

## **Etc.Etc.Etc.Etc.Etc.Etc.Etc.**

### A tomar agua

Debido a las grandes olas de calor en nuestra provincia, el Ministerio de Salud, Desarrollo Social y Deportes, en concordancia a lo indicado por la Organización Mundial de la Salud, recomienda una ingesta diaria total de agua de entre 2 y 2,5 litros, teniendo en cuenta que la mejor fuente de ingesta es el agua potable y pura. Su consumo diario no debería ser menor a las dos terceras partes de la recomendación diaria de agua, aproximadamente unos 1.500 ml. También es recomendable disminuir en forma progresiva la ingesta de bebidas azucaradas, así como el hábito de endulzar infusiones con azúcar. Es preferible el consumo de la fruta entera en lugar de jugos exprimidos o licuados, cuyo consumo es conveniente moderar, dado su aporte calórico.

### Guerra de soberanas

Mendoza ya comenzó a palpar su Fiesta Nacional de la Vendimia y, como no podía ser de otro modo, los cruces entre reinas van surgiendo. Esta vez la protagonista es María de los Ángeles Masi, quien desde hace unas semanas apareció en las redes más filosa que nunca.

Lo cierto es que la soberana de mandato cumplido, que alcanzó la corona nacional en 1994, hace unos días atacó a su par Paula García asegurando que era «incoherente», ya que se había opuesto a la realización de las fiestas departamentales de la Vendimia –en el marco de la discusión por el reestablecimiento de la ley 7.722– y ahora forma parte del equipo de 2020.

### Cañón del Atuel en colectivo

Sin lugar a dudas, uno de los destinos turísticos más elegidos por quienes nos visitan es el Cañón del Atuel. Y como no todo el mundo tiene auto, una buena opción de conocerlo es tomando un colectivo. De este modo, los sábados, domingos y feriados de enero y febrero, en lo que es la temporada veraniega 2020, pagando un pasaje de 198 pesos por persona se puede realizar el recorrido.

Saldrá de Ciudad a las 8 y pasará por el Valle Grande para luego continuar por el Cañón del Atuel, finalizando en el distrito de El Nihuil. La vuelta está programada a las 19.30 por el mismo recorrido.