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 restablecer 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

## PRÓSTATA:

### ¿por qué operarse inútilmente?

Nuestra experiencia se basa en casi 10.000 pacientes con problemas prostáticos atendidos. Dentro de ellos contamos con un subgrupo de casi 300 casos que vinieron al centro con una sonda vesical permanente. La mayoría hombres cuyas edades oscilaban entre 62 y 93 años, es decir pacientes con riesgo quirúrgico que no podían o no querían ser operados pero que sí deseaban quitarse la sonda para vivir plenamente. Aproximadamente el 87% de este subgrupo consiguió la curación, es decir viven sin sonda y hoy gozan de una micción natural. Además, sabemos que con lo que hemos aprendido hasta hoy, el escaso número que no respondió sería menor. Tenemos su solución. La operación es una castración física y mental. No lo permita.

Dr. Hipólito Barreiro  
 4961-5211

## PRÓSTATA SIN CIRUGÍA

Fundación Barreiro

Hiperplasia Benigna  
 Disfunciones sexuales  
 Prostatitis

Vea las notas de tv del Dr. Hipólito Barreiro en [www.purasaludtv.com.ar](http://www.purasaludtv.com.ar)

Laprida 967 Cap. Tel.: 4961-5211  
[www.barreiro.com.ar](http://www.barreiro.com.ar)

## Contra la gripe

### Caldo de borraja

El nombre borraja, de origen árabe, quiere decir "padre del sudor", y es que entre sus virtudes se encuentra la de ser una gran sudorífica, diurética y expectorante. Su caldo es un remedio excepcional en estados gripales. Muy recomendable si se sienten escalofríos, cansancio, o percibe que se le viene encima un catarro o gripe.

1 litro de agua

Acete de oliva

Sal, Limón

Lavar y cortar la borraja en trozos y ponerla a hervir en el agua a fuego lento durante 15 minutos con un poco de aceite y sal. Pasado ese tiempo, se la deja reposar otros 10 minutos y se cuela, aderezándolo con aceite y limón. Tomar, a pequeños sorbos, durante todo el día, dos o tres veces por semana.

## DR. ANTONIO DE SANTIS

Todos los tratamientos serios y efectivos en un solo lugar

### Cáncer Sida Autoinmunes

(Lupus, Diabetes, Parkinson, Artritis, Colon Irritable, Esclerosis Múltiple )

Vea al Dr. De Santis en [www.purasaludtv.com.ar](http://www.purasaludtv.com.ar)

F. Lacroze 1882 Pb Tel.: 4773-4378  
[www.centrodesantis.com.ar](http://www.centrodesantis.com.ar)

**TOSTADAS DIETÉTICAS**  
 ELABORADAS CON GLUTEN

PRODUCTO DE ROSARIO

**Dietética Integral**  
 Casa central: Vieytes 1156  
 (2000) - Rosario - Prov. de Santa Fe

Distribución en Bs. As.  
 Tel.: 4655-0370 y (15) 4973-1665

**Diet Kontrol**  
 con extractos **CormilloT**

para disfrutar libre de grasas y calorías

PRODUCTOS RECOMENDADOS PARA DIABÉTICOS

• Cereales: 0% azúcar. Bajas calorías.  
 Sabores de la línea: Anís, Ajedraño, Banano, Cereza, Durazno, Frutilla, Frambuesa, Frutas Tropicales, Kiwi, Limón, Mandarina, Naranja y Pomelo Rosado.  
 • Postres: instantáneos sin cocción.  
 Sabores de la línea: Vanille, Limón, Dulce de Leche y Chocolate.  
 • Azúcares: Sin adición de azúcar.  
 Sabores de la línea: Vanille, Dulce de Leche y Chocolate.  
 • Bocio Vegetal (Bisco): Reemplaza el uso del azúcar.

Para dietas restringidas en calorías  
 Se comercializan en Supermercados, Distribuidores, Autoservicios y Dietéticas.  
 DIET KONTROL S.A. - Corriente 1483 / 1474 Cap Fed. Atención al consumidor: Tel: 4776 1800 - 4772 7400  
 EMail: [diestkontrol@fibertel.com.ar](mailto:diestkontrol@fibertel.com.ar)

**LABORATORIO INCAICO S.A.**

Alcanza tu peso ideal naturalmente.

**Silveta PLUS**  
 COMPRIMIDOS  
 L-Carnitina, Garcinia, Cola de Caballo, Fucus.

También...  
**TE EN SAQUITOS**  
**Silveta**  
 Suplementan dietas insuficientes.  
 Fucus, Cola de caballo, Rosa Mosqueta, Manzanilla y Esencias de frutas.

**CENTELLA con TE VERDE y VITAMINAS B6**  
 COMPRIMIDOS  
 • Altamente eficaz en la prevención y tratamiento de la celulitis.

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda consulte a su médico o farmacéutico.

**LABORATORIO INCAICO S.A.**  
 Montiel 156 - Cap. - Tel. 4641-3632/7310 - Fax: 4641-7310  
[incaicolab@speedy.com.ar](mailto:incaicolab@speedy.com.ar)  
[www.dietetica-visual.com.ar/laboratorioincaico](http://www.dietetica-visual.com.ar/laboratorioincaico)

Más de 50 años dedicados a mejorar tu calidad de vida.

## La cultura de la Diosa

A través de los estudios realizados por la arqueóloga Marija Gimbutas y colaboradores, hemos descubierto que los antiguos pueblos que compartían la cultura de la Diosa Madre del Universo fueron, en su totalidad, comunidades pacíficas, sin jerarquías sexuales y respetuosas de la naturaleza. En su cosmovisión convivían el arte y la magia con el respeto a los ciclos naturales que, de hecho, eran la estructura sobre la que se basaban los rituales sagrados mensuales (lunares) y anuales (solares). Estas comunidades se desarrollaron hasta el 5500 a.C. y sus huellas pueden rastrearse hasta el 30000 a.C. La conciencia de aquella época dorada llamada "el paraíso perdido", es la que nos vuelve a convocar ahora, con el re-descubrimiento de la Madre Cósmica, la Voz de la Sabiduría Divina que nunca murió, aunque permaneció oculta en nuestro inconsciente como especie y como individuos, desde que la cultura patriarcal se apoderó del planeta, con sus luchas sangrientas, sus genocidios y sus sistemas de exclusión y de sometimiento de las personas y la Naturaleza toda.



Para volver al Hogar necesitamos despertar de esa larga pesadilla. En los próximos números podremos ir compartiendo esta información que nos permitirá, en algún momento, invertir la historia. Bendiciones.

Claudia Vico - arteidiosa@hotmail.com

## La Epopéya de la creación

"Según los sumerios, nuestro sistema solar tiene 12 miembros: el Sol, la Luna, y diez, no nueve, planetas. Este sistema solar, con el sol en el centro, está delineado en un sello cilíndrico datado hace 4.500 años, fue encontrado por un arqueólogo y está en el museo de Berlín. El planeta que es el 12° miembro del sistema, se llamó Nibiru, 'El planeta de tránsito'. Su símbolo es la cruz. Tiene una gran órbita elíptica, como un cometa, y se acerca a nuestra vecindad, entre Marte y Júpiter, cada 3.600 años (más o menos). La civilización sumeria apareció, sin precedentes, hace 6000 años, en lo que hoy conocemos como Irak meridional. Este suceso, el florecimiento sumerio, se acredita con prácticamente todos los principios que son esenciales en una civilización avanzada (en tecnología, artes, estructuras sociales, etc.). Uno de ellos fue la escritura, registrando absolutamente todo en tabillas de arcilla con lo que llamamos escritura cuneiforme, por ejemplo; las bodas y divorcios, transacciones comercia-

les, ofrendas a los templos, tasas, etc. En tablas más grandes, escribieron literatura (cuentos heroicos, poemas, proverbios) y también los registros históricos y prehistóricos. Uno de los textos más largos, escrito en varias tablas, es el llamado Enuma Elish o La Epopéya de la creación, en la que nos cuenta la historia como en el libro bíblico del Génesis. Otros textos registraron como los Anunnaki llegaron a la tierra, como era su líder, etc... La Biblia consiste en muchos libros acompasando sucesos durante milenios. La comparación perfecta sería entre el Génesis y sus primeros capítulos y los textos Mesopotámicos: de cómo el cielo y la tierra llegaron a crearse, como se desarrolló la vida, como fue creado Adán y los sucesos desde el Edén a Noé, el héroe del diluvio. De hecho, el relato del diluvio aparece en una tabla mesopotámica miles de años antes que en el viejo testamento en su versión hebrea."

Zecharias Sitchin  
Astroarqueólogo

Dietética - Herboristería  
**ENERGÍA VITAL**  
Fabian Onarsí 1023 Wilde  
(15)5828-9412 Naturópata

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

**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 Natamentos: 4761-0375  
floridanatamentos@gmail.com

**ADQUIERALO EN SU DIETÉTICA O FARMACIA AMIGA**

## ¿QUÉ ME PASA? Las pastillas que me dió el doctor no me quitan la angustia...

Muchas veces la gente vacía antes de requerir ayuda psicológica porque con justa razón reconoce que sus problemas no son la consecuencia de un mal funcionamiento de su psiquis, sino de otro plano, espiritual o existencial. La angustia lo corroe pero no le sirven las pastillas psiquiátricas que formecen sus sensaciones ni el reduccionismo científico de algunos psicólogos que aspiran a ponerle el rótulo de alguna enfermedad tipificada.

¿Y entonces? Para quienes tienen la suerte de contar con un profesional dentro del credo que profesen o un amigo esclarecido, amplio y protector seguramente dirigirán hacia ese puerto su embarcación trémula en medio de la tormenta. Pero a veces ni siquiera eso alcanza porque - no nos engañemos - no siempre alcanza con las buenas intenciones.

La Hipnosis Clínica Reparadora es una disciplina psicológica, aplicada por psicólogos especialmente formados que aúna a los conocimientos de la psicología los potentes recursos que brinda la hipnosis clínica, el procedimiento de introspección guiada que permite bucear en las profundidades del inconsciente, obteniendo así rápidas respuestas.

A veces el paciente está dentro y es necesario curarlo. Pero la mayoría de las veces lo que está es confundido, frenado, desorientado y lo que necesita es ser escuchado, comprendido y orientado.

Tiene un insoportable sinsentido interior y no entiende el porqué. El profesional formado en Hipnosis Clínica Reparadora sabrá como interrogar a la parte no consciente de la mente del paciente y al esclarecer en qué suceso de su historia se ha quedado frenado, atorado, podrá abrirle el camino para ser feliz, todo lo feliz que sus propias circunstancias le permitan.

Para ello el paciente será colocado en hipnosis o en "introspección guiada", un estado de cómoda relajación donde jamás perderá la conciencia, pero en el cual su inconsciente estará alcanzable y podrá responder y explicar qué le sucede. Y juntos, terapeuta y paciente, revivirán esos sucesos que han quedado ocultos y han sido reemplazados por desagradables síntomas.

Como en la mayoría de los casos, para sanarlos, para repararlos. Es un camino breve donde seguramente será posible hallar la solución a muchos casos reeldes o "incurables" de angustia, depresión, dolores físicos y psíquicos, fobias, pánico, etc.

Lic. Armando M. Scharovsky

**INSTITUTO SCHAROVSKY**

**de HIPNOSIS CLÍNICA REPARADORA**

Por fin una terapia breve y efectiva: Halle el origen y la solución a sus problemas en muy pocas sesiones. Profesionales especializados, bajo la supervisión del Lic. Scharovsky

**CURSO INTENSIVO DE DICIEMBRE**  
Curso en solo tres días los Niveles 1 y 2:  
- HIPNOSIS - REGRESIONES A VIDAS PASADAS Y NIÑEZ  
- REPARACION DE TRAUMAS DE LA INFANCIA  
Sábado 6, Domingo 7 y Lunes 8 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.hipnosisclinicareparadora.com  
instituto@scharovsky.com

## Cómo ver y leer el Aura

Todo en el universo es solo una vibración. Todo átomo, toda parte de un átomo, todo electrón, toda "partícula" elemental, aun nuestros pensamientos y consciencia son solo vibraciones. Podemos definir el Aura como una vibración reodeando todo objeto material. Esta definición es suficiente para el propósito de leer Auras, proveyendo que podemos entrenarnos a nosotros mismos a ver el Aura.

- El Aura alrededor de objetos vivos (conscientes) (gente, plantas...) cambia con el tiempo, algunas veces muy rápido.
- El Aura alrededor de objetos no vivos (piedras, cristales, agua...) es esencialmente fija.
- Los datos de arriba han sido confirmados más allá de cualquier duda por científicos en Rusia, quienes han estado usando el efecto Kirlian para estudiar Auras por los últimos 50 años.
- El Aura alrededor de los humanos está parcialmente compuesta de radiación EM (electromagnética), que van desde microondas, infrarrojas (IR) a luz UV. La parte de microondas de baja frecuencia e infrarrojo del espectro (calor corporal) parece estar relacionada con los niveles bajos de funcionamiento de nuestro cuerpo (estructura de ADN,

metabolismo, circulación etc.) mientras que la alta frecuencia (parte UV) está más relacionada a nuestra actividad consciente como brillante, limpia, puedes estar seguro que tal persona es buena y espiritualmente avanzada, aun si ella es modesta y no es consciente de ello. Cuando ves una persona con una aura gris u oscura, puedes estar seguro que tal persona tiene intenciones no claras, sin reparar con un impresionante, elegante, educado "aspecto" o "bien vestido" parece. Es especialmente importante verificar el aura de cualquier líder religioso, maestro espiritual, o gurú. Tal persona debe tener un halo amarillo-dorado claramente definido alrededor de la cabeza. Si no lo tiene, estás mucho mejor por ti mismo. Unirse a una secta o una religión que es liderada por gente incompetente sin buenas Auras es muy peligroso para tu consciencia. ¿Dónde está el peligro?



Cuando el tiempo llega de realmente usar la información almacenada en tu consciencia de esta vida, puede haber casi nada útil ahí, si enfocas tu vida en seguir rituales y el rebaño de otra gente. En tal caso es necesario re-aprender todo desde el comienzo. La mayoría de líderes de secta, religión y políticos tienen solo dos cosas en mente: dinero y poder para controlar gente. Y tu puedes ver eso en su Aura por ti mismo. Imagina los cambios en la Tierra si mucha gente puede ver Auras de sus líderes y empezar a escogerlos en base a su Aura. Leyendo el Aura puedes diagnosticar mal funciones en el cuerpo (enfermedades) mucho antes de que síntomas físicos se vuelvan evidentes. Conscientemente controlando tu Aura tu puedes de hecho sanarte a ti mismo. Sin embargo, la sanación del cuerpo físico es nada en comparación con lo que ver y leer auras puede hacer por tu consciencia, desarrollo espiritual y conciencia de la Naturaleza. Continuará.

Dr. Tom J. Chalko

**Terapia de la Memoria Celular**  
Averigua qué bloquea tu crecimiento

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

¿Qué genera tu Estrés?

Turnos (15)5517-6606 / 4771-1196  
untiemppoderlax@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 Espagáticas Herboristería Gemoterapia y Atomoterapia

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

**¿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 UBA

**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  
madrenatura@ciudad.com.ar / www.terapiacolonica.com.ar

### HOMEOPATIA Valorar la vitalidad del paciente

Hay muchas formas de valorar la vitalidad del paciente, que incluyen el nivel de energía de la persona, aunque no se limitan a ello. De hecho, algunas personas que se sienten muy cansadas en el fondo están llenas de vitalidad, mientras que otras que parecen llenas de energía en realidad han agotado buena parte de su reserva y pueden estar a punto de derrumbarse.



muchas baja debería ser la dosis. El ejemplo clásico de ello es el eczema, para el que se han utilizado cremas de cortisona. La cortisona no cura el eczema, sino que bloquea la reacción inflamatoria que produce la erupción. En algunos pacientes, el uso prolongado de cremas corticoides tiene como resultado la desaparición del eczema, con la creación de un nuevo problema de asma. Cuando un homeopata trata con éxito a la persona, el asma desaparece y el eczema reaparece. Si para tratar el eczema aplica una dosis demasiado elevada del medicamento, la erupción será más intensa de lo necesario.

En casos como éste es conveniente proceder poco a poco y con cautela. Cuanto más profunda sea la enfermedad, más débil será la vitalidad de la persona y más baja debería ser la dosis empleada para tratarla. La esclerosis múltiple, por ejemplo, al ser una enfermedad del sistema nervioso, es más profunda en el cuerpo que la artritis o los problemas cutáneos. La naturaleza del historial familiar también puede ser importante. Cuantos más problemas aparezcan en el historial familiar, tanto más profundamente enraizados estarán en el paciente

Cuantos más problemas aparezcan en el historial familiar, tanto más profundamente enraizados estarán en el paciente

la dosis debe ser baja. La sensibilidad puede adoptar la forma de alergia al polen, al polvo, a los alimentos, etc., o bien ser más extrema en personas que no pueden tolerar los gases de combustión de los coches, el olor de la leña recién impresa o de las flores, los líquidos limpiadores, etc. La sensibilidad también puede estar relacionada con las emociones; algunas personas se ofenden con facilidad y tienen reacciones violentas; otras parecen tener más paciencia y son más tolerantes. En la salud se sienten sólidamente fundamentadas y no se desequilibran con facilidad. En la enfermedad, sus actitudes son más precarias, tienen que trabajar más duramente para recuperar el equilibrio y se desequilibran con más facilidad. Cuanto mayor sea la medida en que el tratamiento médico anterior haya reprimido el problema, tanto más baja será la vitalidad y

### Alimentación más vegetariana y salud infantil

Sin excluir las carnes y otros alimentos, pero aumentando la cantidad de frutas y verduras en la alimentación, podemos mejorar nuestra vida. Esta afirmación la leemos con frecuencia en muchos artículos de divulgación: ¿es realmente así? Y si es así... ¿por qué? Las frutas y verduras incluidas diariamente en la dieta contienen una mayor cantidad de **fibras naturales**, que mejoran el intestino; **agua fisiológica** ya metabolizada por las células vegetales que contiene los **minerales** que las plantas absorbieron del suelo; **vitaminas** que se han ido formando dentro de las células y son incorporadas a las nuestras; pequeñas, pero esenciales cantidades de "grasas buenas" - polinsaturadas, betacarotenos y vitaminas D y E; - proteínas de fácil digestión, hidratos de absorción lenta, poca cantidad de grasas saturadas y nada de colesterol; por estas características los alimentos de origen vegetal se consideran naturalmente "**bajos en calorías**" y "**ricos en nutrientes**". Y nos ayudan a equilibrar el

organismo para poder vivir "más sanos, más tiempo". Esto es especialmente importante en las primeras etapas de la vida, cuando se forma el cuerpo, pero también los "buenos hábitos". Les hacemos una propuesta fácil:

- desayuno con frutas y muesli o granola; en niños agregar azúcar integral o miel orgánica
- llevar a la escuela o al trabajo otra fruta -banana-, almendras, semillas de girasol
- almuerzo: ensaladas de colores, hojas verdes, zanahoria o remolacha, huevo duro, aceitunas, acompañadas con arroz blanco o integral, atún, algunas rodajas de carne fría;
- por la tarde: panificados con harina integral: pan, galletitas, budines de algarrroba;
- cena: sopas o guisos con vegetales y cereales o legumbres; carne al horno con cebolla y zapallo, budines con verduras, huevos y ricota. Las opciones son muchas... y nuestros chicos las agradecerán.

Asociación de Médicos Naturistas

### Asociación Argentina de Médicos Naturistas

FRERE 2169  
TEL-FAX: 4541-0207 / 4541-3707  
www.aamenat.org.ar / info@aamenat.org.ar

**CURSO ENFERMEDADES METABOLICAS**  
Para médicos y nutricionistas: Sábado 20/9 y 4/10 de 8,30 a 14 hs.

**CONSULTORIOS EXTERNOS**  
ACUPUNTURA - ALIMENTACION - FITOTERAPIA - HOMEOPATIA  
TERAPIAS FLORALES - SHIATZU - CLINICA MEDICA  
GINECOLOGIA - NUTRICION - ODONTOLOGIA - PEDIATRIA

**COCINA NATURAL**: talleres mensuales: obesidad y diabetes, celiacos, repositaria con algarrroba y panificación integral.  
Consultar www.medicionaturista.com.ar

**CURSO INTENSIVO** (8 clases): Martes de Octubre y Noviembre: 18 a 20 hs.  
**CURSO PARA CELIACOS** (4 clases): Lunes de Octubre de 18 a 20 hs.

**ABIERTA LA INSCRIPCION**

Las claves para una alimentación sana encuéntralas en los libros de la **Dra. Elba Albertinazzi**

- ALIMENTOS PARA LA SALUD tomos 1 y 2
- ALIMENTACION PARA BEBES de 0 a 2 años
- DIVIERTASE COCINANDO NATURALMENTE

Solicítelos en dietéticas y farmacias. DISTRIBUIDORA ORIENTAL Libros de Nutrición, Medicina Natural, Macrobiótica  
Aلسنا 1476 4° 17 (1088) CABA Tel. 4383-9102  
www.macrobioticas.com / info@macrobioticas.com

### La masculinidad afectada

**Varicocèle**  
Esta enfermedad se da cuando las venas que drenan uno de los testículos se distienden anormalmente, como las venas varicosas de las piernas. Se produce una hinchazón en torno al testículo, a veces acompañada de un dolor sordo, especialmente en tiempo caluroso o después de haber hecho ejercicio. El problema es más común en adolescentes. Ropa interior muy ajustada o un suspensor alivian el dolor. No suele ser necesario ningún otro tipo de tratamiento.

**Lesión de testículos**  
Por lo común, una lesión en los testículos produce fuertes dolores, pero se supondrá que no es grave si el dolor desaparece alrededor de una hora después de él

Los órganos reproductores masculinos pueden presentar distintos trastornos. Sus causas resultan a menudo poco divulgadas

escroto no está magullado o hinchado. El dolor, la magulladura o la hinchazón persistentes indican una hemorragia interna. Vaya sin demora al médico o al hospital más próximo, porque, sino se trata, puede formarse un coágulo de sangre y dañar el tejido testicular sano. El tratamiento quirúrgico permite la recuperación total en pocas semanas.

**Testículos retraídos**  
En los niños, los testículos

Por lo común, los testículos retraídos descienden durante los primeros años, y se llevan a cabo comprobaciones médicas regulares hasta que eso sucede. Los testículos retraídos pueden causar infertilidad si no se corrigen. Si cualquiera de ellos, o ambos, no han descendido cuando el niño tiene unos cinco años, se realiza una operación llamada orquidopexia para colocarlos en la posición normal. Esto supone de dos a tres días de permanencia en el hospital. Cuando ya han descendido no hay más problemas.

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

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

**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

**TODO PARA UNA VIDA SANA**

42 años en el mercado  
Atención especializada  
SOMOS PRODUCTORES MIEL PURA - JALEA REAL - POLLEN VENTAS POR MAYOR Y MENOR

**Bellgrano**  
DIEÉTICA  
VARIEDAD Y CALIDAD CON EL MEJOR PRECIO

- Productos naturales, dietéticos y especiales para diabéticos.
- Amplio surtido de frutas secas y desecadas

Zona Congreso: San José 245 - Tel. 4381-0123

**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 descubra 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 celiacos.

## 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  
Influencia Coronarias, Médula y Músculos

**Índice:** INTELEGENCIA  
Sistema Nervioso, Hígado

**Pulgar:** SABIDURIA  
Laringe, Circulación, Sistema Urinario y Oseo

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

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

Vuelvo a repetir lo escrito en notas anteriores: que no soy médico, que no poseo título de ninguna universidad nacional o del exterior que me habilite para ejercer la medicina tradicional, por lo tanto no receto absolutamente nada, no ofrezco en mis sanaciones de tomar nada y no vendiendo yuyos milagrosos. Por lo tanto no doy ni quito medicamentos. No estoy en contra de la medicina oficial, todo lo contrario, lo mio se suma a lo otro.

### ¿Qué es la Sanación con energía Pránica?

Es la ciencia de aliviar todo tipo de dolores y otros problemas orgánicos sin drogas ni medicamentos y sin tocar al paciente, transmitiéndole a este "Energía Pránica" que recibe en forma directa, a través de las manos del sanador. Es paradójicamente una de las más antiguas formas de devolver la salud y forma parte ahora de las más modernas terapias alternativas.

**¿Por qué nos enfermamos?**  
El cuerpo humano no es ajeno al medio en que vive, y su energía está relacionada con las vibraciones de los lugares donde habita, los alimentos que ingiere, de su forma de pensar, de las per-

sonas que lo rodean tanto en el ámbito familiar como en el laboral. No solamente se enferma el cuerpo físico, sino también la mente y el espíritu, que deberán tenerse en cuenta para una correcta sanación.

### ¿Cómo nos curamos?

La sanación con Energía Pránica se realiza con la "Imposición de Manos". Todos los seres humanos tienen la capacidad de dirigir intencionalmente energías sanadoras hacia sus semejantes.

### ¿De qué nos curamos?

La imposición de manos y la Armonización con Energía Pránica restablece la salud física y espiritual, logrando eliminar casi en forma instantánea dolores musculares, causados por contracturas, trastornos por ansiedad, insomnio, fatigas, falta de energías, dolores varios, asma, depresión, espalda, cervicales, lumbalgias, jaquecas, dolores del alma.

**¿Milagros? No, es una energía sanadora.** Es otra forma de curar. Los resultados comienzan a verse desde el primer momento. Se ha hecho y se hace inclusive en sanatorios y hospitales, con el control de médicos que al no darse remedios, no tienen objeción, pero que verifican a

veces con mucho asombro, los cambios que se logran. Y sobre todo debo reiterar que todo lo descrito se alcanza sin recetar medicamentos, ni drogas, ni "yuyos" milagrosos y que el paciente se va sin llevar ninguna receta para ir a la farmacia.

### Resultados

¿Como quedará el paciente después de la sanación? La mayoría experimenta un alivio inmediato de todas sus

dolencias, como si le hubieran sacado un gran peso de encima. Otros sienten como si flotaran entre nubes, con una agradable sensación de bienestar y felicidad. A medida que pasan los días, las energías recibidas siguen produciendo grandes cambios y una recuperación de las energías perdidas.

José Düer  
joseduer@sinectis.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

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

**Sr. José Düer - 4786-9135**

*Honorarios comunitarios*

## La Magia Talismánica

La magia es la ciencia de la relación existente entre lo visible y lo invisible, basándose en el postulado de que existe un vínculo entre todas las cosas que vemos y aquellas que no vemos. Según el saber hermético, todo lo creado está relacionado entre sí, unido por fuerzas que responden a la ley de la "analogía" y que la magia denomina "simpatías" o "correspondencias". Este es el dogma de la magia toda.

Como versa la célebre "Tabla Esmeralda" lo de arriba es como lo de abajo, para que se cumpla el milagro de lo único. Lo que existe en el cielo y lo de la tierra está vinculado por fuerzas que aun invisibles son científicamente demostrables por medio de la observación de fenóme-

nos como el magnetismo y la electricidad. Sobre esta idea de una simpatía mutua entre las cosas se basa la rama del saber mágico llamado normalmente magia talismánica. Paracelso, el médico y alquimista, fue quien llevó la práctica de la magia talismánica a sus niveles más altos. Es el que enseña y marca un modo de operar en esta ciencia con mayor efectividad. Debemos reconocer que en Paracelso, la obra mágica no es solamente especulativa, si no también absolutamente operativa y práctica. En su caso, la magia talismánica es una terapéutica. Con sus talismanes, Paracelso curaba las enfermedades más diversas, y elaboraba con ellos, medicinas y remedios alquímicos.

### Periodismo Alternativo (15) 5730-7682

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

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

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

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

**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.

**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

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

**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

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

**Norma Canepa**  
Astróloga y Terapeuta  
Tel. (15) 6050-6042  
www.institutozen.com.ar / info@institutozen.com.ar

**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)

**Luz Naturista**  
Productos Dietéticos  
Agüero 1406  
Tel: 4825-1820

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

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

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

**DIETÉTICA** Delivery 4902-6584  
Av. Rivadavia 5264  
su.dietetica@gmail.com

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

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

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

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

## Hipertensión, cómo nos ayudan las plantas

Si nos preguntáramos las causas de la hipertensión nos encontraríamos con la sorpresa de saber que en la mayoría de los casos no hay una causa conocida, sino una serie de factores que intervienen en su producción. ¿Cuáles son? Como siempre cuando comienzan las preguntas, consulto con mi amigo el Dr. para que las respuestas sean más exactas. ¿A qué factores nos referimos? **•Factor hereditario:** Hay una mayor incidencia si hay antecedentes familiares. **•Alimentación:** El aumento en la cantidad de sal y grasas que se consume incrementa la posibilidad de padecer hipertensión y colesterol. **•Riñón:** El riñón regula la retención o liberación del sodio y del agua circulante. **•Psicológico:** La presión sanguínea es expresión de la dinámica del ser humano. Cuando una persona se mantiene constantemente al borde de un hecho problemático sin aportar soluciones, está sometida a presión. Hay un alto nivel de resistencia y esto provoca hipertensión.

**•Alcohol:** El consumo excesivo de alcohol, produce un importante aumento de la presión. La presión más alta alcanzada -máxima- se llama sistólica, y la más baja -mínima- diastólica. Para un adulto los valores normales deberían estar entre los 130 para la máxima y los 85 para la mínima. Existen muchas plantas que ejercen una acción vasodilatadora, siendo muy eficaces en las hipertensiones no graves y siempre bajo la supervisión y autorización del médico de cabecera. **Plantas vasodilatadoras:** Estas plantas relajan la musculatura lisa de la pared de las arterias, produciendo una menor resistencia al flujo de sangre. Algunas: espino blanco, olivo, muérdago, ortiga, arnica... **Olivo:** Conocido como "el árbol de la Paz" ya era utilizado en Egipto tanto por sus propiedades alimenticias como curativas. Sus hojas tienen propiedades vasodilatadoras, antihipertensivas, antiarrítmicas, cardiológicas, diuréticas y antiarterioscleróticas. **Muérdago:** Es una planta que crece como parásito en otros árboles. Se utilizan las

ramas jóvenes y las hojas. Se le reconoce actividad hipotensora central por actuar sobre el centro vasomotor cerebral, también diurética y para bajar el colesterol. **Espino blanco:** También llamado Grateagus, regula y activa el corazón, reforzando y ralentizando sus contracciones. Vasodilatador de las arterias que irrigan el corazón, coronarias. Tiene un efecto sedante del sistema nervioso central y antiestresante, que lo hacen interesante en hipertensiones de causa nerviosa. **Plantas antiateromatosis:** El ateroma es un depósito en la pared de los vasos arteriales de sustancias grasas junto con plaquetas y fibrina. Produce la disminución del calibre de las arterias y con ello la reducción del flujo sanguíneo, y al formar depósitos, una rigidez de los vasos disminuyendo su elasticidad. Encontramos estas: ajo, ortiga, alcachofa, castaño de la india, ginseng, ginkgo biloba, sanguinaria o siete sangrías... **Ajo:** Originaria de Asia central y empleado desde la antigüedad por egipcios y romanos, se utiliza el bulbo, contiene fructosanos, de

marcada acción diurética, ácidos orgánicos, vitaminas, sustancias hormonales y oligoelementos. Todo ello le confiere interesantes acciones a nivel cardiovascular, efecto vasodilatador. **Sanguinaria - Siete Sangrías:** Su principal cualidad es la de hacer bajar la presión arterial, lo que la hace muy útil para los cardíacos y para las dolencias del sistema circulatorio. También es recomendada para los diabéticos hipertensos. **Plantas diuréticas:** A las plantas hipotensoras se asocian frecuentemente las diuréticas, que provocan una eliminación del sodio, de agua. Destacamos: cola de caballo, fresco, arenaria, barba de choolo... **Cola de caballo:** Es diurético por excelencia. Colabora en aquellos casos en los que la hipertensión está asociada a un componente de retención de líquidos y a la consecuente elevación de la tensión arterial, con la particularidad de que compensa determinadas pérdidas de minerales que pudieran darse al incrementar la función del riñón. **Mirta Nora Bogado**  
"Casa Argos"

## Distribuidora SUR ARGENTINA

- **Productos Orann**
- **Casa Irwo:** alfajores integrales, bombones de higo y ciruela
- **Campo Claro:** aceite de lino y girasol, tra. prens. en frío. Mijo orgánico
- **Cormillot:** alfajores, cubanitos, barrillas, jugos
- **Productos Apicola**
- **Franciscana**
- **Chía:** harina, aceite, semilla
- **Galletitas Integralia**
- **Galletitas La Zaranda**
- **María E:** galletitas sin azúcar y sin miel, apto diabéticos
- **Panificados - Tofu**
- **Fideos integrales**
- **de gluten**
- **Harinas y cereales**
- **Levaduras Titan**
- **Pasta de sésamo**
- **Pólen y Jalea Real de Mendoza**
- **Trini:** dulce de leche y mermelada (celíacos y diabéticos)
- **Propóleo - Miel**
- **Caramelos**
- **Barritas de cereal**
- **Almendras y Nueces**
- **Frutas secas**
- **Frutas sin sodio**
- **Santa María** (celíacos)
- **Especias**
- **Tes de Hierbas**
- **Cosmética natural**
- **Benot:** bombones de fruta para diabéticos
- **Regionales:** arropé de chañar, membrillo, sin TACC, café de higo

**PRODUCTOS VICTORIA SUAR**  
Papas Integrales y de Gluten  
Budines y biscuit sin azúcar  
Frolas de Membrillo y Batata - Delicias con granola  
DISTRIBUIDORA EXCLUSIVA DE **Bread Net**  
TEL/FAX: 4256-5685 y 4356-2707  
gruposurargentina@hotmail.com

## Semillas de Lino molido

Un informe de la AHA (Asociación Estadounidense de Cardiología) expresa que estudios controlados han demostrado que los ácidos grasos OMEGA 3 reducen la incidencia de enfermedades cardiovasculares. Ayudan a niveles más bajos de colesterol, y previenen coágulos en arterias. La enfermedad cardiovascular es la principal causa de mortalidad en el mundo desarrollado. Las semillas de lino tienen un alto contenido en minerales, vitaminas, enzimas, micronutrientes, mucilagos laxantes, fitohormonas de efecto estrogénico. En las semillas encontramos la presencia de lignanos, compuestos que ayudan a promover el equilibrio hormonal femenino y reducen el riesgo de cáncer relacionados con las hormonas de la mujer. El consumo regular de lino elimina problemas de piel seca, soriasis, acné, eczemas, sed anormal, síntomas menopáusicos, constipación, e inflamación intestinal. Los ácidos grasos OMEGA 3 (propiedad fundamental de la semilla de lino) junto con los OMEGA 6 (que lo encontramos en gran medida en las semillas de girasol), son sustancias esenciales para el organismo humano, "esenciales" porque nuestro organismo necesita incorporarlo en la ingesta, ya que no tiene la capacidad de sintetizarlas a partir de otros alimentos. En su packaging de aluminio "Tricapa", se preservan sus nutrientes del daño, y se garantiza la "no contaminación" externa del producto. Distribuidora Almendra. Tel.: 4639-0955/ 4567-9523

## 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 ajonjolí 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 poseen 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 antianémico, rico en vitamina K (antihemorrágica). A y E, de alto valor proteico, tiene efecto antiinflamatorio, 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

## El café verde

El café es una bebida muy conocida por su acción estimulante física y psíquica. Originalmente el grano de café es verde y muy rico en cafeína. La cafeína es conocida por poseer diferentes propiedades como estimular la actividad intelectual y física, ayudar a la digestión y combatir la migraña. Por otra parte la cafeína aumenta el consumo de calorías del organismo contribuyendo a la pérdida de peso. La torrefacción disminuye el contenido en cafeína y también destruye el cafestrol y el kahweol. Estas dos sustancias que tienen la particularidad de inducir en el hígado la acción de una enzima muy importante: la Glutatio-S-transferasa o GST. La GST es una enzima encargada de activar el sistema de desintoxicación del organismo, ayudando así a la eliminación de sustancias de polución en relación a la vida moderna como: pesticidas, gases de automóviles etc. El café verde es un excelente tónico gracias a sus propiedades de regeneración. Indicado en: Fatigas crónicas, falta de energía, exposición a poluciones atmosféricas y adicción al tabaco.

**Semilla Natural**  
NUTRIMIX  
SESAMO INTEGRAL LINO MOLIDO  
Suplementos Dietarios - Hierbas Medicinales  
Semillas - Especias - 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



**convivir... 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 - EGIPCIÓN.**  
 Cartas Nátalas. Cursos y Cons. También 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 y (15)6214-5409

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

**Puppa Depilación.** Lavalló 1115, Haedo. 4443-9622  
 Pringlés 856, Ramos Mejía. 4658-0691

**Alquiler consultorio a Profesionales.**  
 Zona Once - Congreso. 4351-4449

**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

**TANTRA KRIVYA 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.** Ammonia interior, el equilibrio y el goce del baile grupal en ronda. En Castelar, el último sábado de cada mes. Ambos sexos. 4627-2185

**ALQUILU CONSULTORIO**  
 4431-6211 Caballito, sobre Av. Rivadavia

**ASTROLOGÍA PREDICTIVA - C. natal. R. solar. Sinastria.** Cursos y consultas. Sra. Claudia Mel. Tel. 4866-0375

**¡A CANTAR!** Con o sin experiencia. Técnica vocal. Individual o grupal. Coros mixtos. En Caballito. Informes: 4431-6211

**agenda ACTIVIDADES GRATUITAS**

**Aloe Vera:** Lifting cosmético, Tratamiento reductor, charla y degustación de productos de control de peso. Demostraciones gratuitas.  
 Confirmar: 4813-3861, de 10 a 24hs. y 4832-4740

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

**Introducción al Curso de Alimentación Ayurvedica**, entrada libre y gratuita. Sábado 20 de Septiembre 11hs. Reservar lugar: 4783-3424 - "Sabores y secretos de la India" Ciudad de la paz 1739 Capital.

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

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

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

**Charlas sobre alimentación saludable y prevención de obesidad, diabetes, colesterol.** Dirigidas a futuras mamás, mamás que amanantan, mamás con niños pequeños y en edad escolar.  
 Primer Jueves de cada mes de 9:30 a 11:30 hs. 49 - 210 - 6111

Inscripción previa: Asoc. de Médicos Naturistas 4541-0207 / info@aamenat.org.ar

Jornadas para celíacos: sábado 27/9 de 9 a 13 hs. Con degustación de alimentos aptos para celíacos. Inscripción previa: Asoc. de Médicos Naturistas 4541-0207 / info@aamenat.org.ar

Taller gratuito **ENCUENTRO CON MI NIÑO MÁGICO Y MI ARTISTA INTERIOR** (el juego adulto con placer y sin vergüenza) dictado por OSVALDO GUIDI y HUGO DEL BARRIO domingos 14/9 y 16/10 de 13 a 17 hs. Inscripción. Tel. 4372-7854 - teatro\_lojodeidi@yahoo.com.ar - TEATRO ESCUELA LO DE GUIDI

Curso de capacitación para terapeutas: **Astrología para terapeutas**  
 Sábado 13/9 a las 14 hs.

Disertantes: María Saga (Naturópata y Astrologo), Juan Martínez (Astrologo y Programador) Lugar: Salón Fullena - Ribamba 118 Piso 6º - C.A. Organiza: Fullena (Fundación Latinoamericana de Terapias Naturales)  
 Auspicio: Esencias Vibracionales Londner's Inscripción telefónica: 4952-4756  
 Por email: londner@londner.com.ar

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

**LIBROS**

"El legendario Roque Marrapodi, el arquero que volaba". Fanáticos y sensibles de Caballito, están de para bienes, Angel -Kelly- Contela, entre recuerdos, poesías, historia y el "Ferro" de sus amores, presenta su nuevo libro, sobre la vida del brillante arquero, que ocupó el arco del club Ferrocarri Oeste entre finales de los años '40 y principios de los '60. Saludamos su aparición y felicitamos al autor (por que donó los libros al Club de sus amores) y por atajarle penales al olvido.

**Apagón mundial**  
 El 17 de Septiembre próximo, de 21:50 a 22:00 hs.

A la misma hora local de cada país en todo el mundo. Se propone apagar todas las luces y si es posible todos los aparatos eléctricos, en ese horario, para que nuestro planeta pueda respirar.  
 Si la respuesta es masiva, la energía que se ahorra puede ser brutal.  
 Si estamos 10 minutos en la oscuridad, prendemos una vela y simplemente la miramos. Nosotros estaremos respirando y el planeta también.  
 Pase la noticia, si tiene amigos que viven en otros países envíeselo a ellos.

**Adicción a personas Pareja, hijos, etc.**  
**Lic. Teresa González**  
 Psicóloga  
 Tel. 4804-6385 / 4682-2773 (contestador)

**Herboristería**

Dos hierbas de origen peruano que se consiguen en nuestro país

**Sangre de grado**  
 Nombre botánico: *Croton lechleri*  
 También conocida como Sangre de drago  
**Usos en la Medicina Tradicional:**  
 Ulceras estomacales e intestinales  
 Cicatrizante de heridas  
 Hinchazones reumáticas  
 Afecciones dérmicas  
 Tumores, cáncer  
 Extracción dental (Antiséptico, Cicatrizante y Analgésico)  
 Faringitis y amigdalitis (gárgaras)  
 Hemorroides

**Uña de gato**  
 Nombre botánico: *Uncaria tomentosa*  
**Usos en la Medicina Tradicional:**  
 Anticancerígeno  
 Anti-artritis  
 Depurativa  
 Antiinflamatoria  
 Diurética

visitenos en [www.convivirpress.com](http://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 lo 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.

- 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
- aconsejadas para ancianos
- Haciendo girar las bolas en la palma de la mano, damos un masaje a todos los órganos del cuerpo. Por eso se obtiene mejoría en casos de dolor de estómago, alta presión sanguínea, trastornos del corazón, problemas intestinales, nerviosismo
- Hoys, ciruclos médicos euro-



peos 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  
[www.centroconvivir.com](http://www.centroconvivir.com)

**Suscribese a convivir**  
 1 año = \$ 45.-  
**4815-5240**

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

**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**

EMBUTO VEGETAL DE SOJA  
 SALCHICHA VEGETAL DE SOJA  
 HAMBURGUESA VEGETAL DE SOJA

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

Elaborado por: **SOYARROZ S.R.L.**  
 Calle 30 N° 3934 San Martín, Pcia. de Bs. As. Tel: 4754-1976  
 Arribeños 2221 Capital Federal Tel: 4786-6622

**Sorprendentemente Saludable!!**

**La primera**

**Leche de Cabra EN POLVO**

Pasteurizada. Sin aditivos. Sin conservantes. Totalmente pura. 100% digerible.  
 Con más proteínas y más vitaminas. Hipocalóricas. Más calcio. Más fósforo. Menos sodio.

alimentariacaprina@yahoo.com.ar  
[www.lechelaprimera.com](http://www.lechelaprimera.com)

**FARMACIA Belladonna**  
 DE WELEDA S.A.

Homeopatía • Antroposofía • Alopátia  
 Recetas Magistrales y Productos Naturales

Asesoramiento en Cosmetología Natural

ENTREGAS A DOMICILIO  
 ENVÍOS AL INTERIOR DEL PAÍS

ventas@weleda.com.ar  
[www.farmaciacbelladonna.com.ar](http://www.farmaciacbelladonna.com.ar)  
[www.weleda.com.ar](http://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 Celiacos  
 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° 173- Setiembre 2008 - [diarioconvivir@libertel.com.ar](mailto:diarioconvivir@libertel.com.ar) / [diarioconvivir@yahoo.com.ar](mailto:diarioconvivir@yahoo.com.ar) / [www.convivirpress.com](http://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](mailto:saldiet@hotmail.com) / [www.saldiet.dharamsingh.com](http://www.saldiet.dharamsingh.com)