

POR NUESTRA SALUD



COLEGIO DE FARMACÉUTICOS
DE LA PROVINCIA DE SANTA FE
1ª Circunscripción



- Vacunate: El mejor plan para este invierno ■
- Calendario de Vacunación ■ Caída del cabello ■
- Planta medicinal: Árnica ■ Historia de salud familiar ■
- La página del pediatra ■ Comidas y dulzuras ■



**¡Para que tus defensas
estén más fuertes
que nunca!**



**¡Tu aliado para la
absorción de calcio y
un sistema óseo saludable!**



www.provefarma.com.ar

Servicio al Consumidor: 0810 444 5145 - Tel. 0342 4995292
3425240910 - info@provefarma.com.ar

El consumo de suplementos dietarios no reemplaza una dieta variada y equilibrada. Consulte a su médico y/o nutricionista



AÑO XXXII - N° 384
Abril de 2025

Propietario Colegio de
Farmacéuticos de la
Provincia de Santa Fe
1° Circunscripción.
Crespo 2837 - (3000) Santa Fe

Dirección:
Farm. Mirian MONASTEROLO

Producción y Redacción:
Farm. Ana M. GONZÁLEZ
Farm. María Rosa PAGANI

Colaboración:
Adriana GITRÓN

Diseño: **RIO de la PLATA**
SOLUCIONES/CREATIVAS
342 6 109910

Impresión:
Imprenta LUX S.A.
Hipólito Yrigoyen 2463
(3000) Santa Fe

Fuente:
La información general
proporcionada en los artículos
que se mencionan en el temario,
es extraída del Sistema de
Información de
Medicamentos (SIM) del
Colegio de Farmacéuticos
de la Prov. de Santa Fe, 1° C.
Página web:
www.colfarsfe.org.ar
f Colegio de Farmacéuticos
de Santa Fe, 1ra Circunscripción

Registro de la Propiedad
Intelectual 66554640



Vacunate
El mejor plan
para este invierno

4

5 **Calendario**
de Vacunación



Caída del cabello
QR + Info

6

9 **Planta medicinal**
Árnica



Salud familiar
Antecedentes

12

14 **Los abuelos**
dejan huella
La página del pediatra



Entretenimiento - Humor
Variedades

16

18 **Comidas y dulzuras**
Rosca de Pascua



*Es una publicación del Colegio de Farmacéuticos
de la Provincia de Santa Fe, 1° Circunscripción, producida por su
Dpto. de Actualización Profesional (DAP) para ser distribuida en farmacias.*

9 de Julio 2967 - (3000) Santa Fe - Tel.: (0342) 410-1054

TIRADA: 25.000 EJEMPLARES

GESTIÓN PUBLICITARIA: 9 de Julio 2967 - Tel.: (0342) 410-1054

Correo electrónico: dap@colfarsfe.org.ar

Publicación auspiciada por la Subdirección de Medicamentos y Tecnologías Farmacéuticas, y la
Dirección de Promoción y Prevención de la Salud del Ministerio de Salud de la Provincia de Santa Fe.

El mensaje y contenido de los anuncios publicitarios no son responsabilidad del Colegio de Farmacéuticos
de la Provincia de Santa Fe, 1° Circunscripción, a menos que así se especifique.

El farmacéutico, un aliado de tu salud

VACUNATE

EL MEJOR PLAN PARA ESTE INVIERNO



Es muy importante proteger contra la gripe, la COVID-19 y la neumonía a las personas de 60 o más años de edad y a la población vulnerable. Consulte con su médico o farmacéutico.

10 Motivos para vacunarte frente a infecciones respiratorias

- 1** La composición de la vacuna contra la gripe varía cada año y se actualiza con los virus circulantes en la última temporada.
- 2** Hay vacunas contra la gripe más potentes para personas mayores de 65 años.
- 3** La inmunidad frente a la COVID-19, tanto la adquirida por enfermedad como por vacunación, decae con el tiempo.
- 4** La población en la que está recomendada la dosis estacional contra la COVID-19 es casi la misma que en la que está recomendada la vacuna antigripal. Las dos vacunas se pueden administrar el mismo día en sitios diferentes del cuerpo.
- 5** La coinfección con el virus de la gripe y el virus de la COVID-19 puede ser más grave que cada una de las infecciones por separado.
- 6** La aplicación de la vacuna contra el neumococo es muy importante a partir de los 65 años de edad y en grupos de riesgo. Si nunca te vacunaste, infórmate. También se puede administrar junto con las vacunas contra la gripe y la COVID-19.
- 7** Las embarazadas deben recibir la vacuna antigripal en cualquier momento de la gestación, al igual que la vacuna contra la COVID-19; la vacuna triple bacteriana acelular (dTpa) a partir de la semana 20 en cada embarazo y la vacuna contra el virus sincicial respiratorio entre la semana 32 y 36 de la gestación.
- 8** La vacunación de la embarazada, tanto frente a la gripe como frente a la COVID-19, es doblemente importante, ya que protege a la madre y a su bebé.
- 9** En el caso de los profesionales sanitarios, las vacunas no solo los protegen a ellos, sino también a los pacientes a los que atienden.
- 10** Los niños sufren tanta o más gripe que los mayores de 65 años. Los menores de 5 años de edad, especialmente los que son menores de 2, y los niños de cualquier edad con ciertas condiciones médicas crónicas, tienen mayor riesgo de presentar complicaciones, por la gripe, potencialmente graves.

CALENDARIO DE VACUNACIÓN

Recién Nacido	2 Meses	3 Meses	4 Meses	5 Meses	6 Meses	12 Meses	15 Meses	18 Meses	24 Meses	5 Años	11 Años	ADULTOS
												
HEPATITIS "B" Dosis Neonatal (1)	QUINTUPLE Hib DPT HB 1ª Dosis (3)	QUINTUPLE Hib DPT HB 2ª Dosis (4)	QUINTUPLE Hib DPT HB 3ª Dosis (5)	QUINTUPLE Hib DPT HB 4ª Dosis (6)	QUINTUPLE Hib DPT HB 5ª Dosis (7)	TRIPLE VIRAL SRP 1ª Dosis (6)	VARICELA 1ª Dosis (15)	QUINTUPLE Hib DPT HB 1ª Refuerzo (18)	TRIPLE VIRAL SRP 2ª Dosis (24)	TRIPLE VIRAL SRP 3ª Dosis (5)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (11)	DOBLE BACTERIANA dT 1ª Dosis (12)
BCG Única Dosis (2)	NEUMOCOCCO Conjugada 1ª Dosis (4)	NEUMOCOCCO Conjugada 2ª Dosis (5)	NEUMOCOCCO Conjugada 3ª Dosis (6)	NEUMOCOCCO Conjugada 4ª Dosis (7)	NEUMOCOCCO Conjugada 5ª Dosis (8)	TRIPLE VIRAL SRP 1ª Dosis (6)	VARICELA 2ª Dosis (16)	QUINTUPLE Hib DPT HB 2ª Refuerzo (24)	TRIPLE VIRAL SRP 4ª Dosis (5)	TRIPLE VIRAL SRP 5ª Dosis (6)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (12)	SRP o SR Iniciar o completar esquema (13)
POLIO 1ª Dosis (5)	POLIO 2ª Dosis (5)	POLIO 3ª Dosis (5)	POLIO 4ª Dosis (5)	POLIO 5ª Dosis (5)	POLIO 6ª Dosis (5)	HEPATITIS "A" Única Dosis (12)	HEPATITIS "A" Única Dosis (15)	HEPATITIS "A" Única Dosis (18)	HEPATITIS "A" Única Dosis (24)	HEPATITIS "A" Única Dosis (24)	HEPATITIS "A" Única Dosis (24)	HEPATITIS "A" Única Dosis (24)
ROTAVIRUS 1ª Dosis (5)	ROTAVIRUS 2ª Dosis (5)	ROTAVIRUS 3ª Dosis (5)	ROTAVIRUS 4ª Dosis (5)	ROTAVIRUS 5ª Dosis (5)	ROTAVIRUS 6ª Dosis (5)	GRUPE 1ª Dosis (12)	GRUPE 2ª Dosis (15)	GRUPE 3ª Dosis (18)	GRUPE 4ª Dosis (24)	GRUPE 5ª Dosis (24)	GRUPE 6ª Dosis (24)	GRUPE 7ª Dosis (24)
EMBARAZO:	GRUPE 1ª Dosis (12)	GRUPE 2ª Dosis (15)	GRUPE 3ª Dosis (18)	GRUPE 4ª Dosis (24)	GRUPE 5ª Dosis (24)	GRUPE 6ª Dosis (24)	GRUPE 7ª Dosis (24)	GRUPE 8ª Dosis (24)	GRUPE 9ª Dosis (24)	GRUPE 10ª Dosis (24)	GRUPE 11ª Dosis (24)	GRUPE 12ª Dosis (24)
PERSONAL DE SALUD:	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (5)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (6)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (7)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (8)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (9)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (10)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (11)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (12)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (13)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (14)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (15)	HEPATITIS "B" Iniciar o completar esquema (16)
FIEBRE AMARILLA:	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (9)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (10)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (11)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (12)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (13)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (14)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (15)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (16)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (17)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (18)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (19)	FIEBRE AMARILLA Única Dosis (20)
FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA:	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (9)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (10)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (11)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (12)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (13)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (14)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (15)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (16)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (17)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (18)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (19)	FIEBRE HEMORRÁGICA ARGENTINA Única Dosis (20)

QR + Info

más información de actualidad

¿QUÉ CAUSA LA CAÍDA EXCESIVA DEL CABELLO?

Existen diversas causas de este problema. Es muy importante conocerlas porque al tratarlas o eliminarlas se puede solucionar.



Normalmente se pierden cerca de 100 cabellos por día que, en la mayoría de las personas, vuelven a crecer. Pero existen situaciones que pueden provocar una caída excesiva del cabello.

Envejecimiento: la pérdida del pelo es habitual, más en los hombres que en las mujeres.

Tres o cuatro meses después de una enfermedad o cirugía mayor: la caída está relacionada con el estrés y es temporal.

Alteraciones hormonales: hipotiroidismo o hipertiroidismo; desequilibrio en las hormonas masculinas (andrógenos) o femeninas (estrógenos). Por lo general, esta pérdida disminuye con su tratamiento.

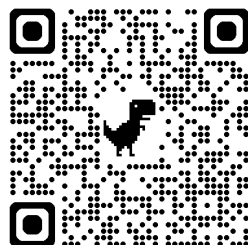
Unos meses después del embarazo: durante la gestación, los niveles altos de ciertas hormonas hacen que se conserve el cabello que normalmente se caería. Cuando las hormonas regresan a los niveles previos al embarazo, ese cabello se cae y el ciclo normal del pelo comienza de nuevo.

Medicamentos: anticoagulantes; medicamentos para la gota, el cáncer, la hipertensión arterial u otros problemas cardíacos; vitamina A (si se toma en exceso); anticonceptivos; antidepresivos. La pérdida del cabello se detiene cuando se suspende el tratamiento.

Infecciones: ciertos hongos en el cuero cabelludo pueden provocar la caída del cabello en adultos y niños.

Enfermedades subyacentes, como el lupus o la diabetes; el **estrés**, una **dieta baja en proteínas o vitaminas**, la **historia familiar de calvicie**, también son causas de este problema.

Al ingresar al código QR, podrás encontrar más información sobre este tema



DROGUERÍA

UniFAR



AL SERVICIO DE LOS
FARMACEUTICOS

1 INGRESÁ A UniFAR

2 REALIZÁ TU PEDIDO

3 RECIBILO EN TU FARMACIA

Droguería UniFAR está pensada para colaborar con las farmacias mediante su servicio de entrega de medicamentos en diferentes puntos de la provincia. Consúltenos.



Solicitud de Pedidos - Ingresar en la web de Droguería UniFAR

Consultas de pedidos y envíos: (0342) 410-1069 / 410-1070 - unifar@gestmed.com.ar

Consultas de administración y pago: (0342) 410-1065 - administracion@gestmed.com.ar

 InnovaNaturals

MAGNESIUM



- ✓ Ayuda a la **recuperación y relajación** muscular
- ✓ Ayuda a **reducir** la ansiedad y migrañas
- ✓ **Regulariza** el tránsito intestinal y **mejora** la digestión



 www.innovanaturals.com.ar  [innovanaturals.ar](https://www.instagram.com/innovanaturals.ar)

CIRCULO DE KINESIOLOGOS DE SANTA FE
SARMIENTO 3964 - SANTA FE - Cp3000
TEL: 0342-4551301
E-MAIL: coordinacion@circulokinessf.com.ar



CIRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. GRAL. OBLIGADO
PATRICIO DIEZ 1080 - RECONQUISTA - Cp3560
TE: 03482-428284
E-MAIL: cirkines@hotmail.com

CIRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. CASTELLANOS
ALMAFUERTE 78 - RAFAELA - Cp2300
TEL: 03492-437386
E-MAIL: kinesilogos@ciudad.com.ar



**POR INFORMACIÓN SOBRE LUGARES HABILITADOS
(CONSULTORIO, CENTROS Y PISCINAS DE KINESIOLOGÍA),
PROFESIONALES MATRICULADOS Y FORMADOS EN
TERAPIAS ESPECÍFICAS, CONSULTE AL COLEGIO Y/O
CÍRCULOS DE KINESIÓLOGOS DE SANTA FE 1ra.
CIRCUNSCRIPCIÓN.**



CIRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. LAS COLONIAS
AUFRANC 998
ESPERANZA - Cp3080
TEL: 03496-411202
E-MAIL: kinesiologoslascalonias@yahoo.com.ar

CIRCULO DE PROFESIONALES DE LA REHAB. DPTO.
SAN MARTÍN
Av. Jorge Ortiz 1978 - SAN JORGE - CP 2452
TEL: 03406-442551
E-MAIL: cprsm@hotmail.com - www.cprsm.org.ar

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS Y FISIOTERAPEUTAS

"Los kinesiólogos son los únicos profesionales matriculados y legalmente habilitados para brindarle un tratamiento adecuado."

Auxiliares en kinesiología, esteticistas, masajistas, masoterapeutas, etc.. No son títulos reconocidos para trabajar en salud. Ante la duda consúltenos, su salud nos importa.

COLEGIO DE KINESIÓLOGOS Y FISIOTERAPEUTAS

Av. Rivadavia 2553 Local 73 | CP: 3000 - Santa Fe | TEL: 0342 452-8425
e-mail: info@kinesiologossantafe.com.ar | www.kinesiologossantafe.com.ar

Planta Medicinal

ÁRNICA

Arnica montana L.

Se la conoce también con los nombres de tabaco de montaña, betónica de la montaña.



CARACTERÍSTICAS

A. montana pertenece a la familia de las Asteráceas; es originaria de Europa central y meridional, Asia central y América del Norte; se encuentra en zonas montañosas, praderas y turberas.

Es una planta aromática, perenne, presenta una altura entre 20 y 60 cm. Posee un rizoma corto, no ramificado. Su tallo es erguido, tomentoso, con pocas ramas, en cuya base se ubica una roseta de hojas lanceoladas, extendidas sobre el suelo, algo vellosas en su haz. Las hojas superiores son opuestas, con forma de lanza y más pequeñas, lo que es una excepción dentro de las Asteráceas. Las flores son de color amarillo (a veces anaranjadas), liguladas las periféricas y flosculosas (los pétalos soldados en forma de tubo) las demás; están ubicadas en capítulo terminal; hacen su aparición hacia mediados del verano y principios del otoño. El fruto es un aquenio de color pardo, tiene un vilano rugoso de una sola pieza que se abre en condiciones secas.

En la medicina popular se usa el capítulo floral y, ocasionalmente, el rizoma.

COMPONENTES

Lactonas sesquiterpénicas (helenalina, dihidrohelenalina), otros alcoholes terpénicos (arnidiol), aceite esencial (rico en terpenos, timol), flavonoides, cumarinas, carotenoides, alcaloides de pirrolizidina, ácidos fenólicos, oligosacáridos y lignanos.

PROPIEDADES

Las más reconocidas y estudiadas son:

- analgésica,
- antiinflamatoria,
- antimicrobiana,
- inmunoestimulante,
- antiagregante plaquetaria.

USOS DE ÁRNICA

A. montana es empleada popularmente en forma de pomada, crema o gel para aliviar contusiones, golpes, dolores articulares y hematomas. Diferentes ensayos han comprobado su eficacia en estas afecciones.

La tintura diluida en cuatro partes de agua es utilizada para tratar moretones, torceduras y lastimaduras (sin herida abierta). La tintura a mayor dilución se puede usar para realizar buches y gárgaras en caso de amigdalitis, anginas e inflamaciones de la mucosa oral.

Esta planta se emplea en forma tópica para el tratamiento del dolor en afecciones médicas, diferentes a las ya mencionadas. Es útil en caso de dolor neurálgico tras un brote de herpes. También se usa para tratar sabañones y picaduras de insectos.

Preparaciones con árnica aplicadas sobre el cuero cabelludo (lociones y champú), previenen la caída del cabello al estimular los folículos pilosos (mejoran el flujo sanguíneo local); además, se emplean como anticáspa.

A. montana se utiliza como saborizante en alimentos y bebidas.



PRECAUCIONES

No administrar durante el embarazo ni la lactancia. Tampoco usar en casos de heridas abiertas, en piel lastimada o dermatitis.

No aplicar árnica, si aparece un sarpullido en la piel.

Salvo en forma homeopática, no se recomienda ningún uso por vía oral, debido a su alto potencial de toxicidad.

CURIOSIDADES

Su nombre proviene de una palabra griega que significa estornudar ya que sus flores y raíz, al tener olor fuerte, provocan este efecto. Otros autores consideran que su nombre deriva de la palabra griega “arnakis” que significa “piel de cordero”, por la textura suave de sus hojas.

Junto a la caléndula, se empleaba en la elaboración de pomadas para cicatrizar las heridas de los gladiadores en los circos romanos.

Colaboración: Farm. Vanesa A. Marega

RECUERDE: el uso de plantas medicinales no debe ser motivo de retraso a la consulta médica. Tampoco debe reemplazar la medicación prescrita por el médico. Cuando consulte al médico, comuníquese si está utilizando hierbas medicinales.

SERVICIO INTEGRAL DE ENFERMERÍA Y ASISTENCIA AL ADULTO MAYOR



SANATORIO y DOMICILIO

- ♥ Equipo de Profesionales Matriculados
- ♥ Enfermeros/as
- ♥ Cuidadores/as
- ♥ Psicólogos
- ♥ Terapeuta Ocupacional
- ♥ Kinesiólogos
- ♥ Bioquímicos
- ♥ Nutricionista
- ♥ Podología para la tercera edad
- ♥ Unidad de traslado

CONTACTANOS

342 - 5089407



AYUDA A:

- © FORTALECER las defensas inmunológicas
- © FORTALECER el eje intestino-cerebro
- © CONTROLAR la glicemia y el peso corporal

CON LA BACTERIA
ANTIENVEJECIMIENTO
BACILLUS SUBTILIS
NATTO D6101



PROBIÓTICOS
KYOJIN®

**¡NUEVAS
PRESENTACIONES!**

GOTERO X 60 ML

GOTERO X 180 ML

CÁPSULAS X 30 + PREBIÓTICOS

CÁPSULAS X 120 + PREBIÓTICOS

CON PUBLICACIONES
CIENTÍFICAS
QUE LO RESPALDAN



DISTRIBUYE:

DRUGERIA
UniFAR

Suplementa dietas deficientes.
Consulte a su médico o farmacéutico

www.kyojin.com.ar

HISTORIA DE SALUD FAMILIAR

¿Por qué es importante conocerla?

La historia familiar de salud es un registro de información médica sobre una persona y sus parientes cercanos. Para ser completo requiere datos de tres generaciones de parientes: hijos, hermanos, padres, tíos, sobrinos, abuelos y primos.



Las familias tienen **antecedentes genéticos** similares y frecuentemente **ambientes y estilos de vida** semejantes. Juntos, estos factores dan pistas sobre las afecciones médicas que pueden ser hereditarias.

Con la historia de salud familiar se puede identificar a las personas con una mayor probabilidad de tener trastornos comunes entre ellas, como enfermedades cardíacas y vasculares, ciertos tipos de cáncer y diabetes tipo 2. También provee información sobre el riesgo de enfermedades más raras causadas por variaciones (mutaciones) en un gen, como la fibrosis quística.

Tener familiares con una afección no significa que una persona definitivamente desarrollará la enfermedad. Además, una persona sin antecedentes familiares de un trastorno aún puede estar en riesgo de desarrollarlo.

Conocer la historia familiar de salud permite **tomar medidas para reducir riesgos**. Los cambios en el estilo de vida (dieta saludable, actividad física con regularidad, dejar de fumar) ayudan sobre todo a personas con altas probabilidades de desarrollar enfermedades cardíacas y otras afecciones comunes.

Los profesionales de la salud pueden recomendar exámenes o pruebas regulares a quienes tengan antecedentes familiares de ciertas enfermedades; por ejemplo, para algunos tipos de cáncer, pueden recomendar exámenes de detección (mamografía, colonoscopia) más frecuentes, a más temprana edad.

Es importante conocer qué problemas de salud tienen o han tenido los familiares y compartir la información con el médico o farmacéutico.



LABORATORIO BIOQUÍMICO

Bioq. Pujato Emiliano

ENVÍA TU
ORDEN AL
WHATSAPP

- Análisis clínicos •Hormonas y Vitaminas •Bacteriología
- Plasma rico en plaquetas •Colirios autólogos •Otros análisis



342 477-9474



Luciano Torrent 2559

OBRAS SOCIALES - PARTICULARES - EXTRACCIONES A DOMICILIO

DUBNER MÄCHTIGH BALSAM

Un SUPLEMENTO DIETARIO que colabora en:

- Digestiones lentas
- Flatulencias
- Cólicos intestinales
- Trastornos hepáticos
- Vesícula perezosa
- Dolores reumáticos
- Dolores neurálgicos
- Dolores menstruales
- Dolores de cabeza
- Ansiedad

Mezcla de extractos de 11 hierbas y vitamina C:

- ALCACHOFA
- CANELA
- CARQUEJA
- CEDRÓN
- HINOJO
- CÚRCUMA
- JENGIBRE
- DIENTE DE LEÓN
- LAPACHO
- LUCERA
- MARCELA
- + VITAMINA C



**Chilcas
Laboratorio**



343-7553110



laboratoriochilcas@gmail.com



chilcaslaboratorio



Chilcas Lab

www.chilcaslaboratorio.com



De la Grossmutter"



La página del pediatra

Dr. Raúl Nessier

LOS
ABUELOS
DEJAN
HUELLA

Los abuelos/as son seres que constituyen una parte esencial de nuestras vidas... son cuidadores, maestros, consejeros, compañeros de juegos, amigos, fuentes de sabiduría y experiencias.

Ellos representan un pilar fundamental en la familia, ya que acompañan a los nietos en su desarrollo y les transmiten valores, tradición y cultura; les brindan cariño, comprensión, tranquilidad, estabilidad y apoyo emocional; fortalecen su autoestima, creatividad, autonomía y sentido de pertenencia familiar pero, sobre todo, los abuelos son sinónimo de AMOR INCONDICIONAL.

Los estudios científicos aseguran que crecer junto al cariño de los abuelos hace a los niños más sensibles y felices, y a los abuelos más plenos al sentirse “necesarios” en esta etapa de su vida.

*Las abuelas
sostienen nuestras
manos por un ratito,
pero nuestro corazón
durante toda la vida.*



Aunque el tiempo compartido sea diario, semanal u ocasional (por ejemplo en vacaciones) cuando abuelos y nietos viven lejos, cada momento compartido llega a ser un “viaje al fondo del corazón”... **un espacio-tiempo de eternidad en que se encuentran el recuerdo de viejas historias y la sorpresa de nuevos descubrimientos.**

El vínculo entre abuelos y nietos es muy especial; existe mucho cariño y complicidad mutua, y tiene una gran importancia para toda la familia.

Todos necesitamos alguna vez de un cómplice que nos ayude a usar el corazón.

Mario Benedetti



La mayoría de nosotros recordamos a nuestros abuelos, lo que hemos aprendido de ellos y el amor con el que nos cuidaron y ayudaron cuando los necesitamos.

Entre abuelos y nietos se suelen crear lazos emocionales únicos y muy fuertes que permanecen durante toda la vida, y más allá.

De chicos fueron parte de nuestras vivencias, de grandes los seguimos sintiendo a nuestro lado, porque como dice el pediatra cordobés Enrique Orschanski:

**“LOS ABUELOS NUNCA MUEREN,
SOLO SE HACEN INVISIBLES.”**

Esta página quiere estar atenta a las inquietudes de los lectores, por lo que los invita a hacer preguntas o sugerir temas de su interés. Envíenos su propuesta a: raulnessier@hotmail.com

Hasta la Próxima



Para hacer un alto

**"De tanto esperar los viernes, se te olvidó vivir los martes.
De tanto esperar el sol, se te olvidó disfrutar de la lluvia.
De tanto soñar con vacaciones, se te olvidó que cada día tiene su magia.
No, la vida no es corta, da para mucho. Pero la pasas esperando."**

Fernando Medina

Entretenimiento

A PENSAR...

1. ¿Qué es aquello que tiene pico y no come?
2. SACO es a ASCO lo que 7683 es a...
3. Qué grupo continúa la siguiente serie: 2Z3, 4Y5, 6X7...

La solución la encontrarás en la página 18.



Humor



TALLER DE ENTRENAMIENTO COGNITIVO



Agustina Rebecchi
LIC. EN PSICOLOGÍA - M2236



DOS GRUPOS

Miércoles de 16:00 a 17:30 y de 18:00 a 19:30

para personas mayores

Contacto:

342 538-8066

Av. Galicia 2176 - Casa Sorellina



URGENCIAS ODONTOLÓGICAS

Lunes a Jueves de **22 a 4 h**
Viernes a partir de las **22 h**
Sábados, Domingos y Feriados las **24 h**

**Atención sin cargo para
los socios del D.O.S.**

CIRCULO ODONTOLOGICO SANTAFESINO
EVA PERON (ex Catamarca) 2467 - 3000 SANTA FE

SERVICIO VETERINARIO **A DOMICILIO**



CRISTIAN LOPEZ
veterinario

CEL.: 342 6131922



 **InnovaNaturals**
Suplementación Natural de Avanzada



VITAMINA C

MULTIVITAMÍNICO

VITAMINA B 12
METILCOBALAMINA

VITAMINA C PLUS
+ VITAMINA D + ZINC

VITAMINA K2 + D3

- ✓ Reforzá tus defensas
- ✓ Mejorá tu sistema inmune
- ✓ Mejorá tu calidad de vida

 www.innovanaturals.com.ar
 [innovanaturals.ar](https://www.instagram.com/innovanaturals)



Comidas y dulzuras

ROSCA DE PASCUA

Muy fácil de realizar...



INGREDIENTES

- 500 g de harina
- 1 sobre de levadura en polvo
- 80 g de azúcar
- 1 cdt. de ralladura de limón
- 2 huevos
- 2 yemas
- 100 ml de crema de leche
- 1 cdt. de agua de azahar
- 1 copita de cognac
- 2 cdtas. de esencia de vainilla
- 100 ml de leche

Para decorar: crema pastelera y cerezas en conserva

PREPARACION

Colocar en un bol, en forma de corona, la harina, la levadura en polvo, el azúcar y la ralladura de limón.

En el hueco central, agregar los huevos y las yemas e incorporar, mezclando con los dedos de la mano, la crema de leche, el agua de azahar, el cognac, la esencia de vainilla y la leche.

Amasar hasta formar un bollo de masa tierno, pero que no se pegue en la mesada. Dejar leudar hasta que duplique el volumen, en un recipiente tapado.

Extender la masa sin aplastarla y formar una corona, colocarla en un molde savarín previamente enmantecado y enharinado y dejarla leudar nuevamente.

Cocinar a 180 °C, aproximadamente, durante 45 minutos o hasta que al introducir un palito en la masa, el mismo salga limpio.

Decorar con crema pastelera y cerezas.



TIPS

Otras dos alternativas de decoración:

■ Sobre la crema pastelera se puede colocar también huevos de pascua pequeños, nueces y/o almendras.

■ Recién sacada del horno pincelar la superficie con una reducción de mermelada y terminar la decoración con granas y unos hilos de chocolate cobertura.



1. La montaña
2. 6783. Se invierten los dos primeros dígitos, tanto en la palabra como en la cifra.
3. 8W9. Los números siguen una tendencia creciente mientras que la secuencia en las letras es inversa.

A PENSAR...

Respuesta del entretenimiento de la página 16

Omega 3



Suplemento dietario a base de
Aceite de Pescado en cápsulas
Libre de gluten. SIN TACC



Beneficios

- Antiinflamatorio por excelencia
- Ayuda a mejorar la salud cardiovascular
- Ayuda a aliviar dolores (artritis, artrosis, reuma)
- Ayuda a nivelar el colesterol y a mejorar la memoria

- ✓ Sin mercurio
- ✓ Máxima concentración
- ✓ Máxima pureza
- ✓ Máximos resultados



VERIFICA
NUESTRAS CERTIFICACIONES
INTERNACIONALES IFOS Y GOED





BENEFICIOS ONLINE QUE TE AYUDAN A ESTAR BIEN

www.dsalud.com.ar



% ¡DISFRUTÁ INCREÍBLES OFERTAS EN PRODUCTOS DE PERFUMERÍA!



1. Chequeá
disponibilidad



2. Elegí
tu producto



3. Retíralo en
tu farmacia

NUEVAS PROMOCIONES



HASTA 40% DE DESCUENTO EN LAS MEJORES MARCAS



[beneficiosdsalud](https://www.instagram.com/beneficiosdsalud)



[beneficiosdsalud](https://www.facebook.com/beneficiosdsalud)



342-5026062

Un producto de:

FEFARA
FEDERACIÓN FARMACÉUTICA

Sello de la Farmacia

DÍAS DE TURNO DEL MES DE ABRIL

Do	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			