



Un osornino excepcional

● Alfonso Montecino Montalva fue un osornino en el mundo. Pianista, profesor y compositor.

Con motivo de celebrarse los 100 años del nacimiento de Alfonso Montecino Montalva, queremos recordarlo con mucho cariño. Alfonso nació el 28 de octubre de 1924 en Osorno. Era hijo de Guillermina Montalva y del doctor Alfonso Montecino, primer pediatra de la ciudad.

Alfonso realizó sus estudios en el Instituto Alemán de Osorno. Inició su formación musical en piano en el Conservatorio Carolina Klagges de Osorno y la finalizó como intérprete en el Conservatorio Nacional de Música en Santiago.

Prosiguió estudios superiores en la Universidad de Princeton, Columbia y en la Juilliard School of Music de Nueva York, gracias a una beca.

Entre 1948 y 1953 fue alumno del destacado maestro chileno Claudio Arrau, en Nueva York. En 1950 se consagró como pianista en el Carnegie Hall de Nueva York. Posterior a ello, inició un ciclo de conciertos en América, Europa y Asia. Sus triunfos musicales son conocidos en Inglaterra, Francia, Alemania, Italia, Holanda, Noruega, Austria, Suiza, España, Grecia, Rusia, Turquía, China, Corea, Japón, Estados Unidos, Canadá, Perú, Ecuador, Colombia, Guatemala, Argentina, República Dominicana y Chile.

En nuestro país realizó conciertos en diversas ciudades, entre ellas Osorno. Puso música a versos de Gabriela Mistral y Pablo Neruda. Fue intérprete de Ludwig van Beethoven y J.S. Bach, entre otros músicos famosos.

Fue intérprete también del ciclo completo del "Clavecín Bien Temperado" de Bach y de las "32 sonatas" de Beethoven. Obtuvo la medalla Bach en Londres por la sobresaliente interpretación de este compositor. En todos sus conciertos incluía obras de autores latinoamericanos.

Se radicó en la ciudad de Bloomington, Indiana, Estados Unidos, donde fue profesor titular de la Universidad de Indiana y donde posteriormente fue nombrado Full Professor, con el título de Doctor. Fue compositor de más de 50 obras.

Casado con la cantante lírica noruega Siri Garson, tuvo 3 hijos y 4 nietos. Siri vive en los Estados Unidos.

Alfonso falleció el 15 de agosto de 2015, habiendo llegado a ser uno de los grandes pianistas del mundo. Este Hijo Ilustre de Osorno (1959) fue un hombre sencillo, humilde y feliz.

En un homenaje póstumo en el Teatro del Lago, en Frutillar, fueron entregadas sus obras para ser llevadas a Polonia. De este modo su música será tocada por muchos músicos a través del tiempo.

María Gabriela Kyling Montecino

Alimentación y salud mental

● A menudo, la alimentación se percibe únicamente como el medio para nutrir el cuerpo, pero su impacto trasciende lo físico, influyendo directamente en nuestra salud mental y emocional.

A nivel global, los datos son alarmantes: desde 1990, la prevalencia de la obesidad se ha duplicado con creces entre los adultos y se ha cuadruplicado entre niños y adolescentes (de 5 a 19 años). En Chile la situación no es menos preocupante: más del 30% de la población adulta sufre de obesidad, ubicándonos entre los países con las tasas más altas de la región.

Además, el 75% de la población presenta algún grado de sobrepeso u obesidad, lo que no sólo impone una carga física, sino también emocional, ya que esta condición está fuertemente asociada con un mayor riesgo de padecer trastornos de salud mental, como ansiedad y depresión.

El hambre emocional, desencadenada por la búsqueda de consuelo o alivio mediante la comida, es un fenómeno cada vez más común en nuestra sociedad. Diferenciar entre el hambre física y la emocional resulta clave para mantener un equilibrio adecuado entre cuerpo y mente, y evitar caer en un círculo vicioso que perpetúe la mala alimentación y agrave el malestar mental.

Frente a este escenario, no pode-

mos subestimar el rol que juega la alimentación en la salud integral. Enfrentar los desafíos que suponen tanto la obesidad como los trastornos de salud mental requiere, de un enfoque multidisciplinario.

En el mundo actual, ya no es suficiente sólo seguir una dieta o hacer actividad física, sino que es fundamental integrar el bienestar mental como parte del tratamiento, en el que médicos, nutricionistas y especialistas colaboren de manera conjunta para lograr una vida más equilibrada.

Volvamos a replantearnos la relación entre lo que comemos y cómo nos sentimos. Nutrimos de forma saludable también es enriquecer nuestra mente. Apostemos por una educación alimentaria que no solo nos permita prevenir enfermedades, sino también fortalecernos de forma integral.

Fernanda Carvalho

Violencia sexual

● Cuando un hombre de 60 años es acusado de cometer violación sexual por una mujer de 30, lo primero que se considera es la notable diferencia de edad y los factores psicológicos que podrían haber llevado al hombre a cometer este delito. A los 60 años aparecen factores fisiológicos que disminuyen la potencia sexual, lo que puede llevar a algunos hombres a sentirse re-

chazados y frustrados, especialmente si son rechazados en sus avances amorosos por una joven en sus mejores años.

Esto puede ser aún más complejo para aquellos que ostentan un poder de autoridad y están acostumbrados a que se les satisfagan sus deseos. Sin embargo, es fundamental recordar que nada justifica una violación sexual. A pesar de las circunstancias, la víctima tiene derecho a la protección de sus derechos humanos y su condición de mujer, mientras que el agresor debe guiarse por principios éticos y morales que corresponden a su posición. Si bien todos los crímenes tienen factores psicológicos subyacentes, estos no atentan la responsabilidad del agresor, salvo en casos de enajenación mental demostrada.

Marcos Concha Valencia

El Austral de Osorno invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres e ir acompañados del nombre completo, cédula de identidad y número telefónico del remitente. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las misivas. Las cartas deben ser dirigidas a cronica@australosorno.cl o a la dirección **O'Higgins 870, Osorno.**