



# LA CAPITAL HISTÓRICA



**MES DEL IDIOMA GUARANI**

PROFESOR IGNACIO BAEZ

**CUIDADO Y USO DEL AGUA**

CONCIENCIACION AMBIENTAL

**INTERCAMBIO INTERNACIONAL**

CAMPICHUELO - CANDELARIA

**AUTO ELECTRICO**

TECNOLOGIA

**JOSE DE SAN MARTIN**

ANÉCDOTA QUE NO CONOCIAS

REGISTRO EN TRÁMITE  
Nº 95 AGOSTO 2018  
LA CAPITAL HISTÓRICA  
WWW.LACAPITALHISTORICA.COM.AR





“Hija ... Qué es lo que más te gusta comer?...” la respuesta que tuve fue “**RAVIOLES**”, entonces aquí la receta:

**Ingredientes:** (½ kilo de Pasta)

- 2 tazas Harina,
- 3 huevos,
- ½ cucharada de Sal.



### Preparación de la pasta

Colocar la harina sobre la mesa y hacer un pozo en el centro. Poner los huevos y la sal en el pozo. Mezclar los huevos con la ayuda de un tenedor, incorporando suavemente la harina en la mezcla de huevo poco a poco. Incorporado toda la harina con el huevo utilizando un tenedor, cambiar a una espátula o cuchillo de panadería para poder manejar mejor la masa. Después de que se han combinado los ingredientes de la masa usando un cuchillo, amasar con las manos y

## RAVIOLES

formar una bola. Si la masa parece seca, agregar un poco más de huevo batido. Si la mezcla está demasiado húmeda y se pega a los dedos, frotar las manos con harina y formar una bola de masa.

Amasar la pasta de masa como si fuera masa de pan. Empujando hacia abajo y lejos de uno con la palma de la mano. amasar hasta que la pasta este suave, como promedio unos 7 minutos.

Con la espátula, cortar la masa en 3 secciones iguales. Cada sección darle forma de una bola. Cubrir la masa con una toalla y dejar reposar durante 15 minutos.

Aplanar una de las bolas de masa con la palma de la mano hasta que este aproximadamente 1 cm. de espesor. Utilizar la maquina y aplanar suavemente la masa, que sale de la máquina, pero no tirar de ella. Después de que la masa ha pasado completamente a través de la máquina de pasta, girar la ranura hasta el próximo sector más pequeño y pasar la masa a través de la ranura.



Seguir con el mismo proceso disminuyendo cada vez la ranura para ello. A medida que se continúa rodando la pasta, su hoja de masa se estirará más y más. Tratar de mantener la

masa con cuidado, para que cuando salga de la maquina no se desgarre. Seguir pasando la masa a través de la máquina hasta que este del grosor de unos 2 mm. de espesor.

### Relleno para ravioles

- ½ kg. Carne de ternera molida,
- ½ kg. Carne de cerdo molida,
- 1 Seso de res,
- 2 cuch. Perejil picado,
- 4 cuch. Queso parmesano rallado c/n
- Nuez moscada,
- 1 Huevo entero,
- 2 Yema de huevo,
- ½ kg. Espinaca o acelga picada (cocida) y bien exprimida,
- 1 taza Cebolla picada
- 2 rodajas Pan molde remojado en caldo (deshacer hasta formar una pasta),
- cantidad necesaria de Aceite de Oliva.

### Preparación Del Relleno

Cocinar el seso, lavar bajo el agua, quitar la membrana que cubre y cocinar en agua con un poco de caldo o agua con sal, para que tenga sabor... En una cacerola, poner aceite y saltear la cebolla picada, agregar las carnes, condimentar con sal, pimienta y nuez moscada, cuando este cocinada la carne, agregar la miga de pan remojada en caldo, los sesos, la espinaca o acelga, el queso, el huevo entero. Mezclar todo bien y rectificar la sazón, pasar por la procesadora o la maquina de moler carne, tener listo hasta el momento de usar. Otro tipo de tipo de relleno, puede ser: Jamón cocido, jamón crudo(prosciutto), langostinos, ricotta, portobello mushrooms, etc...

### Preparación De Los Ravioles

Estirar la masa sobre la mesa, pincelar con la yema del huevo, extender el

relleno sobre la pasta de forma pareja, cubrir con la otra mitad de la pasta y con la ayuda del rodillo emparejar el grosor de los ravioles.



Finalmente pasar por sobre la pasta el rodillo raviolero, ese que se consigue en los bazares o se tiene de la abuela.



Hay varias maneras de hacer los ravioles, pero para mi gusto esta manera artesanal es la mejor que conozco...

En general, las pastas frescas se cocinan muy rápidamente. Cocinar los ravioles en agua hirviendo durante 3 a 4 minutos. Servir caliente con salsa a gusto, a mi gusta directamente con salsa de tomate, pero tambien puede acompañarse a la bolognesa y a la crema y bastante queso parmesano rallado...

y despues contame, visitando <http://la-capitalhistorica.com.ar/2018/09/05/linda-receta-de-ravioles/>

## DÍA DEL PANADERO

4 DE AGOSTO

El Día Nacional del Panadero se celebra cada año, el día 4 de agosto, en honor a las personas que dedican su vida a la elaboración de los panes que comemos. Su celebración es realizada en Argentina. El pan es el alimento más básico y necesario dentro de nuestra alimentación desde el año 8000 AC. Origen

El origen del día del panadero se remonta al 4 de agosto del año 1887. Fue este día cuando el Congreso Nacional Argentino reconoció este día como reconocimiento en la labor que realizan diariamente los panaderos. Además este día se llevó a cabo la creación del primer sindicato de obreros panaderos argentinos. ¿Qué se hace?

Este día los profesionales dedicados a la elaboración del alimento más básico de nuestra alimentación y por otro lado tan necesario, reciben un reconocimiento en agradecimiento de su dedicación. Las personas que conocen a un panadero lo felicitan por el gran empeño

que ponen en su trabajo.

En la antigüedad el pan solía realizarse en las casas, para consumo familiar. Es a raíz de la Revolución Industrial cuando empieza a fabricarse de forma industrial, surgiendo de este modo la profesión de panadero. A lo largo de los años han aumentado en gran cantidad los tipos de panes que podemos consumir. La elaboración del pan proporciona una característica única a la gastronomía a la que pertenece.

Hoy en día nos encontramos con una variedad de panes, con diferentes formas, tamaños, etc. Los ingredientes y sus cantidades son los que permiten en gran medida esta diversidad. Si tenemos en cuenta el uso de las diferentes harinas nos encontramos con los siguientes tipos de pan:

**Pan de trigo:** es el más comúnmente conocido y consumido. Se elabora utilizando harina de trigo.

**Pan de centeno:** usualmente utilizado en la zona Norte,

puesto que el centeno llega a soportar frías temperaturas.

**Pan de cebada:** este tipo de pan era consumido por gente que no tenía muchos recursos, siendo remplazado por el de trigo.

**Pan de arroz:** este pan está compuesto entre otros ingredientes por harina de arroz. Actualmente este tipo de pan es muy utilizado en la sociedad ya que no lleva gluten, siendo un pan apto para los celíacos.

**Pan de maíz:** elaborado a base de harina de maíz. Si no se combina con otro tipo de harinas, también es apto para las personas intolerantes al gluten.

**Pan de molde:** pan en forma cuadrada, utilizado como rebanadas tostadas para el desayuno con mantequilla y mermelada, o bien para hacer sándwiches.

**Pan de hamburguesa:** pan redondo y esponjoso utilizado para introducir dentro de él carne, lechuga, tomate entre otros ingredientes para formar una hamburguesa.

Utilizando diferentes tipos de harinas y de ingredientes se

pueden llegar a obtener una gran variedad de panes, entre los cuales se encuentran:

**Baguette:** este tipo de pan se ha extendido mucho en los últimos años. Su procedencia es de Francia. Para su elaboración se utiliza harina no integral.

**Pitta:** el pan de pitta es típico de la zona de Turquía. Su forma es muy plana y suele utilizarse para introducir relleno dentro de ellos y cerrarlos o enrollarlos. Su popularidad ha llegado a todo el mundo.

**Muffin:** es un tipo de pan típico de Inglaterra. Su tamaño invita a tomarlo a media tarde con un café, como si fuera una magdalena o un bollito.

**Pan chino:** como su mismo nombre indica, una vez cocinado se fríe. Es típico de china y normalmente en los restaurantes chinos también tienen.

**Pan Pretzel:** pan en forma de lazo típico del país de Alemania.

**Cracker:** rebanada de pan crujiente muy útil para aperitivos sobre la que podemos añadir diversos alimentos.

## AGOSTO MES DEL IDIOMA GUARANÍ

Una cultura sin voz, sin lengua, es una cultura destinada a desaparecer”, por ello, para referirse a la Situación actual de la Lengua y la cultura Guaraní a Nivel Nacional e Internacional, en la Casa Paraguaya expuso el Profesor Ignacio Baez.

POSADAS: La revista La Capital Histórica participó el día 25 de Agosto, en la Casa Paraguaya - Posadas - de la charla organizada entre otros por el señor **Juan Ramón Fariña** (Periodista en Radio LT17), ante un nutrido grupo de personas, cuyo conferenciante principal, fue el señor Profesor **Ignacio Baez**, quien reside en Buenos Aires. El tema fue la Situación actual de la Lengua y la Cultura Guaraní a nivel Nacional e Internacional.

Su locución fue interesante y se relación al idioma guaraní y su importancia.

¿Porque Garupá?

Participe del evento se encontraba el Señor **Omar Cibils**, Director de la Regional de Garupá del Ateneo de lengua y cultura guaraní. Aprovechamos la oportunidad para que nos saque las dudas sobre el origen etimológico de la palabra guarani “Garupá”, quien explicó que **Garupá o igarupá** es el nom-



bre que aparece en 1600. En las cartas de los jesuitas a la casa matriz de roma, un paso muy complicado (arroyo) fue un dolor de cabeza permanente entre el gobernador Barreyro hacia el 1900 por poder vadear ese arroyo que era el que cortaba en dos la provincia de Misiones. Ese arroyo hizo que la capital provincial estuviera en corpus y que esta pedrera que es la ciudad de Posadas, recién se empezara a poblar a partir de 1800, tuvo su intento en 1615 con Roque González, pero esa es una cuestión histórica, evidentemente este lugar no era habitable, solamente los ingenuos españoles quisieron venir acá, porque eran catalanes los correntinos que

vinieron a poblar este lugar. Misiones era del arroyo Garupá hacia el norte. Entonces ese es el nombre que rescatamos ese nombre histórico, de difícil pronunciación para los castellano-hablantes, porque esa “Y” gutural que es el agua que es el elemento madre de la vida humana, y de la vida en general del planeta tierra.

Al idioma Guaraní en esta provincia, lo empezamos a rescatar y con ese rescate hicimos una escuela, entendiendo con el sentido popular de la educación popular, descentralizado, tan autárquico que pueda parecer a los ojos académicos normales casi anárquicos. En garupá precisamente se empezó a enseñar la lengua Guaraní y de esa forma a restituir como salida laboral.

Compartiendo ahora la lengua y la cultura guaraní, se puede trabajar como profesor de guaraní, más en la provincia de Misiones que desde el año 2009 tiene una ley que estipula la enseñanza del idioma guaraní en las escuelas desde el nivel inicial, y un pequeño detalle: El Concejo de Educación, al

idioma y la cultura guaraní lo tiene todavía como de los paraguayos, no nuestro.

Acá la importancia de este centro educativo formador de formadores quienes tendrán inserción laboral ya que no se tendrá competencia si se dispone colocar en las currículas de las 2000 escuelas de la provincia de misiones, que necesitarían un maestro de guaraní, por lo menos de primero a tercer grado, y no se implementa en la actualidad porque no hay maestros’?.

Porque no estudian, y la simple razón en porque se carece de un Instituto formador de docentes.

Otro detalle del federalismo, en el país federal que es la argentina, los institutos de formación docente son una prerrogativa de Buenos Aires. Si la legislatura misionera quiere crear un instituto de educación docente no puede, lo tiene que crear el ministerio de educación de la nación. Esas son las realidades que por ahí no nos damos cuenta.

Gracias Profesor Ignacio Baez, Juan Ramón Fariña y Omar Cibils, con la atención para la revista.

## “HISTORIA DE APÓSTOLES, MISIONES”



La historia de la ciudad de Apóstoles se inicia a partir de su fecha de fundación, el 8 de Septiembre de 1633 por el padre jesuita Diego de Alfaro y bajo el nombre de “Natividad de la Virgen”.

### PRIMEROS PASOS:

Posteriormente fue refundada el 29 de Junio de 1638, esta vez bajo el nombre de “Santos Apóstoles Pedro y Pablo”, ubicándose definitivamente en las cercanías de la Reducción de San Javier y del arroyo Chimiray, y al sur de la Reducción de San José.

### CREACIÓN DEL PUEBLO AGRÍCOLA DE APÓSTOLES:

La pequeña población tuvo su asentamiento continuo durante todo el siglo XIX y en el año 1871, el gobierno de Corrientes, provincia a la que pertenecía nuestro territorio misionero con anterioridad al reconocimiento de lo que hoy es la provincia de Misiones, transformó a Apóstoles en la Séptima Sección del Departamento de Santo Tomé y con pos-

terioridad, sanciona la creación del Pueblo Agrícola de Apóstoles, en la que se dispone la primera mensura del pueblo y de la Colonia.

### PARTE DEL DEPARTAMENTO DE SAN JAVIER:

Más adelante en el tiempo, el 22 de Diciembre de 1881, cuando se sanciona la ley de Creación del Territorio Nacional de Misiones, el pueblo de Apóstoles pasa a formar parte del Departamento de San Javier.

### CREACIÓN DEL DEPARTAMENTO APÓSTOLES Y PRIMEROS INMIGRANTES:

El 20 de Diciembre de 1895 se crea el Departamento de Apóstoles y finalmente en Agosto del año 1897 llegan a la zona los primeros colonos galitzianos, polacos y ucranianos de nacionalidad astro-húngara.

Así, en Agosto de 1898 se produce oficialmente la creación del pueblo de Apóstoles ubicado en el extremo sudeste de la provincia de Misiones y a unos 67 kilómetros de distancia de la ciudad de Posadas.

Actualmente tiene unos 40.000 habitantes y es considerada como la Capital Nacional de la Yerba Mate.

Por su ubicación geográfica y su rica historia, se puede decir que Apóstoles es el Portal Cultural del Oriente Misionero, reflejado en sus distintos y variados museos.

## VOLVER AL INTERCAMBIO INTERNACIONAL



**CANDELARIA:** La localidad de Candelaria pretende volver a sus viejos tiempos. Aquellos no muy lejanos donde el comercio entre ambas orillas era cotidiano y un folclore. Esto se perdió al anularse el tráfico fronterizo entre ambas márgenes, fue así que ambos Intendentes de las localidades opuestas Javier Pereyra de “Cambyreta” Paraguay y Daniel Luna de “Candelaria” Argentina acordaron la firma de un convenio para que retorne el Servicio de Lanchas de pasajeros entre Candelaria

y Campichuelo.

El acto se hizo formal los primeros días del mes de Agosto en el Municipio local, donde presente estaban las autoridades del SENASA, Migraciones y Prefectura Naval Argentina los que rubricaron el acuerdo.

Este convenio se establece el paso fronterizo de Lunes a Lunes entre ambas orillas y las autoridades Municipales brindaran el soporte necesario para el normal funcionamiento.

# AUTO ELECTRICO

## FUNCIONAMIENTO

El coche eléctrico se postula como una de las alternativas más pujantes frente a los coches de combustión.

Los fabricantes al hablar de vehículos eléctricos y de sus componentes principales, se hace sobre todo de las baterías y del motor en lo que se refiere a sus eficiencias, capacidad de carga, autonomía, potencia, etc. Pero existe otro elemento del que se habla poco y que es una pieza igual de fundamental: el regulador eléctrico o bloque electrónico de potencia.

Toda la energía que entra o sale del motor pasa necesariamente por el **regulador**, de manera que su eficiencia influye directamente en la autonomía del vehículo.

El bloque electrónico de potencia es el auténtico director del sistema energético del coche, sin el cual ni las baterías ni el motor eléctrico podrían

desempeñar sus funciones. El **regulador eléctrico** se trata realmente de un sistema compuesto por varios subsistemas eléctricos y electrónicos llamados inversor, rectificador y transformador y gracias a ellos es capaz de gestionar los flujos de corriente entre las baterías y el motor en ambos sentidos: cuando el motor empuja al coche y cuando el motor recarga las baterías, actuando de generador durante la retención o frenada suave.

Hay que decir también que el **regulador electrónico** de potencia es un sistema en el que numerosos componentes trabajan transformando la caudalosa corriente eléctrica que pasa a través de ellos. Inevitablemente estos elementos generan calor, el cual es la materialización de cierta pérdida energética. Para evitar el sobrecalentamiento de esos elementos, es necesario un sistema de ventilación y

refrigeración que mantenga una temperatura aceptable.

Otro elemento destacado es el **«inversor»**, un dispositivo que convierte electricidad procedente de una fuente de corriente de tipo continua, como lo es una batería, en corriente alterna, necesaria para mover el motor eléctrico del coche.

¿Cómo funciona?

Mediante un sistema interruptor electrónico la corriente extraída de las baterías cambia su polaridad cíclica y regularmente. Esas bruscas fluctuaciones inducen una corriente alterna en el transformador, con la frecuencia y voltaje requeridos en cada momento por el motor, según la potencia solicitada por el conductor y las revoluciones a las que gire el motor.

Otra de las piezas es el **«transformador»**. Entre las baterías y el motor existe una diferencia de voltios importante dadas las características de cada uno.

Así, los motores de tracción de los coches eléctricos suelen trabajar a unos 600V, mientras que las baterías lo

hacen a unos 200V, por ello se necesita, aparte de un sistema que rectifique y cambie frecuencias, el transformador que armonice los voltajes.

Un elemento más, el **«rectificador»** es el sistema que realiza la función contraria al inversor, es decir, transforma la corriente alterna procedente del motor cuando genera energía, para que pueda ser almacenada en las baterías de nuevo.

Fonalmente, el **«controlador»** es un sistema computarizado que recibe las órdenes del conductor cuando este acelera o frena y, junto con la información de otros sensores, supervisa y coordina a todos los elementos descritos del sistema de regulación. El desarrollo de los sistemas electrónicos de control computarizados de las últimas décadas han hecho posible que el coche eléctrico tenga la manejabilidad, seguridad y autonomía que están demostrando.



## José de San Martín

### 20 cosas que e sorprenderá

Agosto es el mes aniversario de su muerte, te contamos algunos de los secretos del prócer argentino

1. A los 13 años ya se había incorporado al ejército español y participó como voluntario en riesgosas misiones en el Norte de África, que incluían la colocación de explosivos. A los 15 fue ascendido a oficial.

2. Cuando llegó a Buenos Aires, fundó una sociedad revolucionaria secreta, la Logia Lautaro, que luchaba por la Independencia.

3. Era uno de los solteros más codiciados. Las familias porteñas lo invitaban a sus tertulias porque era un buen partido para sus hijas. En casa de Escalada, conoció a Remedios. Estuvieron de novios unos pocos días y se casaron el 12 de noviembre de 1812. José tenía 34 y Remedios, 15.

4. Antes de cruzar los Andes, San Martín se reunió con caciques pehuenches al pie de la cordillera y les solicitó per-

miso para pasar por estos territorios porque creía que ellos eran los dueños de este país.

5. El Ejército de los Andes estaba compuesto por 5200 hombres. Llevaban 10.000 mulas, 1600 caballos, 600 vacas, 900 tiros de fusil y carabina; 2000 balas de cañón, 2000 de metralla y 600 granadas.

6. Era un gran lector en francés, latín e inglés, y a todas partes trasladaba su biblioteca personal. Cuentan que en los fogones del cruce de los Andes les leía a los analfabetos fragmentos de obras clásicas.

7. En una ocasión San Martín colocó vino mendocino en una botella de vino de Málaga. Luego les dijo a sus invitados: "Vamos a ver si están ustedes conformes conmigo sobre la supremacía de mi mendocino". Sirvió primero el de Málaga con el rótulo "Mendoza". Los convidados dijeron que era un rico vino, pero le faltaba fragancia. Enseguida, se llenaron nuevas copas con el del

letrero "Málaga", pero era de Mendoza y dijeron "hay una inmensa diferencia, esto es exquisito". El general soltó la risa y les lanzó: "Caballeros, ustedes de vinos no entienden un diablo, y se dejan alucinar por rótulos extranjeros". Luego les contó la trampa que había hecho.

8. San Martín viajó a Chile cuando Mercedes tenía cinco meses y pasó mucho tiempo lejos de ella. Su hija volvió a verlo cuando murió Remedios. Tenía siete años y recién entonces comenzó a conocer de verdad a su padre.

9. San Martín padecía problemas pulmonares, producto de una herida en una batalla, reuma y úlcera estomacal. A pesar de sus "achaques" siempre estaba dispuesto para la lucha.

10. Como gobernador de Cuyo mejoró el sistema sanitario, educativo, carcelario y prohibió los castigos corporales a los niños.

11. San Martín y su hija partieron hacia Europa. En 1825 redactó las famosas máximas, una serie de recomendaciones para su educación en caso de que él no estuviera a su lado. Allí le aconseja el amor a la verdad, la tolerancia religiosa y la dulzura con los pobres.

12. En noviembre de 1828 San Martín se embarcó rumbo a Buenos Aires, pero no llegó a pisar suelo argentino. En febrero de 1829 frente a las costas porteñas se enteró de la Revolución de Lavalle contra Dorrego y se negó a desembarcar. Le ofrecieron la jefatura del ejército y el gobierno de Montevideo, pero rechazó todos los ofrecimientos.

13. En 1832 San Martín y Mercedes fueron afectados por la epidemia de cólera en Francia. Los trató un médico argentino, Mariano Balcarce, que

prestó mucha atención a Mercedes. Se enamoraron y se casaron en 1832 en París.

14. San Martín también estimuló el teatro en Lima, al que consideraba una excelente actividad cultural. Concurría con algunos amigos a quienes les pagaba la entrada y nunca aceptó invitaciones.

15. Le gustaba mucho jugar al ajedrez y era muy difícil ganarle.

16. Tocaba muy bien la guitarra y cuando los avatares de la guerra lo permitían, daba improvisados conciertos para sus compañeros.

17. Era aficionado a la jardinería y a la construcción de muebles.

18. Desde su llegada a Europa, San Martín viajaba a menudo por Europa en busca de lugares propicios para su delicada salud o por placer. Estuvo en las termas de Aix la Chapelle y de Enghien, en Amberes, Lille, Marsella, Tolón, Londres, Escocia, Génova, Roma, Nápoles, Florencia y la Haya. Pasaba los veranos en las costas de Normandía, especialmente en Dieppe.

19. Gracias a su amistad con Alejandro Aguado, empresario de la Ópera de París, tuvo trato frecuente con personajes como Víctor Hugo, Lamartine, Delacroix, Balzac y Rossini.

20. En 1850 San Martín estaba muy enfermo. Sufrió asma, reuma, úlceras y estaba casi ciego. Su estado de salud se fue agravando hasta que falleció el 17 de agosto. En su testamento pedía que su sable fuera entregado a Rosas y que su corazón descansara en Buenos Aires. Esta última voluntad recién se cumplió en 1880..

## USO y CUIDADO DEL AGUA

Datos duros revelan que el 75% de nuestro planeta Tierra se encuentra cubierto por agua, seguro has escuchado de esta información en varios medios; sin embargo lo verdaderamente alarmante es que de este 75% sólo el 3% es agua apta para el consumo de los seres humanos, es decir, el agua dulce. Del tal manera que es imperante la necesidad de darte a conocer por medio de este artículo, la importancia del uso y cuidado del agua.

Presentamos algunos tips para el uso y cuidado del agua que sin duda, pueden aplicarse en diferentes situaciones de la vida cotidiana.

### EL EXCUSADO NO ES BOTE DE BASURA

Para cuidar el agua es importante evitar que se vayan al excusado restos de basura. Muchas veces el exceso de papel, las toallas sanitarias o los pañales tapan las tuberías produciendo serios problemas en la distribución de agua. Para ello es preferible que poner un cesto y ahí arrojes todos los papeles, toallas femeninas, etc.

### LAS FUGAS DE AGUA SON UNA AMENAZA INMINENTE PARA LA PRESERVACIÓN DEL AGUA.

Sucede que de repente observamos una fuga de agua y pensamos "no es tan grave, no pasa nada", no obstante es un hecho que esto puede significar un daño

que en un futuro repercutirá sobre nosotros y los demás, ¿sabías que una fuga de agua puede consumir de 100 y hasta 1 mil litros diarios de agua?

### ASEO SIN DESPERDICIO

Es suficiente un vaso de agua para lavarte los dientes y cuidar el agua.

Si te parece familiar esta escena: lavarse los dientes con el grifo del agua abierto a todo lo que da, ¡cuidado! Tal vez no puedas verlo a simple vista, pero que se desperdician litros y litros del líquido vital con acciones como éstas. Sólo toma un vaso, llénalo y dispón de esa agua para tu aseo bucal; será más que suficiente para cepillarse los dientes. Si como hombre tienes que rasurarte, llena con agua un nivel mínimo de tu lavabo para que enjuagues tu rastrillo; con estas acciones ayudas a vigilar el uso y cuidado del agua.

### PLANTAS SIEMPRE HIDRATADAS POR LA NOCHE

Aunque te parezca un poco extraño, ¿sabías que la noche es el momento ideal para regar las plantas? Así es, y es que está probado que después de las ocho de la noche es cuando las plantas retienen mayor cantidad de humedad, por lo cual si lo haces a esa hora será menor la cantidad de agua que utilices y por supuesto que tus plantas lucirán verdes e

hidratadas. Recuerda que el uso y cuidado del agua es mucho más fácil de lo que parece si pones un poco de tu parte.

### LAVANDO UTENSILIOS EN UNA SOLA TANDA

Logras un mayor ahorro de agua si lavas una cantidad considerable de utensilios de cocina en lugar de cantidades pequeñas.

Esto es muy lógico pero a veces a cualquiera de se le puede pasar, si lo llevas a cabo serás parte de la concientización del correcto uso y cuidado del agua; cuando vayas a lavar, enjabónalos todos de una sola tanda y enjuágalos todos juntos, ahorrarás cerca de 25 litros. También es importante que tengas precaución en los residuos de aceite o grasa que pueden quedar en ellos ino los tires por la coladera! Pues provocarás la contaminación de miles de litros, trata de depositarlos en algún otro envase o en una toalla de papel para que lo clasifiques en la basura.

### ROPA EN LAVADORA CON CARGAS COMPLETAS

Para lograr un mejor aprovechamiento del agua es ideal si lavas cargas grandes de ropa en tu lavadora. Utilizar la carga completa, evita a toda costa poner sólo una o dos prendas para toda una carga porque lo único que conseguirás es desperdiciar agua, energía eléctrica, detergente y suavizante para un volumen mínimo de prendas. Si necesitas

lavar una o dos prendas es mejor que lo hagas a mano, es una medida para el uso y cuidado del agua que vale la pena tener en cuenta.

### EN TU OFICINA TAMBIÉN SE PUEDEN LOGRAR CAMBIOS

Beber agua en envase reusable previene a la contaminación del ambiente y mares. En una reunión colocar una jarra con vasos en el centro ara quien lo decida se sirva un vaso, de lo contrario, estarás sirviendo agua a alguien que no la beberá y únicamente se desperdicia, Si es inevitable, reutilízala para regar alguna planta de la oficina. No compres una botella de agua durante tus actividades diarias para hidratarse y tengas sed usa una una anterior y ahorraras dinero incluso, producirás menos basura y sólo beberás el agua que realmente quieres tomar.

Muchas recomendaciones más podrían darse, pero lo primordial es la concientización tuya y la de los demás, sin ello nada es posible.

Hacer responsablemente un uso y cuidado del agua es una actividad más fácil de lo que parece y abarca todas las facetas de nuestra vida diaria, así que es cuestión de cambiar de perspectiva y ser muy responsable con este tipo de acciones; si comienzas desde ahora estarás protegiendo este recurso natural vital para todos los seres vivos del planeta.





# LA MODELO DEL MES

**NANCY WROBLEUSKI ZUBRZYCKI**

[HTTP://LACAPITALHISTORICA.COM.AR/2018/09/09/NANCY-WROBLEUSKI-ZUBRZYCKI/](http://LACAPITALHISTORICA.COM.AR/2018/09/09/NANCY-WROBLEUSKI-ZUBRZYCKI/)



**LA CAPITAL HISTÓRICA**

Año 2009 - ISSN EN TRÁMITE

ZARZA1961@GMAIL.COM (0376) 4693673

FACEBOOK:LACAPITALHISTORICA TWITTER:LACAPITALHISTO

WWW.LACAPITALHISTORICA.COM.AR

ES LA REVISTA DE MAYOR VIGENCIA EN LA ZONA DE LAS MISIONES JESUÍTICAS.

LOS ARTÍCULOS NO REPRESENTAN NECESARIAMENTE LA OPINIÓN NI PENSAMIENTO DEL PROPIETARIO Y SE RESPONSABILIZA A LOS AUTORES DEL MATERIAL ENVIADO.

QUEDA PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL DEL MATERIAL PUBLICADO SIN PREVIA AUTORIZACIÓN.