

**SINDICATO DE LUZ Y FUERZA  
DE RIO CUARTO**

Personería  
Gremial N° 642  
Afiliado a la  
FATLyF  
Adherido  
a la CGT



Avenida  
España 350  
X5800BUQ  
Río Cuarto  
0358 4647734  
08004440241

Año 19 - N° 900 - 10 de mayo de 2014

# Informe semanal

**SECRETARÍA GENERAL**

*Importantes  
gestiones se  
realizaron  
en la  
Federación*

**EDITORIAL**

**La inflación  
acentúa el  
deterioro  
de los  
salarios**



**Acuerdo con FACE y FECESCOR**

En esta edición publicamos los detalles del acta acuerdo firmado



Editor responsable  
**SINDICATO DE  
LUZ Y FUERZA  
DE RÍO CUARTO**

Sede central  
Avenida España 350  
X5800BUQ - Río Cuarto  
Línea rotativa  
0358 4647734  
Línea gratuita para afiliados  
0800-444-0241

Correos electrónicos:  
sindicato@luzyfuerzariocuarto.org  
informesemanal@luzyfuerzariocuarto.org

Sitio en Internet:  
www.luzyfuerzariocuarto.org

Colonia de vacaciones "Luz y Fuerza"  
Ruta 5 Km. 117  
X5862DGA - Villa del Dique  
Teléfono/ fax: 03546 497214  
colonia@luzyfuerzariocuarto.org

Complejo Polideportivo  
"Cro. Sergio R. Trabucco"  
Bv. Hipólito Yrigoyen 1060  
5805 - Las Higueras  
Teléfono: 0358 4970020

Sede social Adelia María  
Vicente López y Planes esq.  
Fuerte Santa Catalina  
5843 - Adelia María

Sede social Coronel Moldes  
Presidente Perón 196  
5847 - Coronel Moldes  
Teléfono/ fax: 03582 466211  
seccionalcmoldes@luzyfuerzariocuarto.org

Sede social Jovita  
Rivadavia 224  
X6127BSP - Jovita  
Teléfono/ fax: 03385 498880

Sede social Las Varillas  
La Pampa esq. General Paz  
5940 - Las Varillas  
Teléfono/ fax: 03533 420606

**Cro. Julio César Chávez**  
Secretario General

**Cro. Juan Manuel Losada**  
Subsecretario General

**Cro. Jorge Antonio Tamalet**  
Sec. de Prensa, Cultura y Deporte

**Lic. Adrián Martín Demasi**  
Coordinación gráfica y periodística

Tirada de esta edición  
**1000 ejemplares**

**UNIDOS DEL SUR**

# *Luz y Fuerza cayó ante Telefónicos por 2 a 1*

El sábado 3 de mayo se disputó la octava fecha de la copa 2014 del Torneo Unidos del Sur, ocasión en la cual nuestra escuadra lucifuerista fue superada por Telefónicos por el ajustado resultado de 2 a 1, colocándose de este modo cuarto en la tabla de posiciones.

A continuación publicamos los resultados de la octava fecha y la tabla de posiciones de la Zona 2, que es la que integra Luz y Fuerza:

## RESULTADOS DE LA 8va. FECHA

CIRCULO POLICIA	0 – 3	EMOS
LUZ Y FUERZA	1 – 2	TELEFÓNICOS
COCA COLA	3 – 3	EL DEPORTIVO
CHOFERES	3 – 3	EL MALÓN
LA BASE	3 – 1	CIVILES AMRC
FENIX FUTBOL	1 – 3	STMRC
ATURC	0 – 2	PROSEGUR
URBAC	3 – 2	POLICÍA

## TABLA DE POSICIONES

### Copa 2014 – Zona 2

Equipos	J	G	E	P	GF	GC	Dif	Ptos
COCA COLA	7	5	2	0	19	9	10	17
ALIANZA ELECSA	7	4	1	2	8	4	4	13
CÍRCULO POLICÍA	7	4	0	3	17	9	8	12
LUZ Y FUERZA	7	4	0	3	13	12	1	12
TELEFÓNICOS	7	2	3	2	7	9	-2	9
EMOS	8	3	0	5	11	15	-4	9
EL DEPORTIVO	7	2	2	3	8	9	-1	8
EL MALÓN	7	2	1	4	12	21	-9	7
CHOFERES FCA	7	1	1	5	7	14	-7	4

Fuente: [www.torneounidosdelsur.com.ar](http://www.torneounidosdelsur.com.ar)

# La inflación acentúa el deterioro de los salarios

Durante el mes de enero los argentinos nos vimos sorprendidos por una escalada del dólar que mantuvo en vilo al gobierno, que intentaba dominarlo, y a la población en general, que luego vería angustiada una conducta similar en los precios que replicaban el incremento de la moneda estadounidense, aunque los insumos en muchos casos no estuvieran dolarizados.

Desde el Ministerio de Economía se ensayaron explicaciones y se señalaron presuntos responsables de una maniobra especulativa para empujar hacia arriba el valor del dólar, con el propósito de tomar ganancias extras de un día para el otro, lo que provocó un efecto dominó que afecta todavía hoy a toda la economía.

En este marco, los más perjudicados, como es habitual en estos casos, somos los trabajadores, porque los salarios no fueron alcanzados por los mismos aumentos instantáneos que movieron los precios de los productos de primera necesidad. Esto obligó a las organizaciones gremiales a articular estrategias con el propósito de lograr actualizaciones salariales que ayudaran a paliar el desfase producido por la carrera desigual de los precios, que nuevamente suben por el ascensor, mientras que a nuestros sueldos la realidad económica los condena a trepar por las escaleras.



*Cro. Juan Manuel Losada,  
Subsecretario General.*

Han transcurrido cuatro meses desde la estampida del dólar, convalidada por la devaluación dispuesta por el gobierno, y aún hay amplios sectores de trabajadores que continúan negociando aumentos salariales para contrarrestar el alza del costo de la vida, que sigue ampliando la brecha con respecto a los niveles salariales. Con el agravante de que los incrementos salariales, cuando se consiguen, nos acercan cada vez más a la base no imponible del impuesto a las ganancias, teniendo que empezar a tributar en algunos casos, debido a la recomposición salarial conseguida, porque a pesar de los aumentos logrados por los sindicatos de distintos sectores, el gobierno nacional no aumentó aún la base no imponible de este impuesto que tanto repercute en la economía de nuestra familia, agudizando lamentablemente la pérdida de nuestro poder adquisitivo.



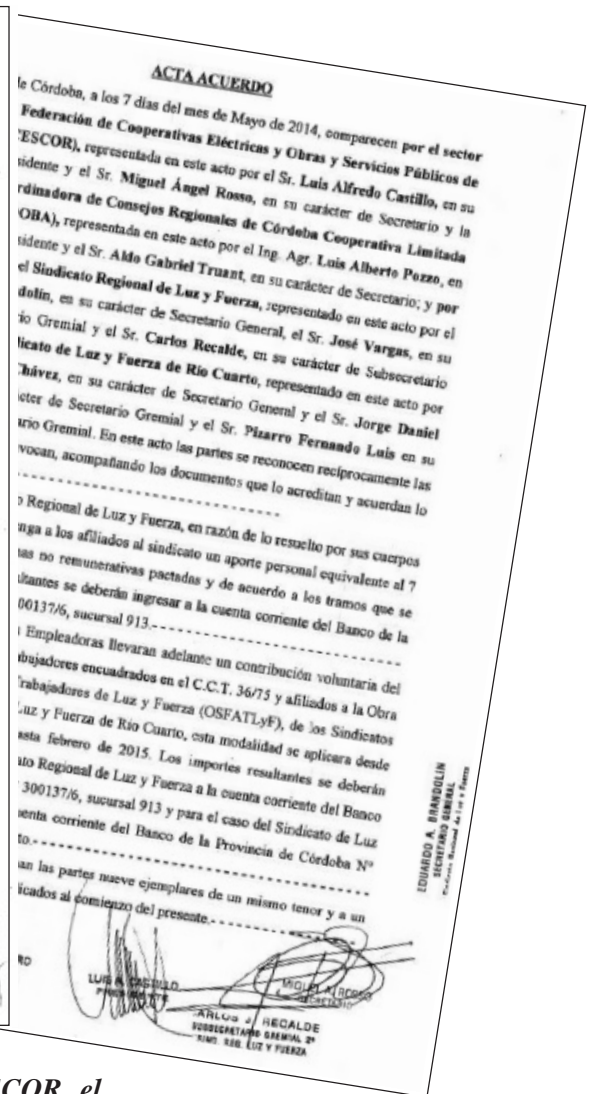
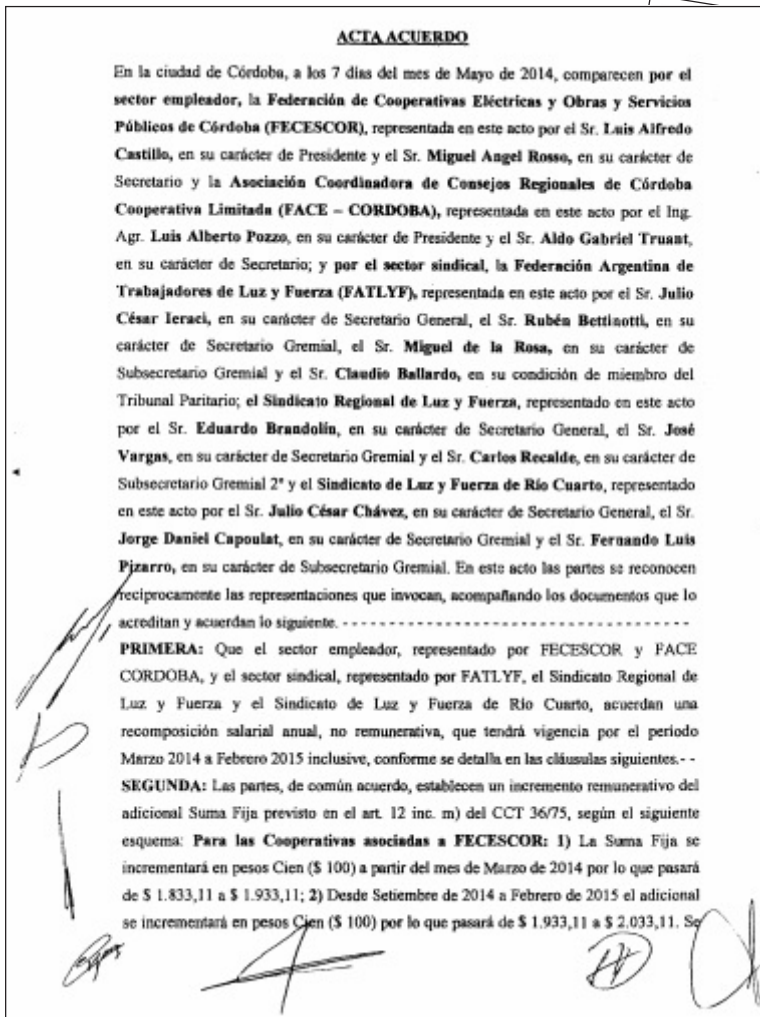
*Cro. Julio César Chávez,  
Secretario General.*

Por estos días el enfriamiento de la economía se nota en varias actividades que son tomadas como indicadores -por el gobierno y también por el sector privado- de que los trabajadores tenemos dificultades para acceder a los bienes y servicios. A raíz de esta situación es que urge la adopción de medidas por parte de los gobernantes para que la economía se estabilice y los intereses en pugna permanente por una mayor renta no deterioren todavía más los sueldos, castigados por la inflación y también por la errónea concepción de que deben ser alcanzados por el Impuesto a las Ganancias, a pesar de que el salario de los trabajadores no es ganancia, sino una retribución a cambio del esfuerzo que realizamos cotidianamente, tal como sostenemos y sostendremos hasta que esta injusta imposición sea corregida.



## SECRETARÍA GREMIAL

# Se firmó el acta acuerdo con FACE y FECESCOR



### *Facsimil del acta suscripta por FACE, FECESCOR, el Sindicato Regional y nuestra organización gremial.*

El miércoles pasado representantes de las federaciones FACE y FECESCOR, por una parte, y compañeros del Sindicato Regional de Luz y Fuerza y de esta organización, por la otra, firmaron el acta acuerdo que establece incrementos salariales para nuestros afiliados, tal como anticipáramos en la anterior edición de Informe Semanal.

Según lo establecido, para los trabajadores de las cooperativas asociadas a FACE y FECESCOR el aumento conseguido se aplicará de la siguiente manera:

-Un aumento del 12% no remunerativo a partir de marzo 2014

-Un aumento del 8% no remunerativo a partir de junio del 2014, que sumado al 12% anterior asciende a un acumulativo del 20,97 a partir de éste mes

-Un aumento del 8% no remunerativo a partir de setiembre del 2014, que sumado al 20,97% anterior asciende a un acumulativo del 30,6 a partir de éste mes

Además del aumento porcentual mencionado, se



logró un incremento del adicional Suma Fija previsto en el art. 12 inc. m) del CCT 36/75, según el siguiente esquema:

1).- Para los trabajadores de las cooperativas asociadas a FECECOR:

-Se incrementará en 100 pesos remunerativos la Suma Fija, a partir de marzo del 2014

-Se incrementará en 100 pesos remunerativos la Suma Fija a partir de setiembre del 2014, que sumados a lo anterior el incremento asciende a 200 pesos

2).- Para los trabajadores de las cooperativas asociadas a FACE:

-Se incrementará en 100 pesos remunerativos la Suma Fija a partir de marzo del 2014

-Se incrementará en 50 pesos remunerativos la Suma Fija a partir de junio del 2014, que sumados a lo anterior el incremento asciende a 150 pesos

-Se incrementará en 50 pesos remunerativos la Suma Fija a partir de setiembre del 2014, que sumados a lo anterior el incremento asciende a 200 pesos.





# Importantes gestiones se realizaron en la Federación



*Los cros. Julio César Chávez, Juan Manuel Losada y Daniel Chiaraviglio, junto al Secretario General de la FATLYF, Julio Ieraci.*

Integrantes de la Comisión Directiva mantuvieron en el transcurso de la semana que finaliza importantes reuniones en la sede de la Federación Argentina de Trabajadores de Luz y Fuerza.

Los cros. Julio César Chávez, Juan Manuel Losada, Daniel Aguilar y Daniel Chiaraviglio, en sus caracteres de Secretario General, Subsecretario General, Secretario de Previsión Social y Secretario de Servicios Sociales de nuestra organización gremial, en primer lugar dialogaron extensamente con el titular de la FATLYF, Julio César Ieraci.

Además del carácter protocolar que tuvo el encuentro, en cuyo transcurso se presentaron las nuevas autoridades del Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto, fueron abordadas cuestiones institucionales vinculadas con el desarrollo de las acciones previstas por la Comisión Directiva de nuestro gremio, especialmente aquellas que prevén una coordinación con el ente federativo nacional, comprometiéndose ambas partes a poner la mejor disposición para el trabajo conjunto.

## Otras reuniones

Posteriormente, los compañeros Chávez, Losada, Aguilar y Chiaraviglio se reunieron con el Secretario Gremial de la Federación, Rubén Darío Bettinotti, con quien analizaron varios temas de interés para nuestros afiliados, entre ellos el necesario incremento en los salarios para los trabajadores de Generación Mediterránea y el acuerdo recientemente rubricado entre FACE y FECESCOR, por una parte, y el Sindicato Regional y nuestra organización sindical, por la otra, del que diéramos cuenta

en el anterior Informe Semanal y que en la presente edición se publica en detalle.

Por otra parte, las autoridades de nuestro gremio mantuvieron un encuentro con el Secretario de Turismo Social del ente federativo, Eduardo Duymovich, con quien analizaron la marcha de los planes turísticos vigentes, en tanto que con el Secretario de Servicios Sociales, Robert Caula, fueron abordadas cuestiones relacionadas con la marcha de la Obra Social y se aprovechó la oportunidad para realizar algunos planteos referentes a situaciones puntuales de ciertos afiliados, pudiéndose lograr resultados muy positivos. En éste sentido, el Cro. Caula anticipó que

en los próximos días se instalará un nuevo software en las dependencias que tiene la Obra Social en nuestra sede, el cual permitirá trabajar *on line* con la Federación, para de este modo acelerar la comunicación requerida entre las dos dependencias, con el fin de brindar una mejor y más rápida respuesta a nuestros afiliados.

En otro orden, los compañeros Chávez, Losada, Aguilar y Chiaraviglio estuvieron con el Secretario de Previsión de la FATLYF, Gustavo Rípoli, con quien dialogaron especialmente en torno de algunos expedientes que involucran casos particulares de afiliados, en procura de una

resolución inmediata de estos trámites que requieren destrabarse. Finalmente, ante el presidente de la Comisión Nacional de Jubilados, Ricardo Zaro, se ratificó a nuestro Cro. Luis Marconi para que continúe en sus funciones en dicho órgano, hasta la finalización de su mandato.

Es de destacar la excelente predisposición que demostraron en las diversas reuniones el presidente de la FATLYF, Julio César Ieraci, y los titulares de las secretarías con quienes se entrevistaron los integrantes de la Comisión Directiva del Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto, con quienes seguramente se realizará un fructífero trabajo en conjunto.

## E P E C

# *Medallas por 25 años de servicio*

El pasado jueves 8 de mayo se llevó a cabo una audiencia en la sede del Ministerio de Trabajo en la ciudad de Córdoba, en la cual participaron -además de nuestro Sindicato-representantes de los gremios hermanos de Luz y Fuerza de la provincia y la apoderada de la Empresa Provincial de Energía de Córdoba, Dra. María Eugenia Romero.

El propósito de la convocatoria fue tratar la demora en la entrega por parte de la EPEC de las medallas recordatorias a aquellos trabajadores de la empresa que han cumplido 25 años de servicio, sobre lo cual

hasta la fecha no se habían obtenido respuestas.

En la oportunidad la Dra. Romero informó a los representantes sindicales que dentro de los próximos 30 días la empresa se compromete a comunicar la fecha cierta de entrega de las medallas recordatorias para aquellos trabajadores que han cumplido 25 años de antigüedad durante el periodo comprendido entre el 14 de julio de 2010 y el 13 de julio de 2011.

Los trabajadores que serán beneficiarios según lo establecido por el artículo 87° del CCT 165/75 son los siguientes: Angela Rosa Finola, Raquel Edith Prado,

Elisabeth Susana

Ruffiero, Sergio René D'Alberto, Jorge Daniel Albiero, Daniel Rubén Córdoba y Daniel Nieves Chaves.

En tanto, ya se encuentran en proceso de compra (solicitud de contratación N° 53602) las distinciones para los trabajadores que han cumplido 25 años entre el 14 de julio de 2011 y el 13 de julio de 2012.

La representación gremial dejó aclarado que tomaba conocimiento del ofrecimiento realizado y solicitó una nueva audiencia para seguir tratando este tema, la cual fue fijada para el próximo 12 de junio de 2014.

# Plazas disponibles para la temporada 2014

*A través de la Secretaría de Turismo Social, el Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto pone en conocimiento de los compañeros afiliados las fechas de los contingentes y las correspondientes tarifas para el Hotel Independencia de Termas de Río Hondo, únicamente en carácter de **Bolsa de Plazas**.*

## Hotel Independencia Termas de Río Hondo - Santiago del Estero



Los compañeros que viajen por primera vez lo harán sin cargo y aquellos que lo hagan por segunda vez en la temporada abonarán la tarifa vigente. La FATLYF aclara que de producirse superposición de fechas en las solicitudes recepcionadas, se optará por el Sindicato que no hubiese viajado con anterioridad o lo haya hecho la menor cantidad de veces.

### Cuadro tarifario vigente:

Categoría	Mayor	Menor
«A»	\$ 262.-	\$ 131.-
«B»	\$ 319.-	\$ 159.-
Hab. cuádruple	\$ 838.-	

### Régimen

Alojamiento con pensión completa

### Horarios

Ingreso al hotel: 16:00,  
día de inicio del contingente

Egreso del hotel: 10:00,  
día final del contingente.

Contingente	Períodos	Cierre inscripciones
5	21/06 al 28/06	13/05
6	28/06 al 05/07	20/05
7	05/07 al 12/07	27/05
8	12/07 al 19/07	03/06
9	19/07 al 26/07	10/06
10	26/07 al 02/08	17/06
11	02/08 al 09/08	24/06
12	09/08 al 16/08	01/07
13	16/08 al 23/08	08/07
14	23/08 al 30/08	15/07
15	30/08 al 06/09	22/07
16	06/09 al 13/09	29/07
17	13/09 al 20/09	05/08
19	27/09 al 04/10	19/08
20	04/10 al 11/10	26/08
21	11/10 al 18/10	02/09
22	18/10 al 25/10	09/09



# Hotel Amancay

## San Carlos de Bariloche - Río Negro

*Asimismo, se informa que la Secretaría de Turismo Social de la Federación Argentina de Trabajadores de Luz y Fuerza (FATLyF) ha enviado a nuestra organización la programación efectuada correspondiente a la temporada 2014, en este caso para el Hotel "Amancay" de San Carlos de Bariloche (Provincia de Río Negro).*

*Las solicitudes de plazas serán recibidas en carácter de **Bolsa de Plaza**, cuyo vencimiento para su presentación está indicado en el cuadro que se publica en la presente nota.*

*Para el caso de afiliados que opten por compartir habitación con su grupo familiar a cargo, se continuará con la implementación de la tarifa social modificada a un costo de \$ 749.- por día para una habitación cuádruple, aclarándose que este tipo de alojamiento se desarrollará con régimen de media pensión (desayuno y cena).*

Contingente	Períodos	Cierre inscripciones
14A	14/06 al 21/06	14/05
15A	21/06 al 28/06	21/05
16A	28/06 al 05/07	28/05
17A	05/07 al 12/07	05/06
18A	12/07 al 19/07	12/06
19A	19/07 al 26/07	19/06
20A	26/07 al 02/08	26/06
21A	02/08 al 09/08	02/07
22A	09/08 al 16/08	09/07
23A	16/08 al 23/08	16/07
24A	23/08 al 30/08	23/07

### Tarifas

Categoría "A" mayores \$ 234.-

Categoría "A" menores \$ 117.-

Categoría "B" mayores \$ 279.-

Categoría "B" menores \$ 140.-

*Ingreso al hotel:*

14:00, día de inicio del contingente

*Egreso del hotel:*

10:00, día final del contingente.

### Régimen

Alojamiento con media pensión

### Turismo grupal sin cargo

Los compañeros que viajen por segunda vez en la temporada abonarán la tarifa vigente

Contingente	Períodos	Cierre inscripciones
2	14/06 al 21/06	14/05
3	21/06 al 28/06	21/05



# *Recordemos las cuentas de correo electrónico*

Tal lo informado en ediciones anteriores de nuestro Informe Semanal, con el propósito de ampliar la comunicación con nuestros compañeros afiliados se publi-

can a continuación las direcciones de correo electrónico de nuestro Sindicato, como así también la dirección del sitio de Internet que posee nuestra institución.

## **Cuentas de correo:**

Sindicato:

**[sindicato@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:sindicato@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría General:

**[general@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:general@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría de Administración y Finanzas:

**[administracion@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:administracion@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría Gremial:

**[gremial@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:gremial@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría de Previsión Social:

**[prevision@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:prevision@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría de Servicios Sociales:

**[serviciossociales@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:serviciossociales@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría de Prensa, Cultura y Deportes:

**[prensa@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:prensa@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría de Organización y Asuntos Energéticos:

**[organizacion@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:organizacion@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría de Turismo Social:

**[turismo@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:turismo@luzyfuerzariocuarto.org)**

Secretaría de Vivienda y Obras:

**[vivienda@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:vivienda@luzyfuerzariocuarto.org)**

Colonia de Vacaciones "Luz y Fuerza":

**[colonia@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:colonia@luzyfuerzariocuarto.org)**

Asociación Mutual Alumbrar:

**[mutualalumbrar@luzyfuerzariocuarto.org](mailto:mutualalumbrar@luzyfuerzariocuarto.org)**

**Sitio web:**

**[www.luzyfuerzariocuarto.org](http://www.luzyfuerzariocuarto.org)**



## **Credencial para estudiantes**

*La Asociación Mutual Alumbrar recuerda a sus asociados, con hijos estudiando carreras terciarias o universitarias en la ciudad de Córdoba, que deberán informar tal situación en nuestra sede central, para que*

*Alumbrar extienda las credenciales pertinentes, con el propósito de que los jóvenes puedan acceder a las prácticas médicas del primer nivel que brindan nosocomios de la capital provincial.*



# Nuestra Federación convocó al Congreso Nacional de Jubilados



*Salón de deliberaciones y fachada del hotel donde se realizará el Congreso.*

La Federación Argentina de Trabajadores de Luz y Fuerza ha resuelto convocar al XL Congreso Nacional de Jubilados, cuyas deliberaciones tendrán lugar en nuestro Hotel «Intersur San Telmo», en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, entre los días 26 y 28 de mayo.

## **Orden del Día**

El Orden del Día fijado para esta oportunidad es el siguiente:

- 1).- Apertura del XL Congreso Nacional de Jubilados
- 2).- Conformación de la Comisión de Poderes
- 3).- Consideración del acta del XXXIX Congreso Nacional de Jubilados
- 4).- Balance del ejercicio 2013
- 5).- Obra Social:
  - a- Informe del representante ante la Obra Social
  - b- Informe reintegro a jubilados y pensionados

- c- Vacuna antigripal campaña 2014
- 6).- XIX Encuentro Nacional, Social, Cultural y Deportivo de Jubilados y Pensionados
- 7).- Informe sobre turismo grupal
- 8).- Informe del Secretariado Nacional
- 9).- Sede del próximo Congreso
- 10).- Clausura del XL Congreso Nacional de Jubilados

Como ya es de práctica, la representación de cada Sindicato estará conformada por un delegado titular y un suplente, quienes deberán concurrir con la correspondiente acreditación extendida por las autoridades de la organización sindical que representen.

En próxima edición daremos a conocer quiénes viajarán por el Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto.



# Las noticias que desencadenan la Revolución de Mayo

*Ante la proximidad de un nuevo aniversario de la Revolución de Mayo, en esta edición comenzamos a publicar artículos que se refieren a los antecedentes que derivaron en este acto revolucionario. El presente material es publicado en el sitio [www.elhistoriador.com.ar](http://www.elhistoriador.com.ar).*



*Las primeras noticias que desencadenaron la revolución fueron recibidas el 13 de mayo de 1810.*

Hacía tiempo que el ritmo natural que durante siglos había caracterizado a las colonias españolas de América se había alterado. Las guerras en Europa, las mismas reformas borbónicas de la segunda mitad del siglo XVIII, la inquietud de la aristocracia española americana y el descontento de muchos criollos, generaban no pocas preocupaciones. El comercio con los ingleses y la circulación de ideas

liberales hacían que la sociedad de los estratos sociales definidos y duraderos comenzara a resquebrajarse.

El 13 de mayo de 1810, los habitantes de Buenos Aires pudieron confirmar los rumores que circulaban intensamente. La fragata John Paris, que había partido de Gibraltar el 22 de marzo o, según otras versiones, el buque Mistletoe, traía la noticia de la caída, en manos de los ejércitos

napoleónicos, de la Junta Central de Sevilla, último bastión de la Corona española en pie.

El viernes 18 el virrey Cisneros dirigió una proclama a «los leales y generosos pueblos del virreinato de Buenos Aires» en la que anunciaba que «en el desgraciado caso de una total pérdida de la península y falta del Supremo Gobierno», él asumiría el poder acompañado por otras autoridades de la Capital y todo el

virreinato y se pondría de acuerdo con los otros virreyes de América para crear una Regencia Americana en representación de Fernando. Cisneros aclaraba que no quería el mando sino la gloria de luchar en defensa del monarca contra toda dominación extraña y, finalmente, prevenía al pueblo sobre «los genios inquietantes y malignos que procuran crear divisiones».

Pero nadie ignoraba que la Junta que lo había nombrado de donde emanaba su autoridad había desaparecido y los patriotas porteños creyeron que era momento de convocar a un Cabildo Abierto que discutiera los pasos a seguir. Muy pronto se precipitarían los sucesos del 25 de mayo.

Reproducimos a continuación un fragmento de las Memorias de Martín Rodríguez, protagonista de aquellos acontecimientos, donde recuerda que ante la agitación que

se vivía en España por el avance de los franceses, los patriotas comenzaron a elaborar planes de autogobierno. Para 1810 sólo esperaban la caída del último bastión de poder en España (**Fuente:** Martín Rodríguez, «Memorias», en *Biblioteca de Mayo*, Senado de la Nación, Buenos Aires, 1960, tomo II, pág. 1516-1517).

*«A los nueve meses de estar Cisneros ocupando la silla del virreinato, creímos que ya era tiempo de pensar en nosotros mismos. Ocupada la España por numerosísimos ejércitos franceses, y en posesión de todas las plazas más fuertes de ella, creímos que los españoles jamás podrían sacudirse de tan inmenso poder. Por consiguiente empezamos a tratar muy secretamente sobre nuestra seguridad, a fin de no correr la suerte de los españoles. Esto no podría hacerse sin que recayese*

*el gobierno en nuestras manos. (...) La revolución se precipitó muy en breve. Don Juan Martín Pueyrredón fue el que dio el primer paso a este respecto, citando sigilosamente a su casa a todos los jefes, así americanos como españoles. En la noche nos reunimos todos en la casa de su habitación. Hizo presente Pueyrredón el motivo de la reunión, esperando que todos se convenciesen de la necesidad de un cambio, del cual resultase venir el gobierno a nuestras manos. [Al otro día] Saavedra nos prometió, bajo su palabra de honor, que cuando viniese la noticia de la toma de Sevilla por los franceses, contasen con él; pues creía que entonces era el momento más oportuno. Efectivamente nos retiramos, y no pasaron quince días sin que la noticia llegase a Buenos Aires de que los franceses se habían apoderado de Sevilla».*

#### **Farmacia Del Pueblo**

4651111 - Constitución 901

#### **Farmacia García Cocco**

**4623562** - Avda. Italia 1198

4626894 - Bv. Roca 941

4671750 - Rivadavia y Alberdi

#### **Farmacia Ortega**

4641400 - Suipacha 243

#### **Farmacia Videgain**

4622372 - Belgrano 23

#### **Farmacia Podestá**

4636984 - Av. M. T. de Alvear 350

#### **Farmacia Trinidad**

4662428 - V. López y Planes 292

Atención al asociado

**4642705**

#### **Sanatorio Privado**

(Solicitud de turnos)

154173231 - Bv. Roca 949

#### **Cochería Amor y Paz**

4648818 - Juan B. Justo 250

#### **Casa Grassi**

(traslados y sepelios)

4623190 - H. Irigoyen 443

#### **Sepelios Perpetual**

4640404 - Cabrera 981

#### **Asistencial**

(servicio de enfermería)

4621227 - Baigorria 174

#### **Cardiomed**

(emergencias médicas a domicilio)

**4675610**

# Dolor de cabeza: cuándo es necesario un tratamiento

Los dos millones de argentinos a los que les duele la cabeza habitualmente tendrán que modificar hábitos y dejar de pensar en los analgésicos como única solución.

Esa es la estrategia actual de tratamiento de acuerdo con las conclusiones a las que se arribó el año pasado en el Congreso de Boston (Estados Unidos) sobre la materia.

La propuesta no supone una solución inmediata y requiere compromiso activo del paciente, porque como es bien conocido, dormir adecuadamente, comer sano y hacer ejercicios son hábitos que se trabajan en el tiempo.

«Tenemos un sistema natural que frena e inhibe dolores y que en los migrañosos está alterado», dice Federico Buonanotte, jefe del Servicio de Neurología del Hospital de Clínicas y del Sanatorio Allende.

«El abuso de analgésicos - explica- disminuye la barrera antidolor, compuesta por serotonina, noradrenalina, adrenalina, entre otras hormonas. Hoy se hace hincapié en cómo trabajar para que esa barrera se normalice».

La vía de ordenar hábitos no comulga con todo el mundo y «son precisamente los pacientes con dolores crónicos a los que les cuesta hacer cambios por sus características de personalidad, no



tienen paciencia, pero son ellos los que conviven con la barrera antidolor baja», señala.

Sucede que cuando a una persona se le indica que practique técnicas de relajación y que ordene sus horarios y otras conductas para dormir mejor, alimentarse bien y evitar el sedentarismo, suele tomar la recomendación como una cuestión superflua. Sin embargo, esas pautas tienen un fundamento biológico demostrado por resonancia funcional magnética, donde se observa que determinadas áreas del cerebro se activan en mayor o menor grado, según la predisposición al dolor.

Otro de los aspectos a modificar es la ansiedad anticipatoria, como cuando uno se levanta mal y predice: «Hoy me va a doler la cabeza todo el día». «Es un pensamiento negativo y hay que evitar la ‘catastrofización», propone Buonanotte.

Frente al hecho de que alrededor del 5 por ciento de la población padece migraña crónica -lo que quiere decir que el dolor de cabeza afecta, al menos, 15

días por mes- y abusa de analgésicos (lo cual empeora la situación), «motivamos a los pacientes para que hagan las cosas de otra forma y participen activamente en el tratamiento del dolor», agrega el neurólogo.

El abordaje del problema se realiza con un enfoque interdisciplinario que incluye terapia física, nutricional, cognitiva, conductual, desestructuración de conductas ante el dolor, evaluación de desencadenantes, uso racional y personalizado de fármacos, en el marco de un tratamiento individual para el dolor crónico.

En cambio, es conveniente que las personas que tienen dolor de cabeza esporádico tomen un analgésico en cuanto comienza la molestia para evitar que su intensidad se incremente. Esto no quiere decir que se deba tomar en forma preventiva ni «por si acaso», sino cuando el problema se presenta y particularmente para una migraña.

En tanto, las cefaleas tensionales, que se producen mayormente por estrés, es muy



probable que se pasen si la persona se relaja.

### **Muchas pastillas**

«El abuso de fármacos para tratar el dolor, y en particular de la ergotamina, son la principal causa de cefalea crónica diaria», señala Roberto Giobellina, profesor titular de Clínica Neurológica de la Universidad Católica de Córdoba y Presidente de la Fundación Lennox.

Se considera que una persona sufre esa condición cuando le duele la cabeza, como mínimo, 180 días al año.

Los pacientes aumentan la dosis progresivamente y recurren a la medicación como único medio de alivio del dolor y así quedan envueltos en ciclos de cefalea-fármaco-alivio-abstinencia-dolor.

La dosis de riesgo depende de la susceptibilidad de cada individuo, por lo cual, Giobellina advierte que «hay pacientes que transforman su migraña en cefalea crónica diaria con dosis muy bajas de medicación».

Además, las personas suelen tomar en forma preventiva un analgésico por la mañana o bien, cuando se anticipan al malestar porque «les parece que les va a doler la cabeza» y con esto crean una adicción psíquica y física.

El dolor varía en severidad y localización y se manifiesta de dos formas: de tensión y a diario, es opresivo y altera la calidad de vida; y otro muy poco frecuente con características de migraña.

Asimismo, el dolor aumenta con mínima actividad intelectual o física y los pacientes viven con

desgano, fatiga, sienten náuseas, están irritables, cambian su carácter, tienen trastornos de memoria, dificultad para concentrarse, se deprimen y padecen trastornos del sueño.

«La cefalea crónica diaria es absolutamente discapacitante y torna una ‘vida miserable’ con pérdida de las relaciones afectivas, familiares y cambio de personalidad y de conductas», señala el especialista.

La buena noticia es que tal situación de cronicidad se puede revertir dejando de abusar de medicamentos y realizando un tratamiento que implica, primero, el manejo de la abstinencia; luego, terapéutica preventiva y para atender crisis.

*(Fuente: Josefina Edelstein – La Voz del Interior 07/05)*

## **SECRETARÍA DE PRENSA, CULTURA Y DEPORTES**

# **Delegación de Luz y Fuerza partía rumbo a Mar del Plata**

Al cierre de la presente edición estaba previsto que partiera hacia la ciudad de Mar del Plata una delegación del Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto, para participar de las instancias finales del Campeonato «Oscar Smith», durante este fin de semana.

Como ya anticipamos, la nómina de nuestros representantes es la siguiente:

**-Secretario Prensa, Cultura y Deportes:** Jorge Antonio Tamalet

**-Delegado de Bowling:** Miguel Claudio Aguirre  
**Jugadores de bowling:** Juan Carlos Gatica, Mariano Soffli y Franco Raúl Brizuela  
**-Delegado de Bochas:** Luis Antonio Carranza  
**Jugadores de bochas:** Héctor Marcelo Abella, Daniel Eusebio Luque, Mario Oscar Barbatti y Jorge Antonio Tamalet

→

*(Viene de página anterior)*

**-Delegado de truco:** Juan Marcelo Girotti  
**Jugadores de truco:** Gonzalo Marcelo Ferreyra  
y Diego David Ferrari

En próxima edición daremos a conocer los resultados obtenidos por nuestros representantes en este Campeonato «Oscar Smith».



*Algunos de los compañeros que integran la delegación que participa de las finales del «Oscar Smith».*



## Luz y Fuerza Cooperativa de Seguros Ltda.

*La opción más confiable  
para disfrutar de su tranquilidad*

- Ramos en los que operamos:
- ❖ Incendio
  - ❖ Robo
  - ❖ Responsabilidad Civil
  - ❖ Automotores
  - ❖ Combinado Familiar
  - ❖ Integral de Comercio
  - ❖ Accidentes Personales
  - ❖ Seguro Técnico
  - ❖ Seguros Colectivos de Vida
  - ❖ Seguros de Sepelio Individual
  - ❖ Seguros de Sepelio Colectivo

***...No dude en consultarnos, estamos a su servicio...***

Casa Central: Defensa 453 - 1070 - Capital Federal - Teléfono: 0800-333-1185  
[www.luzyfuerzaseguros.com.ar](http://www.luzyfuerzaseguros.com.ar)

Receptoría Córdoba  
Duarte Quirós 559 - 3º piso "A"  
5000 - Córdoba Capital

Productor Asesor en Río Cuarto: Gabriela Martínez Nas  
Gral. Paz 1034 - Planta Alta - 5800 - Río Cuarto  
Teléfono: 0358-4630270 - [m\\_nas\\_generales@fibertel.com.ar](mailto:m_nas_generales@fibertel.com.ar)