

ME QUIEREN MATAR»: «JORGE 40»

COLOMBIA CERCA DEL
MILLÓN DE CONTAGIOS



PRIMICIA

DIARIO

LUNES
19

AÑO 4 - EDICIÓN 932 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA OCTUBRE DE 2020

Niños indígenas reclaman:

PAZ Y ARMONÍA CON LA NATURALEZA



Niños nasa en la vereda Solapa en el municipio de Jambaló en el departamento del Cauca, reclaman vivir en paz y armonía con la naturaleza. Los indígenas mayores reclaman del gobierno nacional protección de sus líderes que son perseguidos, amenazados y ultimados por fuerzas oscuras.

Gobierno Duque estigmatiza a los indígenas:

LLEGÓ LA MINGA A BOGOTÁ



Enfermedades cardiovasculares:

CADA OCHO MINUTOS MUERE UN COLOMBIANO



WWW.PRIMICIADIARIO.COM

Gobierno Duque estigmatiza a los indígenas:

LLEGÓ LA MINGA A BOGOTÁ

Mientras el gobierno Duque estigmatiza, rechaza e irrespeta a los indígenas de La Minga, la alcaldesa de Bogotá Claudia los acoge, los respeta y cree en la palabra de los nativos.

Javier Sánchez

Llegaron los indígenas que habían anunciado un encuentro con el presidente Duque. Primero fue convocado al Cauca, se negó rotundamente. Luego le hicieron saber que podrían reunirse en Cali, tampoco fueron escuchados. Finalmente llegaron a Bogotá, donde el gobierno Duque ha descartado cualquier reunión con los indígenas acusándolos de ser políticos.

Gobierno de Bogotá

«Las marchas que tenemos esta semana en Bogotá son fruto de los desacuerdos del gobierno nacional con la ciudadanía y de la imposibilidad que ha habido hasta ahora de que el Presidente se reúna directamente con la Minga. Con la Minga se podrían haber solucionado las diferencias mediante el diálogo y la negociación y así se habría evitado el desplazamiento de más de 6.000 indígenas por varias ciudades hasta Bogotá en medio de la pandemia», expresó la alcaldesa Claudia López.

«Las marchas son contra el gobierno nacional, pero la logística la pagan los impuestos de los bogotanos. La Alcaldía de Bogotá. La movilización pacífica de la Minga a la que recibimos con el mayor respeto por sus tradiciones y causas», indicó la Alcaldesa. «Le pido con todo respeto al Go-



La olla comunitaria empezó su labor de preparar los alimentos de La Minga Indígena en Bogotá.



En chivas los indígenas del Cauca entraron en completo orden a Bogotá



La Minga Indígena durante ceremonia de protección agradecieron de la alcaldesa de Bogotá Claudia López todo el apoyo recibido ante el rechazo que les hizo el gobierno Duque.



Las carpas donde se hospedaran los indígenas levantadas por el gobierno de Claudia López al haberse negado el gobierno Duque.

bierno Nacional resolver sus conflictos con la ciudadanía y la Minga pacíficamente, sin estigmatizaciones y agresiones que terminen en actos que perjudiquen a la ciudadanía y a Bogotá. La instrucción que he dado como Alcaldesa a la Policía es que se respete y garantice la manifestación pacífica y espero que desde el nivel nacional no se dé una instrucción contraria», pidió la señora López.

Gobierno Duque

El Gobierno Duque insiste en que esta es una Minga política, por lo que incluso ha pedido que diga «con claridad a los colombianos» si quiere convertirse en un movimiento político.

«A este Gobierno nadie lo tiene que emplazar porque en el diálogo constructivo hemos demostrado que estamos siempre pensando en la realidad de los ciudadanos», ha dicho Duque evitando en todo momento el encuentro con los indígenas, a pesar que en la campaña presidencial aparece vistiendo las prendas de los nativos, abrazándose e indicando que iba a trabajar por ellos.



La alcaldesa de Bogotá Claudia López se reunió con la guardia indígena, donde acordaron las medidas de bioseguridad y de organización de las actividades que realizarán en la ciudad reclamando protección contra los líderes.

El Consejo Regional Indígena del Cauca, le hizo entrega a la alcaldesa de Bogotá Claudia López de su bandera.



Todas las medidas de salubridad se encuentran a disposición de los marchantes de La Minga Indígena.



Cada 30 metros se instalaron sitios para lavado de manos en la unidad deportiva, donde se alojan los integrantes de La Minga Indígena.

El estilo de vida influye:

RIESGO DE PADECER DIABETES



Los médicos pueden diagnosticar la diabetes mediante varios exámenes diferentes. Uno de los más comunes es el análisis de la glucosa sanguínea en ayunas. Para ello, se extrae una muestra de sangre después de que la persona no ha comido durante 8 horas y se analiza la cantidad de sangre presente: el rango normal está entre 70 y 100 miligramos por decilitro (mg/dl); la diabetes está en 126 mg/dl o más; y cuando la glucosa sanguínea se encuentra entre 101 y 125 mg/dl, eso es prediabetes.

Natalia López Orozco Especial

Cuando alguien tiene prediabetes, eso significa que el nivel de la glucosa sanguínea está más alto de lo normal, pero no lo suficiente para alcanzar el nivel de la diabetes. Rara vez alguien en su situación necesita medicamentos; pero cambiar el estilo de vida, por ejemplo, con mejor alimentación, más ejercicio o perder peso, generalmente logra reducir la glucosa sanguínea hasta un nivel más sano y ayuda a prevenir la diabetes.

La diabetes se presenta cuando hay demasiada glucosa (azúcar) en la sangre. A fin de entender la diabetes, hay que conocer cómo funciona la hormona insulina. Después de comer, el páncreas produce insulina y la envía a la sangre.

La insulina se desplaza por la sangre y funciona como una llave que permite a la glucosa de la comida ingresar a las células. A medida que la glucosa ingresa a las células, la cantidad de esta en la sangre disminuye. Al padecer diabetes, ese proceso no funciona como debería y mucha glucosa permanece en el torrente sanguíneo.

Existen varios tipos. El más común es la diabetes tipo 2, que se desarrolla cuando el cuerpo ya no puede producir suficiente insulina para mantener a la glucosa sanguínea en un nivel sano, o cuando las células corporales se vuelven resistentes a la insulina.

Los médicos pueden diagnosticar la diabetes mediante varios exámenes diferentes. Uno de los más comunes es el análisis de la glucosa sanguínea en ayunas.

Para ello, se extrae una muestra de sangre después de que la persona no ha comido durante 8 horas y se analiza la cantidad de sangre presente: el rango normal está entre 70 y 100 miligramos por decilitro (mg/dl); la diabetes está en 126 mg/dl o más; y cuando la glucosa sanguínea se encuentra entre 101 y 125 mg/dl, eso es prediabetes.

Encontrarse en el rango de la prediabetes indica que uno corre más riesgo de desarrollar la enfermedad si no cambia algo en el estilo de vida. Entre los factores de riesgo más importantes están el exceso de peso, la inactividad y la edad. A pesar de que la diabetes puede desarrollarse a cualquier edad, el riesgo aumenta al envejecer, especialmente después de los 45 años. Por el simple hecho de tener 50 años, el riesgo ya es alto. Para

reducirlo, puede implementar cambios importantes en su vida.

El hecho de estar en un rango de peso normal y comer saludable, son medidas que encaminan en la dirección correcta. No obstante, esto no es suficiente. Considerar el nivel de actividad puede hacer la diferencia, pues ser regularmente sedentaria puede elevar el riesgo para diabetes.

Hacer ejercicio es una prioridad. No tiene que ser una sesión vigorosa, sino una caminata rápida, una vuelta en bicicleta, una tarde haciendo jardinería, todo lo que obliga al cuerpo a estar en movimiento es de mucha utilidad. Procure hacer 30 minutos diarios de ejercicio moderado. Si no puede hacerlo de una sola vez, intente con varias sesiones de 10 minutos a lo largo del día. Elija una actividad que sea

divertida para usted a fin de que sea más probable que se adhiera a ella. Según piense en cómo mejorar su alimentación, concéntrese en alimentos bajos en grasa y altos en fibra. Enfóquese en comer frutas, verduras y cereales integrales. Si no está segura de qué es lo correcto para usted, considere reunirse con un especialista en dietética para que revise su alimentación y la ayude a hacer los cambios. Es también importante que se haga revisar regularmente la glucosa sanguínea para saber si está progresando. Converse con el médico acerca de la frecuencia con la que se debe analizar la glucosa sanguínea. Si tiene alguna pregunta o duda, por favor aclárelas también. En muchos casos, la glucosa sanguínea que recae dentro del rango de la prediabetes puede controlarse con éxito sin medicamentos.

Menores:

PROSTITUCIÓN FORZADA



Irina se encontró que no sería camarera sino prostituta.

Maria Melnikova

Irina tenía 16 años y estudiaba en un instituto de la parte meridional de la Federación de Rusia cuando aceptó la propuesta de un amigo de la familia de hacer un rápido viaje a Oriente Medio. La oferta de 500 dólares por su ayuda para traer mercancías y venderlas en la Federación de Rusia parecía lucrativa. Irina fue presentada a Renat y al cabo de unos días recibió un pasaporte, un visado turístico y un billete de avión.

Mientras tanto, los nuevos amigos de Irina habían «mejorado» el plan de su viaje. Ahora trabajaría como camarera en un café local por 1.000 dólares al mes. La madre de Irina tuvo algunas sospechas pero rápidamente le aseguraron que su hija estaba en buenas manos. Renat advirtió también a la madre de Irina de que los preparati-



Irina fue revendida a otro propietario de hotel y castigada con una nueva deuda de 10.000 dólares para compensar su mal comportamiento.

vos del viaje habían costado mucho dinero y de que si su hija cancelaba el viaje le debería 1.000 dólares.

Al llegar a su destino, Irina se encontró que no sería camarera sino prostituta. Le quitaron su pasaporte y la amenazaron con castigarla si se negaba a obedecer o intentaba escapar. La vida de Irina se convirtió en una serie de habitaciones de hotel,

clubes de alterne, «madamas» y clientes, hasta que finalmente intentó escapar. Robó sus documentos y algún dinero y llamó a un taxi. Tan pronto como Irina entró en el aeropuerto, fue detenida por la policía. La «madama» estaba con los policías y pretendía que Irina le había robado dinero. Sin hacer preguntas, la policía ordenó a Irina que volviera con la «madama». Fue revendida

a otro propietario de hotel y castigada con una nueva deuda de 10.000 dólares para compensar su mal comportamiento. Cuando de la Federación de Rusia llegó la noticia de que Renat había sido detenido después de una denuncia de la madre de Irina, se añadieron nuevas amenazas y abusos.

Pero Irina no renunció a escapar. Tras seis nuevos meses de martirio,

finalmente logró ponerse en contacto con la Embajada de la Federación de Rusia. Allí se encontró con que su nombre figuraba en la lista de «personas desaparecidas» de Interpol desde hacía meses.

Con la ayuda de la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) y la Embajada de la Federación de Rusia, Irina fue repatriada en medio de medidas de seguridad. Su caso fue investigado por la policía y actualmente está sometido a los tribunales.

La ONUDD combate la trata de personas mediante una campaña de información mundial y procura reforzar la capacidad de los gobiernos de impedir que se repitan historias como la de Irina. Los proyectos de la ONUDD ofrecen apoyo a las víctimas, como Irina, para lograr su reincorporación a la sociedad.

Crónica:

UN SUICIDA DEPRESIVO



La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima.

Paola Magaña

Fui una cobarde al no querer entrevistar en persona a mi amiga, soy muy sensible ante casos que me abruman. Simplemente empiezo a escribir desde mi computadora con unas cuantas páginas abiertas para llenarme de información.

Lo primero que puse en el buscador fue la palabra depresión, fueron 16,100,000 resultados en menos de .71 segundos, lo cual me sorprendió tanto la cantidad, pero no lo comparo con el resultado de suicidio, fueron 59,000,000 en .38 segundos.

Comenzaré redactando qué significa cada palabra antes mencionada



Fui una cobarde al no querer entrevistar en persona a mi amiga, soy muy sensible ante casos.

(depresión y suicidio) y después hablaré del caso de mi amiga.

La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima,

trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración (OMS, 2017). El suicidio básicamente es quitarse la vida, se deriva de la depresión, trastorno de personalidad y problemas serios con un alto nivel de estrés (Plus, Medline. (2013). Suicidio

y comportamiento suicida).

Ahora bien, un dato que es importante sobre los casos de suicidio: Cada 40 segundos se suicida una persona. La Organización Mundial de la salud publicó un artículo el pasado 9 de septiem-

bre del presente año, argumentando que han aumentado las cifras de suicidio, siendo esta la segunda causa de muerte entre las edades de 15 a 29 años. Al día siguiente de esta publicación se celebró la Prevención del Suicidio.

Después de leer y acomodar los datos antes mencionados, tomé mi celular y le mandé mensaje a Melissa a las 20:12 hrs. Ella es egresada de la FALCOM y por medio de una pregunta me contó mucho, ambas nos fuimos como «gorda en tobogán» como dirían por ahí.

Inicié con un saludo y después le pedí una explicación sobre qué es la depresión para ella y cómo supo que la tenía.

«Tengo altibajos, me aíso socialmente, no me dan ganas de hacer nada nunca, me pesa el hecho de saber que tengo que hacer algo, y siempre tengo ese sentimiento de incompreensión, de que nunca podré hacer nada bien o simplemente hacer algo, y siempre esta esa espinita que me recuerda que no soy feliz con nada...»

Al leer el cómo se siente sentí escalofríos y no supe cómo actuar, mi instinto decía que parara pero la verdad en lo profundo de mí quería saber qué más pasaba en su mente, en su vida y seguí cuestionándola. Fueron mensajes tras mensajes redactando su vivencia, yo solo estaba asombrada por cada dato que me decía.

Así será ARPAZ, el Primer Festival:

INTERNACIONAL DEL ARPA Y LA PAZ

ArPaz es una iniciativa que une el folclor con el interés crear, apoyar y fomentar escenarios de paz en Colombia y el mundo por medio de la cultura del arpa.

El mágico sonido del arpa, las notas del folclor de más de 14 países y el talento de más de 30 artistas de todas las edades será el motivo de reunión para miles de familias que podrán gozar del primer Festival Internacional ArPaz, éste 23 y 24 de octubre. ArPaz combinará el talento con la intención de promover la paz a través de la cultura de éste instrumento ancestral que se roba el cariño y la atención de los amantes de la música con sus notas y la versatilidad y coordinación física que se requiere para su interpretación.

Arpaz nace de la iniciativa de tres jóvenes colombianos, Paula Andrea Martin, Anyul Rojas y Andrés Malagón, dos de ellos víctimas del conflicto armado que ven en la música y especialmente en el arpa una herramienta para promover a una sola voz la reconciliación y la resiliencia tan anhelada en Colombia como en los demás países que se han visto afectados por todo tipo de violencia y la desintegración social.

«Creemos que en estos momentos en los que vivimos el renacimiento del conflicto armado en varias zonas del país, es necesario unir voces y apoyar la construcción de la paz a partir de entender las diferencias del otro como una oportunidad, sin restricciones de edad, género, condiciones físicas y por medio de la música y en espe-

#TradicionesQueTransforman

1^{er} ArPaz Festival Internacional

“Así toca el MUNDO por la PAZ”





Transmisión por:
Festival Internacional ArPaz

23-24
OCTUBRE

Hora | 7:00pm Colombia

Organiza:
Andrés Felipe Malagón
Paula Andrea Martin
Anyul Dayana Rojas



El Mágico sonido del arpa, se tomará las redes éste 23 y 24 de octubre con la realización del primer Festival Internacional ArPaz «Así toca el mundo por la paz».

cial de un legendario instrumento como el arpa, queremos que durante un fin de semana las arpas suenen con una razón social de fondo, sin fronteras y llevando un mensaje que traspasa los límites personales y territoriales» comenta Paula Andrea Martin directora del Festival. A través de las ventajas de la virtualidad Arpaz reunirá artistas de alto reconocimiento mundial, de Paraguay estará Martin Portillo uno de los mejores arpistas del mundo, Christian Rodríguez de Chile, Mauricio Carvajal participante del Álbum Palo Cruzado ganador del Grammy Latino, y por Colombia Darío Robayo pionero del arpa llanera, Doris Arbeláez reconocida también por escribir sobre las tradiciones del Joropo y la agrupación Linaje Llanero, «Además contaremos con la participación de artistas con discapacidad física, y en lo posible ayudaremos a quienes lo requieran como ya lo hicimos con un chico con discapacidad visual al que uno de los patrocinadores le entregó un arpa con alta tecnología para incentivar su participación y promover su talento» confirmó Andrés Malagón. La cita es entonces el 23 y 24 de octubre a las 07:00 pm., por todas las redes del Festival Arpaz para vivir y experimentar la magia del arpa pero además para conocer historias inspiradoras de sueños logrados que fomentan el deseo de una vida más constructiva y una sociedad que busca el fortalecimiento y la paz.

Diseños de Bodas celebró por todo lo alto:

QUINTO ANIVERSARIO



Diseños de Bodas, es una empresa de planificación de bodas Internacional sustentada en un equipo humano.

Octubre es el mes en que nació este gran proyecto liderado por el organizador de eventos más reconocido de la isla de Margarita, Ángel Torres y un amplio equipo de trabajo, quienes bajo el lema «¡Cuéntanos tu historia!» han logrado calar en el público no sólo nacional sino internacional.

«En estos cinco años, son muchísimos momentos donde el amor verdadero es el protagonista, adquiriendo valores de visión, pasión, emprendimiento, motivación, estrategia, perseverancia, liderazgo y experiencia que han ido en aumento desde la creación de la empresa, consolidándonos en el mercado» afirma Torres, quien gerencia cada de-



La producción fotográfica también es parte del trabajo de Diseños de Boda.

talle con la pasión que lo caracteriza.

Diseños de Bodas, es una empresa de planifi-

cación de bodas Internacional sustentada en un equipo humano que se destaca por los detalles teniendo como base la

responsabilidad de hacer del día más importante de una pareja, algo inolvidable e irrepetible. Rosangélica Graterol, Duny

Rivas, Rocío Figueroa, Daniela Silva, María Alejandra Salazar, Rina Moya, Milenis Zabala, Florangel Romero y Kelly Noriega junto a Ángel Torres ® (@angeltorreswp) hacen vida a «Diseño de Bodas» incorporando este 2020 un nuevo formato debido a la pandemia. Se reinventan para ofrecerle a los novios la boda de sus sueños a pesar de las vicisitudes.

Su eslogan: «¡Cuéntanos tu historia!» ha hecho que conviertan sus peticiones en realidades y que cada aporte de los novios se materialice en un evento sin precedentes. Así lo han demostrado durante estos cinco años que llevan apostando a Venezuela y liderando el mercado de las bodas en el país.

ALTA TENSIÓN

Desde la esquina

ME QUIEREN MATAR»: «JORGE 40»

El temido ex jefe paramilitar «Jorge 40» cuando llegó a Colombia, en una feroz carta le hace advertencias expresas y tácitas al presidente Iván Duque. En Picalaña, donde permanece preso, no prueba ni siquiera la comida del miedo a morir asesinado. El hijo de Jorge 40, es un alto funcionario del gobierno de Duque.

GOBERNADOR DE ANTIOQUIA EN LIBERTAD

«El dolor causado por este proceso, se ha visto compensado por la solidaridad expresada por miles y miles de personas en Colombia y todos los rincones de Antioquia. GRACIAS A TODOS. Hoy en familia, en mi primer acto en libertad, oración de gratitud a Dios», dijo el gobernador de Antioquia al asistir a un templo católico con su familia.

«TIENEN HUEVO» MARULANDA

Una pregunta del senador Gustavo Petro, incomodó al senador Iván Marulanda: «La pregunta es si el Partido Verde decidió oficialmente no hacer una consulta popular con todas las fuerzas democráticas para asumir la primera vuelta presidencial y asegurar la presidencia de la República, o la división y arriesgar el triunfo?». De inmediato respondió Marulanda: «¿Quién les dijo que el Partido Verde es comodín de las aspiraciones de caudillos criollos? ¡Que tenemos que plegarnos a sus ambiciones y servirles de comparsas! ¡Y elegirlos! ¡y de sobremesa aguantarles sus insultos! ¡No están ni tibios!... ¡tienen huevo!».

MINGA EN BOGOTÁ

La alcaldesa de Bogotá Claudia López a raíz de la presencia de los indígenas del Cauca, expresó: «Bogotá recibió a la minga indígena como se lo merece, con afecto y respeto. No hay peligro. Llega ciudadanía con causas legítimas, sana y luego de una travesía totalmente pacífica. Agradecemos a la minga su compromiso organizativo, bioseguro y de movilización pacífica».

Los indígenas fueron recibidos por miles de bogotanos que anunciaron su apoyo a la lucha que adelantan en favor de Colombia.



CON O SIN EL PRESIDENTE HARÁN EL DEBATE

«Con o sin presidente se hará un debate en la Plaza de Bolívar, no es juicio político, es un diálogo, un debate», indicaron los directivos del CRIC, al arribar a Bogotá.

Hermes Pete, consejero mayor del CRIC y representante de la minga indígena dijo que su llegada a Bogotá se debe a que el Gobierno Nacional «no entiende lo que está pasando» en relación con la situación de líderes sociales y orden público.

Expresó que solo han recibido disculpas, por lo que, para ellos, no hay una «capacidad de respuesta». Además, insistió en que no aceptan una delegación de ministros, sino que su deseo es hablar con el mandatario nacional.

Aclaró que va a demostrar que las medidas que han tomado frente al coronavirus son efectivas, por lo que no debe existir una preocupación porque nadie de la minga está contagiado.

PERIODISTA INSEGURA EN «EL COLOMBIANO»

Vanesa Restrepo, víctima del delito de «acto sexual abusivo con persona incapaz de resistir» y quien trabajaba en «El Colombiano». Su denunciado es un editor del mismo medio que, al parecer, goza de la protección de las directivas.

En entrevista al diario «El Espectador», dijo sobre este abominable hecho que: «Sentí que ya no era un espacio seguro para mí (El Colombiano) . Un año después de denunciar a una persona del periódico por acto sexual abusivo en mi contra, y de que cerca de 55 personas de la redacción firmáramos una carta en la que le pedíamos a la empresa acciones concretas de protección, como un protocolo de prevención del acoso y abuso sexual, las propuestas no se materializaron. Al menos hasta mi retiro, el 9 de octubre pasado, no tuve conocimiento de la existencia de ese protocolo. El periódico dice que lo creó, pero ni lo conozco ni sé que haya sido implementado. Esos compromisos no pueden ser de papel, tienen que ser reales y expeditos. La redacción era el espacio en el que pasaba más tiempo, cada día. Pero, ¿quién puede trabajar cuando no se siente segura?».

Sobre este y otros casos las autoridades judiciales están en absoluto silencio.

COLOMBIA CERCA DEL MILLÓN DE CONTAGIOS

Colombia ha llegado a 959.572 casos de contagios de COVID-19 de los cuales se han recuperado 858.294 y 28.970 fallecidos.

Ayer se dio el informe del Ministerio de Salud , que da cuenta de 7.201 nuevos casos y 167 fallecidos. Bogotá es la ciudad con más casos, con 297.173. Antioquia encabeza la lista entre los departamentos, con 143.531.

La situación de Antioquia se acerca a un punto crítico, toda vez que la ocupación de las camas de unidades de cuidados intensivos está en 79,19 %, de modo que se podría declarar la alerta roja hospitalaria.

Colombia ha dejado de ser el quinto en contagios en todo el mundo y ahora está en el sexto lugar, superado por Argentina, que se acerca a los 980.000 casos, según los datos de la Universidad Johns Hopkins.



3.6 millones de mujeres rurales afiliadas en régimen subsidiado

«A octubre de 2020, 3.673.899 mujeres rurales se encuentran afiliadas en el régimen subsidiado y 322.729 en el contributivo y durante el 2019, se hicieron aproximadamente 11.266.561 de consultas externas», aseguró Óscar Javier Siza, jefe de la Oficina de Promoción Social de Minsalud.

«Construir la resiliencia de las mujeres rurales a raíz de Covid-19» fue el tema enmarcado este año para crear conciencia sobre las luchas de estas mujeres, sus necesidades y su papel fundamental y clave en nuestra sociedad. Esto debido a que ONU Mujeres señala que este sector de la población sufre de manera desproporcionada los múltiples aspectos de la pobreza, y de las barreras estructurales y normas sociales discriminatorias que limitan su pleno ejercicio de derechos.

Minsalud y el sistema de salud colombiano en reconocimiento de estas situaciones, ha gestionado el mejoramiento continuo de la salud rural y sus mujeres, incluidas las mujeres indígenas, afrocolombianas, palenqueras, raizales, Rom, en la promoción del desarrollo agrícola y rural.

SIETE HACHAZOS EN LA CABEZA

Lo que solamente se presentaba en las películas de terror se vivió en Bogotá. Ángela del Pilar Ferro Gaitán, una joven del barrio El Redil de Bogotá que recibió siete hachazos en la cabeza de parte de su compañero sentimental, Miguel Camilo Parra.

Los hechos presuntamente sucedieron por un ataque de celos de Parra.

Tras ser atacada, la mujer fue inmediatamente trasladada a la Clínica Cardio Infantil, a donde llegó agonizante, según su padre, Miguel Ferro.

Ferro, quien pidió justicia en el caso y una pena ejemplar para el agresor (que se encuentra fugado), le confirmó a este medio que su hija sobrevivió a la operación que tuvieron que hacerle de urgencia en la Clínica Cardio Infantil.

SE REFUERZA LA MINGA

El Pueblo Misak y Autoridades Indígenas de Colombia, AICO, que derribaron estatua de Sebastián de Belalcázar en Popayán anunciaron un desplazamiento hasta Bogotá para apoyar la Minga Indígena Social y Comunitaria. Son delegaciones de 8 departamentos del país.

¿ES POSIBLE AMAR A DOS PERSONAS A LA VEZ?



Adam Lyons, la historia del hombre que vive con dos mujeres.

Carlos Zubillaga

Muchas personas se preguntan si es posible querer a dos personas a la vez.

Yo no quiero dar una respuesta simple de entrada, sino invitar al lector a razonar conmigo, a ver si llegamos a una conclusión de una manera sistemática, y con base en los conocimientos psicológicos.

Para lograrlo, es necesario que pongamos la pregunta en contexto de dos

maneras. Primero, hay que describir las etapas en la vida de una relación de pareja, porque la respuesta puede ser diferente para cada etapa.

Y segundo, es necesario que definamos los elementos que constituyen el amor romántico, para poder distinguir con claridad los conceptos.

El encantamiento es solo el comienzo

La primera etapa es la del encantamiento, en la cual hay enamoramiento y obsesión, usualmente acompañado de tensión y ansiedad. El proceso

de sentirse ansiosos y vulnerables, hasta que el otro responde, es el primer elemento del amor.

La ansiedad y la vulnerabilidad crean la necesidad de consuelo y de encontrar la seguridad uno en el otro. Creo que no hace falta abundar mucho en la descripción de esta etapa porque a todos nos es muy familiar.

La vinculación formal

La segunda etapa se llama vinculación formal. Muchas relaciones fracasan cuando llega el momento de comprometerse explícitamente, que

muchas veces toma la forma de expresar el deseo de matrimonio o de permanencia.

La simple cohabitación no conlleva el compromiso. De hecho, las parejas que cohabitan sin compromiso formal tienen, estadísticamente, mayor probabilidad de divorciarse si llegan a casarse.

Y entonces aparecen los hijos

La tercera etapa es la paternidad. La calidad de la relación puede sentirse disminuida con la paternidad. Menos dinero, menos horas de sueño, más

tareas y más conflictos sobre cómo ser padres. Sobre todo, menos tiempo para la intimidad y las relaciones sexuales, y frecuentemente menos libido en la mujer.

Algunas personas desarrollan un estilo de apego seguro: aprendieron a confiar en que son dignos de ser amados por sus seres más cercanos y a querer sin inseguridades.

Estas personas tienen alta probabilidad de éxito en su relación de pareja, porque han aprendido a identificar, expresar y



Esta mujer se casó con dos hombres. Cría junto a dos esposos a sus tres niños.

gestionar adecuadamente sus emociones en sus relaciones íntimas. Sin embargo, la mayoría hemos desarrollado estilos imperfectos e inseguros de amar.

Esa inseguridad viene en dos sabores: inseguridad ansiosa e inseguridad evasiva.

La inseguridad, en cualquiera de sus formas, obstaculiza tanto la solidez del compromiso como la profundidad en la conexión emocional.

La forma de terapia de pareja que practico —terapia focalizada en emociones— busca disminuir la inseguridad en el apego mutuo de la pareja y construir una relación más segura, mediante el fomento de la conexión emocional profunda.

Cuando ésta existe, las personas se vuelven diestras en identificar sus emociones más profundas y en compartirlas con su pareja, lo cual va solidificando la relación y abre insospechadas posibilidades de felicidad y satisfacción.

La seguridad en el apego a nuestra pareja, con la consiguiente profundidad en la conexión emocional, es un antídoto muy eficaz contra los encantamientos fuera de la relación.

Estos posibles encantamientos ya no se ven como algo atractivo ni como fuente de posible felicidad. Por el contrario, cuando la pareja carece de conexión emocional profunda, las personas son más vulnerables a la ilusión de buscar fuera

de la relación de pareja el consuelo y la conexión que echan en falta.

El matrimonio o la vinculación formal, que caracteriza la segunda etapa, facilita el total compromiso emocional, porque formaliza la transferencia del apego de la familia de origen al cónyuge, y porque calma la ansiedad propia del encantamiento.

Se echan las bases para un compromiso efectivo de largo plazo. Los estudios muestran que en los primeros años la satisfacción tiende a empeorar y la seguridad tiende a mejorar. Los estudios también encuentran que mientras más inseguro es el apego más corta la relación y mayor la probabilidad de divorcio.

¿Se Puede o No se Puede Querer a Dos Personas a la Vez?

Habiendo entendido las etapas y los elementos del amor de pareja, hemos echado las bases para responder la pregunta que plantea el título de este artículo.

Podemos afirmar que no es posible vivir en verdadero encantamiento con más de una persona, es decir, no puedo estar en la primera etapa de la vida de pareja simultáneamente con dos personas.

Sin embargo, el encantamiento es posible con una tercera persona en cualquiera de las etapas siguientes cuando la conexión emocional es débil o superficial, sea porque nunca existió o porque existió y se ha debi-

litado. El amor cuaja y se hace tangible cuando toma esa forma de conexión emocional profunda y duradera que los psicólogos llaman apego seguro.

El apego seguro es el fundamento de vida de pareja feliz y de una intensa vida sexual que no declina con los años. Cuando este apego seguro se combina con el compromiso, la relación de pareja se hace prácticamente invulnerable y los encantamientos no prosperan.

En conclusión, este encanto solo puede mantenerse si funcionan los otros elementos esenciales de la relación de pareja: el compromiso y la conexión emocional.

Enfermedades cardiovasculares:

CADA OCHO MINUTOS MUERE UN COLOMBIANO

Según el Ministerio de Salud, las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en el país y, en los últimos años, se ha incrementado levemente debido al envejecimiento de la población. En número, para el 2019, murieron 61.300 personas por este tipo de enfermedad en Colombia, lo que corresponde aproximadamente a 170 personas diarias, 7 colombianos por hora, una cada 8,5 minutos.

«Los factores de riesgo que enferman el corazón pueden prevenirse y tratarse. Entre estos riesgos está la presión arterial alta, la diabetes, el sobrepeso, el sedentarismo, el tabaquismo, el estrés, el colesterol y triglicéridos altos. Si los identificamos juntos podremos evitarlos y / o manejarlos adecuadamente», dijo la cardióloga Karen Dueñas, Cardióloga de la Fundación Cardioinfantil.

La Cardio hizo un llamado a la prevención, al control y al tratamiento de las enfermedades cardiovasculares. «El tiempo es clave para reducir estas muertes y lo ganamos a través de un diagnóstico oportuno de factores de riesgo cardiovasculares, una correcta alimentación, ejercicio físico de rutina y visitando al médico para escuchar



En 2019, murieron 61.300 personas por este tipo de enfermedad en Colombia, lo que corresponde aproximadamente a 170 personas diarias, 7 colombianos por hora, una cada 8,5 minutos.

al corazón, cuidarlo, controlarlo y tratarlo», agregó la doctora Dueñas.

SU CORAZÓN NO DA ESPERA

«La Fundación Cardioinfantil cuenta con toda la tecnología y equipo humano especializado para acompañar el cuidado de su corazón durante todo el ciclo de vida. En esta contingencia, hemos adecuado nuestra infraestructura para separar a pacientes cardiovasculares de áreas respiratorias, lo que garantiza una atención sin riesgos y segura», explicó el doctor Juan Gabriel Cendales, Director Ejecutivo.

«Hoy estamos expuestos a muchos factores que ponen en riesgo nuestra

salud, pero el corazón no da espera, por eso la Fundación Cardioinfantil creó zonas seguras de COVID-19 para que los pacientes puedan volver con seguridad y confianza a las consultas y procedimientos con los expertos del corazón, previniendo, controlando y tratando así cualquier riesgo cardiovascular», agregó el doctor Cendales.

HAY QUE VOLVER A LAS CONSULTAS

La Fundación Cardioinfantil hizo un llamado a escuchar al corazón ya no descuidarlo a pesar de la situación de pandemia por la que atraviesa el país. Por esta razón, se han implementado algunas acciones para brindar atención integral

a pacientes que no tienen COVID-19 y que necesitan dar continuidad al diagnóstico, tratamiento y control de sus enfermedades.

Según las últimas encuestas, cerca del 66% de los colombianos han dejado de asistir a centros hospitalarios, por miedo a ser contagiados por el virus. El exceso de mortalidad durante la pandemia se puede atribuir entonces a dos componentes: la infección por SARS-CoV-2 y la mortalidad de pacientes con enfermedades cardiovasculares y oncológicas previamente diagnosticadas que no se tratan durante el pico de la pandemia por COVID-19, esto detonado por la sobreocupación

de la red hospitalaria por pacientes con patologías respiratorias y por el miedo inherente a acudir a centros médicos. «Esta situación conlleva un número importante de pacientes con diagnósticos de enfermedad cardiovascular que fallecen en sus casas sin acudir a un centro médico para recibir ayuda o tratamiento a tiempo para su patología o que llegan en un estado de mayor complejidad al hospital. En la Cardio, por ejemplo, hemos visto una disminución de cerca del 40% en el número de actividades en cardiología y cirugía cardiovascular durante la pandemia», expresó el doctor Juan Pablo Umaña, Líder del Servicio de Cirugía Cardiovascular de la Fundación Cardioinfantil.

Conferencia Episcopal de Colombia:

PARTIDARIA DE UN ENCUENTRO ENTRE INDÍGENAS Y GOBERNANTE



Mientras el Papa en cada viaje busca a las comunidades indígenas para conocer su problemática. En Colombia el presidente Duque, ha rechazado permanentemente un encuentro con los indígenas que tuvieron que llegar a Bogotá para buscarlo.

Orbedatos
Agencia de Noticias

La Conferencia Episcopal de Colombia se pronunció sobre la llegada de La Minga Indígena a Bogotá, enviando un mensaje de acompañamiento para que se desarrollen diálogos entre el Gobierno, organizaciones sociales y comunidades indígenas. «Reconozcamos y agradezcamos los gestos de solidaridad que han ofrecido a la Minga las autoridades y un sinnúmero de personas, especialmente las iniciativas destinadas a proteger la vida y la salud de los manifestantes», indican los obispos.

«Nos acerquemos a los rostros de indígenas y afrocolombianos, quienes, en muchas ocasiones, no son tratados con dignidad e igualdad de condiciones, y no siem-

pre han encontrado espacios para expresar la riqueza de su cultura y la sabiduría de su identidad», expresan los preladados de la iglesia católica.

COMUNICADO

«Los obispos católicos de Colombia, ante las recientes manifestaciones de la Minga Indígena Nacional por la defensa de la vida, del territorio y la paz, y su desplazamiento hacia la capital de la República, hacemos un llamado a las autoridades gubernamentales, las instituciones públicas y privadas, y, en general, a todo el pueblo colombiano, para que:

1. Promovamos que se lleve a cabo, en este contexto, un auténtico diálogo social, que, como lo ha dicho el Papa Francisco en su Encíclica Fratelli Tutti, «es el camino más adecuado para llegar a

reconocer aquello que debe ser siempre afirmado y respetado, y que está más allá del consenso circunstancial» (n. 211).

2. Busquemos que se defienda la determinación de los participantes en la Minga para que las marchas y manifestaciones se realicen en forma pacífica, evitando que se desvíen sus legítimos propósitos o que degeneren en hechos de violencia.

3. Reconozcamos y agradezcamos los gestos de solidaridad que han ofrecido a la Minga las autoridades y un sinnúmero de personas, especialmente las iniciativas destinadas a proteger la vida y la salud de los manifestantes.

4. Nos acerquemos a los rostros de indígenas y afrocolombianos, quie-

nes, en muchas ocasiones, no son tratados con dignidad e igualdad de condiciones, y no siempre han encontrado espacios para expresar la riqueza de su cultura y la sabiduría de su identidad (cfr. Benedicto XVI, Discurso inaugural en Aparecida).

5. Nos comprometamos en la tarea de crear conciencia social acerca de la realidad de los pueblos indígenas y sus innumerables valores, impulsemos el reconocimiento pleno de sus derechos individuales y colectivos, y los acompañemos especialmente en el fortalecimiento de sus identidades y organizaciones propias, la defensa de sus territorios, el acceso a la educación intercultural y el ejercicio de sus derechos ciudadanos. N° 54

6. Reafirmemos la necesidad de crear entre los colombianos una verdadera cultura del encuentro fraterno que nos permita abrirnos a los hermanos, descubrir la riqueza de la diversidad, sanar heridas, tender puentes y abrir caminos para la convivencia en la justicia y en el bien común.

+ Óscar Urbina Ortega
Arzobispo de Villavicencio
Presidente de la Conferencia Episcopal

+ Ricardo Tobón Restrepo
Arzobispo de Medellín
Vicepresidente de la Conferencia Episcopal

+ Elkin Fernando Álvarez Botero
Obispo Auxiliar de Medellín
Secretario General de la Conferencia Episcopal»

Creadora de los Retiros de Emaús:

GRACIAS MYRNA GALLGHER

Guillermo
Romero Salamanca

Este jueves 15 de octubre falleció en Miami, a los 83 años Myrna Gallagher, conocida en la Iglesia Católica porque hace un poco más de 40 años fundó Los Retiros de Emaús.

Mirna Gallagher, directora de Educación Religiosa de la Parroquia de St. Louis con un equipo de mujeres, con la supervisión del obispo de la diócesis y el rector de la Parroquia, el padre David G. Russell, pensaban sobre cómo acoger a miles de personas para que buscaran una reconciliación con Dios e iniciaran después un camino para seguir los pasos de Jesús.

La inspiración aumentó cuando leyeron y meditaron el Evangelio de san Lucas, capítulo 24, versículos 13 al 35. «Aquel mismo día iban dos de ellos a un pueblo llamado Emaús, que distaba sesenta estadios de Jerusalén, y conversaban entre sí sobre todo lo que había pasado. Y sucedió que, mientras ellos conversaban y discutían, el mismo Jesús se acercó y siguió con ellos...», relata el santo escritor.

Así comenzaron en su parroquia, impulsando el primer retiro y hoy, en América Latina, Estados Unidos y Europa hombres y mujeres, en forma independiente, dejan por un fin de semana el reloj, el celular y el computador, para vivir la ex-



Mirna Gallagher, directora de Educación Religiosa de la Parroquia de St. Louis.

periencia de un retiro de Emaús. Empresarios, ejecutivos, profesores y gente del común escuchan a su cura párroco.

JESUCRISTO HA RESUCITADO, ES VERDAD HA RESUCITADO

Los retiros buscan que cada asistente vuelva a la Iglesia a encontrarse con Jesucristo. Deben ser mayores de 21 años, que son acompañados por servidores y por su párroco. Incluso asisten personas que no son católicas, pero que desean paz dentro de sus corazonas. Cuando llegan deben hacer un compromiso de confidencialidad y después de su experiencia, el domingo, al finalizar tienen un encuentro en la celebración litúrgica y deben asistir familiares también», explica el padre Juan Carlos

Bejarano, sacerdote eudista y párroco de santa Bárbara en Usaqué que ha acompañado a centenares de personas en este camino de Emaús.

«Emaús no es un movimiento, sino un apostolado parroquial impulsado por laicos de la comunidad, de acuerdo con el movimiento de la nueva evangelización que implica a los laicos en la Iglesia. El objetivo es que, cuando termine, todos podamos reconocer que Jesús vive entre nosotros, amándonos con amor eterno, andando en nuestra vida. El retiro ofrece una oportunidad para quien no conozca a Jesús o que viva sumergido en el mundo de hoy, disfrute de una jornada transformadora, producto del encuentro con su amor», agrega el padre

Juan Carlos Bejarano. Muchos de los asistentes a los retiros se convierten después en servidores y de pronto, se les ve colaborando con las actividades parroquiales. Se les ve no sólo leyendo las lecturas de las misas, sino también participando en trabajos sociales.

Ahora, en las reuniones de trabajo, en las charlas familiares y en una cafetería, es muy común escuchar la pregunta: ¿ya hiciste el retiro de Emaús?

«Quienes van al retiro salen alegres como estos discípulos de Emaús. Y siguen esas palabras del papa Francisco de convertirse en canales para transmitir el amor de Cristo. Estamos llamados a hablar de Jesús a todos nuestros coetá-

neos, no sólo en la comunidad parroquial sino, especialmente, en los entornos en los que nos movemos», concluye el padre Bejarano.

DESDE PARROQUIAS HASTA CÁRCELES

En Colombia los Retiros de Emaús se han expandido por las parroquias del país, pero también es normal que haya en haciendas, hoteles campestres, colegios, seminarios, cuarteles del Ejército, pero también en barrios como Ciudad Bolívar y en las cárceles como La Picota, donde han llegado a participar hasta 30 reclusos.

Myrna Gallagher nació el 30 de marzo de 1937 en la tierra y el 15 de octubre del 2020 nació para una vida en el cielo

Juan Romero:

«MI AMIGO VALE UN PERÚ»



Jaime Vargas Ocampo y su esposa, un médico peruano que se volvió colombiano.

Juan Romero

Hace algunos años conocí a un hombre que degustaba música cubana especialmente a Rolando la Serie, «De Película», esa era la muletilla que utilizaba mi amigo cuando se le preguntaba como iba en su trabajo. Ese Jaime Vargas Ocampo, oftalmólogo de profesión y un entendido en repartir amistad con sinceridad de paisano universal.

Su origen peruano lo destacaba por su singular acento y sonrisa y su sonrisa franca que la mantenía en una charla fraternal hablando de lo que más le gustaba la música. Hablar de su mentor musical Rolando, era colocarlo en la cús-



Jaime Luis Vargas Ocampo recibió muchas condecoraciones en Colombia por su actividad en favor de los menos favorecidos.

pide de su buen gusto y hacía que sus fibras se disparaban en todo su ser y las letras de sus canciones se convirtieran en eco en desbandada y su voz repetitiva al com-

pás de los arreglos repitieran las guarachas, lo sones y boleros de Cuba legendaria que tanto admiraba. Caminante viajero, el mundo se ponía a sus pies desde la ju-

ventud cuando se disponía conquistar desde las distintas universidades que fueron su refugio al distanciarse de Abancay, la tierra que lo vio nacer para lanzarse al mundo

desconocido de la sabiduría.

Caballero

Sus estudios de medicina los realizó en la Universidad Nacional Federico Villareal en Lima Perú; dio sus primeros pasos en oftalmología en la Universidad Católica de Louvain (Bélgica); hizo especializaciones en el Hospital de Quinze-Vingtz; realizó una especialización en París; la actualización sobre oftalmología. Hacia finales de la década de los 80s realizó un estudio médico oftalmológico del niño y del adulto. Fue autor intelectual y director de la campaña Mundial de Prevención de Ambliopía y Defectos Visuales en la Infancia. Esta obra inició en 1987, organizada a nivel de Colombia con una serie de eventos en otros países.

Jaime Luis realizaba en forma altruista operaciones a la retina y tratamientos para curar los afectados por la ambliopía en su clínica del sector de Teusaquillo.

Durante sus últimos días dio una entrevista para la Televisión y escribió un artículo para Primicia Diario sobre el tema de COVID-19, virus que lo contrajo y le quitó la vida. La enfermedad lo hizo sucumbir y lo sorprendió cuando efectuaba una intervención quirúrgica a uno de sus pacientes, sin saber que por medio de la vista y los lagrimales el virus también ataca de manera más letal. Jaime Luis un colombiano que se nos adelanta y nos deja huérfanos de amistad.

En Colombia:

SOLDADOS VICTIMAS Y POLICÍAS DESCARRIADOS



Videos sobre los excesos policiales, y en redes circulan muchos de ellos sobre abusos de agentes del orden, que causan indignación.

**Gustavo Castro
Caycedo**

Coincidiendo con el debate nacional por la actuación violenta de unos cuantos policías descarriados que lesionan la imagen de su institución, circula profusamente en redes, una carta muy bien escrita por el Coronel Hernán Mejía, sentida, con dramáticas cifras, bien documentada y enérgica, en la que expone la alta cuota de

sacrificio y vidas perdidas por el Ejército colombiano.

Algunos ciudadanos hemos sentido de cerca, alevé asesinato de militares y oficiales de Policía que pertenecían a familias amigas, y conocemos su luto y su dolor. Aunque la columna aludida no tiene nada que ver con la polémica sobre el debate de las ovejas negras de la policía, la difunden profusamente en redes, y al vez para minimizar los luctuosos he-

chos que iniciaron con la cobarde tortura y muerte de un estudiante de derecho, en Mosquera, y los hechos que luego dejaron 9 víctimas más en Bogotá y Soacha. Acciones que llevaron al subdirector de la Policía y al ministro de Defensa a pedir perdón a los colombianos.

La Alcaldía de Bogotá entregó al presidente hora y media de videos sobre los excesos policiales, y en redes circu-

lan muchos de ellos sobre abusos de agentes del orden, que causan indignación.

Igual que a los anteriores, debemos condenar las destructoras e infames asonadas en las que vándalos anarquistas, infiltrados en marchas de protesta, atacan a la policía y destruyen sus CAI. El noticiero RCN mostró a varios de ellos preparando bombas incendiarias. A aquellos y a estos, debe

caerles todo el peso de la justicia.

Por lo demás, ojalá no sigan utilizando la carta del Coronel Mejía para «cambiar el tema». Una cosa es una cosa, y otra bien distinta la otra. Tan inconsistente como «sumar peras con manzanas».

pero es claro que todas las vidas de ciudadanos, policías, soldados y hasta la de los violentos, afectan a Colombia.

«PATRIA BOBA»

Regresamos a la «Patria Boba», o es que nos quieren emboar algunos privilegiados del poder al hacernos creer que son los únicos poseedores de la verdad, así escondan los motivos que tengan para hacer supuestas «revelaciones», que lo único que confirman es la podredumbre que existe entre la mal llamada «clase dirigente».

Cada día los colombianos sentimos ver-

guenza ajena por el comportamiento de los llamados «dirigentes», en todos los niveles de la sociedad.

Ahora, la moda los ha llevado a atacarse los unos a los otros, ante el rechazo de los colombianos honestos y trabajadores.

Es hora de que quienes ostentan el poder y fracasaron, al incumplir cada una de las promesas hechas en campaña política, den un paso al costado y dejen que las nuevas generaciones

asuman las responsabilidades históricas que les corresponden, para que no se perpetúe el poder en unas cuantas rancias familias.

Hoy cuando la comunidad indígena tuvo que desplazarse hasta Bogotá para poder hablar con el presidente Duque y responda que está haciendo para garantizar la vida de los indígenas que a diario son masacrados.

Solamente en un país inviable 10 mil personas deben ir a buscar

a una persona que se negó a hablar con 10 mil personas. Increíble pero cierto, eso sucede en una «Patria Boba», a la que nos han convertido.

Colombia debe asumir con seriedad los temas de mayor impacto para el país, como es la paz y los derechos de todos, abordando temas con la participación de todos los estamentos que nos permitan visualizar soluciones a la problemática.

Es hora que los colombianos en buena parte culpables por escoger a los incapaces y corruptos para desempeñarse como gobernantes o representantes ante las corporaciones públicas. Por eso, llegó el momento de seleccionar con lupa a quienes deben ocupar los cargos de representación, para evitar el lamentable espectáculo que nos ofrecen de la «Patria Boba».

COLUMNISTA

ADEMAS DEL CORONAVIRUS EXISTEN OTROS PENDIENTES

Jorge Giraldo Acevedo

No 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.

SEGUNDA OLA COVID-19



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

«TIENEN HUEVO»: MARULANDA

CON O SIN EL PRESIDENTE
HARÁN EL DEBATE



PRIMICIA

DIARIO

LUNES
19

AÑO 4 - EDICIÓN 932 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA OCTUBRE DE 2020

Los misak:

COMUNIDAD INDÍGENA QUE RECLAMA SUS DERECHOS



Los misak o guambianos son un pueblo originario americano que habita en el sur de Colombia en el departamento del Cauca. Su Resguardo Mayor original Guambia está en el municipio de Silvia. Algunos miembros de esta comunidad han emigrado a fundar nuevos resguardos en el mismo Cauca, y en los departamentos del Huila, Cundinamarca, Caquetá, Putumayo, Valle del Cauca y Meta.

Crónica:

UN SUICIDA DEPRESIVO



Así será ARPAZ, el Primer Festival:

INTERNACIONAL DEL ARPA Y LA PAZ



WWW.PRIMICIADIARIO.COM