

CÓMO INCENTIVAR SU PRÁCTICA DESDE LA TEMPRANA EDAD

La difícil tarea de guiar a los niños hacia el deporte

Expertos destacan el rol clave que tiene el entorno familiar.

Los índices de inactividad física y de obesidad en el país hablan de un Chile que no practica deporte. Una realidad a la que no están ajena los

niños, que en su mayoría prefieren la tecnología para sus tiempos de ocio.

Gente ligada a la actividad física analizó el tema, y junto con señalar

que el espacio que se le da en los colegios es poco y de mala calidad, apuntan la familia como un factor clave para cambiar este panorama. **TD PÁGS. 6-7**



Uruguayo Alexis Rolín alista su llegada al Campanil

TD PÁG. 4

FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.



El estreno no pudo ser mejor: Campanil goleó e ilusiona con repetir un gran año

El triunfo 3-0 sobre Universitario de Lima no sólo fue redondo por las cifras, sino porque tanto los viejos conocidos como los nuevos refuerzos mostraron un alto nivel. Un balance más que positivo para el DT Francisco Bozán, quien lamentó, eso sí, la partida del lateral Ronald de la Fuente a Colo Colo.

TD PÁG. 3



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.



El competitivo 2018 que tuvo el vóleibol de Adicpa

TD PÁGS. 10-11

Constanza Gacitúa, un joven talento que sueña con una selección nacional

TD PÁG. 9



post&twits

@LinceTwitero

Éxito en tu nuevo desafío @RonaldelaFuente! Nos duele, pero es momento de que crezcas de verdad y que te valoren, así como nosotros en todo este tiempo #UDECONCEPCIÓN

@gabrielboric

Una muestra de centralismo. La UdeC (que juega Libertadores) está jugando con Universitario de Lima (equipo grande de Perú) y ni un canal ni radio nacional lo transmite, solo el canal regional de Conce. Mal ahí los medios deportivos.

@mariosillard

Satisfecho con el rendimiento de la UdeC. Bien apretando arriba y tomando la iniciativa. Buen partido de varios de los refuerzos, ojalá sirva pa ir afianzando el plantel.

@camilocandia

@Huachipato 2 meses buscando un central para traer a Pepe Rojas que es un jugador lento y semiretirado. Con esto fijo que es candidato al descenso.

@RolandoBurgosC

Hans se ve más rápido de central. Interesante Vadalá y Cordero por izquierda. Ballon y Maturana muy bien, Orellana de menos a más y Figueroa recuperando velocidad. La figura por lejos, Pino

Con permiso

Nuevamente, la selección Sub 20 no pudo pasar la primera ronda. Más allá de resultados, se ve poco trabajo, figuras y soluciones a un problema que ya está repercutiendo en la "Roja" adulta.



Fracasos menores por errores mayores

Se veía venir. Siempre hay fe, ganas de que la lógica pierda de nuevo y todo salga bien, pero vaya que se veía venir. Nada sacamos con crucificar a Héctor Robles como único culpable, porque la solución es mucho más compleja, de base. Seguramente, el técnico no merecía otra oportunidad después de su anterior fracaso, pero esto va más allá de quién se ponga el buzo. Ya el 2014, al argentino Claudio Vivas lo echaron y se alertó con que estábamos perdiendo una generación completa. Cuatro años y medio y todo sigue igual. Aquí son los jefes quienes deben ponerse las pilas.

Haga un ejercicio muy simple, usted que ve fútbol habitualmente los fines de semana: ¿cuántos de estos jóvenes son titulares en sus equipos? Sí, porque ya son jugado-

res de 18 y 19 años y hasta amparados por una regla que les da minutos gratis. Prácticamente, dos o tres y uno era Saavedra, de Católica, que se lesionó justo antes. Las "estrellas" son Morales y Guerra, que han tenido más prensa que minutos en cancha. Buenos elementos, pero tapados en sus clubes

y por qué no hay piezas de calidad. O, tal vez, las hay, pero no hemos sabido elegirlos y trabajarlos. En este plantel había cuatro o cinco jugadores de equipos de la capital que con suerte tienen dos partidos profesionales en el cuerpo y ni siquiera los 90 minutos. Ya lo decía Sulantay, que algo sabe del

en una potencial instancia final. Un error que le compete a la Anfp. La competencia cayó a pique. Se supone que había un compromiso de las sociedades anónimas por invertir en el Fútbol Joven y en su infraestructura. ¿Es real? Si todos sabemos que no se les fiscaliza ni a la hora de un desfalco. Mire lo que pasa en nuestra zona, con clubes como Naval, en su momento Vial y también Concepción, que fueron castigados, pero sus jóvenes de la cantera fueron los grandes damnificados. Todos en el limbo, porque a nadie les interesa.

Se marearon con Sánchez, Medel y Vidal, pero tres de ese nivel, juntos, no saldrán en un buen tiempo. ¿Hay que elegir un mejor cuerpo técnico? Sí, seguro. Pero más que eso, hay que considerar la formación como una prioridad. Si no, esta caída seguirá su curso.

Se marearon con Sánchez, Medel y Vidal, pero tres de ese nivel no saldrán en buen tiempo. Hay que considerar la formación como una prioridad.

bes, sin mucho roce. Compare, por ejemplo, a la selección que tuvo Mario Salas, con Castillo, Henríquez y Rubio arriba. Un mundo de diferencia en cuanto a experiencia y cancha.

Y ahí debemos llegar al fondo de este fenómeno y fracaso. Al por qué los jóvenes no juegan en sus

tema, con su ya clásico "aquí el técnico debe viajar mucho, mirar en todos lados. En provincia hay mucho de dónde sacar".

Pero no lo hacen. Y, además, existe un torneo que durante años se sectorizó e impidió que los equipos del sur, por ejemplo, midieran fuerzas con los de Santiago, salvo

Resumen semanal



FOTO: CEDIDA

CD Alemán volvió a conquistar la Copa Alemania

El cuadro teutón se quedó con la 28ª versión de un tradicional campeonato, tras vencer 81-47 a Virginio Gómez en la final.

Chile conoció a sus rivales para la Copa América de Brasil 2019

El jueves en Río de Janeiro fue el gran sorteo de la próxima Copa América, edición donde la "Roja" buscará levantar su tercera copa consecutiva.

No será una misión fácil, ya que el equipo de Reinaldo Rueda vive un proceso de recambio donde no han sido buenos los resultados. Chile quedó en el Grupo C, donde jugará ante Japón en el Morumbí de Sao Paulo, Ecuador en el Arena Fonte



FOTO: AGENCIA UNO

Nova de Salvador y Uruguay en el Maracanã.

La Copa América partirá el 14

de junio con el duelo entre Brasil y Bolivia y finaliza el 7 de julio con la gran final en Maracanã.



FOTO: AGENCIA UNO

Huachipato se reforzó con José Rojas en defensa

El defensa nacional con largo recorrido por U. de Chile y otros clubes, se integró a las prácticas y reemplazó a Valber Huerta.

Ignacio Abad P.
contacto@diarioconcepcion.cl

Aprobó su primera prueba del año. En un encuentro que tuvo dos mitades completamente diferentes, Universidad de Concepción estuvo a la altura de las expectativas y superó por 3-0 a Universitario de Lima en el gramado del Ester Roa Rebolledo.

Para el primer tiempo, los estudiantes formaron con Muñoz en el arco; Pacheco, Martínez, Mencia y Cordero en defensa; Camargo, Manríquez, Droguett en mediocampo; dejando a Huentelaf, Rubio y Vadalá en ataque.

Pese a que no se registraron modificaciones en el marcador, el lapso inicial destacó por la correcta actuación de dos de los nuevos refuerzos (Fernando Cordero y Patricio Rubio) y el despliegue de Guido Vadalá, quien se convirtió en un dolor de cabeza para los centrales con su velocidad y gambetas. Además, el ex Boca Juniors tuvo la primera chance para desnivelar al 22' con un potente remate que estrelló en el vertical derecho del portero José Carvallo.

En el complemento, el técnico Francisco Bozán cambió los once radicalmente y alineó a Salazar en portería, Retamal, Navarrete, Portillo, Díaz en la última línea; Figueroa, Ballón y Maturana en zona de volantes; probando a Ponce, Pino y Orellana en ofensiva.

No obstante, este equipo terminó llevándose el primer apronte internacional gracias al cabezazo de Steffan Pino y los goles convertidos por los refuerzos Nicolás Orellana y Nicolás Maturana.

“Veníamos con una carga física y futbolística muy fuerte y con entrenamientos en doble jornada desde el lunes pasado. Este mismo día (sábado), también, llegamos de un viaje desde Constitución que nos tomó cuatro horas. Por eso la planificación del partido y los once cambios tenían sentido desde ahí, ya que no íbamos a arriesgar tanto en el primer partido amistoso. Y aunque desde lo futbolístico siento que hay muchas cosas por mejorar, me quedaré con el compromiso que mostró el equipo. Que ambos grupos corrieran 45 minutos después de una carga tan intensa es algo que merece ser destacado”, fue el análisis del director técnico de la escuadra auricielo, Francisco Bozán.

El adiestrador también realizó un positivo balance de los fichajes que sumaron minutos y roce en este duelo ante el combinado de Nicolás Córdova. “Los dos equipos que presentamos salieron con una cantidad definida de refuerzos. En el primer grupo sólo jugó el ‘Pato’ con



FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.

CAMPANIL SUPERÓ 3-0 A UNIVERSITARIO DE LIMA

Sacan cuentas alegres tras primer festejo internacional

Presentando equipos distintos en cada tiempo, UdeC venció al elenco de Nicolás Córdova y comenzó con el pie derecho su preparación para una temporada cargada de exigencias.



2
amistosos

jugará el Campanil en Perú. Se medirá ante Deportivo Municipal y chocará otra vez ante Universitario.

Fernando Cordero, y siento que ambos se acoplan bien al equipo y entienden su forma de jugar. En el segundo equipo vimos varias cosas positivas. Fue un elenco que se compuso con más jugadores nuevos del plantel y que tuvo un correcto desempeño en lo colectivo. ¿Por qué expongo las ideas de esta manera? Porque a los nuevos jugadores se evalúan en razón del equipo, y en eso siento que hubo una adaptación en conjunto bastante positiva”, argumentó.

Respecto a los partidos que disputará el Campanil esta semana en Lima ante Deportivo Municipal (30 de enero) y Universitario de Deportes (2 de febrero), el estratega comentó que “esta es una linda experiencia que fue planificada por nosotros y que contó con el apoyo del club. Es una oportunidad que nos permitirá jugar contra equipos muy competitivos en lo futbolístico”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

2012

fue el año en que Alexis Rolín disputó los Juegos Olímpicos de Londres por Uruguay. Jugó tres partidos.

Buscarán un lateral izquierdo

La partida de Ronald de la Fuente a Colo Colo obliga al Campanil a reforzarse en aquel sector de la cancha.

Carlos Campos A.
carlos.campos@diarioconcepcion.cl



La vara en el Campanil quedó alta no sólo por su tremendo torneo en 2018, sino que en gran parte también por el buen rendimiento que consolidó a la dupla Gustavo Mencia y Sergio Vittor como una de las mejores del campeonato.

Eso sí, el préstamo del argentino terminó y UdeC no pudo retenerlo, pero ya encontró reemplazante: el uruguayo Alexis Rolín. El zaguero central tiene un gran recorrido que incluye pasos por el fútbol europeo en el Catania de Italia, lugar donde estuvo entre las temporadas 2012-2013, 2014-2015, jugando 36 duelos en la Serie A y cuatro partidos en la Serie B.

Al fútbol italiano llegó tras dos muy buenos años en Uruguay con la camiseta de Nacional, club en el cual jugó 32 partidos, marcando tres goles y sumó 2842 minutos. Tras esa experiencia europea, Rolín saltó a Boca Juniors, donde estuvo en 2015 y 2016, jugando 13 duelos e incluso disputando un partido de Copa Libertadores ante Deportivo Cali en La Bombonera.

Ese mismo 2016 se fue a Olimpia de Paraguay, donde sumó un total de 1024 minutos en 13 partidos, para luego volver a su casa: Alexis Rolín defendió a Nacional en 2017 y 2018, institución donde disputó 21 partidos y marcó dos goles.

Ahora, si los exámenes médicos



DEFENSA ESTÁ A UN PASO DE FICHAR

Alexis Rolín llegó para abrochar su llegada al Campanil

Central uruguayo de 29 años y gran currículum, se hará los exámenes médicos para sumarse a UdeC e integrarse a la gira a Perú. Asoma como el gran reemplazante de Sergio Vittor.

salen bien, Alexis Rolín se sumará al Campanil e integrará a los trabajos de pretemporada y amistosos que los auricielos tendrán en Perú.

Allí el Campanil jugará un duelo

amistoso con Deportivo Municipal que sería sin público, casi un tipo de entrenamiento. Eso sí, el sábado se medirá otra vez ante Universitario en su "Noche Crema". El DT Bozán

dijo que "en lo emocional será un partido muy distinto al resto. Nos mediremos ante el equipo más importante de Perú ante unas 60 mil personas en el estadio. Esto nos entregará la presión a la cual queremos enfrentarnos". Lo anterior, en relación a Copa Libertadores, que medirá al Campanil ante Sporting Cristal en un estadio reducido y donde se siente la presión de los hinchas, al igual que el partido que tendrán en Defensores del Chaco ante Olimpia de Paraguay.

Lo lamenta

Ya es oficial la salida de Ronald de la Fuente (nota inferior). Sobre ello, el entrenador de UdeC señaló que "es algo que le abrirá nuevas puertas y, probablemente, la que él espera (selección). Tengo un poco de amargura, no lo voy a negar. Me pone contento y triste a la vez. Perdemos un gran jugador y persona".

OPINIONES

Twitter @DiarioConcepcion
contacto@diarioconcepcion.cl



FOTO: ISIDORO VALENZUELA M.

Ronald de la Fuente a Colo Colo: el gran reto para un guerrero que se consolidó

La goleada sobre Universitario dejó contentos a todos en UdeC, pero al ser un partido amistoso, la atención para muchos se centró en la banca de suplentes.

Ahí estaba sentado Ronald de la Fuente, aunque sólo para mirar el partido. El lateral vivía horas más que claves para sellar su llegada a Colo Colo, club que pagó los 600 mil

dólares de la cláusula de salida y se quedó con la totalidad del pase del lateral izquierdo.

Al entretiempo recibió, incluso, el llamado telefónico de Mario Salas, que dejó aún más contento a De la Fuente. "Estaba saltando en un pie", dijeron cercanos al jugador. Y es un paso más que merecido. Ronald de la Fuente se ganó la oportunidad

de vestir la camiseta del equipo más campeón del país, tras varios torneos mostrando un alto nivel. Pese a que jugar Copa Libertadores era una tremenda chance, dar el salto a un equipo grande también es una oportunidad única.

El lateral llega a Colo Colo por tres años e incluso podría extender su vínculo por una temporada más.

Coronel se alista para recibir una de las mejores competencias de Rugby 5

Los fanáticos de la ovalada tendrán una imperdible oportunidad para disfrutar de su pasión en espacios naturales. Este 16 de febrero se desarrollará la décimo séptima edición del Beach Rugby Playa Blanca Copa Patricio Daroch, una de las competencias más llamativas de la época estival y etapa oficial del Circuito Internacional de Rugby 5.

Este torneo es organizado por el director de la Federación Chilena de Rugby, Álvaro Quezada, en conjun-

to con el Club Mineros de Lota y la Municipalidad de Coronel.

Y gracias a la calidad de sus jugadores y enorme popularidad, esta cita deportiva se ha consolidado como la quinta y última estación del circuito que ya recorrió las playas de Mendoza (15 de diciembre), Viña del Mar (5 de diciembre) e Iquique (25 y 26 de enero) y que continuará en Valdivia (8 y 9 de febrero), antes de la gran final que se disputará en Punta Piedra este 23 de febrero.

Bío Bío es potencia

Uno de los elencos más imponentes de las nuevas versiones del Circuito Internacional de Rugby 5 y de la Copa Patricio Daroch es Piero's 5 de Lota.

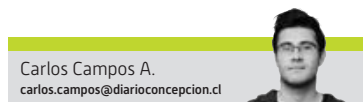
El quinteto de la zona del carbón no sólo ha levantado las cuatro últimas copas del torneo de Playa Blanca, sino que también han conseguido el tetracampeonato en la fase nacional. Sin duda, un gran panorama deportivo.



FOTO: ARCHIVO / DIARIO CONCEPCIÓN

UN NUEVO DELANTERO SE INTEGRÓ A LA USINA

Anthony Blondell: otro talento llanero que busca pulir el acero



Carlos Campos A.
carlos.campos@diarioconcepcion.cl

Un venezolano más se suma a la lista de los que han pasado por el acero. Sin duda, los más recordados son Rómulo Otero y Yeferson Soteldo, jugadores a los que el delantero Anthony Blondell espera imitar o superar en la cancha.

El atacante llegó ayer a Santiago y se hará hoy los exámenes médicos para integrarse a Huachipato como quinto refuerzo de un equipo que precisamente está en la capital en trabajos de pretemporada. Pero, ¿quién es Anthony Blondell? Con 1,86 metros de estatura, el llanero comenzó su carrera hace siete años en el Yaracuyanos de Venezuela, club donde jugó 40 partidos, sumó 2605 minutos y anotó cinco goles. Y destacó en sus inicios no sólo por su buen cabezazo, sino que con buenas definiciones en el área, anticipando a las defensas y anotando fuera del área mediante potentes remates y también de tiro libre.

Así, Blondell estuvo en Zamora por tres temporadas, donde fue compañero de Yeferson Soteldo y Gabriel Torres. En aquel club, jugó Copa Libertadores y Sudamericana, sumando 11 minutos en la edición 2015 del segundo campeonato más importante a nivel de clubes en América ante Liga de Quito. En Copa Libertadores, Anthony sumó 96 minutos en dos partidos ante Montevideo Wanderers. Aquello fue en 2015 también, instancia donde compartieron grupo con Palestino y Boca Juniors. Los tres torneos en

El venezolano proviene de la MLS y se sumará hoy a Huachipato. Ha sido llamado a su selección, busca continuidad y, quizás, reemplazar a Torres o Parraguez.



EL DELANTERO de 24 años tuvo su mejor temporada goleadora en Monagas de Venezuela, marcando 24 conquistas.

FOTO: INSTAGRAM PEPE13ROJAS



JOSÉ ROJAS se integró ayer a las prácticas con Huachipato.

ese club, donde alcanzó a estar en 32 partidos y marcó cinco conquistas, le dieron paso a Monagas. Allí el nuevo delantero acerero se destapó.

Blondell celebró 24 veces en 39 partidos jugados, un rendimiento que lo llevó a ser nominado incluso a la selección en 2017 y 2018, para un partido amistoso ante Irán en el que sumó tres minutos y para otro encuentro en eliminatorias rumbo a Rusia 2018, donde fue suplente en las últimas dos fechas contra Uruguay y Paraguay.

Su gran 2017 le permitió dar el gran salto de su carrera: jugar en la MLS con el Vancouver Whitecaps, un club donde brillara el volante nacional Pedro Morales. Eso sí, allí Blondell no pudo repetir los éxitos y marcó sólo un gol en 18 partidos.

En Chile y, todavía muy joven, el delantero buscará retomar el buen rendimiento, y consolidarse no sólo como una gran carta de gol para Huachipato, sino que también tener minutos en su selección.

Blondell se sumará oficialmente en las próximas horas al acero, club donde compartirá con Caraballo y Palmezano, dos venezolanos más.

Con esta nueva carta ofensiva, ¿se encamina todo para la salida de Gabriel Torres? El panameño, lo más probable, es que no siga en el acero. UC y la U lo siguen de cerca.

1-0

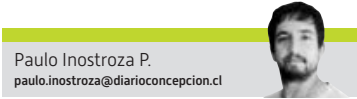
ganó Huachipato uno de los dos amistosos que jugó el sábado ante Audax. El gol fue obra de Kevin Baeza.

Cayó por el mismo marcador

Jugaron dos partidos ante los itálicos, cada uno de 60 minutos. Mañana chocarán ante Palestino.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



Paulo Inostroza P.
paulo.inostroza@diarioconcepcion.cl

“**C**uando eran chicas, no teníamos botes ni esas cosas. Nunca hubo un Nintendo. En la casa sólo había cuerdas, pelotas y sus bicicletas. Con eso se divertían y mucho. Cuando tenían casi 15 años, recién les compré un celular”, cuenta Melita Schüssler, mamá de Melita, Antonia, Ignacio y Alfredo, los cuatrillizos Abraham. En tiempos donde el sedentarismo le tuerce la mano al deporte, los padres son los llamados a motivar y cambiar la historia. Pero con poco tiempo por trabajos esclavizantes, tentados por dejar una tablet en manos de sus hijos y ahorrarse problemas. ¿Cómo ganar esta guerra? ¿Cómo cambiar desde la base ese alarmante 81,3 por ciento de gente inactiva en el país?

La madre de las grandes figuras del remo nacional contó que “todo tiene que ver con el tiempo y uno debe hacerse ese espacio, hacer sacrificios. Nosotros siempre llevamos a los hijos al cerro, a caminar, nos gustaba que se distrajeran en la calle. Hay que tomar el peso al problema, porque el sedentarismo es muy peligroso. Acá los niños intentaron con el atletismo, nadar, el básquetbol... Casi por casualidad, Ignacio entró al remo y después se sumaron todos y les gustó. Yo me los estaba llevando por otro deporte, pero hay que aperrar en lo que ellos decidan”.

Melita confiesa que “yo fui atleta. Mi esposo nunca fue muy deportista, es pelotero nomás. Mis hijos no están en el deporte por mirarnos a nosotros, pero sí los motivamos mucho, dejando otras cosas de lado, suspendiendo actividades. Bueno, todo ese sacrificio vale la pena y no sólo por las medallas. Lo digo porque son muchachos que tienen disciplina, que no andan tomando en la noche, que llevan una vida sana”.

También fue profesora de Educación Física, en el Colegio Alemán y, desde esa posición, hace otro interesante análisis. “Dos horas de Educación Física es insuficiente. Es nada. Yo creo que todos los días deberían, al menos, sacarlos, caminar un poco. Porque la gracia es crear el hábito. Hoy la Educación Física, con tan poca prioridad, no sé si sirve. Yo entiendo que la mayoría de los colegios no tiene la infraestructura y apenas cuentan con un gimnasio, pero la solución no es gastar plata en construir cosas. Es imposible. ¿Y por qué no hacer convenios con los clubes? Sería muy bueno sacar a los chicos una vez a la semana y llevarlos al club de remo, básquetbol o el deporte que sea, donde la infraestructura ya está. Te aseguro que esos clubes los recibirían felices”, advirtió.

IMPORTANCIA DE LA FAMILIA PARA COMBATIR EL SEDENTARISMO

Misión de los padres: guiarlos hacia el deporte

Falta de tiempo, pocas horas de Educación Física en el colegio, batalla perdida contra la tecnología. Qué hacer contra uno de los grandes problemas de salud a nivel nacional y que debe combatirse desde la casa, con los niños.



Números alarmantes

Ocho de cada 10 chilenos no realizan actividad física y, en nuestra zona, un 69,4 por ciento de la población no practica deportes. Casi 4 puntos sobre la media nacional, según la última encuesta de Hábitos de Actividad Física y Deporte 2018. Otros datos que son relevantes: el chileno trabaja un promedio de 1.988 horas al año, mientras que alemanes, daneses y franceses no llegan a los 1.500, con mejor sueldo y productividad. Definitivamente, el tiempo para “otras cosas” no nos sobra. Sobre todo, cuando seguimos

pensando que moverse es sólo un juego y lo miramos despectivamente como “tiempo de ocio”.

Leonardo Villavicencio, académico carrera de Pedagogía en Educación Física de la Udlr, comentó que “las familias que juegan son más felices, son capaces de desarrollar habilidades comunicativas más eficaces y efectivas para coordinar sus acciones, o para transmitir sus puntos de vista. Fomentan la capacidad de sobreponerse a las dificultades, ya que el desafío intrínseco de los juegos es comprendido como un aliciente para se-

guir participando”.

Raúl Umaña es padre de cinco hijos, todos deportistas. Él es profesor de hándbol y, junto a su señora, ha rayado hartas veces su agenda para distribuir su tiempo entre Camila (20 años), Diego (18), Francisca (14), Joaquín (9) y Agustín (5). “A veces tenía que traerlos a los entrenamientos, porque no había con quién dejarlos, pero fue para mejor. Así comenzaron a encantarse con el balonmano”, apuntó.

Cuenta que Diego quería hacer lo que hacía Camila, Francisca soñaba con lograrlo mismo que Diego y así si-

guieron la cadena. Umaña comentó que “cuando creas un ambiente deportivo de familia, se va dando todo de manera natural. Acá nunca le compramos playstation ni cosas digitales. La casa estaba llena de pelotas. Por eso dicen que somos a la antigua. El 2010 fue la última vez que los llevé al cine, en ese tiempo eran tres hijos. Gasté como 25 lucas entre comida y entradas y no aguantaron ni cinco minutos. Querían correr. Nunca los mantuvimos sentados para que nos dieran menos pega. Hoy paso por la plaza, veo a todos los niños con una tablet y me da

rabia”.

Como papá y profesor analiza que “los padres de hoy sólo privilegian el tema académico, son más competitivos y sienten que el deporte distrae y entorpece el estudio. Eso es absolutamente falso. El deporte te motiva, te mantiene más feliz, evita el estrés y hasta te genera mejor rendimiento en las notas. Ahí siento que hay un gran problema de conceptos, que nace con la Jornada Escolar Completa. Ahí mataron el deporte y la cultura, porque se suponía que los niños estarían más tiempo en el colegio, pero con más talleres de música, teatro y deportes. Eso no es así. Sólo más ciencia, matemáticas. Después llegan a la casa cansados. Creo que hay que replantearse esta reforma, ni siquiera ha mejorado las notas. Sencillamente, no funcionó”.

Desde la casa

“La familia no tiene la única función de ir como espectadores a ver la competición de sus hijos. Tienen un rol mayor. Sobre todo, en el período de deporte de base. En las fases tempranas del deporte hay que enseñar una serie de cualidades, por ejemplo, el trabajo en equipo, aceptar decisiones que no compartimos, tolerar la frustración. Esto no lo aprenden los niños por sí solos, deben contar con la ayuda de sus entrenadores en el contexto deportivo y fuera con el apoyo de los familiares”, manifestó Roberto Valenzuela, coordinador de Deportes de la Universidad del Desarrollo.

Sobre los colegios de nuestra zona y educación deportiva, agregó que “en algunos colegios se encuentran buenos planes de trabajo, pero no tienen infraestructura para su realización, en cambio hay otros que tienen excelentes infraestructuras, pero no tienen los planes específicos para su desarrollo o los docentes adecuados. En general, son muy pocas las instancias para el desarrollo óptimo y de excelencia”. De todas formas, destacó que “contamos con diferentes instancias para la práctica del deporte, ya sea en plazas, parques, estadios, gimnasios entre otros, incluso de proyectos municipales, vecinales, corridas familiares y algunos por IND, donde entregan a cada comunidad espacios”.

David Sequera es profesor de básquetbol y esta semana estuvo enseñando y motivando a niños en el campus de verano organizado por la UdeC. El profesional venezolano comentó que “en mi país son dos horas de 45 minutos de Educación Física en los colegios, que entiendo que es lo mismo que acá. Lo interesante es cómo las aprovechas y qué actividades extras le presentas a los niños para que puedan especializarse o bien ocupar un poco más de su tiempo en el deporte. Siento que allá de trabaja más el tema, pero creo que dos horas aquí o allá es poco”.

Sonríe al mencionar a los mayores



FOTO: GENTILEZA CANAL CDO

HERMANAS ABRAHAM: un exitoso ejemplo de que la familia sí puede hacer deporte.

enemigos del deporte en la actualidad. “El Fortnite y todas esas cosas de la play”. Sequera cuenta que “en otros tiempos te lo pasabas en la calle, te pasaban una pelota y estabas. Podías estar todo el día. Son otros tiempos y creo que está en los padres sacar a los chicos a hacer deporte, hacer uno para que te miren como ejemplo y mostrarle en la TV a deportistas que puedan ser modelos de vida para los más pequeños. Mostrarles cómo el deporte te lleva al extranjero. Hay que ser un poco creativo. Bueno, también hay un poco de flojera, de mantener al chico distraído y con eso salvamos la tarde. De todas formas, no hay que generalizar. He visto muchos papás con sus hijos corriendo en el Cerro Caracol y hay mucha gente que

entiende la gravedad del sedentarismo. No es sólo el sobrepeso, son todos los problemas de salud que te acarrea la obesidad”, señaló el experto en cestos.

Y la balanza no es alentadora. Según la última Encuesta Nacional de Salud, en Chile, el 74 por ciento de la población mayor de edad presenta sobrepeso y hay 470 mil personas que sufren de obesidad mórbida. Se proyecta que el 2020 habría cerca de 2.500.000 obesos y 1.800.000 obesas.

Atacar el problema

Juliana Kein, profesora asociada del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (Inta) de la U. de Chile. Desde este organismo, han emanado varios estudios sobre los niños y su relación con la actividad física a temprana edad.

“Empecé con un curso internacional en 2011. Ahí me empecé a meter en el tema. Nosotros hemos trabajado capacitando, y contratando profes-

sores de educación Física. Hace dos años atrás, evaluamos un programa que existe, que se llama Jardín Activo del IND, que en ese momento era para preescolares. Ellos contratan el personal para que haga clases de Educación Física dos o tres veces a la semana, ya sea en jardines infantiles o pre kínder. Eso lo contrató el IND, y evaluamos la duración de las clases, qué porcentaje era de actividad física moderada o vigorosa, cuánto participaban por género”, dijo.

Sobre estas actividades, concluyó que “en forma global, te puedo decir que las clases de educación física hechas por profesionales no están ni cerca de cumplir las recomendaciones internacionales, que dice que el 50% del tiempo los niños deberían estar en actividad moderada o intensa, y eso no se cumple. Es cerca del 15, 17%. Y a los 5 años, las niñas se mueven menos que los varones, y no logramos entender por qué pasa esto, aunque es un tema que se ve también en otros países, no sólo en Chile”.

En ese sentido, agregó que “a raíz de los índices de obesidad e inactividad, se quiere hacer una indicación que los niños, en la jornada escolar, juntando la clase de educación física más lo que hacen en los recreos, para que alcancen 60 minutos de actividad diaria. No necesariamente moderada, pero la idea es que se muevan. No es fácil, porque de alguna manera hay que tratar, con los juegos y metodologías, que los niños se muevan más, hablo de los preescolares”.

Kein igualmente destacó que “hay un programa de recreos activos de Junaeb, donde contratan personal que va a algunos colegios y hacen actividades dirigidas. Llevan música, aros para que se muevan. Sin embargo, igual durante una jornada escolar

no hacen mucho. Es importante saber que se hace después del colegio igual, no se le puede echar toda la culpa al establecimiento si el niño después llega a la casa y ve cuatro horas seguidas de televisión”.

Por ello, también le da un gran protagonismo a la familia. “Es clave, fundamental. Los niños miran todo lo que hacen los padres, la alimentación también. Entonces, si ven que los papás andan todo el día con el celular o la TV, o bien los sacan y los llevan al parque a caminar...Es un papel esencial en la formación, y hay harta evidencia de eso. Y es lógico, sobre todo con los niños chicos y sus papás y sus hermanos mayores. Está demostrado que tener un parque cerca de la casa, los niños que viven y los llevan, se mueven más que quienes no cuentan con espacios así. El entorno uno lo debe hacer amigable, lo mismo que la alimentación”.

Tomando cartas

Adelina Avilés, de Lomas de Bellavista, lleva a su hijo a todos lados y confesó que “Felipe (Cruces) juega básquetbol y fútbol en la UdeC. De chico vio pelotas en la casa, empezó a jugar con el hermano y en el colegio había un taller de básquetbol y entró. A veces existen instancias, incluso gratis, pero somos los padres los que no los llevamos y nos quedamos en la casa. Creo que los papás no tienen tiempo, el trabajo no te permite estar con tus hijos todo lo que quisieras”.

También aseguró que “tengo otro hijo de catorce años y no hay caso, no sé cómo sacarlo de la pieza. Con el chico no quise que me pasara lo mismo y lo llevo a todos lados, lo acompaño. Cuando uno quiere que su hijo tenga hábitos sanos, todo vale la pena. Es su salud la que está en juego. En el colegio hay pocas horas de Educación Física, pero además debería fiscalizarse que se hagan realmente. No es prioridad”.

Christophe Couvercelle es papá de la pequeña Anthea y narró que “todos fuimos deportistas en la familia y hoy vamos a todos los partidos de básquetbol con los hijos, los sacamos a correr. Si no se involucran todos, no funciona. En mi casa los niños ven televisión media hora y se aburren. Les enseñamos otra cultura. Yo trabajo de profesor y soy ingeniero, pero igual me hago el tiempo. Es importante. Nosotros llegamos hace siete años a Chile y los inscribimos en el colegio francés, porque ahí se hace todo igual que en Francia, donde son cuatro horas de Educación Física y actividades extraprogramáticas. Antes de Octavo debes saber nadar. Son dos horas de un deporte colectivo y dos de uno individual y van cambiando. En Francia el deporte es muy importante”.

BASKET UDEC realiza un campus de verano para motivar a los más pequeños.

FOTO: ISIDORO VALENZUELA M.



OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



Tribuna Deportiva

Oídos en verano

Señor Director:

El verano con las altas temperaturas es el momento propicio para desarrollar diversas actividades acuáticas y de piscina.

Es precisamente en esta época cuando la otitis externa se transforma en una de las patologías más frecuentes. Se caracteriza por inflamación de la piel del canal auditivo. Se produce por la exposición al agua y, generalmente, es causada por bacterias u hongos.

Su principal síntoma es la picazón y dolor. Es posible que el oído externo se ponga rojo o hinchado y que los ganglios alrededor del oído aumenten su tamaño y duelan", afirma.

¿Cómo prevenir? Con acciones simples se puede evitar complicaciones: Secarte los oídos con una toalla limpia después de nadar, bañarte o ducharte; no usar cotonitos; tener precaución con los piqueros y las inmersiones, ya que el cuerpo se encuentra bajo el agua, la presión de la parte externa de la membrana timpánica aumenta y se puede pro-

ducir una descompensación de presión entre las partes de los oídos, lo que facilita una perforación timpánica; utilizar protectores auditivos (tapones para el baño o bandas protectoras), entre otras medidas.

*Sofía Bravo
Académica Escuela Fonoaudiología
U. Andrés Bello*

Ley de fármacos II

Señor Director:

La ley de fármacos II, pareciera estar en tierra derecha. Pero, da la sensación de que el verdadero foco que son los pacientes y la posibilidad de darles accesibilidad a tratamientos de calidad, se está perdiendo.

Hoy en día la discusión está poniendo énfasis en otros factores, como el económico. En este sentido, la eliminación de las marcas no contribuye a entregarle a cada enfermo lo que necesita, puesto que el profesional de la salud se verá obligado a recetar de acuerdo a una Denominación Común Internacional (DCI) y no por lo que la experiencia

clínica que sólo el médico tiene, sea el medicamento más idóneo para ese paciente.

Cada ser es único e irrepetible por lo que le resulta bien a uno, no necesariamente le servirá a otro. Por otra parte, se frenará la innovación por el alto costo que implica la realización de estudios. Por último, los precios no bajarán y serán cada vez más elevados, no por un tema de marcas propias como ya está instalado en el inconsciente colectivo, sino por falta de libre competencia.

El mercado se regula solo, a mayor oferta, menores son los precios, puesto que los medicamentos originales y referentes bajarán automáticamente para poder competir. La invitación es a discutir por y para los pacientes, cómo llegamos a ellos con medicamentos de calidad, cómo educamos al paciente y cómo hacemos del mercado farmacéutico uno más transparente y más competitivo sin perder la perspectiva del derecho que todos tenemos a una buena salud y a sanarnos.

*Christian Rodríguez
Gerente general Synthon Chile*

Agenda Semanal

Fútbol



Amistosos

- Palestino vs Huachipato, mañana a las 17.30 horas, estadio La Cisterna.
- Rangers vs Huachipato, jueves a las 17 horas, estadio por confirmar.
- Universitario de Perú vs

Universidad de Concepción sábado a las 21 horas, estadio Monumental de Lima.

- Deportivo Municipal vs Universidad de Concepción. Este duelo se jugará, en principio, el 30 de enero, en horario y estadio por confirmar.

Básquetbol

Liga Nacional de Básquetbol Fase regular

Fecha 19

- Universidad Católica vs Universidad de Concepción, sábado, gimnasio Estadio Palestino.

Fecha 20

- Colegio Los Leones vs Universidad de Concepción, domingo, gimnasio Los Leones de Quilpué.



Volleyball

Copa Alemania 2019 de Beach Voley

- Cita, organizada por el Club Deportivo Alemán con el patrocinio de la Asociación de Vóleybol de Concepción Bío Bío, se realizará este sábado y domingo en las instalaciones del club germano. Participarán duplas masculinas y femeninas, en la categoría Todo Competidor; y habrá premios en dinero, trofeos y obsequios para quienes tomen parte del evento.



Corridas

Corre con Maikhol

Cita, organizada por Maikhol Runners Club, se llevará a cabo el domingo 10 de febrero, desde las 10 horas en el Parque Tumbes, en Talcahuano.

Cross country competitivo, familiar y recreativo dentro del Parque, contempla distancias de 2, 5 y 10 kilómetros. Inscripciones gratuitas en el sitio oficial del evento, y para mayor información se puede escribir al correo maikohl.runnersclub@gmail.com.



59 AÑOS RADIO UDEC

Esta semana destacamos en nuestra programación

Nuestra Pauta. El espacio informativo de RadioUdeC, con entrevistas, comentarios y una revisión a los temas más relevantes de la contingencia. De lunes a viernes, a las 7.30 y a las 13.00 horas.

Grandes Músicos de Jazz. Un momento con los grandes exponentes de este género y los comentarios de Sergio Morales. Lunes a viernes, desde las 18.00 horas.

Concierto Nocturno. Para terminar la jornada (o para quienes la comienzan) ofrecemos una cuidadosa selección de piezas clásicas. Lunes a domingo, desde las 21.00 horas.


Radio Universidad de Concepción, 59 años innovando junto a los clásicos.

Síguenos en Facebook, Twitter e Instagram
www.radioudec.cl – 95.1 FM


Escolar y Universitario

CONSTANZA GACITÚA, VOLEIBOLISTA DEL COLEGIO ALMONDALE SAN PEDRO

La penquista que sueña con jugar en la selección nacional


 Daniel Nuñez Durán
 contacto@diarioconcepcion.cl

Constanza Gacitúa (17), fue una de las deportistas destacadas en la ceremonia Adicpa 2018. Su pasión por el vóleybol la llevó a ser una de las mejores jugadoras de su equipo representando al Colegio Almondale de San Pedro, institución que tuvo uno de los elencos más sólidos del torneo escolar.

Desde sexto básico empezó en el mundo del deporte. Talleres obligatorios del colegio le dieron la opción de inclinarse por el vóleybol por sobre el arte o la misma música.

“Era una decisión difícil. En un colegio con gran énfasis en lo académico como el Almondale, es complejo ubicar el deporte por sobre el arte o la música, y destacarse en los deportes disponibles es aún más complicado. Sin embargo, quería hacer algo diferente y me incliné por el vóleybol”, comenta Constanza.

Fue una profesora quien incentivó a la atleta a practicar el deporte, que más una invitación a entrenar en el Club Llacolén terminó por sellar su pasión por el volley.

El salto a Adicpa

A los 12 años, Constanza no tenía muchas competencias importantes con el Almondale. Al ser categoría Sub12 jugaban torneos menores, ya que la competición de Adicpa partía en la categoría Sub14.

“Una vez que cumplí la edad necesaria inicié mi participación en Adicpa. Antes disputaba sólo torneos menores que igual tenían mi atención durante la semana, porque cuando una está inserta en esto, desde temprano empiezan las ganas de poder triunfar”, explicó la deportista, quien agregó que el cambio de pasar de competencias pequeñas a un torneo regional tan prestigioso como Adicpa, fue categórico.

Sobre lo aprendido en los pequeños torneos, Constanza destacó que sumó muchas cosas a su juego, partiendo por aprender a jugar en equipo y a

La destacada deportista del Colegio Almondale de San Pedro de La Paz cuenta cómo inició su camino en el vóleybol y cuáles son sus anhelos para más adelante. De momento, tiene un futuro prometedor.

respetar a las compañeras en medio del juego. “Muchas veces creemos que el deporte es sólo competir para ganar, pero en todos estos años he aprendido que por más que una busque destacar en una disciplina cualquiera, siempre será necesario trabajar en equipo. Hay que conocer bien a las compañeras y lograr los éxitos de manera colectiva más que de forma individual”, indicó la atleta penquista.

Constanza catalogó la experiencia en Adicpa como una instancia entretenida que no sólo es competencia,

sino que además, compañerismo. “Es la mejor forma de partir en el deporte. Vas compartiendo y aprendiendo de gente de otros colegios. El nivel no es tan exigente, pero sirve para ir conociendo el vóleybol. Te va marcando una rutina. Levantarse temprano los sábados, la unión familiar por ser acompañada por mis padres durante todos los partidos. Es algo que me marcó desde que empecé en esto”, señaló

Constanza.

UdeC y el máximo sueño

La destacada voleibolista no sólo se destaca defendiendo la camiseta del Colegio Almondale de San Pedro. También juega por el Campanil.

“Por mi rendimiento, fui llamada para ser parte del equipo de vóleybol de la Universidad de Concepción. Participamos en la Liga Nacional de Menores (Liname) y obtuvimos el primer lugar en la Serie B con hartito esfuerzo y sacrificio”, explicó Constanza.

Pese al éxito en la Sub18, uno de sus mayores logros en el volley durante el 2018 fue que la citaran como refuerzo juvenil para la selección universitaria en la Liga A1. “Personalmente, ya me siento parte de este enorme club deportivo. La recepción que tuve fue espectacular y me siento muy agradecida por ello. Ahora sólo quiero responder a la confianza y el cariño que me brindaron desde el comienzo con mucho trabajo y sacrificio para seguir formando parte de este club, porque aparte de estudiar, quiero que el vóleybol siga siendo parte de mi vida”, comentó la atleta.

¿Su sueño? Es uno sólo y es el que todo deportista quiere lograr cuando se inserta en una disciplina, sobre todo, de carácter colectiva. “Desde que empecé en este deporte me propuse llegar a alguna selección, ya sea menor o adulta. Hoy, mi máximo anhelo es poder vestir la camiseta de la selección chilena de vóleybol. Tengo muy claro que es algo muy complejo de lograr, pero sueño con ser citada en algún momento. Para ello trabajo día a día”, cerró Constanza Gacitúa.

La joven deportista tiene sus metas claras y confía en sus capacidades para llegar a lo más alto del vóleybol nacional. Trabajo y disciplina son la receta que hasta el día de hoy le han abierto las puertas en este deporte.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
 contacto@diarioconcepcion.cl



Los beneficios que tienen los frutos rojos

Victoria Halabi
Directora de Nutrición y Dietética UDD

Existe evidencia científica que muestra que el consumo regular de berries o frutos rojos reduce el riesgo de desarrollo y/o progresión de varias enfermedades crónicas, incluyendo las cardiovasculares, las neurodegenerativas y ciertas formas de cáncer. Dentro de su familia se encuentran los arándanos, fresas, frambuesas, moras, cerezas y ciruelas rojas.

Los beneficios para la salud asociados a un mayor consumo han sido atribuidos, mayormente, a la capacidad antioxidante por los altos niveles de polifenoles, así como a interacciones sinérgicas entre dichos compuestos y otros fitoquímicos presentes.

Estudios avalan que el contenido de antioxidante en los berries es de tres a cuatro veces superior al observado en la mayor parte de las frutas y verduras consumidas por la población. Mientras más intenso sea el color del fruto, mayor será su valor nutricional. Así pues, cuando veamos un fruto de color rojo intenso, sabremos que posee una alta intensidad de antioxidantes, como las antocianinas.

En general, los frutos rojos gracias a su alta composición en antioxidantes, ayudan a cuidar de nuestra salud cardiovascular y en especial, luchar contra los radicales libres, esos elementos que propician el envejecimiento celular y que nos hacen débiles frente a posibles incidencias del cáncer.

Sus componentes básicos a base de antocianinas han demostrado ser muy activos frente en-

Lo bueno de comer berries

Su contenido antioxidante es de tres a cuatro veces superior al de la mayor parte de otras frutas y verduras.

fermedades cardiovasculares, o el Alzheimer o la diabetes. Además, son muy adecuados para tratar la artritis.

La recomendación es comer una taza de frutos rojos al día o de tomar un vaso de su jugo natural, pero para conseguir un mayor y variado aporte de vitaminas y sales mineral que contribuyan a cubrir todos nuestros requerimientos, se deben agregar frutas y/o verduras de otros colores. No se aconseja más, ya que se superaría la recomendación de la ingesta de fruta al día y con ello el consumo de carbohidratos y de calorías.

Para aprovechar al máximo sus ventajas se deben lavar bien antes de consumirlos, comerlos frescos acompañados de cereales o lácteos, en smoothies o batidos, aguas de sabores, o como una colación. La forma de consumo es necesario considerarla para no disminuir su aporte de antioxidantes, pues los polifenoles están más en la cáscara.

Otro factor importante es la forma su preparación. La cocción es un proceso que disminuye en diferentes porcentajes el poder antioxidante por la sensibilidad de los polifenoles a la temperatura y la solubilización de los mismos en el agua de cocción.



FOTO: LUKAS JARA M.

COMPETENCIA ADICPA

El vóleybol fue uno de los deportes más competitivos en 2018

Daniel Nuñez Durán
contacto@diarioconcepcion.cl



Dentro de los deportes colectivos, el vóleybol es una de las disciplinas que con el paso de los años se ha subido al podio nacional, tras el fútbol y el básquetbol.

A nivel regional, con el objetivo de potenciar la práctica del vóleybol en colegios y liceos, la Asociación Deportiva Integrada y Cultural de Colegios Particulares (Adicpa), ha posicionado a este deporte como uno de los colectivos esenciales y con el paso de los años, han sido más los equipos que se suman a participar de este campeonato que se desarrolla durante el año.

En 2018, fueron 22 los colegios que se inscribieron para competir en el certamen escolar. "Este año tuvimos una excelente participación. Los 22 equipos fueron una cifra no menor para un deporte que no es de los más masivos en el país. Sin embargo, debo destacar que los colegios se han preocupado de incenti-

22 equipos participaron del torneo escolar más importante de la Región durante el 2018. Las tres categorías, el alto nivel de competencia y la necesidad de fomentar un deporte colectivo adicional al fútbol y al básquetbol, hicieron del vóleybol una tremenda alternativa para los estudiantes.

var la práctica del vóleybol en sus alumnos, situación que nos deja muy satisfechos", explicó Edgardo Jara, coordinador del área de vóleybol de Adicpa.

Tres categorías

Para ordenar el torneo, Adicpa decidió crear tres categorías de competición. La primera fue la competencia mini, que es de carácter formativo y lúdico, no competitivo, con el objetivo de generar encuen-

15 colegios

participaron en los encuentros masivos de mini volley realizados en la Región durante la pasada temporada.

tros para que los colegios se inscribieran y participaran con sus alumnos en una adaptación al vóleybol llamada mini volley, que es una cancha más pequeña y con una red distinta, además de un balón con menos peso.

“En 2018 realizamos 4 encuentros masivos de mini volley donde participaron cerca de 15 colegios. Organizamos dos eventos en el primer semestre y dos en el segundo”, explicó Edgardo Jara.

La categoría infantil es una categoría competitiva donde el mejor equipo del torneo Adicpa del primer semestre representa a la Región en los juegos provinciales y regionales del Instituto Nacional del Deporte (IND).

El segundo semestre, en Adicpa, la Sub16 y Sub17 se transforman en selecciones de una estructura abierta. Eso les permite a los colegios el participar con sus alumnos que tienen 18 años o hasta 19 años sin inconvenientes.

Posiciones en 2018

El nivel de competencia durante el 2018 estuvo de alto impacto. El talento y sacrificio de los jóvenes deportistas fue más que destacable, pero sólo algunos colegios lograron subir al podio. En la categoría infantil damas, Colegio San Ignacio se quedó con el primer lugar. Los otros ocupantes del podio fueron el Colegio Saint John's y el Colegio Alemán.

A nivel de selecciones el primer lugar lo ocupó el Colegio Alemán, el segundo puesto fue para el Colegio Almondale San Pedro y la tercera ubicación para el Colegio Concepción San Pedro.

En selección, el equipo que había ganado en damas fue el Colegio San Ignacio, pero para jugar el campeonato de las finales tuvo que resignar el cupo y se siguió con el orden.

En varones, el primer lugar en infantiles fue para el Colegio Concepción San Pedro, la segunda posición fue para el Colegio Fraternidad y el tercer puesto se lo adjudicó el Colegio Salesiano.

En selección varones, el primer lugar fue para el Sagrados Corazones, el segundo para el Salesianos y el tercero para el Colegio Fraternidad.

22 equipos

animaron los campeonatos de vóleybol Adicpa 2018, cifra destacada por la organización de la competencia, quienes quedaron muy satisfechos.

“Este año tuvimos un nivel de competencia muy elevado. Los tres primeros lugares en cada categoría demuestran que hay colegios que se destacan por sobre otros. Sin embargo, con el paso de los años, el nivel de competencia se ha equiparado. Así lo reflejaron los resultados en cada una de las finales donde los marcadores fueron muy estrechos en algunos de los encuentros”, indicó el coordinador de vóleybol de Adicpa.

Balance muy positivo

La buena disposición de los colegios para generar los encuentros deportivos en sus gimnasios permitió organizar mejor la competencia. Jugar partidos en simultáneo le dio mayor continuidad al campeonato, lo que permitió generar encuentros de manera mucho más regular.

El nivel del campeonato fue óptimo. Algunos colegios están asociados a clubes, como por ejemplo el San Ignacio con la Universidad de Concepción, situación que eleva el nivel de los jugadores en algunos casos y que permite que existan colegios que colectivamente sean mejores que otros. “Esto hace que los jugadores que se encuentran en entrenamiento constante tengan mejor rodaje que sus compañeros.



FOTO: LUKAS JARA M.

Es una situación que no se puede controlar, pero que no es necesario detener, pese a que se marcan importantes diferencias”, consignó Edgardo Jara.

Expectativas para 2019

Para el año 2019, existen varias expectativas en la organización del vóleybol de Adicpa. Una de las

ideas principales es poder generar un mayor número de encuentros a nivel formativo para potenciar los niveles de iniciación (mini e infantiles).

En general, va en aumento la participación a nivel de selección, por lo que el equipo organizador quiere fomentar el vóleybol desde la categoría de menor edad.

“Queremos generar un trabajo especial para realizar clínicas y encuentros recreativos con el fin de potenciar este esquema. Es algo que no implica mayor dificultad y con las ganas que tenemos de seguir trabajando, lo podemos lograr”, explicó el coordinador.

Potenciar el vóleybol y sumar más alumnos participantes son otras metas a cumplir. Tanto colegios como padres deben tener un compromiso con el físico y la inclusión de sus pupilos hacia práctica del deporte.

Entre abril y mayo debiera comenzar la nueva temporada, cuando los colegios den inicio a sus actividades extraescolares. “Para 2019 tenemos grandes desafíos. Con buena disposición de las instituciones y orden en nuestra organización, podremos tener un gran año de vóleybol”, cerró Edgardo Jara.



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

MOTORES '19

Daniel Kuschel D.
daniel.kuschel@diarioconcepcion.cl



Karma trae a Chile los autos ecológicos de lujo

Un nuevo paso hacia la evolución de la industria automotriz dio el mercado chileno, luego de la presentación en Chile del Karma Revero, el primer modelo de la firma de autos de lujo ecológicos, que es gestionada en el país por Quantum Group.

El Revero ofrece una conducción sin emisiones, con la flexibilidad de poseer un generador de gasolina de reserva, con características llamativas como su techo solar, el más grande de la industria según la marca, que proporciona energía eléctrica suplementaria.

En lo que respecta a su motorización, utiliza un grupo motopropulsor eléctrico de rango extendido, con dos motores eléctricos que en conjunto erogaron una potencia

Importado por Quantum Group, el modelo Revero es el primero disponible.



FOTO: QUANTUM GROUP

combinada de 403 HP y 1.245 de par a las ruedas traseras.

Esto le permite realizar un sprint de 0 a 97 km/h en 5,4 segundos en modo Sport, con una

velocidad máxima que está limitada a 200 km/h.

En tanto, su motor de combustión de cuatro cilindros turbo de 2.0 litros actúa exclusivamente

como generador de energía para la batería. Esta última ha aumentado la capacidad de 20,4 a 21,4 kWh.

En relación a su reabastecimiento, el cargador a bordo al-

canza una potencia de 6,6 kW, con la posibilidad de recarga rápida en corriente continua de hasta 40 kW, que es capaz de alcanzar el 80% de la carga en 24 minutos.

Con esto, el Revero ofrece una autonomía total de 483 kilómetros y una autonomía 100% eléctrica tras recargar por completo de su batería de 80 kilómetros.

En lo relacionado con su equipamiento, el Karma Revero se ofrecerá con climatización automática de doble zona, cámara de visión trasera, asistente de estacionamiento delantero y trasero y un sistema de información, entretenimiento y navegación, montado sobre una pantalla táctil de 10,2 pulgadas. Todos estos sistemas son alimentados por la energía que proporciona su techo solar.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Jazz NIGHT

31 ENERO
21 HRS

LA FRANK LITTLE BAND

REVIVE AL GRAN
Sinatra

EVENTO GRATIS PARA SOCIOS

Mc

BONO 10 MILLONES | JUEGA CON TU ENTRADA | 50% DSCTO EN BARRA

MARINA CLUB DISCOTHEQUE
marinadelsol.cl

02 FEB | 23 HRS

Fiesta 80'S

CON RODOLFO ROTH & DJ PATO MUÑOZ

Mc

marinadelsol.cl

MARINA CLUB DISCOTHEQUE



KETTY HAMMERSLEY,
Bernardita Paz, Rafaela Reinoso y Matilde Yannucci.

Escuela de verano en el Club de Campo Bellavista

Con una serie de disciplinas deportivas, entre las que se destacan natación, rugby, fútbol, gimnasia rítmica y tenis se realiza la Escuela de Verano del Club de Campo Bellavista 2019.

La actividad dirigida a hijos de socios permite a los menores contar con un entretenido y saludable panorama de recreación durante estas vacaciones de verano.

JOAQUÍN SEPÚLVEDA,
Máximo Figueroa y Oliver Villagra.



EDUARDO IBÁÑEZ, Simón Poblete y Ewert Medina.

SOFÍA GODOY y Martina Bugueño.

MARÍA JESÚS MEDINA y Renata Miranda.

CRISTÓBAL ROZAS, Martín Poblete, Álvaro Cisternas y Joaquín Obreque.



JORGE HERNÁNDEZ y Loreto Ibáñez.



ESCUELA de natación.

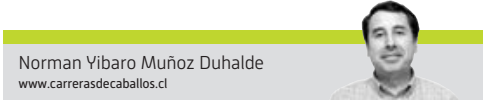


ALLAN ALARCÓN, Martín Henríquez, Joaquín Grez y Felipe Morales.



Programa hípico miércoles 30 de enero

1ª competencias 17:00 horas



Diez carreras programó medicamino para la jornada de esta semana. Los atractivos para reunión son los \$6.500.000 del pozo estimado de la Séxtuple (Comienza en la 4ª carrera) y la celebración para "Los Mejores del año 2018" donde se premiará a Malabari, Olimba, Saman, Gustavo Vera, Alberto Pinochet, Stud Belgrano, Haras Don Alberto, Gerardo Melo, Nelson Figueroa, Luis Leal y Danilo Grisales.



FOTOS: XXXXXXXXXXXXXXXX

ALVARO APABLAZA "VISITA GANADORA"

Comenzó a correr el año 2018 después de egresar de la escuela de jinetes, temporada en que cumplió una buena campaña ganando 39 carreras. Este aprendiz de 21 años, comenzó a viajar a la pista penquista y logró ganar su primera carrera en medicamino con el ejemplar Rey De Saint-Malo por ½ cuerpo como lo observamos en la fotografía.

PRONÓSTICOS:

- 1ª Carrera (6) MONIQUITA MIA (4) CENTAURUS
- 2ª Carrera (10) MAXIMILLION (4) MONTALVANO
- 3ª Carrera (3) TE DE TAPIT (2) FULL MOON PARTY
- 4ª Carrera (3) PIOSO SECO (9) HAMPER
- 5ª Carrera (10) HONOR A MI PADRE (4) MISSIONERO
- 6ª Carrera (1) LADY CORTHORN (9) ALARCO
- 7ª Carrera (8) ESPIRITU DE VINO (13) EL CANTANTE
- 8ª Carrera (11) AMOR A PRUEBA (10) AIRES DE CONQUISTA
- 9ª Carrera (8) CORRE CACHETON (12) VIVIR EN PAZ
- 10ª Carrera (3) EL ATENEO (7) COPPA VENEZIA

1ª Carrera [17:00 Hrs.] Premio: "DEVANEÓ" CONDICIONAL - 3 años No Ganadores - 1000 metros.

HECTOR ESPINOZA N.	7º	8º	(1)	MARIA POLICEMA (Diamond Tycoon)	55	LUIS G. SOTO	[PEREZ D., ALEXIS]
JOAN AMAYA H.	-	Reap.	(2)	SEEKING THE HAPPY (Seeking The Dia)	57	JOSE AYALA	[JELY BARRIL]
LUIS LEAL J.	3º	2º	(4)	ALLIANZ PARK (Grand Daddy)	57	CRISTIAN CARO	[ALCANZANDO UN SUEÑO]
RAUL VENEGAS V.	10º	10º	(5)	CENTAURUS (Dangerous Midge)	55	LEONARDO MARDONES	[ALE Y CATHY]
LUIS LEAL J.	-	Reap.	(6)	SAORY (Aragorn II)	55	GUSTAVO VERA	[ALCANZANDO UN SUEÑO]
JOAN AMAYA H.	6º	6º	(7)	MONIQUITA MIA (Grassy II)	55	JOSE SOLANO (1)	[M Y G]
JOAN AMAYA H.	4º	6º	(8)	MISIA MARINA (Midas Touch)	55	DANILO GRISALES	[EL PAPI]
RAUL VENEGAS V.	11º	3º	(9)	LORD TYRON (Awesome Patriot)	57	(ORLANDO PALMA CAMPOS)	[ALVARO APABLAZA (1) [M Y G]
JOAN AMAYA H.	7º	5º	(10)	DADDY GOOD DAY (Daddy Long Legs)	57	[LA MILA]	[V.S.A.]
JOAN AMAYA H.	3º	9º	(11)	BLACK MOON (Mayakovskiy)	55	LENNART P. SILVA (2)	[BELGRANO]
ALBERTO PINOCHET P.	6º	9º	(12)	MARE TYCOON (Diamond Tycoon)	55	LUIS PAREDES (1)	[GUILLERMON]
RAUL VENEGAS V.	-	Reap.	(13)	EL QUILAPAN (Saddad)	57	NELSON FIGUEROA	[PININO CHAVEZ]
HUGO POZO V.	9º	10º	(14)	DON AMEDEO (Cat Scan)	57	LUIS AROS H.	[PAJARITO ESTIP]
HUGO TORRES R.	2º	3º	(15)	QUE RICO (Grand Daddy)	55	MOISES DONOSO (4)	
JOAN AMAYA H.				MISS CHARITO (Bayer)			

2ª Carrera [17:30 Hrs.] Premio: "DEMANDADORA" HANDICAP - Índice 1B - 1100 metros. Para caballos de 3 años y más.

HECTOR ESPINOZA N.	5º	7º	(1)	MONTALVANO (Breathless Storm)	56	LEONARDO MARDONES	[CORBATA VIEJA]
CARLOS NORAMBUENA B.	6º	9º	(2)	LOS PERLAS (Magnifi Cat)	56	GUSTAVO VERA	[MAJECO]
JULIO ESPINOSA N.	5º	10º	(3)	CHAO TIA (Tao Tio)	56	MANUEL GUERRERO	[DELLAROSSA]
ALBERTO PINOCHET P.	9º	13º	(4)	CONDESA DE NOAILLE (Monthir)	56	NELSON FIGUEROA	[GUILLERMOYDIEGOIGNACIO]
RAUL VENEGAS V.	6º	9º	(5)	ZULFIKAR AGA (Buzzword)	56	DANILO GRISALES	[BELGRANO]
REINALDO BELLO B.	-	Reap.	(6)	QUICK DOLL (Seeking The Dia)	56	LUIS G. SOTO	[IGNACIO Y FELIPE]
HUGO TORRES R.	6º	13º	(7)	NAO BAY (Neko Bay)	56	CRISTIAN CARO	[MOSQUETEROS DE LIS]
FRANCISCO SAAVEDRA	6º	11º	(8)	LAGO BAIKAL (Authorized)	56	MARCELO CONTADOR	[DANPOCH]
ERCIRA ALARCON J.	12º	8º	(9)	EMPRESS LOOK (Soldier Of Fortune)	56	LUIS RIQUELME	[CAIN]
ALBERTO PINOCHET P.	2º	13º	(10)	MAXIMILLION (Squire Jones)	56	LENNART P. SILVA	[PINOCHET P., ALBERTO]
REINALDO BELLO B.	10º	9º	(11)	MI GRAN ABUELLO (Lake Como)	56	ALVARO APABLAZA	[SEBASTIAN Y JAVIERA]

3ª Carrera [18:00 Hrs.] Premio: "MEJORES DEL AÑO 2018" CONDICIONAL - 3 años Ganadores con Recargo - 1100 metros.

JULIO ESPINOSA N.	2º	1º	(1)	MORROCO (Court Vision)	57	NICOLAS GARCIA	[AMERICA]
ERCIRA ALARCON J.	-	Reap.	(2)	FULL MOON PARTY (Malibu Moon)	57	LUIS PEREZ	[CARLITI]
ERCIRA ALARCON J.	1º	1º	(3)	TE DE TAPIT (Fast Company)	61	LEONARDO MARDONES	[CALUFO]
REINALDO CHAMORRO B.	4º	5º	(4)	OLIMBA (Dangerous Midge)	59	DANILO GRISALES	[BASICO]
GERARDO MELO M.	4º	2º	(5)	SAHTIR (Don Cavallo)	55	GUSTAVO VERA	[STUD HARAS LIZZIE]
ERCIRA ALARCON J.	8º	11º	(6)	GITANA SONADORA (Colonialism)	55	LUIS RIQUELME	[BOBY DALTON]
CARLOS CORDOVA A.	1º	7º	(7)	DINKA CHICA (Minister's Bid)	55	LUIS G. SOTO	[JANIRA ELGUETA]

4ª Carrera [18:30 Hrs.] Premio: "DON BILLETE" HANDICAP - Índice 17 al 2 - 1300 metros. Para caballos de 3 años y más.

LUIS LEAL J.	1º	4º	(1)	EL MADIBA (Grand Daddy)	56	JOSE AYALA	[ALCANZANDO UN SUEÑO]
HUGO POZO V.	2º	1º	(2)	GIVE ME A BREAK (Dangerous Midge)	58	NELSON FIGUEROA	[GUILLERMON]
ALBERTO PINOCHET P.	-	Reap.	(3)	PIOSO SECO (Dunkirk)	61	IVAN CARCAMO	[V.S.A.]
CARLOS CORDOVA A.	6º	4º	(4)	SUDAN COUNTY (Sudan)	61	LUIS G. SOTO	[JANIRA ELGUETA]
ERCIRA ALARCON J.	3º	3º	(5)	GRAN JACK (Dunkirk)	51	MANUEL GUERRERO	[EL TANITO]
HUGO POZO V.	6º	3º	(6)	PAF DADDY (Scat Daddy)	54	JELY BARRIL	[MARIARCA]
NELSON NORAMBUENA B.	2º	2º	(7)	SCATTO DI SORTE (Newfoundland)	56	DANILO GRISALES	[FIFTY - FIFTY]
ERCIRA ALARCON J.	6º	4º	(8)	NIKER (Mayakovskiy)	59	GUSTAVO VERA	[SILENCIO]
ALBERTO PINOCHET P.	2º	1º	(9)	HAMPER (Awesome Patriot)	59	LUIS PEREZ	[TREMIO PEUMA]

5ª Carrera [19:00 Hrs.] Premio: "DOÑA COTITA" HANDICAP - Índice 1C - 900 metros. Para caballos de 3 años y más.

CARLOS NORAMBUENA B.	5º	12º	(1)	MISSIONERO (Dushyantor)	56	GUSTAVO VERA	[MAJECO]
HECTOR ESPINOZA N.	7º	9º	(2)	GRAN MIGUELINA (Aragorn II)	56	JOSE AYALA	[CORBATA VIEJA]
ALBERTO PINOCHET P.	-	Reap.	(3)	BABIL. FIGHTER (Newfoundland)	56	IVAN CARCAMO	[CORBATA VIEJA]
HUGO TORRES R.	6º	7º	(4)	CHIPI CRACK (Ivan Denisovich)	56	LUIS AROS H.	[ROSARIO DEL ALAMO]
ERCIRA ALARCON J.	11º	4º	(5)	STUKA GALACTICA (Stuka II)	56	LUIS RIQUELME	[CONV Y ANTO]
JOAN AMAYA H.	-	Reap.	(6)	REV DE TUS SUEÑOS (Henrythenav...)	56	JOSE SOLANO	[FERJO]
ALBERTO PINOCHET P.	9º	3º	(7)	PAPAYON (Dushyantor)	56	NELSON FIGUEROA	[DOÑA JOSEFA]
JULIO ESPINOSA N.	9º	5º	(8)	GALOTAO (Tao Tio)	56	LUIS PEREZ	[ALTO LAS PIEDRAS]
RAUL VENEGAS V.	11º	10º	(9)	DI SPARTACUS (Optic Nerve)	56	DANILO GRISALES	[DELLAROSSA]
FRANCISCO SAAVEDRA	1º	4º	(10)	HONOR A MI PADRE (Holiday Spirit)	56	MARCELO CONTADOR	[JERRY MAGUIRE]
HUGO TORRES R.	-	Reap.	(11)	KONDORIACO (Saddad)	56	CRISTIAN CARO	[DANPOCH]
JULIO ESPINOSA N.	7º	8º	(12)	FILATITA (Tio Tao)	56	MANUEL GUERRERO	[PINCAM]
JORGE LEON S.	5º	8º	(13)	DIVINA LOLITA (Last Best Place)	56	ALVARO APABLAZA	[DELLAROSSA]

6ª Carrera [19:30 Hrs.] Premio: "DERROCADORA" HANDICAP - Índice 16 al 6 - 1000 metros. Para caballos de 3 años y más.

LUIS LEAL J.	5º	3º	(1)	LADY CORTHORN (Grand Daddy)	56	JOSE AYALA	[ALCANZANDO UN SUEÑO]
CARLOS NORAMBUENA B.	1º	9º	(2)	PETER HANSEL (Until Sundown)	58	LUIS AROS H.	[LAS GLORIAS]
LUIS LEAL J.	8º	3º	(3)	MALABARI (Morning Raider)	61	LEONARDO MARDONES	[ALCANZANDO UN SUEÑO]
JULIO ESPINOSA N.	6º	1º	(4)	ASTROBOY (Scat Daddy)	59	MANUEL GUERRERO	[MELEDMAR]
HUGO TORRES R.	6º	1º	(5)	RAYO REAL (Fast Company)	54	NELSON FIGUEROA	[LAST FEU]
ERCIRA ALARCON J.	-	Reap.	(6)	CABO FROWARD (Neko Bay)	55	LUIS PEREZ	[CARLITI]
REINALDO CHAMORRO B.	7º	4º	(7)	SOY UNICA (Mayakovskiy)	56	JOSE SOLANO	[BASICO]
FRANCISCO SAAVEDRA	8º	2º	(8)	TEOTEPEC (Tumblebrutus)	59	MARCELO CONTADOR	[IGNACIO Y FELIPE]
JOAN AMAYA H.	4º	7º	(9)	ALARACO (Aragorn II)	59	GUSTAVO VERA	[SEPELAKU]
RAUL VENEGAS V.	6º	8º	(10)	ULTIMO ADIOS (Tanaasa)	57	DANILO GRISALES	[BELGRANO]

7ª Carrera [20:00 Hrs.] Premio: "DANCER BOY" HANDICAP - Índice 1B - 1100 metros. Para caballos de 3 años y más.

REINALDO BELLO B.	10º	6º	(1)	PLAZA CONCEPCION (Tumblebrutus)	56	MARCELO CONTADOR	[MAXIMO VALENTINO]
ERCIRA ALARCON J.	4º	5º	(2)	GUERRERA BRAVA (Indio Pintado)	56	NELSON FIGUEROA	[DON CHEMITA]
REINALDO CHAMORRO B.	8º	6º	(3)	APROVECHADORA (Distorted Economy)	56	DANILO GRISALES	[DANILO GRISALES]
RAUL VASQUEZ O.	11º	7º	(4)	CORN. VESTAL (Send Inthe Clowns)	56	CRISTIAN A. ROJAS	[MANUEL URBINA A.]
JOAN AMAYA H.	3º	5º	(5)	TIA BEGO (Seeking The Dia)	56	JOSE SOLANO	[DOÑA IRENE]
REINALDO BELLO B.	-	Reap.	(6)	SOLO CONTADO (Send Inthe Clowns)	56	NICOLAS GARCIA	[BODE ESTRADA]
REINALDO BELLO B.	-	Reap.	(7)	POTENTADA BROWN (Soldier Of For...)	56	CRISTIAN CARO	[BENJI]
RAUL VENEGAS V.	8º	3º	(8)	ESPIRITU DE VINO (Invincible Spirit)	56	LUIS PEREZ	[ALE Y CATHY]
JULIO ESPINOSA N.	7º	6º	(9)	CRISTAL ALAZAN (Sitcom)	56	LUIS RIQUELME	[AMERICA]
HUGO POZO V.	8º	6º	(10)	LA PUNTITA (Rock Of Gibraltar)	56	JELY BARRIL	[GUILLERMON]



JOSE AYALA "ES GANADOR EN CHILE"

Este jinete colombiano ganador de ciento diez carreras, debutó el jueves pasado en medicamino y consiguió con Ocho Por Cuatro su primer festejo en la peloussé del Club Hípico de Concepción.

CARLOS NORAMBUENA B.	9º	4º	(11)	PEDRO Y PEDRO (Pavarotti II)	56	GUSTAVO VERA	[MARIO VALDES]
JOAN AMAYA H.	2º	6º	(12)	EL SULFO (War Chant)	56	LUIS PAREDES	[MI TIERRA HERMOSA]
ALBERTO PINOCHET P.	-	Reap.	(13)	EL CANTANTE (Newfoundland)	56	LENNART P. SILVA	[LUKITAS MATEO]
ARMANDO NAVARRETE B.	4º	3º	(14)	GIOVANI AUDACE (Breathless Storm)	56	JOSE AYALA	[DON BELI]

8ª Carrera [20:30 Hrs.] Premio: "DON CUSTODIO" HANDICAP - Índice 1B - 1100 metros. Para caballos de 3 años y más.

ALBERTO PINOCHET P.	-	Reap.	(1)	GIRO ASIATICO (Girolamo)	54	LENNART P. SILVA	[LUKITAS MATEO]
ERCIRA ALARCON J.	11º	13º	(2)	TABLEAU'S CHOICE (Posterity)	55	LUIS G. SOTO	[MALTA]
ANTONIO ABARZUA C.	10º	8º	(3)	NEGRA CARINOSA (El Bionico)	56	JOSE SOLANO	[PIA MARIA]
CARLOS CORDOVA A.	-	Reap.	(4)	PAOME AMIDALA (Father Time)	56	MOISES DONOSO	[MARTINA IGNACIA]
CARLOS NORAMBUENA B.	11º	10º	(5)	VICENZO BELLINI (Pavarotti II)	54	MANUEL GUERRERO	[LOS RAYOLEROS]
REINALDO CHAMORRO B.	11º	2º	(6)	NO EXISTE (Newfoundland)	55	DANILO GRISALES	[FAFA]
ALBERTO PINOCHET P.	-	Reap.	(7)	GRAN PANCHITO (Monthir)	54	IVAN CARCAMO	[LUKITAS MATEO]
JOAN AMAYA H.	5º	7º	(8)	ES MACANUDA (Fast Company)	55	JELY BARRIL	[CARPAC]
CARLOS NORAMBUENA B.	4º	8º	(9)	RECIBE MI GRATITUD (Gstaad II)	56	JOSE AYALA	[LOS PSIQUICOS]
FRANCISCO SAAVEDRA	8º	2º	(10)	A. DE CONQUISTA (Happy Hunting)	54	MARCELO CONTADOR	[LEONTINA]
RAUL VENEGAS V.	6º	2º	(11)	AMOR A PRUEBA (Saddad)	54	NELSON FIGUEROA	[DON HIPOLITO]
LUIS SOTO H.	10º	14º	(12)	DORADITO (El Bionico)	55	CRISTIAN A. ROJAS	[PAOLA ANDREA]
RAUL VASQUEZ O.	1º	10º	(13)	REVOLUTION GIRL (Red Rocks)	56	CRISTIAN CARO	[MANUEL URBINA A.]
ERCIRA ALARCON J.	-	Reap.	(14)	ESCAPINNI (Monthir)	55	LUIS RIQUELME	[MIS NIETOS]

9ª Carrera [21:00 Hrs.] Premio: "DUBLIN EXOTIC" HANDICAP - Índice 5 al 2 - 1000 metros. Para caballos de 3 años y más.

GERARDO MELO M.	2º	4º	(1)	GRAN CAPELLO (Mondrian)	54	GUSTAVO VERA	[EL PELIN]
RAUL VENEGAS V.	-	Reap.	(2)	UMAY (Caesaron)	55	LEONARDO MARDONES	[ALE Y CATHY]
CARLOS NORAMBUENA B.	7º	2º	(3)	DON RAFA (Aragorn II)	57	JELY BARRIL	[ANDALIEN]
CARLOS NORAMBUENA B.	1º	6º	(4)	CHAT BLANCHE (Aragorn II)	56	LUIS AROS H.	[PINTO]
RAUL VASQUEZ O.	9º	1º	(5)	TARAVANA (Fusaichi Pegasus)	54	ALVARO APABLAZA	[MANUEL URBINA A.]
JOAN AMAYA H.	2º	9º	(6)	NEW GIRL (Newfoundland)	54	MANUEL GUERRERO	[VACILON]
ALBERTO PINOCHET P.	10º	1º	(7)	IL MIO SOGNO (Diamond Tycoon)	54	IVAN CARCAMO	[PASION Y AMOR]
ARMANDO NAVARRETE B.	-	Reap.	(8)	CORRE CACHETON (Monthir)	55	JOSE AYALA	[TRES REYES]
ALBERTO PINOCHET P.	5º	7º	(9)	CHINATOWN (Dunkirk)	56	LENNART P. SILVA	[LA MONITA]
ALBERTO PINOCHET P.	2º	3º	(10)	CHRISURON (Feliz De La Vida)	54	LUIS PAREDES	[LOS DE HUALPEN]
HUGO TORRES R.	9º	7º	(11)	DE ORO Y PLATA (Ocean Terrace)	54	CRISTIAN CARO	[TORRES R., HUGO]
ARMANDO NAVARRETE B.	1º	3º	(12)	VIVIR EN PAZ (Father Time)	56	LUIS PEREZ	[TRES REYES]
REINALDO CHAMORRO B.	10º	8º	(13)	REINA NAUTICA (Mayakovskiy)	56	DANILO GRISALES	[BASICO]

10ª Carrera [21:30 Hrs.] Premio: "DESGANITADO" HANDICAP - Índice 1 - 1100 metros. Para caballos de 3 años y más.

JOAN AMAYA H.	10º	1º	(1)	STAR FIELD (Last Best Place)	56	ALVARO APABLAZA	[VACILON]
ALBERTO PINOCHET P.	-	Reap.	(2)	MOLINO DE PLATA (Bluegrass Cat)	56	IVAN CARCAMO	[TREMIO PEUMA]
JOAN AMAYA H.	Deb.	ChC	(3)	EL ATENEO (Neko Bay)	56	JELY BARRIL	[CAMBALACHE]
ALBERTO PINOCHET P.	1º	12º	(4)	FIJATE CABRO (Minister's Bid)	56	LENNART P. SILVA	[SEBA Y FRANCI]
REINALDO CHAMORRO B.	3º	6º	(5)	MALOS PASOS (Tumblebrutus)	55	DANILO GRISALES	[BASICO]
CARLOS CORDOVA A.	8º	7º	(6)	EXQUISIA (Aragorn II)	55	LEONARDO MARDONES	[LO ESPINOZA]
HUGO TORRES R.							

Ximena Valenzuela Cifuentes
ximena.valenzuela@diarioconcepcion.cl

BUSCAN MOLÉCULAS PROVENIENTES DE ALIMENTOS QUE PUEDEN RETARDAR SÍNTOMAS

Neurocientíficos de UdeC aportan claves para prevenir el Alzheimer

El uso de compuestos del ajo chilote contribuirían como un elemento protector e incluso como un activador cognitivo.

Imagine el temor que sentiría al quedar atrapado en un limbo sin recuerdos, no saber quién es o dónde va, y de pronto recuperar la lucidez, pero con el miedo latente de volver a perderse, esa es parte de la pesadilla que cada día viven las personas con Alzheimer.

Hablamos de la forma de demencia más frecuente en Chile y el mundo. Según el Minsal el 12% de las personas mayores de 65 años padecen un tipo de demencia y de ese total el 55% es causado por el Alzheimer.

La complejidad de la patología ha impedido el avance esperado hacia una cura o nuevos tratamientos. Sin embargo, científicos del Departamento de Fisiología de la Universidad de Concepción, UdeC, están buscando factores que retarden la enfermedad a través del consumo de alimentos cuyos componentes tendrían efectos protectores.

Luis Aguayo, doctor en Farmacología de la Universidad de Maryland, EEUU, y académico de la UdeC, afirmó que para una buena salud mental en la tercera y cuarta edad, además de la nutrición, se requiere el entrenamiento de la reserva cognitiva.

Explicó que el cerebro es estructura con muchas reservas cognitivas, que permiten que para hacer una tarea tengamos múltiples vías. "Posibilita que, si un número de células se mueren o se alteran como en el Alzheimer; todavía podemos hacer esa misma tarea a través de otra vía neuronal".

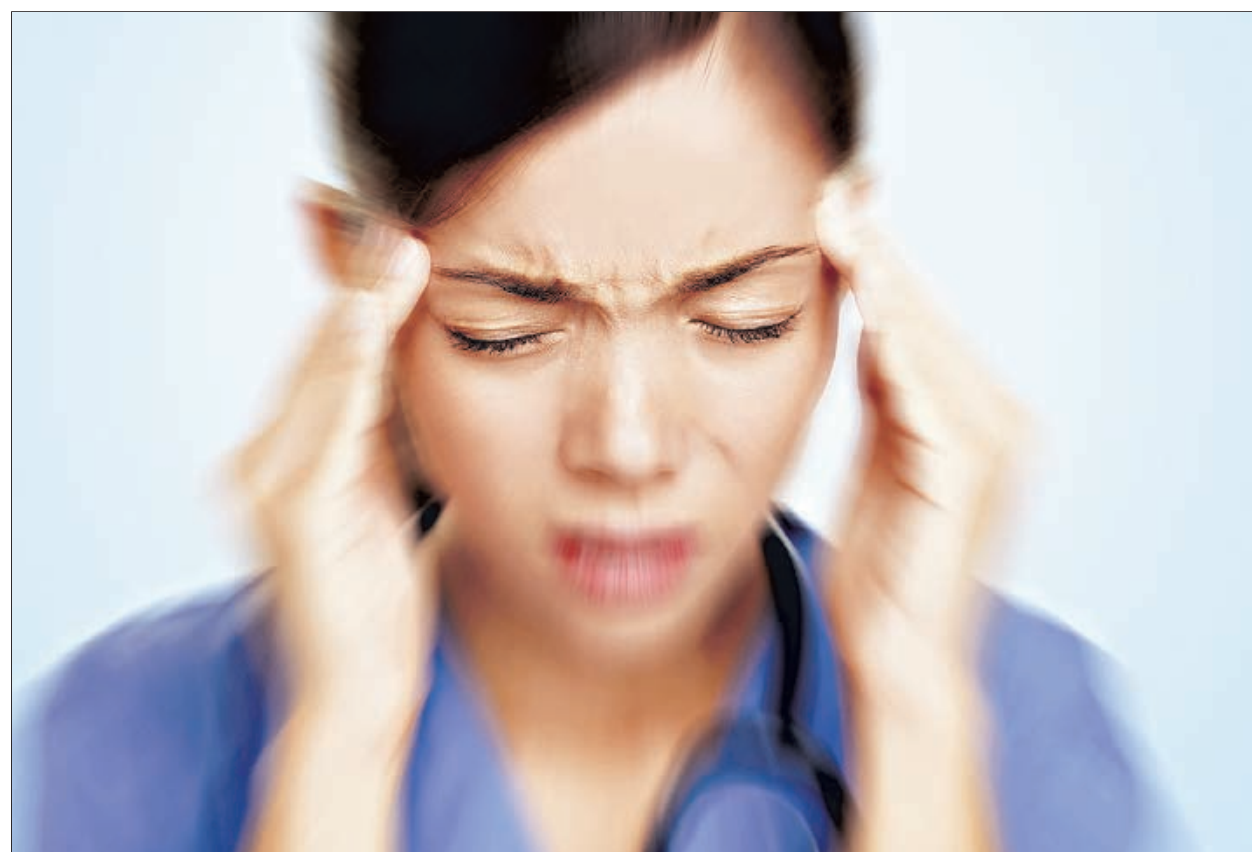
Por ello, según el neurocientífico y premio Municipal de Ciencias, se debe entrenar el cerebro, por ejemplo, aprendiendo otro idioma, leyendo y resolviendo crucigramas.

Nuevas formas

Diversos estudios confirman los beneficios de los antioxidantes como mecanismos de protección de las células, pero el problema radica en la efectividad real de su consumo.

"Por ejemplo, el consumo de resveratrol (antioxidante) a través de la ingesta de uva o vino, estos pasan primero por el sistema digestivo y el resveratrol se queda ahí. Nunca llega a la sangre ni al cerebro, no penetran nuestro cuerpo, la mayor parte de estas moléculas quedan en el intestino y se botan después", dijo Aguayo.

Para obtener beneficios efectivos habría que consumir



Hasta 25 años antes que la enfermedad se manifieste con el clásico olvido se pueden advertir trastornos en el sueño, digestivos, de olfato y motivación que son los primeros signos.

litros de vino por el resveratrol. "Tendría que estar ebrio todo el día. Estos componentes, entonces, no tienen utilidad, es un efecto más placebo".

El mayor problema actual de la industria farmacéutica es generar compuestos que actúen a nivel cerebral, lo que se ha convertido en una tarea titánica. Por ello, en Fisiología están buscando nuevas moléculas de mejor absorción, encontrando componentes que tendrían un efecto protector a nivel in vitro.

Un equipo de investigación del Departamento -liderado por los doctores Jorge Fuen-

tealba y Gonzalo Yévenes- ha desarrollado con éxito un estudio, a través del que determinaron los positivos efectos de compuestos presentes en el ajo chilote como elemento protector contra la patología.

Yévenes explicó que comenzaron a trabajar con un extracto básico del ajo negro. "Usualmente, las células mueren al aplicarles el péptido beta amiloide, que es como el malo de la película en la enfermedad de Alzheimer. Pero nos dimos cuenta que a las células que les poníamos el extracto de ajo negro no morían, a pesar de que poníamos a este malo de la película", detalló.

Comentó que al medir la actividad neuronal a través de las señales de calcio se demostró que al agregar el péptido beta amiloide a esa neurona, esas señales se apagan o quedan pocas, pero si se hace el proceso en presencia de ajo, las señales de calcio quedan igual.

Yévenes agregó que en neuronas sanas "las señales se dis-

paran más, el extracto hace que se comuniquen más (...) Hemos comprobado que es como un activador cognitivo".

Agregó que los resultados apuntan a descubrir un nuevo compuesto que podría, incluso, tener mayores beneficios que los antioxidantes. "En experimentos de cromatografía hemos visto que esta fracción está enriquecida con compuestos que tienen azufre (derivados de cisteína), que son de menor tamaño que los antioxidantes polifenólicos más comunes. Por lo tanto, se absorben mejor y tienen una solubilidad diferente".

En tanto, Fuentealba detalló que el ajo negro chilote se obtiene de un proceso originario de Japón, donde "un ajo ya sacado de la mata se estresa en unos hornos con temperaturas que varían entre los 40 a 50 grados, con una humedad muy alta, cercana al 90%. Ahí el ajo empieza a cambiar sus propiedades y se vuelve negro, blanco y de un sabor dulce".

Estas cualidades permiten

co en que existe desgaste cerebral. "Un pequeño número de individuos jóvenes que la padecen corresponden a casos genéticos; pero la mayor parte afecta a individuos sobre los 65 a 70 años", indicó Aguayo.

Los síntomas más evidentes se manifiestan sobre los 60 o 70 años, pero los primeros signos pueden aparecer 20 o 25 años antes. En el caso de una persona que a los 65 años empieza a manifestar la enfermedad con olvidos, lo más probable es que a los 45 tenga los primeros signos, pero casi imperceptibles por el individuo, con alteraciones del ciclo sueño vigilia, digestivas, olfativas y que más tarde desencadenan en alteraciones en la memoria y de comunicación más complejas.

En términos conductuales es probable que el Alzheimer parta con la pérdida de motivación, que la persona no disfrute de comer, beber y tener sexo, más tarde llega la pérdida de la memoria momento en que la familia advierte el problema.

A pesar de ello, Aguayo explicó que es difícil el diagnóstico temprano de la patología, debido a que "el cerebro tiene cambios estructurales notables, pero en etapas más avanzadas de la enfermedad, donde se pierde, por ejemplo, el grosor de la corteza cerebral y aumenta el tamaño de los ventrículos" se podría advertir. "Los cambios son a nivel celular y molecular, y eso no se ve en imagenología, sino en microscopio y sólo se realiza post mortem".

que, además de sus beneficios como neuro protector, sea un producto muy utilizado en el mundo gourmet.

Qué es el Alzheimer

Es una enfermedad que se produce por una pérdida selectiva de neuronas en el hipocampo y la corteza cerebral, observándose una acumulación de una proteína tóxica llamada beta amiloide (placas seniles) y de otra que forma ovillos neurofibrilares formados por la proteína TAU.

Es una enfermedad asociada al envejecimiento patológico.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



Juntos en el amor y el recuerdo

La Paz
FUNERARIAS

B. Arana 1387, San Martín 1501, Concepción - Av. Colón 1210, Talcahuano.

Siempre estaremos con usted, gracias al especial servicio. **223 48 25**

TD Noticias

Santoral: Tomás de Aquino

EL TIEMPO

HOY  **12/25**

MARTES  14/25 MIÉRCOLES  13/23 JUEVES  12/23

LOS ÁNGELES  11/32

RANCAGUA  13/33

TALCA  11/32

SANTIAGO  14/34

CHILLÁN  11/32

ANGOL  7/28

TEMUCO  4/27


P. MONTT  6/22

RADIACIÓN UV

RIESGO EXTREMO	TIME* 10	ÍNDICE 11 o más
MUY ALTO	25	8 A 10
ALTO	30	6 A 7
MODERADO	45	3 A 5
BAJO	60 o más	0 A 2

*Tiempo Máximo recomendado de exposición (minutos).

PUZZLE



SITIO	EXCESO	REGION METROP.	DESCIFRAR DESCONOCID	AMARRAS	VATIOS
QUESO SUIZO	NEGACION DISTINTO	TRAS CU OXIGENO	ESTA EN ATLAS NOBLE	CIUDAD DE ITALIA DENTRO	MEDIO SACO ANSARES
REGIMEN	ASBESTO	TITANIO	TEMPRANO DEMORA	ARTICULO ELECTRON	1000 AU
PROPALAD				ANTES FUE UT RIMBOMBOS	
PALOTES	LEER EN MIAMI CEDE			REY RUSO MAS O MENOS	AZUFRE
BRACEAN MEJORASTE				DECLIVES ENERGIA	
ENTRENADOR	TROZO DE TELA TIZA		ANTES DEL CENIT	VOCAL SABULO	A°C CECILIA P IRIS ARLE CREO AAR AOR ODRE L TIRO Z
PUMA V POR X	FERTIL VOCAL		PRIMERA DE CINCO	3.1416 VOZ LEJANA ES GRINGO	AVENTAJADO O ODA MAS PALO CUBRIR DESEO YECO ECO LORO RA ANI C ATENTADO ODISEO ER EVIL EAT GOBIERNO
			SOCIEDAD DE MUCHOS		

SUDOKUS

FÁCIL

8		4						5
	3	7			8	6		
	6			4				
7	4							
3		9	8					2
			2			7	9	
1								
9		8	6	5	1		7	
4		6		3		2	8	1

DIFÍCIL

6		2	5					3
3								
		7	8					9
1								6
		5			9			
	4			5	8	7		
			1					6
							1	8
4					3			

TELÉFONOS

Ambulancias:	131	Inf. Toxicológica:	2- 635 3800
Bomberos:	132	V. Intrafamiliar:	800 220040
Carabineros:	133	Delitos Sexuales:	565 74 25
Investigaciones:	134	Defensa Civil:	697 16 70
Fono Drogas:	135	Fono VTR:	600 800 9000
Inf. Carabineros:	139	Fono Essbío:	600 33 11000
Fono Familia:	149	Fono CGE:	600 -777 7777

FARMACIAS DE TURNO

CONCEPCIÓN
Novasalud.com Ahumada
• Ongolmo 144 local 102 • Av. Juan Bosco 501

SAN PEDRO
Salcobrand
• Michimalonco 1300

CHIGUAYANTE
Redfarma
• Manuel Rodríguez 1500

TALCAHUANO
Cruz Verde
• Av. Colón 300



CAMPO DEPORTIVO CAMPANIL UDEC
DONDE ENTRENAN LOS PROFESIONALES Y JUEGAS TÚ
ARRIENDO DE CANCHAS

- 9 CANCHAS DE PASTO SINTETICO
- 4 BAÑOS Y CAMARINES
- ILUMINACIÓN
- CASILLEROS Y CUSTODIA
- TIENDA Y CAFETERIA
- SEGURIDAD AL INGRESO
- ESTACIONAMIENTOS
- COMPLEMENTOS Y ACCESORIOS

www.cdcampaniludec.cl | CAMINO A PENCO KM 1400-CONCEPCIÓN | +569 40277963 | 9- 40277963 | PAGA CON : WEBPAY - TRANSFERENCIA - EFECTIVO