

PROVOCACIONES DEL  
GOBIERNO NACIONAL

MINGA INDÍGENA ANUNCIA  
MARCHA A BOGOTÁ



**PRIMICIA** DIARIO

MARTES  
**13**

AÑO 4 - EDICIÓN 928 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA OCTUBRE DE 2020

Marruecos:

# UN PAÍS MÁGICO



El mágico Marruecos, un destino imprescindible. Dicen que hay viajes que permanecen siempre en la memoria, y su secreto es que hacen vivir experiencias únicas, diferentes a todo lo conocido. Entre esos privilegiados países esta para el viajero guarde un recuerdo imborrable se encuentra Marruecos, un país mágico lleno de colores, sabores, paisajes y culturas únicas. Gráfica de Rabat.

Tragedia de las trabajadoras sexuales:

## ATRAPADAS EN LA PROSTITUCIÓN



Concejal de Zipaquirá:

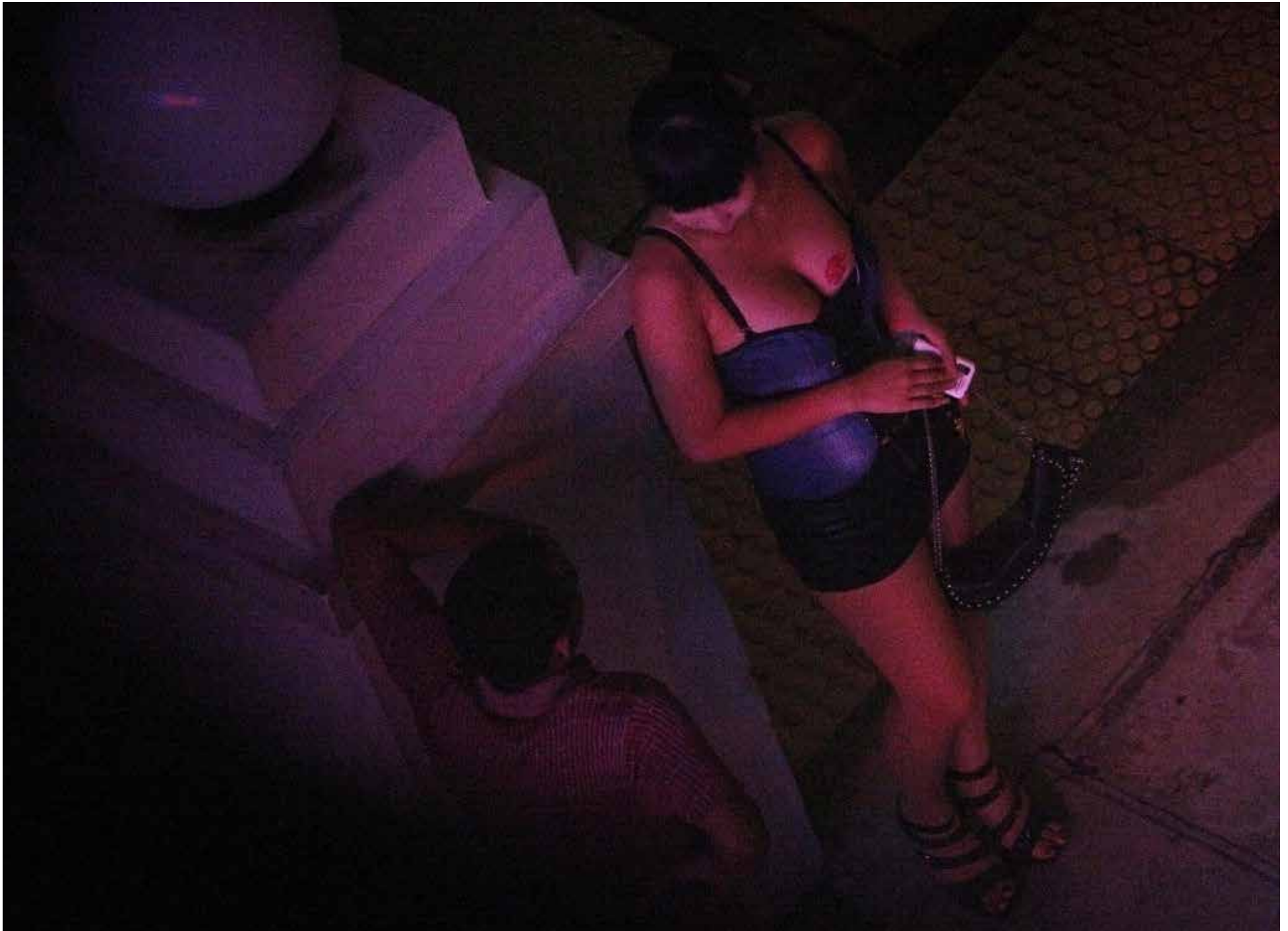
## PROPINA GOLPIZA A CIUDADANA POR DECIRLE «ABUSIVO»



[WWW.PRIMICIADIARIO.COM](http://WWW.PRIMICIADIARIO.COM)

Tragedia de las trabajadoras sexuales:

# ATRAPADAS EN LA PROSTITUCIÓN



Las trabajadoras sexuales independientes realizan sus transacciones en oscuros callejones.

**Javier Sánchez**  
**Orbedatos**  
**Agencia de Noticias**

**A**ndrea\*, una joven agraciada pasa noche a noche trabajando. Llega a su habitación a las siete de la mañana, luego de laborar por 10 horas prestando servicios sexuales en inmediaciones de la zona de tolerancia de Bogotá, Santa Fe, entre la Avenida Caracas y la carrera 17 y las calles 19 y 24.

El resultado de la jornada de sexo, alcohol dro-

gas y convivencia con COVID-19, ochenta mil pesos, (cuando haya trabajo, muchas veces dice haberse blanqueado) de los cuales 10 mil paga a diario por la habitación. 15 mil pesos a una vecina que cuida a su hija de tres años, mientras trabaja, 30 mil pesos en alimentos para ella y su niña. 10 mil pesos en farmacia (tapabocas, Alka Seltzer, aspirina. etc.). Cuando se enferma la niña no alcanza el dinero y tienen que acudir al gota a gota. En algunas ocasiones envía poco di-

nero a su madre. ¿Cómo puedo llamar a una persona que vende su cuerpo? , le pregunto.

«Lláname por mi nombre porque puta, prostituta, trabajadora sexual y todas las demás maquillan y distorsionan la realidad», me responde.

Andrea hace parte del grupo de emigrantes que llegaron de Venezuela, ante la falta de empleo en su país se vieron en la necesidad de prostituirse para poder sobrevivir. Ella cursaba el ter-

cer año de trabajo social en la Universidad cuando se vio en la imperiosa necesidad de retirarse, por cuanto no tenía dinero ni siquiera para el transporte.

¡Cónchale! ¿qué te pasó?, porque estoy hablando contigo chamo. La verdad llegue a Colombia después de aguantar hambre en mi país, cuando una prima me dijo que podría venir como niñera, pero nunca encontré el trabajo y el dinero empezó a escasear, un amigo me llevó

a un negocio en Santa Fe. El dueño me dijo que para poder trabajar tenía que tener sexo con él y tuve que aguantarme un señor gordo y mal oliente, quien me puso a trabajar y tenía que darle el 50 por ciento del producido», relata Andrea una joven de 23 años que revela 30.

La vida ha sido difícil para esta chica que lleva trabajando cuatro años en la zona de tolerancia de Bogotá, donde ahora trabaja sola. Se ganó después de mucho tra-



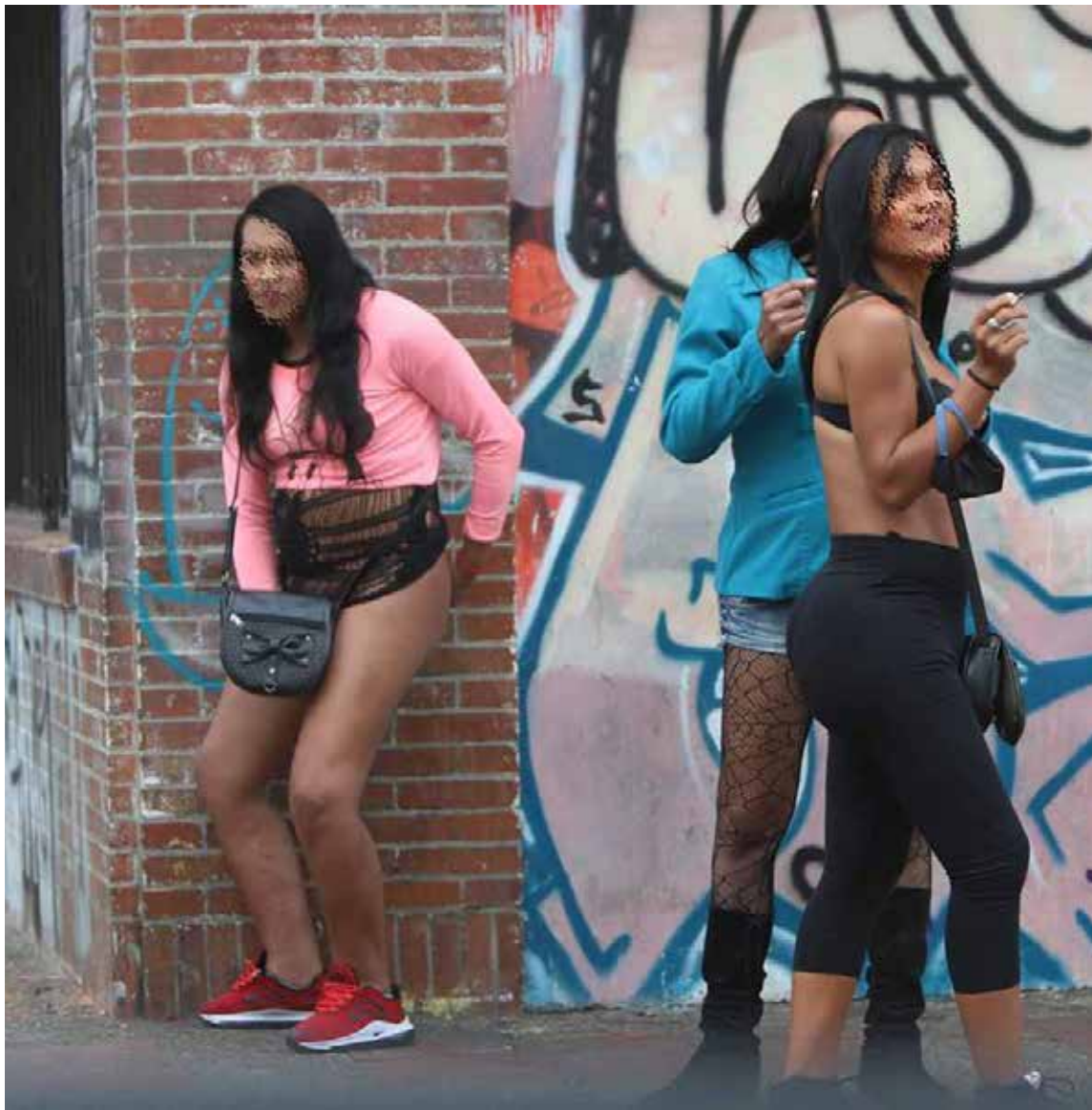
bajo una puerta donde se exhibe con escasa ropa y acude a una vivienda del lugar donde alquila una habitación para desarrollar sus actividades. Me ha tocado soportar toda clase de hombres, borrachos, drogados, algunos han hecho toda clase de vejámenes, me han agredido en una ocasión de los golpes estuve una semana en el hospital donde me llevó la policía», dice en medio de lágrimas, Andrea.

Esta mujer ha superado las adversidades. En plena pandemia, mientras que la mayoría de habitantes de Bogotá se encontraban en cuarentena, ella trabaja en forma clandestina. Uno de los dueños de un prostíbulo escogió seis mujeres entre ellas Andrea. No podían salir de la vivienda y en la misma atendían los clientes conseguidos por las redes sociales y por algunas personas que se ganan comisión por llevar a los clientes. Así permaneció encerrada por espacio de tres meses donde se duplicó el pago que debía hacer por el cuidado de su hija.

Andrea está viviendo una situación de total incertidumbre. Se ha visto obligada a pagar alguna parte del dinero producto de la prostitución a policías que la amenazan con su deportación, por no contar con los papeles en regla.

«En una ocasión que me encontraba sin dinero, me tocó atender a un agente para evitar que me llevara a la UPJ, por estar ejerciendo la prostitución sin papeles en regla», comentó la joven venezolana.

Andrea, como muchas otras trabajadoras sexuales, hasta el inicio de la pandemia ganaban lo



Sin importar la pandemia las trabajadoras sexuales buscan dinero para sobrevivir.



Las calles y las puertas tienen un precio y las trabajadoras deben pagarlo para poder rebuscarse la supervivencia de ellas y en muchos casos de sus familias.

suficiente para poder satisfacer las necesidades esenciales. El dinero en esta época donde todos resultamos afectados es escaso. Las prostitutas han tenido que bajar las tarifas para poder ganar algún dinero. Los clientes también son escasos, unos porque se cuidan de la pandemia y otros por falta de dinero. «Conozco algunas compañeras que tuvieron que cambiar de profesión ante la falta de clientes. Algunas piden plata en la calle. Otras han ingresado a bandas de ladrones para distraer a las personas y poderlas robar», reveló.

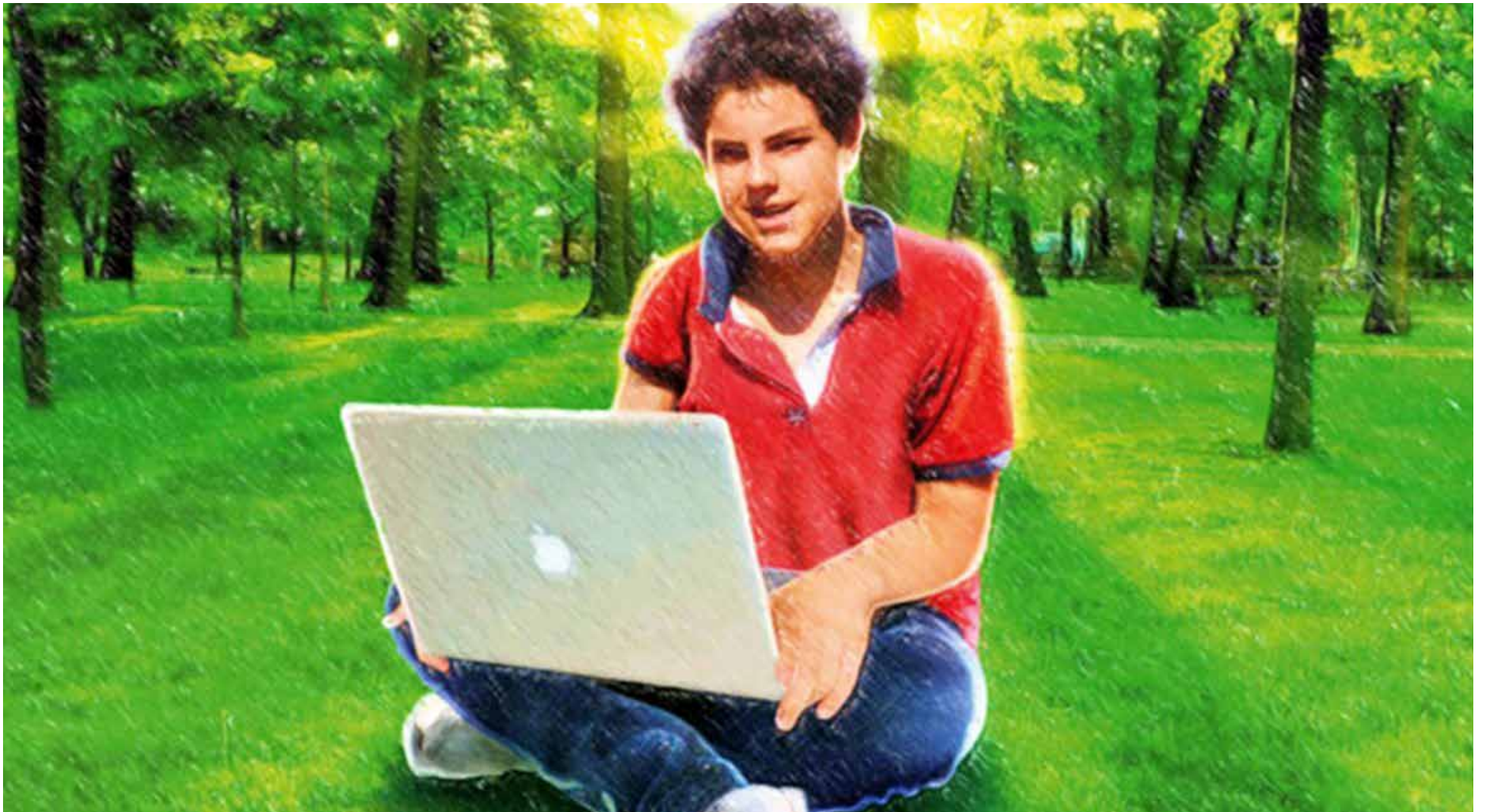
«¿a dónde va?», «¿a dónde vag?», «¿dónde estamos?», «¿dónde etamo?», son los términos que se escuchan entre las venezolanas en buen número que trabajan en las calles de Bogotá y en los sitios de lenocinio.

Esta mujer me dice que quiere salir de esa vida. «Nadie lo ayuda a uno, por el contrario buscan que se hunda más y más». Recuerda cómo su amiga y paisana Lucía, logró rehacer su vida con un cliente que se enamoró de ella. «Ojala yo pueda tener la misma suerte de mi amiga». «Es hora de trabajar», dice y sale dejándose con la palabra en la boca.

En Bogotá existen varias ONGs dedicadas a recuperar a las trabajadoras sexuales, pero Andrea dice que durante esta crisis solo le han ofrecido «preservativos y lubricantes, algunos consejos», pero la realidad del ejército de prostitutas existentes en Bogotá en su mayoría están aguantando la hambre física. Andrea: Es un supuesto nombre de la trabajadora sexual para evitar que sea identificada



# LA INCORRUPTIBILIDAD DEL BEATO CARLO ACUTIS



«Para mí, la incorruptibilidad del Beato Carlo Acutis, es un llamado a los jóvenes para vivir la sobriedad y el llamado de Dios»: Hernán Alejandro Olano García.

**Hernán Alejandro Olano García**  
Vaticanista.

La incorruptibilidad es la propiedad de un cadáver de no descomponerse después de la muerte, a pesar de no haber sido embalsamado o preservado de alguna forma; también significa que está sin corromperse, lo cual es distinto a la momificación, que también ha ocurrido con cadáveres de santos, que conservan la piel convertida en un cuero y buena parte de los rasgos externos.

Aunque se puede considerar que es una intervención divina, en la iglesia católica sólo se recuerdan pocos casos

en los cuales el cuerpo de un santo está en condición de incorruptibilidad, e incluso, generando emanación de olores florales o agradables.

Sin embargo, uno no se convierte en santo porque su cuerpo se haya mantenido incorrupto. Lo que la iglesia estudia es cómo esa persona vivió la heroicidad de las virtudes.

En «Il miracolo dei corpi incorrotti» (El milagro de los cuerpos incorruptos), Giuseppe Fallica (ediciones Segno), presenta argumentos claros y precisos para desmontar las tesis de los escépticos acerca de la incorruptibilidad, pues muchos creen incluso que el cuerpo se

ha debido exponer a radiación; que el santo tenía una dieta ascética; que los guardianes del cuerpo cometieron un fraude y lo cambiaron por un cadáver más reciente; o que se les había olvidado registrar un embalsamamiento.

Las causas de la incorruptibilidad han estado siempre en disputa, particularmente con dos opciones:

A – el argumento de que la religiosidad del individuo penetra la carne (una causa metafísica con un efecto físico.)

B – el argumento de que se trata de una causa física o ambiental (cualidades químicas del lugar

de entierro, alimentación del individuo, humedad de la zona; etc.).

En la iglesia católica, hay un listado de varios santos cuyo cuerpo es incorrupto, como los siguientes: Santa Bernardette de Soubirous –Bernardita de Lourdes–; San Juan María Vianney –el Santo Cura de Ars–; Santa Teresa Margarita; San Vicente de Paul; San Silvano; Santa Verónica Giuliani; Santa Zita; San Juan Bosco; el Beato pío IX; San Juan XXIII y San Pío de Pietrelcina –el Padre Pío–.

Igualmente, varias partes del cuerpo de San Francisco Javier, Santa Clara de Asís, la Beata Imelda, Santa Margarita, Santa

Rita de Cascia, Santa Catalina de Labouré, el argentino Fray Mamerto Esquiú, San Peregrino Laziosi y otros más.

Para mí, la incorruptibilidad del Beato Carlo Acutis, es un llamado a los jóvenes para vivir la sobriedad y el llamado de Dios, ya que, mientras algunos se desgastan en vicios y malas costumbres, éste joven se desgastó en vida frente a un computador y, por eso, debería ser conocido también como el santo de la pandemia laboral a la cual nos trajo el coronavirus en 2020. Para los demás mortales, aplica la cita bíblica: pulvis es et in pulvem reverteris. Polvo eres y en polvo te convertirás.



Concejal de Zipaquirá:

# PROPINA GOLPIZA A CIUDADANA POR DECIRLE «ABUSIVO»



Melba Goyes, la agredida y el concejal de Cambio Radical Wilson Forero, agresor.

## Primicia Diario

Miles de zipaquiranos pidieron la destitución inmediata del concejal de Cambio Radical Wilson Forero, luego de los bochornosos hechos ocurridos en la noche del domingo 11 de octubre, luego de salir alicorado de una rumba programada por la Alcaldía municipal en la mismísima Catedral de Sal.

En el evento ético musical participaron tunas y varios artistas que fueron programados en un supuesto concierto virtual, pero que sirvió de pretexto para que algunos concejales e invitados especiales abusaran de las normas de bioseguridad, en la primera ciudad con más Covid-19 en Cundinamarca y se dedicaran a despachar licor de manera desaforada.

En la tarde de este lunes, luego de ir al médico y de reponerse de la golpiza, la ciudadana identificada

como Melba Goyes denunció en su página de Facebook lo ocurrido.

«En la ciudad Turística de Zipaquirá se registró un nuevo caso de violencia contra la Mujer y lo que es más grave aún es que fue por parte de un concejal de esta ciudad quien después de salir en un alto grado de alicoramiento, conduciendo y con un menor de edad, de un evento organizado por la catedral de sal y la Alcaldía de Zipaquirá, estrelló un vehículo y como si fuera poco la emprendió a golpes contra el conductor. Yo, al ver esto trate de auxiliar al señor golpeado y el concejal Wilson Forero reacciono hacia mí, propinándome un puño en mi rostro, groserías e insultos. En un acto de abuso de autoridad y de maltrato hacia la mujer. Este señor que no nos debe representar en el concejo, tiene un hogar compuesto por dos hijas, que irónica es la vida».

«Esperemos que el alcalde, el gobernador y las autoridades municipales no se presten en Zipaquirá para encubrir este tipo de delitos que desdibujan a todas luces la grandeza de una ciudad culta como lo es Zipaquirá» comentó la señora Melba.

## SE ESPERA PRONUNCIAMIENTO DEL GOBERNADOR

De inmediato, decenas de comentarios se dieron a conocer en las diferentes redes sociales y se espera el pronunciamiento del alcalde Wilson García, quien también se encontraba en la fiesta en la Catedral de Sal.

De igual forma, anhelan que el gobernador Nicolás García, quien fue apoyado políticamente por el edil de marras, salga de su ostracismo ante el caso y reproche de alguna manera al concejal patán.

Los hechos se presentarán ante la Procuraduría

General de la Nación, pero muchos zipaquiranos saben que esas denuncias quedan archivadas en los anaqueles de esa entidad, como ha pasado con varios casos que han ocurrido en la ciudad salinera, tierra del congresista José Edilberto Caicedo, conocido con el alias de «el pájaro».

## REACCIONES

Luego de conocidos los hechos, algunos prestantes ciudadanos como Juan Carlos Urrutia, salió en defensa de la ciudadana: «Toda mi solidaridad mi apreciada Melba. Una vergüenza. Cómo concejal y servidor público de nuestra Zipaquirá, debe responder y más creo que también como abogado y padre de hijos mujeres debe conocer y medir las consecuencias de sus actos irreprochables». El exconcejal y líder de los antiguos liberales, Luis Eduardo González comentó: «Censurable ese comportamiento HC con la violencia a la mujer».

«Melba dirigirse a Medicina legal y denunciar en la fiscalía...claramente tienes que hacer todo el procedimiento para que lo destituyan y una indemnización por agresiones personales y violencia contra la mujer... lo siento mucho y te recomiendo que todo lo realices con los protocolos para que sea efectiva y caiga todo el peso de la Ley, que te recuperes pronto», dijo David Isaza. El concejal Wilson Alfonso Forero Heraque pertenece a las filas del exalcalde Jorge Enrique González y en la contienda del 2019, obtuvo 904 votos.

Según han dicho sus seguidores, el concejal espera que le pase el guayabo y tal vez el miércoles se pronuncie sobre los escandalosos acontecimientos, ofrezca una disculpa y siga en su cargo.



Perú:

# TURISMO DE ARQUEOLOGÍA CULTURAL



Machu Picchu ícono de la arquitectura incaica

## Orbedatos Agencia de Noticias

La carta turística de Perú es tan extensa que se requieren varias semanas para empezar a conocerla. Paisajes de playa, sierra y selva conquistan las mentes de sus visitantes y las cámaras se llenan con imágenes impactantes.

Sus ríos, urbanizaciones incas, peldaños de piedra y adobe, tardes con crepúsculos multicolores, noches de fantasía e imaginación, comida para saborear todo el año un plato distinto y la amabilidad de sus moradores, hacen que el turista termine con una frase: «Quiero volver».

Perú es uno de los principales destinos turísticos en Sudamérica. Cuenta con una variada belleza natural según las diferentes zonas de su territorio, notables maravillas arqueológicas, como Machu Picchu, delicias gastronómicas, y un vasto patrimonio cultural, existe también gran variedad de actividades y lugares para ver y hacer en Perú. En esta página encontrarás información acerca del turismo en Perú.

Perú es un país de América del Sur, situado en el lado occidental de dicho continente, frente al Océano Pacífico Sur y se extiende sobre parte de la cordillera de los Andes que corre a lo largo de América del Sur. Perú

limita con Ecuador y Colombia al norte, Brasil y Bolivia al este, y Chile al sur. El Perú es un país que posee una diversidad y riqueza poco comunes en el mundo. Sus principales atractivos son su patrimonio arqueológico de las culturas precolombinas y el centro del Imperio Inca, su gastronomía, su arquitectura colonial (posee imponentes construcciones coloniales) y sus recursos naturales (un paraíso para el turismo ecológico).

### RIQUEZA DIVERSA

El Perú es un país ampliamente rico en diversos aspectos, tanto cultural, social, gastronómico y artístico; gracias a sus tres regiones geográficas

se puede encontrar una completa variedad de alimentos, culturas, tradiciones, climas y actividades para realizar, así como un inigualable número de lugares para visitar.

El Perú está dividido en 24 departamentos y una provincia constitucional, a la vez que cuenta con varias e importantes ciudades en las que se puede apreciar la variedad cultural del país. Entre las principales ciudades de Perú se encuentra Lima, ciudad capital y la más poblada de todo el territorio, están también ciudades como Arequipa, Cuzco, Cajamarca, Chiclayo, Iquitos, Trujillo y Puno, entre otros.

### Cómo llegar a Perú

Perú es uno de los principales destinos turísticos de Sudamérica, por lo que existen diversas maneras de llegar hasta aquí. La vía más común es hacerlo por avión, aunque también se puede ingresar por carretera o vía fluvial.

### Clima

El clima de Perú resulta muy particular debido a las diferentes regiones, pudiendo encontrarse hasta 28 tipos de climas en cualquiera de sus ciudades. En general, el clima de Perú es templado, no presenta muchas precipitaciones durante el invierno, y su verano es cálido mas no abrasador, lo que lo convierte en un buen lugar para el turismo.





Valle Sagrado de los Incas, ubicado en la región Quechua, hoy conocida como Urubamba



Playa Redonda Miraflores — Lima Perú

moLos idiomas oficiales de Perú son el español, quechua y aymara, siendo el español más popular en la zona central, mientras que en las zonas andinas se habla más el quechua y el aymara en la zona sur del país. Estas lenguas son oriundas de comunidades nativas extendidas en las zonas provinciales del país, habiendo también muchos otros dialectos menores.

#### **Economía**

La economía de Perú se basa esencialmente en las actividades primarias de la agricultura y la ganadería, así como en muchas zonas se destaca la producción de alimentos y recuerdos artesanales. Está también el boom gastronómico, que acompañado de la industria turística generan grandes ingresos para el país.

#### **Sitios para visitar**

El Perú es un país muy rico en cuanto a zonas, reservas y lugares para conocer y visitar, por lo que a pesar de tener deficiencias destaca a nivel mundial por el incalculable valor de su patrimonio histórico.

#### **Chan Chan**

Esta es una impresionante ciudadela construida en adobe por los antiguos hombres de la cultura chimú y es la más grande de América Latina. Está ubicada entre Trujillo y Huanchaco.

#### **Chavín de Huantar**

Es un sitio arqueológico que fue la capital de la cultura chavín, ubicado en Ancash, y destaca por contar con importantes esculturas que forman parte del patrimonio nacional y mundial como las Cabezas Clavas y el Lanzón Monolítico.



**Parque****Nacional Huascarán**

Es un parque nacional ubicado en el Callejón de Huaylas, zona de la cordillera de los Andes que alberga el famoso nevado Huascarán en la Cordillera Blanca, en la ciudad de Yungay. Aquí se puede encontrar gran variedad de flora y fauna de altura a la vez que también se puede hacer ecoturismo.

**Lago Titicaca**

Este es el segundo lago más grande de Sudamérica, se encuentra ubicado en el altiplano peruano-boliviano, en donde se puede encontrar a una población denominada los Uros, que habitan en unas islas flotantes sobre el Lago.

**Machu Picchu**

Etimológicamente conocido como Montaña Vieja, es uno de los complejos turísticos y ruinas arqueológicas más importantes del mundo. Es una de las más elaboradas obras de ingeniería y arquitectura incaica y debido a su altura y peculiaridad es considerada como patrimonio de la humanidad.

**Parque Nacional del Manú**

Esta reserva natural está ubicada entre los departamentos de Cusco y Madre de Dios, a una altura de 3500 metros sobre el nivel del mar y con una impresionante variedad de flora y fauna dentro de su boscosa vegetación. Destaca por ser el hábitat natural del Gallito de las Rocas, ave nacional peruana.

**Líneas de Nazca**

Estos geoglifos se encuentran en la zona desértica de Nazca, realizados por la cultura del mismo nombre. Estas figuras representan imágenes zoomorfas, an-



Vista de la Laguna Arhuaycocha. Al fondo a la derecha puede observarse el Glaciar Arhuay.

tropomorfas y geométricas que son plenamente apreciables desde el aire.

**Reserva Nacional de Paracas**

Esta zona se encuentra en la ciudad de Pisco, albergando cantidad de especies de flora y fauna silvestre a la vez que preserva un ecosistema marino. Destaca también en la bahía de Paracas un geoglifo que adopta

la forma de un candelabro, creyendo que tiene relación con las líneas de Nazca.

**Gastronomía**

La gastronomía peruana tiene platos tradicionales como el ceviche, el arroz con pollo, la papa a la huancaína, la ocapa arequipeña, la chanfainita, los tallarines rojos y el cau-cau. Los platos típicos de Perú son fruto del mestizaje y la influencia

de África, España, Italia, China y Japón. Suelen ser picantes y bien aderezados pues utilizan como ingredientes principales el ajo, el ají amarillo, y hierbas aromáticas como el orégano y el huacatay. Los platos de fondo suelen ir acompañados de papa y arroz. Algunos de los platos de la gastronomía de Perú son el ceviche (pescado y marisco crudo y marinado con salsa de limón y pimien-

to, que se acompaña con maíz, patatas dulces y cebollas) y el arroz con mariscos. En cuanto a postres, el manjar blanco, junto con el arroz con leche, la mazamorra morada y los picarones, son los más tradicionales. La bebida bandera del Perú es el pisco. Otras bebidas típicas son la chicha morada y la chicha de jora. Las cervezas nacionales son la Cuzqueña y la Arequipeña.



Doña María Delfina Molina de Vanegas:

# «CAMBIÉ EL AZADÓN POR LAS AGUJAS»

**Antonio Valencia**  
Periodista

**D**oña María Delfina Molina de Vanegas ha consagrado su bella vida campesina, a la cría de ovejas de las que se surte de lana virgen para tejer maravillosas prendas de vestir. Es largo su periplo creador, desde niña se preocupó por este trabajo artesanal, que hoy es materia de exportación y prendas que el turismo internacional adquiere en su almacén de Carmen de Carupa, Cundinamarca. La entrevistamos para Primicia Diario y estas son sus confesiones:



María Delfina Molina de Vanegas ha consagrado su bella vida campesina, a la cría de ovejas de las que se surte de lana virgen para tejer maravillosas prendas de vestir.

## ¿Cómo se inició en este bello oficio?

A escasos años comencé a ver cómo era vivir sin recursos económicos; mi papá enfermo, mi mamá en la lucha por conseguir el sustento para sus 10 hijos; sin dejarnos a ninguno aprender, ni leer ni escribir. Ella oraba a tarde y a mañana manteniendo su fe y sembrando devoción en su descendencia, nos cosía ropas a mano y enseñaba a mis hermanas mayores a tejer, a bordar y sobre todo a hilar lana que le daban las amigas y le pagaban algo. Yo miraba y a veces intentaba el aprendizaje, sin saber que años después en mi mente, mis manos y mis venas se había infiltrado todo el sacrificio, amor, sabiduría y anhelos de una verdadera madre. Ese fue el inicio de esta gran profesión con la lana. Un hogar pobre y humilde pero una mamá con gran riqueza en valores y virtudes.

## ¿Si levantó a sus hijos con ese trabajo?

No totalmente, pero si fue una ayuda oportuna en las épocas difíciles de mi esposo Pedro Pablo Vanegas Sánchez; sólo sé que con el amor de una pareja se logran muchos objetivos para sacar adelante a los hijos. Cuando se trabaja unificadamente en un hogar bendecido por Dios, se logra cualquier proyecto. Trabajando unidos, con fe, con amor, con honestidad, con fidelidad. También ésta profesión da felicidad, anima el ambiente familiar, dá triunfos, se valora el trabajo en conjunto pues con diferentes procesos, toda la familia termina involucrada. Y así mismo valora lo hecho. El dinero y los triunfos se valoran de acuerdo al esfuerzo para conseguirlos.

## ¿Cómo es el proceso de la lana desde las ovejas productoras?

La oveja es de fácil crianza, vive con poco alimen-

to y si es de clima frío sin necesidad de agua; cada año da un vellón de lana, esa maduración de la lana hace que la obra quede con calidad y duración garantizada.

## ¿Ha recibido reconocimientos oficiales?

No he recibido reconocimientos económicos oficiales, pero he recibido lluvia de felicitaciones y frases alagadoras, aplausos significativos que llegan al corazón, he representado con honor a mi municipio en diferentes partes y en varias ocasiones, en donde recibo miles de bendiciones para mis manos y mi creatividad; incluso una persona para la que trabajo, no me llama por mi nombre sino EL ÁRBOL DE LA VIDA. Realmente es una terapia para mis manos y mi mente.

## ¿Su trabajo le ha permitido ahorros económicos?

Tanto como ahorros no, pero me defiende para

no ser una carga para mi esposo o para mis hijos. Sobre todo que es un trabajo que se puede realizar en toda las edades de la vida, y es ayuda económica muy eficaz para las mujeres que no tienen estudio ni profesión. La venta de la artesanía tiene temporadas, entonces el ahorro se hace necesario para las épocas difíciles. Y eso es aplicable a cualquier profesión se debe ahorrar para tiempos difíciles; se debe ser persistente, constante, disciplinado y siempre cultivar la fe y la esperanza.

## ¿Usted ha cantado a sus ovejas. Cambiaría de oficio?

En mi mente y mi corazón esta la oveja, le debo mucho; por eso redacté un poema en homenaje a la oveja en agradecimiento a Dios por colocar todo ese valioso medio para mi profesión de artesana. La oveja es tan importante que está en el Evangelio, está en

el pesebre, el buen pastor, la oveja descarriada, la oveja perdida que encontró Jesús. Oveja canta, representa al hijo, representa al Jesucristo el cordero de Dios. La oveja que describe el Evangelio. Yo conozco a mis ovejas y ellas me conocen a mí...

Un día cambié el azadón por las agujas, y el día que tenga que cambiar las agujas las cambiaría por un lápiz para escribir oraciones, dedicaría tiempo para orar más, aprender más de Jesucristo y su palabra, y a la vez agradecer a Dios. Es enseñar sembrando y cultivando la fe y mi conocimiento para quienes lo necesitan. También para escribir poemas de casos y cosas de la vida real y de la naturaleza. Porque la vida es un poema y ser feliz es muy fácil. Pero son proyectos; sólo Dios sabe qué quiere de mí y acepto su grandiosa voluntad.





# ALTA TENSION

Desde la esquina

## UNIVERSIDAD DEL CAUCA GANA PREMIO

La prevención y atención del consumo de sustancias psicoactivas es una prioridad para el Ministerio de Salud y Protección Social con políticas y respuestas programáticas centradas en la salud y el bienestar de las personas en riesgo, con problemas o trastornos por el consumo de cualquier sustancia psicoactiva, lícita o ilícita. Por ello se creó el premio nacional Entidad Comprometida con la Prevención del Consumo, Abuso y Adicción a Sustancias Psicoactivas.

El propósito es reconocer prácticas relacionadas con la respuesta local frente a la adaptación de los esquemas de prevención y atención del consumo de sustancias psicoactivas que han realizado las entidades territoriales (departamento o Distrito), los actores del Sistema General de Seguridad Social en Salud, las organizaciones privadas, las organizaciones no gubernamentales, las organizaciones de base comunitaria y entidades educativas.

Galardonadas: Universidad del Cauca, en la categoría Entidades Educativas, por su Buena Práctica: Covid no es una rumba. Alcaldía de Gachancipá, en la Categoría Entidades Territoriales, por su Buena Práctica: Gachancipá activa, familia activa, prevención activa. Asociación Niños de Papel, en la Categoría Agentes del Sistema General de Seguridad Social en Salud, por su Buena Práctica: Abordaje integral de niños y niñas consumidores de sustancias psicoactivas, en el marco de la emergencia sanitaria por covid-19 en servicios ambulatorios. Corporación Nuevos Rumbos, en la Categoría Organizaciones No Gubernamentales, por su Buena Práctica: IBEM-U

## MINGA INDÍGENA ANUNCIA MARCHA A BOGOTÁ

Los indígenas caucanos llegaron a Cali con el propósito de negociar con el presidente Duque los acuerdos firmados y que no se han cumplido por parte de la administración central. «Si el presidente Duque no llega a Cali, salimos a Bogotá a buscarlo», dijo uno de los líderes de la minga indígena, organización que reclama el derecho a la tierra.



## DELEGACIÓN GUBERNAMENTAL

El gobierno nacional envió a Cali una robusta delegación gubernamental para justificar la ausencia del jefe del Estado. La delegación fue encabezada por la ministra del Interior Alicia Arango, el ministro de Salud Fernando Ruiz, el Consejero presidencial Emilio Archila y el comisionado de paz Miguel Ceballos, entre otros. La comisión gubernamental tiene como misión primordial evitar que los indígenas se desplacen a Bogotá.

## PROVOCACIONES DEL GOBIERNO NACIONAL

Las organizaciones que componen la Minga del Suroccidente rechazaron que el Gobierno Nacional determinará militarizar la vía Panamericana en Cauca. Joe Sauca, coordinador del Programa de Defensa de la Vida y los Derechos Humanos del Consejo Regional Indígena del Cauca, Cric, expresó que el mensaje no fue positivo, pues más que una voluntad política se pretende demostrar represión con el uso de la Fuerza Pública. «Colocar su componente de Esmad, Ejército y Policía, al lado del campesinado, los indígenas y los afros, eso es una provocación. En este momento dejamos en claro que todo lo que ocurra en adelante será responsabilidad del Gobierno», expresó el líder de los nativos.

Las comunidades afirmaron que se trata de una movilización pacífica, pero advirtieron que, si los participantes son objeto de provocaciones, serán las autoridades las que asuman las consecuencias.



## CANCILLERÍA NIEGA ACUSACIONES DE MADURO

La Cancillería de Colombia reaccionó a las declaraciones hechas por el presidente de Venezuela, Nicolás Maduro, quien aseguró que el Ejército está formando a más de 1.000 mercenarios que pretenden infiltrarse en el país caribeño para sabotear las elecciones.

El Ministerio de Relaciones Exteriores rechazó las declaraciones del 'dictador' Nicolás Maduro, al considerar que son «falsas y carentes de verdad», dice el comunicado expedido en las últimas horas.

## «LAS FARC DIERON MUERTE A ÁLVARO GÓMEZ »

El grupo diciénte de las FARC Segunda Marquetalia que comandan 'Iván Márquez', 'Jesús Santrich' y 'El Paisa' emitieron un comunicado que habla de la aceptación del crimen de Álvaro Gómez Hurtado por parte de las FARC.

Afirman en el comunicado que el hecho fue ordenado por el secretariado de las FARC desde 1982 y dicen que nadie del establecimiento ha salido a pedir perdón por los campesinos muertos que ordenaron.

«Ninguna de las hipótesis sobre los móviles y autores de la muerte de Álvaro Gómez Hurtado eran ciertas, y ninguno de los que de una u otra manera habían sido implicados tenían que ver con tal suceso», sostienen en el comunicado.

Sostienen, los guerrilleros que la decisión de asesinar al líder conservador «fue decidida por la Dirección de las FARC-EP desde la Séptima Conferencia realizada en el Departamento del Meta en mayo 4 al 14 de 1982».



## ACUSACIÓN A SAMPER PRETENDÍA DIVIDENDOS POLÍTICOS

El grupo diciénte de las FARC Segunda Marquetalia, afirma que fueron falsas las versiones de paramilitares como Éver Veloza (alias HH, de narcos como Santa Lopesierra y Luis Hernando Gómez Bustamante (alias Rasguño), que «pretendieron incriminar, al ex presidente Ernesto Samper Pizano, seguramente con la premeditada determinación de sacar sucios dividendos políticos».

Criticán a la Fiscalía General de la Nación por declarar el asesinato de Gómez Hurtado como crimen de lesa humanidad. Dicen que «la acción contra Álvaro Gómez Hurtado, derivó única y exclusivamente de su condición de artífice de la instigación de los crímenes que cometió el régimen contra los campesinos de Marquetalia, de su pertinaz y tenebrosa persecución, de sus muertes y lutos, como de la confrontación fratricida que se desató y aún no culmina».

## ACUSAN A COLOMBIA DE FORMAR MIL MERCENARIOS

El presidente venezolano, Nicolás Maduro, afirmó que el Ejército de Colombia está formando a más de 1.000 mercenarios que pretenden infiltrarse en el país caribeño y «sabotear el clima político y electoral».

«A esta hora que les estoy hablando, en Colombia se están preparando más de 1.000 mercenarios bajo el entrenamiento del Ejército Nacional de Colombia y de las estructuras de inteligencia de Colombia», dijo Maduro.

Aseguró, ese entrenamiento lo están realizando «bajo el conocimiento, amparo y apoyo» del presidente colombiano, Iván Duque, a quien acusó de formar parte «de estos planes para entrenar mercenarios, terroristas, que pretenden infiltrarse a Venezuela».

El objetivo final, según concluyó, es el de «sabotear el clima político y electoral» de cara a los comicios legislativos que está previsto que se celebren el próximo 6 de diciembre.

## CARLOS HOLMES NO SERÁ CANDIDATO PRESIDENCIAL

Carlos Holmes Trujillo, seguirá como ministro de la Defensa y por lo tanto la dirigencia única del partido Centro Democrático, no lo postulará como candidato presidencial. La información proviene desde el Uberrimo donde se analizó la situación del ministro que afronta una moción de censura en el Congreso de la República.

En la baraja de pre-candidatos presidenciales por parte del partido de gobierno figuran: Óscar Zuluaga, Paloma Valencia, Abelardo de la Espriella, Rafael Nieto. Si se acuerda una coalición apoyarían al candidato Alex Char, indicó nuestra fuente.

## DE ANIMALES CALIFICÓ TRUMP A QUIENES PROTESTAN

El presidente de Estados Unidos, Donald Trump, tachó de «animales» a los manifestantes que la víspera derribaron las estatuas de dos prominentes exmandatarios en Portland, escenario de protestas raciales ininterrumpidas desde mayo. Unas 300 personas marcharon en el centro de la mayor ciudad del estado de Oregon (oeste) para la conmemoración del 12 de octubre, que bautizaron como el «día de la ira de los pueblos indígenas». «Pongan a estos animales en la cárcel ahora», tuiteó Trump, que busca la reelección bajo la bandera de la «ley y el orden». «La izquierda radical solo sabe aprovecharse de un 'liderazgo' muy idiota. ¡Esto es (Joe) Biden!», su rival demócrata. El alcalde Ted Wheeler dijo que la marcha era «una oportunidad pacífica para la educación, la reflexión y la celebración de los logros de la comunidad indígena» y condenó el vandalismo «obsceno».



Mónaco:

# EL PAÍS MÁS RICO Y SEGUNDO MÁS PEQUEÑO DEL MUNDO



Mónaco es, por lejos, el país más rico del mundo con un PBI per cápita de USD 188mil. Esto quiere decir que cada habitante de Mónaco produce anualmente, en promedio, 4 veces más riqueza que un habitante estadounidense o 17 veces más que un argentino o 50 veces más que un colombiano. Con tan solo 2 kilómetros cuadrados Mónaco es el segundo más pequeño del mundo con salida al mar.

## Orbedatos Agencia de Noticias

**M**ónaco es el primer país más rico del mundo. Se trata de un paraíso fiscal con grandes ventajas impositivas; la tierra del famoso Casino en Monte Carlo, el Gran Premio de Fórmula Uno, los yates, las películas de James Bond, los paparazzi. Rodeado por Francia y a orillas del Mar Mediterráneo, es un centro financiero y turístico.

Está entre los diez países con el mayor Producto Interno Bruto (PIB) por habitante y, una de las características más destacadas del principado, es que los residentes monegascos no pagan impuestos sobre la renta. Junto a Andorra y Liechtenstein, Mónaco salió de la lista negra de paraísos fiscales que no colaboran con la transparencia, según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), aunque no toda la información eco-

nómica del Estado es fácil de conseguir.

Su mercado inmobiliario ha sido por décadas uno de los más cotizados en el mundo, dado que tiene altos niveles de privacidad y cercanía con otros centros financieros.

Le contamos 5 curiosidades de Mónaco

Un tercio de las personas son millonarias

Mónaco es el segundo país más pequeño del

mundo, después de El Vaticano.

Su belleza, su ubicación es una de las características que lo hacen una referencia pues está entre Francia y el Mar Mediterráneo.

Monaco, con 19.150 habitantes por Km2, es el país con más densidad de población del mundo.

Mónaco tiene una superficie de 2 km2, y es además el país más pequeño del mundo, por lo que

no es de extrañar que, a pesar de su enorme densidad de población, solo tenga 38.300 habitantes. Está entre los países con menos población del mundo.

El PIB per cápita es un muy buen indicador de la calidad de vida de los ciudadanos de un país. En el caso de Mónaco, en 2018, fue de 158.842€ euros, por lo que se encuentra en el primer lugar del ranking de PIB Per Cápita. Podemos decir que los ciudadanos de





Mónaco cada año es sede de una válida de la Fórmula 1 de automovilismo.



Casino de Montecarlo, Mónaco, un sitio donde se juegan las fortunas.

Mónaco son los más ricos al menos en comparación con los 196 países que forman este ranking.

Tras él, Singapur con 7.843 habitantes por Km<sup>2</sup> es el segundo país por densidad de población.

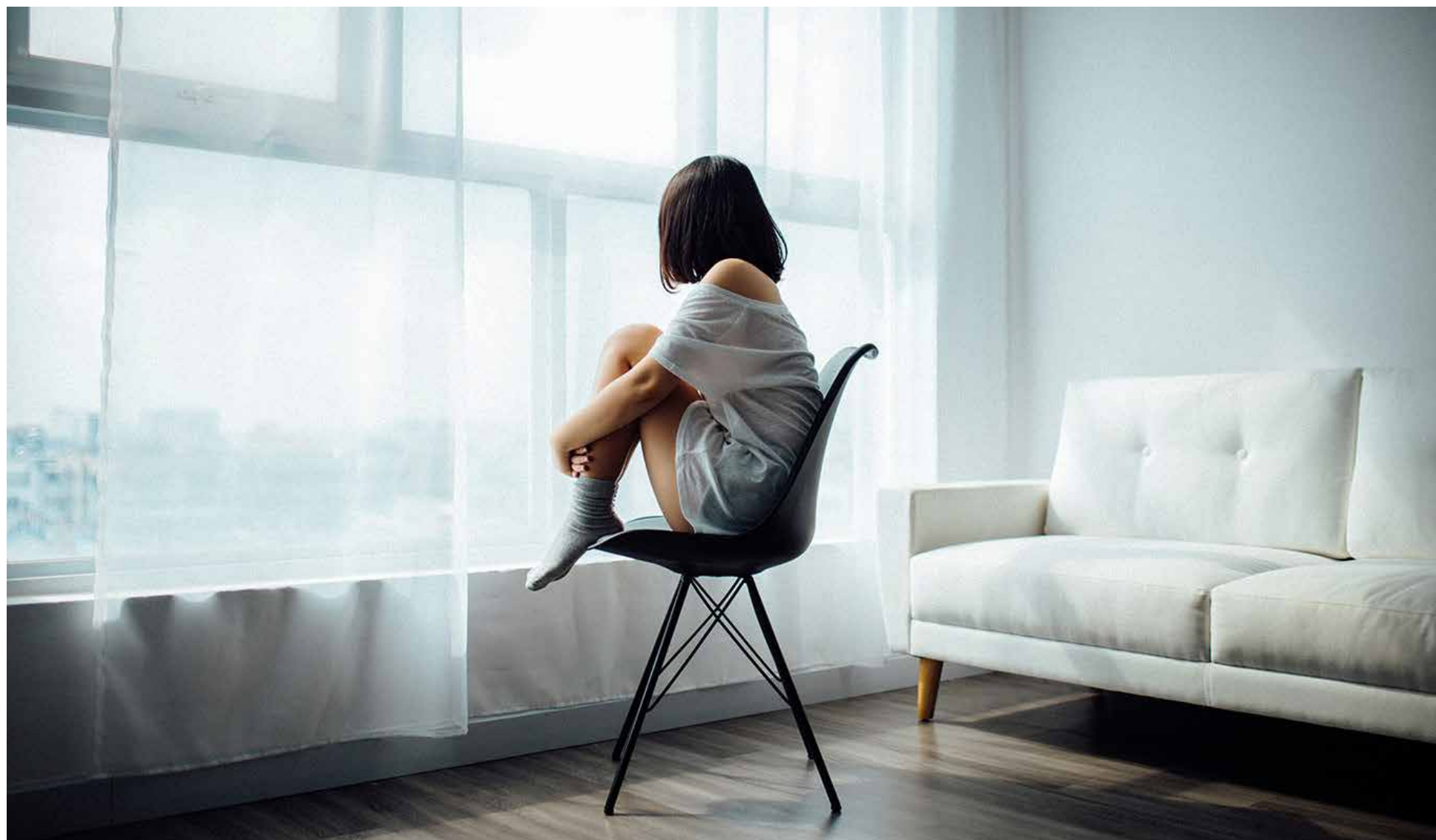
La otra cara de la moneda es Mongolia, con una densidad de población de 2 habitantes por Km<sup>2</sup> y una población total de 1.395.380.000 habitantes.

Monaco un paraíso fiscal con grandes ventajas impositivas la tierra del famoso Casino en Monte Carlo el Gran Premio de Fórmula Uno los yates las películas de James Bond los paparazzi. Rodeado por Francia y a orillas del Mar Mediterráneo es un centro financiero y turístico. Junto a Andorra y Liechtenstein Mónaco salió de la lista negra de paraísos fiscales que no colaboran con la transparencia según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos OCDE aunque no toda la información económica del Estado es fácil de conseguir.



El común de la gente:

# «YO NO NECESITO IR AL PSICÓLOGO»



Estamos acostumbrados a aguantar el dolor psíquico, es más, tenemos muchas estrategias mentales para soportarlo.

## Psicocode

**Q**uien más, quien menos, estaremos en este mundo unos 75 años. Un día tiene 24 horas por lo tanto un año tiene 8760 horas lo que suma un total de 657.000 horas de vida.

Luisa siente una pequeña molestia en un pie. De vez en cuando al caminar siente un pinchazo, pero lo deja estar. Al cabo del tiempo, sigue notando el pinchazo cada vez más doloroso, pero se acostumbra a ese dolor pensando que ya se le pasará. Pasan tres años y el marido de Luisa se da cuenta que cojea un poco, ella se da cuenta en ese momento que le duele la cadera, y acude al médico. El diagnóstico

es medianamente grave, y Luisa requiere operación y estar con una muleta durante un año.

Si llevamos esto al mundo de la salud mental, creo que se entiende perfectamente. Estamos acostumbrados a aguantar el dolor psíquico, es más, tenemos muchas estrategias mentales para soportarlo. En el caso de Luisa, si cambiamos la pierna, por... Luisa un día se sentía decaída... el final de la historia, la muleta, se convierte en medicación.

Pero hoy en día aún existe una diferencia muy grande entre el enorme valor y atención que le prestamos a nuestra salud física y el temor, prejuicio y tabú que existe hacia las dolencias psi-

cológicas o emocionales. En la historia de Luisa, si la dolencia fuera física, es probable que fuera ayudada por sus familiares o personas desconocidas, le cederían el puesto. En la guagua, se preocuparían por su situación, la acompañarían a los lugares donde no podría ir sola etc.

Sin embargo si se quejara de ansiedad, tristeza, desánimo, culpa, podría ocurrir que su entorno le exigiera salir de esa situación con expresiones del tipo «afortunadamente no tienes nada físico», «si lo tienes todo, no te quejes», «eso son boberías tuyas», «ya estás otra vez», y un sinfín de juicios hacia esa persona sin entender que una dolencia psíquica o del alma, puede llegar a ser

mucho más limitante y dolorosa que una física, ya que el asunto mental no resuelto se va a expresar de forma violenta a través del cuerpo mediante nuestras emociones expresadas o no expresadas.

Y claro, ante esta falta de aceptación y entendimiento de ver las dolencias mentales como algo normal, las personas tendemos a esconderlas, haciéndolas nuestro secreto, pues tememos mostrar aquello que nos hace débiles, muchas veces con fachadas que muestran lo contrario.

Es frecuente escuchar en consulta «yo no le digo a nadie que voy al psicólogo». Afortunadamente todo esto va cambiando poco a poco. Me llega

a la cabeza la siguiente pregunta... ¿Somos débiles? Procuraré responderla. Hay que entender que de un modo u otro los problemas de ansiedad, depresión, preocupaciones etc. no son «culpa» nuestra, al fin y al cabo los «trastornos» nacen de salirse de la media de lo que se espera en una sociedad.

Una sociedad encorsetada, rígida y muy exigente, en la cual la confusión entre lo que realmente es necesario y tiene valor, nos han creado unas necesidades y expectativas que muchas veces penden de un hilo, y están alejadas de muchas realidades que vivimos. Y aquí aparece el concepto de Felicidad, parece que estamos en la era de encontrar la Felicidad.



Diez propiedades nutritivas:

# ¿PUEDE EL AJÍ PROLONGAR LA VIDA?



Una investigación manifestó que el consumo de pimientos rojos reduce la mortalidad en un 13% entre los participantes. Sobre todo, se vincula con las muertes por enfermedades cardíacas o derrames cerebrales.

**E**s que un estudio de investigadores de la escuela de Medicina de la Universidad de Vermont mostró que el consumo del ají picante se asocia con un 13% de reducción en la mortalidad, en especial muertes debidas a enfermedad del corazón o derrame.

El estudio prospectivo fue publicado en Plos One. Desde tiempos inmemoriales los pimientos y condimentos han sido considerados benéficos para tratar enfermedades, aunque pocos estudios han asociado el ají con una menor mortalidad.

En la nueva investigación se examinaron las características de los participantes según el consumo de ají. Se encontró que los consumidores de ese producto tendían a ser «más jóvenes, varones, blancos, casados, fumaban y bebían alcohol y

consumían más verduras y carnes y tenían menos colesterol bueno (HDL), en comparación con quienes no consumían ají».

## Historia

El ají se integró de una forma muy útil a la cocina española y del resto de Europa (y especialmente la italiana), en gran medida para los embutidos, ya que según crónicas y textos del siglo XV, estos antes usaban solo pimientos y vinagre para conservar los rellenos (de forma parecida a los salchichones que se elaboran en diversas regiones y países). Es común, pero no generalizado, que en España se denomine pimiento a las variedades que solo condimentan pero que no producen ardor, y guindilla a las picantes.

Durante los siguientes doscientos años, su uso revolucionaría la gastronomía de los pueblos mediterráneos, trans-

formando también la cocina de China, India e Indonesia. Tal fue su aclimatación, que en muchos sitios de África y de la India se cree que las plantas son originarias de esas regiones. Al parecer, los procesos culinarios no eliminan todos los rastros de los pimientos, por lo que los restos de los recipientes en los que estos se cocinaron, permitieron a los investigadores determinar el origen de este alimento.

De esta manera, el hecho de que las áreas secas y áridas favorezcan la conservación de restos arqueológicos, y que, sin embargo, las regiones tropicales normalmente la dificulten, no impidió que se rastreara el origen de estos vegetales. «Hasta hace poco se creía que los ancestros de las civilizaciones altiplánicas, como los incas y los aztecas, fueron responsables de muchos de los avances agrícolas y culturales de la región»,

explicó Scott Raymond. Al parecer existen alrededor de 1000 variedades de chile en el mundo. Pero, ¿qué características tiene para que sea tan recomendado? Dos especialistas nos lo cuentan. La dermatóloga Rossana Janina Llargo y la nutricionista Laura Romero del centro Nutrest.

## Propiedades nutricionales

1. El ingrediente activo es la capsaicina, la cual le da esa característica picante. Además, se compone de agua, carbohidratos, fibra, proteína, vitaminas A, B1, B2, B6, azufre, calcio, hierro, magnesio, potasio, sodio, magnesio, y yodo.

2. Los chiles rojos contienen grandes cantidades de vitamina C y A, más que los amarillos y verdes.

3. Se ha visto que tiene efectos anticancerosos, analgésicos, antiinflamatorios, y antimicrobianos.

4. En el aparato respiratorio puede actuar como expectorante para problemas de congestión o tos.

5. Te ayuda a tener esa sensación de saciedad para que comas menos cantidad de calorías, y también se está estudiando si inhibe proteínas asociadas a la producción de grasa.

6. Funcionan como antioxidantes al proteger de enfermedades cardiovasculares, padecimientos digestivos como el Síndrome de Intestino Irritable, así como reforzar el sistema inmunológico.

7. Incrementa moderadamente el gasto energético debido a un efecto termogénico (elevación de la temperatura corporal), por lo que también se ha relacionado con un aumento en el metabolismo.

8. Al favorecer procesos de cicatrización, ayuda a problemas de acné, herpes labial, quemaduras, y heridas de la piel.

9. Tiene efectos antioxidantes en la piel que ayudan a estimular la formación de colágeno, dar uniformidad al tono de piel y una mejor textura.

10. Estimula la función de los folículos pilosos para ayudar a que el cabello crezca y darle un aspecto más grueso y brillante. Por eso encontramos en el mercado productos con chile o capsaicina para combatir la pérdida de cabello. La mejor forma de consumirlo. Agrega a tus platillos una variedad de chiles



Arzobispo de Popayán, Omar Alberto Sánchez Cubillos:

# DEL CATATUMBO AL CAUCA



*Conferencia Episcopal de Colombia*

**Monseñor Omar Alberto Sánchez C.**

**Arzobispo electo de Popayán**



Monseñor Omar Alberto Sánchez Cubillos, nuevo Arzobispo de Popayán.

**E**l Papa Francisco ha nombrado como nuevo arzobispo de Popayán a monseñor Omar Alberto Sánchez Cubillos, hasta el momento obispo de Tibú.

El prelado de la iglesia viene de la zona del Catatumbo, una región afectada por la violencia y llega al Cauca, otra región donde se masacran a diario campesinos, indígenas y líderes sociales.

## BIOGRAFÍA

Nació en Cogua-Cundinamarca, Diócesis de Zipaquirá, el 20 de septiembre de 1963; en su pueblo natal realizó sus

estudios básicos de primaria y secundaria. Ingresó en la Orden de Predicadores, para la Provincia de San Luis Beltrán en Colombia el 7 de diciembre de 1982. Inició el noviciado el 1 de febrero de 1983. Hizo su primera profesión religiosa el 2 de febrero de 1984 y la profesión solemne, el 12 de febrero de 1989.

Adelantó su formación filosófica y teológica en el Studium Generale de la Orden Dominicana en Colombia. Fue ordenado sacerdote el 17 de febrero de 1990.

Prosiguió sus estudios en la Universidad Santo

Tomás de Bogotá, donde obtuvo la licenciatura en filosofía y ciencias religiosas y posteriormente se especializó en teología dogmática en la Pontificia Universidad Santo Tomás de Roma y en Gerencia de Instituciones de Educación Superior en la Universidad Santo Tomás de Bogotá.

En sus 20 años de ministerio sacerdotal le han sido encomendadas las siguientes tareas y responsabilidades pastorales:

Profesor de humanidades en la Universidad Santo Tomás (1997-1998);

•Párroco de la Parroquia de San Luis Beltrán en Barranquilla (1999); Fundador de la Comunidad Dominicana de Villavicencio y director del Centro de Educación a Distancia en esa ciudad;

•Presidente de la junta directiva de la ONG «Corporación Dominicana opción vida, justicia y paz» y vocal de la misma;

•Consejero Provincial (1994-1998);

•Prior del Convento de Nuestra Señora del Rosario de Chiquinquirá y

•Rector del Santuario Mariano Nacional (2003-2009);

•Superior de la casa José de Calasanz Vela en Villavicencio (2010).

•Miembro del Consejo Provincial;

•Prior del Convento Cristo Rey en la ciudad de Bucaramanga y colaborador en la Universidad santo Tomás de Aquino en la misma.

El Santo Padre Benedicto XVI, lo nombró como Obispo de Tibú el 7 de junio de 2011. Recibió su ordenación Episcopal del 8 de agosto de 2011 y tomó posesión canónica de la Diócesis de Tibú el 3 de septiembre del mismo año.



Botox:

# CURA PARA LAS ARRUGAS



Las inyecciones de botox contienen algunos tipos de la toxina botulina para paralizar temporalmente la actividad de los músculos.

## Orbedatos Agencia de Noticias

**C**on los avances de la medicina, se ha logrado demostrar que el botox es seguro, sea a corto plazo o de manera prolongada, aunque los datos sobre el tratamiento de las arrugas con botox apenas se remontan a alrededor de 15 años.

En los corrillos políticos se mencionada desde el ex presidente Juan Manuel Santos, el ministro de la Defensa, Carlos Holmes Trujillo, Armando Benedetti, Roy Barreras, María Fernanda Cabal, magistrados de las altas Cortes, funcionarios estatales y dirigentes del sector privado con las personas que más usan botox, para presentar una imagen fresca. Según especialistas de Mayo Clinic el botox es seguro para uso prolongado y tam-

bién puede suspenderse en cualquier momento, sin que la piel luzca peor que antes de empezarlo. Para garantizar su eficiencia y seguridad, es necesario que la administración del botox esté a cargo de un especialista certificado en dermatología, cirugía plástica, cirugía plástica ocular u otorrinolaringología; ya que esos especialistas deben contar con la máxima experiencia para reducir y tratar las complicaciones en caso de que se presenten.

Se debe tener en cuenta que el botox puede ser peligroso cuando se administra incorrectamente, pues las inyecciones pueden provocar efectos secundarios, tales como dolor, hinchazón o hematomas en el lugar de la inyección, dolor de cabeza, síntomas parecidos a los de la gripe y sequedad en los ojos o lagrimeo excesivo, entre otros factores. Para que esto no suceda se recomienda que todos los

tipos de inyecciones de botox sean autorizados por la Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos.

Actualmente uno de los más utilizados en la sociedad, es el de las arrugas de la frente que de acuerdo con investigaciones se recomienda solo utilizarlo para las personas de hasta 65 años de edad, pues pasada esa edad, la eficacia del medicamento posiblemente no sea igual que en las personas más jóvenes.

Las inyecciones de botox contienen algunos tipos de la toxina botulina para paralizar temporalmente la actividad de los músculos. Esta toxina es producida por las mismas bacterias que causan el botulismo, que es un tipo de envenenamiento alimentario. Las inyecciones de botox son populares para reducir la apariencia de las arrugas faciales, aunque también se usan en el tratamiento

de otras enfermedades, tales como los espasmos repetidos del cuello, la hinchazón excesiva, ojo perezoso, hasta para prevenir las migrañas crónicas.

Esta toxina botulina funciona al bloquear ciertas señales químicas de los nervios, que en su mayoría son las que hacen contraer a los músculos, permitiendo que los músculos faciales subyacentes que causan las arrugas se relajen temporalmente. Las inyecciones de la toxina botulina normalmente empiezan a funcionar pocos días después del tratamiento y su efecto puede durar hasta 3 meses o más. Si uno desea mantener los beneficios del botox, es necesario recibir más inyecciones de forma regular, el número de inyecciones necesario varía según muchos factores, incluida la dimensión de la zona a tratarse.

Los estudios revelan que las personas que más

se benefician con las inyecciones son quienes tienen hasta 65 años de edad. Sin embargo, eso no significa que las personas mayores de 65 años no puedan o no deban usar el botox, sino que es importante reconocer que los resultados quizás no sean tan buenos como en la población más joven. A fin de que los adultos mayores obtengan los mismos resultados que los más jóvenes, es necesario administrar el producto en combinación con rellenos faciales inyectados en la piel para suavizar las arrugas.

En conclusión, si usted decide dejar de usar el botox, las arrugas de la frente volverán a lucir igual que antes de que empezara con las inyecciones. Su cara no se arrugará más como resultado del bótox y cuando lo suspenda, los músculos recuperarán la fuerza y el movimiento normal



# EL FANTASMA



## LA CRISIS DE LOS ARTISTAS COLOMBIANOS

Con la repetición de «Pedro, el escamoso» volvió a relucir la crisis por la cual atraviesan los actores de Colombia. Lo grave es que no obedece a la pandemia, sino a la falta de contratación de talento por parte de las programadoras desde hace varios años. La caída estrepitosa del Canal RCN TV por las pésimas administraciones ha llevado consigo a que decenas de actores, camarógrafos, directores, libretistas y demás personal que labora en las producciones, queden en el desempleo o como llama el DANE en la informalidad.

## SANDRA FUE CAPAZ DE HABLAR

La talentosa y hermosísima Sandra Reyes destapó la realidad de los actores en Colombia y denunció que, por la repetición, no tienen regalías y que «gracias a Dios y a Fanny Mickey, les llega alguna ayuda». Sandra manifestó que muchas veces no tiene siquiera para un taxi. Así es la vida de nuestros ídolos.

## A LAS VENTAS

Los actores y actrices se han dedicado a las ventas, a comercializar finca raíz o cualquier cantidad de productos, menos en lo que han desarrollado su trabajo. Abandonados por las empresas y por el Estado, los actores pasan tragos amargos en esta pandemia.



## LAURA SÁNCHEZ

Laura Sánchez, esta hermosa modelo paisa que ha encontrado en el gimnasio, el patinaje y el ciclismo las claves para el éxito. Es reconocida en las redes sociales.

## COVID FAVORECIÓ A LOS CANALES

Los canales de televisión encontraron un precioso pretexto —con la llegada de la pandemia— para no producir con talento nacional con la excusa de la pandemia y se han dedicado a transmitir novelas de hasta hace más de 20 años, a pasar enlatados turcos, mexicanos y hasta los vetustos venezolanos.

El talento nacional se encuentra paralizado, mientras tanto, los ministerios de las Tic, del Trabajo y de cultura hablan de la importancia del agua en la navegación fluvial.

## Y POR LOS LADOS DE LA MÚSICA, GRAVES

El otro sector damnificado es el de los músicos. Orquestas, agrupaciones, solistas esperan que esta pandemia llegue pronto a su final. Algunos han sobrevivido porque trabajan como profesores en algunos colegios, otros han pasado a la informalidad y unos más han hecho conciertos virtuales, pero las expectativas no son muy halagüeñas.

«El público aún no se acostumbra a ver los conciertos por internet, están escépticos y no es lo mismo», comentó una cantante.

[elfantasmaprimicia@gmail.com](mailto:elfantasmaprimicia@gmail.com)



## MINERÍA EN COLOMBIA

Colombia, día a día, se deteriora más y pierde sus recursos naturales como consecuencia de las minería legal e ilegal que explotan los recursos naturales con la complicidad de las autoridades estatales.

El país, a pesar de ser rico en minerales, como el oro, vive en las zonas de explotación la mayor miseria como consecuencia de la mala distribución de los recursos, que, en su totalidad, son enviados al exterior por multinacionales que ejercen un verdadero monopolio

con los respectivos permisos del Estado.

Entre tanto, en sitios ya explotados surge la minería ilegal. En unos casos como consecuencia de la pobreza absoluta de las personas que acuden a esta actividad para poder subsistir.

Sin embargo, grupos irregulares, especialmente relacionados con el paramilitarismo y el narcotráfico, se han apoderado de otras regiones; allí cuentan con maquinaria pesada, y dejan a su paso la destrucción de los recursos naturales renovables

y no renovables de Colombia.

Lo grave de esa situación es que por preferir la explotación del oro y algunas piedras preciosas Colombia se está quedando sin agua, y con la naturaleza totalmente destruida, pues en tales actividades se utilizan mercurio y otros productos contaminantes que envenenan a diario el medioambiente.

Las licencias para la explotación de los minerales se han convertido en negocio de una mafia, son entregadas a dies-

tra y siniestra, sin ningún control, a quienes llegan con jugosas cantidades de dinero que exigen algunos corruptos funcionarios estatales.

Las Fuerzas Armadas también han sido partícipes de esa actividad, al permitir el traslado por las principales vías colombianas de maquinaria pesada, la cual llega a sitios remotos donde la destrucción es total.

En el Congreso, donde se legisla y se toman las medidas del caso, para proteger a los colombianos, la mayoría de los políticos

se encuentran más interesados en enriquecerse legal o ilegalmente, pasan «de agache» ante la tremenda crisis que se avecina; pero ellos o no la ven, o se hacen los que «eso no es conmigo».

Por ello se hace necesario que todos los estamentos de la comunidad empecemos a defender nuestros recursos, para que las nuevas generaciones no vayan a vivir los inconvenientes que se ven a corto plazo.

## COLUMNISTA

### ADEMAS DEL CORONAVIRUS EXISTEN OTROS PENDIENTES

**Jorge Giraldo Acevedo**

**N**o nos digamos mentiras las diarias apariciones del señor presidente por los canales de la televisión nos tienen a miles de personas cansadas, asustadas y hasta en pánico.

Ya es exagerada tanta repetición sobre las medidas preventivas para evitar el contagio del coronavirus y se ve claramente que el mandatario está más interesado en darse vitrina o pantalla que en solucionar otros problemas del país.

Ante la situación nacional deseamos que el presidente, también como presentador del programa de televisión, ahora escuche a la ciudadanía sobre la serie de pendientes que más interesan a la comunidad

tales como la grave inseguridad y el asesinato de líderes sociales; en materia económica la pobreza y más que todo las desigualdades; otros casos pendientes son el trabajo para erradicar la inmoralidad en la administración pública; también una medida concreta para lograr la disminución de los problemas por la migración de venezolanos a Colombia y en el paquete de pendientes se encuentra el conflicto que existe en las cárceles del país por el gravísimo y demás creciente hacinamiento y valga reconocerlo, en forma lenta, en el Congreso se tramita un proyecto tendiente a cambiar el deficiente sistema de salud. Hace falta que el gobierno de Iván Duque Márquez, en armonía con el Congreso, solucione muchos problemas sociales y económicos ya que es demasiado claro que los males de Colombia y del mundo no solo

son por la pandemia del coronavirus. Valga la oportunidad para aseverar que en Colombia no son todas las personas que en la presente época mueren por causas de la pandemia del coronavirus; por eso muchas familias se han visto en la necesidad de protestar ante los sistemas de salud e incluso las autoridades.

Han sido muchas las personas que les colocan como causa del fallecimiento el coronavirus y en verdad su muerte ocurrió por otras novedades, motivos o causas.

Claro está que como está la situación quien no muera por la pandemia podría fallecer por pánico o por la falta de civismo de muchas personas que no atienden la mínima medida de precaución en el sentido de portar el tapabocas.

### EN COLOMBIA



ISSN: 2323-0606

Víctor Hugo Lucero Montenegro  
**Director**  
Miembro del Círculo de Periodistas de Bogotá CPB

Guillermo Romero Salamanca  
**Sub director**

Javier Sánchez  
**Jefe de Redacción**

William Fonseca  
**Gerente**

Catherine Rodríguez Duque  
**Coordinadora de editores**

Pedro Fuquen  
**Editor de Turismo**

Rafael Camargo  
**Editor Nacional**  
Miembro del Colegio Nacional de Periodistas

Carlos Osorio  
**Editor Internacional**

Freddy León Cuellar

**Editor Pacífico**  
Miembro del Círculo de Periodistas de Cali

Alejandro Arias  
**Editor Atlántico**

Luis Eduardo Romero  
**Editor Cundinamarca**

Juan Romero  
**Editor Espectáculos**

Armando Martí  
**Editor cultural**

Armando Meléndez  
**Editor Redes Sociales**

**Corresponsales en el mundo**

**Estados Unidos:**  
Lorena Sánchez  
Omar Sánchez  
Luis Guillermo Vega

**Paraguay:**  
Ignacio Martínez

**Cuba:**  
Lázaro David Najarro Pujol

**Europa:**  
Carlos Andrés Lucero Carmona

**Australia:**  
Mónica Lucero Mosquera

**Fotógrafos:**  
Rodrigo Dueñas  
Juan Francisco Zuleta

**Diseño y diagramación:**  
Felipe Ballesteros

**Orbedatos**

primiciadiario@gmail.com  
Teléfono 3013209285  
Bogotá - Colombia - Sur América



COVID FAVORECIÓ A LOS CANALES

LA CRISIS DE LOS ARTISTAS  
COLOMBIANOS



# PRIMICIA

DIARIO

MARTES  
**13**

AÑO 4 - EDICIÓN 928 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA OCTUBRE DE 2020

Pueblos del Valle del Sibundoy:

## DEFIENDEN EL AGUA Y RECHAZAN LA MEGAMINERÍA



El Valle de Sibundoy es un lugar pluriétnico y multicultural, convergen allí comunidades originarias como los Camentsá, Ingas y Pastos, el campesinado y comunidades negras que decidieron cohabitarlo al ver su belleza andino amazónica. Desde el gobierno de Uribe la política de Estado a favor de la explotación de los bienes naturales, bien llamada 'extractivista', permanentemente asesina la flora, fauna y agua del Putumayo.

Perú:

**TURISMO DE  
ARQUEOLOGÍA  
CULTURAL**



Mónaco:

**EL PAÍS MÁS RICO  
Y SEGUNDO MÁS  
PEQUEÑO DEL MUNDO**



[WWW.PRIMICIADIARIO.COM](http://WWW.PRIMICIADIARIO.COM)