

El Gobierno redujo a seis la cantidad de medicamentos del Remediador y el programa alcanza al 40% de los nicoleños

El programa nacional de atención primaria otorgaba 128 remedios a centros de salud, pero ahora solo entregará seis para enfermedades cardiovasculares. "Estamos a la espera de programas nacionales o provinciales que brinden esta cobertura de medicamentos que quedaron afuera", advirtió la secretaria de Salud municipal, Mirna Bottazzi, quien sostuvo que Remediador alcanza a la población que no cuenta con una cobertura social. **En Foco 2**

Miércoles 21.10.2026 • 16 páginas • Año C • Nº 34.311 • www.diarioelnorte.com.ar

@diarioelnortesn    

● NUEVO RECHAZO

Jeremías Ramírez quedó más cerca de ir a juicio por las muertes de Miguel Arroyo y Carmen Montes

La Corte provincial declaró inadmisibile el recurso extraordinario contra la elevación a juicio de la causa por doble homicidio culposo agravado que involucra a Jeremías Ramírez. El joven, próximo a enjuiciamiento, conducía el vehículo que en 2022 provocó un choque múltiple. Producto del impacto, Carmen Montes murió en el acto y, un mes después, por causa de las heridas, se produjo el deceso de Miguel Arroyo. **Policiales 5**



● SAN NICOLÁS SE CONSOLIDA COMO NODO LOGÍSTICO PARA ABASTECER DE ARENA A VACA MUERTA

La petrolera YPF utiliza un corredor ferroviario que parte desde San Nicolás y llega hasta Palmira (Mendoza) para abastecer con arena de fractura a los yacimientos neuquinos. La operatoria amplía considerablemente una conexión que había comenzado en 2021 y ubica a la ciudad como un punto estratégico dentro de la cadena logística de Vaca Muerta, cuya demanda de arena podría duplicarse en los próximos años. **Local 3**

ECONOMÍA

Bockl advirtió por pymes que cierran y el empleo que se está perdiendo

El presidente de la Federación de Comercio e Industria manifestó preocupación por el mercado interno que no repunta. "Empresas referentes de nuestra región están ajustando sus costos", explicó Andrés Bockl. **Local 4**

POLÍTICA

Duro ataque de Milei a Lula, a días del balotaje con Bolsonaro

El Presidente citó una entrevista de su par brasileño para acusarlo de "machirulo". "Espero que su último truco de campaña sucia no incluya robarse la elección", señaló el primer mandatario argentino. La segunda vuelta tendrá lugar el domingo próximo. **Nacional 11**

COPA SUDAMERICANA

Boca Juniors ganó en Brasil y clasificó a la final

El Xeneize superó a Vasco da Gama por 3 a 1 en el Maracanã en gran actuación y logró su objetivo. Paredes, sobre el final, marcó el gol que le dio el boleto al choque decisivo a disputarse en Barranquilla. **Deportes 12**

SALUD EN ESPERA

El Gobierno redujo a seis los medicamentos de Remediar: desde Salud municipal esperan una nueva cobertura de insumos esenciales

El programa nacional de atención primaria otorgaba 128 remedios a centros de salud, pero ahora solo entregará seis para enfermedades cardiovasculares. “Estamos a la espera de programas nacionales o provinciales que brinden esta cobertura de medicamentos que quedaron afuera”, advirtió la secretaria de Salud de nuestra ciudad, Mirna Bottazzi, quien sostuvo que Remediar alcanza a un porcentaje aproximado del 35 o 40% de la población local que no tiene cobertura social.

De la Redacción de EL NORTE
redaccion@diarioelnorte.com.ar

El Gobierno nacional dispuso, a través de la Resolución 1447/26, la reducción de medicamentos contemplados en el programa Remediar, una política que nació en 2002 y entregaba activos directamente a casi seis mil centros de atención primaria de todo el país. Así, el Ministerio de Salud de la Nación pasará de entregar 128 remedios a tan solo seis; nómina integrada exclusivamente por medicamentos vinculados con la prevención y el tratamiento de enfermedades cardiovasculares.

Aunque la normativa no elimina expresamente el programa Remediar, modifica su esquema de provisión nacional y excluye del nuevo listado tratamientos utilizados para numerosas enfermedades habituales. Quedaron afuera medicamentos utilizados para diabetes, trastornos de tiroides, afecciones respiratorias, alergias y otros tratamientos frecuentes.

“Nosotros siempre hemos estado recibiendo Remediar, pero ya hace varios meses que no entregan. Aproximadamente hace dos meses que recibimos los últimos botiquines de dicho programa y hacía un año que no recibíamos nada”, consignó la secretaria de Salud Pública de nuestra ciudad, Mirna Bottazzi, quien indicó que de esta nueva disposición aún no tienen una comunicación específica por parte de la cartera sanitaria nacional.

Contexto en el cual, haciendo frente a los insumos que no llegan, sostuvo que el municipio compra insumos y medicamentos, recibiendo algunos desde programas como el Pro-diaba, de tratamiento de la diabetes. “Estamos a la espera de programas nacionales o provinciales que brinden esta cobertura de medicamentos que



“Hace dos meses que recibimos los últimos botiquines de Remediar y hacía un año que no recibíamos nada”, sostuvo la secretaria municipal de Salud.

quedaron afuera”, enfatizó.

En cuanto a los beneficiarios del programa Remediar, que ahora se ven afectados por la falta de medicamentos que antes contemplaba, la funcionaria sostuvo que “son todos los ciudadanos que no cuentan con cobertura social o aquellas que no pueden acceder por bajos ingresos”. “Es un porcentaje aproximado del 35 o 40% de nuestra población que hoy no cuenta con una cobertura social y, por lo tanto, necesita de los servicios de salud en

instituciones públicas”, agregó.

¿Qué medicamentos quedaron afuera?

Entre los principios activos que dejaron de integrar la nómina de Remediar aparecen la levotiroxina, utilizada para tratar trastornos de la tiroides; la metformina, indicada para pacientes con diabetes; la amoxicilina, uno de los antibióticos de uso frecuente; el salbutamol, empleado para afecciones respiratorias; el fluconazol, utilizado para

infecciones por hongos; la loratadina, indicada para cuadros alérgicos, y distintos anticonceptivos.

El nuevo listado quedó conformado por ácido acetilsalicílico, atorvastatina, candesartán, hidroclorotiazida, ramipril y rosuvastatina. Estos medicamentos se utilizan en la prevención de enfermedades cardiovasculares, el tratamiento de la hipertensión arterial y el control del colesterol.

La resolución establece que la nómina tendrá carácter orientativo y

funcionará como referencia para las adquisiciones centralizadas, la planificación logística y la distribución en establecimientos públicos de atención primaria.

El Ministerio de Salud aclaró que las provincias y la ciudad de Buenos Aires mantendrán la responsabilidad de garantizar medicamentos esenciales para otras enfermedades mediante sus presupuestos y mecanismos de compra, siempre que esos tratamientos no formen parte de otros programas nacionales.

quiénes
somos

Director: Fernando Daniel Curas
Propietario: EL NORTE Editora y Periodística S.A.
REGISTRO DND en Trámite
web-site: www.diarioelnorte.com.ar



Dirección:

Francia 64 Cod. Postal 2900 HVB-
San Nicolás-Pcia. de Bs. As. Argentina
Tel. (0336) 4424345-4451700-4451750-4424983

E-Mail: diarioelnorte@diarioelnorte.com.ar
elnortesannicolas@gmail.com

Administración:

Atención: lunes a viernes de 8.30 a 15.30 hs.
administracion@diarioelnorte.com.ar

Socio de:

ADEPA (Asociación de Entidades Periodísticas Argentinas)
SIP (Sociedad Interamericana de Prensa)
ADIRA (Asociación de Diarios del Interior de la República Argentina)



PUERTA DE ENTRADA AL CORREDOR FERROVIARIO DEL SHALE

San Nicolás se consolida como nodo logístico para abastecer de arena a Vaca Muerta

La petrolera YPF utiliza un corredor ferroviario que parte desde San Nicolás y llega hasta Palmira (Mendoza) para abastecer con arena de fractura a los yacimientos neuquinos. La operatoria amplía considerablemente una conexión que había comenzado en 2021 y ubica a la ciudad como un punto estratégico dentro de la cadena logística de Vaca Muerta, cuya demanda de arena podría duplicarse en los próximos años.

De la redacción de EL NORTE
redaccion@diarioelnorte.com.ar

La expansión de Vaca Muerta tiene una conexión cada vez más directa con San Nicolás. YPF incorporó a su esquema de abastecimiento un corredor ferroviario que parte desde esta ciudad con arena destinada a las operaciones de fractura hidráulica y que cuenta con una capacidad contratada de hasta un millón de toneladas anuales, un volumen que multiplica la escala de la operatoria que había comenzado cinco años atrás.

El circuito funciona desde marzo de este año y lleva las formaciones cargadas desde San Nicolás hasta Palmira, en Mendoza. Allí la arena es transferida a camiones que completan el recorrido hacia Neuquén e ingresan a la formación no convencional por Rincón de los Sauces, uno de los sectores donde más está cre-

ciendo la actividad petrolera. La elección de San Nicolás dentro de este esquema no es nueva. En julio de 2021, EL NORTE había informado que Trenes Argentinos Cargas comenzaba a despachar desde la ciudad arena para YPF a través de la línea San Martín. Aquel acuerdo contemplaba inicialmente unas 10.000 toneladas mensuales, equivalentes a unas 120.000 toneladas por año, con previsiones de crecimiento.

Cinco años después, el salto de escala es significativo. YPF tiene actualmente contratada toda la capacidad disponible del corredor ferroviario utilizado para esta operatoria, que puede alcanzar hasta un millón de toneladas anuales. La cifra representa la capacidad máxima comprometida y no implica que ese volumen ya se esté transportando efectivamente, pero muestra la dimensión que adquirió el vínculo logístico entre

San Nicolás y la principal formación hidrocarburífera del país.

El sistema combina conexiones de las redes Urquiza, Mitre y San Martín y permite trasladar por ferrocarril buena parte del recorrido que tradicionalmente se realizaba en camión desde las zonas productoras de arena de Entre Ríos. Una vez en Palmira, la carga continúa por carretera hacia Neuquén, principalmente para abastecer el polo norte de Vaca Muerta, donde desarrollan proyectos YPF, Chevron, Pluspetrol y Tecpetrol.

Aunque el recorrido multimodal agrega alrededor de 400 kilómetros respecto del viaje directo en camión desde Entre Ríos, el presidente y CEO de YPF, Horacio Marín, sostuvo que el costo por tonelada resulta aproximadamente equivalente. La diferencia pasa por reducir la dependencia del transporte carretero

para cubrir largas distancias y disponer de más alternativas ante un crecimiento acelerado de la demanda. La logística constituye, de hecho, uno de los principales costos de la arena que llega hasta los pozos. El valor de una tonelada colocada en Vaca Muerta ronda los 120 dólares y aproximadamente 70 dólares corresponden al traslado en camión. De esta manera, el transporte representa cerca del 60% del costo final del insumo.

Buenas proyecciones

La importancia estratégica del corredor que atraviesa San Nicolás se incrementará si se cumplen las proyecciones de crecimiento del shale. Durante 2025, Vaca Muerta demandó alrededor de cinco millones de toneladas de arena y para este año la estimación se acerca a siete millones. En un escenario de expansión de los

proyectos de producción y exportación, el consumo podría llegar hasta 14 millones de toneladas por año.

YPF, por sí sola, utilizó alrededor de 2,6 millones de toneladas durante 2025 y proyecta acercarse a tres millones en 2026. Bajo esas condiciones, la capacidad ferroviaria contratada en el corredor que comienza en San Nicolás equivaldría, en caso de aprovecharse completamente, a aproximadamente un tercio de las necesidades anuales de arena de la compañía.

El volumen requerido crecería todavía más si Vaca Muerta logra pasar de unos 500 pozos perforados por año a cerca de 1000. Esa perspectiva llevó a YPF a trabajar simultáneamente sobre cuatro modalidades de abastecimiento para evitar que el transporte de arena se transforme en un cuello de botella para el desarrollo petrolero.

PROYECCIONES EN RELACIÓN CON EL TRABAJO DE LOS PRÓXIMOS MESES

Bockl advirtió que “a este ritmo se puede acelerar la pérdida de empleos y de pymes que cierran”

El presidente de la Federación de Comercio e Industria de San Nicolás manifestó preocupación por las consecuencias del mercado interno que no repunta. “Empresas referentes de nuestra región están ajustando sus costos, lo que genera poca demanda de empresas dependientes y rompe el entramado productivo. Un sector muy golpeado es el metalmecánico, que no muestra signos de mejora. Todo esto –sin un horizonte alentador– ajusta los bolsillos y se traslada a todos los rubros”, notó a EL NORTE.

De la Redacción de EL NORTE
redaccion@diarioelnorte.com.ar

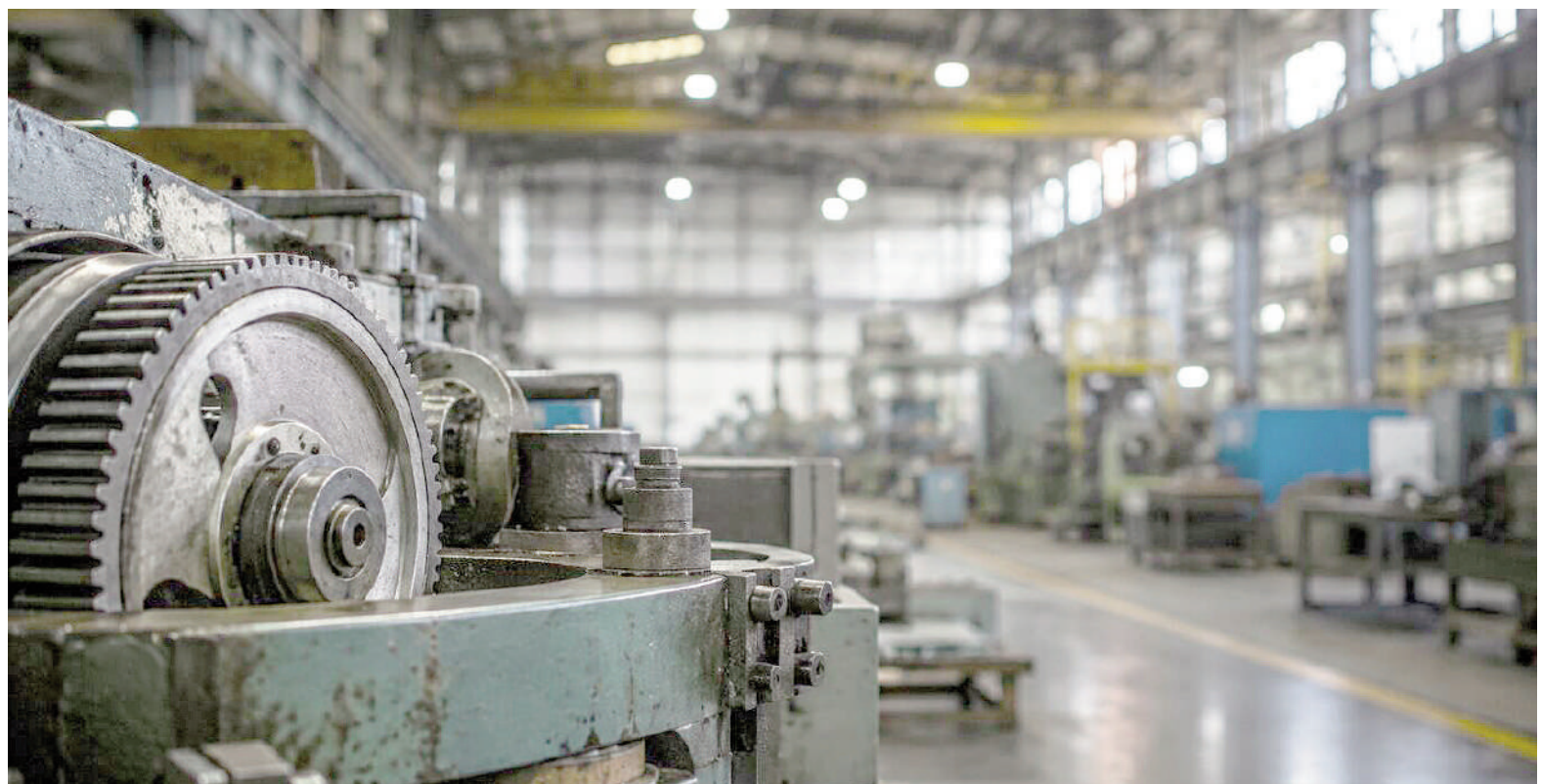
El sector industrial anticipa una compleja proyección para los próximos meses. Las fábricas prevén menos producción y consumo, mientras coinciden en que el mercado interno sigue sin encontrar un motor. Las expectativas de contratación de personal de las empresas se mantienen casi en cero. Un informe oficial mostró que solo una proporción mínima de las firmas estima aumentar su dotación de personal, mientras que una buena parte calcula nuevos recortes de plantilla y cierres. El presidente de la Federación de Comercio e Industria de San Nicolás, Andrés Bockl, confirmó a EL NORTE un panorama similar a nivel local.

“Un sector muy golpeado es el metalmecánico, referente de nuestra región, que no muestra signos de mejora. A este ritmo de actividad y sin un horizonte alentador, se puede acelerar la pérdida de empleos y de pymes que cierran. Empresas referentes de nuestra región están ajustando sus costos, lo que genera poca demanda de empresas dependientes y rompe el entramado productivo”, evaluó. Bockl consideró que “todo esto llega, sin dudas, a ajustar los bolsillos del asalariado, y se traslada a todos los rubros que ven una falta de actividad económica”.

Caída de empleo y contrataciones

Según la Encuesta de Indicadores Laborales (EIL) de la Secretaría de Trabajo, que comprende a empresas de diez o más trabajadores de los principales aglomerados urbanos del país, “se comprueba que la falta de creación neta de puestos de trabajo en agosto no responde a un volumen de desvinculaciones elevado, sino a un nivel de contrataciones marcadamente bajo”.

Según la consultora Politikon Chaco, el empleo registrado en el sector privado cayó un 0,2% en julio respecto



ILUSTRACIÓN

del mes anterior, lo que equivale a la destrucción de 12.716 puestos de trabajo. El retroceso se extendió a 17 jurisdicciones del país. De este modo, la serie desestacionalizada del segmento privado formal se ubicó un 4,2% por debajo del nivel de noviembre de 2023, previo al inicio de la presidencia de Javier Milei, y exhibió el menor volumen de empleo de los últimos 52 meses.

El informe oficial indicó que las expectativas netas de las empresas en lo referente a la contratación de personal para los próximos tres meses son cercanas a cero. La UIA destacó que, entre agosto de 2023 y julio de 2026, la industria perdió 94.924 empleos, lo que la convirtió en la actividad con mayor caída. El sector concentra el 19% del segmento formal en la Argentina y, por cada puesto registrado, genera otros dos de manera indirecta. Esta problemática ocupará un lugar central en la próxima Conferencia Industrial de la entidad, prevista para el 3 de noviembre.

VENTAS EN BAJA, TAMBIÉN EN SAN NICOLÁS

Día de la Madre: el ticket de compra en nuestra ciudad se ubicó un 20% por debajo del promedio nacional

Con relación a las ventas por el Día de la Madre –según la Confederación Argentina de la Mediana Empresa– la facturación minorista pyme retrocedió un 1,4% interanual. De acuerdo con la entidad, el ticket promedio se ubicó en \$63.197 a precios corrientes, en un escenario en el que las cuotas sin interés, las rebajas de hasta el 20% y las bonificaciones bancarias funcionaron como herramientas para sostener la operación diaria y generar liquidez, aunque sin modificar el patrón de compra cauteloso que imponen los presupuestos familiares ajustados. El público priorizó artículos de

menor valor unitario antes que compras de mayor escala. De los seis sectores que midió la CAME, cuatro registraron caídas interanuales. La mayor retracción correspondió a Electrodomésticos, artefactos de hogar y equipos de audio y video, con una baja del 3,6%, seguido por Cosméticos y perfumería y Equipos periféricos, accesorios y celulares, ambos con un retroceso del 3,2%. Calzado y marroquinería completó el cuadro negativo con una caída del 2,2%. En el extremo opuesto, Librería fue el rubro de mejor desempeño con un incremento del 3,4%.

En San Nicolás, Andrés Bockl indicó que el movimiento que se registró fue “moderado, apalancado por promociones, descuentos y convenios con entidades bancarias”. El ticket de compra promedio rondó los \$50.000, lo que lo ubica un 20 por ciento por debajo de la media nacional. “La falta de actividad económica en la región influye, sin duda, en el comercio por la falta de poder adquisitivo de la gente. Se ven en el microcentro nicoleño muchos locales vacíos porque afrontan costos fijos elevados con baja rentabilidad en menor cantidad de ventas”, señaló.

MÚLTIPLE CHOQUE FATAL

Jeremías Ramírez, más cerca del juicio por las muertes de Carmen Montes y Miguel Arroyo

La Corte provincial declaró inadmisble el recurso extraordinario contra la elevación a juicio de la causa por doble homicidio culposo agravado que involucra a Jeremías Ramírez. El joven, próximo a enjuiciamiento, conducía el vehículo que en 2022 provocó un choque múltiple. Producto del impacto, Carmen Montes murió en el acto y, un mes después, por causa de las heridas, se produjo el deceso de Miguel Arroyo.

De la redacción de EL NORTE
redaccion@diarioelnorte.com.ar

En las últimas horas se conoció que la Corte bonaerense declaró inadmisble el recurso extraordinario presentado por los defensores de Jeremías Ramírez. Los abogados Vanesa Cavallaro y Fernando Lima cuestionaban la sentencia dictada en septiembre pasado que confirmaba su enjuiciamiento por doble homicidio culposo agravado. Con esta decisión, la Justicia ha dado un paso más rumbo a un juicio oral y público que ya ha superado numerosos reveses judiciales.

Jeremías Ramírez conducía el vehículo que en 2022 embistió a un Ford Fiesta y chocó a otros dos autos. Carmen Montes murió en el acto y Miguel Arroyo, un mes después, producto de las heridas.

Ya en junio de 2023, el juez de Garantías Ricardo Prati ordenó el enjuiciamiento del joven por doble homicidio culposo agravado por la velocidad del vehículo y por la muerte de dos personas. Desde entonces, la causa por el múltiple choque fatal tuvo varios traspiés e innumerables idas y vueltas.

El juicio por ambas muertes estaba próximo a realizarse cuando la defensa de Ramírez interpuso dos re-

ursos de queja en Casación tras haber apelado con resultado negativo. Los planteos contradictorios estaban dirigidos contra resoluciones anteriores adversas a pedidos de nulidad, de sobreseimiento y contra la decisión de elevar a juicio la instrucción.

En una decisión calificada por la parte acusadora como "insólita", la Sala IV del Tribunal de Casación Penal decidió sobreseer a Jeremías Ramírez por la muerte de Miguel Arroyo por considerar que el fatal desenlace no se había producido por causa del siniestro. El tribunal entendió en esa oportunidad que, si bien Arroyo nunca recuperó la conciencia ni logró salir de terapia intensiva, el traumatismo de cráneo que padeció no fue la causa de su muerte. Por lo tanto, además de hacer lugar a los recursos planteados por la defensa, los magistrados avanzaron con el sobreseimiento.

Ante esta última resolución, la fiscalía, junto al particular damnificado representado por el abogado Sebastián Mazzolini, recurrió ante la Suprema Corte de la Provincia de Buenos Aires para que decida específicamente si el Tribunal de Casación tenía facultades para avanzar con el sobreseimiento por la muerte de Miguel Ángel Arroyo y si había sido dictada sobre la base de la justicia.



La Corte respondió en diciembre de 2025 anulando el sobreseimiento de Jeremías Ramírez por el delito de homicidio culposo agravado que tuvo por víctima a Arroyo. Calificó la decisión como arbitraria, reenvió la causa y ordenó un nuevo pronunciamiento del Tribunal de Casación para que –conformado por jueces hábiles– dicte uno nuevo con arreglo a derecho. A casi nueve meses del mandato (primeros días de septiembre), el organismo se pronunció y ordenó el enjuiciamiento por doble homicidio culposo. Nuevamente, la defensa de Ramírez cuestionó el dictamen mediante la presentación de un recurso extraordinario que final-

mente fue declarado inadmisble en las últimas horas.

Por lo tanto, de quedar firme la decisión, en los próximos días el paso siguiente sería conocer si la causa continúa radicada en el mismo juzgado correccional y cuándo se fijará el día de inicio del debate oral y público.

El siniestro fatal

La tragedia ocurrió durante la madrugada del 5 de febrero de 2022 en la intersección de las calles Terrasson y Savio. Jeremías Ramírez, de 20 años, chocó su camioneta Amarok contra el Ford Fiesta en el que viajaban las víctimas fatales para luego

dar contra otros dos vehículos, cuyos ocupantes recibieron distintas lesiones. Carmen Montes, de 40 años, murió de manera instantánea, mientras que Miguel Arroyo, de 39 años, luchó por su vida casi un mes hasta que finalmente se produjo su deceso en los primeros días de marzo.

Conforme a la acusación, Jeremías Ramírez, de 20 años, conducía a excesiva velocidad (más de 112 km/h) cuando chocó su camioneta contra otros tres automóviles. Como consecuencia del impacto, Carmen Montes murió en el acto y cinco personas resultaron heridas de diferente consideración, entre ellas Miguel Arroyo, quien falleció tras permanecer inconsciente un mes en terapia intensiva, adonde había ingresado tras el siniestro.

El deceso provocó el primer cambio de carátula a "doble homicidio culposo agravado".

La pena en expectativa por ambas muertes va desde los tres años de mínima a los 25 años de máxima porque los familiares de Miguel Arroyo, constituidos en particular damnificado a través de su abogado, mantienen una acusación por dolo eventual, que tiene la misma pena que el dolo directo, de 8 a 25. La condena que recaiga sería de cumplimiento efectivo si fuese superior a los tres años.

www.diarioelnorte.com.ar

SEGUINOS EN NUESTRAS REDES

@diarioelnortesn

f i t d y

www.diarioelnorte.com.ar

EL NORTE

efemérides

1833 - ALFRED NOBEL. Nace en Estocolmo el químico e ingeniero sueco Alfred Nobel, inventor de la dinamita y creador de los premios que llevan su nombre. Señalado como "especulador de la guerra", llegó su fortuna al Premio Nobel, que cada año desde 1901 se otorga a quienes «conferieron el mayor beneficio a la humanidad»

1879 - THOMAS EDISON. El inventor y empresario estadounidense Thomas Alva Edison consiguió que su primera lámpara eléctrica permaneciera encendida durante 48 horas ininterrumpidas. A fines de 1879 comenzó a funcionar en Menlo Park (Nueva Jersey) el primer sistema de alumbrado público, construido por Edison.

1886 - JOSÉ HERNÁNDEZ. A la edad de 51 años muere en Buenos Aires el militar, político, periodista y escritor José Hernández, autor del *Martín Fierro*, obra cumbre de la literatura gauchesca argentina.

1925 - CELIA CRUZ. Nace en La Habana la cantante cubana Celia Cruz, apodada "la reina de la salsa", una de las máximas figuras del son, la rumba, el guagüancó, la guaracha y el bolero. Ganó dos premios Grammy y cinco Grammy Latinos. Grabó 37 discos de estudio.

1951 - SAN JUAN EVANGELISTA. Once feligreses católicos mueren al derrumbarse la cúpula de la iglesia San Juan Evangelista del barrio porteño de La Boca cuando se oficiaba una misa a la que asistían unas 400 personas.

1971 - PABLO NERUDA. La Academia Sueca le otorga al escritor y poeta chileno Pablo Neruda el Premio Nobel de Literatura de 1971 «por ser autor de una poesía que da vida al continente americano».

1982 - GARCÍA MÁRQUEZ. El escritor y periodista colombiano Gabriel García Márquez gana el Premio Nobel de Literatura "por la originalidad, influencia e impacto cultural de su obra". Es el autor de la novela *Cien años de soledad*, traducida a varios idiomas y de la que se han vendido millones de ejemplares en todo el mundo.

La seguridad del Vaticano inspeccionó la Argentina ante la posible visita del papa León XIV

Integrantes de la Gendarmería Vaticana estuvieron en la Argentina y recorrieron distintos puntos del interior del país, en el marco de los preparativos de una eventual gira latinoamericana. Aunque crecen las señales de planificación, todavía no existe una confirmación oficial del viaje del pontífice.



La llegada del papa León XIV a la Argentina genera expectativas.

La posibilidad de la visita del papa León XIV a la Argentina vuelve a generar expectativas, especialmente en Córdoba, donde en los últimos días se registró la presencia de integrantes de la seguridad del Vaticano. Los movimientos se interpretan como parte de los trabajos preliminares para evaluar las condicio-

nes de seguridad ante una eventual llegada del pontífice, aunque hasta el momento no se anunció oficialmente la realización del viaje.

Miembros de la Gendarmería Vaticana estuvieron en distintos puntos de la región, con recorridos por Uruguay, Argentina y el interior del país, antes de continuar hacia Perú.

La presencia de estos equipos constituye una señal de que podrían estar desarrollándose tareas de evaluación y planificación. Sin embargo, no permite confirmar por sí sola que la visita esté definida ni que exista una fecha oficial para la llegada del papa. El Vaticano cuenta con dos cuerpos de seguridad ampliamente conocidos: la Guardia Suiza Pontificia y la Gendarmería Vaticana. Esta última cumple funciones policiales y participa en la protección y seguridad del Estado de la Ciudad del Vaticano y del pontífice.

Ante un eventual viaje internacional, las tareas preparatorias pueden incluir el análisis de los lugares que se visitarían, la evaluación de los desplazamientos, la coordinación con las fuerzas locales y la revisión

de los dispositivos de protección.

En ese contexto, los recorridos por la Argentina podrían formar parte de una etapa preliminar de evaluación. No obstante, no se difundieron detalles oficiales sobre los lugares inspeccionados ni sobre el alcance concreto de las actividades realizadas. Las expectativas sobre una posible visita también están vinculadas con la evolución de la salud de León XIV y con su regreso progresivo a las actividades habituales.

Durante los últimos días, la atención estuvo puesta en su recuperación y en las señales sobre la continuidad de su agenda. En ese marco, cualquier viaje internacional requiere una evaluación de las condiciones físicas del pontífice, además de una planificación logística y de seguridad.

La realización de inspecciones preliminares no implica necesariamente que el viaje vaya a concretarse, ya que la decisión depende de múltiples factores y debe ser comunicada oficialmente por las autoridades correspondientes.

La posibilidad de recibir al papa despierta especial interés en Córdoba, una provincia con una fuerte tradición religiosa y una estrecha vinculación con la figura de José Gabriel del Rosario Brochero, conocido como el cura Brochero.

Por ahora, la presencia de personal de seguridad vaticano alimenta las expectativas, pero la confirmación del viaje sigue pendiente. Hasta que el Vaticano comunique formalmente una agenda, las fechas y los destinos deben considerarse tentativos.

SINDICATO UNIDOS PORTUARIOS ARGENTINO

Puerto San Nicolás

RIVADAVIA N°651 (2900) San Nicolás - Buenos Aires

CONVOCATORIA A ASAMBLEA EXTRAORDINARIA

La COMISIÓN DIRECTIVA del SINDICATO UNIDOS PORTUARIOS ARGENTINO - Puerto de San Nicolás convoca a las Afiliados al Gremio a la Asamblea Ordinaria a realizarse el día 10 de noviembre de 2026 a la hora 14.00 siendo el lugar de celebración la sede gremial sita en calle Rivadavia n° 651 de esta ciudad de San Nicolás. En la misma se dará tratamiento al siguiente ORDEN DEL DÍA:

1°) Designación de dos afiliados presentes para que suscriban el Acta de Asamblea conjuntamente con la Presidencia a ocupar por el Secretario General (Art. 22° E.S.) y el Secretario de Actas de la entidad.

2°) Designación en todo de acuerdo con el Art. 49 de los Estatutos Sociales de la Junta Electoral del Gremio compuesta de tres miembros titulares para cubrir los puestos de Presidente, Secretario y Vocal y de tres miembros suplentes que cubrirán las vacantes que se puedan originar. El carácter de afiliado se acreditará con la presentación del documento de identidad y la simple verificación de encontrarse incluido en el padrón de afiliados a la entidad vigente a la fecha de la Asamblea (Art. 15 de los Estatutos Sociales).

San Nicolás, 21 de octubre de 2026.

Cristian Javier Godoy
Secretario General



«El ignorante cree que lo elevado es siempre aburrido»

José Narosky

Comienza en Ramallo la Diplomatura en Administración y Gestión Industrial del programa Puentes

El Centro Universitario "José Orlando Gaeto" pondrá en marcha este miércoles 21 de octubre la Diplomatura en Administración y Gestión Industrial, una propuesta de formación universitaria que se desarrolla en el marco del programa Puentes de la Provincia de Buenos Aires, en articulación con la Universidad Nacional de General Sarmiento (UNGS).

La capacitación contará con participantes de distintas localidades de la región.

La primera clase se realizará a las 18:00 en la sede del Centro Universitario, ubicada en Oliva 1210. Desde la organización informaron que el encuentro será presencial y obligatorio para las personas inscriptas, a quienes solicitaron asistir con puntualidad y llevar materiales para tomar apuntes.

La propuesta está orientada a fortalecer las competencias vinculadas con la administración y la gestión en el ámbito industrial.

La diplomatura se enmarca en el

programa Puentes, una política del Gobierno bonaerense destinada a ampliar las oportunidades de acceso a la educación superior en el interior de la provincia. La iniciativa promueve la articulación entre los municipios y las universidades públicas para acercar carreras y propuestas de formación universitaria a distintas localidades, sin que los estudiantes deban trasladarse necesariamente a los grandes centros urbanos.

En este caso, la participación de personas de diferentes puntos de la región le otorga a la capacitación un alcance que supera los límites del partido de Ramallo. La propuesta apunta a generar oportunidades de formación vinculadas con las necesidades del entramado industrial y productivo, mediante contenidos que pueden contribuir al desarrollo de conocimientos para la gestión de empresas y organizaciones.



Avanza el saneamiento del desagüe de avenida Presidente Perón

Los trabajos se concentran en el recambio de una alcantarilla en Belgrano y Perón. Luego continuará el entubado de las primeras tres cuerdas, hasta Dorrego. Hay un corte de tránsito.



El Municipio de Villa Constitución continúa con la primera etapa de la obra de saneamiento del desagüe de avenida Presidente Perón, que apunta a mejorar el escurrimiento del agua y reducir los inconvenientes de acumulación que se registran en distintos puntos de ese sector de la ciudad.

En esta instancia, los trabajos comprenden el recambio y la sustitución de la alcantarilla ubicada en la intersección de calle Belgrano y avenida Presidente Perón, un punto clave para el funcionamiento del sistema de drenaje. Como consecuencia de estos trabajos, que estimativamente culminarían en aproximadamente en 20 días, está cortado el tránsito en el tramo de calle Belgrano, entre Catamarca y Presidente Perón.

Entubado hasta calle Dorrego

Una vez finalizada la intervención

sobre la alcantarilla, las tareas continuarán con el entubado del desagüe en las primeras tres cuerdas de la avenida, hasta llegar a calle Dorrego.

Esta primera etapa tiene un plazo estimado de ejecución de 25 días y forma parte de un plan de intervención progresiva que contempla distintas instancias de trabajo hasta completar el saneamiento del desagüe.

La obra busca optimizar el funcionamiento del sistema de drenaje y mejorar la evacuación del agua, con el objetivo de dar respuesta a los problemas que se presentan en la zona, especialmente ante las lluvias.

Mientras se desarrollan las tareas, se solicita a vecinos y conductores circular con precaución, respetar la señalización y atender las indicaciones dispuestas en el sector intervenido.

Polémica por el millonario gasto de Poletti en los Juegos Bonaerenses

La participación de Ramallo en la final provincial de los Juegos Bonaerenses quedó atravesada por una polémica que excede lo deportivo. Mientras más de 110 competidores lograron su clasificación para representar al distrito en Mar del Plata, la delegación que viajó supera las 250 personas. La decisión del intendente Mauro Poletti de ampliar la comitiva, alojar a sus integrantes en un hotel cinco estrellas y financiar un importante despliegue logístico abre interrogantes sobre las prioridades del Gobierno municipal y el uso de los recursos públicos.

El alojamiento elegido es el NH Gran Hotel Provincial, uno de los establecimientos más reconocidos de la ciudad balnearia, ubicado frente al mar y en una zona céntrica. El costo de una noche supera los 200.000 pesos, según los valores informados. La estadía es financiada por la Municipalidad de Ramallo y alcanza a personas que no necesariamente participan de las competencias deportivas.

La diferencia entre los más de 110 competidores y una delegación que supera las 250 personas constituye el dato central de la controversia. La comitiva incluye funcionarios municipales, familiares, vecinos, periodistas y representantes de instituciones educa-

tivas. En lugar de limitarse a acompañar a quienes consiguieron su lugar en las finales, el operativo se extendió a un grupo mucho más amplio, cuyos gastos también requieren una explicación pública. Uno de los aspectos más cuestionados es la presencia de periodistas y comunicadores de San Nicolás alojados en el hotel contratado por el Municipio. Entre ellos habría personas que desarrollan principalmente su actividad en redes sociales y no trabajan en medios periodísticos tradicionales. La decisión de incluirlos en el viaje plantea preguntas sobre los criterios utilizados para seleccionarlos y sobre el beneficio que obtienen con una invitación financiada con fondos públicos.

La información difundida no permite afirmar por sí sola que el alojamiento haya sido otorgado como contraprestación por publicar contenidos favorables a la gestión, pero sí justifica exigir transparencia sobre las condiciones de participación.

La comitiva también incorporó a estudiantes de escuelas rurales, acompañados por docentes y profesores de Educación Física. A ellos se sumaron consejeros escolares que viajaron para coordinar las actividades. Aunque la experiencia puede representar una oportunidad para los chicos, corres-

ponde conocer cómo se organizó el traslado y cuál es el costo que afronta el Municipio.

El despliegue comprende alrededor de 20 vehículos municipales, choferes, personal de prensa y profesionales de la salud, entre ellos médicos, enfermeros y kinesiólogos. También se informó sobre la presencia de guardavidas, lo que amplía todavía más la estructura del operativo.

El problema no es que Ramallo acompañe a sus deportistas ni que promueva la participación de estudiantes. La discusión pasa por la escala del viaje, la selección de quienes integran la delegación y el nivel de gasto elegido por el Ejecutivo.

Cuando una comitiva duplica ampliamente la cantidad de competidores, la administración municipal debe explicar con claridad qué criterios aplicó y por qué decidió financiar una estructura de semejante dimensión.

Hasta el momento, no se cuenta con un detalle consolidado del costo total del alojamiento, el transporte, la alimentación y los servicios contratados, ni con precisiones sobre un eventual reintegro de fondos provinciales. Tampoco se conoce el monto final que deberá afrontar la Municipalidad con recursos propios.

SINDICATO UNIDOS PORTUARIOS ARGENTINO

Puerto San Nicolás

Rivadavia 651 (2900) San Nicolás - Buenos Aires

COMUNICADO A LOS AFILIADOS DEL SUPA PUERTO SAN NICOLÁS CONVOCATORIA A ELECCIONES GENERALES

La COMISIÓN DIRECTIVA del SINDICATO UNIDOS PORTUARIOS ARGENTINO - PUERTO DE SAN NICOLÁS comunica a sus afiliados que se ha resuelto convocar a ELECCIONES GENERALES para la renovación total de COMISIÓN DIRECTIVA DEL GREMIO, COMISIÓN REVISORA DE CUENTAS Y DELEGADOS A LA CONFEDERACIÓN GENERAL, para el día 22 de enero del 2027 en el horario de 09.00 a 15.00. Se procederá a formalizar el ACTO ELECCIONARIO a los efectos de la Renovación Total de los miembros de la COMISIÓN DIRECTIVA y de los MIEMBROS DE LA COMISIÓN REVISORA DE CUENTAS por finalización del mandato de los actuales integrantes de dichas Comisiones; a tales efectos se elegirá Miembros de COMISIÓN DIRECTIVA: un (1) Secretario General - un (1) Secretario Adjunto - un (1) Secretario Gremial o Asuntos Laborales - un (1) Secretario de Organización - un (1) Secretario de Finanzas y Administración - un (1) Secretario de Capacitación, Cultura y Difusión, un (01) Vocal Titular, tres (3) vocales suplentes; y miembros de la COMISIÓN REVISORA DE CUENTAS: tres (3) Miembros Titulares y tres (3) Miembros Suplentes. En el mismo acto se elegirán los DELEGADOS A LAS CONFEDERACIONES GENERALES: dos (2) miembros titulares.

Se fija como único lugar de recepción de votos con una única mesa receptora la que se encontrará ubicada en la Sede Gremial sita en calle Rivadavia n° 651 de esta ciudad de San Nicolás.

El carácter de afiliado se acreditará con la presentación del documento de identidad y la simple verificación de encontrarse incluido en el padrón de afiliados a la entidad vigente a la fecha de la Asamblea (Art. 15 de los Estatutos Sociales).

San Nicolás, 21 de octubre de 2026.

Cristian Javier Godoy
Secretario General

Cae al 11,2% el optimismo de los industriales para el cierre de 2026

La débil demanda interna se afianzó como la principal preocupación entre los representantes del sector. El segundo factor que más señales de alarma enciende es la competencia de productos importados.

Las expectativas de los empresarios industriales para el último trimestre de 2026 empeoraron en materia de producción, demanda interna y exportaciones. Solo se percibió una mejora en los pronósticos para el empleo, aunque desde niveles muy acotados.

Ayer el Indec publicó los resultados de la Encuesta de Tendencia de Negocios de industria manufacturera realizada en septiembre último. Allí, solo el 11,2% de los participantes proyectó que la situación empresarial de su negocio durante los próximos tres meses va a ser mejor; se trata del porcentaje más bajo desde la encuesta llevada a cabo en diciembre del año pasado.

Asimismo, la porción de industriales que avizora una mayor producción para el período octubre-diciembre bajó del 15,4% al 13,2% respecto de la encuesta pasada, mientras que apenas el 12,7% espera un repunte de la demanda, mínimo desde que comenzaron los registros a co-

mienzos de 2025. También hubo una merma entre aquellos que esperan un incremento de las exportaciones, desde el 18,2% al 17,9%.

El dato «positivo» fue que creció el porcentaje de empresarios que piensan incrementar su nómina de trabajadores de acá a fin de año. Sin embargo, la cifra sigue siendo considerablemente baja, del 4,9%. La débil demanda interna volvió a ganar peso como la principal preocupación entre los representantes del sector. En efecto, el 54% considera que es el problema que más limita la producción. Muy por detrás le siguen factores como la competencia de productos importados (9,9%) y la incertidumbre económica (6,7%).

La producción industrial no da señales de reactivación

Los últimos datos del Indec reflejaron que en agosto el Índice de Producción Industrial (IPI) recuperó apenas una parte del fuerte

derrumbe que había tenido en julio. Aun así, se trató del segundo valor más bajo de la serie desestacionalizada desde mediados de 2024.

En comparación con el pico alcanzado desde que Javier Milei es presidente, en febrero de 2025, la industria se hundió 7,6%. El principal declive desde entonces lo sufrieron el sector de textil e indumentaria, alcanzando una variación negativa del 33,8% en el caso de la división textil.

En segundo lugar resaltó una contracción del 31,7% en maquinaria y equipo, fundamentalmente por las pobres performances en la fabricación nacional de maquinaria agrícola y electrodomésticos. Con la misma tónica, también arrojaron caídas de dos dígitos rubros relevantes como productos de metal, productos de caucho y plástico, minerales no metálicos (muy atados a la demanda de la construcción) y el sector automotriz.

La UIA reclamó al Gobierno mejoras energéticas y costos para las pymes



El presidente de la UIA, Martín Rappallini.

La Unión Industrial Argentina (UIA) reunió ayer a su Junta Directiva para analizar la situación de los distintos sectores productivos y repasar las propuestas que la entidad impulsa ante el Gobierno nacional. Durante el encuentro, los representantes industriales abordaron temas vinculados con la competitividad, los costos de producción y las condiciones necesarias para fortalecer la actividad económica.

Uno de los ejes centrales fue la situación energética y su impacto en la industria. El presidente de la UIA, Martín Rappallini, informó sobre la reunión que mantuvieron en la entidad con la secretaria de Energía, María Tettamanti, en la que se analizaron el abastecimiento de gas para las empresas, las inversiones en infraestructura y los costos que enfrenta el sector.

En ese marco, la UIA planteó la necesidad de desarrollar obras de transporte que permitan llevar el gas de Vaca Muerta a distintas regiones del país, con el objetivo de beneficiar a las economías regionales y a las pequeñas y medianas empresas. También remarcó la importancia de reducir de manera sostenida los costos energéticos y avanzar en mecanismos que permitan a las pymes contratar energía de forma directa.

Transporte, aduanas y simplificación normativa

La agenda de la entidad también incluyó una reunión con autoridades de Belgrano Cargas y Logística S.A., en la que se intercambió información sobre los pliegos de licitación de las vías correspondientes a las líneas ferroviarias de carga Belgrano, Urquiza y San Martín.

Por otra parte, el comité ejecutivo de la UIA mantuvo un encuentro con el director general de Aduanas, Andrés Velis, para presentar su diagnóstico sobre el contrabando y el comercio ilegal. Las partes acordaron avanzar en una agenda técnica con-

junta destinada a fortalecer los controles y facilitar las operaciones comerciales formales. Además, representantes de la entidad se reunieron con el subsecretario de Ambiente, Juan Trebino, para exponer propuestas orientadas a la desburocratización y la simplificación de las normas que afectan a las empresas.

Preocupación por bloqueos e indemnizaciones

Durante la reunión, los industriales reiteraron su preocupación por un reciente fallo judicial que absolvió a acusados por bloqueos contra una pequeña y mediana empresa durante un paro de actividades.

Desde la UIA señalaron que el derecho a reclamar no debe confundirse con impedir que una compañía funcione o que sus trabajadores puedan ingresar libremente a sus puestos laborales.

También expresaron objeciones a la exigencia de indemnizaciones automáticas en casos de continuidad laboral cuando cambia la empresa adjudicataria de un servicio público. Según la entidad, esas situaciones pueden generar costos adicionales y afectar la competitividad y la eficiencia operativa.

La Conferencia Industrial se realizará el 3 de noviembre

Otro de los puntos abordados fue la organización de la próxima Conferencia Industrial, que tendrá lugar el 3 de noviembre en el Golden Center, bajo el lema "Talento argentino. La fuerza que transforma".

El programa incluirá debates sobre desarrollo minero y cadenas de valor, exposiciones de especialistas internacionales acerca del impacto de la inteligencia artificial en la industria y el trabajo, y una presentación sobre la necesidad de un pacto fiscal industrial federal. También participarán empresarios de distintos sectores para analizar cómo potenciar el talento argentino en un escenario de competencia global.

Day Use

Quinceañeras

La noche que soñaste comienza con nosotros. Veni a prepararte para tu día

- ★ Horario de uso de la habitación de 12 a 20 hs.
- ★ No incluye Desayuno.
- ★ Acceso a instalaciones de hotel para la sesión de fotografía.

\$200.000
Day Use de la habitación

Hotel Colonial San Nicolás

ESTACIONAMIENTO GRATIS
WI-FI

Tarifa válida desde marzo hasta septiembre de 2026. No válido para fechas especiales.

- ★ La cumpleañera puede venir acompañada de 3 personas como máximo (Una de las personas debe ser adulto).
- ★ Todos los menores de edad que hagan uso de la habitación deben registrarse presentando su documento de identidad.
- ★ Los menores de edad siempre deberán estar acompañados por un mayor. El responsable de los menores debe de estar debidamente registrado presentando su documento de identidad.
- ★ Los adultos que por cuestiones profesionales (fotógrafos, maquilladores, peluqueros, etc) deban ingresar a la habitación, tendrán que registrarse en Recepción.
- ★ Los servicios de maquilladora, peluquera, etc. son cargos del Cliente.

Diputados: el oficialismo confía en el *quorum* y la oposición busca modificar el proyecto de alivio financiero

El recinto de la Cámara Baja abrirá a las 12 del mediodía. Se tratarán los proyectos de ley de Propiedad Privada, Discapacidad, Morosidad, Trazabilidad de Medicamentos de Alto Riesgo y Vandalismo Rural.

Salvo que aparezca un cisne negro que rompa con todas las expectativas, habrá quórum hoy en la sesión especial de la Cámara de Diputados donde se tratará un repertorio extenso de proyectos, que demandará muchas horas de debate hasta bien entrada la madrugada del jueves.

La convocatoria es a las 12 del mediodía y reunirá en el recinto a un oficialismo que va confiado a defender sus dictámenes de mayoría, y una oposición agazapada buscando la oportunidad de dar el batacazo en alguno de los temas.

«Ellos tienen que garantizar el quórum y nosotros el debate», resumió una diputada nacional de Unión por la Patria sobre la estrategia de la oposición.

Es decir, una vez que el oficialismo reúna el número para habilitar la sesión, la oposición dura bajará al recinto para darle una respuesta a los colectivos de discapacidad y deudores críticos.

Después de que se cayera por falta de *quorum* la sesión opositora del pasado jueves, las cartas quedaron del lado del oficialismo, que jugará con la cancha inclinada a su favor e intentará imponer sus propios proyectos sobre Discapacidad y endeudamiento familiar.

Esos temas también habían estado en la fallida sesión de la semana pasada y fueron incorporados por el oficialismo en el temario de este miércoles como señuelo para seducir a dialoguistas para el quórum.

Qué se tratará

El primer tema del orden del día, y con el que se iniciará el debate en el recinto, es el proyecto venido del Senado sobre Inviolabilidad de la Propiedad Privada, que modifica el régimen de expropiaciones y desalojos, al tiempo que ratifica la vigencia de la Ley de Tierras del kirchnerismo, algo impensable meses atrás en un Gobierno que se jactaba de querer erradicar todo tipo de regulaciones a la extranjerización.

Además, aparece un proyecto transversal sobre trazabilidad de medicamentos de alto riesgo (como el fentanilo, cuyo brote de ampollas contaminadas provocó la última gran tragedia sanitaria), que fuera trabajado por Silvana Giudici, Victoria To-

losa Paz y la exlegisladora Mónica Fein, y otra iniciativa para endurecer las penas contra el vandalismo rural.

A La Libertad Avanza le interesa imponer sus propios dictámenes para bloquear los proyectos de la oposición, que implican una prórroga de la emergencia de la Discapacidad (que obliga a jueces a resolver con urgencia solicitudes de pensión y compensaciones a prestadores) y un plan de refinanciación de deudas a morosos con quita de punitivos y topes a las tasas de interés.

En el caso del proyecto sobre Discapacidad, el oficialismo no debería pasar apuros ya que tiene cerrado el dictamen a partir de concesiones a pedido de Argentina Federal y el MID.

El proyecto ciertamente incorpora todo el esquema de beneficios incorporados en la ley 27.793 sobre Discapacidad pero le quita el carácter de emergencia y transitoriedad, convirtiéndola en una ley de orden público, con efectos permanentes, que exceden los gobiernos de turno.

La oposición se aferra a la prórroga de la emergencia (por un año más, hasta el 31 de diciembre de 2027) porque por su propia naturaleza genera mayores condiciones de exigibilidad a jueces para que resuelvan de manera perentoria las 324.303 solicitudes de pensión pendientes y las compensaciones no pagadas a los prestadores.

Además sostiene que el proyecto del oficialismo mantiene separadas la pensión por invalidez laboral y la pensión por discapacidad, y endurece los requisitos.

También argumentan que la ley propuesta por La Libertad Avanza y sus aliados delega en la reglamentación la evaluación para acceder a la pensión y la compatibilidad con el trabajo, y permite suspender pensiones sin debido proceso, por simple cruce de datos.

Tampoco garantiza el financiamiento, ni asegura el pago de la deuda con los prestadores ni el atraso arancelario del 30,67%.

Desde el conglomerado opositor se jactan de contar con el apoyo para prorrogar la emergencia del Consejo Federal de la Discapacidad (COFEDIS), de todas las organizaciones de y para personas con discapacidad, del Foro Permanente Discapacidad, de las asociaciones de prestadores y trans-

portistas, y de la Pastoral Social de la Conferencia Episcopal.

«Lo de ellos es muy regresivo, por eso las organizaciones están a favor de nuestro pedido», señaló la diputada nacional de Unión por la Patria consultada por la Agencia NA.

En el caso del proyecto sobre morosidad familiar, el escenario está mucho más abierto y casi cualquier cosa puede ocurrir en el recinto.

El dictamen de mayoría, firmado por LLA, el PRO y la UCR, hace hincapié en brindar información detallada sobre créditos al usuario para prevenir situaciones irregulares, pero no interviene ni con tasas máximas ni con planes de refinanciación para deudores críticos.

En cambio, el proyecto de Unión por la Patria, Provincias Unidas y la Coalición Cívica, denominado «ley de regularización y alivio financiero», declara la emergencia por 180 días



Cámara de Diputados de la Nación.

y propone un régimen de refinanciación de al menos 12 cuotas, al cual pueden adherir personas que tengan una mora de más de 60 días y por montos de hasta dos canastas básicas

totales hogar tipo 2 (actualmente 3.265.010 pesos).

En tanto, se fija como cuota máxima un monto que no supere el 30% de los ingresos de las personas.

NOCHE DE BODAS

Day Use para el novio o amigas de 12 a 20 hs.
\$89.500
Habitación doble Standard

Habitación Suite Superior | Champagne
Bombones | Batas | Sales & Espuma de Baño
Servicio de Desayuno Continental al Cuarto
Cochera Cubierta | Check In: 15hs
Late Check Out: 18hs

\$280.000
No válido para fechas especiales.

Hotel Colonial
San Nicolás

Cruces entre Javier Milei y Axel Kicillof por el impacto de la política económica en los ingresos

El Presidente volvió a cuestionar a quienes advierten que el sueldo no alcanza y culpó al periodismo. El gobernador bonaerense le reprochó desconocer la realidad de millones de argentinos.

Javier Milei volvió a defender sus polémicas declaraciones sobre los argentinos que no llegan a fin de mes y apuntó contra los periodistas que lo cuestionaron. El Presidente insistió en que se trata de una frase sin sentido y los acusó de repetir una "opereta". Axel Kicillof salió al cruce y sostuvo que los trabajadores llegan al día 30 "viviendo peor, mucho peor", a fuerza de recortar gastos y endeudarse.

El intercambio comenzó después de que Milei calificara de "pelotudez" la afirmación de que una parte de la población se queda sin dinero antes de terminar el mes. Durante su exposición ante empresarios petroleros y energéticos en Neuquén, el mandatario se preguntó cómo hacen esas personas para vivir diez días "sin comer y sin beber".

La respuesta generó cuestionamientos y una ola de memes en redes por interpretar de manera literal una expresión que apunta a las dificultades para cubrir los gastos cotidianos. Lejos de moderar su postura, el

jefe de Estado volvió sobre el tema en sus redes sociales y apuntó contra la cobertura periodística.

Milei acusó a los periodistas de repetir una "opereta"

Bajo el título "DESMONTANDO OPERETAS", el Presidente cuestionó a quienes señalaron las consecuencias de sus dichos y los acusó de repetir "como loros" una frase que, según su interpretación, carece de sentido.

"Entiendo que se sientan mal por haber repetido como loros una frase sin sentido", escribió Milei, quien también cuestionó las referencias a encuestas y las críticas personales que recibió tras sus declaraciones.

El mandatario insistió en que quienes sostienen que la gente se queda sin plata antes de fin de mes deberían explicar cómo sobrevive durante los días restantes. También apuntó contra quienes mencionan el uso de tarjetas de crédito como una forma de afrontar los gastos y les pidió considerar qué sucede cuando llega el venci-



Javier Milei y Axel Kicillof.

miento del mes siguiente.

En ese sentido, apeló a la "lógica intertemporal del crédito" para defender su argumento y volvió a descalificar a los periodistas que lo contradicen. "Entiendo que en general son muy pobres intelectualmente, pero no es tan difícil", lanzó antes de ce-

rrar su publicación con un "CIAO".

La respuesta de Kicillof: "La gente llega a fin de mes viviendo peor"

El gobernador bonaerense Axel Kicillof respondió con dureza y cuestionó tanto el tono burlón del Presidente como su interpretación de las dificultades económicas que atraviesan los hogares.

"Burlarse de los que no llegan a fin de mes con un cinismo desco-

nocido hasta ahora, pero además creyéndose gracioso o inteligente, es muy triste", sostuvo.

Kicillof planteó que las dificultades para llegar a fin de mes no significan que las personas se queden literalmente sin comida ni bebida a partir del día 20. El problema, argumentó, es que los ingresos ya no alcanzan para sostener el nivel de gastos y que las familias deben modificar sus hábitos para cubrir sus necesidades.

"Le voy a decir al Presidente cómo se llega a fin de mes: viviendo peor, mucho peor", escribió el mandatario provincial.

Como ejemplos, mencionó las estrategias para estirar un sueldo insuficiente, la postergación de compras, las restricciones al consumo y la reducción de las salidas. También apuntó contra el endeudamiento de los hogares.

"La gente se está endeudando de a millones, con el sistema financiero, con las billeteras, con la tarjeta de crédito, con alguna financiera o con la familia o los amigos", advirtió.

Para Kicillof, esa dinámica está generando "una pelota de deuda" que atribuyó a la política económica del Gobierno nacional.

Diputados liberó la primera cuota del Fefim para intendentes

La Cámara de Diputados de la provincia de Buenos Aires les dio ayer una buena noticia a los intendentes: les llegarán fondos frescos para que los puedan usar como les parezca.

En efecto, se llegó a un acuerdo para liberar la primera cuota del Fondo de Emergencia y Fortalecimiento de la Inversión Municipal (Fefim), correspondiente al mes de abril, para llevar algo de oxígeno a los municipios.

Fuentes legislativas aclararon a La Tecla que la distribución se hará de acuerdo al Coeficiente Unificado de Distribución (CUD) y que las otras cuatro cuotas quedarán en poder de la comisión bicameral ad hoc, que todavía no se conformó.

De todos modos, surgió un inconveniente sobre la situación de los más de 40 municipios que ya presentaron proyectos en los ministerios para ejecutar fondos ya que recibieron esos recursos. Qui-

nes cumplieron con este paso se quedarían sin libre disponibilidad.

La Cámara baja aprobó además un proyecto del radical Diego Garcarena para modificar la Ley 15.561 y permitir que los fondos del Fefim sean de libre disponibilidad para que los jefes comunales puedan dedicarlos a cubrir las necesidades del momento.

El diputado peronista y exintendente Diego Nanni destacó la iniciativa y dijo que darles libre disponibilidad a los fondos les permitirá a los intendentes atender las necesidades y urgencias de sus municipios.

Por su parte, Garcarena resaltó que la necesidad de la modificación surgió porque "no se cumplió un acuerdo" entre la oposición y el gobierno de Axel Kicillof, el año pasado, para crear la comisión bicameral, a cambio de la anuencia para aprobar el endeudamiento para la Provincia.

Hotel Colonial
San Nicolás

DAY USE
UN DÍA PARA RELAJARSE

HOTEL
SOSTENIBLE Y RESPONSABLE



Uso de habitación en base doble en categoría Standard



Check in 12 hs / Check out 20 hs



Almuerzo sugerencia del mes (Plato Principal + Postre y 1 bebida sin alcohol)



Uso de baño romano y canchas de deportes



Wi-fi en todas las áreas del hotel



Estacionamiento al aire libre sin cargo

\$75.000
PRECIO POR PERSONA



CONSULTAS:
+549-3364666565

Fuerte ataque de Milei a Lula: “Espero que su último truco no incluya robarse la elección”

El Presidente citó una entrevista de su par brasileño para acusarlo de “machirulo”; la segunda vuelta es el 25 de octubre y los últimos sondeos dan a Bolsonaro un 51% de intención de voto.

A pocos días del balotaje del 25 de octubre para definir la elección en Brasil, el presidente Javier Milei atacó a su par del país vecino, Luiz Inácio Lula da Silva, candidato que competirá contra el senador carioca Flavio Bolsonaro, a quien el libertario apoya. “Espero que su último truco de campaña sucia no incluya robarse la elección”, señaló el mandatario.

Milei citó un recorte de una entrevista a Lula en el que afirma que en Brasil no es viable trabajar seis días a la semana, a días de que el Parlamento sancionara la reducción de la jornada laboral de 48 a 40 horas, un logro del actual mandatario. “La mujer no puede trabajar seis días a la semana y descansar uno porque ese día tiene que limpiar la casa, lo que significa más trabajo”, afirmó Lula. En esa charla, pretendía ejemplificar que en el país son en su mayoría las mujeres las que están a cargo de las tareas de cuidado.

Sacado de contexto, el Presidente argentino salió al ataque: “Los progres machirulos”. Luego sumó: “Después acusan de misóginos a todos sus oponentes...se les está cayendo la careta a estos delincuentes”.

Y para cerrar dijo: “Espero que su último truco de campaña sucia no incluya robarse la elección... zurdo ladrón”. Esa fue la misma acusación que hizo Jair Bolsonaro (expresidente y padre del candidato de derecha) a Lula en 2022 cuando buscaba reelegir y perdió contra el actual presidente.

Jair Bolsonaro cumple una pena de 27 años y tres meses de prisión por intento de golpe de Estado en enero del 2023, cuando, según la sentencia de la Corte Suprema, lideró una trama para impedir la asunción de Lula al



Javier Milei acusó a Luiz Inácio Lula da Silva de planear un robo electoral a pocos días de la segunda vuelta en Brasil.

desconocer el resultado y organizar un grupo que promovió la toma del Palacio del Planalto en Brasilia, entre otras sedes institucionales.

Tras la condena de su padre en 2025, Flavio emprendió una carrera electoral para llegar a la presidencia y terminar con la idea de reelección de Lula da Silva, de casi 81 años.

Milei, metido en la campaña de Brasil

El viernes pasado, el equipo de campaña de Lula usó de ejemplo la política de motosierra de Milei para pedir que no apoyen a Bolsonaro. “Casi la mitad de los argentinos en la miseria”, y “tienen que comer carne de burro para sobrevivir” fueron algunas de las frases que publicó

el equipo del actual mandatario para incentivar a la población a no votar por el senador carioca, que se impuso en la primera vuelta.

“La motosierra de Milei, en la Argentina, ya ha sumido a casi la mitad de los argentinos en la miseria. No es un ejemplo para Brasil. Cuando Flávio Bolsonaro habla de recortes, de tijeretazo, el gasto que quiere cortar es usted”, se afirma en el posteo.

Antes de la primera vuelta, Milei apoyó a Bolsonaro y atacó con insultos a Lula. Y es que desde el Gobierno esperan que la economía más grande de la región, socio principal del Mercosur, se sume a la “ola azul” de gobiernos de derecha, bajo el eje que lidera el presidente de Estados

Unidos, Donald Trump.

Con el vínculo reducido por decisión de Brasilia al nivel de encargados de negocios, y los embajadores de ambos países esperando instrucciones para regresar a sus puestos, los contactos institucionales continúan, pero está claro que la relación entre Milei y Lula ya no tiene retorno.

Luego de que Bolsonaro se impusiese en el primer lugar el pasado 4 de octubre, Milei saludó al senador.

“Felicitaciones, querido amigo Flavio Bolsonaro, por esta histórica elección ante el comunista de Lula. El continente americano es de ciudadanos que quieren vivir en libertad. Espero que pronto podamos empezar a trabajar juntos para que la Argentina y Brasil sigan siendo grandes socios comerciales, culturales y políticos. Las oportunidades para nuestras naciones, trabajando juntos, son infinitas. ¡Viva la libertad, carajo!”, celebró tras la difusión de los resultados.

Brasil denuncia «injerencia» de Milei antes del balotaje

La cancillería de Brasil acusó ayer al presidente argentino Javier Milei de «intento de injerencia» en el balotaje presidencial del domingo, luego de que el mandatario dijera que su homólogo Lula podría «robarse la elección».

La relación bilateral ya se tensó en julio, cuando Milei tildó al presidente Luiz Inácio Lula da Silva de «ladrón» y «presidiario», durante el lanzamiento de la candidatura presidencial de Flávio Bolsonaro, que disputará la segunda vuelta ante Lula.

Este martes, el presidente argentino volvió a cargar contra Lula: «Espero que su último truco de campaña sucia no incluya robarse la elección... zurdo ladrón», escribió Milei en X.

Brasilia rechazó las «ofensas» del mandatario y afirmó que «constituyen un nuevo e inaceptable intento de injerencia externa en el proceso democrático brasileño».

La cancillería de Brasil ya había rebajado la relación diplomática con Argentina al retirar a su embajador en Buenos Aires por los dichos de Milei de julio.

Lula, que busca su cuarto mandato no consecutivo, estuvo preso por corrupción antes de que su condena fuera anulada por defectos de forma.

La publicación de este martes es «inaceptable, desequilibrada y no condice con la postura que debe adoptar el jefe de Estado de un país amigo», agregó el ministerio de Relaciones Exteriores brasileño.

Flávio Bolsonaro, de 45 años e hijo del expresidente Jair Bolsonaro, se impuso en la primera vuelta con 47% de los votos frente a 45% de Lula, de 80.

Menús Ejecutivos

MARTES A VIERNES

Menú 1

Ñoquis con salsa fileto
Crema heladas o Flan casero
1 agua o gaseosa
\$21.000

Menú 2

Pollo al horno trozado
con puré de papas
Crema heladas o Flan casero
1 agua o gaseosa
\$24.500

Menú 3

Ensalada Cesar
Crema heladas o Flan casero
1 agua o gaseosa
\$18.000

Los Nogales
RESTAURANTE

HOTEL COLONIAL SAN NICOLÁS

LIGA DE CAMPEONES

El PSG aplastó al Barcelona

En una jornada repleta de emociones en la Champions League, el Paris Saint-Germain venció por 4 a 2 al Barcelona en el Parque de los Príncipes en un auténtico partidazo por la Fase de Liga.

Tras una primera mitad intensa donde Désiré Doué abrió la cuenta a los 38 minutos, el complemento desató una lluvia de goles: Xavi Espot igualó para el conjunto catalán a los 10', pero Lucas Hernández volvió a adelantar al local a los 27'.

Lamine Yamal empató inmediatamente de volea sin ángulo, aunque la alegría duró poco para los visitantes. Vitinha, con un potente disparo, devolvió la ventaja al PSG y Fabián Ruiz, tras asistencia de Achraf Hakimi, selló el 4-2 definitivo que le quitó el invicto al Barça y dejó al bicampeón europeo como líder del torneo.

Por su parte, el Liverpool igualó la cima de la tabla junto al PSG tras superar 4-3 al Villarreal en Anfield. Pese a arrancar 0-2 abajo por los tantos de Georges Mikautadze y Sergi Cardona, los de Red se recuperaron con un doblete de Alexis Mac Allister, un gol de Ronald Araujo y otro de Florian Wirtz, resistiendo el descuento final de Tani Oluwaseyi.

En tanto, Manchester City aplastó 5-1 al AEK de Atenas con un triplete de Phil Foden, quien cubrió la baja por molestias de Erling Haaland; Elliot Anderson y Rayan Cherki completaron la goleada, mientras Stavros Pillos había descontado momentáneamente.

En Italia, la Roma festejó su primer triunfo de la temporada al golear 4-0 al Slovan Bratislava con anotaciones de Mario Hermoso, Nahuel Molina, Niccolò Pisilli y Donyell Malen de penal.

Atlético de Madrid rescató un empate 1-1 en Alemania ante el Stuttgart gracias a un zurdazo de Julián Álvarez que igualó el tanto inicial de Jamie Leweling, mientras que el Borussia Dortmund sufrió pero venció 2-1 al Sabah de Azerbaiyán en Bakú con un doblete decisivo de Serhou Guirassy.

Napoli derrotó a Bodø/Glimt por 4 a 3 con goles de Politano, McTomminay (2) y Bjørtuft en contra, mientras que para el equipo noruego anotaron Hauge, Helmersen y Fet. En Portugal, PSV Eindhoven de Países Bajos se impuso por 1 a 0 ante el Porto con gol de Guus Til. Y en Estambul, Fenerbahçe igualó 2 a 2 ante Slavia Praga. Aydin y Greenwood convirtieron para el conjunto turco, mientras que Provod y Pavel Kačor anotaron para el equipo de República Checa.

COPA SUDAMERICANA

Boca ganó en el Maracanã y logró su boleto a la final

El Xeneize doblegó a Vasco da Gama por 3 a 1, con goles de Di Lollo, Merentiel y Paredes, y así remontó la derrota sufrida en casa por 1 a 0. Definirá el título dentro de un mes en Barranquilla.

De la Redacción de EL NORTE
deportes@diarioelnorte.com.ar

Boca jugó un primer tiempo excelente y, cuando parecía dormirse en los laureles durante la segunda parte, la pegada privilegiada de Leandro Paredes apareció para darle un triunfo por 3-1 ante Vasco da Gama, 3-2 en el global, y la clasificación a la final de la Copa Sudamericana 2026.

Así, los dirigidos por Rodolfo Arruabarrena aseguraron el pase a la final de la Sudamericana, en búsqueda de su tercer título en este certamen, en la que esperan por el ganador entre Atlético Mineiro de Brasil y Montevideo City Torque de Uruguay, que disputaran hoy el desquite con ventaja para el elenco brasileño al imponerse por 3 a 0 en Belo Horizonte.

La instancia decisiva, que ya tiene a Boca esperando rival, se jugará el sábado 21 de noviembre en el estadio Metropolitano de Barranquilla, en Colombia.

El conjunto de la Ribera abrió el marcador apenas comenzado el partido, a los 3 minutos, con un córner excelente de Lautaro Blanco al segundo palo, que habilitó el frentazo cruzado y go-



El conjunto de la Ribera mostró su mejor versión en Brasil y logró un épico triunfo. WEB

leador de Lautaro Di Lollo.

Apenas dos minutos después, un recurso excelente de Miguel Merentiel para habilitar con el taco a Leonel Flores dejó mano a mano al delantero, a quien le puntearon la pelota antes de poder definir.

Posteriormente, un tiro de esquina al segundo poste llegó preciso para la frente del volante Thiago Mendes, cuya definición se fue cerca del poste derecho de Álvaro Montero.

El equipo argentino volvió a llegar con peligro sobre los 32, con un contraataque en el que Merentiel dejó a Villa frente al guardameta rival, aunque el disparo del colombiano salió desviado. Un minuto después, el Xeneize se aprovechó de las enormes falencias defensivas del rival y, con una pelota larga de Villa para Merentiel –apenas por delante de la mitad de la cancha–, el uruguayo se fue mano a mano con Leo Jardim y lo venció al abrir el pie derecho y establecer el 2 a 0.

En el complemento, el con-

junto carioca tuvo más la pelota, pero le costaba llegar. Recién pudo hacerlo a los 14 minutos con un remate de Bruno Duarte, que se fue muy alto.

Dos minutos después, el que intentó fue Alan Lescano, en una de sus primeras intervenciones positivas de la noche, aunque su disparo desde afuera del área salió por encima del travesaño.

Luego, un centro desde la izquierda fue desviado por Di Lollo y cruzó toda el área grande hasta llegarle a José Rodríguez, quien, con un disparo seco y rante, la pelota se metió por el rincón derecho del guardavallas visitante.

Cuando parecía que se resolvía en los penales, Leandro Paredes se quedó con una pelota a algunos metros del área grande, a los 42 minutos, e hizo lo que mejor sabe hacer: sacó un remate violento, seco e impresionante, que fue directo a Jardim, pero, ante su pésima reacción, pegó en su mano y cruzó la línea, con un tanto que sentenció un triunfo histórico.



COPA NICOLEÑA

Argentino goleó a Regatas

Argentino Oeste protagonizó la gran sorpresa en el marco de los octavos de final de la Copa Nicoleña “Rubén Acevedo” al derrotar por 4 a 2 a Regatas en cancha de Paraná y avanzar a la próxima instancia del certamen. El Náutico estuvo dos veces en ventaja en el tanteador, pero no logró sostener la diferencia y terminó cediendo ante la reacción de su rival.

Facundo Luque fue una de las figuras del encuentro al convertir dos goles para el conjunto de la estación, mientras que Alan Galeano y Daniel Mendoza completaron la cuenta del conjunto ganador.

Por otro lado, Luque falló un penal a los 16 de la etapa inicial. Y para el elenco de La Ribera, los tantos fueron anotados por Varas y Dylan Gómez.

Con la clasificación asegurada, Argentino Oeste espera ahora por el vencedor del encuentro entre El Fortín y Matienzo para conocer a su rival en los cuartos de final.

Argentinos Oeste 4
Regatas 2

Cancha: Paraná
Árbitro: Daniel Asenjo
Asistentes: Germán Volker y Gerónimo Torres
Argentino Oeste: Nahuel Peñaloza, Alan Galeano, Matías Acevedo, Alan Ledesma, Ezequiel Oviedo, Nicolás Aquino, Ariel Alegre, Esteban Acevedo, Facundo Luque, Daniel Mendoza y Bruno Arce. DT: César Cecchi.
Regatas: Agustín Lobos, Mauro Ressi, Camilo Colombo, Salvador Martínez, Federico Scoppa, Jehiel Argañaraz, Ramiro Enneuy, Eduardo Puchetta, Lautaro Correa, Dylan Gómez y Juan Cruz Varas. DT: Sergio Barbieri.
Goles: PT 12m Varas (R). ST 5m Facundo Luque (A), 13m Dylan Gómez (R), 28m Alan Galeano (A), 30m Facundo Luque (A) y 38m Daniel Mendoza (A).
Cambios: en Regatas, Andrés Castaño por Puchetta, Tobías Castillo por Correa, Flavio Ciampichetti por Dylan Gómez, Alex Belsun por S. Martínez y Andrés Ferrari por Colombo; en Argentino Oeste, Javier Krom por Ledesma, Lihuel Oviedo por Luque y Aaron Paz por Mendoza.
Incidencia: PT 16m Luque (AO) desvió un penal.

FÓRMULA 1

Colapinto se prepara para correr en EE.UU.

Franco Colapinto (Alpine) tendrá actividad este fin de semana, cuando se lleve a cabo el Gran Premio de Estados Unidos, correspondiente a la decimotava fecha del campeonato de Fórmula 1.

La actividad se llevará a cabo en el Circuito de las Américas de Austin, que cuenta con 20 curvas y una extensión de 5,516 kilómetros.

El viernes se disputarán las primeras dos prácticas libres, que están programadas para las 14.30 y las 18.00 (hora de Argentina). Luego, el sábado será la tercera y última sesión de entrenamientos, a iniciarse a las 14.40, mientras que la clasificación está programada para las 18.00. Finalmente, la carrera se largará el domingo a las 17.00.

Colapinto llega a esta prueba en un flojo momento de la temporada, ya que acumula tres carreras consecutivas sin sumar puntos. La racha negativa comenzó con su choque en Azerbaiyán y se extendió a Baréin (que se disputó en Malasia) y Singapur.

Al respecto, comentó: "Hemos afrontado varias carreras difíciles en las últimas semanas, pero he vuelto a Enstone con mis ingenieros y todos hemos trabajado intensamente para que las próximas citas sean mucho mejores". "Tenemos mucho trabajo por delante en la pista y estoy decidido a completar otro fin de semana sólido en Austin", declaró de cara a su 44° Gran Premio de Fórmula 1.

Enfocado en lo que viene, Colapinto señaló que "el ambiente en Austin es realmente genial y la ciudad siempre está llena de vida" y destacó que estas circunstancias convierten a esta en una de sus "paradas favoritas del calendario". "Es un circuito increíble para pilotear y creo que los espectadores disfrutarán de grandes batallas en pista con los monoplazas de esta temporada", puntualizó el oriundo de Pilar.

A su vez, resaltó sus objetivos en la seguidilla de las tres fechas que se desarrollarán en Austin, México y San Pablo. A propósito de ello, Colapinto consideró que "es fantástico" poder competir en estos lugares, sobre todo porque cuenta "con el apoyo de muchos aficionados que están más cerca de casa".

La lucha por el título

En lo que respecta a la pelea por el título, el italiano Andrea Kimi Antonelli (Mercedes) podría consagrarse como el campeón más joven en la historia de la Fórmula 1, si es que gana y los británicos Lewis Hamilton (Ferrari) y George Russell (Mercedes) terminen quinto y noveno o en peores posiciones, respectivamente.

MATÍAS ACOSTA

“Había que ganar como sea”

La figura de Regatas en su debut en la Liga Argentina de Básquet valoró el triunfo obtenido ayer en La Ribera ante Centenario de Venado Tuerto en el marco de la Conferencia Sur. El escolta chaqueño destacó que “el equipo demostró tener carácter”. Por su parte, otra pieza importante del Náutico, Valentín Ingrata, confesó haber cumplido un sueño.

De la Redacción de EL NORTE
deportes@diarioelnorte.com.ar

Entre abrazos, felicitaciones y festejos, al término del encuentro con Centenario de Venado Tuerto, sobre la madera de La Ribera algunas de las principales figuras de Regatas en su debut en la Liga Argentina de Básquet charlaron con *La Deportiva* (EL NORTE Stream), brindando sus sensaciones por la victoria conseguida por 80 a 78 en el marco de la Conferencia Sur.

En primer lugar, Matías Acosta expresó: “Estamos muy contentos porque pudimos arrancar ganando en casa y darle un triunfo a la gente que acompañó”. Y afirmó que el lunes “había que ganar como sea”. “Hubo muchos errores y ansiedad por el debut, pero siempre es mejor corregir cuando se

gana”, agregó el escolta chaqueño, que terminó con 20 puntos (13 en el período inicial) y 10 rebotes, encabezando el goleo de los nicoleños (con 2-7 en dobles, 4-6 en triples y 4-4 en libres en casi 32 minutos de acción).

Al mismo tiempo, el ex Provincial de Rosario –autor del triple que les permitió pasar al frente en el resultado con menos de treinta segundos por jugar– destacó que “el equipo demostró tener carácter, algo que es importantísimo cuando se presentan partidos así”. “Tenemos un equipo completo, se vio en [Valentín] Ingrata, que jugó muy poco en el primer tiempo y que en el segundo entró y nos ayudó a dar vuelta el juego”, remarcó Acosta.

“Un sueño cumplido”

Justamente, Ingrata confesó:



“Es un sueño cumplido para mí, estoy disfrutando de este momento porque es algo que desde chiquito quería vivir.

Estoy jugando con mi gente, con mi familia y mis amigos”.

“Se me pone la piel de gallina por poder vivir esto”, subrayó el tirador, clave en el tercer cuarto con sus tres triples para que Regatas, haciendo valer un parcial de 16-0, pudiese reaccionar y salir de una situación adversa (llegó a estar abajo 50 a 42 en ese tramo del encuentro).

Al respecto, Ingrata consideró que partidos como el que se dio con Centenario “no se pueden escapar, ganando por uno o por veinte”. “Se van a dar muchos juegos

así y lo importante es estar preparados para afrontarlos”, añadió Ingrata, quien volvió a jugar en la segunda categoría después de una década (había actuado para Tiro Federal de Morteros en la temporada 2015/16).

Por último, el jugador de 30 años surgido en la cantera regatense analizó: “En el primer cuarto defendimos bien y estuvimos muy efectivos, pero lo normal es lo que se vio en el resto de la noche”.

En la continuidad de la competencia, a Regatas se le vienen otros dos compromisos en casa: este viernes con Deportivo Norte de Armstrong y el lunes ante Racing Club de Avellaneda.

Ignacio Petroni debutó como árbitro en la AdC

Después de haber dado el salto de las competencias locales, regionales y provinciales a la Liga Federal en el último tiempo, Ignacio Petroni sigue dando pasos firmes en su constante crecimiento como árbitro de básquet. El joven nicoleño hizo su estreno como juez en competencias organizadas por la Asociación de Clubes al dirigir el partido que el lunes Regatas disputó como local ante El Talar en el marco de la Liga Nacional Femenina. Petroni integró la dupla arbitral junto a Érica Slame,

de Junín, en lo que fue triunfo del equipo de la Capital Federal por 88 a 51 ante las regatenses en La Ribera.

Pensando en el futuro y en la proyección de su prometedora carrera, Petroni, de 27 años, tiene como objetivo poder sumarse al plantel estable de referís que se desempeñan en la Liga Argentina y en la Liga Nacional (que para esta temporada ya está cubierto). A juzgar por cómo se viene dando su desarrollo en la actividad, Nacho no está lejos de alcanzar esa meta.



Se aprobó la ley Ema contra el acoso digital y prohibieron los celulares en las secundarias bonaerenses

La nueva regulación antiviolencia digital establece una batería de medidas para evitar casos como el de Ema Bondaruk, una adolescente que se suicidó luego de que sus compañeros difundieron imágenes íntimas de forma no consentida.

En su sexta sesión ordinaria del año, la Cámara de Diputados bonaerense dio este martes sanción definitiva al proyecto denominado ley Ema, que crea el programa provincial de "Prevención y Abordaje Integral de la Violencia Digital" en las escuelas de la provincia de Buenos Aires.

El proyecto había sido aprobado a comienzos de octubre por el Senado bonaerense, pero debió regresar a Diputados debido a que, en el trabajo en comisiones en la Cámara Alta, se unificaron las propuestas de ley Ema impulsadas por las legisladoras de Fuerza Patria, Laura Clark y Mayra Mendoza, con el objetivo de avanzar con un articulado común para abordar y prevenir la violencia digital de género en los entornos educativos.

"Lo que acordamos con la familia de Ema, la autora del proyecto y su equipo es hacer un dictamen que unifique las dos propuestas que tienen diferentes aristas, pero que finalmente buscan lo mismo. Nosotros queremos que la ley Ema trascienda en la provincia de Buenos Aires y que se apruebe lo más completo posible, que abarque todos los aspectos a los que nos abocamos", expuso Clark semanas atrás, sobre la estrategia de unificar los dos textos.

Vale recordar que el proyecto de ley Ema fue producto de la inquietud de Laura Sánchez, mamá de Ema Bondaruk, la adolescente de 15 años oriunda de Longchamps que se convirtió en un símbolo de la lucha contra el ciberacoso y la violencia de género digital luego de quitarse la vida 24 horas después de que un compañero de su escuela difundiera un video íntimo suyo sin su consentimiento.

Con la unificación realizada en el Senado bonaerense, la nueva inicia-



La mama de Ema celebró la aprobación del proyecto durante su tratamiento en el Senado bonaerense.

tiva toma del proyecto presentado por la camporista Mayra Mendoza el enfoque de garantizar una convivencia digital segura, la incorporación de la ciudadanía digital a la ley de educación bonaerense, además de la capacitación y actualización de protocolos.

Mientras que del proyecto de Clark, la normativa incorpora la creación del Programa Provincial de Prevención y Abordaje Integral de

la Violencia Digital en Ámbitos Educativos, denominado programa Ema, que establece el marco para desarrollar estas políticas de prevención y abordaje en el sistema educativo provincial.

Qué establece la nueva ley Ema

La nueva ley Ema establece como objetivo garantizar a los estudiantes una convivencia digital segura a

partir de políticas y herramientas destinadas a prevenir, detectar y abordar de manera integral las distintas formas de violencia que pueden producirse en los entornos virtuales. En ese marco, el texto define como violencia digital a las conductas que, mediante el uso de tecnologías, puedan provocar daños físicos, psicológicos, económicos, patrimoniales, sexuales o morales contra niños, niñas y adolescentes.

Entre las situaciones contempladas por el articulado aparecen la obtención, reproducción o difusión sin consentimiento de material íntimo, incluido aquel producido o editado mediante inteligencia artificial (IA), además del acoso, las amenazas, la extorsión, el control o espionaje de la actividad virtual, los accesos no autorizados a dispositivos o cuentas y la difusión de datos personales sin autorización. El proyecto también incorpora los discursos de odio misóginos y otras formas de violencia que puedan afectar la libertad, la integridad sexual y los derechos de niños, niñas y adolescentes en los entornos digitales.

A su vez, la iniciativa oficialista busca incorporar a la ley provincial de educación contenidos vinculados con la ciudadanía digital y establece que deberán abordarse de manera transversal y progresiva cuestiones como el consentimiento, la privacidad, los derechos digitales, el uso responsable y crítico de las tecnologías, además de la prevención de las violencias en entornos virtuales.

Otro de los ejes centrales de la iniciativa que unificó los proyectos presentados por Mayra Mendoza y Clark es la capacitación del personal del sistema educativo, que deberá ser obligatoria y continua para docentes, nodocentes, equipos de orientación escolar y directivos, con herramientas para detectar tempranamente situaciones de violencia digital y actuar frente a ellas.

Por último, la ley Ema bonaerense propone que el alumnado y sus familias participen activamente en la construcción de una convivencia libre de violencias digitales, con un rol específico para los centros de estudiantes y los referentes juveniles.



Único en la región

TUS DATOS, EL CORAZÓN DE TU NEGOCIO,
SEGUROS EN NUESTRA NUBE

+54-11-5258-8785

g2k.com.ar

@g2khosting

/g2khosting

● el clima

HOY

Chaparrones.

Mínima: 12º
Máxima: 23º



JUEVES

Tormentas fuertes.

Mínima: 14º Máxima: 20º



VIERNES

Chaparrones.

Mínima: 15º Máxima: 20º



● el sol



Salida:
6.15



Puesta:
19.19

● la luna



Creciente
18/10/26



Llena
26/10/26



Menguante
1º/11/26



Nueva
9/11/26

● río Paraná

Fuente: Prefectura San Nicolás

Andresito	3.50 C.
Iguazú	27.40 C.
Posadas	10.13 B.
Corrientes	7.32 E.
Paraná	3.79 C.
Santa Fe	3.81 C.
San Lorenzo	3.78 C.

Rosario	3.52 C.
Villa Constitución	2.79 E.
San Nicolás	2.56 C.
Ramallo	2.23 B.
San Pedro	1.89 C.
Baradero	1.65 C.
Formosa	4.82 C.

● clasificados

● Bolsa de trabajo

/ofrecidos

SE OFRECE HOMBRE para trabajar como ayudante de albañilería y herrería. **Tel. 3364671553**

SE OFRECE JOVEN DE 37 AÑOS para tareas de limpieza. **Tel. 154535873**

SE OFRECE HOMBRE para trabajar como ayudante de herrería y albañilería. Con referencias. **Tel. 3364178735**

/pedidos

SE BUSCA EMPLEO limpieza, acompañante de persona mayor, atención al público, niñera. Con muy buenas referencias. **Tel.: 2477-201335**

● Cuidado de personas

/ofrecidos

SE OFRECE SEÑORA para cuidado de personas y limpieza por la tarde o la mañana. Con referencias. **Tel.: 3364281654**

SE OFRECE Auxiliar de Enfermería para cuidados de enfermos. Dama de compañía. **Tel.: 154535873**

SE OFRECE SEÑORA cuidado de personas en clínica con experiencia y referencias. **Tel.: 3364213580**

SE OFRECE SEÑORA para cuidado de abuelos y limpieza, solo por la mañana. **Tel. 3364115665**

SE OFRECE SEÑORA para cuidado de personas y limpieza por la tarde o mañana. Con referencias. **Tel.: 3364192690**

● Servicio doméstico

/ofrecidos

SE OFRECE SEÑORA para cuidado de abuelos y limpieza. **Tel. 3364631580.**

SE OFRECE SEÑORA para servicio doméstico y/o cuidado de personas con referencias. **Teléfono. 154681771.**

SE OFRECE MUJER para trabajo doméstico, acompañante de persona mayor con cama adentro y atención al público. **Tel. 2477201335**

SE OFRECE SEÑORA para dama de compañía de abuelas de martes a sábados con referencias. **Tel. 3364623540**

SE OFRECE MUJER para limpieza o cuidado de abuelos. Cama adentro. **Tel. 3364576359**

● Edictos judiciales

EDICTO. El Juzgado de Primera Instancia en lo Civil y Comercial N° 5, secretaria única del Departamento Judicial de San Nicolás, cita y emplaza por 30 días a herederos y acreedores de RICARDO SANCHEZ y de BLANCA BIBIANA TORRES.
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado en lo Civil y Comercial N° cuatro, del Departamento Judicial de San Nicolás, Secretaría Única, cita y emplaza por

treinta días a todos los que se consideren con derecho a los bienes dejados por el causante, STOCCAFISO OLGA SUSANA, en los autos caratulados STOCCAFISO OLGA SUSANA Y BRANDI JORGE NICOLÁS S/SUCESIÓN AB-IN-TESTATO. San Nicolás, 9 de octubre de 2026.
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado en lo Civil y Comercial N° cuatro, del Departamento Judicial de San Nicolás, Secretaría Única, cita y emplaza por treinta días a todos los que se consideren con derecho a los bienes dejados por el causante, BRANDI JORGE NICOLÁS, en los autos caratulados STOCCAFISO OLGA SUSANA Y BRANDI JORGE NICOLÁS S/SUCESIÓN AB-INTESTATO. San Nicolás, 9 de octubre de 2026.
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado de Paz Letrado de Ramallo, cita y emplaza por treinta días a herederos y acreedores de Don HÉCTOR GARCÍA. Ramallo, octubre de 2026.
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado Civil y Comercial N° 4, Secretaría Única Departamento Judicial de San Nicolás, en los autos caratulados "CONCA HÉCTOR ESTEBAN S/SUCESIÓN AB-INSTESTATO" expte. N° SN-14560-2026 cita y emplaza por 30 días a herederos y acreedores de CONCA HÉCTOR ESTEBAN. San Nicolás, 2026.
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado Civil y Comercial N° 5, Secretaría Única Departamento Judicial de San Nicolás, en los autos caratulados "MONTI EDUARDO HÉCTOR S/SUCESIÓN AB-INTESTATO" expte. N° SN-14647-2026 cita y emplaza por 30 días a herederos y acreedores de MONTI EDUARDO HÉCTOR. San Nicolás, 2026.
P3 e: 19-10-26

EDICTO. Juzgado Civil y Comercial N° 6, del Departamento Judicial de San Nicolás, Secretaría Única, cita y emplaza por 30 días a herederos y acreedores de AGUIRRE NELIDA MERCEDES. San Nicolás, octubre de 2026.
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado de Primera Instancia en lo Civil y Comercial N° 3 del Departamento Judicial San Nicolás, a cargo del Dr. Esteban Luis Magni, en los autos caratulados "PADILLA SILVIA SUSANA S/ SUCESIÓN AB-INTESTATO", Expte. N° SN-1200-2026, cita y emplaza a todos los herederos y acreedores que se consideren con derecho a los bienes dejados por la causante SILVIA SUSANA PADILLA, para que dentro del término de treinta (30) días lo acrediten. San Nicolás, de 2026.-
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado de Primera Instancia en lo Civil y Comercial N° 2, Secretaría Única del Departamento Judicial de San Nicolás, cita y emplaza por treinta (30) días a herederos y

acreedores de ERCOLI ROSA ELISA y DOMINGUEZ JUAN ANDRÉS. San Nicolás, septiembre de 2026.-
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado Civil y Comercial N° 4 de San Nicolás, Pcia de Buenos Aires, cita y emplaza por 30 días a herederos y acreedores de QUIROGA WALTER RAÚL. San Nicolás, septiembre de 2026.-
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado Civil y Comercial N° 2, Secretaría Única, del Departamento Judicial San Nicolás, cita y emplaza por treinta 30 días a herederos y acreedores des Sr. COSTILLA ALFREDO LUJÁN. San Nicolás, septiembre de 2026.-
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado Civil y Comercial N° 6, Secretaría Única, del Depto. Judicial San Nicolás, Provincia de Buenos Aires, cita y emplaza por el término de treinta días a herederos y acreedores de JORGE LUÍS MONNIER.
P3 e: 19-10-26

EDICTO. Juzgado Civil y Comercial N° 3, Secretaría Única de San Nicolás, cita y emplaza por treinta días a herederos y acreedores de MARCELA EDITH BRACHET. San Nicolás, 13 de octubre de 2026.-
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado Civil y Comercial N° 4, Secretaría Única de San Nicolás, cita y emplaza por el término de treinta 30 días a herederos y acreedores del Sr. LORENZO MARTÍN CARLOS. San Nicolás, de 2026.-
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El Juzgado de Primera Instancia en lo Civil y Comercial N° 4, del Departamento Judicial de San Nicolás, a cargo de la Dra. María Eugenia Sormaní, Secretaria a cargo de la Dra. María Celeste Telechea, en los autos caratulados: SILVA ALFREDO RAÚL S/SUCESIÓN AB-INTESTATO, Expte. N° SN-14818-2023, cita y emplaza por treinta (30) días a herederos y acreedores de ALFREDO RAÚL SILVA. San Nicolás, octubre de 2026.-
P3 e: 19-10-26

EDICTO. El señor Juez a cargo del Juzgado Civil y Comercial N° 2, del Departamento Judicial de San Nicolás, cita y emplaza por treinta días a herederos y acreedores de NELIDA ZULEMA MENCACCI y RAÚL ANDENMATTEN. San Nicolás, 4 agosto de 2026.-
P3 e: 19-10-26

EDICTO. Juzgado Civil y Comercial N° 4, Secretaría Única de San Nicolás, cita y emplaza por treinta días a herederos y acreedores de ADRIANA LUJÁN PERETTO. San Nicolás, 1º de octubre de 2026.-
P3 e: 19-10-26

Murió a los 82 años el actor Antonio Grimau

Tuvo una dura adolescencia y encontró contención en el arte. Luego, construyó una extensa trayectoria.



Antonio Grimau murió a los 82 años tras estar varios días internado. Fue uno de los actores argentinos más reconocidos y queridos.

A lo largo de su carrera, no solo conquistó al público como galán de telenovelas sino que con el paso del tiempo demostró su versatilidad en personajes dramáticos y grandes obras teatrales.

La noticia la confirmó la Asociación Argentina de Actores, en un comunicado publicado en sus redes.

"Con pesar, despedimos al actor Antonio Grimau. A través de su trabajo en los escenarios y las pantallas, construyó una sólida trayectoria que forma parte de la historia del espectáculo argentino. Abrazamos con afecto a sus familiares, amistades y colegas en este momento de tristeza", escribió la entidad.

Nacido el 10 de marzo de 1944 con el nombre de Antonio Rebolini, llegó a la actuación casi por casualidad. Cuando tenía 16 años encontró un aviso clasificado en el diario Clarín en el que buscaban actores para una obra de Bertolt Brecht. Se presentó en el teatro Charles Chaplin, en el barrio porteño de Almagro, y aquella decisión terminó cambiándole la vida.

Antes de encontrar su vocación, había trabajado en distintos oficios, entre ellos en una fábrica de calzado. El teatro le abrió un mundo nuevo y se convirtió en el espacio en el que encontró un propósito. Su apellido artístico también nació de una elección personal: tomó Grimau de una canción sobre Julián Grimau, un político español fusilado durante la dictadura franquista.

● farmacias

E

Desde las 8:30 hasta 8:30 día siguiente

ALMADA, Maipú y J. B. Justo

CATALAN, Almafuerie 442

DE LA TORRE, Avda. Illia 643

GIRARDI, Av. Savio 1634

HENRICH, 9 de Julio 63

TONON, Garibaldi 692

"ENVIE UN SMS CON LA PALABRA

FARMA.S.N. AL 8008 Y CONOZCA

LAS FARMACIAS DE TURNO"

[COLEGIO DE FARMACEUTICOS]

● loterías/quinielas

LAS AGENCIAS DE LA CIUDAD

● quiniela nacional matutina

1) ...3519	8) ...1528	15) ...4388
2) ...2060	9) ...1045	16) ...7633
3) ...1904	10) ...0349	17) ...0146
4) ...5005	11) ...2569	18) ...5393
5) ...7896	12) ...6142	19) ...1066
6) ...7053	13) ...0299	20) ...2001
7) ...6148	14) ...4325	

● quiniela nacional vespertina

1) ...3472	8) ...3591	15) ...3145
2) ...9870	9) ...3061	16) ...8313
3) ...5832	10) ...4928	17) ...1080
4) ...7828	11) ...2729	18) ...1201
5) ...0590	12) ...2734	19) ...0194
6) ...2182	13) ...1349	20) ...0251
7) ...0663	14) ...4118	

● quiniela nacional nocturna

1) ...2697	8) ...4340	15) ...6016
2) ...1862	9) ...4803	16) ...1910
3) ...8604	10) ...9765	17) ...4898
4) ...4404	11) ...0946	18) ...6142
5) ...4473	12) ...7479	19) ...0987
6) ...5637	13) ...9989	20) ...8965
7) ...1302	14) ...7780	

● quiniela Bs.As. matutina

1) ...3923	8) ...3207	15) ...6472
2) ...7066	9) ...0664	16) ...9844
3) ...9815	10) ...9787	17) ...6174
4) ...7225	11) ...9984	18) ...3444
5) ...9337	12) ...1172	19) ...7523
6) ...3647	13) ...2847	20) ...7671
7) ...5879	14) ...0192	

● quiniela Bs.As. vespertina

1) ...1788	8) ...3809	15) ...7805
2) ...0908	9) ...0310	16) ...2398
3) ...9445	10) ...4881	17) ...7138
4) ...5335	11) ...4797	18) ...4576
5) ...0519	12) ...9661	19) ...7934
6) ...3432	13) ...6884	20) ...4216
7) ...7695	14) ...4980	

● quiniela Bs.As nocturna

1) ...7310	8) ...9754	15) ...2609
2) ...3265	9) ...5963	16) ...0713
3) ...4404	10) ...6795	17) ...5649
4) ...5978	11) ...3674	18) ...4385
5) ...4434	12) ...6032	19) ...3864
6) ...3979	13) ...6904	20) ...4565
7) ...4932	14) ...0293	

● quiniela Santa Fe nocturna

1) ...2521	8) ...9993	15) ...2933
2) ...8709	9) ...7998	16) ...6949
3) ...9146	10) ...1525	17) ...5260
4) ...1842	11) ...2183	18) ...1682
5) ...4279	12) ...2545	19) ...0617
6) ...4653	13) ...6513	20) ...4735
7) ...7651	14) ...8058	

● quiniela Córdoba nocturna

1) ...2647	8) ...9019	15) ...5951
2) ...5905	9) ...8580	16) ...9734
3) ...2324	10) ...6846	17) ...0773
4) ...3684	11) ...7261	18) ...3951
5) ...9304	12) ...3198	19) ...1570
6) ...3659	13) ...0846	20) ...9908
7) ...1970	14) ...7330	

BIENESTAR

Cuál es el snack que recomiendan nutricionistas y entrenadores para cuidar la masa muscular

Una alternativa cotidiana puede integrarse a una alimentación equilibrada y aportar proteínas de calidad junto con minerales relevantes para la salud ósea.

Mantener la masa muscular no depende de un único producto ni de una comida aislada. El yogur estilo griego puede aportar proteína completa en una colación práctica, siempre que forme parte de una alimentación variada y combine entrenamiento de fuerza.

El yogur colado concentra los sólidos lácteos al retirar parte del suero, por lo que suele aportar más proteína que el yogur convencional.

La nutricionista y entrenadora Katie Hake, citada por el sitio especializado en alimentación EatingWell, señaló que un envase individual puede contener entre 15 y 20 g de proteína. La cifra concreta cambia según la porción y la receta, por lo que conviene revisar la información nutricional de cada alimento.



La preservación de la masa muscular requiere alimentación variada y actividad física regular.

La proteína alimentaria ayuda a conservar el tejido muscular

La proteína aporta aminoácidos, compuestos que el organismo utiliza para construir y reparar tejidos. La Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) establece una ingesta de referencia de 0,83 g de proteína por kg de peso corporal al día para adultos. Reconoce que el nutriente es necesario para el crecimiento y mantenimiento de la masa muscular.

Sin embargo, la entidad advierte que superar esa referencia no ha demostrado, por sí sola, beneficios adi-

cionales sobre la masa o la función muscular en personas sanas.

El yogur estilo griego contiene proteínas lácteas, entre ellas caseína y suero. Hake explicó al medio que la caseína se digiere más lentamente, mientras el suero se absorbe con mayor rapidez. También aporta los nueve aminoácidos esenciales. Nikki Gleason, nutricionista y entrenadora, destacó que entre ellos figura la leucina, vinculada con la síntesis de proteína muscular.

El dato no convierte a esta colación en una solución independiente. La Organización Mundial de la Salud

(OMS) recomienda cubrir las necesidades nutricionales mediante una dieta diversa, con fuentes de proteína de origen animal y vegetal.

En su guía sobre alimentación saludable, señala que las proteínas participan en la estructura de los músculos, pero subraya que la cantidad necesaria varía según la edad, peso corporal, nivel de actividad y condiciones individuales.

El entrenamiento de fuerza completa la estrategia para los músculos

La alimentación y el ejercicio

cumplen funciones complementarias. El Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM) actualizó en 2026 sus recomendaciones para adultos sanos y concluyó que el entrenamiento de resistencia favorece la fuerza, hipertrofia y rendimiento físico.

Su recomendación de partida es trabajar los principales grupos musculares al menos dos días por semana, con progresión adaptada a cada persona.

Por eso, una colación rica en proteína puede resultar útil para quienes tienen jornadas extensas o poco

tiempo para cocinar. Pero no reemplaza rutina de actividad física ni alimentación suficiente.

Las necesidades de deportistas, personas mayores, personas en recuperación de una lesión y quienes viven con enfermedades renales u condiciones clínicas deben evaluarse con un profesional.

El calcio suma aporte para la salud ósea

Además de proteína, el yogur aporta calcio. Este mineral interviene en el mantenimiento de los huesos y en la contracción muscular; la vitamina D ayuda a absorberlo.

La Oficina de Suplementos Dietéticos de los Institutos Nacionales de Salud de Estados Unidos incluye al yogur entre las principales fuentes alimentarias de calcio. Recuerda que los requerimientos dependen de la edad y el sexo.

Elegir una versión natural, sin azúcares añadidos, permite controlar mejor el aporte de azúcar libre.

La OMS aconseja que los azúcares libres representen menos del 10% de la energía diaria y considera que reducirlos por debajo del 5% puede ofrecer beneficios adicionales.

Fruta fresca, avena, frutos secos o semillas pueden complementar el yogur y añadir fibra, grasas insaturadas y carbohidratos.



70 años transformando la industria

SIDERSA.COM

