

Caterine Ibargüen:

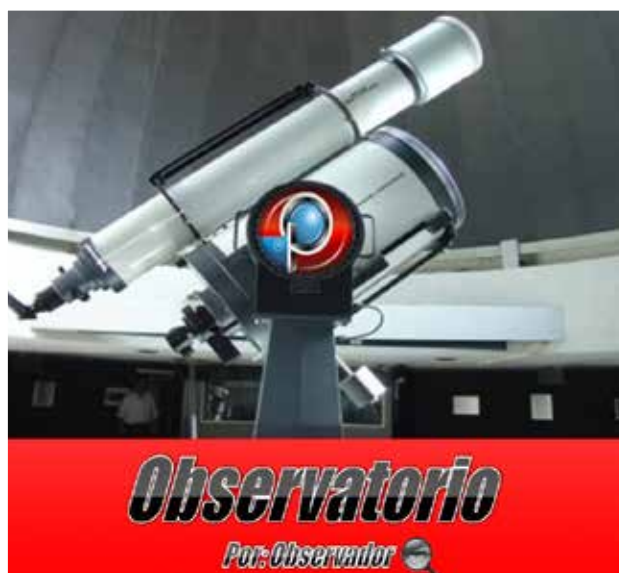
LA ABANDERADA

El Comité Olímpico Colombiano (COC) por unos cuantos fajos de billetes le entregó la autorización a la empresa Claro, para designar al deportista colombiana que llevará la bandera a los Juegos Olímpicos de Brasil. Caterine Ibargüen, a pesar del respaldo de los colombianos por ser la mejor deportista de la actualidad ha sido vetada para portar nuestra bandera por cuanto uno de sus patrocinadores es Directv, la competencia de Claro.

La Paz:
**APENAS EL
FIN DE LA
GUERRA**



Ciénaga Grande:
**EROSIÓN
COSTERA EN
CIFRAS**



REINA DEL JOROPO

La venezolana Karibay Donay Casique Aparicio, representante del Estado Barinas, ganó el Reinado Internacional del Joropo que se realizó en la ciudad de Villavencio.

Casique Aparicio se impuso entre 20 participantes por su gracia, su estilo y la buena ejecución de los bailes típicos de la llanura colombo – venezolana.



LA ABANDERADA

El Comité Olímpico Colombiano se pronunció luego de las declaraciones de Caterine Ibargüen en las que la 'reina del salto triple' asegura que no será la abanderada de Colombia en los Juegos, debido al «monopolio».

El Abanderado a Río 2016 será el atleta que haya obtenido el mayor número de votos, en el concurso adelantado por la firma Claro, abierto a los colombianos, dice el Comité. Mientras que la mayoría de los colombianos está de acuerdo con el nombre de la campeona Caterine Ibargüen, quien fue vetada por contar con el patrocinio de directv.



LA PAZ COMUNAL

Comunales de todo el país se dieron cita en Girardot, provincia del Alto Magdalena, para reafirmar su papel como gestores de paz en sus territorios. En desarrollo de la última jornada de discusión, los comunales colombianos expresaron sus principales preocupaciones que no están relacionadas, exclusivamente, con el conflicto armado. Entre los puntos planteados se destacaron algunas necesidades como ser protagonistas de la paz; contar con sedes propias; impedir que alcaldes y personeros influyan en las elecciones de las Juntas de Acción Comunal; manejar de forma adecuada los recursos naturales; y ser tenidos en cuenta en todos los procesos que vive el país. Un capítulo especial mereció la problemática existente en torno a la tenencia de la tierra.



REINA DEL BAMBUCO

Valentina Bonilla, representante del departamento del Tolima, se quedó con la nueva corona nacional del Bambuco 2016, en la versión número 56, evento que se cumplió en el coliseo cubierto Álvaro Sánchez Silva de Neiva.

Como Virreina fue elegida Yeimy Lizeth Silvestre de la ciudad de Bogotá y princesa la representante del departamento de Nariño Juliana Marcela Mahecha Motta.



REINA DEL CAFÉ

La representante del departamento de Risaralda, María Camila Múnera Galeano que siempre fue la favorita del público y de la prensa local, fue coronada como la reina nacional del café 2016 en su versión XXXIV.

«Me gustaría hacer mucha labor social con los caficultores a partir de mi reinado», también se refirió a la paz y señaló que «se debe buscar primero la paz interior, en nuestros hogares en cada una de las familias».



LO MEJOR

Se acerca la fecha para que los ganaderos del país exhiban en Bogotá sus mejores ejemplares en la II edición Exposición Nacional Ganadera, que inicia el 19 de julio en el Centro Internacional de Negocios y Exposiciones de Bogotá, Corferias, muestra que se lleva a cabo paralelamente con la XIV Feria de las Colonias que se desarrollará del 14 al 24 de julio.

Durante la Exposición los visitantes tendrán la oportunidad de ver los mejores ejemplares de las razas cebuínas del país, como Brahman, Guzerá, Gyr Nelore e Indubrasil, pues se realizará la sexagésima novena Feria Nacional Cebú y la conmemoración de los 70 años de esta Asociación con el Congreso Cebú Colombia 2016.



LAS BICICLETAS



Es inaceptable, que el alcalde Peñalosa que dice ser ambientalista y que hace alarde de ser un usuario asiduo de la bicicleta en la ciudad, tome la determinación de acabar con el programa de bicicletas públicas de Bogotá,

denunció el concejal de Bogotá y vocero de la bancada del Polo democrático Alternativo Celio Nieves Herrera,

La ciudad debe seguir avanzando hacia la búsqueda de soluciones de movilidad, saludables y amigables con el ambiente en un esquema de multimodalidad e integralidad de los sistemas de transporte, y el uso de la bicicleta es una gran alternativa para los bogotanos reitero el concejal.

FELICITACIONES

Los partidos integrantes del Foro de Sao Paulo, reunidos en San Salvador en su XXII Encuentro, saludan con emoción el anuncio histórico realizado en la ciudad de La Habana, que pone fin al enfrentamiento armado entre el estado colombiano y las FARC-EP, después de 52 años de guerra, y despeja el camino hacia la firma definitiva de un Acuerdo de Paz estable y duradero.

«Felicitamos a las dos partes integrantes de la mesa de negociación y al conjunto del pueblo colombiano por esta conquista que también representa una victoria para los pueblos de América Latina y el Caribe».



SEMBRADORAS DE PAZ

Ocho de las candidatas a señorita Cundinamarca acudieron a la cita para sembrar árboles en el Periland eco park, en el municipio de Cajicá, una iniciativa de la Fundación Bosques Verdes, diseñada para ofrecer servicios educativos, recreativos y de esparcimiento. Allí las candidatas de los municipios de Fusagasugá, Katerín Cortés López; Soacha, Leidy Tavera; Pacho, Yira Borda; Ubalá, Estefanía Romero; Apulo, María del Mar Meza; Villapinzón, Yessica Fernández; La Mesa, Susana Cicchetto y Funza, Jessica Pinto, sembraron especies nativas de la región en especial, Siete cueros.

EMBOLATADA LA PAZ

En el marco de la conmemoración de su aniversario 52 el Ejército de Liberación Nacional emitió un comunicado indicando que la firma de la paz no puede ser una consecución de acuerdos en Cuba mientras en Colombia siguen los conflictos sociales. «@ELN_Paz El gobierno NOS DEMUESTRA, con palabras y hechos, que su voluntad de paz no es más que retórica sin coherencia».



SEMBRADORAS DE PAZ

Ocho de las candidatas a señorita Cundinamarca acudieron a la cita para sembrar árboles en el Periland eco park, en el municipio de Cajicá, una iniciativa de la Fundación Bosques Verdes, diseñada para ofrecer servicios educativos, recreativos y de esparcimiento.

Allí las candidatas de los municipios de Fusagasugá, Katerín Cortés López; Soacha, Leidy Tavera; Pacho, Yira Borda; Ubalá, Estefanía Romero; Apulo, María del Mar Meza; Villapinzón, Yessica Fernández; La Mesa, Susana Cicchetto y Funza, Jessica Pinto, sembraron especies nativas de la región en especial, Siete cueros.



La Paz: APENAS EL FIN DE LA GUERRA



La paz que tanto se pregona no es del todo cierta. La paz no es un asunto que se logre mediante una negociación y la firma de documentos, aun si estos ofrecen brillante redacción y se ajustan a la taxativa semántica, la perfecta conjugación de verbos, las concordancias de número y género y a la buena sintaxis para entenderlos claramente.

Jairo Cala Otero
Especial

Durante las negociaciones entre las FARC y el Gobierno colombiano en Cuba, se ha trillado tantísimo la palabra paz — hasta la confunden con La Paz, Bolivia, pues la escriben con mayúsculas iniciales — que ese engolosinamiento no les ha permitido cavilar a muchos que lo que se pacta allí es el cese de la guerra. Guerra, por demás, fraticida, absurda, estúpida y profundamente recalcitrante; como son todas las malditas guerras que el «inteligente» homo sapiens ha inventado.

Desde comienzos de la humanidad el ser humano se ha trenzado en disputas y riñas sangrientas con sus semejantes. Por ese espíritu animalesco Caín sacrificó a su hermano Abel. La envidia invadió los

pliegues de su corazón, oscurecido por el sentimiento que aflora en los mediocres, y decidió que sacarlo del camino era «la mejor solución». Así lo hacen hasta hoy millones de sucesores de Caín, pues en sus cerebros no hay lugar para contemplar la posibilidad de remediar los desencuentros y las diferencias con diálogo humanizado.

La paz que tanto se pregona no es del todo cierta. La paz no es un asunto que se logre mediante una negociación y la firma de documentos, aun si estos ofrecen brillante redacción y se ajustan a la taxativa semántica, la perfecta conjugación de verbos, las concordancias de número y género y a la buena sintaxis para entenderlos claramente. La paz es compleja, tanto que es imposible asegurar que el silenciamiento de los fusiles la hará brotar a borbotones desde cada corazón humano. Como senti-

miento es, por lo tanto, impenetrable e insalvable, la paz no será nunca el resultado de un acuerdo entre un Gobierno y unos alzados en armas. Eso, cuando mucho, será un pacto para cesar la cruenta guerra; para detener la orgía de sangre; es un avance, claro. Pero incompleto.

Se está hablando, entonces, mal. Y con ello se está creando un espejismo o una ilusión. Nadie puede asegurar que tras el silencio de fusiles y ametralladoras todos los colombianos amaneceremos gozando de paz absoluta; y que esa «dicha» se perpetuará a merced de las firmas que los negociadores del fin de la guerra estamparon sobre los documentos que dieron soporte a los términos de sus conversaciones. Los disparos, de lado y lado, se podrán terminar; ojalá así sea. Pero la paz no regurgita por las boquillas de las armas que generaron el terror, la crueldad y el baño sanginario contra miles de seres humanos. Han de cambiar muchos asuntos para que vivamos en paz.

Vayamos a tres acepciones puntuales que sobre esa pequeña palabra (paz) se encuentran en el diccionario académico:

«Sosiego y buena correspondencia de unas personas con otras, especialmente en las familias, en contraposición a las disensiones, riñas y pleitos», dice la definición número cuatro. En nuestro medio, la violencia está sembrada en muchos hogares. Padres que agreden a sus hijos; hijos que golpean físicamente a sus mamás; hermanos que riñen por cualquier razón; vecinos que hieren o matan a otros por tonterías; ladronzuelos que siegan la vida a ciudadanos inermes para quitarles un teléfono celular. ¡No habría cuándo terminar la lista de actos violentos!

«Virtud que pone en el ánimo tranquilidad y sosiego, opuestos a la turbación y las pasiones», señala la definición número seis de la palabra paz. Virtud. Eso es. Las mayorías colombianas carecen de esa virtud.

Aquí todo se «arregla» a las trompadas; peor aún, a tiros o puñaladas. Al colectivo embrutecido no se le ha enseñado qué es la virtud de la paz, ni el sentido del respeto por el otro.

«Genio pacífico, sosegado y apacible», indica la acepción siete sobre paz. Muchos son los colombianos que reposan en una tumba fría porque un transportador agresivo e intolerante así lo quiso, en una disputa estúpida por dos mil pesos de diferencia en el valor de un servicio. Voces altisonantes se escuchan todos los días, en todas partes, para lastimar la autoestima ajena y para rebajar la dignidad humana al nivel de las malolientes alcantarillas. Hasta las mujeres olvidaron su condición de damas, pues ya también mezclan vocablos soeces con el color del pintalabios antes de besar a sus seres «queridos». Hay susceptibilidad y reacción agresiva hasta por una mirada de exploración: «¿Qué me mira, gran \$%&?!». Todos, unos y otros, tienen ¡genio de gasolina y fósforos encendidos!

A esos apartados me refiero, concretamente, con mi comentario. Porque se han dejado de lado esos aspectos, tan vitales como la decisión de no volver a usar los fusiles, para que soldados y guerrilleros no

se maten más por tan tonta y desabrida razón que ha imperado hasta hoy. No se ha profundizado en las causas de esa lucha intestina y ridícula, y ningún Gobierno, desde hace 52 años, las ha atacado de raíz; al revés, cuanto más se avanza en tiempo, más desigualdad se nota en la sociedad: los ricos son más ricos a expensas de los pobres, que son cada día más pobres; los campesinos, que producen los alimentos para quienes residimos en las ciudades, viven míseramente y son explotados por unos pocos y marginados por cada Gobierno de turno; el cubrimiento de las necesidades básicas de cualquier ser humano solo está al alcance de quienes amasan riqueza, muchas veces a costa del sufrimiento y la explotación de los humildes (que ni voz tienen para protestar contra esos atropellos), entre otros aspectos.

Mientras exista toda esa descomposición, que hace desigual e injusto el mundo en que vivimos, apenas se podrá hablar del cese de la guerra entre soldados y guerrilleros. Mientras lo demás siga intacto, mientras estén vivas las causas de la guerra, nadie puede pregonar que vive en paz; ni que disfruta cada día en medio de los afanes que se derivan de una pobreza extrema, del mercantilismo salvaje que «dis-

para» a diario contra sus clientes; nadie podrá decir que está tranquilo sabiendo que los banqueros succionan sus exiguos recursos, para lo cual cuentan con la bendición cómplice y antisocial de las autoridades; ni sabiendo que a los congresistas se les aumentan escandalosamente sus sueldos, mientras sus electores sobreviven de milagro. A eso no se le puede llamar paz.

Se necesita que la mentalidad de cada colombiano dé un viraje de 180 grados para entender que la paz surge de cada corazón y del sentimiento individual; y para aceptar que en las relaciones humanas siempre habrá aristas cortantes, y que matando al otro ellas no perderán su filo; y para admitir que para exigir respeto primero se está en la obligación inaplazable de respetar a los demás.

Cuando eso se haya consolidado podremos hablar de una sociedad en paz. Mientras tanto, apenas se habrán silenciado los fusiles, pero en las ciudades seguirán vigentes las «explosiones» de ira, odio, rencor, amargura, injusticia, envidia y explotación de «los de abajo» por las minorías poderosas.



Se necesita que la mentalidad de cada colombiano dé un viraje de 180 grados para entender que la paz surge de cada corazón y del sentimiento individual; y para aceptar que en las relaciones humanas siempre habrá aristas cortantes, y que matando al otro ellas no perderán su filo; y para admitir que para exigir respeto primero se está en la obligación inaplazable de respetar a los demás.

Ciénaga Grande: EROSIÓN COSTERA EN CIFRAS



La crisis de la CGSM no es sólo ambiental sino social. De ella dependen los pobladores de 14 municipios del Magdalena, en su mayoría pobres, que tienen en la Ciénaga la única posibilidad proteínica para sus familias y única fuente de trabajo.

Alejandro Arias
Santa Marta

El calentamiento global con su consecuente aumento del nivel del mar, las intervenciones del hombre a la estructura de protección natural con la construcción de las vías Ciénaga- Barranquilla y la vía La Prosperidad más el conjunto de obras que se han hecho, supuestamente para detener la erosión costera, han llevado a la Ciénaga Grande de Santa Marta a un punto de quiebre que la amenaza de muerte.

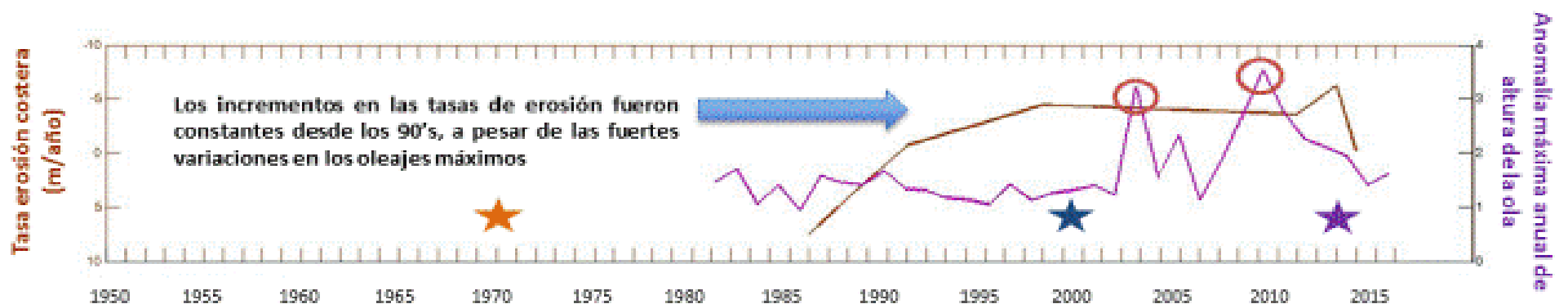
Hasta finales de los años sesenta la CGSM contaba con 60 mil hectáreas de Mangle. En 1965, cuando se construyó la calzada

Ciénaga – Barranquilla, empezó a escribirse la historia de destrucción de la Ciénaga y a degradar las condiciones de subsistencia en la ecorregión. Para 1970 cuando se construyó el carreteable hoy conocido como la vía La Prosperidad ya la Ciénaga veía reducir sus áreas de mangle y la cosa empeoró dramáticamente hasta 1995 cuando se hicieron las primeras intervenciones y mejoras en las vías Ciénaga – Barranquilla y la rudimentaria vía La Prosperidad y se permitió el flujo de agua. Para esa fecha la CGSM ya había perdido poco más de 37 mil hectáreas de Mangle.

Desde 1995 hasta la fecha se han invertido hasta el 2015 los recursos para enmendar todos los daños causados con la cons-

trucción de estas dos vías suman \$ 170 mil millones. Inversión con la que se han podido recuperar 12 mil hectáreas de las 37 mil destruidas. Lo grave es que en los últimos dos años se han perdido 2 mil hectáreas de las 12 mil recuperadas debido al incumplimiento por parte de Corpamag en sus obligaciones tales como el dragado de los cuatro canales del borde del río Magdalena a lo largo de la vía La Prosperidad y el control y dragado sobre los ríos que tributan agua dulce desde la Sierra Nevada de Santa Marta. Se suma a lo anterior las obras e intervenciones hechas por la Vicepresidencia de la República, la Gobernación del Magdalena y la compañía Edgardo Navarro Vives en los kilómetros 19, 26, 50 y 51 de la vía Ciénaga – Barranquilla,

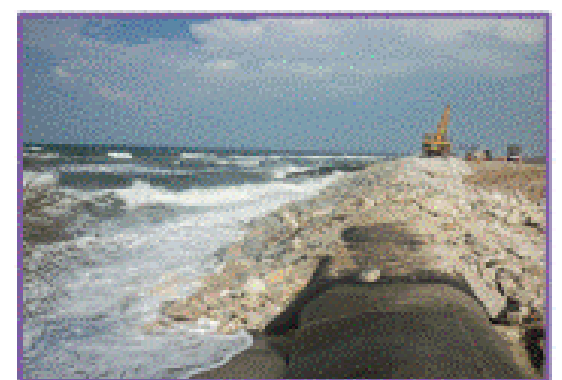
Componente Físico: Erosión y Oleaje



★ 1970: Km 19. Existencia de lagunas y dunas entre el mar y la carretera



★ 2009: Posterior a la construcción de la carretera se presenta en el km 19 **pérdida de las playas, dunas y lagunas** debido a la erosión.



★ 2014: Las obras de protección, trajeron como consecuencia **disminución en las tasas de erosión** a valores de -0.31 m/año

que han agravado la sostenibilidad de todo el ecosistema.

La crisis de la CGSM no es sólo ambiental sino social. De ella dependen los pobladores de 14 municipios del Magdalena, en su mayoría pobres, que tienen en la Ciénaga la única posibilidad proteínica para sus familias y única fuente de trabajo.

La pesca, que representa la principal actividad económica de la ecorregión, en 1967 sumaba en extracción 27 mil toneladas al año. Hoy apenas alcanza a las 5 mil toneladas.

La erosión costera también registra cifras dramáticas. Entre 1984 y el 2014 en el kilómetro 19 se han perdido alrededor de 400 metros de playa. En el kilómetro 26 se

calcula una pérdida de playa a razón de 4 metros por año.

Las exigencias en relación a la disposición de unos diseños ambientalmente responsables para la vía Ciénaga – Barranquilla no resulta ser un capricho.

Los estudios indican que por cuenta del calentamiento global y su consecuente aumento del nivel del mar los empedrados ni los espolones evitarán que la carretera quede cubierta por él.

Los científicos prevén que para el año 2040 por ejemplo en el kilómetro 19 el mar haya penetrado al continente 240 metros; que en el 26 el mar haya avanzado hasta quedar 87 metros de distancia de la orilla y en el 54 el mar esté a sólo 30 metros.

Así mismo se han identificado los sectores con mayores amenazas por cuenta de erosión en el corto y mediano plazo. Se advierte que entre los kilómetros 19 al 27 el riesgo es muy alto y entre el 27 y el 55 alto.

Amenazas contra la que se concluye no se debe luchar sino adaptarnos. Razón por la cual, las autoridades ambientales y especialistas, recomiendan diseñar viaductos que garanticen el intercambio hídrico del sistema. Por ejemplo en puntos críticos de la actual vía en Salamanca como el Km 19, el Km 26 y el Km 28. Esto favorecería la recuperación natural de playas y dunas, vegetación de manglar y lagunas costeras a lo largo de la Barra de Salamanca, contribuyendo a la estabilidad de la línea de costa, al equilibrio de la ecorregión en el plano ambiental y socioeconómico y al manteni

AMOR POR SORPRESA, UN AMOR SUICIDA

Armando Marti
Crítico de Cine

La película de Mike Van Diem relata la historia de dos enamorados a quienes la vida les da una última oportunidad para ser felices y encontrar el sentido de existir, en medio de un plan suicida orquestado por ellos mismos. Esta comedia basada en el cuento De surprise del escritor holandés H.J Schönfeld se desarrolla inicialmente en un ritmo lento, pero con un detallado humor negro, que deja ver los rasgos más importantes de sus protagonistas y la trama en la que se desenvolverá la historia. Jacob, su protagonista es un multimillonario perteneciente a la psicorrigida nobleza de Holanda, este hombre pareciera tenerlo todo en la vida, pero después de la muerte de su padre cuando aún era un niño, no encuentra razón alguna para expresar los más mínimos sentimientos como: enojarse, divertirse, sonreír o amar. Estando solo en el mundo rodeado de una enorme mansión, Jacob decide terminar con su vida, pero no es capaz de hacerlo el mismo, y es allí cuando acude a una agencia especializada en cumplir los deseos de suicidio de aquellas personas que no tienen ninguna razón para continuar con su existencia y quieren morir de una forma accidental o sorpresiva como si el destino lo hubiese querido así. Estando en la agencia mientras escogía su ataúd conoce a Anna, interpretada por la actriz Georgina Verbann, quien supuestamente al igual que él acude por la misma razón a este lugar, sin saber que desde ese instante empieza a ejecutarse el plan para su muerte, pues sería ella la "sorpresa" por la cual moriría, pero irónicamente termina siendo su razón para vivir y querer dar marcha a tras a su decisión de terminar con su vida. En este punto la historia da un giro inesperado, pasa de la calma, la elegancia y el romanticismo a la acción, pues deshacer el contrato los llevara a cometer actos que nunca imaginaron, el descubrir sus verdaderos sentimientos y el valor para afrontar sus vidas. Es de resaltar en esta película la comedia sobria que transmiten sus actores sin perder el buen gusto, la elegancia en el vocabulario y la música, algo totalmente diferente a las acostumbradas propuestas de Hollywood.



La comedia basada en el cuento De surprise del escritor holandés H.J Schönfeld se desarrolla inicialmente en un ritmo lento, pero con un detallado humor negro, que deja ver los rasgos más importantes de sus protagonistas y la trama en la que se desenvolverá la historia.

¿Sabes **quién eres?**
¿Lo **qué realmente quieres?**
¿Y **cómo lograrlo?**
¡Recuerda es **tú vida**, elige **ser feliz!**

¡Vamos a abrir las ventanas
de las **emociones** y la **inteligencia**
para encontrar la **paz en el alma!**



Armando Marti
Esencial Life Coach
www.armandomarti.com




Certificado por la ICF (International Coach Federation USA)
y la escuela EIDHI (International school México)
+57 636 21 38

Salud:

¿QUÉ SON LOS QUISTES DEL OVARIO HEMORRÁGICOS?



El hecho de tener un quiste de ovario hemorrágico no necesariamente representa un problema. Muchas veces, esos quistes no causan ningún síntoma y, a menudo, se descubren durante un examen pélvico que se realiza por otro motivo.

Natalia López
Especial

Los quistes de ovario hemorrágicos se presentan en las mujeres que todavía no han atravesado por la menopausia y son resultado de la ovulación. No es claro por qué algunas mujeres desarrollan esos quistes y otras no. El tratamiento depende del tamaño del quiste y si provoca síntomas. Normalmente no repercuten sobre la fertilidad femenina.

Los ovarios se ubican a cada lado del útero y ambos tienen el tamaño y la forma de una almendra. Los óvulos, también conocidos como ovocitos, se desarrollan y maduran en los ovarios y luego son liberados en ciclos mensuales durante los años reproductivos de la mujer. Los quistes ováricos son bolsas o sacos llenos de líquido que se forman dentro o en la superficie del ova-

rio. Los quistes de ovario hemorrágicos se desarrollan durante la ovulación, cuando el óvulo es liberado por un folículo ovárico en la superficie y dicho folículo sangra hasta convertirse en quiste. Los médicos no saben por qué ocurre esto.

El hecho de tener un quiste de ovario hemorrágico no necesariamente representa un problema. Muchas veces, esos quistes no causan ningún síntoma y, a menudo, se descubren durante un examen pélvico que se realiza por otro motivo. Cuando el quiste es de tamaño pequeño o mediano y no ocasiona ningún dolor ni otros síntomas, el médico muy posiblemente recomendará controlarlo. Dicho control suele ser una ecografía pélvica cada corto tiempo para ver si el quiste ha cambiado de tamaño. Normalmente no se requiere ningún otro tratamiento y en muchos casos, desaparece por sí solo después de pocos meses.

Cuando el tamaño del quiste es mayor a 10 centímetros aproximadamente, o cuando provoca dolor, sensación de llenura en la pelvis u otros síntomas, se recomienda una cirugía para extraerlo. Algunos quistes pueden extraerse sin extirpar todo el ovario; no obstante, cuando el quiste ha dañado el ovario hasta el punto en que el tejido sano ya es insalvable, el cirujano lo extirpa todo.

De manera general, los quistes hemorrágicos no repercuten negativamente sobre la fertilidad. Aunque necesite que se le extirpe un ovario, mientras el otro ovario permanezca sano, usted posiblemente sea capaz de concebir, siempre y cuando no padezca otros problemas médicos que puedan afectar la fertilidad. La única vez en que los quistes de ovario hemorrágicos pueden ser un problema para la fertilidad es cuando se desarrollan en los dos ovarios y es preciso extirparlos a ambos. No existe ninguna manera comprobada de prevenir el desarrollo de nuevos quistes de ovario hemorrágicos. Algunas pruebas plantean que suprimir la ovulación a través de pastillas anticonceptivas puede disminuir el riesgo de quistes ováricos, pero eso no siempre surte efecto.

Someterse regularmente a exámenes pélvicos es una manera de asegurarse que cualquier cambio nuevo en los ovarios, incluso nuevos quistes, sea detectado lo antes posible. Aparte de esos exámenes, preste atención a todo cambio en el ciclo mensual, tal como la presencia de síntomas que acompañan a la menstruación y no son normales en usted o duran más de pocos ciclos. Los síntomas que debe vigilar incluyen dolor pélvico constante, sensación de llenura o pesadez en la pelvis y dolor durante las relaciones sexuales o la defecación. Consulte al médico acerca de cualquier síntoma o cambio que observe.

Por hambre:

SIGUEN MURIENDO NIÑOS EN COLOMBIA



En nombre del Frente Parlamentario Contra el Hambre, se expresó solidaridad con la familia de la niña Fabiola Epinayú Uriana y con las de los más de cien niños que, en este 2016, han fallecido en Colombia a causa de la desnutrición.

Sergio Esteban Vélez
Especial

Al conocer la noticia del fallecimiento, en el municipio de Manaure, de la niña wayuu Fabiola Epinayú Uriana, por causas asociadas a la desnutrición,

la coordinadora nacional del Frente Parlamentario Contra el Hambre, la senadora liberal Sofía Gaviria, manifestó que este deceso era una nueva muestra clara de «negligencia de las autoridades», teniendo en cuenta que se produjo al día siguiente de que fuera admitida una acción de tutela

contra el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, para que fueran amparados los derechos fundamentales a la vida y la salud de esta menor. Con el fallecimiento de Epinayú Uriana, de catorce meses de edad, serían 34 los registros oficiales de niños muertos en La Guajira, en lo que va

corrido del año, por causas asociadas a la desnutrición.

«Me afecta personalmente esta noticia, porque pude haber conocido a Fabiola, en una de las cuatro grandes brigadas que hemos hecho este año en La Guajira, en las cuales encontramos un alto porcentaje de niños con desnutrición crónica o grave, muchos de los cuales remitimos con urgencia a entidades de salud», declaró la senadora Gaviria.

La parlamentaria instó a los entes investigativos pertinentes a adelantar con prontitud las pesquisas necesarias para aclarar los hechos relacionados con este deceso y para identificar y ubicar a sus responsables «en pos de que estos hechos, parte del sistemático crimen por omisión que han venido padeciendo nuestros niños wayuu, no quede sin castigo». «Responsabilizo al Congreso, para hacer el seguimiento necesario para que el abandono del Estado a estos niños y la indolencia de ciertos funcionarios no queden en la impunidad», concluyó al respecto la congresista.

La senadora aprovechó para lamentar, nuevamente, que, la semana pasada el proyecto de Ley de Seguridad Alimentaria, de su autoría, fuera hundido, según ella, debido a presiones del Gobierno. «La oposición de algunos sectores del gobierno al proyecto de Seguridad Alimentaria se traduce en un cobro por mi independencia en el tema de la paz, por mi resistencia a la venta injustificable de Isagén, por mi motivación justificada a la moción de censura al Ministro de Hacienda, por mi señalamiento en el tema de la Ley de Licores y por mi denuncia probada del plagio que el Ministerio de Educación hizo de este mismo proyecto», declaró la senadora Sofía Gaviria. Según ella, «este proyecto de Ley buscaba evitar muertes tan absurdas y dolorosas como la de Fabiola o la de los otros tres menores fallecidos en una semana en La Guajira por causas similares».

En nombre del Frente Parlamentario Contra el Hambre, Gaviria expresó su solidaridad con la familia de la niña Fabiola Epinayú Uriana y con las de los más de cien niños que, en este 2016, han fallecido en Colombia a causa de la desnutrición.



«Los Wayúu somos invisibles para el gobierno, mueren y mueren niños y no pasa nada, no hay agua y no pasa nada», dice un líder indígena de la comunidad.



ACTUACIÓN

- ★ Teatro, Cine y Televisión
- ★ Maestros en Artes Escénicas
- ★ Maestros en Artes Dramáticas
- ★ Profesionales de Cine y Televisión

Cursos intensivos:
Expresión Corporal,
Actuación Audiovisual,
Preparación para
Casting, Niños,
Adolescentes y Adultos

Informes:



3057095823
3194955690

Bogotá D.C.



Autoestima: EL REFLEJO DEL SER



Alguna vez escuche una frase que decía «en la vida no te vuelvas indispensable sé inolvidable» es así como se debe ir por la vida, dejando una marca propia un sello personal en cada cosa que emprendas. Cuando eso sucede quiere decir que lo has hecho bien

María Angélica Rico
Especial
Entrevista con Armando Marti.

¿Tienes el poder de conocerte y valorarte a ti mismo, con defectos, virtudes sin críticas, aceptando nuestros miedos y fortalezas?

La autoestima es la capacidad que tiene el hombre para aceptarse así mismo en toda su complejidad, el valor de querernos tal y como somos aun sobre los modelos o estereotipos que a diario se imponen en la sociedad en que vivimos.

Para llegar a esta valoración es necesario partir del conocimiento de sí mismo, el sa-

ber reconocer nuestras fortalezas, cualidades, defectos y miedos. Es de esta manera que podemos iniciar la construcción de una autocrítica positiva, no sin antes evidenciar desde el punto de vista de la consciencia las falencias que no permiten dejar de lado el sentimiento de culpa y frustración, lo cual conlleva a recriminar y no aceptar el complemento entre lo bueno y malo de nuestro «SER»

Si eres de los que dicen ¡no soy capaz!, no sirvo para nada o no nací para ser feliz, ¡detente! Es un síntoma de baja autoestima a veces las pronunciamos de una manera inconsciente sin saber la ausencia de amor propio que reflejamos, propiciando que nuestras familias, jefes, amigos y pare-

jas vean un pensamiento negativo y poco atractivo de nuestra auto imagen.

Pero no todo está perdido, tienes la oportunidad de limpiar ese espejo y ver lo mejor que hay en ti, llega la hora de tomar decisiones que cambien tu vida y como sabemos no es un camino fácil consultamos a un experto en el tema Armando Marti (life coach internacional) quien nos dio estas recomendaciones las cuales ayudaran a construir una autoestima basada en el respeto y amor propio de sí mismo.

DEJA HUELLA EN LO QUE HACES: Alguna vez escuche una frase que decía «en la vida no te vuelvas indispensable sé inolvidable» es así como se debe ir por la vida,



«Reconocer nuestros defectos es igual de importante como aceptar las críticas de otros ya que pueden ver aspectos que tal vez nosotros no alcanzamos a visualizar y pueden estar perjudicando el desarrollo de nuestra autoestima, pues de la misma manera en que apreciamos nuestras virtudes debemos tener en cuenta las limitaciones».

dejando una marca propia un sello personal en cada cosa que emprendas. Cuando eso sucede quiere decir que lo has hecho bien

ENTIENDE QUE LA VIDA NO ES UN CUENTO DE HADAS: los sueños son la materia prima de la vida pero ¡OJO! No te quedes en las nubes, estos sueños deben transformarse en metas claras y para lograrlo existirán muchos obstáculos, aciertos y caídas que serán los encargados de fortalecer tu espíritu y tu mente.

NO DEJES TU VIDA PARA DAR PRIORIDAD A OTROS: Es importante el reconocimiento del otro en nuestras vidas pero prima nuestro espacio y desarrollo personal, ya que si no es de esta forma nos conver-

timos en la reproducción de vidas ajenas dejando a tras nuestros deseos, en ese caso nuestros allegados no serían motivaciones, solo verdugos.

NO TE SIENTAS VICTIMA, LA VIDA ESTA COMPUESTA POR TUS PROPIAS DECISIONES: Si hay alguien que le puede dar un rumbo distinto a tu vida ese eres tú mismo, somos responsables de nuestra felicidad o desdicha. Las comparaciones y el conformismo no permiten ver las oportunidades que en ocasiones creemos negadas, al igual que las excusas con las que se justifican los errores.

APRENDE ALGO NUEVO CADA DÍA: De la misma manera en que cuidamos nuestro cuerpo en el gimnasio y el salón de belleza,

es necesario cultivar la mente, enriquecer el pensamiento hace que nuestra mente explore la satisfacción de crecimiento, madurez, es un escenario de distracción fuera de la rutina, se nivela el estrés y nos permite experimentar talentos desconocidos.

NO LE HUYAS A LOS CONFLICTOS: no somos ajenos a tener conflictos en nuestro diario vivir y son un espacio para demostrar la madurez con la que puedes enfrentar los problemas con sensatez, siendo asertivo y humilde para aceptar los errores cuando sea necesario. Adicionalmente son las experiencias que forjaran tu carácter.

PERDONA LAS CRITICAS SIEMPRE SON NECESARIAS PARA CRECER: Reconocer nuestros defectos es igual de importante como aceptar las críticas de otros ya que pueden ver aspectos que tal vez nosotros no alcanzamos a visualizar y pueden estar perjudicando el desarrollo de nuestra autoestima, pues de la misma manera en que apreciamos nuestras virtudes debemos tener en cuenta las limitaciones.

Con estas recomendaciones el Life Coach Armando Marti nos hace una invitación a la reflexión, sobre qué tanto conocemos de sí mismos y si estamos preparados para la autoaceptación de este conocimiento, ya que como especialista de las técnicas en PNL (Programación Neurolingüística) y Logoterapia, ha sido guía en el desarrollo personal de aquellos que se encuentran en esos momentos de confrontación en búsqueda de mejorar su autoestima y el sentido que otorga a la vida misma.



<http://www.inmobiliariabetancur.com>

El Valor de la Palabra

EL PATRIOTISMO CONSECUENTE



Educar desde la cuna sobre patriotismo es sentar las bases de la futura heredad. Son los padres los primeros educadores del niño. El concepto «patria» debe inculcarse desde los primeros balbuceos. Son ellos los encargados primarios de moldear su personalidad, con retratos de héroes, con la lectura de narraciones históricas o victoriosas; es la inicial entrada en la formación del hombre nuevo colombiano.

Mayor: Adolfo León Donado Muñoz
Especial

Comandé el cuarto pelotón de la compañía Bolívar y ostenté el honor y privilegio de ser rector del Soldado Bachiller Gerney Ríos González, quien hacía parte de la primera escuadra. Hecho singular, por sus 1.70 cms. de estatura, era séptimo en la formación.

Quedó ordenado en mi mando el martes 7 de enero de 1975 en la Escuela de Infantería del Ejército colombiano, un joven que terminaba su bachillerato con excelentes calificaciones en el Colegio Oficial Instituto Armero, Tolima. Llegaba procedente de la Sexta brigada en Ibagué, a eso de las 7 de

la noche. Recuerdo con lucidez meridiana a los comandantes de la Escuela de Infantería por la época: Teniente coronel Valentín Jiménez Carvajal, reemplazando en el mando al teniente coronel Néelson Mejía Henao, fundador a la vez del primer contingente de soldados bachilleres del batallón Miguel Antonio Caro en 1953. Los oficiales de la inolvidable Escuela de Infantería por entonces fueron los mayores Manuel Sanmiguel Buenaventura, Ramón Niebles Uscátegui, Álvaro Germán Castro García; los capitanes Fernando Tapias Staheling, Jorge Enrique Mora Rangel, Alfonso Borrero Mancilla, Álvaro González Joves, Manuel José Santos Pico comandante de la compañía B, entre otros distinguidos. Entró Gerney Ríos González por sus capacida-

des intelectuales y físicas a formar parte de la Inspección de Estudios; dirigió entonces el periódico «Ecos del Mac» y a la vez fue designado profesor de geografía y matemáticas para el curso de suboficiales.

Destacó con especial atención que este joven soldado bachiller recibió la comisión de concebir por escrito un mensaje perenne, que dejara huella histórica para futuras generaciones militares y de su mente nació la consigna que sigue:

«En esta obra está plasmada con brillantez y sencillez geniales la nueva concepción de la juventud colombiana: El patriotismo consecuente»



El hilo dinámico de Gerney Ríos González se extiende en las explicaciones de «lo consecuente». Ser fiel a las ideas, es la medida mundial aplicada. Se confía más de las personas consecuentes con sí mismas que de aquellas «variables» en el tiempo; volátiles, cambiantes, indecisas, confusas, sin señales a futuro.

Pedí entonces al soldado Ríos González Gerney explicaciones para entender lo escrito y dijo sin inmediatos titubeos: «verba volan scripta manent», que es una cita latina tomada de un discurso de Cayo Tito al senado romano y significa «las palabras vuelan, lo escrito queda». Y ahí está materializada en bronce en la Escuela de infantería, desde diciembre 14 de 1975.

Con referencia al patriotismo fue más extenso y entre múltiples razones justificatorias de su argumento al elaborar el mandato, Ríos González se «explayó» en afirmaciones valederas, clásicas, con ejemplos de hazañas del pretérito del mundo y la patria colombiana.

PATRIOTISMO CONSECUENTE

«La persona, que obra conforme a sus teorías», dijo Ríos González en su exposición, es consecuente». El patriotismo- continuó-, es el pensamiento que liga al individuo con su patria. Trata del sentimiento que siente el ser humano por su tierra nativa, o aquella que por fuerza de las circunstancias le correspondió habitar, a la cual le debe valores, afectos, historia y cultura. Es orgulloso de pertenecer a la región, familia y país. Cuando es excesivo, el patriotismo recibe nombres y denominaciones despectivas-

tales son «chauvinismo, patrioterismo, jingoísmo». Así, el concepto de patriotismo tiene fuertes ligazones con entidades tribales, identidad de grupo y regiones.

Haciendo claridad en la historia, el erudito soldado Ríos González Gerney profundizó sobre el patriotismo consecuente en Indoamérica, esto es, los territorios descubiertos y apropiados por la corona española, que lograron su independencia gracias a los movimientos rebeldes surgidos en las colonias, luego de la invasión de España por Napoleón Bonaparte en 1808, con la prisión de los monarcas Carlos IV y Fernando VII que llevó al trono a su hermano José, «Pepe Botellas».

Hizo mención de la rebelión del pueblo español y el surgimiento de «Juntas» de gobierno, juntas de Regencia, Asamblea Nacional o Corte de Cádiz, integrando así el poder popular, con diputados, incluida América. Ahondo Ríos González en la narración de los acontecimientos registrados en suelo americano, el grito de independencia en Santafé de Bogotá, 1810, las épicas hazañas de los «criollos»; el Ejército Libertador del General Simón José Antonio de la Santísima Trinidad Bolívar Palacios Ponte y Blanco de las Américas de Indias,

los sacrificios heroicos de Antonio Ricaurte al volar «en átomos» en San Mateo antes que entregar el depósito de armas y pólvora a los enemigos; el drama del Bárbula donde cayó herido de muerte Atanasio Girardot; en fin, ejemplos abundosos del «patriotismo consecuente»

EL SER CONSECUENTE

La fidelidad a las ideas, su desarrollo ético-cultural, el proceso de aplicación en la vida práctica hasta llegar incluso a la entrega de la existencia vital, hacen del individuo el patriota consecuente. Caso contrario, el de aquellos que cambian de opinión frecuentemente. José Ingenieros escribió un tratado moral para describir «el hombre mediocre». Se cuentan por millones aquellos que, hasta el paroxismo, plantean sus pensamientos y cambian de opinión tan fácilmente como cambiar de calcetines. En la politiquería se encuentran a montones estos especímenes. No ocurre lo mismo en sujetos de firmeza moral, cuyas ideas persisten hasta el final de sus días. Los han modelado en la niñez, en la pubertad, en la juventud y son el arsenal mental de sus creencias e imaginación sobre el mundo. Aparece aquí, en la ejecución del pensamiento, el «patriotismo consecuente». Según la síntesis didáctica del soldado Ríos González a quien esto escribe. Habló luego de la eficacia y la validez de las ideas para el cambio del mundo en la práctica.

El expositor pasó luego a la ampliación del tema afirmando que son las personas cercanas a nuestro entorno espiritual y emocional las que mejor escuchan el razonamiento. Así, las decisiones tomadas mejoran la vida propia y ajena. Compartir ideas implica además que nos crean, que

Suscripción gratuita

PRIMICIA DIARIO

Descubre por qué Primicia Diario es el periódico que todos reclaman.
Recíbe gratis Primicia en tu correo electrónico inscribiéndote aquí:

primiciadiario@gmail.com

se nos brinde confianza en el liderazgo ejercido. El ser consecuente no retrocede en su ideario; al contrario, lo aplica con moral y ética en servicio de la comunidad que preside.

El hilo dinámico de Gerney Ríos González se extiende en las explicaciones de «lo consecuente». Ser fiel a las ideas, es la medida mundial aplicada. Se confía más de las personas consecuentes con sí mismas que de aquellas «variables» en el tiempo; volátiles, cambiantes, indecisas, confusas, sin señales a futuro.

El individuo que produce y pone en práctica su pensamiento es consecuente con lo que hace en beneficio de los demás, sin esperar recompensas. De esta manera «el patriota consecuente» hace, sin retroceder y estará callado frente a la inseguridad de responder a las teorías planteadas inicialmente en su subconsciente. Lo radical está proscrito cuando existen dudas y en caso de errores, aceptarlos humildemente.

HOMBRE Y VALORES

Debe considerarse el patriotismo consecuente relacionado con la formación del hombre del futuro en Colombia. Y por qué no el hombre mundial, completo en sus valores y principios humanos. Tal la sentencia de Gerney Ríos González. Hoy después de tantos años de sus explicaciones, maduras sus ideas, plasmada la consigna del «patriota consecuente», vemos como su dedicación a la educación solidaria para millares de compatriotas, es el norte noble de su vida profesional en Bogotá y múltiples municipios colombianos. Recordamos hoy el contenido de sus explicaciones sobre el «patriotismo consecuente». Nos habló entonces de la justicia, la honradez, la honestidad, responsabilidad, laboriosidad, dignidad, humanismo. Cualidades que se desgajan del gran árbol de los valores morales.

Anotó Ríos González como nacieron y fueron héroes tantos connacionales en la Guerra de Independencia, que bien merecen el título sagrado de patriotas consecuentes. Por lo precedente, este pensador propone hoy, frente a las condiciones de nuestra sociedad acciones concretas de realiza-



El patriota asume las prioridades del cambio social propuesto a costa del más pequeño y grande sacrificio; la fidelidad a la obra será invariable de principio a fin; la defensa de la misma trascenderá los límites del planeta tierra; su actuación estará ligada a las raíces de la historia patriótica; la independencia será bandera permanente; nacionalismo puro será consigna diaria; aplicar conciencia a la obra en desarrollo; y ser participe activo en las tareas propuestas.

ción urgente que favorezcan valores de tal magnitud humana como los anteriormente descritos, gracias a la colaboración que brindemos en campos de salud, deportes, educación, cultura y sistemas económicos favorables al grueso de la población. Estos valores y principios se manifiestan en la constante actividad humana que interioriza la realidad ambiente, ofreciendo cualidad y calidad en los individuos para satisfacción de necesidades personales y sociales; conductas y guías que den sentido a la vida comunitaria, autorrealización, redimensión humana y progreso colectivo. Por ejemplo: subraya Ríos González; la responsabilidad obliga al cumplimiento de todos los deberes conocidos; la honestidad es la reverencia a la verdad, más aún hoy, cuando la corrupción oscura y sangrienta permea los más altos estratos de

la sociedad colombiana. Conciencia, eficiencia, calidad, autocrítica, compromiso, consagración a ideales sanos, edificantes, formarán el hombre del futuro, esto es, el patriota consecuente; sostiene Ríos González.

Educación desde la cuna sobre patriotismo es sentar las bases de la futura heredad. Son los padres los primeros educadores del niño. El concepto «patria» debe inculcarse desde los primeros balbuceos. Son ellos los encargados primarios de moldear su personalidad, con retratos de héroes, con la lectura de narraciones históricas o victoriosas; es la inicial entrada en la formación del hombre nuevo colombiano. Solo la educación salvará a las generaciones futuras; de acuerdo a este profesor por excelencia. El «patriotismo consecuente» debe tener

características tales, que se convierta en un norte preciso en las tareas educativas si se pretende un cambio en las costumbres actuales de «vida civilizada»; cambio total, radical, si queremos una Patria que responda a las constantes exigencias del bienestar social, trabajo, salud, vivienda de las inmensas mayorías por tantas centurias despreciadas por el Poder Central, esto es, el Estado, la gran máquina de las decisiones oficiales.

Ayer como hoy, las aleccionadoras palabras del soldado bachiller sobre las características del «patriota consecuente» que definió sobre su mensaje grabado en la Escuela de Infantería – Batallón Miguel Antonio Caro «para eterna memoria», resuenan aún en mis oídos.

El patriota asume las prioridades del cambio social propuesto a costa del más pequeño y grande sacrificio; la fidelidad a la obra será invariable de principio a fin; la defensa de la misma trascenderá los límites del planeta tierra; su actuación estará ligada a las raíces de la historia patriótica; la independencia será bandera permanente; nacionalismo puro será consigna diaria; aplicar conciencia a la obra en desarrollo; y ser participe activo en las tareas propuestas.

El «patriota consecuente» somos todos en la creación de una Patria justa, equitativa, que pueda ser el hábitat sano de las generaciones por venir. Patria humana, laboriosa, fecunda, honesta, digna, solidaria, honrada, con pronta y cumplida justicia de acuerdo a los postulados del otrora soldado-bachiller del MAC, Gerney Ríos González.

Tal la política educativa del futuro colombiano. Razón tenía mi General Álvaro Valencia Tovar al escribir en la página editorial de El Tiempo, su columna «clepsidra» en la cual sostenía: «Capacidades comprobadas las de Gerney Ríos González. Entre centenares de nombres me ha llamado la atención este ciudadano. Lo conocí soldado bachiller en el Ejército, subteniente por sus merecimientos. Inquieto, estudioso, inteligente, leal, pertenece a esta generación que emerge como esperanza tendida al futuro» (21 de Febrero 1992).



AMAR CLUB HOUSE

¡Envejece conmigo! lo mejor está aún por llegar

AMAR CLUB HOUSE es una vivienda asistida y gerontológica especializada en atención al adulto mayor, respaldada por una organización familiar con más de 18 de experiencia.



En un ambiente natural, cómodo y familiar **AMAR CLUB HOUSE** ofrece emociones, experiencias y beneficios para el adulto mayor y sus familias; cuenta con diversificación de servicios como **Club House**, una solución habitacional con servicios integrales de calidad, **Club Día**, es estar como en casa con atención y asistencia durante el día, y los **Servicios Especiales**, a solicitud de nuestros clientes.

CLUB HOUSE

- Servicio de enfermería 24 horas.
- Alimentación (3 comidas diarias).
- Servicios de lavandería y aseo.
- Terapia ocupacional, (según programación).
- Valoración médica mensual.
- Valoración nutricional cada tercer mes.
- Televisión por cable.
- Red wifi.

CLUB DÍA

Media Jornada (Mañana o tarde)

- Terapias ocupacionales, (según programación).
- Servicios de enfermería.
- Alimentación (1 refrigerio).

Jornada completa (9 am a 5 pm)

- Terapias ocupacionales, (según programación).
- Servicios de enfermería.
- Alimentación (1 comida y 2 refrigerios).

* Opcional: Servicio de transporte.

Crr 68 N° 170-20, San José de Bavaria • 358 7255 - 670 5933 • 310 2701147 - 313 3908398
www.facebook.com/amarclubhouse • amarclubhouse@hotmail.com

Big Samaria: «QUIERO SER EL REY DE LA CHAMPETA»

«Creo que vamos a sacar muchísimas enseñanzas positivas del partido de esta noche, al margen de la derrota»

Juan Romero Cortés
Especial desde
Cartagena

Fabián Marín, es un cartagenero de 21 años, que desde hace 10, se ha dedicado de lleno a la música, oriundo del barrio San Francisco, uno de los sectores populares de la Heroica. Los orígenes musicales vienen de su padre un gran percusionista, un músico reconocido en el ambiente folclórico que ha realizado giras internacionales con las grandes cantadoras del caribe como la Niña Emilia o Irene Martínez. El novel cantante admite: «Nunca me interesé por ejecutar algún instrumento, mi cuento comienza con el rapeo, así empecé a improvisar los primeros versos, luego conocí a Rey de Rocha, uno de los Picos



Fabián Marín, es un cartagenero de 21 años, que desde hace 10, se ha dedicado de lleno a la música, oriundo del barrio San Francisco, uno de los sectores populares de la Heroica.

más importantes de todo el Caribe, quien me introdujo en este género hasta el día de hoy».

La Champeta es un género popular, que emerge de las fusiones que se realizan aquí en Cartagena, su origen indudablemente es africano, su esencia es netamente alegre en el contenido de los arreglos musicales y las letras se adaptan de acuerdo a la temática que el compositor quiera. Se le atribuye a Humberto Castilla, la llegada de la Champeta al Caribe, él muy inquieto por posicionar su nombre, viajó por varios países llegando al África y de allí trajo varios trabajos en disco que se adaptaron posteriormente al género en fusión. Se recuerda que Anne Swing, fue el primero en interpretar la Champeta criolla.

Profeta en su Tierra

Una de las bases para que se pueda tener éxito en este género, es el de llamar la atención con temas que la juventud intuya como suyos, el despecho, el amor de pareja, los líos de faldas, la conquista de la pareja, todo ello conforma el salpicón para poder entrar en las grandes ligas de la Champeta. El artista debe saber que para llegar allá se necesita tener un dinero para costear su producción que equivale a \$ 150.000.00 por tema que cobra el estudio y de acuerdo al nombre que tenga el artista en el medio el dueño del picó, le paga por el tema perdiendo el artista el derecho a usarlo en otro lugar. Sin embargo para nuestro novel artista esto ha sido el puntal de reconocimientos para su trabajo el cual lo ha llevado a grabar y a que le graben artistas de la talla de :Jei Vy Dance, J Manny, Adonay, Micky B e lfo, Johnny F, entre otros.

Big Samaria

«De niño, me gustó ese

seudónimo, mi abuela era cristiana y de ella aprendí que todo ser, debía tener algo de bueno y opté por Samaria, que aparece en la biblia, el samaritano, el hombre bueno. Le agregué la palabra Big que significa grande en inglés y así me conocen en el medio», agrega el compositor. Su forma de componer es variada de acuerdo al momento, a veces sale primero la letra y luego la melodía, en otras ocasiones compone las letras sobre una melodía determinada, pero es enfático, el tema que más le gusta componer es sobre el amor, en todas sus facetas, Big Samaria es muy romántico y eso le ha dado mucho éxito. Tiene novia, se llama Yurley y vive cerca a su hogar en el barrio San Francisco, donde se han criado, guardando las distancias con los malos ejemplos que allí pululan, pero que gracias a su hermana mayor, a su mamá y su hermanito menos con los que vive, lo hacen responsable de llevar una vida recta. A pesar que la gente cree que la Champeta es un género que explota machismo ha habido algunas niñas que se han dedicado a cultivarlo como Lili Beth, Daniela y Andrea, hoy dedicadas a cantarle al cristianismo. Sus sueños llegar a las grandes ligas, como le ha prometido a su descubridor y mentor Rubén Barón, un hombre que conoce de música, que ha sido un músico frustrado, de joven estuvo en una de las bandas de su Córdoba natal. Los ensayos son casi a diario, con una de las mejores bandas de Cartagena. Desde el Ecuador un joven músico viajó al Corralito de Piedra, para contactarlo, para que le diera una de sus canciones, pues la Champeta se ha ido metiendo en el País hermano, así nació «No Perdamos El Tiempo», ya suena en las principales estaciones de allí.

¿Sabes quién eres?
¿Sabes lo qué
realmente Quieres?
¿Y como lograrlo?

Vamos a abrir las ventanas de las
emociones y la inteligencia para
encontrar la paz en el alma



Armando Marti
Coach internacional
Certificado por la ICF
(International Coach Federation USA)
y la escuela EDHI
(International School México)

www.armandomarti.com - Tel. 6362138

ISSN: 2323-0606

Director
Victor Hugo Lucero Montenegro

Gerente
Javier Alexander Salinas

Jefe de Redacción
Javier Sánchez López

Joaquín Vengoechea Pineda
Editor

Coordinadora de editores
Catherine Rodríguez

Editor Nacional
Fred Emiro Núñez

Editor Político
Juan Carlos Rojas

Editor Cultural
Víctor Hugo Lucero Carmona

Editor Cundinamarca
Luis Eduardo Romero Poveda

Editor Bogotá
Rafael Hernando
Camargo Vásquez

Editor Deportes
Nikolas Rojas

Editor de Farándula
Lilia Plazas Moreno

Editor de Espectáculos
Juan Romero Cortés

Editor Informes Especiales
Armando Martí

Editor Valle del Cauca
José Douglas Lasso Duque

Servicios informativos
Notiprensa Agencia de Noticias

Reporteros gráficos
René Mahecha
Jorge Olmedo Feria
Luis Eduardo Romero Poveda
Junior

Corresponsales
Europa
Carlos Andrés Lucero Carmona
Praga- República Checa

Paola Andrea Blanco Buitrago
Londres - Inglaterra

Enrique Gutiérrez y Simón
Madrid - España

América
Lázaro David Nájaro Pujo
La Habana-Cuba

Fernando José Ballesteros Vidal
New York- USA

Diagramación y Diseño
Andrés Felipe Ballesteros
inovatcreative@gmail.com

Todo el contenido de Primicia Diario
puede ser utilizado total o parcialmente
siempre y cuando se cite a Primicia como
fuente, reconociendo por escrito el crédito
del respectivo autor.

www.primicia.co
primiciadiario@gmail.com
Bogotá D.C. Colombia



Raúl Gutiérrez García

Ocio, bendito seas/ Festivales del bambuco en Neiva; joropo en villa-vo; café en Calarcá; rock al parque en Bogotá: quienes los vivieron, los gozaron; quienes los vimos, también. Hubo derroche de creatividad, afán de convivencia, voces conciliadoras. En fin, el preámbulo de La paz querida.

A todos
De ahora en adelante, la paz no depende de la guerra. Depende de nosotros mismos: del desarme de los espíritus y la medida de las palabras.

CERO TOLERANCIA

En Colombia parece que no existe tolerancia. A diario los medios de comunicación registran increíbles casos de violación a los derechos humanos. Pero no pasa nada. La corrupción, sumada a la indolencia, nos lleva a ser un pueblo acostumbrado a todo, sin asombro alguno. Los hechos violentos, sexuales y otra clase de acciones, que desdican de los humanos que los cometen, en nuestro país son destacados y magnificados a través de los autodenominados «grandes medios», en busca de dinero y sintonía. Por ello nos atrevemos a afirmar que la tolerancia se acabó.

Todo se volvió 'normal'. La memoria nos dura para recordar por unas cuantas horas los casos que un país digno jamás olvidaría. Luego, el siguiente hecho desplaza los titulares de prensa, y así mismo a la memoria de un pueblo. Es hora de que hagamos una pausa para volver a contar con aquello que tuvieron nuestras pasadas generaciones: la honradez, la convivencia, la amabilidad y, sobre, todo la buena educación.

Esa acción es justa y necesaria, pues al paso que vamos, infortunadamente, las nuevas generaciones crecerán y se reproducirán, sin ninguna culpabilidad ni remordimiento. Por el contrario, creerán y harán creer que se trata de una especie única, y actuarán de manera orgullosa aplastando de un tajo la poca dignidad que nos queda. Colombia atraviesa por la peor crisis, como consecuencia de haber permitido que la mafia se tomara las instituciones, los partidos políticos y toda clase de organización

asociativa, que en la actualidad no son más que unas asociaciones para delinquir.

Es necesario parar tanta indiferencia e intolerancia, que está acabando con nuestras estructuras morales. Es necesario que no permitamos que esos hechos, que nos afectan profundamente, se conviertan en hechos para imitar, como consecuencia del lavado del cerebro que nos hacen los medios de comunicación de propiedad del poder económico de este país.

El compromiso es grande y de todos; se requiere de un esfuerzo sin precedentes para parar esa carrera demente que nos está autodestruyendo. Es hora de entender cómo la sociedad se corroe, mientras nuestras autoridades y los dirigentes miran para el lado, donde se puedan enriquecer y cultivar el poder. Muchos niños ya hacen parte del crimen organizado, a través de organizaciones que los utilizan como 'carne de cañón' para lograr sus detestables objetivos.

Niños drogadictos que se consumen en el vicio, enriquecen a unos pocos criminales. Niños prostituidos y esclavizados sexualmente para llenar a unos cuantos asquerosos y aprovechados criminales. Colombia es grande, y puede renacer como el ave Fénix, de la destrucción moral. Es tiempo de aprovechar que se firme la paz para que nuestras estructuras cambien, para el mejor estar de todos, en especial de las próximas generaciones; que ellas puedan ahorrarse la miseria humana que nos ha tocado

Opinión

NO HAY AMBIENTE PARA MÁS IMPUESTOS



Jorge Enrique Giraldo Acevedo
Columnista

«Creo que vamos a sacar muchísimas enseñanzas positivas del partido de esta noche, al margen de la derrota» Sí, «por favor, no más impuestos» es el grito o la frase que más se escucha en todos los niveles por parte de personas corrientes en Colombia y los mismos empresarios nacionales; claro que esta petición está más a cargo de los que denominamos ciudadanos de a pié.

En nuestro medio todo parece indicar que no se

tienen en cuenta los principios de las economías en naciones poderosas y, en consecuencia, no se aprenden las enseñanzas en el sentido que los impuestos deben y tienen que ser ante todo justos y equitativos.

En clara consecuencia, todos debemos contribuir para que en Colombia no exista tanta corrupción, evasión, elusión, exenciones y deducciones tributarias; así no habrá necesidad de aumentar los impuestos y mucho menos el predial, gravámen que se causa por el hecho de tener una vivienda para vivir con la familia.

La administración de Bogotá propuso al concejo capitalino que el impuesto predial sea cancelado poco a poco o por mensualidades, a lo largo del año. Aceptemos que la propuesta de Peñalosa

está excelente para aliviar las cargas económicas de personas propietarias de un bien inmueble; pero, como casi todo, aquí también está lo negativo de esa iniciativa y es la de pretender un aumento de este gravámen hasta por el 25%.El aumento del gravámen del llamado «impuesto predial», propuesto por el docto alca- balero Enrique Peñalosa Londoño, es algo indebido, desproporcionado, injusto, inequitativo, etc.etc.

Uno no se explica cómo es que las últimas administraciones de la principal ciudad colombiana, al igual que en Medellín, Cali, Barranquilla, Bucaramanga, Manizales y Cartagena, no se han dado cuenta los millones de reclamos que los propietarios de viviendas hacen anualmente con motivo del «impuesto predial» y la mal llamada «contribución

por valorización»..Además sobre la contribución por valorización ese aporte en Bogotá y las principales ciudades colombianas no se hacía antes y las obras y los gastos administrativos, nómina, etc., se financiaban en su mayoría con el impuesto predial.Como es que se cobra «impuesto por valorización » cuando todos los habitantes de las mencionadas ciudades y otras más, afrontan la más grave situación de inseguridad, desempleo, pésimos servicios en la salud, a través de las EPS, y deficientes y caros servicios públicos.

Mejor dicho, nunca será conveniente el cobro del «impuesto por valorización» cuando todo está desvalorizado...

Alianza del Pacífico:



MÁS UNIDA QUE NUNCA

Los presidentes de Colombia, México, Chile y Perú, al término de la XI Cumbre de la Alianza del Pacífico, celebrada en Puerto Varas (Chile).

Autoestima:

EL REFLEJO DEL SER



Por hambre:

SIGUEN MURIENDO NIÑOS EN COLOMBIA

