

La Revista



MARZO de 2024
REVISTA N° 346

**Dra. Beatriz Rovira Otero:
Nuestro homenaje en el mes
de la Mujer.**

**Incentivar la participación
gremial en defensa de
nuestra Caja.**

**La soledad:
Un problema de Salud Pública**



SUMARIO

Comisión Directiva

Presidente:

Dra. (Méd.) Ma. Cristina Muguerza

Vicepresidente:

Ing. (Agrón.) Raúl Chiesa

2° Vicepresidente:

Dra. (Méd.) Hilda Abreu

Secretaria:

Dra. (Odont.) Ma. de las Mercedes Lariccia

Prosecretaria:

Dra. (Abg.) Diana Salvo

Tesorero:

Dr. (Méd.) Luis Noya

Profesorero:

Sra. Nelly Pereira

Vocal:

Ing. (Mec.) Carlos Malcuori

Vocal:

Cr. Horacio Oreiro

COMISIÓN FISCAL

Cra. Gladys Martínez

Cra. Graciela Errecart

Cra. María del Rosario Blanco

COMISIÓN ELECTORAL

Dra. (Méd.) Dolores Holgado

Dra. (Abg.) Myriam Machado

Obst. Miriam Pin

Areas de Trabajo

COMUNICACIÓN INSTITUCIONAL

Coordinadora: Dra. Hilda Abreu

ECONÓMICO FINANCIERA Y ADMINISTRACIÓN

Coordinador: Dr. Luis Noya

GREMIAL

Coordinadora: Dra. Graciela Zaccagnino

SOCIO CULTURAL

•Biblioteca Coordinador: Dr. Ricardo Grasso

•Cultura y Recreación Coordinadora: Sra. Nelly Pereira

•Cursos y Talleres Coordinadora: Dra. Ma. del Carmen Pregliasco

•Turismo Coordinadora: Dra. Dolores Holgado

SOCIOS y SEDE

•Convenios

•Interior Coordinador: Dr. Luis Noya (San José)

•Salud Coordinador: Dr. Luis Scorza

•Sede Coordinadora: Arq. Carmen Somoza

03

Editorial



05

Día internacional de la Mujer

07

Día Mundial de la Audición

08

El misterio del tesoro de las Masilotti (parte 2)

10

Una fecha para Cerro Largo



13

El paisaje industrial de Fray Bentos



16

Agua para la Paz



17

Centro Cultural y Museo Casa de Artigas

18

Recomendaciones de la SUGG

19

Día mundial del Sueño.

Capacitación Primeros Auxilios

20

Novedades Biblioteca

23

¿Cómo afrontar el aislamiento?

24

¿Qué es la Gimnasia mental?



25

Información Cursos & Talleres



27

Noticias varias

29

Humor & Entrenimientos

La Secretaría funciona de lunes a viernes
Atención personal de 13:30 a 19:00 horas.
Atención telefónica de 11:00 a 19:00 horas.

PUNTUALIZACIÓN

Las opiniones establecidas en artículos y cartas firmados son de exclusiva responsabilidad de los firmantes. La revista de la Asociación de Afiliados a la Caja de Jubilaciones y Pensiones de Profesionales Universitarios deslinda cualquier tipo de compromiso con dichos conceptos.



@aacjpu



@aacjpu



@aacjpu



aacjpu.com



SEGUIMOS TRABAJANDO POR LA UNIÓN DE LOS GREMIOS PROFESIONALES

Dra. María Cristina Mugerza

El 1ro. de febrero se realizó la segunda reunión convocada por el CCEAU, en procura de lograr propuestas consensuadas para la Caja Profesional.

Como hecho positivo señalamos un mayor número de gremios presentes: Asociación Odontológica del Uruguay, Colegio de Abogados, El Orden Profesional, FEMI, Profesionales Independientes, SAU, SMU, Ingenieros Químicos, además de la entidad organizadora y nuestra Asociación.

Como nuevo material para analizar, nos habían llegado previamente, la exposición de motivos de un proyecto de ley que ha elaborado El Orden Profesional y un documento de la AOU.

Con respecto al primero contiene puntos con los que coincidimos, como el aumento de la base de aportantes, los vinculados al art. 71, elecciones obligatorias, reclamo del IASS, entre otros.

La Asociación Odontológica del Uruguay propuso solicitar al Directorio, que quienes tengan configurada causal jubilatoria puedan seguir ejerciendo, sin aportar o con aportes correspondientes a la primera categoría, para evitar el aumento de solicitudes de jubilaciones que se está dando por el

incremento del aporte de los activos.

La CCEAU manifestó que se debería exigir la actuación de la Agencia reguladora para buscar soluciones al problema de la Caja.

Ninguna de estas propuestas fue analizada en profundidad, aunque demás está decir que nuestros representantes manifestaron que las soluciones para la Caja son responsabilidad de los gremios profesionales y nunca de la agencia reguladora, que no está en funciones, dependerá en su constitución del gobierno de turno y no tiene además potestades para ello.

No se tomaron resoluciones y se fijó nueva reunión en quince días, que serán más por el feriado de carnaval.

De acuerdo a lo manifestado por los distintos gremios, nuestra Asociación, con el asesoramiento del grupo dedicado al estudio de la Caja Profesional, aprobó documento donde se resumen los puntos en que hay acuerdo, el cual será enviado a los integrantes de la Coordinadora.

El mismo incluye: reclamo del IASS, mantener aporte de los activos en el 16,5 %, rechazar rebaja encubierta de pasividades actuales y futuras, aumento de la base de aportantes, en cuanto a los aportes indirectos

por art. 71: recuperar desfasaje, aumentar por IMS y eliminar excepciones; incentivar la participación gremial en defensa de la Caja

Como punto a destacar señalamos, la nueva propuesta de que el Directorio de la Caja **reclame judicialmente el IASS**, ya que la Caja es la única legitimada para reclamar por esa vía, la responsabilidad del Estado por la omisión legislativa prevista en el artículo 14 de la Ley 18.314. Planteo este resultante del análisis realizado por integrantes del grupo asesor.

El reclamo de esos recursos financieros, omitidos por todos los directorios desde el 2008 hasta la fecha, y que incluyen montos por daños y perjuicios, permitiría liberar la utilización de las reservas para el pago de las prestaciones, y evitar además el aumento de los aportes de los activos.

Si este planteo no fuera de recibo por los gremios, será nuestra Asociación la que lo lleve al Directorio de la Caja.

EN ESTE MES UN HOMENAJE A TODAS LAS MUJERES DE NUESTRA ASOCIACIÓN EN LA FIGURA DE UNA QUERIDA COMPAÑERA Dra. Beatriz Rovira Otero



Abogada de profesión, ejerció en materias civil, penal y del trabajo. Ingresó a la Asociación en 1985, siendo socia de honor desde julio de 2007. De destacada actuación en todos los ámbitos donde le tocó actuar. Primera presidente mujer de nuestra Asociación, en cuya Directiva ocupó diferentes cargos de responsabilidad. Encabezó, en más de una oportunidad la Comisión Electoral, siendo garante, junto con otros compañeros, de las elecciones institucionales.

Fue impulsora de las acciones de inconstitucionalidad del IASS ante la Suprema Corte, y luego del pronunciamiento desestimatorio por parte de ese máximo órgano judicial, inició gestiones ante organismos internacionales de los DDHH.

Integró el Directorio de la Caja profesional como representante electa por los pasivos. Siendo activa, integró la Comisión Asesora en representación del Colegio de Abogados.

Fue presidente de dicho gremio, y por más de 30 años integró el Tribunal de Honor del Colegio de Abogados del Uruguay.

Formó parte de la Comisión Internacional de Juristas en el año 1994, teniendo participación activa y destacando el papel del Colegio de Abogados del Uruguay en la defensa de los Derechos Humanos.

Junto a su esposo, hoy fallecido, Dr. Jorge Pessano, integró la Comisión de Derechos Humanos del mismo. En esta comisión organizó la defensa activa de las víctimas de la dictadura y sus familiares.

Mucho aprendimos de ella, y recurrimos varias veces a consultarla cuando situaciones complejas así lo ameritaron. Siempre respondió en forma segura y generosa a nuestras inquietudes, compartiendo sus conocimientos y experiencias con quienes nos iniciábamos en el quehacer de la Asociación.

No dudamos, que, como ella, nuestra institución ha contado y cuenta con mujeres y hombres de gran valía. Hoy, a través de nuestro reconocimiento a Beatriz, damos gracias a todos por formar parte de nuestra querida Asociación.

8 de marzo - Día Internacional de la Mujer 2024

FINANCIAR LOS DERECHOS DE LAS MUJERES PARA ACELERAR LA IGUALDAD



Fotografía: ONU Mujeres/Ryan Brown.

Deyanira Córdoba, una de las muchas caficultoras de El Tablón de Gómez, en el departamento de Nariño, Colombia. Un proyecto de ONU Mujeres le ha permitido saber más sobre cuestiones como sus derechos económicos y su autonomía física.

En un mundo que enfrenta múltiples crisis que someten a las comunidades a una inmensa presión, lograr la igualdad de género es más vital que nunca. Garantizar los derechos de las mujeres y las niñas en todos los ámbitos de la vida es la única forma de asegurar el desarrollo sostenible.

Uno de los principales obstáculos para lograr la igualdad de género en 2030 es la alarmante falta de financiamiento, con un abrumador déficit anual de 360.000 millones de dólares, en las medidas destinadas a alcanzar la igualdad de género.

¡Es momento para el cambio! Súmate a la movilización del 8 de marzo de 2024 por el Día Internacional de la Mujer bajo el lema **Financiar los derechos de las mujeres: acelerar la igualdad**.

Estas son las cinco áreas que requieren una acción conjunta para que no se siga discriminando y dejando atrás a las mujeres:

Financiar los derechos de las mujeres: Una cuestión de derechos humanos.

La igualdad de género sigue siendo el mayor reto en materia de derechos humanos. Invertir en políticas para avanzar la igualdad es un imperativo desde la perspectiva de derechos humanos y la piedra angular para crear sociedades inclusivas. Los

avances para las mujeres benefician a todas las personas en todo el mundo.

Acabar con la pobreza y la desigualdad.

Desde 2020, la pandemia del COVID-19, conflictos geopolíticos, desastres climáticos y turbulencias económicas han empujado a 75 millones de personas más a la pobreza severa. Esto podría llevar a más de 342 millones de mujeres y niñas a vivir por debajo del umbral de pobreza en 2030. Es crucial actuar de inmediato para evitarlo.

Poner en marcha un financiamiento transformador para la igualdad de género.

Según estimaciones recientes, el 75 % de los países mantendrán los recortes en el gasto público en 2025 debido a los conflictos y al alza de los precios de los combustibles y los alimentos. La austeridad repercute negativamente en las mujeres ya que reduce el gasto público en servicios públicos esenciales, políticas de cuidados y protección social.

Los servicios que el Estado no provee con la reducción del gasto se ajustan por la vía del tiempo y el cuerpo de las mujeres. Los efectos del desempleo y la inflación suelen afectar más a las mujeres y sus estrategias de supervivencia y medios de vida, más aún a las mujeres de poblaciones indígenas, afrodescendientes y etnias minoritarias, así como mujeres en situación de movilidad, rurales o con discapacidad. Las propuestas de

recaudación fiscal y de incentivos con perspectiva de género pueden ser instrumentos para la reducción de la concentración de la riqueza, la desigualdad y fomentar la economía real lo que permitiría reducir el impacto de esos ajustes y ampliar el espacio fiscal.

Pasar a un desarrollo sostenible y una sociedad de los cuidados.

El actual sistema económico exagera la pobreza, la desigualdad y el deterioro medioambiental, afectando de manera desproporcionada a las mujeres y más aún aquellas que enfrentan múltiples discriminaciones. Los movimientos de mujeres que abogan por modelos alternativos proponen avanzar hacia una sociedad de los cuidados que preserve el medioambiente y la sostenibilidad de la vida, reconociendo los conocimientos de las mujeres indígenas que amplifiquen la voz de las mujeres y su rol protagónico en una economía que no acelere más aún el cambio climático, que no sea depredadora de los ecosistemas y permita un desarrollo sostenible.

Financiar iniciativas de desarrollo local alternativo y a las organizaciones que hacen

incidencia en torno a la justicia económica y climática permitirá avanzar en soluciones concretas en el territorio y cambios de las reglas del juego del sistema a nivel nacional e internacional.

Apoyar a los feminismos y movimientos que impulsan el cambio.

Las organizaciones feministas lideran la lucha contra la pobreza y la desigualdad de las mujeres en toda su diversidad. Sin embargo, están abogando y trabajando casi sin recursos, ya que reciben un escaso apoyo de la cooperación internacional, los fondos multilaterales, los presupuestos nacionales o la filantropía. Es urgente financiar a las organizaciones feministas y de mujeres para impulsarlas, ya que fortalecer a los movimientos y las organizaciones de la sociedad civil contribuye a la democracia, la paz y el desarrollo sostenible.

En este Día Internacional de la Mujer, unámonos para transformar estos desafíos en oportunidades y forjar un futuro mejor.

Fuente: ONU Mujeres:

<https://lac.unwomen.org/es/stories/noticia/2024/01/dia-internacional-de-la-mujer-2024>



3 de marzo Día Mundial de la Audición



Las personas con pérdida de audición pueden vivir dificultades en su comunicación con otros, lo cual puede llevar a aislamiento social, soledad y estigma. Además, la pérdida de audición no tratada puede conllevar a dificultades en la educación y el empleo.

La OMS estima que los casos no atendidos de pérdida de audición representan un coste mundial anual de 980 000 millones de dólares. Estos costos incluyen el sector sanitario, el apoyo educativo, la pérdida de productividad y costos sociales.

Para prevenir la pérdida de audición a lo largo de la vida, se pueden aplicar estrategias como vacunación, buenas prácticas de atención materna y de puericultura, detección y tratamiento de afecciones del oído, entre otras. La detección temprana de la pérdida de audición y las enfermedades otológicas, así como el tratamiento oportuno, son fundamentales.

La rehabilitación para las personas con pérdida de audición puede incluir el uso de tecnologías auditivas, el lenguaje de señas y otros medios de sustitución sensorial, además de la terapia rehabilitadora para mejorar las habilidades lingüísticas y de comunicación.

Fuente OMS

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/deafness-and-hearing-loss>

La Organización Mundial de la Salud (OMS) advierte que se espera que para el 2050 haya casi 2500 millones de personas con algún grado de pérdida de audición y al menos 700 millones que necesiten rehabilitación. Más de 1000 millones de jóvenes adultos corren el riesgo de sufrir una pérdida de audición evitable y permanente debido a prácticas de audición poco seguras. A su vez, la inversión anual por persona necesaria para ampliar los servicios de atención otológica y audiológica en el mundo es de menos de US\$ 1,40.

La pérdida de audición discapacitante afecta al 5% de la población mundial, lo que equivale a 430 millones de personas que necesitan rehabilitación. La mayoría de las personas con este problema viven en países de ingresos bajos y medianos, y la prevalencia de la pérdida de audición aumenta con la edad.

Existen diferentes grados de pérdida de audición, que van desde leve hasta profunda.

FE DE ERRATAS

Aclaremos información que ha cambiado sobre los cursos:

Francés avanzado el curso se brindará online todos los miércoles de 11 a 12 hrs.

Gimnasia Mental se brindarán 3 cursos:

2 presenciales: martes de 10:30 a 11:30 hrs. y martes de 14 a 15 hrs.

1 Online (Zoom): miércoles de 11 a 12 hrs.

Italiano, el curso se brindará en formato presencial todos los jueves de 16:00 a 17:30 hrs.

Informática se brindarán 2 cursos presenciales: lunes de 16:30 a 18:00 y martes de 16:30 a 18:00 hrs.





El Misterio del Tesoro de las Masilotti

Parte II

Lic. Eduardo Cuitiño (*)

Cementerio Central de Montevideo
22 de mayo de 1951
9:05 am¹

Al otro día del comienzo de las excavaciones las cosas fueron muy diferentes. El camposanto fue clausurado al público y su puerta principal permaneció cerrada y custodiada por la policía y los coraceros. El acceso se hacía únicamente por la puerta de hierro que da a la calle Viana y estaba habilitada solo para las autoridades, los obreros, los periodistas debidamente identificados y las personas involucradas.

El Batallón de Ingenieros N°5 proporcionó un detector de metales, un taladro eléctrico y un compresor. Pero la trepidación que provocaba el taladro prohibió su uso ante la posibilidad de que afectara a los cimientos del Panteón Nacional, uno de los lugares más sagrados de nuestra patria.

Clara Masilotti irradiaba entusiasmo: “Certo, cierto... ¡jio non sono local!” y señalaba la gran rotonda central. Estaba dispuesta a demoler el Panteón Nacional y construirlo de nuevo.

El público se perdió el espectáculo en vivo y en directo, pero este dio lugar a una amplia

cobertura periodística que por cierto, era fascinante.

El equipo de las Masilotti contaba con un radiestesista o rabadomante de origen alemán llamado Kuno Tesman. Luego de dar varias vueltas a la rotonda con su péndulo, dio su veredicto:

“El tesoro está en un túnel en una dirección casi recta desde el sureste hacia el noreste, sobre una anchura de 80 centímetros hasta el metro, y sobre una extensión, comenzando desde la tumba N° 376 (bis) a una distancia de 1 metro 20, hasta dentro del Panteón Nacional de 2 metros 10 centímetros más, totalizando una extensión de 10 metros”.

La dirección sugerida para la excavación era en dirección a la tumba de la familia Previtali. El pionero o patriarca familiar fue José Previtali Perego, nacido en Italia en 1775 y doctor en Medicina por la Universidad de Padua en 1802. Declarado ciudadano ilustre de nuestra República por la Asamblea Constitucional Constituyente el 2 de junio de 1830, poco antes de la existencia formal del Uruguay como país, debido a sus actos heroicos en campos de batalla curando a los criollos heridos y por su celo filantrópico.

¿Qué hacía un médico italiano viviendo en lo que sería el Uruguay en la década de 1820? ¿Por qué la dirección de la excavación sería hacia su tumba?

Según contaron las Masilotti, el tesoro constaba de documentos y obras de arte de origen italiano, incluyendo los planos originales de la tumba del Papa Julio II diseñados por el mismísimo Miguel Ángel, considerados perdidos. Además de esculturas griegas y romanas, innumerables monedas, doblones,

joyas, coronas, cálices y vasijas de oro y plata. En especial, un pez de oro de 18 pulgadas de alto.

Agregaron, además, que los obreros que habían participado en el entierro del tesoro habían sido asesinados y sus huesos aún reposaban en el camposanto. ¿Qué mejor lugar para esconder un tesoro que un cementerio alejado de la ciudad en la década de 1830?



Kuno Tesman con su péndulo.
(CdF, Centro de Fotografía de Montevideo, Intendencia de Montevideo).

El estupor fue generalizado, el túnel realmente existía, el túnel realmente apareció:



CONTINUARÁ

¹ Detalles en base al diario *Acción* del 3 de diciembre de 1956.



Una fecha para Cerro Largo (1ra. Parte)

De la cadena de Guardias a la departamentalización (1791-1830)

Lic. Matías Borba Eguren (FHCE – UdelaR)

En este breve artículo pretendo reflexionar sobre el pasado de Cerro Largo, a partir de la aprobación del proyecto que fija el 3 de febrero de 1816 como la “fundación” del Departamento. Tomando esta disposición de la Junta Departamental como “excusa”, buscaré repasar el proceso histórico de esta región del país que hoy conocemos como Cerro Largo. Este trabajo es fruto del informe presentado a la edil Maestra Cristina Cardozo, solicitado en el marco del asesoramiento previo a la aprobación del decreto sobre la fecha de fundación (2023). También este artículo es deudor de la ponencia presentada en el Seminario Internacional “Territorios y desigualdades: nuevas miradas críticas”, realizado por CLACSO, en la ciudad de Melo el 9 y 10 de noviembre de 2022.

Conmemorar a Cerro Largo

En octubre de 2022 se planteó, por parte de la Edil Cristina Cardozo, la necesidad de elaborar un “proyecto de decreto” para establecer el 3 de febrero como “Día aniversario” del Departamento. Sus antecedentes pertenecen a la administración departamental de Sergio Botana, actual Senador. La iniciativa puede inscribirse en un esfuerzo por parte de las autoridades departamentales por la

reactualización de los referentes identitarios locales. Como señala Arturo Bentancur (1993), las historias regionales/locales se han caracterizado por el intento de acoplarse al discurso histórico nacional. Cerro Largo no fue la excepción en el desarrollo de su historiografía, muy ligada por momentos al discurso histórico oficial por parte de los poderes Ejecutivo y Legislativo departamentales (Borba Eguren, 2022).

El actual proyecto parece seguir la misma línea, estableciendo un diálogo entre la identidad local y el relato histórico nacional, tomando a Artigas como epicentro. La elección del 3 de febrero como aniversario de Cerro Largo se constituye en lo que Pierre Nora llama “lugares de la memoria”. Explica José Rilla que la propuesta de Nora analiza cómo se resignifica la noción de memoria como parte del discurso histórico de una Nación. Los distintos actores que la conforman apelan a la construcción de lugares públicos donde la memoria de un pasado lejano se evoca – discursiva, material y simbólicamente – como parte de un discurso histórico identitario (Nora, 2008, pp. 5-18). En este sentido, la necesidad de decretar una fecha de fundación del Departamento es un esfuerzo por evocar la memoria en un discurso identitario

local, acoplado al discurso histórico nacional.

Desde la Historia, en tanto disciplina científica, estas iniciativas relacionadas con políticas sobre el pasado y su construcción retórica revisten una doble naturaleza. La primera, ya



adelantada en los anteriores párrafos, refieren a una comprensión del contexto de producción del proyecto en cuestión. Como se observó, se inserta en un esfuerzo establecer hechos – y símbolos – locales relacionados con la figura de Artigas, capaz de vincularlo con la historia nacional. Por otro, se trata de una decisión y acción política que busca establecer un discurso histórico, y que no necesariamente va de la mano con el conocimiento científico sobre el pasado. En este sentido, es menester reconocer el esfuerzo por parte de las autoridades por contar con la opinión de investigadores y especialistas en la materia. Estas instancias permiten un diálogo más fluido entre actores políticos y profesionales en los estudios del pasado.

Artigas y su negativa

La fecha propuesta del 3 de febrero de 1816 resulta problemática para tomarla como “aniversario” de la “fundación” o delimitación de Cerro Largo. En primer lugar, porque las políticas territoriales en el Río de la Plata tuvieron distintas etapas, y se fundamentaron en prácticas, legislaciones y circunstancias que variaron desde la Colonia hasta la actualidad (Delgado & Duffau, 2022; Duffau, 2022). La división del territorio al oriente del Río Uruguay en departamentos fue una de las políticas tomadas por las distintas autoridades durante el siglo XIX. En este sentido, el trabajo de Carlos Zubillaga, «Algunos antecedentes sobre acondicionamiento territorial en Uruguay (1611-

1911)», profundiza al respecto.

El autor da cuenta del carácter marginal de este territorio para la Corona española, pero que cobró un rol relevante por su papel de frontera con el Imperio lusitano. La fundación de Colonia de Sacramento en 1680 y de Montevideo en 1724 dan cuenta de esta pugna por la ocupación y efectivo control del territorio. Los tratados de límites entre España y Portugal – Madrid en 1750 y San Idelfonso en 1777 –, así como la constitución del Virreinato del Río de la Plata en 1776, dio un nuevo marco administrativo para la organización colonial del territorio rioplatense. Las nuevas autoridades en Buenos Aires ensayaron distintas medidas para hacer frente al avance portugués, entre ellas la fundación de fuertes militares en el norte del territorio.

Como señala Barrios Pintos (2008, pp. 251-267), en 1790 el Virrey Nicolás Arredondo daba cuenta a la Corona la necesidad de reforzar la defensa de esta región. Cipriano de Melo (Bentancur, 1985; Prado, 2012), portugués al servicio de España, propuso la conformación de guardias militares en el noreste del territorio como freno para el contrabando y ocupación ilegal por parte de Portugal. En febrero de 1791, por orden del Virrey Arredondo, de Melo partió rumbo al actual territorio de Cerro Largo con el fin de fundar una “cadena de guardias” para defender la frontera. Como señalan – y transcriben – Germán Gil y María Bentancor, el informe del mencionado militar, fechado el 2 de enero de 1794, detallaba los trabajos realizados en la fundación de la primera Guardia llamada San Nicolás de Bari. Indicaba que el 14 de marzo de 1791 se iniciaron los trabajos de corte de madera para la construcción del cuartel, ranchos y apertura de caminos.

El 28 del mismo mes, de Melo abandonó la guardia para continuar con su misión, dejando «[...] todos los horcones principales y abierta la zanja para la estacada con el portal de dos horcones grandes de coronilla y el letrero arriba en el arco de madera que dice “Por Carlos IV Guardia de San Nicolás de Bari”» (2022, pp. 58-59). Ubicada en la falda del Cerro Largo, esta guardia fue el primer núcleo militar y de población español en el actual territorio departamental. Durante su existencia fue conocida como la Guardia de Cerro Largo estando en funcionamiento hasta 1794. En agosto de dicho año fue designado como capitán a Agustín de la Rosa, quien el 17 de

septiembre informó al Virrey la necesidad de trasladar la guardia a orillas del Tacuarí para contar con mejores recursos para su funcionamiento. El 10 de noviembre el Virrey accede a lo solicitado, librando los recursos para la fundación de la Guardia Nueva, la cual se instala en la cercanía del arroyo Conventos (Barrios Pintos, 2008, pp. 252-253).

La nueva guardia de Cerro Largo fue también el punto de partida para la fundación de la villa de Melo. El nuevo Virrey, Pedro Melo de Portugal, solicitó la presencia de Agustín de la Rosa en Buenos Aires, quien el 7 de mayo presentó su informe sobre la situación de la campaña oriental. Señalaba como el mejor lugar para esta iniciativa el territorio de la nueva Guardia de Cerro Largo. El 27 de junio se inició la fundación planteada por de la Rosa, nombrando este nuevo pueblo como Villa de Melo, en honor al Virrey. Este último, desconociendo los trabajos ya iniciados por el mencionado Capitán, envía una instrucción provisional para la fundación de un pueblo en Cerro Largo el 16 de octubre de 1795 (2008, p. 255).



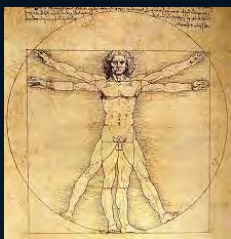
La fundación de Melo se desprende de las iniciativas defensivas del Virreinato del Río de la Plata frente al avance portugués sobre el territorio oriental del río Uruguay. En este sentido, el uso del nombre Cerro Largo precede al de Melo. Si bien su denominación original fue “San Nicolás de Bari”, en honor al Virrey Nicolás Arredondo, la documentación señalada se refiere a esta – y su jurisdicción – como Guardia de Cerro Largo. No obstante, esto no significa que sea el 14 de marzo de 1791 la “fecha de fundación” del departamento de Cerro Largo.

(Continuará)

* *Licenciado en Historia de la FHCE – UdelaR. Integrante de los Grupos de Investigación Autoidentificado CSIC “Claves del siglo XIX en el Río de la Plata” (N° 235725) y “Tendencia y debates historiográficos en Uruguay y la región (siglos XIX y XX)” (N° 881537). Integrante del Proyecto I+D “Iconografía republicana. Imágenes y conceptos políticos en el primer centenario del Uruguay (1830-1930).” Responsable del proyecto de Iniciación a la Investigación, financiado por CSIC, “Carlos Pastore: resistencia, exilio y escritura de la Historia en el Paraguay autoritario.”*



Taller de Antropología 2024



Quiero invitarles al **Taller de Antropología 2024**. Este año la propuesta es aproximarnos a dos grandes temáticas contemporáneas abordándolas desde perspectiva de la Antropología.

En la primera mitad del año conversaremos sobre las movilidades humanas. Pondremos el foco en dos grandes subtemas: uno relativo a las primeras movilidades que llevaron al poblamiento del mundo y de América y a la conformación de distintos grupos poblacionales. Luego de esta perspectiva histórica, abordaremos las movilidades actuales y algunas de las problemáticas que atraviesan los grupos de migrantes en los contextos urbanos de los países receptores. Esta temática nos invita a reflexionar

sobre la a veces tensa relación humana de nosotros - los otros.

La segunda mitad del taller la dedicaremos a conocer concepciones y rituales de la muerte. Si bien la muerte es un hecho biológico de la vida de todos y de cada organismo, es para los seres humanos algo más que una experiencia individual. Con esta temática nos acercaremos a formas de concebir la vida y la muerte culturalmente diferentes. Esta es una invitación a reflexionar sobre el etnocentrismo y la enorme y rica diversidad de creencias y prácticas culturales sobre qué pasa y qué debe hacer una comunidad con las personas, sus cuerpos y pertenencias una vez que mueren para asegurarse, por ejemplo, de que tanto los vivos como los muertos estén bien.

Cada curso es independiente. **No es necesario hacer el primero para poder asistir al segundo.**



EL PAISAJE INDUSTRIAL DE FRAY BENTOS “LA COCINA DEL MUNDO “

(*) *Prof. Mauro Taranto*

El paisaje industrial abarca, unos 30 edificios industriales, un barrio obrero con 230 viviendas, instituciones sociales, áreas rurales y un sistema portuario.

La compañía en Fray Bentos, era una empresa que exportaba extracto de carne, Corned beef (carne en conserva) y más de 200 productos enlatados durante 116 años. No solo derivados de la carne, como las lenguas, cueros, mondongo a la genovesa, salchicha tipo Oxford, jamón cocido, sino también, garbanzo, porotos de manteca, productos de huerta, etc.

La compañía se presentaba como un frigorífico, pero era es más que un frigorífico, era un proyecto innovador de modelo industrial en varios aspectos, recordemos que en este establecimiento se produjo el encendido de la primera lámpara eléctrica en Uruguay. Este hecho histórico ocurrió en el año 1883, cuando funcionaba la entonces LEMCO (Liebig's Extract of Meat Company), luego Frigorífico Anglo.

Recorrer sus instalaciones es trasladarse a un

pasado, tecnológico, social y cultural de fines del siglo XIX y gran parte del siglo XX. Se desarrolló de tal manera que se convirtió en una de las primeras empresas de la industria cárnica en el mundo.

El marco histórico en el que se desarrolló la empresa fue durante la 2 etapa de la revolución industrial de una parte de Europa a mediados del siglo XIX, donde la industria metalúrgica pasa a ser el motor de los procesos industriales. Efectos que vemos en las nuevas máquinas industriales, los transportes como el ferrocarril, los barcos etc.

Los capitales que se generaban en estos procesos de industrialización se invertían en distintos lugares en el mundo. El Río Plata ofrecía un escenario propicio para el desarrollo ganadero y de las industrias cárnicas al igual que otras regiones como Australia, Nueva Zelanda y EEUU. –

Como antecedente de dicha industria, en abril de 1863 surge la “Giebert et Compagnie”, en el

mismo lugar donde ya existía un saladero en la incipiente ciudad de Villa Independencia (hoy Fray Bentos fundada el 16 de abril de 1859). Pero gracias a un químico alemán, Justus Von Liebig (1803-1873) inventor del extracto de carne esta zona va a adquirir un singular desarrollo. Otro alemán, el ingeniero George Christian Giebert mostro su disposición para desarrollar esta idea a gran escala, diseñando la maquina industrial que luego patentaría. De joven se había ido de Alemania, pasando por Brasil y recalando en Uruguay. La abundancia de ganado y el marco geográfico fue lo que lo motivo a desarrollar en estas tierras el emprendimiento de este producto que no existía a escala industrial.



Encontró el apoyo financiero de la comunidad alemana afincada en el Uruguay y a partir de contactos en Londres, el principal centro financiero del mundo, obtendrá la financiación para el establecimiento de la Compañía Fray Bentos Gieber Company en 1863. En 1865 se vende y se crea la compañía Liebig, Extract of Meat Company (Lemco); con un paquete accionario de 500 mil libras esterlinas, con su sede en Londres. Una nueva capitalización amplía la fábrica con la finalidad de generar 1 millón de toneladas al año de extracto de carne.

Luego de la 1ra. guerra mundial y debido al cambio de coyuntura en el comercio mundial, la compañía se vende a los ingleses que venían trabajando en el mercado de la refrigeración. En diciembre de 1924, la fábrica pasa a convertirse Frigorífico Anglo convirtiéndose en una de las principales agroindustrias de Uruguay.

A fines de la década de 1960 el Frigorífico Anglo

fue adquirido por el estado uruguayo y paso a llamarse Frigorífico Fray Bentos. En diciembre de 1967, se decretó el cierre de la Planta Industrial del Frigorífico Anglo del Uruguay S.A. En el año 1968 está dentro de la órbita del Frigorífico Nacional siendo su última etapa de funcionamiento de 1968 a 1979.

La gestión del operativo Planta en Fray Bentos duró hasta el año 1972, el frigorífico Nacional abandonó la dirección y se creó el FRIGORIFICO FRAY BENTOS. El 22 de junio de 1979 se realizó la última faena y el 15 de octubre de 1979 se concretó el cierre definitivo.

Con la apertura democrática empieza un proceso de patrimonialización que se inicia con la declaración de patrimonio histórico nacional en el año 1987 y concluye el 5 de julio de 2015 en la ciudad de Bonn Alemania, donde el Comité del Patrimonio Mundial de la UNESCO, establece la inclusión del "PAISAJE INDUSTRIAL FRAY BENTOS" en la Lista del Patrimonio Mundial. Como lo señalábamos anteriormente recorrer sus instalaciones es hacer un viaje al instante a siglos pasados, y esto es posible debido al gran trabajo de conservación y divulgación de todos los involucrados de la comunidad.

Al ingresar a la fábrica nos encontramos con la primera playa de faena, en donde animales de promedio de 500 kilos son faenados y derivados a las distintas secciones. En la época del Frigorífico Anglo la faena llego a ser de 200 novillos por hora, y de una faena diaria de 1500 vacas por día, facilitado por la incorporación tecnológica del gancho de riel para el traslado del animal. En épocas anteriores los distintos sectores funcionaban con rieles en el piso. La evidencia de este avance tecnológico la podemos encontrar en el depósito de las roldanas, piezas necesarias para los rieles aéreos. Se señala que cuando Henry Ford observó este sistema en los mataderos de Chicago le surgió la idea de aplicar este sistema en sus fábricas.

Este fue un avance tecnológico muy

significativo debido a que el animal está colgado y es trasladado en el riel desde que muere hasta el pie del barco. Hay toda una secuencia de rieles y de roldanas que van transportando la carne de manera muy eficaz. Además recordemos que en el frigorífico la carne desde que el animal es faenado, tiene que entrar lo más rápidamente a la cadena de frío para llegar hasta el consumidor final.

Por lo tanto, este sistema de roldanas y rieles era lo más eficiente e innovador para la época, porque además no solo en la fábrica se debía refrigerar rápidamente, sino también en los barcos, en el transporte de lugar de destino, en las carnicerías, cabe aclarar que toda esta cadena de frío pertenecía a la misma compañía. Por otra parte, también es muy recomendable visitar la oficina central en donde se encontraba la parte logística y administrativa, un lugar perfectamente conservado. Unas 30 personas trabajaban más de 10 horas por día en estas oficinas con los problemas que trae el trabajo sedentario y cuyos efectos podemos ver en el piso a partir de las estrategias aplicadas por los empleados para evitar los calambres. Además de haber niños de 14 años descalzos trabajando en la sala de máquinas, según cuentan varios testimonios, muchos de ellos inmigrantes o hijos de inmigrantes (más de 40 nacionalidades se llegaron a registrar en la plantilla de obreros)

La empresa era autosuficiente y se encargaba desde la difusión de sus productos, hasta el diseño de la etiqueta para cada lata. Inclusive las primeras latas eran pintadas en forma manual antes de que la empresa comprara las imprentas. Se importaba la hojalata de Inglaterra y se hacían los envases con las máquinas de la fábrica. La lata de 11 onzas de corned beef era la más conocida y de mayor uso cotidiano, pero se llegó a hacer latas de 5 kilos según la demanda.

La empresa llegó a ser conocida como “la gran

cocina del mundo” porque alimentó a Europa en épocas de escasez y a las tropas de los ejércitos durante la guerra. Los soldados en el frente a la buena comida la llamaban Fray Bentos por su altísima calidad. Su testimonio por el cine lo vemos en distintas películas como “El paciente inglés” o “Gallipoli” dando cuenta de la importancia de este alimento.

En la película “Gallipoli” se ve a un joven Mel Gibson con la lata más clásica del corned beef de Fray Bentos, recordando la importancia de esas conservas.

A su vez los destinos de las exportaciones luego de la 2 guerra mundial eran muy variados: Cartagena , New Orleans , New York ,San Francisco , Tenerife, Cartagena , Gijón, Palestina, Manila Copenhague , entre otros.

La preocupación por el control calidad se evidenciaba en la creación de la Sala de Laboratorio, que funcionó durante el periodo



de la Liebig y del Frigorífico Anglo. Se trabajaba con material de análisis químico, instrumentos de aquella época, y un equipo altamente calificado de químicos que llevaba el control.

También es recomendable visitar la sala técnica donde se encuentra los planos originales de la construcción del saladero y de la fábrica. Además están los manuales de instrucciones que explican como armar pieza por pieza las máquinas, a su vez se encuentra gran parte de las fichas de registro originales de obreros, entre otra documentación.

Sin duda hay muchísimos lugares más para



visitar como la sala de máquinas, la sala de técnicos, el propio museo etc , pero si hay algo icónico es el famoso “ pito del anglo” , un silbato ubicado encima del edificio de grasería , y cuyo funcionamiento era a través del vapor

comprimido de las calderas , utilizado para marcar los cambios de turno y los tiempos de la vida cotidiana de los lugareños . Su sonido era tan fuerte que se escuchaba a decenas de kilómetros a la redonda. Para tener una idea de las dimensiones del establecimiento, cada cambio de turno movilizaba unas 3000 personas. Por todo esto y muchísimas cosas más creemos que es impostergable una visita al Paisaje Industrial Fray Bentos, para tener un encuentro con nuestro patrimonio que tantos beneficios culturales, sociales y económicos traen para nuestra comunidad.

(*) Coordinador del Taller de Historia AACJPU
*Agradecemos colaboración
de la Intendencia de Río Negro*



El agua tiene un impacto significativo en la paz y los conflictos. La escasez, la contaminación y el acceso desigual pueden aumentar las tensiones entre comunidades y países. Más de 3.000 millones de personas dependen del agua que atraviesa las fronteras, con solo 24 países teniendo acuerdos de cooperación para todos los recursos hídricos compartidos.

Ante el aumento de los impactos del cambio climático y de la población, se necesita una unión dentro y entre países para proteger y conservar este recurso vital.

El lema del Día Mundial del Agua 2024 es "Agua para la paz".

Cooperando en temas de agua, se genera un efecto en cascada positivo que promueve la armonía, la prosperidad y la resiliencia frente a

desafíos comunes. Es esencial reconocer al agua como un derecho humano fundamental que influye en todos los aspectos de la vida.

El Día Mundial del Agua 2024, se celebra el 22 de marzo y nos insta a considerar que el agua puede tanto crear paz como desencadenar conflictos, que la prosperidad y la paz dependen de la gestión del agua en medio de desafíos como el cambio climático y la inestabilidad política, y que el agua puede ser clave para superar las crisis, fomentando la armonía entre comunidades y países a través de un aprovechamiento justo y sostenible.

Fuente: Naciones Unidas:
<https://www.un.org/es/observances/water-day>



Es un espacio de encuentro y promoción artística y cultural desarrollado desde un enfoque esencialmente participativo. Fue inaugurado el 11 de junio de 2014 en el predio de la vieja Azotea de los Artigas – Aznar de la ciudad de Sauce del departamento de Canelones.

Tiene como principales cometidos la difusión de las distintas expresiones artísticas y del conocimiento histórico a través de estrategias lúdicas.

El mismo comprende el “**Museo Casa de Artigas**”, cuyo edificio fue reconstruido hacia 1930 inaugurado como museo en 1984 como un espacio de reivindicación del ideario artiguista. El espacio cuenta además con un amplio y arbolado jardín, dos salas exclusivas por las que transitan tanto muestras itinerantes como múltiples espectáculos artísticos (entre otras manifestaciones artísticas) a lo largo del año y un espacio de Ludoteca.

La propuesta de Ludoteca es un espacio de juego que funciona en forma ininterrumpida desde 2014 y es gestionada de forma conjunta con la Unidad de Animación Sociocultural del Gobierno de Canelones, en la cual nos proponemos acercar el conocimiento histórico a través de estrategias y dinámicas lúdicas planificadas específicamente para el grupo destinatario de la propuesta.

La propuesta de ludoteca es para **todas las edades, gratuita** y funciona coordinando a través de agenda por el teléfono 2294 47 10, al correo casadeartigas.centrocultural@gmail.com o bien haciendo su solicitud a través de https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeOz48wKv4GApHtEkv8ldM8FzSfj6LpEzi4uhDf2Dr4vJXEig/viewform?usp=sf_link

En esta oportunidad queremos invitarles a acompañarnos a visitar el espacio, transitar por las diferentes propuestas, la propuesta de ludoteca, así como también la visita al espacio y al Museo Casa de Artigas, a sus colecciones permanentes y a las muestras itinerantes de artistas y sus más diversas expresiones.





RECOMENDACIONES DE LA SOCIEDAD URUGUAYA DE GERONTOLOGIA Y GERIATRIA
EN RELACION A LA VACUNACION COVID -19
ENERO 2024

La COVID-19 sigue siendo a nivel mundial un problema de salud pública.

Las personas mayores, las que tienen comorbilidades, y los inmunodeprimidos son los que tienen mayor riesgo.

La mejor herramienta que tenemos para disminuir el riesgo de enfermedad grave y muerte es la vacuna. En nuestro país esta disponible y accesible.

La vacuna utilizada en esta ocasión es una actualización de la vacuna utilizada anteriormente, que emplea la misma tecnología de ARN mensajero.

En cuanto a los efectos adversos que puede provocar, los más comunes son cefalea, diarrea, artralgias, mialgias, fiebre, astenia, dolor en el sitio de inyección.

Puede ser administrada en conjunto con otras vacunas del esquema regular. Se sugiere administrarla en brazos diferentes.

En caso de presentar sintomatología respiratoria y/o infecciosas postergar la administración de la vacuna hasta consulta con el médico.

Esta contraindicada para personas que hayan presentado reacción alérgica grave previamente a una vacuna de ARN mensajero o alguno de los componentes de la vacuna (polietilenglicol y polisorbato 80).

POR TODO LO ANTES MENCIONADO LA SUGG RECOMIENDA ACOMPAÑAR EL PROTOCOLO Y CALENDARIO DE VACUNACION ESTIPULADO POR EL MSP.

(se adjunta link) <https://acrobat.adobe.com/link/review?uri=urn:aaid:scds:US:0398ec27-efb3-3dc3-bd34-82c0523bdacf>

COMISIÓN DIRECTIVA

e-mail: secretaria@sugg.org.uy
WWW.SUGG.ORG.UY

15 de marzo - Día Mundial del Sueño

Se celebra el viernes anterior al equinoccio de marzo o el **tercer viernes de marzo**, busca concientizar sobre la importancia de dormir bien para reducir el impacto de los trastornos del sueño en la salud.

Un sueño saludable se caracteriza por ser regular, de duración adecuada y de calidad óptima. Se recomienda que los adultos duerman entre siete y ocho horas, mientras que los niños necesitan más tiempo.



Mantener hábitos regulares de sueño facilita su consolidación y conciliación. Para lograr un sueño reparador, es importante mantener horarios regulares para dormir, evitar el uso de dispositivos electrónicos antes de dormir, no consumir bebidas con cafeína después de las 18:00, reservar la cama solo para dormir y evitar

dormir con mascotas.

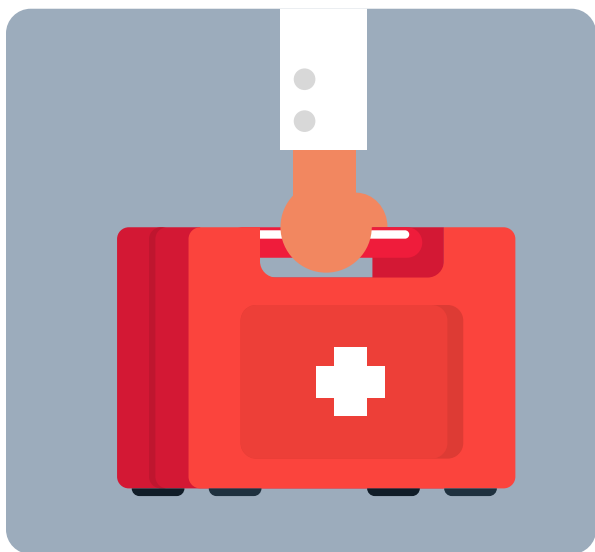
Los trastornos del sueño, como la privación crónica de sueño, son comunes y pueden ser causados por el trabajo por turnos, responsabilidades familiares, trastornos de salud, como la apnea de sueño, el insomnio y trastornos de movimiento durante el sueño.

Las siestas cortas pueden ayudar a la alerta cognitiva, pero las siestas prolongadas suelen causar más somnolencia. La siesta programada puede ayudar

a compensar la privación crónica del sueño, pero no del todo. En el caso del insomnio, no se recomienda descansar durante el día, ya que puede empeorar la condición.

Texto extraído de la página web del Ministerio de Salud Pública, Uruguay

Capacitación en Soporte Vital Básico y Primeros Auxilios



Como es de conocimiento de nuestros afiliados, nuestra sede cuenta con un desfibrilador externo automático (DEA), adquirido no sólo para atención de eventos cardíacos que puedan ocurrir dentro de la misma, sino que se encuentra además al servicio de la comunidad.

El pasado 1ro de febrero, se realizó un curso, a cargo de personal del SUAT, para volver a entrenar al personal en el uso del DEA,

agregándose en esta oportunidad una parte dedicada a primeros auxilios.

Participaron funcionarios, profesionales que trabajan en la institución, algunos coordinadores de talleres y algún directivo. El Soporte Vital básico es el conjunto de maniobras que se deben realizar desde el reconocimiento de una muerte súbita hasta la llegada del equipo médico, período fundamental para lograr la sobrevivencia del paciente. El curso incluyó: reconocimiento de Paro Cardiorrespiratorio, activación del sistema de asistencia de emergencia, reanimación Cardiopulmonar, práctica con maniqués simuladores, importancia y utilización del Desfibrilador Externo Automático

En lo que respecta a primeros auxilios, se vieron temas como: obstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño, sangrados, quemaduras, dolor en el pecho, desmayo, convulsiones, entre otros.

Es preocupación permanente de nuestra institución procurar el bienestar y seguridad de afiliados y demás personas que se encuentren en la sede.

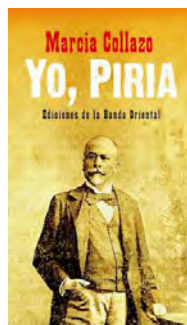
Novedades de Biblioteca

Título: *La Felicidad*
Autor: Gabriel Rolón
Categoría: Psicología



En su nuevo libro, Gabriel Rolón nos propone desandar el camino. Desarticular lugares comunes y preconceptos para poner en evidencia qué se esconde más allá de esa ilusión que se vende como panacea y no es más que una trampa. Entre el Psicoanálisis y el arte, entre la filosofía y la literatura, despliega entonces su hoja de ruta, un mapa de lecturas que van de la mitología clásica a Byung-Chul Han, pasando por Freud, Lacan, Borges, Nietzsche, Schopenhauer, Einstein, Alejandro Dolina, Ana Frank, Bertrand Russell y Comte - Sponville, entre muchas otras.

Título: *Yo, Piria*
Autor: Marcia Collazo
Categoría: Novela - Biografías



“No me interesaba escribir un libro centrado en el Piria *empresario*: no me interesan quienes se ven movidos por el resplandor del oro y fortunas colosales”, dice Marcia Collazo en la introducción. “Pero, después de muchísimas lecturas, pude descubrir que - más allá del notable “Argentino Hotel” de Piriápolis, su realización hoy más conocida - se escondía una personalidad compleja, muy interesante, testimonio vivo de un Montevideo del siglo XIX y albores del XX”.

Título: *El precio de una traición*
Autor: Diego Fischer
Categoría: Narrativa - Historia



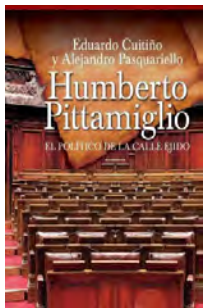
En el precio de una traición Diego Fischer traza un retrato ineludible de la Defensa de Paysandú, un hecho clave y removedor del Uruguay del siglo XIX. Luego de una profunda investigación, en la accedió a valiosos documentos inéditos del archivo del Almirante Tamandaré.

Título: *En la larga noche*
Autor: Jaime Clara
Categoría: Novela Contemporánea



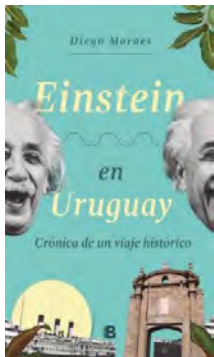
El autor, Jaime Clara, con larga trayectoria como periodista de radio, nos une con estos personajes a través de las distancias y de la larga noche. Ofrece una mirada sobre los avatares grandes y pequeños, sobre nuestra manera de recibirlos y usarlos para construir nuestra vida.





Título: *Humberto Pittamiglio*
Autor: *Eduardo Cuitiño y Alejandro Pasquariello*
Categoría: *Memorias - historia*

Este trabajo de investigación reproduce y documenta la vida política de Humberto Pittamiglio a través de transcripciones inéditas de sesiones parlamentarias, notas de prensa e imágenes de la época, desde sus comienzos hasta su abrupto alejamiento del gobierno, ayudando a reconstruir dicha trayectoria a partir de fuentes sólidas, y despejar, si acaso, una de sus tantas incógnitas.



Título: *Einstein en Uruguay*
Autor: *Diego Moraes*
Categoría: *ensayo*

En 1925 el famoso físico alemán Albert Einstein realizó una histórica visita al Uruguay. Recuerda el momento más famoso de aquella visita: el célebre encuentro mantenido en ese mismo sitio entre Einstein y el filósofo Carlos Vaz Ferreira. Sin embargo, es poco más lo que se conoce, en términos generales. ¿Qué vino a hacer Einstein al Uruguay? ¿qué opinión guardó luego de su paso por estas tierras? Estas son solo algunas de las preguntas que este libro aspira a responder.



Título: *CIAO ¡NAPOLITANO!*
Autor: *Juan Grompone*
Categoría: *novela - policial*

La llegada del acorazado Graf Spee a Montevideo, a fines de 1939, desencadena una aventura de espionaje que envuelve a los protagonistas en una acción a lo largo de todo el país. Un mensaje cifrado puede tener la respuesta a muchas preguntas. Una historia del Uruguay en la época de la Segunda Guerra Mundial que le atraparás desde el primer momento.



Título: *Más allá del invierno*
Autor: *Isabel Allende*
Categoría: *Novela - fantasía*

Más allá del invierno es una de las historias más personales de Isabel Allende: una obra absolutamente actual que aborda la realidad de la emigración y la identidad de la América de hoy a través de unos personajes que encuentran la esperanza en el amor y en las segundas oportunidades.

Les recordamos que nuestra biblioteca cuenta con más de 3.900 ejemplares de las más variadas temáticas. Los invitamos a visitarla.

Agradecemos la donación de parte de la **Dra. Esperanza Rabellino e integrantes del taller de Escritura Avanzada**, de un ejemplar del libro "XII Concurso de Cuentos de Personas Mayores" (Historias de la escuela), organizado por la Intendencia de Montevideo en noviembre del 2023.

Marzo mes de la Mujer Mes de Escritoras



Isabel Allende
Lima, Perú

“A mi madre, mi abuela y las otras extraordinarias mujeres de esta historia.”
(La casa de los espíritus)



Claudia Amengual
Montevideo, Uruguay

“Tantos años de seguridad, tanto orden, y ahora necesitaba de esa incertidumbre con la que empezaba cada día.”
(Desde las cenizas)



Gioconda Belli
Managua, Nicaragua

“Mezcla de veneno y miel. Toda ella es una tela confusa, un brazo que dijera adiós, que amara y odiara a un tiempo.”
(La mujer habitada)



Rosa Montero
Madrid, España

“Disfruta de la vida mientras puedas. De acuerdo, lo intentaré. A pesar de la pérdida y de la traición, y de los pánicos nocturnos, y del horror que acecha. Pero como dice Félix, siempre existe la belleza.”
(La hija del Caníbal)



Todos ellos, los podrá encontrar en nuestra biblioteca...



Para la OMS, la soledad es un problema de salud pública; ¿Cómo afrontar el aislamiento?

(*) Agustina Saviotti

Desde noviembre de 2022, la OMS (Organización Mundial de la Salud) trabaja en una Comisión de Conexión Social creada para abordar, durante los siguientes tres años, lo que llama "una epidemia global de soledad". Según la noticia, publicada en el sitio VivaBem, el organismo estima que una de cada cuatro personas mayores está aislada y que entre el 5% y el 15% de los adolescentes sufren falta de vínculos sociales. La institución afirma que las tasas son similares en todas las regiones.

El grupo formado por 11 representantes de diferentes países analiza investigaciones recientes que vinculan la conexión social con la mejora de los indicadores de bienestar y salud y desarrollarán estrategias para mitigar esta "amenaza urgente para la salud". Para la OMS, el problema debe verse como una cuestión de salud pública. El programa nació en un contexto post pandemia, que empeoró la dinámica de las relaciones sociales en todo el mundo debido a la necesidad sanitaria del aislamiento.



Estatua de Eric Morecambe, Reino Unido

"Dadas las profundas consecuencias que la soledad y el aislamiento tienen en el ámbito social y sanitario, tenemos la obligación de invertir en la reconstrucción del tejido social de la misma manera que lo hemos hecho para abordar otros problemas de salud globales, como el consumo de tabaco, la obesidad y las crisis de adicciones", dijo Vivek Murthy, vicepresidente de la comisión y cirujano general de Estados Unidos, en el anuncio de la creación del grupo, el 15 de noviembre.

Amenaza al cuerpo y la mente

La OMS compara los efectos de la falta de

socialización con otros factores de riesgo como el consumo excesivo de alcohol, la inactividad física, la obesidad y la contaminación del aire.

Las investigaciones muestran que la soledad incide en enfermedades físicas (aumento de accidente cerebro vascular y ataque cardíaco, 30%) así como trastornos mentales (demencia, 50%).

Dado que el aislamiento algunas veces no depende exclusivamente de una decisión propia, debemos buscar alternativas para mitigar su efecto, por eso la comunidad científica recomienda:

Mantente en movimiento.- Además de evitar el sedentarismo y asegurar buenas dosis de endorfinas, realizar actividad física es una excelente manera de conectar con diferentes personas; elige modalidades que se puedan practicar en grupo y de forma recreativa, como caminatas, pilates o yoga, por ejemplo.

Encuentra tu clase. - Sea cual sea tu interés, busca grupo un grupo de personas que lo practique. Voluntariado, observación de aves, jardinería, lectura de textos, clubes de escritura, etc. Todo vale para sentirse en comunidad.

Cultiva amistades.- Las amistades son relaciones que dependen del compromiso mutuo. No esperes sólo a que la otra persona te invite a algo, toma la iniciativa. Incluso si tus amigos viven lejos, vale la pena enviar un mensaje, llamar o realizar una videollamada.

Ejercita tu mente.- Estimular diariamente nuestras facultades mentales, con ejercicios que refuercen la agilidad y la memoria, es fundamental en todas las edades, y en la etapa senior, mayor aun. Crucigramas, sopas de letras y otros pasatiempos ayudan, pero prolongan la soledad. Por eso integrar grupos de estimulación cognitiva fomenta la socialización, además de ser más entretenidos y productivos.

Cualquiera sea la forma que elijas, lo importante es socializar, estar activo y buscar fuentes de estimulación permanente.

* Docente de Gimnasia Mental en la AACJPU

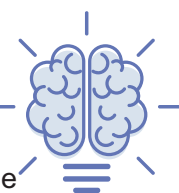
¿QUE ES LA GIMNASIA MENTAL?



Es una disciplina de entrenamiento y estimulación intelectual. Surge a partir de las recomendaciones neurocientíficas sobre el funcionamiento del cerebro y se aplica en forma sistemática y metódica, al igual que los programas preventivos y recreativos de salud física.

¿CÓMO SE ENTRENA?

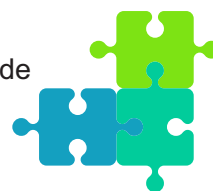
- La mente puede entrenarse de diversas formas. Las más efectivas se enfocan desde lo recreativo, lo lúdico y lo entretenido. Usamos juegos, tarjetas, fichas y materiales propios de la Metodología IT, desarrollada en nuestro país, de comprobado respaldo y eficacia.



¿EN QUÉ CONSISTEN LOS EJERCICIOS?

- Son ejercicios variados y lúdicos; dinámicas de lenguaje, de cálculos simples, de conocimientos generales y de agilidad, que nos ayudan a mantener la atención y la concentración, a la vez que ejercitamos nuestra memoria en un ambiente ameno y divertido.

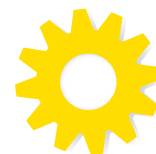
Se trabaja también sobre la capacidad de percepción, el desarrollo de la creatividad y el orden del pensamiento.



¿CUÁL ES LA MODALIDAD DE TRABAJO?

- Los participantes determinan sus preferencias y objetivos para las actividades, que se realizan en forma grupal, quienes se ven favorecidos por los aspectos socializadores de la actividad.

A lo largo de una sesión, se entrenan todas las habilidades intelectuales, se proponen ejercicios prácticos que luego los participantes podrán aplicar en forma individual y autónoma en sus hogares, así como también se entregan materiales que podrán servir de apoyo o para compartir con amigos y familiares.



¿QUIENES APLICAN LA METODOLOGÍA?

- Profesionales con experiencia y formación en áreas de la docencia, la recreación y la psicología.





INSCRIPCIONES CURSOS & TALLERES 2024



Para **Danzas Latinas y Gimnasia**, se exigirá carné de salud vigente o certificado médico emitido en el año **2024**

LA INSCRIPCION DE LOS NO SOCIOS TENDRA UN RECARGO DEL 20%.



FECHAS de INSCRIPCION & HORARIOS CURSOS

INSCRIPCION TELEFONICA DE 14:30 A 18:00 hrs

TELS. 2901 88 50 / 2900 76 57 - CELS. 096 899 555 / 097 420 421

FECHA INSCRIPCION

MATRICULA

HORARIO

Mauro Taranto **Mixta**

HISTORIA

Viernes 1° de marzo \$ 6.000 Miércoles 17:15 a 18:45

Mauro Taranto **Mixta**

HISTORIA DEL ARTE

Lunes 4 de marzo \$ 6.000 Miércoles 15:45 a 17:15

Rodolfo Pérez **Presencial**

INGLES BASICO

Martes 5 de marzo \$ 6.500 Viernes 16:30 a 17:30

Rodolfo Pérez **Zoom**

INGLES INTERMEDIO

Martes 5 de marzo \$ 6.500 Viernes 17:45 a 18:45

Antonio Mitro Strada **Presencial**

ITALIANO

Miércoles 6 de marzo \$ 6.500 Jueves 16:00 a 17:30

Cristina Alé **Presencial**

PORTUGUES AVANZADO

Miércoles 6 de marzo \$ 7.500 Miércoles 17:15 a 18:45

Cristina Alé **Presencial**

PORTUGUES BASICO

Miércoles 6 de marzo \$ 6.500 Miércoles 16:00 a 17:00

Lucía Lombardini **Presencial**

FRANCES BASICO

Jueves 7 de marzo \$ 6.500 Martes 11:00 a 12:00

Lucía Lombardini **Zoom**

FRANCES AVANZADO

Jueves 7 de marzo \$ 6.500 Miércoles 11:00 a 12:00

Rosario Mora **Presencial**

TAI CHI

Jueves 7 de marzo \$ 7.500 Martes y Jueves 11:00 a 12:00

Larissa Russo **Presencial**

TANGO

Viernes 8 de marzo \$ 7.500 Viernes 16:30 a 18:00

Daniel Jorysz **Presencial**

TEATRO

**Lunes 11 de marzo \$ 8.500 Martes 17:00 a 18:30
Jueves 14:00 a 15:30**

Inscripción fuera de plazo socios: **martes 12 de marzo**
Consulta cupos e inscripción no socios: **jueves 14 de marzo**

AGENDANOS EN WHATSAPP!



Para mantenerse al día con nuestras actividades e informaciones de interés, recordamos a nuestros socios la importancia de agendar nuestros números: 097 420 421 y 096 899 555
Al agendarnos, lograremos mejorar nuestras comunicaciones!
Por más asistencia, favor comunicarse con Administración.

REVISTA DIGITAL



¡A partir del mes de febrero, la revista está disponible en formato digital! Es una forma fácil, rápida (ya que recibirá el ejemplar los primeros días del mes), práctica y sostenible de mantenernos al tanto de las novedades. Ayudemos al planeta reduciendo el uso de papel, ¡Solicita tu ejemplar digital ahora mismo!" Los interesados comunicarse con la Administración por vía telefónica o por correo electrónico: acpu1@adinet.com.uy

CARTA A LOS LECTORES



¡Queridos lectores! A partir de este año, lanzamos la sección "**Cartas de los lectores**". Los interesados en enviar opiniones y comentarios podrán hacerlo a través de esta sección. Queremos escuchar sus experiencias, tanto positivas como situaciones que requieran atención, siempre en un marco de respeto y armonía.

Los textos deben respetar ciertas pautas: extensión máxima de **230 palabras**, formato del archivo: Word y letra Arial 11

Pueden enviarnos el material **antes del día 8 de cada mes** para que lo publiquemos en la próxima edición, a: apusecretaria2@gmail.com con nombre y documento del remitente. Las opiniones expresadas en las cartas serán responsabilidad exclusiva de sus autores, y La Revista de la Asociación no asumirá compromiso ni responsabilidad por dichos contenidos.
¡Esperamos sus cartas para compartir vuestras inquietudes!"

AREAS DE TRABAJO



Estamos en busca de socios comprometidos para formar parte de las diversas áreas de trabajo de la Asociación. ¿Te gustaría aportar tus conocimientos y experiencia para ayudar a asesorar a la Comisión Directiva en temas clave? Estas son algunas de las áreas donde puedes participar:

Área Socio-Cultural: Si te apasionan las actividades recreativas y de interés para los socios, aquí encontrarás varios subgrupos de trabajo, como: biblioteca, cultura y recreación, cursos y talleres, y turismo.

Área de Socios y Sede: Aquí se busca garantizar el bienestar de los afiliados en diferentes aspectos, incluyendo convenios, interior, salud y sede.

¡Tu participación es fundamental para el desarrollo y bienestar de la Asociación!
Para obtener más información sobre cómo contribuir, puedes escribirnos a: acpu1@adinet.com.uy

¡Esperamos contar con su valiosa colaboración!

SIGANOS EN NUESTRAS REDES



¿Quieres mantenerte al tanto de todas las novedades, eventos y actividades de la Asociación?

Te invitamos a seguirnos en nuestras redes sociales y visitar nuestro sitio web para estar conectados en todo momento:

Visita nuestro sitio web www.aacjpu.com para acceder a información detallada sobre nuestra asociación y los servicios que ofrecemos.



@aacjpu



@aacjpu.



@aacjpu

Únete a nuestra comunidad en línea!

CONVENIO CLUB L'AVENIR



Nuestros afiliados tendrán un 15% de descuento sobre el valor de la cuota vigente. Para acceder a este beneficio, será necesario un cupo mínimo de 15 afiliados inscriptos. Podrán utilizar todos los servicios brindados por el club. Se mantienen las clases de gimnasia y el uso de la sala de aparatos supervisados por docente, los días martes y jueves de 16 a 17:30 hrs.

Por informes e inscripciones, contactarse directamente con el Club L'Avenir:

Tel: 2900 86 54 - Dirección: Maldonado 1124, Montevideo

ÁREA SALUD – ENCUESTA 2024



Se informa a nuestros afiliados que en el mes de **Abril 2024**, el área de trabajo Salud de nuestra Asociación, realizará una encuesta a los afiliados para a través de ella, conocer su situación socio-sanitaria así como sus necesidades que serán insumos imprescindibles para elaborar un programa de actividades para el año que aborde las temáticas identificadas.

La misma les será remitida vía **WhatsApp**, en situaciones excepcionales, quienes no puedan acceder a su llenado y deseen hacerlo, comunicarse telefónicamente con la Asociación: **096 899 555 / 097420 421**



Aumento definitivo de las Jubilaciones y Pensiones 8,68%

Con los haberes de febrero se pagará la diferencia y la retroactividad respecto al provisorio 8,39% otorgado en el mes de enero



MEMORIA Y CONOCIMIENTOS GENERALES:

Mujeres que dejaron huella



Material creado por Agustina Saviotti

Te invitamos a que hagas un repaso en tu memoria y conocimientos de cultura general, y trates de recordar todas las mujeres que han dejado huella en la historia.

Mujeres que han sido referentes en sus respectivas áreas; que han cambiado el curso de la misma.

Te invitamos a que hagas este desafío, no sólo como un gran ejercicio de memoria y de cultura general, sino también de orden del pensamiento.

Responde lo siguiente: ¿De qué maneras

podrías organizar los nombres de las mujeres que vayas poniendo en tu lista?

Quizás por época, por ubicación geográfica... ¡por orden alfabético!

Una buena idea también sería "por áreas".

Te dejamos una lista de algunas categorías en las que seguramente encontrarás varias mujeres importantes.

Intenta completar cada una, y luego desafiate a encontrar nuevas. ¡Será también un ejercicio de creatividad!

- Salud • Ciencias • Causas humanitarias • Historia política • Realeza
- Arte: Literatura, Danza, • Pintura...

Aquí tienes algunos nombres que seguro colocaste en alguna de las categorías:

Maria Curie, Florence Nightingale, Madre Teresa de Calcuta, Rosa Parks, Ana Frank, Cleopatra, Reina Isabel, Lady Di, María Antonieta, Juana de Arco, Juana de Ibarbourni, Frida Kahlo

NUMEROS MOVEDIZOS

Resuelve las siguientes consignas, observando los cuadros que se encuentran debajo. Es un ejercicio de mucha atención y comprensión lectora.

5791

4334

7212

3828

6824

7597

5319

4925

- 1-Encuentra los dos cuadros que sus cuatro números suman lo mismo. Réstalos entre sí
- 2-De esos dos cuadros que encontraste, elige el que tiene el número mayor al comienzo, en el lugar de los miles. A ese cuadro réstale el único cuadro que es capicúa.
- 3- De los 5 cuadros que aún no has usado, elige los dos mayores y súmalos entre sí.
- 4-De los otros tres que aún no has usado, elige los dos que comienzan con el mismo número y réstalos entre sí.
- 5-Del único que está quedando aún sin usar, suma sus cuatro cifras. Si el resultado es el equivalente a la cantidad de días que hay en tres semanas, es que está todo muy bien!!

(Soluciones en la próxima edición)

ENTRETENIMIENTOS



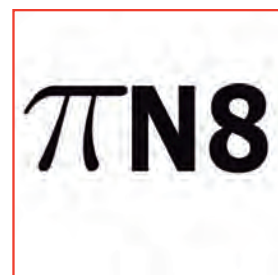
Resuelve los acertijos



1 - Antipática, falta de afabilidad.



2 - Sueltas, libres.



3 - Personaje de cuento.



4 - Para guardar cosas.



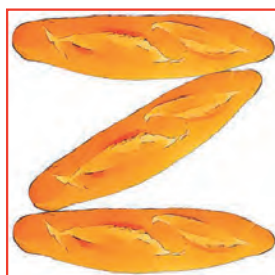
5 - Novela cuyo autor es italiano.



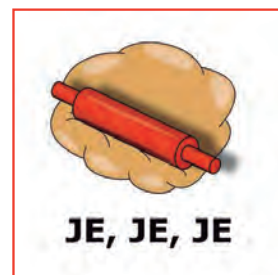
6 - Nombre de un insecto.



7 - Inquietud, susto o sobresalto.



8 - Fambre conocido como tocino.



9 - Frotamientos terapéuticos.

RESPUESTAS: 1-Aspera. 2 - Descadenados. 3 - Pinocho. 4 - Armario. 5 - El nombre de la rosa. 6 - Saltamontes. 7 - Alarma. 8 - Panceta. 9 - Masajes.

UN POCO de HUMOR



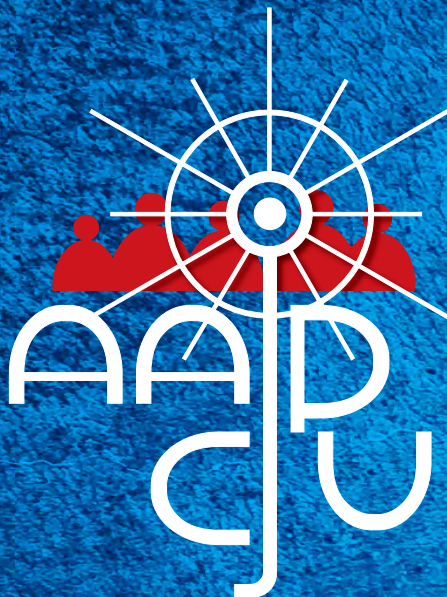
**¡CIELOS!
PESO LO MISMO
QUE UNA
PERSONA DE
DOS METROS
CUARENTA ...
¡TENGO QUE
CRECER
URGENTEMENTE!**

JUANCARLOS.©



La Revista

ES LA PUBLICACIÓN OFICIAL DE LA



ASOCIACIÓN DE AFILIADOS A LA CAJA DE JUBILACIONES Y PENSIONES DE PROFESIONALES UNIVERSITARIOS

Es una organización sin fines de lucro que:

- **Defiende los derechos de los socios.**
- **Fomenta vínculos de solidaridad profesional.**
- **Promueve eventos de extensión cultural.**
- **Es sede de encuentro de amigos, colegas y familiares.**
- **Realiza actividades de sociabilización mediante talleres grupales interactivos.**

¡ AFÍLIESE !

Dirección: Av. 18 de Julio 1268. Esc. 107.
Montevideo, Uruguay. **Código Postal:** 11.100.
Tel.: 29018850 • 29007657
acpu1@adinet.com.uy • www.aacjpu.com

La Revista es una publicación oficial de la AACJPU, de edición mensual (menos en el mes de enero de cada año) y de distribución gratuita entre los socios, organismos públicos, comisiones parlamentarias y otros interesados en la temática del los profesionales Universitarios. Es la continuación del Boletín de la AACJPU N° 261 de junio de 2014.

Diseño
Rodrigo Aicardi
Impresión
Gráfica Mosca
Tiraje: 4000 ejemplares