

## HACKERS DEL APETITO

SOBRE LAS DROGAS PARA EL DESCENSO  
DE PESO Y EL CONTROL DE LA DIABETES



Todos escuchamos hablar de las maravillas de la medicación para la diabetes, que ayudó a miles de personas a adelgazar. Este domingo analizamos cómo funciona, sus efectos y el panorama del bienestar.

## STAFF

### REVISTA PAUSA

#### DIRECCIÓN Y RESPONSABILIDAD PERIODÍSTICA

Raquel Allegretti García de Zúñiga

#### EDITORA

Patricia Luján Arévalos

#### REDACTORA

Laura Ruiz Díaz

#### CORRECTOR

Sergio Alvarenga

#### DISEÑADORES

Rodolfo Centurión

Beto Sanabria Britos

Gabriela García Doldán

#### PRODUCTORA

Sandra Flecha

#### FOTÓGRAFOS

Fernando Franceschelli

Javier Valdez

#### COORDINADORA DE SOCIALES

Ada Cabral

#### CRONISTA DE SOCIALES

Evelin Benegas

#### FOTÓGRAFA DE SOCIALES

Laura Ortiz

#### EDITORIAL DE REVISTAS

##### GERENTE DE REVISTAS

Raquel Allegretti García de Zúñiga

##### DIRECTORA DE IMAGEN

Gabriela García Doldán

##### PRODUCTORA GENERAL

Camila Riveros

#### DEPARTAMENTO COMERCIAL

##### DIRECTORA COMERCIAL

Nathalia Torres Yubero

##### GERENTE DIVISIÓN REVISTAS

Nora Brucke

Nora-Brucke@uhora.com.py

##### COORDINADORA COMERCIAL

Norma Vázquez

Norma-Vazquez@uhora.com.py

WhatsApp: (0983) 944-914



Nota de tapa

Pág.  
**16**



Sociales

Pág.  
**26**



Columna

Pág.  
**14**



Arte

Pág.  
**22**

## SUMARIO

4 EDITORIAL

6 ENTRETENIMIENTO

8 EN RESUMEN

10 AGENDA

12 CINE: Los estrenos más esperados del año

14 COLUMNA: Mi relación con el futuro

16 NOTA DE TAPA: Sobre las drogas para la pérdida de peso y el control de la diabetes

22 ARTE: Entrevista a Harry Chávez

26 SOCIALES: La fiesta de St. Patrick's Day de la mano de Sudameris

28 NOVEDADES

30 ARTE: *Monstera adansonii*, de Luvier Casali

Impreso en los  
Talleres Gráficos de  
**Editorial El País SA.**  
Asunción - Paraguay

**ULTIMAHORA**  
Leé la verdad.  
Benjamin Constant 658  
Tel. 496 261



CASA AMERICANA



# “ SEMANA SANTA AL AIRE LIBRE: VIVÍ LA AVENTURA DEL CAMPING ”

*Todo lo que no puede faltar en tu mochila está en Casa Americana.*

Encontranos...

En el tercer nivel  
de Paseo la Galería



Contáctanos por  
WhatsApp



Escaneando el QR  
tenes 20% de  
descuento.  
En la sección de  
Camping

ASUNCIÓN - Av. Santa Teresa 1827.  
[www.casaamericana.com.py](http://www.casaamericana.com.py)

Envío gratis por compras de  
150.000Gs en adelante.

## EN ESTA EDICIÓN COLABORARON



**Patricia Luján Arévalos**  
Editora de vocación, periodista de oficio, jardinera de corazón, exaspirante a psicóloga y enamorada de la comunicación.



**Nadia Gómez**  
Periodista, fotógrafa, curiosa del movimiento y las artes aéreas.



**Jazmín Ruiz Díaz Figueredo**  
Investigo, comunico, escribo, asesoro, enseño y creo contenido. Mi campo es allí donde se encuentran la moda y la cultura.

# Modernidad y bienestar

¿Por qué simplemente no hacemos más ejercicio? ¿Por qué simplemente no dejamos de comer? ¿Por qué simplemente no elegimos mejores alimentos? Cualquier persona que tiene o tuvo sobrepeso alguna vez en su vida habrá escuchado estas preguntas una y mil veces. Porque la culpa es un castigo social que nos encanta dirigir hacia los demás, a través de la proyección de la simple, llana y vulgar mala intención.

Estos cuestionamientos —no son preguntas honestas, realmente; no es curiosidad— se hacen, generalmente, desde la ignorancia o la información (y la mente) limitada, al igual que la presunción de que todos los cuerpos (y las condiciones psicosocioeconómicas) son iguales.

En vista de la llegada a nuestro país de la medicación para el tratamiento de la diabetes y el descenso de peso, este domingo analizamos el fenómeno de la tirzepatida y las drogas similares. ¿Cómo funcionan? ¿Cuál es la situación epidemiológica de la obesidad y la diabetes en Paraguay? ¿Qué podemos esperar? Esas sí son preguntas pertinentes en este nuevo contexto, y las respondemos en esta edición.

*Pats*

**Patricia Luján Arévalos**  
EDITORA



*Este también es un espacio para debatir temas de actualidad. Queremos comunicarnos contigo. Queremos saber lo que pensás. Escribinos para comentarnos tu opinión acerca de nuestro contenido a [revista-pausa@uhora.com.py](mailto:revista-pausa@uhora.com.py). Este también es tu espacio. ¡Esperamos tu e-mail!*

## CONTACTANOS

Podés acceder a otros contenidos adicionales, ver el *backstage* de nuestras notas, conocer más a nuestros entrevistados y compartir tus opiniones con nosotros visitando nuestras redes sociales. También es posible leer la revista en formato digital en:

[www.pausa.com.py](http://www.pausa.com.py)

@pauarevistaUH /pauarevista @pauarevista

Recibí tu revista Pausa junto con el diario Última Hora todos los domingos en tu casa.  
(021) 415 7620 / (0986) 120-927

Si escaneás el código QR, accedés al Kiosko UH  
También podés leer PAUSA en tu tablet o smartphone descargando la aplicación en:



# LO QUE CUIDÁS, TE ASEGURA

Contratando una póliza de Seguros Verdes, cuidamos juntos la **Reserva Natural del Bosque Mbaracayú**



CORREDORES DE  
**SEGUROS  
VERDES**



FUNDACIÓN  
**MOISÉS  
BERTONI**

¡Adquirí **tu póliza** hoy!



**Seguros Verdes**  **021 417 6838**

[www.bancognb.com.py](http://www.bancognb.com.py)

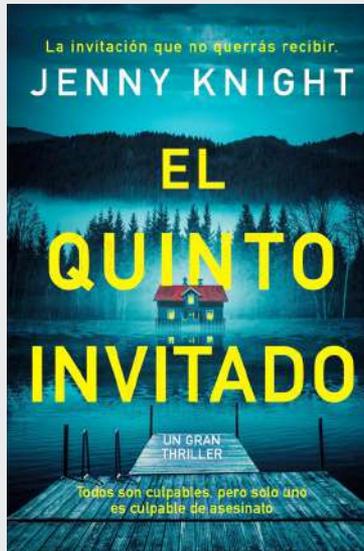


Banco GNB Paraguay

## ¿Qué leemos?

### El quinto invitado - Jenny Knight

El *thriller* que quiebra *stocks* en todas partes ya está disponible en español y en nuestro país. *El quinto invitado* es la nueva obra de la periodista y escritora Jenny Knight, quien disfrutó de un moderado éxito con sus novelas románticas, publicadas bajo el pseudónimo de Jenny Oliver. Su experiencia como entrenadora de remo la inspiró a escribir esta historia que conjuga a cinco amigos, una noche y un secreto mortal. Estos se reúnen en una idílica casa a orillas del río para celebrar una fiesta en honor a Henry, su fallecido compañero de la universidad. Distanciados durante años, con la ayuda de varios martinis, comienzan a recordar los viejos tiempos, pero en el menú hay algo más: a medida que llegan los platos, se va desvelando la impactante verdad. Todos esconden un oscuro secreto sobre su estancia en Oxford y todos son culpables de algo, pero ¿hay alguno que haya cometido asesinato?



## ¿Qué vemos?

### Una buena familia americana - En Disney+



Una pareja adopta a la que creen que es una niña con enanismo. Cuando empiezan a criarla junto a sus tres hijos biológicos, caen en una batalla librada en la prensa sensacionalista, en los tribunales y en su matrimonio. Es el primer trabajo de Ellen Pompeo posterior al icónico personaje de Meredith Grey.



### Deli Boys - En Disney+



Un par de mimados hermanos paquistaní-americanos lo pierden todo cuando su padre, un magnate de las tiendas de conveniencia, muere repentinamente y se ven obligados a enfrentarse a la vida criminal secreta de su *Baba*.



### Dope Thief: Ladrones de drogas - En AppleTV+



Basada en la novela de Dennis Tafoya, narra la historia de dos viejos amigos y delincuentes de Filadelfia que se hacen pasar por agentes de la DEA para robar en una casa de campo y descubren, para su sorpresa, que su pequeña estafa se convierte en una experiencia de vida o muerte cuando, sin saberlo, desentrañan la existencia del cártel de tráfico de drogas mejor escondido de la Costa Este.



## ¿Qué escuchamos?

## En SPOTIFY



### Hozier y su 10.º aniversario en vinilo

El cantante irlandés, reconocido mundialmente por su éxito *Take Me To Church*, celebra el décimo aniversario de su disco debut con el lanzamiento de una edición especial en vinilo con dos LP de color verde oliva. Un excelente regalo para los seguidores del *hit* que ahora cuenta con certificación RIAA Diamond.

### GNX [LP] - Kendrick Lamar

El imparable talento de Kendrick Lamar nos dejó este disco a finales del 2024, una completa sorpresa, ya que no estaba en ningún radar. La edición en vinilo trae 12 *tracks* e incluye la favorita de internet, *Peekaboo*.



SARA **COMER  
CIAL**

DESCUENTOS  
**EXCLUSIVOS**



**20%** de ahorro + **10** cuotas sin intereses\*

Pagando con tus tarjetas de crédito Itaú.

Del 04 al 31 de marzo del 2025

\*Aplica para blanquería, bazar y decoración



 Senador Long esq. del Maestro

 [www.saracomercial.com](http://www.saracomercial.com)

  @saracomercialoficial

## Narcoturismo: cae carga de marihuana en Caacupé

La Senad comunicó el hallazgo de más de 1600 kg de marihuana en un ómnibus que iba camino a Brasil a través de un operativo realizado en la compañía Escurre de Caacupé (Cordillera). El supuesto sobre el que trabajaron los agentes fue obtenido a través de un trabajo de inteligencia y se produjo solo días después de haber interceptado otros dos buses que también realizaban viajes turísticos como fachada para el narcotráfico. La conjetura es que existe un esquema criminal que ofrece paquetes de viajes a bajo costo para utilizar a los turistas como fachada y una especie de mulas sin que lo sepan. En total, 1667 kg de la droga fueron encontrados bajo un doble fondo, diseñado para transportar productos ilícitos a través de la frontera.



**1667**

kilogramos de marihuana se descubrieron en un bus turístico tras control en Caacupé.

**2**

personas fueron aprehendidas en el lugar.



## Contra cuidacoches

El pasado jueves 20 de marzo, durante el partido entre Paraguay y Chile, la Municipalidad de Asunción desplegó un alto número de inspectores y agentes de tránsito para garantizar el estacionamiento libre en lugares públicos durante el evento, según reportó el diario *Última Hora*. Se trató de un operativo de despeje de cuidacoches enfocado en la zona del Defensores del Chaco durante el horario de la disputa por las eliminatorias para el Mundial de Fútbol 2026. El funcionario de la Comuna consultado por el medio de prensa sostuvo que esta institución recibe alrededor de 300 denuncias semanales por extorsión de parte de las personas que cuidan los vehículos en la zona del Palacio de Justicia, cerca del estadio.

**60**

agentes e inspectores de la Municipalidad de Asunción se desplegaron durante el partido.

**300**

denuncias semanales, aproximadamente, se realizan en contra de cuidacoches solamente en la zona del Palacio de Justicia.

## La Cámara Paraguaya de la Industria Plástica pide dar preferencia a la producción nacional

Después de darse a conocer la adjudicación de la licitación de pupitres financiada con fondos de Itaipú Binacional a una empresa que importa el mobiliario, la Cámara Paraguaya de la Industria Plástica emitió un comunicado expresando su "profunda preocupación por la reciente adjudicación relacionada con la importación de productos (pupitres y sillas) provenientes de China, financiados con recursos de la Itaipú Binacional. La industria plástica, juntamente con la industria metalúrgica y de muebles, tienen tecnología y capacidad para proveer dichos productos localmente". En el mismo documento subrayan su indignación ante la falta de apoyo de las autoridades a empresas que ya han realizado inversiones con miras a estas licitaciones y llaman a la adjudicación una falta de patriotismo, justicia y responsabilidad.



**330.000**

juegos de mesas y sillas serán distribuidos en 22 distritos escolares.

**31,5**

millones de dólares se destinaron a la compra del mobiliario de origen chino.

**2**

personas perdieron la vida: un motociclista estacionado y una transeúnte.

**28**

años tiene el conductor del rodado, Éver Israel Adorno, quien dio positivo al alcotest.



## Guarambaré: fatal accidente tras adelantamiento indebido

Dos personas fueron víctimas de Éver Israel Adorno, de 28 años de edad, conductor de un vehículo azul de la marca Toyota, quien realizó un adelantamiento indebido a gran velocidad sobre la avenida General Genes de la ciudad de Guarambaré. Las grabaciones de las cámaras de seguridad de la zona, que recorrieron las redes sociales esta semana, muestran cómo el vehículo perdió el control en un trecho de adelantamiento prohibido y atropelló no solo a un conductor de motocicleta que se encontraba estacionado, sino también a una mujer que simplemente caminaba por la vereda. Walter Fabián Barreto (26) y Francisca Delia Giménez de Torales (76) perdieron la vida a causa de Adorno, quien dio positivo al alcotest.



# Semana Santa 3x2

**Habitaciones Suites:**

*Masaje en simultáneo en la habitación y welcome drink de cortesía*

**Habitaciones Standards:**

*Masaje de 15 min y welcome drink de cortesía*

**No aplica a paquetes ni fechas especiales.**

*Somos pet friendly*

**esplendor.**

BY WYNDHAM  
ASUNCIÓN

+595 993 381 253

[reservas@esplendorasuncion.com](mailto:reservas@esplendorasuncion.com)

## Viernes 28 de marzo

### Así de simple

[teatro]

Este viernes 28 de marzo se estrena la nueva temporada de *Así de simple*, *no basta solo con quererse*, tras un exitoso paso por las salas el año pasado. La historia promete matarnos de amor y risa con una mirada íntima al mundo de las parejas. La obra sube a las tablas del Arlequín Teatro los viernes, sábados y domingos hasta el 13 de abril, con las actuaciones de Andrea Quattrocchi, Amparo Velázquez, Paz Berni, Ato Gómez, Francisco Gubetich y Diro Romero, bajo la dirección de Pablo Ardissonne.

Clara y Joaquín nos llevan por un viaje que arranca cuando se conocen, se gustan y se seducen, hasta que se mudan juntos, y muestra todas las voces internas que los habitan. De manera fresca se presentan los típicos conflictos de parejas jóvenes cuando hablan de amor,



fidelidad, vulnerabilidad y la veracidad de las relaciones. Son dos personajes, pero seis intérpretes que representan diversas versiones de uno mismo. Las entradas generales tienen un costo de G. 80.000 y se pueden adquirir previamente a través de Ticketea o en la boletería del teatro.

TEMPORADA 2025

## Sábado 5 de abril

### Duki

[concierto]

En medio del *Ameri World Tour*, Duki llega a Paraguay este sábado 5 de abril con un gran concierto en la SND Arena. El disco que da nombre a la gira batió récords y se coronó como el más escuchado en Argentina en menos de 24 horas, un hito de la carrera de Duki, quien ya llenó estadios como el Monumental en dicho país y el Bernabéu en España. Las entradas se pueden adquirir en Tuti con precios desde G. 225.000 para Platea, G. 270.000 para Preferencias, G. 427.500 para Cancha y G. 720.000 para Lounge.



## Jueves 10 de abril



### Folclore Profundo

[lanzamiento]

La nueva propuesta del arpista Ismael Ledesma llega en forma de un disco titulado *Folclore Profundo*, bajo el sello Blue Caps Estudios, y cuenta con las colaboraciones de Juan Cancio Barreto, Martín González, Digno Acuña, Emilio Bareiro, Paula Rodríguez, entre otros. Tras más de 40 años de recorrer el mundo con su arpa, este material es una vuelta a sus raíces, lo popular y folclórico. Algunas canciones emblemáticas del acervo nacional, como *Nda rekói la culpa*, *Che kamba resa jajái*, *Al partir*, *Caballito andador* y *Pueblo jeroky*, se mezclan con sus composiciones propias, polcas y guaranías. El lanzamiento se realizará el jueves 10 de abril a las 20.30 en la sala Molière de la Alianza Francesa de Asunción (Mcal. Estigarribia 1039 entre Brasil y Estados Unidos). Las entradas están en venta a través de Tuti y en la boletería del local.

## CARTELERA

[cine]

### ROBIN



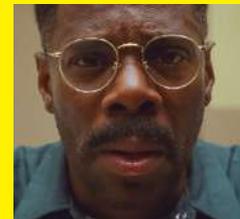
Cuando un experto en robótica canaliza el dolor de perder a su hijo de 11 años en la construcción de Robin, un muñeco robótico completamente funcional, una serie de eventos horribles dejan en claro que este hará lo que sea necesario para tener a su creador para él solo.

### Código negro



Cuando su amada esposa Kathryn (Cate Blanchett) es sospechosa de traicionar a la nación, el legendario agente de inteligencia George Woodhouse (Michael Fassbender) se enfrenta a la prueba definitiva: la lealtad a su matrimonio o a su país. Dirige Steven Soderbergh.

### Las vidas de Sing Sing



Divine G (Colman Domingo), encarcelado en Sing Sing por un delito que no cometió, encuentra un propósito actuando en un grupo de teatro junto a otros hombres presos en esta historia de resiliencia, humanidad y el poder transformador del arte.

# Paranair

## Asunción - Salta

Frecuencias miércoles y sábados



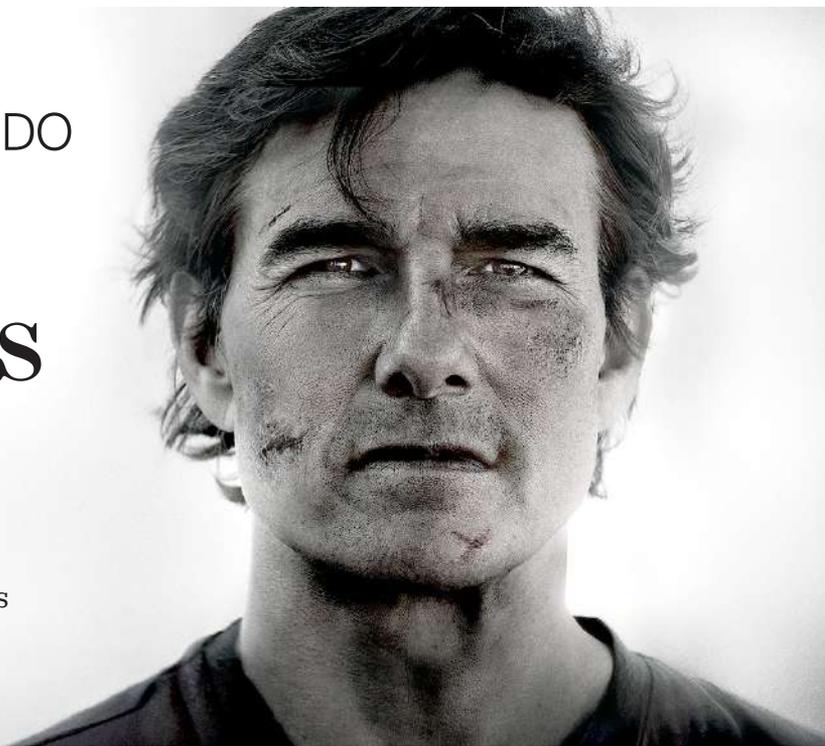
EQUIPAJE  
INCLUIDO **23KG**

Consultá con tu agencia de viajes favorita o ingresá a [www.paranair.com](http://www.paranair.com)

EL 2025 APENAS ESTÁ ARRANCANDO

# Los estrenos más esperados del año

Es apenas marzo y el año ya tiene muchas sorpresas para ofrecernos, especialmente en lo que se refiere al entretenimiento. Estas son las películas más anticipadas de *Pausa*, ¿cuáles son las tuyas?



## Misión imposible: Sentencia final

Sí, la más esperada de este 2025 es una con Tom Cruise y no es ningún placer culposo. Las películas de acción tienen lo suyo, y aunque discrepemos personalmente con el actor, su talento y entrega a la franquicia de *Misión imposible* son innegables. El octavo capítulo de esta saga nos lleva detrás de Ethan y su equipo, quienes tienen la misión de encontrar y destruir a una IA conocida como La Entidad. El viaje por todo el mundo da lugar a increíbles escenas y a más de un giro inesperado (por supuesto).

## Materialistas

La directora nominada al Oscar Celine Song (*Vidas pasadas*) dirige a Dakota Johnson, Chris Evans y Pedro Pascal en esta comedia romántica. La sinopsis es sencilla: el lucrativo negocio de una casamentera se complica cuando cae en un tóxico triángulo amoroso que amenaza a sus clientes.

## Mother Mary

Este filme es descrito como un melodrama épico que retrata la relación entre un músico ficticio y una famosa diseñadora de moda. David Lowery (*El caballero verde*) es el director de un intrigante elenco que incluye a Anne Hathaway, Hunter Schafer, Alba Baptista y Michaela Coel.

## Los pecadores

Hace poco te contamos sobre la nueva peli de Ryan Coogler con Michael B. Jordan en el papel de dos hermanos gemelos que vuelven a su ciudad natal a comenzar de nuevo, solo para descubrir que un mal aún mayor los espera para darles la bienvenida.

## F1

Brad Pitt, otro actor controversial que Hollywood parece no poder dejar atrás, protagoniza esta antici-

pada oda a la Fórmula 1. La trama sigue a un piloto que sale de su retiro para convertirse en mentor y formar equipo con un conductor más joven.

## Mátate, amor

Robert Pattinson, Jennifer Lawrence y Nick Nolte estelarian esta comedia oscura sobre una madre que trata de mantener la cordura mientras lucha contra la psicosis en una remota zona rural olvidada. Está dirigida por Lynne Ramsay (*Tenemos que hablar de Kevin* y *En realidad, nunca estuviste aquí*).

## Frankenstein

Guillermo del Toro simplemente ama a los monstruos y, por eso, le estamos agradecidos. En esta versión de la icónica historia que ya todos conocemos, el Dr. Pretorius (Christoph Waltz) necesita localizar al monstruo de Frankenstein (Jacob Elordi), que se cree que murió en un incendio 40 años antes, para poder continuar los experimentos del Dr. Frankenstein (Oscar Isaac).

## Marty Supreme

Muestra el viaje de Marty Reisman (Timothée Chalamet), un buscavidas convertido en campeón de *ping-pong*, el más veterano en ganar una competición nacional de deportes de raqueta, con 67 años de edad. También actúan Fran Drescher (*La niñera*) y Gwyneth Paltrow bajo la dirección de Josh Safdie (*Diamantes en bruto*).

## Exterminio: La evolución

La tercera instancia de la franquicia *28 días después* nos tiene muy intrigados y de muy buena manera. El elenco incluye a Jodie Comer, Aaron Taylor-Johnson y Ralph Fiennes, dirigidos por Danny Boyle, creador de la película original y ganador del Oscar por *Slumdog Millionaire*.

*¿Te imaginas  
los precios?*

**% MIDAS  
Off**

*Súper Descuentos 24 al 31 de marzo*



*Fijate los precios  
y las tiendas adheridas*



MI RELACIÓN CON EL FUTURO

# Optimismo radical

■ Por Jazmín Ruiz Díaz Figueredo (@min\_erre)

Solía pensar que el optimismo era una cualidad individual. Claro, si crecí en una época que, recién ahora dimensiono, fue mucho más afortunada que la de mis papás y abuelos. De eso era consciente. Mi madre solía decirme que eso era lo natural, que a los hijos siempre debía irles un poco mejor que a sus padres. Lo que no me esperaba era que esa fortuna se terminara también con los *millennials*. Peor aún, que el optimismo era más bien *delulu* — que significa delirio en el lenguaje de la generación Z— y que, llegada la adultez, se terminaría la fantasía alimentada por princesas Disney e historias con final feliz.

Hace poco, cuando un ataque de ansiedad asomó a la puerta, me recordé a mí misma que no siempre me sentí así. E intenté rememorar una época en la que el futuro, antes que aterrarme, me llenaba de entusias-

mo. Cuando era un lugar lleno de brillo y oportunidades donde lo mejor todavía estaba por llegar.

Por supuesto, eso tenía que ver con mi niñez. Mis visiones del futuro se forjaron con una familia que me contenía, con padres que me enseñaron a creer que todo lo que me propusiera era posible. Que eran muy honestos también con lo que a ellos les tocó vivir.

Ambos de familias trabajadoras, crecieron durante una dictadura que les hizo mucho daño, pero a la que se enfrentaron y que, gracias a eso, tuve la oportunidad de crecer en un periodo de libertad, de democracia. De poder expresarme y vivir como quisiera. Siento que mi generación no entendió el privilegio que nos ha tocado.

Quizás por eso mismo es un poco nuestra culpa *millennial* (aquellos nacidos entre el 81 y el 96, y que llegamos a la adultez con el cambio de milenio) que los *centennials* (esa generación que nació alrede-



dor del 2000) sean retratados como pesimistas, con ansiedad por el futuro y, peor aún, conservadora. En cierto sentido, ¿cómo juzgarlos? A ellos ya no les tocaron los beneficios que heredamos nosotros. Tampoco conocieron, como sus abuelos, lo que verdaderamente significa vivir bajo manos duras que se aferran a la tradición del pasado.

Cuando llegué a la adolescencia, mi padre falleció meses después de mis 15 años. Ese fue el primer gran golpe de realidad. Quizás ahí empezó la ansiedad. Ya no lo recuerdo. Sin embargo, el dolor no logró desdibujar mi visión del futuro. Mi madre siguió contagiando ese optimismo radical que siempre la caracterizó. Además, en ese entonces se disparó el *boom* de la web 2.0, aparecían nuevos modos de comunicarnos, tecnología era sinónimo de conectarse con otros, tenía un sentido colectivo, los buenos de la película eran los innovadores, los disruptivos, los ídolos *tech*.

En esa misma época aparecían los artículos en los primeros medios digitales donde se presentaba a los *millennials* como la generación privilegiada, aquellos que rompían con los patrones del pasado, los soñadores que no se conformaban con la rutina, los creativos que se animaban a vivir la vida y perseguir sus sueños, los que cambiaban las reglas del juego a su favor.

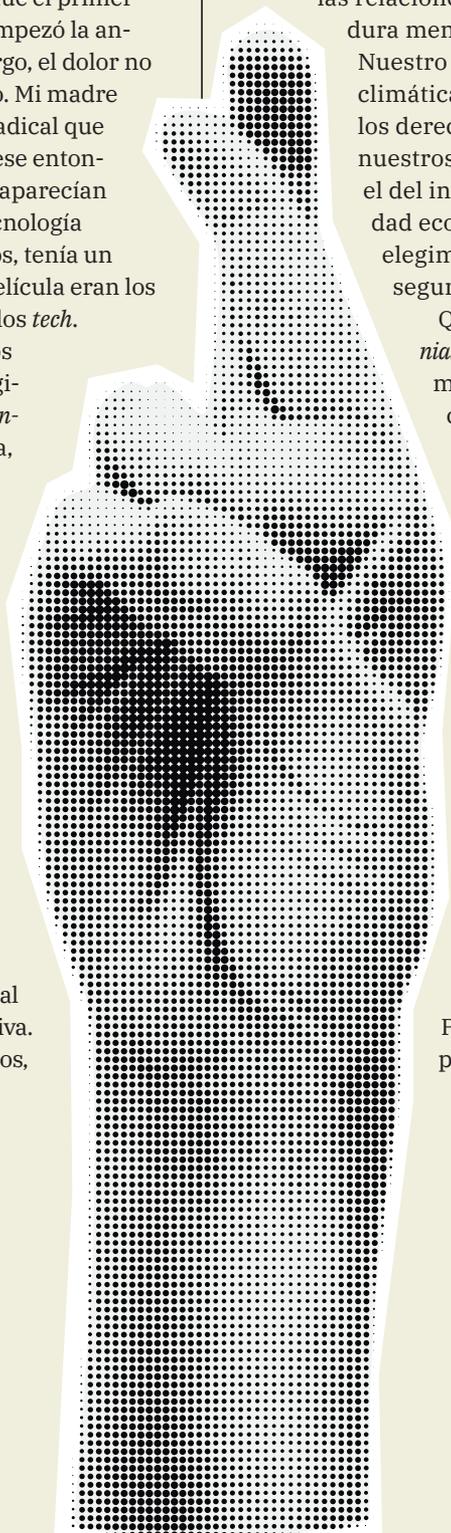
El mejor ejemplo que cristaliza ese periodo es el de Steve Jobs y su discurso para los estudiantes de Stanford. Un discurso que me ha motivado en muchos momentos posteriores e, incluso, lo incluí como parte de mi carta de aplicación a una universidad. Allí, el genio de Apple habla de la vida como una serie de puntos que no se pueden ver al mirar al futuro, solo se conectan en retrospectiva. El mensaje es el de perseguir los sueños,

el de animarse a disrumpir y confiar en que los puntos se conectarán más adelante y todo cobrará sentido. Así como él, el innovador que desde una cochera construyó un imperio.

Por supuesto, así también fuimos la generación del hiperconsumo, los primeros adictos a los teléfonos inteligentes, los grandes consumidores del *fast fashion*, de la obsolescencia programada, de las relaciones líquidas. Hoy, no sé qué nos dura menos, un iPhone o un noviazgo. Nuestro legado ha sido el de la crisis climática, el de dar por sentados los derechos y las libertades que nuestros antecesores conquistaron, el del individualismo y una precariedad económica alimentada porque elegimos el *freelanceo* antes que la seguridad social.

Quién puede culpar a los *centennials* por su pesimismo. Al contrario, me parece admirable el nivel de consciencia que tiene esta generación a los 20. Porque así como están los que se volvieron conservadores, los que a mí me tocó conocer, lejos de las estadísticas, son más críticos, activistas, defienden sus derechos y argumentan sus puntos de vista con claridad.

Por eso, cuando pienso en el futuro, si bien hay ansiedad, todavía me considero en el lado más optimista de la balanza. Y en parte es porque creo que, si dejamos de lado las generaciones y conectamos, de verdad, a través de valores feministas, antirracistas, igualitarios, un futuro mejor aún es posible. Pero, para eso, hay mucho trabajo por delante. ■ P



# Hackers del apetito

Sobre las drogas para la pérdida de peso y el control de la diabetes

**Este domingo nos adentramos en la evidencia y el contexto de los medicamentos agonistas del péptido similar al glucagón tipo 1 (GLP-1), indicados para controlar la diabetes *mellitus* tipo 2 y que se utilizan, incidentalmente, también para tratar el sobrepeso y la obesidad. ¿Tenés dudas al respecto? En esta nota te traemos voces científicas que aclaran el panorama del fenómeno mundial que ya aterrizó en Paraguay.**

Por Patricia Luján Arévalos

**L**a obesidad se caracteriza por el exceso de grasa y, generalmente, se define a través del índice de masa corporal (IMC) de 30 o más. Es un trastorno complejo, crónico y prevalente, que se asocia con problemas cardiovasculares, apnea obstructiva del sueño y, por supuesto, diabetes *mellitus* tipo 2.

## La ¿errada? cultura de la dieta

La cuestión con el descenso de peso es que no se trata solo de comer menos, sino de comer menos para siempre.

Las dietas, por sí solas, no son la solución. Un artículo publicado por Memon *et al.* (2020), del Instituto de Neurociencias del Comportamiento y Psicología de California (EE. UU.), analiza una serie de estudios publicados recientemente sobre la efectividad de estas prácticas para frenar la epidemia de la obesidad.

El material, titulado *¿Nuestros intentos de frenar*

*la obesidad han hecho más daño que bien?*, concluye que “los estudios han demostrado que la restricción alimentaria es un mecanismo deficiente para la pérdida de peso y, en cambio, puede contribuir a su aumento. Hacer dieta también puede conducir al desarrollo de trastornos alimentarios, que pueden ser mucho más perjudiciales para la salud que la obesidad”.

Pero si la restricción alimentaria no funciona, seguramente es por el componente genético, ¿verdad? Bueno, tampoco es tanto así.

Una investigación en Finlandia de 2012, que incluyó a 4129 gemelos (publicada por Pietiläinen, K., Saarni, S., Kaprio, J. *et al.*), buscó determinar si el aumento de peso asociado con las dietas está más relacionado con una propensión genética que con los episodios de adelgazamiento en sí.

El estudio concluyó que las restricciones alimentarias reflejan una susceptibilidad a subir de peso: “Lo que hace que quienes hacen dieta sean propensos a un aumento de peso futuro. Los resultados [...] para las



---

*“El principal factor que ayuda en el control de la diabetes es el adelgazamiento que se obtiene con la medicación, pues más del 80 % de los pacientes tienen algún grado de exceso de peso”*

Federico Fariña Mendieta, médico especialista en diabetología y experto en el tratamiento y seguimiento de pacientes con obesidad en Paraguay.

---



*La cuestión con el descenso de peso es que no se trata solo de comer menos, sino de comer menos para siempre*

**Consultorios públicos para el manejo integral de la obesidad**

Todos tenemos derecho a tomar decisiones informadas y mejorar nuestra calidad de vida a través de la consulta médica, una evaluación nutricional, la orientación necesaria para la actividad física y el necesario apoyo psicológico. Podés acceder a todos esos servicios de manera gratuita en los siguientes centros de salud: Hospital Materno de Loma Pytã, Hospital Materno Infantil Santísima Trinidad, Hospital General de Barrio Obrero, Hospital General de Luque, Hospital General de San Lorenzo, Hospital Regional de Caacupé, Hospital Regional de Coronel Oviedo, Hospital Regional de Concepción, Hospital Regional de San Pedro (Norte), Hospital Distrital de San Estanislao, Hospital Regional de Caazapá, Hospital Regional San Juan Bautista, Hospital Regional de Ciudad del Este, Hospital Distrital de Hernandarias, Hospital Distrital de Presidente Franco, Hospital Regional de Encarnación, Puesto de Salud Mayor Martínez, Hospital Regional de Villarrica, Municipalidad de Asunción, Hospital Distrital de Ñemby, Hospital General de Lambaré, Hospital Regional de Villa Hayes, Centro de Salud de Katueté (Salto del Guairá), Hospital Materno Infantil San Pablo, Hospital Distrital de Mariano Roque Alonso, Centro Ambulatorio de Especialidades J. A. Saldívar, Hospital Regional de Pedro Juan Caballero, Hospital Regional de Pilar y Hospital Distrital de Limpio.

dietas frecuentes sugieren que la dieta en sí misma puede inducir un pequeño aumento de peso posterior, independientemente de factores genéticos”.

Podemos inferir que el método de las dietas es agua bajo el puente y que el panorama actual es mucho más optimista para quienes buscan un cambio en sus vidas en pos de un mayor bienestar. Por mucho tiempo, las empresas farmacéuticas buscaron una respuesta a este dilema y la ciencia, al fin, es capaz de ofrecer una alternativa.

**El sueño hegemónico**

Todos escuchamos hablar de las maravillas de las drogas para la diabetes que ayudaron a miles de personas a bajar de peso. Los primeros rumores alrededor de estos productos iniciaron, por supuesto, en los medios de prensa de chismes y celebridades más o menos en 2022.

Rápidamente pasó a TikTok, donde los creadores de contenido debatían sobre la última celebridad en bajar de talle, y los médicos y profesionales de la salud corrieron a las redes sociales para debatir con el público la ciencia detrás.

En los últimos años, cualquier cambio brusco de imagen en Hollywood fue atribuido a estos medicamentos. Desde Katy Perry y Adele hasta las Kardashians, especialmente Khloé, quien respondió a los alegatos indignada porque el público estaba “desacreditando” sus años de ejercicio. “Me levanto cinco días a la semana a las 6.00 de la mañana a entrenar. Por favor, dejen de hacer suposiciones”, declaró en su momento.

De igual manera, algunos famosos sí se animaron a confirmar que recurrieron a la droga. Elon

Musk publicó una foto suya en Navidad con el texto “Ozempic Santa”, la actriz Kathy Bates compartió que usó este producto como parte de su tratamiento para la diabetes, la comediante Rebel Wilson bajó más de 35 kg en cuatro años con él y Kelly Osbourne celebró su existencia como alternativa a las formas más “aburridas” de bajar tallas.

Algunas *celebs* también confirmaron haber tomado la medicación, pero con resultados menos positivos. El anfitrión de *tevé* James Corden, la actriz Amy Schumer y la comediante Chelsea Handler aseguran que no es para ellos.

La popularidad estalló y hasta generó la escasez de estas drogas para el público al que originalmente estaban dirigidas: los pacientes con diabetes.

Si bien es cierto que lo que se considera hegemónico cambia cada cierto tiempo, también es evidente que el canon desde hace más de un siglo sigue estático. La delgadez ha sido sinónimo de belleza y salud desde que cualquiera que esté vivo para leer estas líneas hoy haya dado sus primeros pasos.

También es cierto que, en paralelo, el sobrepeso y la obesidad han ido ganando terreno, impulsados por el estilo de vida capitalista salvaje y el resultante sedentarismo. Cuando sumamos a la mezcla la amplia disponibilidad de los alimentos ultraprocesados, el cóctel se vuelve cada vez más peligroso.

Hablar de pérdida de peso no puede ser una conversación sin sesgo, cuando la sociedad empuja a las personas, especialmente a las mujeres (aunque los varones tampoco están exentos) a medir todos los cuerpos con una misma vara. Tampoco es posible juzgarnos y condenarnos por desear la hegemonía. Después de todo, las personas buscamos lo

mismo: ser aceptadas, amadas y hasta admiradas.

Pero quizás es momento de llevar la conversación lejos de lo que es lindo y enfocar el tema del descenso de peso desde una perspectiva funcional. ¿Es capaz mi cuerpo de hacer las cosas que me gustan, de funcionar correctamente para enfrentar mi rutina diaria? ¿Hay cosas que me gustaría lograr, pero mi estado físico actual me lo impide? ¿Puedo vivir mi vida del modo que querría?

### La revolución

Cuando la semaglutida fue aprobada por la Food and Drug Administration (FDA) de EE. UU. para tratar la diabetes en 2017, el resultado inesperado fue el descenso de peso. Muchas personas empezaron a reportar mayor saciedad con porciones cada vez más pequeñas.

Una versión de la misma droga fue aprobada en 2021 específicamente para la pérdida de peso y comenzó a comercializarse bajo otra marca. La popularidad estalló y hasta generó su escasez para el público al que originalmente estaba dirigida. Fue el catalizador para la creación de medicamentos nuevos y eficientes para tratar una de las mayores preocupaciones globales: la epidemia de la obesidad.

Las farmacéuticas empezaron a desarrollar productos cada vez más especializados, como la tirzepatida. Un estudio realizado en la Universidad de Yale y publicado en la *Revista de Medicina de Nueva Inglaterra* (NEJM por sus siglas en inglés), realizado por Jastreboff A. M. *et al*, presentó un ensayo clínico con 2539 participantes con obesidad, de los cuales 1032 también presentaban prediabetes, a quienes se les administró tirzepatida en una dosis semanal de 5 mg, 10 mg, 15 mg o placebo. El análisis duró un total de 176 semanas, seguidas de un periodo de 17 semanas sin tratamiento.

Los resultados fueron más que optimistas. “Tres años de tratamiento con tirzepatida en personas con obesidad y prediabetes resultaron en una reducción de peso sustancial y sostenida, y un riesgo significativamente menor de progresión a diabetes tipo 2 que con placebo”, aseguran los autores.

### Cómo funciona

Para entender el mecanismo de estas sustancias, consultamos con la Mg. Dra. Maura Arce, especialista en endocrinología, metabolismo y diabetes, especialista en medicina interna y docente de posgrado del Servicio de Endocrinología de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Asunción.

La endocrinología estudia a las hormonas que se secretan directamente a la sangre. Abarca muchas glándulas, como la tiroides, los ovarios y los testículos, por ejemplo, incluyendo el páncreas. “El páncreas también produce y segrega hormonas que van directamente al torrente sanguíneo, como la insulina, por lo tanto la diabetes es parte de la endocrinología”, comenta la médica.

Se sabe que no solo la secreción y la acción de la insulina están implicadas en la diabetes, “sino también la producción y liberación del glucagón,

que es producido por el páncreas y es la hormona contrarreguladora”.

Tirzepatida y semaglutida son dos ejemplos de una línea de medicamentos agonistas que simulan la acción del péptido similar al glucagón tipo 1 (GLP-1). Su función es la de imitar la acción de la hormona GLP-1, que se libera naturalmente en el cuerpo en respuesta a la ingesta de alimentos.

El polipéptido inhibidor gástrico (GIP) y la GLP-1 existen en nuestro organismo, pero duran muy poco, explica la médica: “Lo que consiguió la industria es modificarlos farmacológicamente para que estén más tiempo, inclusive hasta una semana”.

Entonces, estas drogas estimulan la secreción de insulina y contribuyen así de forma significativa a la disminución de la glucosa en la sangre, ya que los niveles empiezan a subir después de comer y no pueden ser controlados eficazmente en el caso de que el paciente tenga diabetes o prediabetes.

“Las hormonas son una parte muy importante en la regulación del apetito y la saciedad. Por ejemplo, tenemos a la grelina (hormona secretada por el estómago), que aumenta el apetito; el polipéptido inhibidor gástrico (GIP) y la GLP-1 (secretados por el intestino), que producen saciedad y disminuyen el apetito. Otra implicada en la regulación de sacie-

**10,6 %**

de las personas de 18 a 69 años padece diabetes *mellitus*.

**69,3 %**

de la población adulta en Paraguay tiene sobrepeso y/u obesidad.





1/3

niños y adolescentes en Paraguay sufre de sobrepeso y obesidad.

36,3 %

de la población adulta reporta inactividad física.

78 %

de los niños y adolescentes reportan inactividad física.

dad y el apetito es la leptina (secretada por el tejido graso), que regula el gasto energético y el apetito”, enfatiza la especialista. En ese sentido, la Dra. Arce describe la tirzepatida “como una hormona inteligente capaz de reaccionar a altos niveles de glucosa para hacerlos descender, pero así también es muy noble al no producir bajones de glicemia —azúcar— y mantenerla en un nivel adecuado”.

Como especialista, Arce reconoce que los pilares fundamentales para el tratamiento de la diabetes son el plan de alimentación y la actividad física. “Y es allí donde es de mucha utilidad la tirzepatida, pues inhibe los centros de apetito y los atracones, además de otras múltiples acciones sobre muchos órganos. Uno de sus principales efectos es reducir la distensión del estómago, por lo cual el paciente come mucho menos, siente saciedad y disminuye la ansiedad por el picoteo de comidas”.

#### La situación epidemiológica en Paraguay

La diabetes *mellitus* es una de las mayores preocupaciones para la salud pública. De acuerdo con datos arrojados por la *Segunda encuesta nacional sobre factores de riesgo de enfermedades no transmisibles en población general - Paraguay (2023)*, su prevalencia es del 10,6 % en adultos desde los 18 hasta los 69 años de edad.

Según el *Boletín suplemento especial diabetes 2023*, de la Dirección de Enfermedades No Transmisibles del Ministerio de Salud Pública, el 67 % de los afectados son mujeres, principalmente del rango

*[La tirzepatida es] “como una hormona inteligente capaz de reaccionar a altos niveles de glucosa para hacerlos descender, pero así también es muy noble al no producir bajones de glicemia –azúcar– y mantenerla en un nivel adecuado”.*

Mg. Dra. Maura Arce, especialista en endocrinología, metabolismo y diabetes, especialista en medicina interna y docente de posgrado del Servicio de Endocrinología de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Asunción.

#### Quiénes no son candidatos

No se recomienda que las personas con antecedentes familiares o personales de enfermedades tiroideas, endócrinas o pancreatitis realicen tratamientos con la línea de medicamentos agonistas del péptido similar al glucagón tipo 1 (GLP-1).

**La Mg. Dra. Maura Arce** es especialista en endocrinología, metabolismo y diabetes, especialista en medicina interna y docente de posgrado del Servicio de Endocrinología de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Asunción. Podés agendar una cita particular en la Policlínica Semedi al teléfono (0981) 476-016.

**El Dr. Federico Fariña Mendieta** es médico especialista en diabetología y experto en el tratamiento y seguimiento de pacientes con obesidad en Paraguay. Podés agendar una cita particular en la clínica Las Rías al teléfono (0973) 162-162. Lo encontrás en Instagram como @eldocfede



de 60 a 69 años de edad. A la vez, la gran mayoría se concentra en Asunción y Capital.

Es por eso que el descenso de peso tiene tan buenos efectos en el control de la diabetes y en las enfermedades asociadas, como las cardiovasculares. “La tirzepatida imita el efecto de dos hormonas que se encargan de regular el apetito, aumenta la saciedad y disminuye el hambre, con la consecuente reducción de la ingesta de calorías. Esto se traduce en beneficios para la obesidad sola y también asociada a la diabetes”, explica el Dr. Federico Fariña Mendieta, médico especialista en diabetología y experto en el tratamiento y seguimiento de pacientes con obesidad en Paraguay.

El Dr. Fariña menciona que “el principal factor que ayuda en el control de la diabetes es el adelgazamiento que se obtiene con la medicación, pues más del 80 % de los pacientes tienen algún grado de exceso de peso”. Pero eso no es todo: “Los estudios demuestran que reducir el 5 % o más del peso corporal logra beneficios en este grupo de pacientes”.

En 2023, el Sistema de Vigilancia Alimentaria y Nutricional del Ministerio de Salud Pública informó que el 34,6 % de los niños y adolescentes censados en la encuesta presentaban exceso de peso. Es decir, uno de cada tres. La población adulta duplica esta tasa, con un 69,3 %.

El mismo documento menciona que los adultos paraguayos apenas consumen frutas y verduras en la cantidad recomendada (3,9 %) y reportan inactividad física (36,6 %). Más de la mitad manifiesta un consumo nocivo de alcohol (57,7 %).

Estas estadísticas revelan la necesidad de medicación específica, comprobada y respaldada internacionalmente para el descenso de peso. “Es un gran avance para nuestro país contar con una nueva herramienta en el arsenal terapéutico para el tratamiento de la obesidad y la diabetes, condiciones que han ido en crecimiento. Se estima que seguirán aumentando en los siguientes años. Es un fármaco que llega a sumar al tratamiento junto con los otros pilares que son fundamentales: la alimentación saludable y la actividad física”, analiza Fariña.

#### A considerar

La mayor parte de esta clase de medicación se administra de manera periódica, generalmente semanal, mediante una inyección. Los resultados no son instantáneos y para asegurarlos se debe generar adherencia al tratamiento por al menos unos años, así que representa también un compromiso económico.

Como cualquier medicamento, también puede producir algunos efectos secundarios. Entre los más comunes están las náuseas, los vómitos y la diarrea. No se recomienda la combinación con cualquier producto que reduzca el nivel de azúcar en la sangre, como la insulina, porque podría ocasionar hipoglucemia (un nivel bajo de glucosa).

La pérdida de peso puede variar según el medicamento y su dosis. Es clave el acompañamiento médico especializado para determinar qué droga es la correcta para vos, si estás considerando tomar esta ruta. ■ P

LA OTRA VERDAD

# El arte como puente entre lo tangible y lo espiritual

Con un enfoque artesanal y profundo respeto por la tradición, el artista peruano Harry Chávez trae por primera vez a Paraguay una exposición que busca reconectar con la naturaleza, la historia y las raíces espirituales y ancestrales de su territorio, Perú.

■ Por Nadia Gómez. Fotografía: César Zamalloa.





**H**arry Chávez llegó, por primera vez en su carrera como artista, convocado e invitado por la Embajada de Perú en Paraguay. Esta exposición sin duda marca un hito en la difusión y presencia del arte peruano en nuestra región, y fortalece los lazos culturales entre ambos países. La muestra se encuentra abierta al público en la sala Cira Moscarda de la Fundación Migliorisi, y estará disponible hasta el 12 de mayo.

Desde los inicios de su carrera, Chávez profundizó, a través de sus prácticas artísticas, temas relacionados con el arte prehispánico peruano, así como su tradición chamánica. Además, diferencia entre las distintas manifestaciones de esta práctica ancestral, como la que existe en la selva amazónica y en los Andes.

Su trabajo ha desglosado y comprendido motivos prehispánicos y populares durante los últimos 20 años. "Es una trayectoria larga y sostenida de esta investigación y esta forma de vida. Finalmente el arte no es un tema que se trata nada más, sino una expresión de lo más profundo de tu humanidad, y de tu mirada sobre la humanidad, sobre la vida, el lugar en el que vives y el sentido de todo esto", explica el artista.

### Un lenguaje visual de la tradición

¿A qué se refiere el artista cuando habla de la otra verdad? Si bien con sus obras y proceso artístico se remite a muchas cosas, a un concepto amplio y diverso, se refiere a ese mundo alternativo, invisible, que convive con la realidad que logramos apreciar cotidiana y superficialmente. El concepto de la exposición evoca un mundo alterno, de sueños, mitos y energía, que moldea la percepción cotidiana, así como el universo chamánico, que opera sobre otros planos de percepción.

"Es un llamado a observar esa vida alternativa, diferente a la que apreciamos comúnmente en los medios y la realidad, a veces tan cruel, que vivimos, y que nos presenta un mundo bastante desencantado. Prestar atención a ese lugar milagroso y hermoso que convive con nosotros, que espera nuestra mirada y que es parte de nuestra humanidad", expresa Chávez. Su obra dialoga con el chamanismo como la primera forma de aproximación de la humanidad con su entorno, donde el arte, la medicina

y la filosofía estaban profundamente entrelazados.

La técnica que predomina en las obras de *La otra verdad* es un delicado trabajo con cuentas de madera y vidrio, un mosaico artesanal que exige paciencia y precisión. Este método, desarrollado a lo largo de años, se complementa con piezas en *collage* y obras en colaboración con la artista shipibo Olinda Silvano.

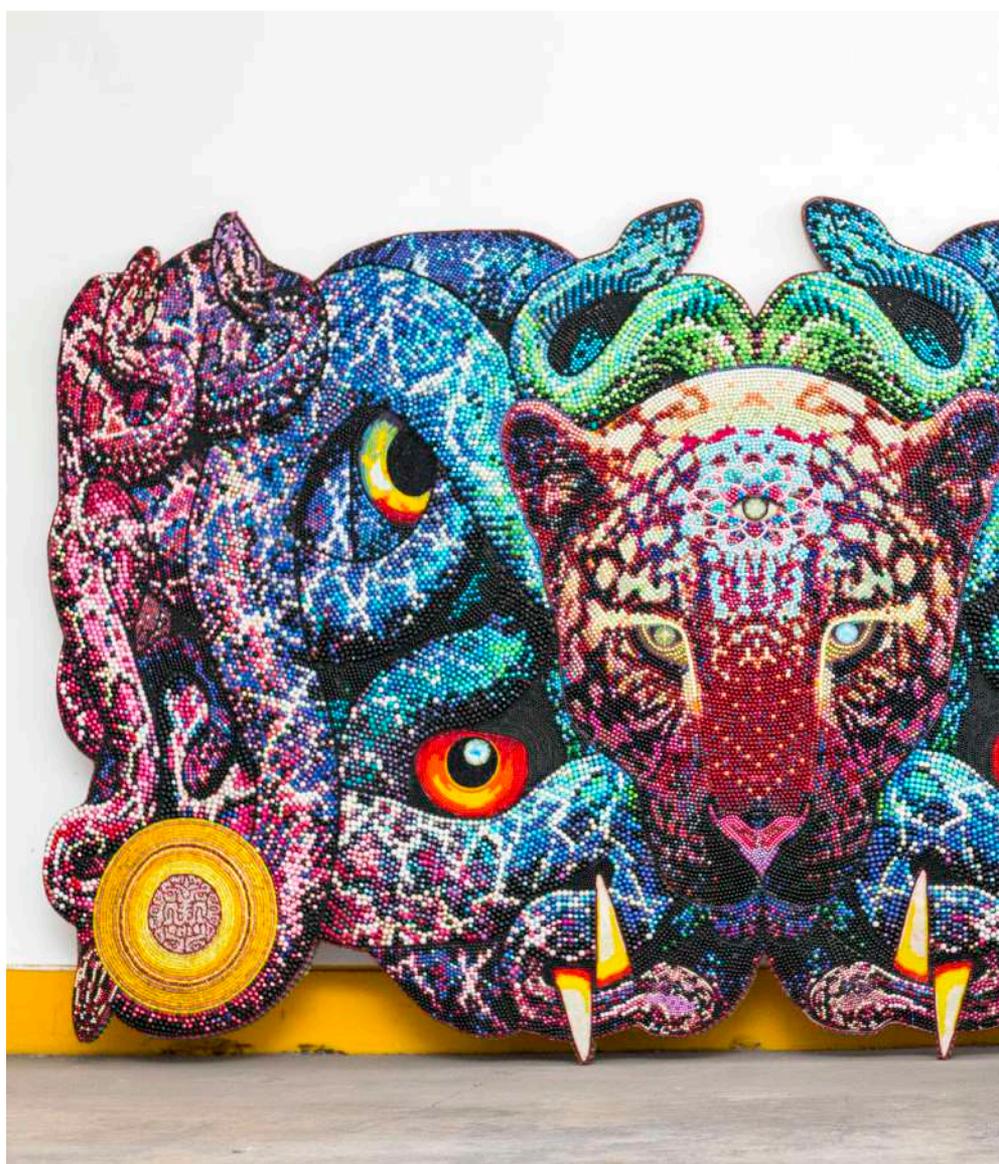
A lo largo de su trayectoria, el artista ha buscado plasmar en su arte las interacciones entre el mundo visible e invisible, entre lo racional y lo espiritual, entre la lógica de Occidente y las prácticas ancestrales de su territorio. Sus piezas, realizadas con un trabajo minucioso y artesanal, no solo buscan representar elementos de la tradición chamánica de Perú, sino también crear una experiencia sensorial que invite a la contemplación e introspección.

En las obras de la exposición, el público podrá apreciar texturas vibrantes y una gama cromática que nos traslada a la riqueza del paisaje amazónico y su universo espiritual.

### Donde convergen el chamanismo y la práctica artística

Para Chávez, el chamanismo no es solo un conjunto de prácticas espirituales, sino una manera de entender el mundo; es la aproximación primera de la humanidad para con la realidad, con el mundo exterior, que comprende temas y disciplinas tan amplias como la





### EMBAJADOR DE SU CULTURA

El artista plástico y curador Harry Chávez, quien a lo largo de su carrera ha sido reconocido con premios de diferentes concursos y bienales, expuso en numerosas ciudades del Perú, además de países como España, Estados Unidos, China y Chile. Sus obras forman parte de acervos de museos y coleccionistas.

medicina, la filosofía, el arte... Todo esto visionado y comprendido como algo integrado, holístico. “Es el vínculo profundo del ser humano con su entorno, a través del cual entiende el universo y le da sentido a su paso por la Tierra”, agrega.

El artista considera al chamanismo un conocimiento originario, primario, el origen, prístino o puro, del vínculo del ser humano con la totalidad. “En este caso mi interés fue ir a esta fuente, en tanto que vivimos en un mundo donde las ideologías tienen grietas. Estamos en una suerte de orfandad en relación con el sistema, al que vemos corrompido, dañado y enfermo. Normalmente tenemos un sistema que nos acoge y sostiene, y esas son las mitologías que encontramos en todas las culturas”, explica.

En esta búsqueda de respuestas, su trabajo se inspira en los rituales chamánicos de diversas regiones de Perú, desde la selva amazónica hasta la sierra y la costa. Además, el chamanismo peruano presenta una gran diversidad de expresiones según la región, mientras que, en la selva amazónica de la localidad, donde habita el chamanismo de la nación Shipibo, el énfasis está en el trabajo con especies vegetales medicinales, una tradición fuerte con la

farmacéutica y el espíritu de las plantas.

Por otro lado, en la sierra existe otro tipo de chamanismo y conexión con el universo. Si bien hay un saber alrededor de las plantas, Chávez se refiere a esta vertiente como más orientada hacia la ofrenda. “Un trabajo de ceremonias o ritos de reciprocidad con la naturaleza”, agrega. En la costa norte, por ejemplo, hay otro tipo de prácticas, como con la *wachuma*, conocida como san Pedro, una planta medicinal ancestral. El artista exploró estas vertientes, y las integró a su obra con respeto y admiración.

Cada expresión del chamanismo en Perú, y en el mundo en general, ha generado y creado sus propios rituales, ceremonias, iconografías, símbolos y arte. “Muchas de estas fuerzas naturales que operan dentro del chamanismo están reflejadas en las obras, conceptos que se representan alegóricamente a través de formas animales, símbolos; hay toda una construcción conceptual”, comenta. Una de ellas, el Sagrado Corazón Amazónico, por ejemplo, se plantea desde la integración de distintas culturas. Chávez refiere que nuestras cosmovisiones absorbieron religiosidades diversas del mundo, que se incorporan así como la religión Católica dentro del



chamanismo: “Vemos al corazón amazónico, que es el Sagrado Corazón de Jesús, con espinas y fuego, un símbolo poderoso, con la heliconia, la flor de la selva que sale de su herida como una especie de trascendencia, sanación o transformación de este dolor”.

Las obras que trabajó en colaboración con la artista Olinda Silvano provienen de un proyecto que vienen desarrollando juntos hace seis años. En ellas vemos el *kené*, el diseño tradicional de la nación Shipibo, una sucesión infinita de formas geométricas con las que las personas de este pueblo tiñen sus telas, sus cerámicas, hacen bordados y pintan sus rostros. “El *kené* comprende muchas cosas que vienen originalmente del vínculo con las plantas”, explica. Las mujeres, en diálogo con el chamán, reciben la información que luego vemos plasmada: “Son las encargadas de traducir esta información geométrica, fractal, espacial, energética y espiritual, en algo tangible”.

El *kené* es también un importante recurso de identidad del pueblo Shipibo, declarado Patrimonio Cultural de la Nación de Perú en 2008. “Estas obras se inspiran en el *kené* como una técnica diferente a la que normalmente ellos trabajan. Con Olinda

*“Muchas de estas fuerzas naturales que operan dentro del chamanismo están reflejadas en las obras, conceptos que se representan de manera alegórica a través de formas animales, símbolos”*

propusimos en este proyecto un trabajo con cintas o grecas que se usan en las ropas de las vestimentas populares de las fiestas. Trabajamos este material para presentarlo de manera diferente; darle otra piel, y en la exposición se pueden apreciar cuatro obras con esa técnica”, comenta. Esta colaboración refuerza la importancia del diálogo entre tradiciones ancestrales y lenguajes contemporáneos en la obra del artista.

La exhibición *La otra verdad* podrá ser visitada de martes a sábado de 14.00 a 20.00, hasta el 12 de mayo. Los viernes y sábados el acceso es gratuito. La entrada a la Fundación Migliorisi es a través del CAV/Museo del Barro, Grabadores del Cabichuí 2716, entre Cañada y Emeterio Miranda, Isla de Francia, Asunción. ■ P

| La fiesta de *St. Patrick's Day* de la mano de Sudameris

# UNA NOCHE IRLANDESA

El pasado 15 de marzo, el complejo Barrail Costanera se convirtió en el epicentro de la festividad irlandesa en Asunción, gracias a la organización de Sudameris y Munich Beer. Bajo el lema *Party like the irish*, una multitud se congregó para disfrutar de una noche llena de música, cultura y gastronomía. La cerveza fue la protagonista y transportó a los presentes a la auténtica esencia de la festividad, mientras que los sabores de Leyzman Salim, Koggi, Pizza Kua y Pink Cow deleitaron sus paladares. El ambiente festivo se mantuvo encendido con las actuaciones de Latin Dixie Project, Rec Band y el espectacular *show* central de Kchiporros, además de los sets de DJ Pitriki, Hallam y Beto.



Alex Holst, Thiago Ramírez, Lia Holst, Roland Holst y Vero Benitez.



Francisco Olivera, Rocío Álamo, María Irene Gavilán y Felipe Gavilán.



Lucía Álvarez, Anahí Acosta y Ariane Garay.



Jerónimo Nasser y Anny Romañach.



Paola Penayo, Romina León y Olga Valenzuela.



Sady Ayala y Sergio Ferrari.



Ana Jara y Matías López.



### SABOR Y RITMO

La celebración, que ya se ha convertido en una tradición en Asunción, ofreció beneficios exclusivos a los clientes de Sudameris, quienes disfrutaron de un 20 % de descuento en entradas y mesas.



# Maestra

La elegida por los panaderos...



[www.industriastrociuk.com](http://www.industriastrociuk.com)

TIRZEPATIDE

# Un nuevo tratamiento para la diabetes y obesidad

La diabetes es un problema cada vez más creciente en Paraguay. En ese contexto, Laboratorio Eticos presentó Lipoless, un innovador tratamiento con tirzepatida para la obesidad y la diabetes tipo 2.



**E**n Paraguay, 10,6 % de las personas de 18 a 69 años padece diabetes *mellitus*, según datos de la *Segunda encuesta nacional sobre factores de riesgo de enfermedades no transmisibles en población general - Paraguay*, realizada en el 2023. Actualmente es considerada uno de los principales desafíos para la salud pública en el país.

En ese contexto, Laboratorio Eticos presentó oficialmente en Paraguay Lipoless, un innovador tratamiento basado en tirzepatida para el manejo de la obesidad y la diabetes tipo 2. El lanzamiento se

llevó a cabo el jueves 13 de marzo en Talleyrand Costanera y reunió a destacados médicos, especialistas en endocrinología y representantes del sector salud.

La tirzepatida es un agonista dual de los receptores GIP y GLP-1 altamente selectivo. Su mecanismo de acción reduce el apetito, regula los niveles de glucosa, mejora el metabolismo y logra así una significativa pérdida de peso en los pacientes. Estudios clínicos han demostrado que esta molécula puede generar reducciones superiores al 20 % en personas con obesidad.

El doctor Durval Ribas-Filho, reconocido especialista en endocrinología y nutriología, presentó los últimos avances en el uso de tirzepatida para el tratamiento de la diabetes tipo 2 y la obesidad, como una

solución innovadora por su mecanismo dual de acción, que supera a las terapias tradicionales en la regulación del peso y la glucosa. Finalmente, explicó cómo su aplicación clínica basada en estudios recientes puede optimizar los resultados terapéuticos a largo plazo.

“Esperamos que este medicamento se convierta en una herramienta clave para médicos y pacientes, que brinde una alternativa innovadora, eficaz y accesible. Con Lipoless, ofrecemos una solución respaldada por evidencia científica, con altos estándares de calidad y un precio competitivo para los paraguayos”, afirmó Marcos Pereyra, gerente de *marketing* de Eticos al expresar su optimismo frente al lanzamiento.

## Respaldo científico y regulatorio

El principio activo de Lipoless cuenta con la aprobación de la FDA (Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU.) y la EMA (Agencia Europea de Medicamentos), y su proveedor está certificado por la FDA. En Paraguay, ha sido autorizado por Dinavisa (Dirección Nacional de Vigilancia Sanitaria), lo que refuerza su seguridad y confiabilidad. Además, el medicamento está respaldado por un plan de farmacovigilancia que permite monitorear continuamente su eficacia y seguridad en los pacientes. Su consumo requiere la consulta con un especialista.

## Una solución accesible

Este tratamiento estará disponible en presentaciones desde 2,5 mg a 15 mg, con opciones con y sin autoinyector, para ofrecer facilidad de aplicación y mejor adherencia. Ya se encuentra disponible en farmacias de todo el país. ■■

**LABORATORIOS ETICOS SA**

## Formación continua para marcar la diferencia

La formación continua es un pilar fundamental para el éxito empresarial. El mercado está en constante evolución, y contar con conocimientos actualizados y estrategias innovadoras marca la diferencia. Con ese objetivo, la empresa NGO Saeca reafirma su compromiso con el crecimiento de sus aliados estratégicos a través de *NGO Business Class*, un evento diseñado para optimizar la eficiencia y competitividad en el sector.

El *workshop* estuvo dirigido exclusivamente a propietarios y directivos de distribuidoras, gerentes y encargados de ventas, colaboradores y distribuidores de NGO. Las temáticas abarcadas fueron la adquisición de herramientas clave para mejorar la rentabilidad de sus negocios y fortalecer su estrategia comercial.

El evento contó con la presencia de Pablo Fernández, PhD, presidente del 6R Institute (institución orientada a que las empresas desarrollen todo el potencial existente en la relación con sus clientes) y reconocido conferencista internacional. Como *WOBI Speaker*, una de las organizaciones internacionales más importantes de contenido empresarial, Fernández compartió estrategias innovadoras para maximizar la eficiencia operativa y el crecimiento.

Además de conocimientos prácticos y aplicables, los participantes disfrutaron de un espacio diseñado para fortalecer la confianza entre los aliados de la firma, promover el aprendizaje continuo y la evolución del sector. Con este evento, NGO refuerza su compromiso con la transformación y el éxito de sus socios comerciales, y les brinda herramientas estratégicas para enfrentar los desafíos del mercado con mayor solidez.



## EL PODER DEL SOL

En el mundo de la relojería, el tiempo es más que una medida: es una declaración de intenciones. Tissot lo entiende bien, y por eso relanza el *PRC 100*, ahora con tecnología solar. Su icónico bisel dodecagonal sigue intacto, pero bajo el cristal de zafiro se esconde una revolución: el movimiento *Lightmaster Solar Quartz*, que transforma la energía fotovoltaica en autonomía inagotable. Disponible en 39 mm y 34 mm, con esferas efecto *soleil* y opciones en acero o piel, cada modelo es un tributo a quienes siguen su propio ritmo, sin miedo a avanzar.

Los modelos de acero inoxidable se presentan en dos variantes: con esfera plateada efecto *soleil*, que juega con los reflejos, y con esfera azul oscuro, que capta la profundidad y la dimensión. La versión completamente negra con brazalete a juego es una opción más llamativa, con un carácter innegable. El contraste lo crean las dos versiones con correa de piel. El primero es de acero inoxidable combinado con piel marrón para un toque clásico, y el segundo es totalmente negro, con una suave correa de piel negra, tan profunda como el cielo del atardecer.



**Título:** *Monstera adansonii*

**Autor:** Luvier Casali



**Técnica:** estampa impresa con tinta al agua sobre papel.  
**Medidas:** 50 cm × 70 cm.  
**Año:** 2024.  
**Descripción:** parte de la serie *Ósmosis*, pieza única.

Podés encontrar más obras del artista en la galería BGN/Arte (@bgnarte en Instagram) y en la página [www.bgnarte.com](http://www.bgnarte.com)

# El desafío de la intermediación de seguros en Paraguay: capacitación, confianza y digitalización

La industria de los seguros en Paraguay enfrenta grandes retos, desde la necesidad de capacitación constante de los profesionales hasta la falta de educación sobre los beneficios de los seguros en la sociedad.

Ramón Benítez Ubeda es miembro titular de la comisión directiva APROSEP 2023/2024, 2024/2025, y será uno de los disertantes en el CPS el próximo 28 y 29 de marzo en Ciudad del Este. Como licenciado en seguros y experto en el área, Benítez Ubeda destacó que la educación sobre seguros es clave para que las personas comprendan la importancia de productos como los seguros de incendios y primeros auxilios, dando a entender que, para que la gente se interese en contratar seguros, primero debe entenderlos.

En cuanto al contexto regional, el experto señala que Paraguay aún tiene mucho por hacer. Explicó que es necesario un cambio

de paradigma en las costumbres y hábitos para lograr conciencia sobre la protección que brindan los seguros, señalando además que, a nivel local, se está en un proceso de adaptación para que **la prevención** se convierta en un hábito para los paraguayos.

Sostuvo que la confianza entre los intermediarios y los consumidores es clave. Según Benítez, esta se construye a través de **un servicio constante y confiable**. Además, señaló que la tecnología está cambiando la manera en que los intermediarios interactúan con los clientes, visibilizando que la digitalización sigue siendo un desafío. Así también, destacó que en la intermediación de seguro uno debe adaptarse a las

nuevas tecnologías, sin perder el contacto personalizado con los clientes.

Por otro lado, puntualizó que el CPS 2025 juega un papel esencial en la capacitación del sector, ofreciendo a los profesionales la oportunidad de **enriquecer sus conocimientos** y mejorar la calidad del servicio.

“Comprender cómo funcionan los seguros nos permite tomar decisiones informadas, elegir coberturas adecuadas y estar mejor preparados ante imprevistos. Esto no solo protege nuestro patrimonio y bienestar, sino que también nos da tranquilidad y seguridad en todos los aspectos de nuestra vida, tanto personal como profesional”, concluyó.



Ramón Benítez Ubeda, Miembro titular comisión directiva APROSEP 2023/2024 y 2024/2025

# CPS 3ª EDICIÓN 2025

Enterate de las novedades del rubro asegurador y renová tu matrícula

**Día 1**

Acreditaciones: 17:00  
Inicio de la jornada: 18:00

**Día 2**

Inicio de la jornada: 09:00

28 y 29 de marzo

Ciudad del Este  
Salón Isaura  
Hotel Marambaia - CDE

G. 500.000



**ULTIMAHORA**

Presentado por:



Auspician:




La Independencia de Seguros S.A.  
Tu seguridad comienza con nosotros





Apoyan:









Más información al 0976 995 799 y al 0972 206 534.



TODO MARZO

VIAJÁ CON BENEFICIOS

HASTA

40%

DE REINTEGRO CON  
TARJETAS DE CRÉDITO

ueno bank

Pagando con tarjeta de crédito. Reintegros según tu nivel.  
Ingresá a la app de ueno bank para ver tu nivel.

\* Tope de compra: Gs. 5.000.000