

REVISTA

# Bien!

de Entre Ríos

Año III - N° 169 / Domingo 3 de marzo 2024

ACOMPaña  
AL EJEMPLAR  
DE EL DIARIO.  
PROHIBIDA  
SU VENTA POR  
SEPARADO



PEDRO ACOSTA

## Hijo del viento

Es un atleta de 17 años de la ciudad de Paraná. Comenzó a correr antes de nacer, en la panza de su mamá Lorena Carussi. Transcurrió su niñez cerca de una pista, y a temprana edad protagonizó pruebas infantiles dando muestras del potencial que ostenta. Actualmente, se destaca en las competencias y acumula títulos locales y regionales, mientras no detiene su preparación. Páginas 4 y 5

## SALUD Y BIENESTAR

# Seis plantas que actúan como repelentes naturales

Ante el riesgo de contagiarse dengue y otras infecciones, se aconseja usar estos productos. Cuáles son las claves para emplear repelentes naturales, según investigadoras del Conicet.

Redacción Bien!  
coordinacion@eldiario.com.ar

BIEN!

**E**l dengue, la fiebre Chikungunya y la encefalomielitosis equina del Oeste son infecciones diferentes. Pero tienen algo en común: se transmiten por mosquitos infectados que pican a las personas. En este momento, hay brotes epidémicos de las tres enfermedades en la Argentina, y eliminar los criaderos de mosquitos y usar repelentes son acciones claves para protegerse.

En el caso del dengue, el virus es transmitido por la especie de mosquito *Aedes aegypti*. En cambio, el de la encefalomielitosis se transmite a través de la especie *Aedes albifasciatus* y posiblemente *Aedes scapularis*. Vale aclarar que no todos los mosquitos están infectados. Para evitarlo, se puede usar repelentes sintéticos, autorizados por la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT). Pero también existe la opción de elaborar repelentes naturales. Se ha postulado la posibilidad de desarrollar repelentes a partir de citronela, menta, tomillo, lavanda, melissa, albahaca, y ruda, aunque se deben tener en cuenta algunas precauciones.

El desafío de los repelentes naturales es que deben incluir el activo, como la menta, pero también necesitan de otros inertes para que la protección sea duradera. Aunque esos inertes pueden tener efectos adversos. "Si se aplica varias veces, podrían producir alergias, o al mezclar plantas con alcohol, generar efectos tóxicos. Por eso, aún es difícil generar productos comerciales, porque la relación calidad-precio todavía es baja", señalan especialistas.

Por lo que hay que usar repelentes autorizados o espirales para ahuyentar mosquitos. En el país, los farmacéuticos también están autorizados para elaborar repelentes en base a recetas magistrales. "Hay varios trabajos que muestran propiedades repelentes de la citronela y otros productos naturales, como extractos, aceites esenciales de plantas. La forma en que se preparan influye mucho en su eficiencia, y aún así la duración del efecto es variable, depende de las plantas y del

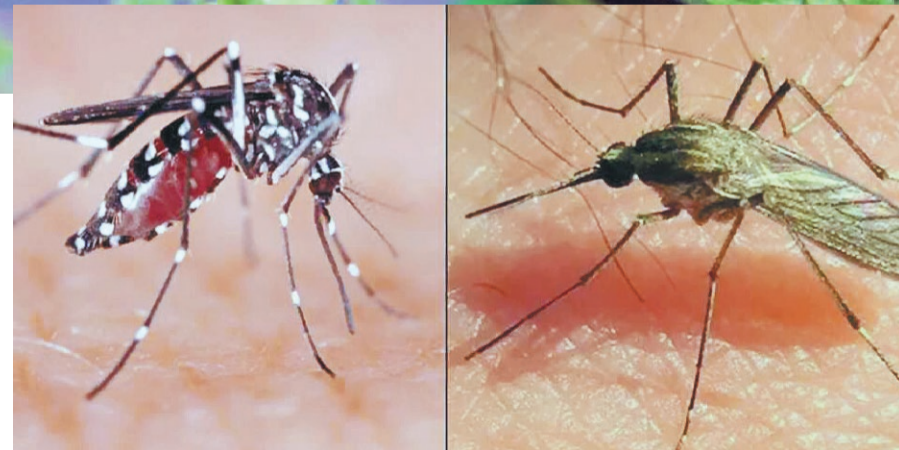


tipo de producto", mencionaron desde el Conicet.

Las plantas postuladas como base para elaborar repelentes son:

**-Eucalipto.** Hace algunos años se detectaron propiedades repelentes de aceites esenciales de unas 18 especies de plantas. Los más efectivos fueron los aceites de la pachana, romero y cedrón o hierba luisa. Funcionan incluso diluyendo el aceite a ¼ de la dosis pura, y el de eucalipto (dilución al 50%). El aceite esencial de tagetes y la peperina también tienen propiedades repelentes.

Se debería tener en cuenta que sólo poseer las plantas que pueden dar lugar a repelentes en el jardín no es suficiente



ni efectivo. Esto se debe a que la concentración de los compuestos repelentes es baja.

Utilizado desde la década de 1940, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos han

aprobado el aceite de eucalipto como un ingrediente eficaz en el repelente de mosquitos.

Un estudio australiano demostró que una mezcla de 32% de aceite de eucalipto con limón aportó más del 95% de pro-

tección contra los mosquitos durante 3 horas.

Ese repelente natural se puede preparar en el hogar con 1 parte de aceite de eucalipto de limón y 10 partes de aceite de girasol o hamamelis que son árboles pequeños. Sus propiedades repelentes pueden durar hasta seis horas, según investigadores.

**-Citronela.** Recientemente, en Argentina un equipo del Instituto de Biotecnología Farmacéutica y Alimentaria, que depende del Conicet y la Universidad Nacional de Tucumán, se unieron con estudiantes y docentes de la Escuela Secundaria de Amberes.

Desarrollaron un proyecto piloto con un producto repelente que es apto para aplicar a personas de todas las edades.



Proporciona una protección contra el mosquito que transmite el dengue de aproximadamente tres horas. Está basado en la planta citronela y el Lemon Grass.

**-Lavanda.** Las flores de lavanda machacadas también producen una fragancia y un aceite que pueden repeler a los mosquitos. Se comprobó que el aceite de lavanda es eficaz para repeler a los mosquitos adultos.

La lavanda tiene también propiedades analgésicas, antifúngicas y antisépticas. Esto significa que, además de prevenir las picaduras de mosquito, puede calmar y suavizar la piel.

Se puede cultivar lavanda en un jardín exterior o en macetas de interior. Para obtener el repelente se puede machacar a las flores y aplicar el aceite en las zonas del cuerpo sensibles a las picaduras, como los tobillos y los brazos. También se puede dejar caer un poco de aceite de lavanda en un paño limpio y frotarlo sobre la piel.

**-Aceite de canela.** La canela es mucho más que un complemento ideal para la compota de manzana o la avena. El aceite de canela es una forma prometedora y ecológica de repeler y matar tanto huevos de mosquitos como adultos.

Se debe hervir medio litro de agua con 5 ramas de canela durante 10 minutos. Hay que dejar que se enfríe y luego colar el agua. Luego, se debe mezclar con un chorrito de aceite para bebés y ya está listo.

**-Tomillo.** En Brasil, científicos están desarrollando un repelente en base al aceite de tomillo. Ya demostraron que puede actuar contra las larvas de *Aedes aegypti* mediante un sistema biodegradable de liberación controlada.

El aceite de tomillo es uno de los mejores repelentes contra los mosquitos de la malaria. Para una infusión casera, combina 4 gotas de aceite de tomillo por cada cucharadita de aceite base, como aceite de oliva o de jojoba.

**-Clavo de olor.** Su aceite funciona, con el ingrediente activo eugenol, puede proteger de las picaduras de mosquito durante más de 90 minutos a una concentración del 10% en loción.

## Viajá con tu Préstamo en cuotas fijas y en pesos.

Pedilo por Home Banking, app o sucursales.



Conocé más en [bancoentrerios.com.ar](http://bancoentrerios.com.ar)

**Banco Entre Ríos** Acá. Para vos.

VÁLIDO PARA CARTERA DE CONSUMO. OTORGAMIENTO SUJETO A LA EVALUACIÓN CREDITICIA Y AL CUMPLIMIENTO DE LOS REQUISITOS COMERCIALES Y LEGALES DISPUESTO POR EL BANCO. CONSULTÁ TODA LA INFORMACIÓN Y CONDICIONES DE LAS LÍNEAS EN [WWW.BANCOENTRERIOS.COM.AR](http://WWW.BANCOENTRERIOS.COM.AR)

REVISTA  
**Bien!**  
de Entre Ríos

**SEGUINOS**  
Twitter: @eldiariocomar  
Facebook: El Diario  
Instagram: eldiarioentrerios

**COMUNICATE**  
Urquiza y Buenos Aires - CP 3100, Paraná, Entre Ríos  
Contacto comercial: 0343 423 4923 - 423 5728 - 423 5747  
e-mail: [avisos@eldiario.com.ar](mailto:avisos@eldiario.com.ar) - [www.eldiario.com.ar](http://www.eldiario.com.ar)

Foto de tapa  
Juliana Faggi

**EL DIARIO**  
Desde hace más de un siglo  
informándote todos los días

## NOTA DE TAPA

# La liebre del Thompson

**Pedro Acosta** es un atleta paranaense de 17 años. La mayor parte de su vida ha transcurrido en una pista de atletismo, donde debutó a temprana edad en pruebas infantiles. En la actualidad, se destaca en las competencias y acumula galardones en la región.

Gabriela Gómez del Río  
ggomez@eldiario.com.ar

BIEN!

**P**edro Acosta comenzó a correr antes de nacer, en la panza de su mamá Lorena Carussi, una reconocida deportista de la ciudad. Aprendió a caminar junto a una pista de atletismo, celebrando las participaciones y los triunfos de su madre. A muy temprana edad comenzó a participar en pruebas de atletismo para niños, y como en un juego se inició en el deporte. La preparación la hizo siempre de la mano de su tío Pablo Carussi, en la Escuela Municipal de Atletismo. En la pista del Thompson, transcurre sus tardes de lunes a viernes, dejando todo en cada entrenamiento. Con constancia, sacrificio y mucha disciplina, el joven atleta que viene cosechando títulos en pruebas locales y de la región, se ilusiona con una pista de atletismo en la capital provincial e imagina un futuro mejor para todos los deportistas.

—¿Qué recordás de tu niñez y de los inicios en el atletismo?

—Yo crecí viéndola a mi mamá punteando las carreras, tuve esa motivación y la suerte de tenerla a ella, también. Así que desde muy chiquito estaba relacionado con el mundo del atletismo. De chico, a los 6-7 años empecé a correr alguna carrerita para niños. Después recuerdo que había empezado fútbol y al profe no le gustaba que haga atletismo porque no estaba cuando tenía alguna prueba.

—Pero el atletismo pudo más que el fútbol...

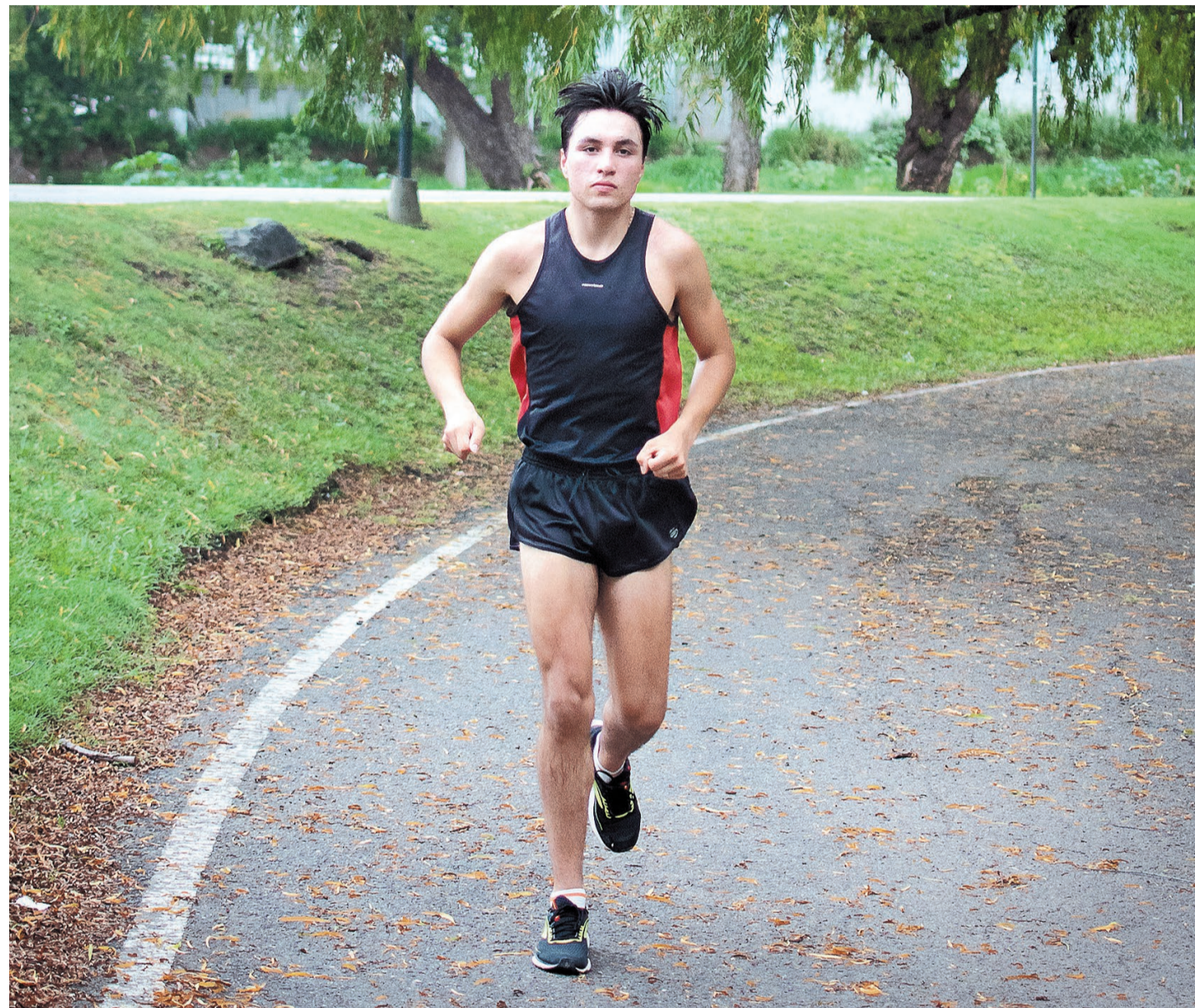
—Sí, yo nunca me destacué en el fútbol, —admitió entre risas. Entonces, como ya conocía el atletismo porque nació prácticamente corriendo, me volqué de lleno a ese deporte.

—Naciste en una familia de deportistas...

—Claro, mi viejo también, hizo muchas cosas, de joven era fisicoculturista y después de los 30 se pasó a las pruebas de velocidad. Y mis tíos también, muy ligados al atletismo.

—Desde que comenzaste en el atletismo has estado entrenando con tu tío, Pablo Carussi, ¿cómo es un día de tu vida?

—Me levanto temprano ahora que empezaron las clases de la escuela. A las cinco de la tarde estoy todos los días en el Thompson para entrenar, hay días que hacemos gimnasia y después corremos. Después los fines de semana, cumplo con



## Una pista más que necesaria

La Escuela Municipal de Atletismo entrena diariamente en el Thompson. "Entrenamos prácticamente, en la calle porque tenemos una pista muy precaria. Hay muchas incomodidades, no tenemos dónde guardar las

cosas, dónde hacer nuestro trabajo específico. Para participar en pista se necesita hacer un trabajo muy prolijo, siempre hemos pedido que nos marquen un circuito, pero no nos dan respuestas", lamentó el deportista.

el trabajo que se me indica, según el plan de trabajo que estemos realizando.

—¿Cuáles son las carreras que más te gustan?

—El año pasado empecé a meterme más en las carreras de medio fondo, de 800 metros, de 1.500. Los 400 metros requieren un poco más de preparación, planificación y mucho más entrenamiento específico. Y de calle siempre aparece

alguna para correr, ahora el 16 de marzo vamos a participar en la nocturna de Paraná. Pero no es muy común que participe en carreras de calle, generalmente, voy más a las de pista.

—El plan de entrenamiento, ¿se acompaña con una planificación alimentaria?

—Siempre se me inculcó comer bien, nunca lamenté no comer algo porque nació en este ambiente. En mi casa nunca fui-

mos de comer mucha porquería, siempre tuvimos una base de buena alimentación.

—Pedro, ¿qué lugar ocupa el deporte en tu vida?

—El deporte está íntegro en mí, desde que me levanto, voy a entrenar hasta que me acuesto.

—Has tenido participaciones muy destacadas, ¿cómo te sentís?

—Y bueno, muy bien. Recién el año pasado empezamos a entrenar en serio, con una proyección. Planificamos los juegos Evita, el Nacional, tratando siempre de hacer una buena marca, y lograrlo está muy bueno.

El año pasado me tocó ir a Mar del Plata, nunca había ido, y tuve la suerte de poder estar ahí. Y recién en ese momento, los compañeros supieron que yo corría porque lo comentó el profesor. Yo soy muy tranquilo y nunca comenté nada.



Pedro Acosta, junto al equipo de la Escuela Municipal de Atletismo.

FOTOS: JULIANA FAGGI

## Breve bio

Pedro Acosta nació en Paraná, el 15 de septiembre de 2006. Es hijo de Lorena Carussi y de Marcelo Acosta. Tiene un hermano mayor, Alejandro. Concorre a la escuela Sarmiento, donde cursa el sexto año. Aunque aún no está completamente decidido, piensa que podría estudiar Licenciatura en Biología. Sus pruebas preferidas: los 800 metros, 1.500 metros y 3.000 metros en pista. En los ratos libres le gusta escuchar música, preferentemente, tango; y tocar la guitarra. Un anhelo: seguir haciendo amigos en el atletismo y conocer lugares con el deporte.

## Los amigos del deporte

—Tengo muchos amigos con los que nos hemos conocido en los torneos, de Victoria, Concordia, Federal, con quienes nos hemos alojado juntos para las carreras y después siempre estamos en contacto. Uno de ellos es Máximo Andino, quien fue a los Panamericanos juveniles, fue campeón internacional en el triatlón de La Paz y es múltiple campeón nacional", destacó el adolescente. Luego agregó: "Y la gente de la escolita (Escuela Municipal de Atletismo) con quienes estamos todos los días entrenando". Mis amigos, mis viejos, mis tíos, mi mundo siempre estuvo en el deporte, en la escolita, y todos me han ayudado mucho.

—¿Cuáles son tus próximos objetivos?

—Tratar de correr en todos los terrenos que se pueda, hacer las mejores marcas. Y me encantaría tratar de entrar a algún sudamericano. Vienen tiempos más complicados porque este año se termina el secundario y hay que ir a estudiar, pero siempre se va a intentar hacer todo lo que se pueda.

## Breve bio

Pedro Acosta nació en Paraná, el 15 de septiembre de 2006. Es hijo de Lorena Carussi y de Marcelo Acosta. Tiene un hermano mayor, Alejandro. Concorre a la escuela Sarmiento, donde cursa el sexto año. Aunque aún no está completamente decidido, piensa que podría estudiar Licenciatura en Biología.

Sus pruebas preferidas: los 800 metros, 1.500 metros y 3.000 metros en pista. En los ratos libres le gusta escuchar música, preferentemente, tango; y tocar la guitarra. Un anhelo: seguir haciendo amigos en el atletismo y conocer lugares con el deporte.



## Pablo Carussi, su tío y entrenador

Acosta entrena diariamente en la Escuela Municipal de Atletismo bajo las órdenes de Pablo Carussi y de Alejandro Agustí, quien está a cargo de la Escuela Municipal de Ciclismo y comparten la preparación de Duatlón en el Thompson. Con respecto al plan de trabajo que llevan a cabo con el joven, comentó a BIEN! "Estamos muy motivados con estamos con Alejandro porque lo vemos muy bien a Pedro. Estamos trabajando con un proyecto a mediano y largo plazo. Él está bastante motivado, concentrado, tiene un entorno casi perfecto que es fundamental hoy para hacer una planificación a futuro. Todo está muy desvirtuado y cuesta encontrar gente que piense a largo plazo, todos quieren algo ya, para la carrera del domingo o la carrera que se les cruce y por ahí se pierden los caminos. Todo eso complica al momento de pensar en un trabajo planificado, pero con Ale Agustí, quien es un fanático de la planificación, del entrenamiento, de la preparación física, he retomado esta metodología y las ganas de trabajar con alguien así, y mucho más contento por ser de la familia", comentó Carussi. Sobre la personalidad de Pedro, contó: "El es un chico tranquilo, por ahí muy callado, —ya lo habrás notado—, que cuesta sacarle las palabras pero yo prefiero que sea así, antes que hablen de más. Aunque parezca mentira, en el deporte eso es fundamental que trabajen en silencio, con humildad. Sobre los objetivos que buscan con Pedro, afirmó: "No nos hemos puesto objetivos específicos, pero como dijo él, buscamos ir mejorando en lo que se vaya presentando. Dios dirá hasta dónde. Es un chico muy constante, siempre va a entrenar, tiene paciencia y voluntad, lo que es fundamental para el deporte.

## LOS ADOLESCENTES Y EL DEPORTE

Lamentablemente, cada vez son menos los adolescentes que practican un deporte individual. "Es tremendo lo que pasa en los deportes individuales, están sufriendo una carencia de jóvenes, que nosotros lo vemos en el atletismo y en el ciclismo. Arrancan de chiquitos, pero llega la adolescencia y empiezan a desertar, ni hablar cuando llegan a la facultad, a trabajar, ya el deporte pasa a un segundo plano. El atletismo me dejó cosas muy lindas y conocí gran parte del país, gracias al deporte, de otra forma yo no hubiese salido de Paraná. Me gustaría que todo esto lo viva Pedro, que sienta el deporte de esta manera", expresó Pablo Carussi.

Julianne Moore y Charles Melton en "Secretos de un escándalo".

## QUÉ HAY PARA VER

# "Secretos de un escándalo", el romance de una maestra con su alumno de 12 años

Inspirado en el escándalo Mary Kay Letourneau, primera plana en la prensa amarilla de la década del 90, el cineasta estadounidense Todd Haynes muestra veinte años después a una pareja casada presionada cuando se le cruza una actriz que busca datos para una película sobre su pasado.

Martin Olavarria  
coordinacion@eldiario.com.ar

BIEN!

El drama psicológico "Secretos de un escándalo", dirigido por el reconocido cineasta Todd Haynes y protagonizado por las ganadoras del Oscar Natalie Portman y Julianne Moore, que se estrenó este jueves en el país, narra la perturbadora historia inspirada en un caso verídico de un escandaloso matrimonio cuyo inicio fue penado por la Justicia como abuso sexual a un menor de edad.

Basado libremente en el escándalo de Mary Kay Letourneau, una docente casada que a sus 34 años inició en 1996 un romance con su alumno de 12 años, Vili Fualaau, en el Estado de Washington, Estados Unidos, y fue condenada por abuso de menores. La adaptación a la pantalla sigue a una actriz (Portman) que frecuenta en la actualidad a la polémica pareja para investigar a la mujer que tendrá que encarnar en su próxima película (Moore).

Nominado en el rubro de guion original para los premios Oscar del próximo 10 de marzo, la película escrita por Samy Burch muestra cómo la actriz de método se involucra en el día a día del controversial matrimonio, que lleva 23 años tras su turbulento

inicio que desató un escándalo mediático de relevancia nacional y global.

Fruto del *affaire* con el menor de 13 años, interpretado a través de una convincente actuación de Charles Melton, la ficción devela que la condenada tuvo su primer parto en la cárcel, algo que se correlaciona con la historia real. También da cuenta de un segundo embarazo desarrollado tras las rejas luego de que se le permitiera a Letourneau salir del confinamiento bajo prohibición de no volver a ver al menor, restricción que transgredió rápidamente y la volvió a convertir en reclusa.

Tanto en la ficción como en la realidad, luego de cumplir su pena, y ya con el chico habiendo cumplido la mayoría de edad, la pareja se casó y se mantuvo unida para criar a su descendencia, a pesar del peso del escándalo y la dimensión mediática que cobró el asunto.

A través de la investigación que lleva a cabo el personaje encarnado por Portman -también productora del filme y quien llevó al proyecto a Haynes-, la película descubre los inquietantes efectos y repercusiones que tuvo el caso en la vida del matrimonio, sus hijos y de la otra familia que

el personaje objeto de estudio perjudicó con su delito.

La estabilidad emocional de la compleja pareja se pone en cuestión con la llegada de la afamada estrella de Hollywood y su curiosidad a la hora de estudiar al matrimonio tensiona la dinámica familiar al reflotar los oscuros inicios de la relación de los que necesita empaparse para recrear el polémico *affaire*.

Experto en retratar configuraciones psicológicas disfuncionales, el director desarrolla la trama, muñado de las intrínsecas incomodidades varias e insoslayables de tamaño drama en una película que toca temas desagradables, complejos y por demás controversiales, poniéndose en una posición de tratar de comprender la dinámica psíquica de la transgresora protagonista pero sin ser indulgente, logrando cierto equilibrio, si es posible, en función de elaborar una caracterización fiel del asunto.

## Algunos detalles

"Secretos de un escándalo" explora uno de los grandes talentos de la especie humana: nuestra colosal negación a mirarnos a nosotros mismos", aseguró Haynes sobre su película, que representa su quinta colaboración con Moore, a quien dio su primer protagonismo en "Safe" en 1995.

En sus casi dos horas de metraje, "el proceso de exploración narrativa conforma el marco de esta extraña e inquietante historia y el modo en que llegamos a conocer el pasado, a la matriarca en el centro del escándalo y a su joven marido, un coreano-americano, con quien comenzó su romance cuando él tenía apenas 13 años", explicó el director en notas de producción.

"Todas las vidas, todas las familias, son el resultado de elecciones, e indagar en ellas, retomar ciertos temas, es un



Natalie Portman y Julianne Moore, dos grandes actrices frente a frente.

asunto arriesgado. Pero es difícil pensar en elecciones románticas más volátiles que éstas, y más aún cuando tantas defensas han sido llamadas a bloquear un desprecio y un juicio tan unánimes del mundo entero. La rígida inmovilidad que la actriz, empieza a penetrar es el resultado de dos décadas de obstinada persistencia del matrimonio, ahora en los días previos a la graduación de sus hijos", agregó.

El director de la aclamada "Carol"

(2015) señaló que "a medida que la actriz observa y estudia a la protagonista y su mundo, y llega a conocer a su marido, su confiabilidad como narradora empieza a flaquear y el retrato honesto que espera crear y su propia inversión en revelar verdades se ven empañados por sus propias ambiciones y presunciones, sus propias negaciones. Empezamos a ver más similitudes entre ambas, que ninguna de las dos parece capaz de ver en sí misma. A través de este silencioso

cambio de perspectiva, la película pasa del retrato simple al doble y al triple".

"Lo que más me atrajo del guion fue la forma en que abordaba temas potencialmente volátiles con una paciencia en la observación que permitía explorar los personajes de la historia con una sutileza poco común. Estaba cargado de ambigüedad moral y narrativa que, como película, llevaría al espectador a un estado activo y emocionante de observación y cuestionamiento", concluyó.

# CERO EXCUSAS

## Manejate con responsabilidad

info en [parana.gob.ar](http://parana.gob.ar)

MUNICIPALIDAD DE  
**PARANÁ**

Alameda de la Federación y Mitre, Paraná, Entre Ríos.

CERTIFICACIÓN EN SUSTENTABILIDAD



BRONCE

HOTELES más VERDES

Hotel & Spa  
**MARAN SUITES & Towers**

## HISTORIAS DE DEPORTES

# Catalina Tenorio y una vida entera vinculada al pádel

La paranaense, ex jugadora profesional que obtuvo más de una decena de títulos como profesional, repasó su extensa trayectoria deportiva. Además, habló de su día a día tras el retiro y dio cuenta de sus proyectos.

Kevin Rivero  
coordinacion@eldiario.com.ar

BIEN!

**T**ranscurría el año 2003 y la sociedad argentina continuaba aturrida y angustiada por los diferentes conflictos socioeconómicos que atravesó el país varios meses antes. Catalina Tenorio, que había tenido un paso por el pádel profesional argentino, vivía junto a su esposo en Paraná. Ella ejercía su profesión de mecánica dental en su ciudad natal; mientras que él, porteño, se desempeñaba como empleado bancario. Sin embargo, sus vidas tomaron un giro por completo cuando la entrerriana recibió una llamada con una propuesta laboral para ser profesora y posteriormente jugadora de pádel en España.

“Dejé a mi familia, mis amigos y mi pasado. Dejé todo en busca de ser deportista. Ambos teníamos trabajos, pero veníamos un poco golpeados y sentí que no era lo que quería. Por suerte, me acompañó en esta locura. Primero, lo tomé como una aventura con mi marido, pero ya llevamos más de 20 años en este país”, expresó en diálogo con BIEN!

‘Cata’, como es conocida en el ambiente deportivo, construyó una carrera notable y ejemplar. Conquistó 13 torneos profesionales y 28 subcampeonatos en España; consiguió subirse al primer puesto del ranking mundial femenino en 2008; y se convirtió en la primera jugadora en ser madre y retornar al circuito para ganar dos trofeos. Además, se consagró campeona del mundo en cuatro ocasiones con la Selección Argentina.

Hoy, con 48 años, luego de estar 27 temporadas vinculada a la paleta y tras su retiro profesional que se produjo en noviembre de 2021, la entrerriana brinda clases y clínicas y crea contenidos para sus redes sociales con charlas destinadas a otros deportistas.

“Cuando uno es deportista, lo lleva adentro. Yo tuve la suerte de vivir del deporte y no compito más de manera profesional, pero sigo entrenando y enseñando el pádel. Sinceramente, no lo extraño porque logísticamente el circuito es muy demandante y, a su vez, cuando fui quedando grande y las exigencias aumentaron, arrastré cansancios y fatigas musculares, sumado a una lesión en el tendón de aquiles. Ahora, si un día estoy cansada de entrenar, no entreno y no pasa nada”, señaló.

–¿En algún momento te imaginaste todo lo que lograste en tu carrera deportiva?



–Ni en los mejores sueños me imaginé. En mi caso, empecé a hacerlo por hobby en Paraná para canalizar mi personalidad en el deporte y nunca me imaginé que iba a poder representar a Argentina o jugar en diferentes países y vivir en España durante tantos años. En las redes sociales me escriben personas de todo el mundo y lo que en un momento hice porque me gustaba, hoy es una pasión de muchos que me admiran por tener facilidad para practicarlo. Cuando me fui de Paraná solamente fueron mis padres a despedirme y ahora siento el cariño de mucha gente. Fue algo totalmente inesperado.

–¿Cuáles fueron las situaciones más importantes de tu carrera?

–Tengo muchos momentos impor-

tantes, pero desde que nació mi hija, el esfuerzo físico y emocional fue el doble, ya que tenía a una persona que dependía de mí, y dependía mucho de mi cuerpo. Ser deportista profesional y madre a su vez, demandaba gastos de energías muy grandes y sentí que los triunfos valían más y las derrotas dolían menos. Si bien logré 14 títulos durante mi carrera deportiva, los dos que obtuve luego de ser mamá, lo tomé con un mayor aprecio porque mientras las demás jugadoras se iban a recuperar tras competir, en mi lugar tenía que darle de comer o hacerla dormir a mi hija. Mi hija se transformó en mi fortaleza.

–¿Crees que en Argentina no se te ha dado el reconocimiento que te mereces por lo que lograste?

–No creo que no se valore, creo que no se conoce. En los últimos años empecé a conocerse que hay un montón de argentinos que vinimos detrás de sueños. Gracias a la tecnología, los tiempos han cambiado y evolucionado. El pádel también ofrece un ambiente cercano con los jugadores profesionales que no tienen problemas en relacionarse con la gente.

–Por último, ¿cuáles son tus nuevas metas en esta nueva parte de tu vida?

–Quiero disfrutar con la familia; transmitir lo que he aprendido y, si es posible, acortar el camino a otras jugadoras. Me gusta dedicar tiempo a comunicar y enseñar; y a partir de esto me seguiré desarrollando con la creación de un libro denominado ‘Mi pádel es tu pádel’, en el cual contaré en detalles mi etapa como jugadora.