

«El diablo es puerco»:

EL MAL ANDA SUELTO

Durante la cuarentena:

LA SALUD MENTAL CLAVE



PRIMICIA

DIARIO

LUNES
18

AÑO 4 - EDICIÓN 978 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA ENERO DE 2021

Estados Unidos:

PAÍS DONDE LA POLARIZACIÓN ES TOTAL



El asalto al Congreso de Estados Unidos revela los males del sectarismo y fanatismo, que impuso desde el gobierno el presidente saliente Donald Trump. Joe Biden, tendrá que trabajar por la unidad entre el pueblo de ese país.

Wilson Ruiz:

UN MINISTRO QUE SE COMPROMETIÓ CON EL CAUCA



Los viajes internacionales:

EN TRES AÑOS VOLVERÁ LA NORMALIDAD



WWW.PRIMICIADIARIO.COM

Wilson Ruiz:

UN MINISTRO QUE SE COMPROMETIÓ CON EL CAUCA



El ministro de Justicia Wilson Ruiz se entrevista con la alcaldesa de Silvia Mercedes Tunubalá, con quien se comprometió a realizar una jornada entre las comunidades indígenas del departamento del Cauca.

El Ministro de Justicia y del Derecho, Wilson Ruiz Orejuela, se hizo presente en Popayán, para participar en una actividad académica de la Universidad del Cauca, donde dictó una conferencia titulada La Justicia en Colombia.

Se entrevistó con las autoridades caucanas y manifestó su interés en solucionar el problema carcelario en materia de hacinamiento.

El Ministro confirmó que en San Isidro se



Llevando la vocería del departamento del Cauca, el senador Temístocles Ortega, presenta una radiografía de la justicia en esa sección del país.



El rector de la Universidad del Cauca, José Luis Diago Franco, fue quien invitó al departamento al ministro de Justicia Wilson Ruiz, quien dictó una conferencia en el Paraninfo Francisco José de Caldas.

adecuarán dos estructuras modulares, cada una de las cuales tendrá capacidad para 170 privados de la libertad. «Estas obras estarán listas dentro de un año y demandarán una inversión de 14 mil millones de pesos. Gracias a un esfuerzo conjunto con la Gobernación del Cauca y la Alcaldía de Popayán serán una realidad», aseguró.

El jefe de la cartera de Justicia recordó que junto con el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario (INPEC) y la Unidad de Servicios Penitenciarios y Carcelarios (US-PEC) se trabaja en una política de promoción y respeto de los derechos de los internos de todo el país, la cual incluye mejores condiciones en aspectos como salubridad, alimentación y atención jurídica.

Finalmente el ministro Ruiz, anunció seguir participando de varios actos académicos.

El ministro Wilson Ruiz se reunió con las autoridades judiciales del departamento del Cauca, donde explicó las iniciativas presentadas al Congreso para la reforma a la justicia.



La Justicia en Colombia fue el título de la conferencia dictada por el ministro de Justicia Wilson Ruiz en la Universidad del Cauca.

El ministro de Justicia tuvo la oportunidad de recorrer las calles históricas de Popayán y poder observar las artesanías regionales.

Los viajes internacionales:

EN TRES AÑOS VOLVERÁ LA NORMALIDAD



Los vuelos al extranjero regresen a la normalidad hasta 2023.

Con la pandemia de Covid-19 los viajes internacionales se han visto gravemente afectados y no volverán a la normalidad hasta 2023. En muchos países los viajes nacionales es probable que se reanuden antes de que el año 2020 termine, pero no se puede esperar lo mismo de los vuelos al extranjero.

La Asociación Internacional de Transporte Aéreo,

el principal organismo de la industria de aerolíneas en todo el mundo, ha anunciado que posiblemente los vuelos al extranjero regresen a la normalidad hasta 2023.

Los nuevos datos señalan que los viajes internacionales fueron el área económica que más impacto negativo tendrá y le tomará años recuperarse.

Esto fue lo que Alexandre de Juniac, director ejecu-

tivo de la Asociación Internacional de Transporte Aéreo, declaró a ABC NEWS

«Hemos publicado hoy un nuevo pronóstico sobre la posible recuperación del tráfico aéreo, y lo que vemos es que las cosas deberían volver a la normalidad en 2023, que es más tarde que nuestro pronóstico anterior. Hay planes en marcha para reiniciar el transporte aéreo pero será lento y por etapas; primero se

abrirán los mercados internos, luego los mercados continentales regionales, como Asia-Pacífico, Europa o Norteamérica». También comentó que es muy probable que los viajes internacionales inicialmente solo sean abiertos a cuestiones esenciales o de trabajo.

Cierre de fronteras Si hay una segunda ola de Covid-19, la Asociación Internacional de Transporte Aéreo predice un escenario pesimista que puede retrasar aún más

la recuperación de la industria, ya que es probable que los viajeros prefieran vuelos más locales y quedarse cerca de casa. Desde que la pandemia golpeó a nivel mundial, muchos países han cerrado sus fronteras a los viajeros, obligando a las aerolíneas a aterrizar sus naves, e incluso unas se han ido a la quiebra, como el caso de Avianca, la aerolínea colombiana que recientemente se declaró en bancarrota.

«El diablo es puerco»:

EL MAL ANDA SUELTO



Estamos frente a una oscuridad espiritual y moral que va más allá de la sorpresa y el asombro.

Jairo Cala Otero
Especial

Una sabia sentencia que nuestros abuelos pronunciaban decía: «El diablo es puerco». La usaban para prevenir sobre las malas acciones (que empiezan con una idea, la tentación), y que provienen del maligno, «especialista» en perturbar, trastornar, agitar y utilizar a humanos espiritualmente débiles para hacerlos ejecutar atrocidades. Hoy, como nunca antes se había sentido y visto, ocurren sucesos horribles por doquiera; unos más escabrosos

que otros, pero todos «cortados con la misma tijera».

Estamos frente a una oscuridad espiritual y moral que va más allá de la sorpresa y el asombro. Hoy se está volviendo «normal» (muchas personas lo toleran y lo admiten como tal) que los papás acribillen a tiros a sus hijos; que una esposa contrate a un sicario para que mate a su cónyuge, para cobrar un seguro de vida; que un hijo asesine a un hermanito; que un esposo, desesperado por falta de plata, mate a su esposa y a sus hijos, y luego se suicide. ¡Todos

son casos espeluznantes! Pero de la difusión periodística de ellos no se pasa.

Nuestra indolencia y frialdad es tal que a nadie se le ocurre examinar lo que nos está pasando. No hemos escuchado a los psicólogos, ni a los psiquiatras, ni a los trabajadores sociales, anunciar que, todos a una, emprenderán una cruzada profesional por el rescate de esas mentes perturbadas. Ni los grandes medios de comunicación, tan distraídos en lo bullicioso y en amasar dinero a manos llenas, advierten sob-

re ese mal del alma y la mente.

No es poca cosa lo que está pasando. Muchas personas están cayendo fácilmente en las trampas demoníacas, disfrazadas con lo que muchos llaman «modernismo», en una insana cruzada por alcanzar la perdición total del género humano. El puerco del diablo, que tan sagaz se muestra, tiende trampas, engaños y mentiras, por todas partes. Los más débiles en materia espiritual caen «redonditos», y sin darse cuenta se van consumiendo en un estercolero moral, que ahoga el

alma y la agita hasta el desastre total. Los incrédulos y los seguidores de esa orgía mercantilista y materialista tienen sus argumentos para decir que están bien; que los enfermos somos quienes no participamos de esa debacle moral; que ellos son «progresistas», y nosotros, unos atrasados de miedo. Es preferible ser atrasados, que dejarse atrapar en las redes de todos esos demonios que andan sueltos buscando víctimas. ¿Qué tiene de bueno incursionar en ambientes de perdición y sangre, y dolor?

Hemos sido testigos del sufrimiento extremo por cuenta de conductas fatales. La ceguera espiritual que viven muchos colombianos es devastadora. Y seguirá su carrera loca y criminal mientras la gente no tome consciencia de retornar a las buenas costumbres, a los principios espirituales y a la educación moral. La lejanía que muchos interpusieron entre ellos y Dios, los está hundiendo inexorablemente. Por esa ceguera espiritual no son capaces de reconocer que la ausencia del Señor en sus vidas los hace presa fácil del enemigo, disfrazado de placer, poder y demás embelecadores; pero él no es sino un pobre diablo, un vaciado que pierde todas las batallas frente a Jesús.

Esta coyuntura nos invita a aliarnos con el Redentor, el único con el que la humanidad estará protegida del mal y de su orquestador.

Energía negativa:

SÍNTOMAS DE UN HOGAR SUCIO ENERGÉTICAMENTE



Los residuos de energía negativa, generalmente son conservados durante muchos años en determinados lugares.

Rafael Camargo Orbedatos

¿ Por qué se dice que una casa esta cargada de energía negativa?

Las casas son afectadas por la influencia de sus habitantes y por las actividades que tienen lugar dentro de ellas. Se dice que algunas casas son «viejas y cansadas», «extrañas e inquietantes» o «cálidas y acogedoras».

Las causas por las cuales una casa se carga y atrae espíritus son las siguientes (esto vale

para casas pisos y locales): Hechos de violencia dentro del hogar: gritos desmedidos, continuas peleas.

Enfermedades durante mucho tiempo.

Practica de brujería: ouija, hechicería o satanismo donde se invoquen energías del bajo astral o demonios.

El sufrimiento durante muchos años como: quejas continuas, lamentos, negatividad, pesimismo y cualquier sentimiento que libere energía negativa. Asesinatos, atracos, robos, abortos, violaciones

o suicidios. Hacinamiento, desorden, suciedad, cosas o muebles antiguas, espejos antiguos que hayan estado en lugares donde ocurrieron hechos negativos (estos absorben energías negativas y bajos astrales).

El exceso de aparatos eléctricos en un mismo lugar.

Que la casa se haya construido encima de: un cementerio, de restos arqueológicos, de campo de batalla, funerarias, hospitales, psiquiátricos, mataderos de animales, geriátricos, cárceles, tanatorios, o sanatorios.

Que alguien haya hecho un «trabajo» de magia negra dentro del piso, de la casa o en la finca de la misma.

Que haya muerto mucha gente dentro del hogar.

Que entre en nuestro hogar gente que nos envidia nos desea mal o nos quiere mal eso también nos carga la casa y mucho.

El desorden y la suciedad en exceso a largo plazo carga la casa atrayendo a seres.

El prender cirios o velas en nuestro hogar por

nuestros difuntos los atrae, si queremos encender velas especialmente para ellos solo debe hacerse en cementerios o iglesias, jamás en nuestro hogar a no ser que sean velas o velones de petición con propósitos para nosotros mismos (abre caminos amor trabajo salud etc.) estos si se deben encender dentro del hogar.

Las cenizas de los difuntos no se deben tener dentro del hogar.

Que haya vivido mucha gente anteriormente en ese hogar y nunca se haya hecho una limpieza.

Casas viejas de mas de 20 años de antigüedad donde han vivido nuestros abuelos, o bisabuelos, es bastante probable que se aferren a sus casas y a sus objetos quedándose allí por bastante tiempo, o para «proteger» a algún ser querido al que estaban muy apegados en vida y que siga viviendo en esa casa.

Sótanos, bodegas, trasteros, al ser lugares cerrados, oscuros y con falta de luz natural se vuelven lugares sucios energéticamente, muy fríos y sino se pone nunca incienso ni se ordena ni se limpia allí atraen a seres.

No se debe enterrar animales muertos dentro de nuestra casa o finca pues podría atraer a otros espíritus de animales, etc.

No se debe tener en casa animales disecados decorativos pues cargan negativamente la casa.

Objetos rotos, ropa o calzado que no usemos tampoco se debe tener dentro de la vivienda, pues a largo plazo cargan la casa.

Los residuos de energía negativa, generalmente son conservados durante muchos años en determinados lugares y objetos que en la actualidad producen malestar en quienes habitan, trabajan o estudian allí.

Pueden afectar la salud, las conductas y actitudes de los miembros de una familia o de una empresa.

En muchas ocasiones éstas energías provocan pesadillas, pérdida del sueño, alucinaciones, pueden generar alteraciones de la conducta de los residentes de un lugar, ocasionando discusiones, peleas, di-



Sótanos, bodegas, trasteros, al ser lugares cerrados, oscuros y con falta de luz natural se vuelven lugares sucios energéticamente.

vorcios y la imposibilidad de llevar una vida normal y productiva (existen casos extremos donde éstas alteraciones terminaron en crímenes o la enajenación mental de las personas afectadas) y otros trastornos psíquicos pudiendo llegar incluso hasta el suicidio.

Señales de que un lugar esta cargado con espíritus (casas pisos o locales) y necesita una limpieza Mucho frío siempre en su interior debido a la presencia de seres.

Escuchar ruidos, susurros, voces, pasos, etc.

Ver luces o sombras.

Mal olor fuerte sin motivo aparente.

Los objetos aparecen en otro sitio diferente al que los dejamos como si alguien los moviese.

Se estropea todo a la vez una cosa tras otra principalmente los electrodomésticos.

Se rompen los objetos sin estar viejos ni muy usados. Las personas

que conviven dentro se pelean siempre sin parar es imposible que reine la armonía.

Nerviosismo dentro del lugar(sea casa piso o local), llantos sin saber el motivo, dormir mal siempre, cansancio excesivo.

La económica empieza a declinar, si es un negocio los clientes se alejan.

Depresión, bajones emocionales, sentirse solo.

Sensación de ser tocados mientras dormimos. Como si se sentaran en

la cama o encima de nuestro cuerpo.

Sensación de dolores de cabeza muy intensos, que no se deben a ninguna causa médica, o que no desaparecen ni con analgésicos.

Algunas cosas desaparecen inexplicablemente y a veces vuelven a aparecer, de forma ilógica.

Sensación de presión en una habitación, dificultad al respirar, presión en el pecho, dolores de cabeza sobre todo en la coronilla, cansancio excesivo.

vo, dolores de espalda. Mala salud a la que los médicos no encuentran explicación ni motivo.

Humedades en las paredes y techos por mas que se pinte vuelve a salir muchísima humedad y moho.

Las plantas van abajo todas, se mueren rápido. Los animales están muy inquietos y enferman seguido pudiendo incluso fallecer sin ningún motivo , pues ellos ven a los espíritus. Si hay bebes en la casa lloran mas de lo normal, especialmente los niños se vuelven muy rebeldes les cambia totalmente y de manera muy repentina el carácter enfrentándose agresivamente a sus padres.

Una casa limpia es un lugar sano, un lugar armonioso energéticamente en el que de gusto vivir.

Una casa cargada con espíritus o simplemente de energías negativas hace que nuestra aura se debilita y nos sentimos muy cansados , a largo plazo las cosas nos van muy mal pudiendo incluso en casos mas graves hasta enfermar, por eso es muy importante tener el hogar limpio espiritualmente y las personas que conviven en él.

A la hora de informar...

TROYANOTICIAS
El poder de la credibilidad

Entérense de lo que acontece en Colombia y el mundo.
A partir del 14 de septiembre, bajo la dirección de Luis Guillermo Troya y un equipo de periodistas, analistas, investigadores y corresponsales les mantendrán bien informados. Permitámonos llegar a sus receptores y dispositivos móviles.

Informamos sin tomar partido, con la fórmula del éxito periodístico: formulamos las preguntas, y el oyente hace su propio análisis.

6:00 a.m.
JORGE BARON
DIVISIÓN RADIO
1490 AMPLITUD MODULADA

DIRECTOR LUIS GUILLERMO TROYA LÓPEZ

En simultánea con 50 estaciones de Cadena Radial HSCH

JORGE BARON
ENTREVISTA RADIO
1490 AMPLITUD MODULADA

PUNTO 5

Nasser Bourita, Canciller marroquí:

«LA CUESTIÓN DEL SÁHARA MARROQUÍ SE ENCUENTRA EN UN NUEVO PUNTO DE INFLEXIÓN CON OBJETIVOS Y PARÁMETROS CLAROS»



Nasser Bourita, canciller de Marruecos

El Reino de Marruecos y los Estados Unidos organizaron, el viernes 15 de enero de 2021, una Conferencia Ministerial de Apoyo a la Iniciativa de Autonomía bajo la Soberanía de Marruecos. En este evento, participaron 40 países de los cuales 27 estaban representados a nivel ministerial.

La conferencia fue copresidida por el Canciller marroquí el Sr. Nasser Bourita, y el Secretario

de Estado adjunto de los Estados Unidos para Oriente Medio y el Norte de África, el Sr. David Schenker.

Durante esta conferencia, los países participantes, expresaron su firme respaldo a la iniciativa marroquí de autonomía como única base para una solución justa y duradera al conflicto regional sobre el Sáhara y se comprometieron a seguir propugnando una solución basada únicamente en

esta iniciativa presentada por Marruecos en el 2007.

Los países participantes aplaudieron también los proyectos de desarrollo iniciados en la región, especialmente en el marco del «Nuevo Modelo de Desarrollo de las Provincias del Sur».

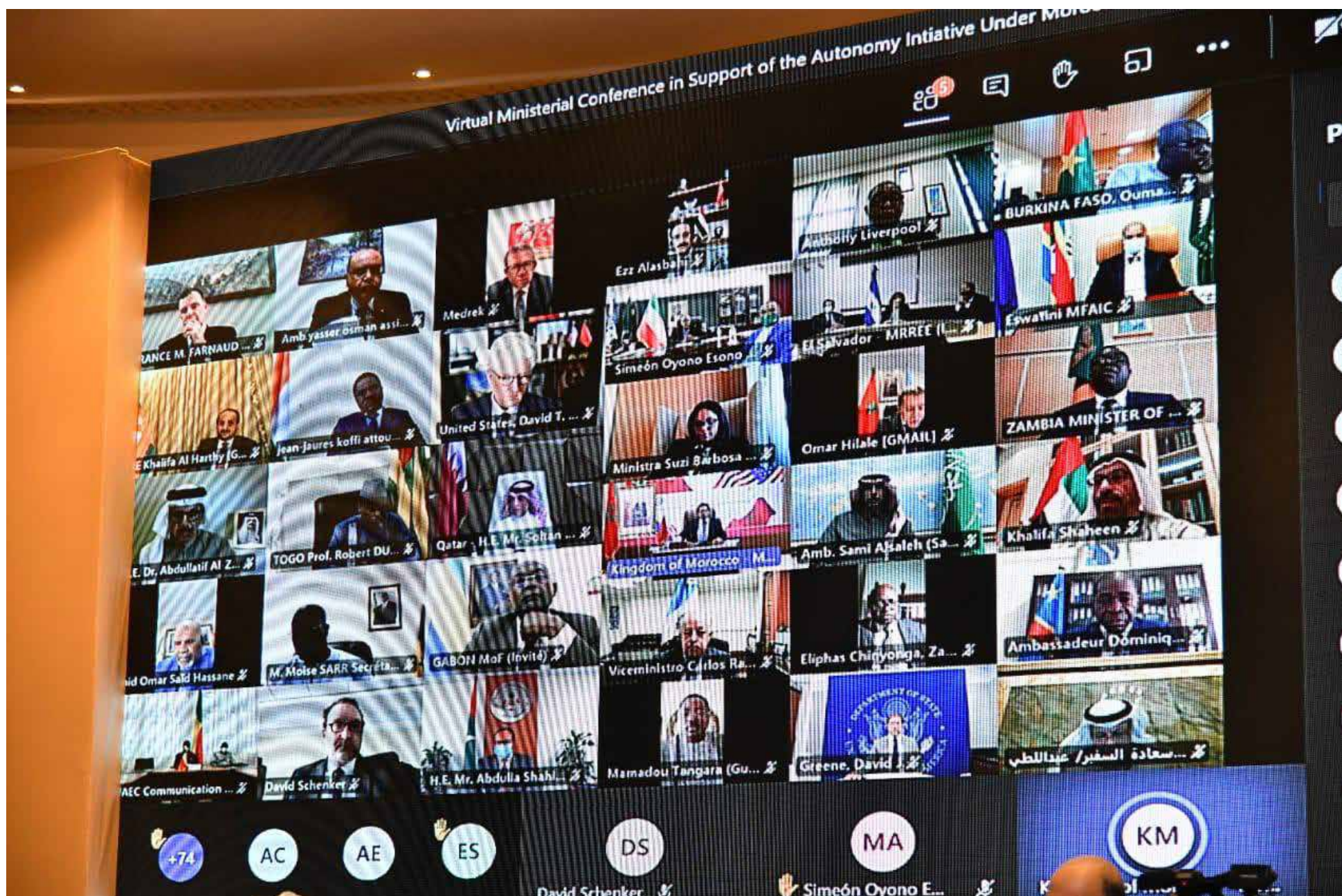
Por otra parte, la mayoría de los participantes recordaron la Proclamación de los Estados Unidos de América del

10 de diciembre de 2020, titulada «Reconocimiento de la soberanía del Reino de Marruecos sobre el Sáhara Occidental», que reafirmó el apoyo a la propuesta marroquí, sería, creíble y realista, de autonomía como única base para una solución justa y duradera del conflicto.

Los participantes subrayaron también que la Proclamación Presidencial estadounidense determina las orientacio-

nes de los esfuerzos destinados a hacer avanzar el proceso político realizado bajo los auspicios exclusivos de las Naciones Unidas para una solución política, siendo la Iniciativa de Autonomía la única base realista para ello.

A este respecto el Ministro marroquí subrayó que más allá del reconocimiento de la marrocanidad del Sáhara, la proclamación del presidente estadounidense, Donald Trump, es susceptible de



Más de 40 países se declararon solidarios con Marruecos.

instaurar una perspectiva clara y realista para un arreglo del conflicto regional del Sáhara, bajo soberanía marroquí.

La posición americana, combinada con la actual dinámica internacional a favor del plan marroquí de autonomía, permite «salir del estancamiento» que conoció la cuestión del Sáhara desde durante varias décadas, y «abre el camino prometedor y de nuevas perspectivas», se congratuló el ministro.

En una rueda de prensa al final de dicha Conferencia Ministerial el Canciller marroquí también llamó a Europa a sumarse a la dinámica internacional desatada por el amplio apoyo a la iniciativa de autonomía, señalando que «Euro-

pa debe salir del confort de decir que hay un proceso, y apoyamos este proceso, aunque este proceso deba durar décadas».

Subrayando que «la posición estadounidense debe interpelar a Europa sobre su grado de compromiso, para que esta dirección tomada por la comunidad internacional, que es la de una solución en el marco de la autonomía bajo soberanía marroquí, sea también la de Europa en su unanimidad».

A este respecto, el ministro recordó que han habido «señales», incluidos los acuerdos firmados con la Unión Europea, pero también las posiciones nacionales de varios países «que ven en la

iniciativa de autonomía una perspectiva fundamental para la resolución de esta cuestión».

Por su parte el responsable estadounidense, David Schenker afirmó que el reconocimiento de los Estados Unidos de la plena soberanía de Marruecos sobre su Sáhara consagra la posición de Washington que apoya la iniciativa marroquí de autonomía como la única base para una solución justa y duradera del conflicto del Sáhara.

Schenker recordó en este sentido que todas las administraciones estadounidenses, desde la del presidente Bill Clinton, han expresado su apoyo a la iniciativa marroquí de autonomía bajo soberanía marroquí, «que

constituye la opción más realista para la solución del conflicto del Sáhara». A este respecto, el responsable americano agregó que los Estados Unidos llaman a las partes concernidas, a las Naciones Unidas y a la comunidad internacional a «estudiar más seriamente» el plan de autonomía, que constituye la única base creíble y realista de negociaciones, subrayando que sólo las conversaciones políticas pueden conducir a un arreglo de esta cuestión. Por otra parte, la Conferencia destacó la decisión de veinte Estados miembros de las Naciones Unidas de abrir Consulados Generales en las ciudades marroquíes de Laâyoune y Dakhla, considerando que estas medidas promoverán las

oportunidades económicas y comerciales de la región, reforzarán su vocación como polo económico para todo el continente y permitirán alcanzar una solución política definitiva, tan esperada, a este conflicto que dura desde hace varios decenios. Cabe recordar que la Iniciativa marroquí de Autonomía ha sido considerada «seria y creíble» en las 17 resoluciones adoptadas por el Consejo de Seguridad desde 2007. Como tercer camino entre la integración pura y la independencia, se considera como la única solución que satisface los parámetros establecidos en la resolución 2548 del Consejo de Seguridad: una solución política realista, viable y duradera basada en el compromiso.



El 2021 inicia con la expectativa sobre la pandemia. ¿Quién sabe realmente qué ha sucedido? ¿Cómo va el tema en el mundo? Lo cierto es que China ha guardado silencio sobre el origen de la pandemia, hasta la semana pasada permitió que ingresara una delegación de la Organización Mundial de la Salud para investigar. ***

Ahora es cuando el Periodismo de Investigación tiene que sacar su trabajo. No dejarlo a la especulación de las redes sociales ni a los intereses de unas cuantas empresas que manejan las grandes cadenas de información en el mundo.

Situación que pasa a Colombia donde, desafortunadamente, es más importante el nombramiento de Reynaldo Rueda que la corrupción en la Feria de Cali, por ejemplo, donde el mandatario local, en una alocada y disparatada feria de serpientes dilapidó 25 mil millones de pesos y no compró una sola Unidad de Cuidados Intensivos.

En Bogotá no son claros los datos. Los que dice el Personero y los que entregan la alcaldía para tratar de tapar la escandalosa situación donde primaron unas vacaciones en Costa Rica que los lamentos de decenas de personas acosadas por la pandemia.



Las emisoras colombianas afrontan una crisis

En Argentina, el Grupo Prisa, al ver la proximidad de la Revolución Cubano Bolivariana en ese país, determinó vender sus emisoras al empresario local Carlos Rosales, propietario del Grupo Santamaría. Donde no vayas a ganar, tampoco pierdas, dice el viejo y conocido refrán.

De tal forma, el Grupo Prisa se queda con El País y Cinco Días en España, Caracol Radio de Colombia y ADN Radio de Chile. Poco a poco salen de sus negocios de las Américas como dicen.

En Colombia, la situación de la radio no es la mejor, pero se mantiene gracias a la pauta oficial. Las únicas que han sufrido son las emisoras independientes y las comunitarias, aunque el gobierno les saneó sus cuentas con el erario.

En cuanto a radio mac-hacadora de música, los programadores están dedicados a lo fácil: transmitir los grandes éxitos en otras regiones. No importa que sea en inglés y que acá los bilingües sean una minoría.

Pero dejan a un lado el talento criollo y la música vernácula.

Se plantea en las emisoras apagar transmisores a las 12 de la noche y prender a las 5 de la mañana. Sería un ahorro ecológico para la tierra.

Claro está que ya, la gran mayoría de estaciones radiales, transmiten su programación vía internet.

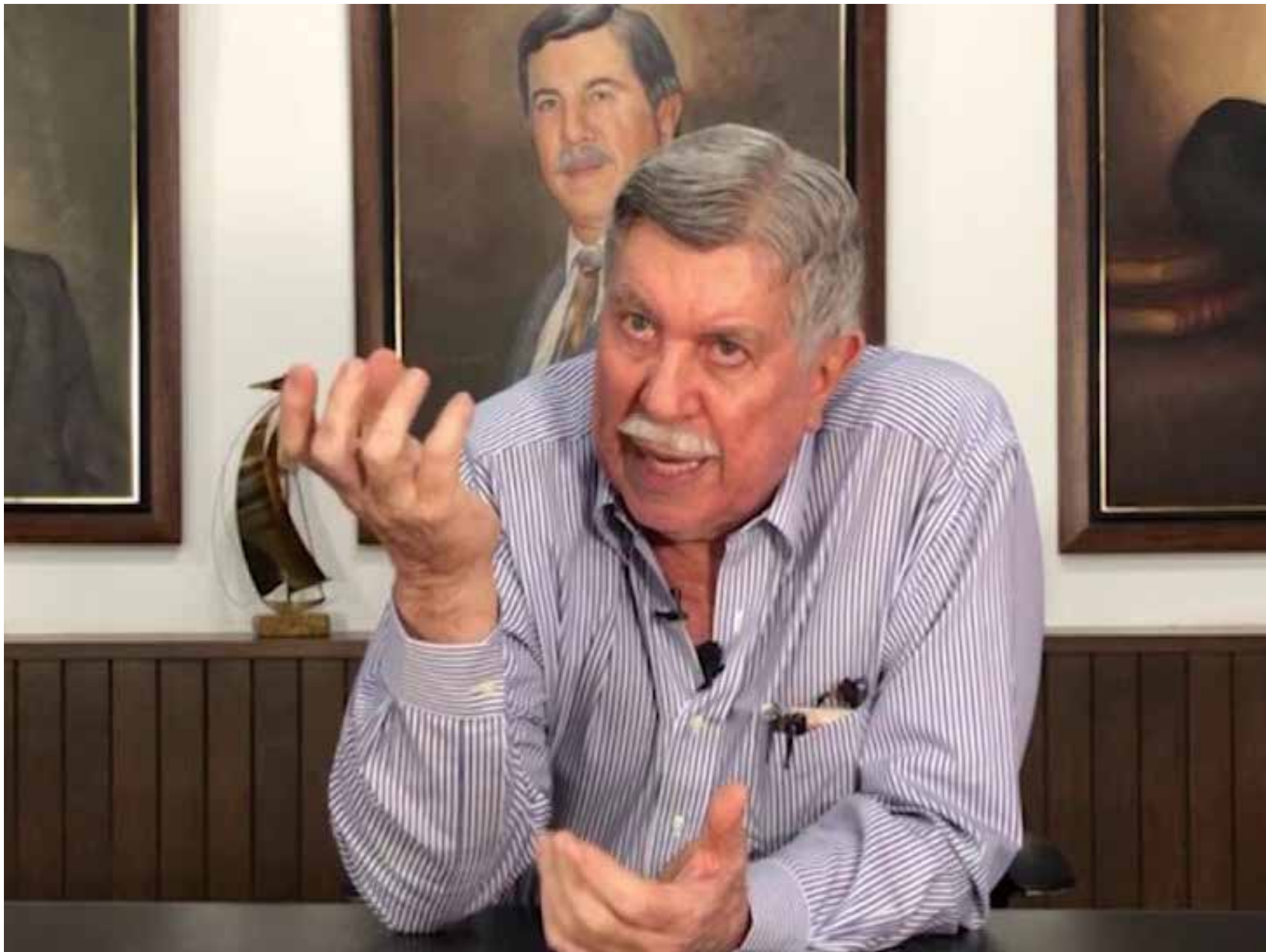
A propósito de Internet en estos días el encierro ha vuelto a ocasionar problemas de conexión. La congestión es grande y eso que no ha llegado el Teletrabajo. De tal manera que las grandes empresas tendrán que invertir en tecnología. Camino propicio para la 5 G.

Comienza la incertidumbre de docenas de periodistas, catedráticos y comunicadores con los temas de la pandemia y la economía fracturada. En distintos medios se prevé un recorte en las nóminas y los que dictan clases están en la pensadera porque alumnos nuevos, no hay. Ojalá que haya nuevas posibilidades para quienes manejan comunicaciones en el país.

Este 18 de enero arranca en país informativo. Ya regresaron de vacaciones los periodistas que estuvieron en las regiones y que analizaron cómo está el país. Trabajo sí tendrán.

Presidente de Vanguardia:

MURIÓ ALEJANDRO GALVIS RAMÍREZ



Alejandro Galvis Ramírez

Alejandro Galvis Ramírez, presidente de la organización Galvis Ramírez y compañía falleció en la tarde de este viernes 15 de enero, en Floridablanca, informó el periódico Vanguardia.

Galvis Ramírez, de 78 años, murió tras recibir atención médica por parte de profesionales de la Salud de la clínica Foscal.

El dirigente periodístico santandereano fue eco-

nomista, especialista en gerencia de diarios en la Universidad de Chicago y magíster en Administración de Empresas en la Universidad de Michigan.

Asumió la gerencia del periódico en julio de 1967, cargo desde el cual convirtió a Vanguardia en el medio más importante de Santander y uno de los más reconocidos de Colombia.

Entre los múltiples logros de su vida como empresario está la transformación

y consolidación de Vanguardia, con nuevas técnicas gerenciales y administrativas. Además, se consolidó como uno de los empresarios más importantes en el sector informativo tras adquirir medios como El Universal de Cartagena, La Tarde de Pereira, Liberal de Popayán y el Nuevo Día de Ibagué.

También fue cofundador de la Agencia Nacional de Noticias Colprensa, Periódicos Asociados y presidió la Asociación Nacio-

nal de Diarios, Andiaros. Su amor por la región lo llevó a ser el precursor de la primera facultad de Comunicación Social de Santander, así como de la primera facultad de Economía de la región.

En el ámbito de la ganadería, otra de sus pasiones, creó y dirigió la empresa El Madrigal, con la que aportó un desarrollo muy importante a las diferentes razas bovinas, especialmente el Pardo Suizo, cuyos ejemplares acrecentaron la raza

en diversas regiones del país y han sido galardonados en las mejores ferias.

Su excepcional ética de trabajo y su empeño y pasión por el desarrollo del departamento le merecieron grandes condecoraciones como la Cruz de Boyacá, la Orden al Mérito Industrial, la Orden al Mérito Ganadero y las máximas distinciones de la Sociedad Interamericana de Prensa y la Gobernación de Santander.

Avanza la Causa de Beatificación del Padre:

RAFAEL GARCÍA HERRERA



Se adelanta en Colombia la Causa de Beatificación y Canonización del Siervo de Dios Rafael García Herreros, fundador de la obra social y evangelizadora «El Minuto de Dios».

Orbedatos

Cuando este domingo 17 de enero se cumplen 112 años del nacimiento del sacerdote eudista Rafael García Herreros, fundador de «El Minuto de Dios», el Provincial de los Eudistas en El Minuto de Dios ha anunciado que la Congregación para las Causas de los Santos aceptó a la doctora Silvia Correale como postuladora de la causa de beatificación del Siervo de Dios Rafael García Herreros.

El padre Camilo Bernal, superior provincial, informó que fue fundamental el apoyo del Embajador de Colombia ante la Santa Sede, doctor Jorge Mario Eastman Robledo, para dar continuidad al proceso, iniciado en Colombia en 2013 y cuya «fase diocesana» culminó en 2018. Con esta deci-

sión, comenzará la «fase romana» de la Causa.

La Congregación de Jesús y María (Eudistas) a la que pertenece el fundador de El Minuto de Dios, ha animado y apoyado todo el proceso a lo largo de los años. La Provincia Eudista Minuto de Dios fue dando cada paso en consulta con la Administración General de los Eudistas y con el Obispo de Engativá. El Superior General nombró a la postuladora, Dra. Silvia Correale, y al vicepostulador, P. Iván Díaz. El Procurador de los Eudistas en Roma, P. Gerson Mora, realizó las gestiones con el Embajador de Colombia ante la Santa Sede.

El padre García Herreros, nacido en Cúcuta el 17 de enero de 1909 y fallecido en Bogotá el 24 de noviembre de 1992, dedicó los primeros 20 años de

su vida sacerdotal a ser formador de sacerdotes, actividad propia de su comunidad religiosa, y el resto de su existencia lo ocupó en el servicio a los pobres, el desarrollo social y la construcción de la paz.

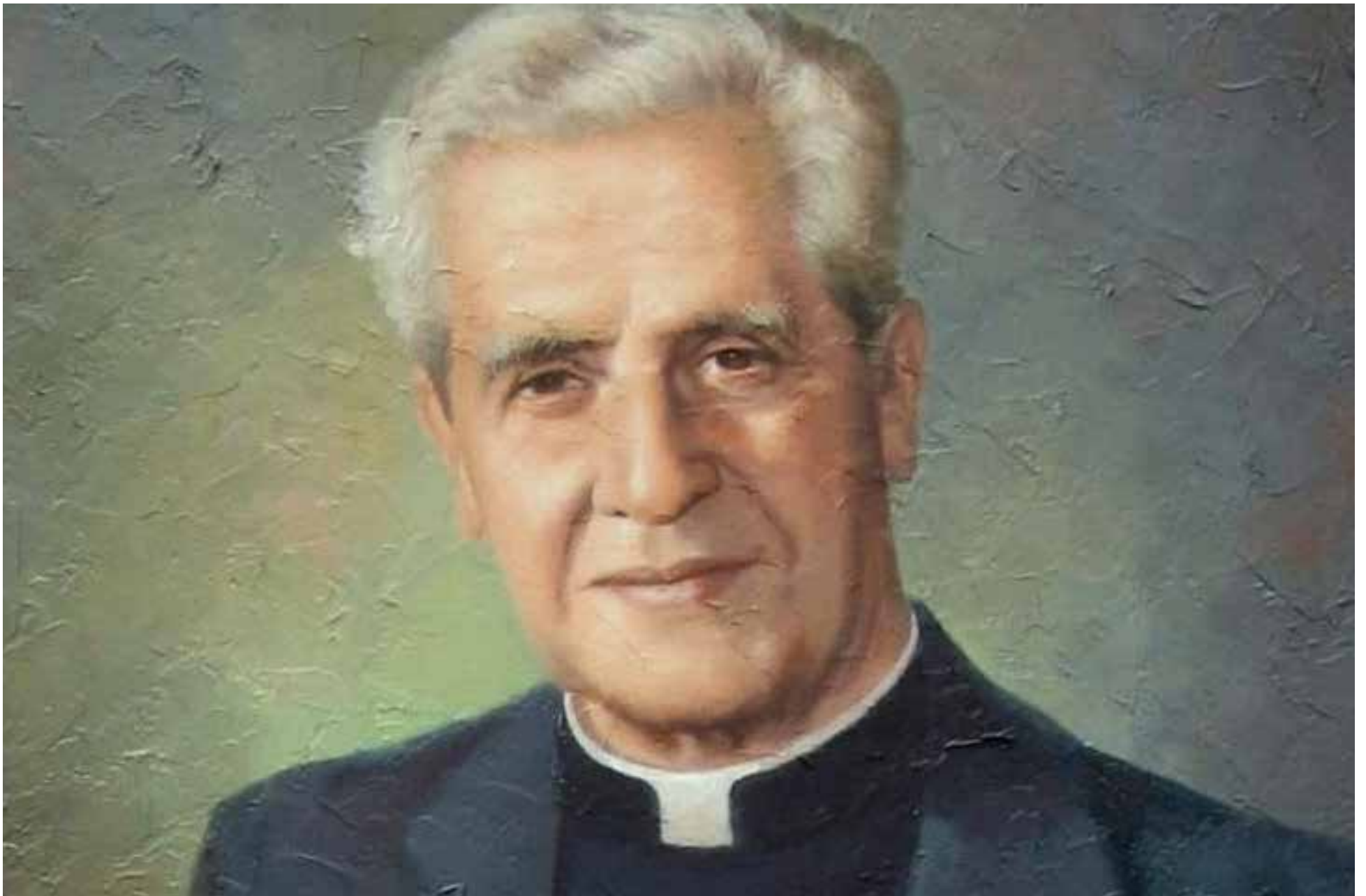
Su obra emblemática, «El Minuto de Dios», así como sus mensajes en el programa de televisión del mismo nombre, y otras enseñanzas y escritos, contenidos en 33 volúmenes, al igual que el Museo Rafael García Herreros, dan cuenta de por qué la Iglesia Católica estaría interesada en proponer al P. García Herreros como ejemplo para los colombianos y los cristianos del mundo entero. El Superior General de los Eudistas, padre Jean Michel Amouriaux, ha destacado el proceso de beatificación del padre Rafael García Herreros como «muy significa-

tivo» para los Eudistas, cuyas Constituciones establecen que la comunidad sea «una escuela de santidad para quienes a ella llegan». Expresó que el Siervo de Dios «no buscó el éxito, el dinero, el poder, sino la gloria de Dios, el servicio a los pobres y la realización de la misión de la Congregación. Tenemos en él un modelo... que los invita a permanecer en una vida evangélica de humildad, sobriedad y servicio. Estas son cualidades del Siervo de Dios, tan útiles para todos aquellos que reivindiquen su herencia».

El padre Diego Jaramillo, sucesor del P. García Herreros al frente de la obra de El Minuto de Dios, ha dicho: «En El Minuto de Dios recordamos permanentemente al padre Rafael García Herreros, y de modo especial lo hacemos el 17 de enero, cuando recor-

damos su natalicio. Él fue el inspirador de la obra social y evangelizadora que hemos podido llevar a cabo. Predicó siempre a Jesucristo, camino que nos conduce a Dios. Insistió en que trabajásemos en la Renovación espiritual de la Iglesia, y que manifestásemos nuestro amor fraterno, sobre todo a los pobres. Hoy le suplicamos a Dios que, en un futuro no muy lejano, la vida y el testimonio del padre García Herreros sean reconocidos por la Iglesia, y presentados al pueblo cristiano como ejemplo de fe y de compromiso social».

El P. Iván Díaz, vicepostulador, explicó que el proceso canónico —que tiene dos fases: la diocesana y la romana— «reúne las pruebas que permitirán tener la certeza moral acerca de la pureza e integridad de vida del Siervo de Dios, cómo



Sacerdote Rafael García Herreros

éste practicó en grado heroico las virtudes teológicas (fe, esperanza y caridad), las virtudes cardinales (prudencia, fortaleza, justicia y templanza) y las obligaciones evangélicas (castidad, obediencia y pobreza), todo lo cual configura también la fama de santidad del Siervo de Dios; al igual que se demostrará cómo algunos fieles han recibido de Dios gracias y favores por la intercesión del Siervo de Dios (lo cual se conoce como fama signorum)).

Sobre la postuladora

Silvia Mónica Correale, abogada argentina y doctora en derecho canónico, fue una de las primeras mujeres aceptadas como postuladoras de causas ante la Congregación para las Causas de los Santos, servicio

al que se vinculó a partir de 1992. Fue la postuladora de la causa de canonización de la primera santa colombiana, la Madre Laura Montoya. En 2013, la doctora Correale visitó El Minuto de Dios para conocer, de primera mano, testimonios sobre el fundador de esta Obra. El proceso de la Causa de Beatificación del Siervo de Dios Rafael García Herreros Comienzo del siglo XXI: el padre Diego Jaramillo compiló y publicó en 33 volúmenes los «Minutos de Dios» y otros escritos del P. Rafael García Herreros.

2010: Se creó el Museo Rafael García Herreros para preservar la memoria del Siervo de Dios Rafael García Herreros.

2012: La Comunidad Eudista de El Minuto de Dios consultó a la Ad-

ministración General de la Congregación de Jesús y María sobre la pertinencia de iniciar el proceso de beatificación y canonización del P. García Herreros. Con su autorización, consultó al Obispo de Engativá, Monseñor Héctor Gutiérrez sobre la posibilidad de introducir la Causa de Beatificación del P. García Herreros. El Obispo dio su parecer positivo.

2013: La Conferencia de Obispos de Colombia aprobó iniciar la Causa. El Superior General de los Eudistas nombró como postuladora a la Dra. Silvia Correale, quien presentó al Obispo de Engativá el «Suplex libellus», documento oficial de introducción de la Causa. El Obispo de Engativá solicitó, a la Cong-

regación para las Causas de los Santos, saber si en los Dicasterios de la Curia Romana habría algún obstáculo para proceder con la Causa; dicha Congregación indicó que no, es decir, dio el «Nihil obstat». Se nombró en Bogotá una comisión de historiadores, encargada de realizar una contextualización histórica de la época del Siervo de Dios.

2014: El Superior General de los Eudistas nombró al padre Iván Díaz como vicepostulador de la Causa. Una comisión de peritos teólogos empezó a estudiar los escritos del Siervo de Dios Rafael García Herreros. El 3 de octubre se realizó la sesión de apertura del Tribunal de la Causa, presidida por el Obispo, monseñor Héctor Gutiérrez. Empezó a sesionar

el tribunal encargado de recibir el testimonio de diversas personas sobre el padre Rafael y recoger las pruebas acerca de la vida, virtudes y fama de santidad del padre. Una comisión pastoral, conformada por la comunidad eudista, empezó a colaborar en la difusión sobre la vida, la obra y el pensamiento del Siervo de Dios Rafael García Herreros.

2018: El 30 de octubre de ese año, en ceremonia presidida por monseñor Francisco Nieto, Obispo de Engativá, se clausuró oficialmente la «fase diocesana» de la Causa de Beatificación del Siervo de Dios Rafael García Herreros. Posteriormente, la documentación reunida durante estos años fue enviada a Roma.

Santa Cruz del Sur:

MARAVILLA PEQUEÑA BESADA POR EL MAR



Santa Cruz en la tarde invernal se embellece tu mar azul que palidece.

Texto y fotos
Lázaro David
Najarro Pujol
Corresponsal Cuba
Primicia Diario

Santa Cruz del Sur es una localidad que distingue por las tradiciones musicales, preservadas en su Banda Municipal de Conciertos, una de las más antiguas

as de Cuba, constituida el 3 de mayo de 1908, por iniciativa del músico manzanillero Eduardo Castellano.

La mayoría de sus fundadores desapareció cuando el huracán del 9 de noviembre de 1932 devastó la comunidad con un saldo de alrededor de 4 mil víctimas.

Se recuerdan también, además de Castellano, a aquellos jóvenes músicos procedentes del oriente cubano, entre otras regiones: Manuel Pacheco, Antonio Rivero Ricardo, Augusto Rivero Ricardo, Armando Curra, Pablo Carmona, Antonio Consuegra, Silverio Rivero Ricardo, Ricardo García Birba, Vicente Petit Tiá,

Armando Abadín, Antonio Petit Tiá, Eroteido Avalo Rodríguez, José Avalo, Néstor Ferrer Suárez, Pedro Suárez Reyes, Filiberto Petit Tiá, Diógenes Rivero Ricardo, Armando Castellanos, y Eduardo Castellanos (hijo).

Sus continuadores prosiguieron la tradición, representan en el sello que

distingue a la cultura santacruceña y contribuyen «al desarrollo en la población del gusto por la música clásica, la música de concierto, la tradicional cubana, española y contemporánea».

Ese poblado de pescadores cuenta con una arquitectura muy singular, conformada por vivien-



Santa Cruz del Sur.



A una milla náutica de la rivera oeste de Santa Cruz del Sur ha prevalecido en el tiempo.



Quizás el poeta santacruceño Emilio Ripoll Gomero se inspiró en esos atardeceres para el recuerdo.

das de madera, estéticamente concebidas por los carpinteros ebanistas y navales que abundaban mucho en la región en la década del 30.

Son edificaciones al estilo de la arquitectura desarrollada por las grandes compañías norteamericanas que administraban los centrales azucareros, con portal al frente, patio y traspatio; muchos de esos caserones están rodeados por jardines.

Son construcciones espaciales, con amplitud en la sala comedor, la biblioteca o área de recepción y en las habitaciones divididas por un baño intercalado. Es una concepción constructiva de gran belleza, tanto dentro como fuera de estas edificaciones, que se distinguen además por su falso techo, barandas y detalles decorativos.

Desde la calle «G» y hasta la «Pepito Tey» predominan actualmen-

te este tipo de viviendas como exponentes de la influencia de numerosos catálogos procedentes de Estados Unidos. La mayoría posee también paredes de madera de doble forro, pisos de madera pulimentada y cubiertas de varias aguas, de zinc o de tejas francesas; generalmente tienen un solo nivel, aunque una segunda planta se puede apreciar en la biblioteca municipal de Santa Cruz del Sur y en el hotel Miramar, entre otras.

La comarca puede incluso convertirse en uno de los potenciales turísticos más importantes de la provincia de Camagüey. Actualmente no lo es, no obstante su historia, riquezas naturales, excelente cayería —especialmente Las Doce Leguas, de hermosas playas—, la hospitalidad espontánea, la alegría de sus gente, las costumbres, cultura, tradiciones y en general la idiosincrasia de los santacruceños.

Santa Cruz,
maravilla pequeña
siempre alegre y
risueña
besada por el mar.

Veo en tu inmensa
belleza
que la naturaleza te
ha querido adornar
Santa Cruz en la
tarde invernal
se embellece tu mar
azul que palidece.

Veo las olas que
crecen
en su afán de besar
besar de las olas y
del mar
en tu playa, en tu
arena
y se forman amenas
como blancas
azucenas
las espumas del
mar.

Y allá, en tu inmensa
laguna
es la bella fortuna
que te ha legado el
mar.
Y atrás se agiganta
tu mente
y se ve el horizonte
sus colores cambiar
y a ti te contemplo
risueño
maravilla pequeña
Besada por el mar.

Santa Cruz del Sur se convirtió hasta el 14 de noviembre de ese año, en la capital de la República. Santa Cruz del Sur es noticia no por los huracanes; es noticia por sus fascinantes cayerías, su cultivo del camarón, su producción azucarera, la intrepidez y la valentía de su pueblo, el arranque heroico y sencillez de su gente, su historia.... Santa Cruz del Sur es un tesoro por descubrir.

Y como afirma en el poema Emilio Ripoll Gomero, devenido en la canción de la comunidad:

Durante la cuarentena:

LA SALUD MENTAL CLAVE

Martha Díaz-Colweb

Es común que en cualquier epidemia que surja, las personas se sientan estresadas, nerviosas y preocupadas. Es normal que las personas sientan miedo de enfermarse o morir y muchas veces no se acercan a los centros de salud por temor a infectarse, mientras reciben atención y mucho más temen perder el sustento, a no poder trabajar por el aislamiento y a quedarse socialmente excluidas por haber sido enviadas a cuarentena.

A veces se siente impotencia, al querer proteger a los seres queridos y miedo a perderlos debido al virus, sin poderlos cuidar. Sentimos sensación de desamparo, aburrimiento, soledad y depresión, debido al aislamiento.

Aquí la actividad física juega un papel importante, como también los ejercicios de relajación como respiración, meditación o concientización.

Leer libros y revistas puede ayudar y reducir el tiempo ocupado, en lugar de ver imágenes negativas en la TV o en escuchar rumores. Busque en fuentes confiables y reduzca el tiempo utilizado en encontrar información 1 a 2 veces por día, en lugar de a cada hora.

Es normal sentirse triste, angustiado, preocupado, confundido, asustado o enojado durante una crisis. Pero hable con personas de su confianza y póngase en contacto con sus amigos y familia.



A veces se siente impotencia, al querer proteger a los seres queridos y miedo a perderlos debido al virus, sin poderlos cuidar. Sentimos sensación de desamparo, aburrimiento, soledad y depresión, debido al aislamiento.

En casa, mantenga un estilo de vida saludable, lo que incluye una dieta adecuada, sueño, ejercicio y contacto social con los seres queridos en el hogar. Manténgase en contacto con la familia y los amigos a través del correo electrónico, haga llamadas telefónicas y el uso de plataformas de redes sociales y no consuma tabaco, alcohol u otras drogas para enfrentar sus emociones.

Y si se siente abrumado, hable con un psicólogo o trabajador social, u otra persona confiable de su comunidad, por ejemplo, un líder religioso o una persona mayor.

Tenga un plan para saber a dónde acudir y pedir ayuda para su salud mental y física y sus necesidades psicosociales y si fuera necesario y obtenga datos sobre su nivel de riesgo y cómo tomar precauciones.

Utilice fuentes creíbles para obtener la información, como el sitio web de la Organización Mundial de la Salud, OMS, o un organismo de salud pública local o estatal. Y lo mejor es que disminuya el tiempo que usted y su familia ocupan viendo o escuchando cobertura mediática y preocupante. Y si es posible, aproveche habili-

dades que haya utilizado en el pasado durante tiempos difíciles, para manejar sus emociones durante este brote del coronavirus.

Los adultos mayores necesitan más atención

Los adultos mayores, en especial aquellos que se encuentran en aislamiento o padecen deterioro cognitivo o demencia, pueden volverse más ansiosos, enojados, estresados, alterados, reclusos o excesivamente desconfiados, durante la cuarentena.

Se les debe proporcionar apoyo emocional a través

de redes familiares y profesionales de la salud mental. Se pueden compartir datos simples sobre lo que está ocurriendo y brindar información clara sobre cómo reducir el riesgo de infección en un lenguaje que las personas mayores, puedan comprender.

En el caso de las personas mayores que reciben atención en residencias (por ej., vida asistida, hogares para ancianos), los administradores y el personal deben asegurarse de contar con medidas de seguridad para evitar la infección mutua y el brote de preocupación o pánico excesivos.

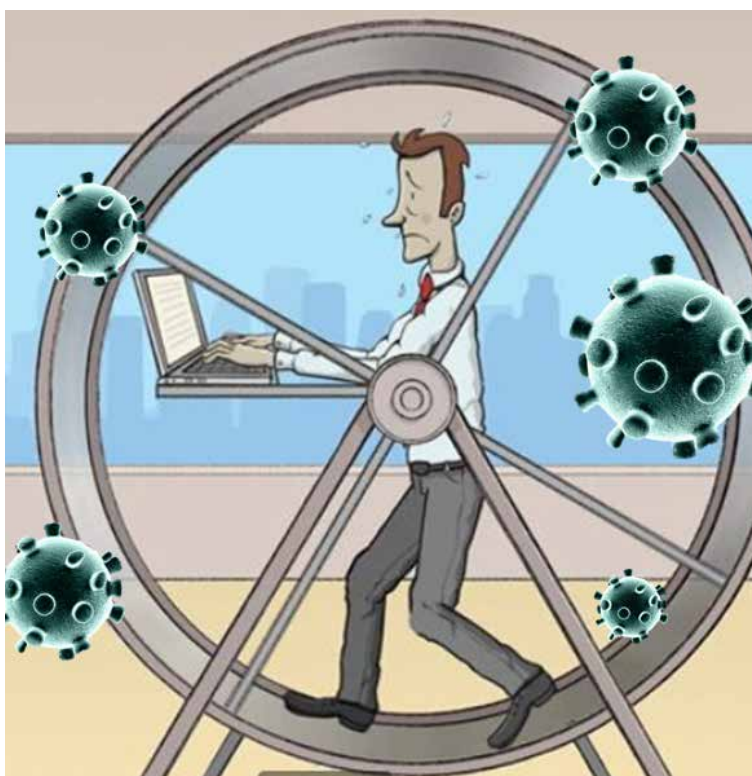
Asimismo, se debe brindar apoyo al personal de atención que puede permanecer en cuarentena extendida con los residentes, sin poder ver a sus familias. Los adultos mayores son particularmente vulnerables al COVID-19, dadas sus fuentes de información limitadas, sistemas inmunitarios más débiles y la tasa de mortalidad más alta por el virus COVID-19 observada en la población mayor.

Se debe prestar especial atención a los grupos de alto riesgo, es decir, las personas mayores que viven solas, sin parientes cercanos; que tienen una condición socioeconómica baja o afecciones de salud, como el deterioro cognitivo/demencia u otras enfermedades, que afectan la salud mental.

Es necesario informar a las personas mayores con deterioro cognitivo leve o demencia en etapa temprana, sobre lo que está ocurriendo dentro de la medida de su capacidad y brindar apoyo que alivie su ansiedad y estrés.

En cuanto a las personas con deterioros moderados o demencia en etapas avanzadas, se deben satisfacer sus necesidades cotidianas y médicas durante el periodo de cuarentena.

«Es importante que haya un acceso ininterrumpido a los medicamentos esenciales (para la diabetes, el cáncer, enfermedades renales, el VIH). Se debe brindar a todas las personas mayores aisladas o infectadas, información verídica sobre los factores de riesgos y sus posibilidades de recuperación», señaló el cardiólogo Gabriel Robledo. Se debe brindar a las personas mayores información



Mantener las rutinas y cronogramas habituales en la mayor medida posible o ayudar a crear nuevas rutinas en un nuevo entorno, que incluyan aprendizaje, juego y relajación. Si es posible, se deben mantener las tareas, el estudio u otras actividades rutinarias, que no pongan en peligro al niño o vayan en contra de las autoridades sanitarias.

y explicarles cómo obtener asistencia práctica si la necesitaran, como un taxi o la entrega de provisiones. La distribución de bienes y servicios materiales de prevención (por ej., mascarillas, desinfectantes), provisiones de alimentos suficientes y el acceso a transporte de emergencia, puede reducir la ansiedad en la vida cotidiana.

Se pueden sugerir a las personas mayores algunos ejercicios físicos que puedan realizar en sus hogares en cuarentena, para mantener su movilidad y reducir el aburrimiento.

Los niños deben entender la crisis

«Los niños pueden responder a una situación difícil o desestabilizadora de distintas formas como aferrarse a sus cuidadores, sentirse ansiosos, retraerse, sentirse enojados o alterados, tener pesadillas, mojar la cama, tener cambios de humor frecuentes,» señaló la psicóloga Diana Mejía.

Por lo general, los niños se sienten aliviados si

pueden expresar y comunicar sus sentimientos e inquietudes en un entorno seguro y comprensivo. Cada niño tiene su propia forma de expresar sus emociones.

A veces desarrollar actividades creativas, como jugar y dibujar, pueden facilitar este proceso. «Se debe ayudar a los pequeños a buscar formas positivas de expresar sus sentimientos de inquietud como el enojo, el miedo y la tristeza. y fomentar en ellos un ambiente de mayor atención y sensibilidad» dijo la psicóloga Mejía.

Recordar que los niños suelen captar las señales emocionales de los adultos importantes en sus vidas, es por eso que la forma en que los adultos respondan a la crisis es muy importante.

Es fundamental que los adultos manejen bien sus propias emociones y permanezcan en calma y escuche las preocupaciones de los niños, les hablen con amabilidad y los tranquilicen. Si corresponde y dependiendo de

la edad, se puede alentar a los padres a abrazar a sus hijos y repetirles que los aman y están orgullosos de ellos. Esto los hará sentir mejor y más seguros. Y si fuera posible, crear oportunidades para que jueguen y se relajen.

Si es necesario separar a un niño de su cuidador primario, se debe asegurar que haya una alternativa adecuada y que un trabajador social, o equivalente, que le realice un seguimiento el periódico.

Mantener las rutinas y cronogramas habituales en la mayor medida posible o ayudar a crear nuevas rutinas en un nuevo entorno, que incluyan aprendizaje, juego y relajación. Si es posible, se deben mantener las tareas, el estudio u otras actividades rutinarias, que no pongan en peligro al niño o vayan en contra de las autoridades sanitarias.

«Demostrar a los niños cómo pueden mantenerse seguros (por ejemplo, mostrarles la forma eficaz de lavarse las manos y

evitar especular sobre rumores o información no verificada frente a ellos», dijo la psicóloga.

Se les puede brindar información sobre lo que ocurre o podría suceder de una forma tranquila, honesta y adecuada para su edad.

Las actividades deben enseñarles sobre el virus, pero también es importante mantenerlos activos, cuando no están en la escuela, por ejemplo, utilizando juegos para lavarse las manos con rimas, crear historias imaginarias sobre cómo el virus explora el cuerpo o hacer que la tarea de limpiar y desinfectar la casa sea un juego divertido. Explicar a los niños sobre los equipos de protección personal es importante, para que no se asusten.

Así que no se deje llevar por la intranquilidad y el miedo. Las crisis se superan y hacerlo está en nuestras manos.

Fuente: Organización Mundial de la Salud, OMS, Psiquiatría.com



Flor de Inirida

Viajan más de 1.000 km. desde la Amazonia Colombiana, son nativas símbolo del Amor Eterno

Es elegante, estilizada, minimalista, moderna y versátil, ideal para decorar y ambientar el hogar y la oficina.

Entregas Bogotá, Medellín, Cali, Barranquilla, Cartagena, Santa Marta, Pereira, Armenia, Manizales e Ibagué

Precio Docena \$30.000
flordeiniridacolombia@gmail.com

Pedidos en Colombia
 313 453 7131
 310 864 6902

FUMAR AUMENTA COMPLICACIONES POR COVID-19

Dentro de las nuevas advertencias sanitarias que ha presentado el Ministerio de Salud y Protección Social figuran las consecuencias que produce el cigarrillo en la pandemia. «Fumar tiene mayor probabilidad de infección por Covid-19 debido al contacto mano boca, empeora las consecuencias ya que el humo de tabaco deteriora los mecanismos de defensa del aparato respiratorio y produce inflamación, así mismo, la probabilidad de progresión de la enfermedad es 14 veces mayor en personas con antecedentes de tabaquismo», explica el ente de Salubridad.

Desde el 21 de julio de 2021, los empaques y etiquetas de productos de tabaco y derivados que se comercializan en Colombia tendrán que incluir nuevas advertencias sanitarias. Así los dispuso el Ministerio de Salud y Protección Social el pasado 20 de noviembre de 2020, cuando publicó la nueva ronda de advertencias en cumplimiento de la Ley 1335 de 2009, que establece que la rotación de éstas se debe efectuar cada año.

Gerson Bermont, director de Promoción y Prevención de Minsalud señaló que «la importancia de las advertencias sanitarias en el empaquetado de todos los productos derivados del tabaco radica en que son una herramienta para sensibilizar e informar los riesgos que el consumo de tabaco y la exposición al humo de tabaco tienen para la salud, así como



Fumador en pandemia

disminuir el atractivo que el empaquetado tiene para los niños, jóvenes y nuevos fumadores».

Añadió que «fumar daña muchos órganos del cuerpo y causa enfermedades cardíacas, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) y varios tipos de cáncer entre ellos el de pulmón, garganta y riñón. En el caso de las mujeres, las fumadoras además tienen menos probabilidad de quedar embarazadas y corren mayor riesgo de aborto y probabilidad de embarazos ectópicos y que su bebé nazca prematuramente, con labio leporino, paladar hendido y peso anormal».

El humo de tabaco afecta sus pulmones: Los niños que están expuestos al humo de segunda mano tienen mayor riesgo de presentar el síndrome de muerte súbita, infecciones respiratorias agudas, problemas de oídos (otitis) y asma severa. La exposición al humo de tabaco causa problemas y síntomas respiratorios, al disminuir el crecimiento de los pulmones en los niños.

El consumo de tabaco causa problemas dentales: la enfermedad de las encías (periodontal) es una infección que puede afectar la estructura ósea que sostiene sus dientes. En casos graves, puede

hacer que los dientes se caigan.

Fumar aumenta complicaciones por Covid-19: fumar tiene mayor probabilidad de infección por Covid-19 debido al contacto mano boca, empeora las consecuencias ya que el humo de tabaco deteriora los mecanismos de defensa del aparato respiratorio y produce inflamación, así mismo, la probabilidad de progresión de la enfermedad es 14 veces mayor en personas con antecedentes de tabaquismo.

Advertencias para productos de tabaco calentado

Consumir tabaco causa

adicción y muerte: Al ser uno de los principales síntomas causados por la dependencia fisiológica y psicológica de una sustancia caracterizada por cambios neuroquímicos, los cuales se ven reflejados en cambios de humor y conductas compulsivas y repetitivas.

El consumo de tabaco tiene impactos ambientales: Las colillas de cigarrillo pueden durar hasta 12 meses en degradarse en agua dulce y hasta 5 años en agua salada. Las aves y los animales acuáticos pueden confundirlas con alimentos. En tan solo una hora de contacto productos tóxicos como el plomo y cadmio que se encuentran atrapados en la colilla, pueden filtrarse hacia el agua amenazando el bienestar de la vida marina.

Consumir tabaco causa problemas cardíacos: Al alterar la química de la sangre y adicionalmente dañar los vasos sanguíneos. Después de fumar, todas las líneas celulares del cuerpo reaccionan a los productos tóxicos del tabaco, la frecuencia cardíaca y la presión arterial aumentan y los vasos sanguíneos se endurecen y estrechan. Estos cambios químicos hacen que la sangre se vuelva más densa y que exista una acumulación peligrosa de placas o coágulos dentro de las arterias que pueden obstruir el flujo sanguíneo y ser mortales, si se bloquea la llegada de sangre al corazón, cerebro o piernas.

En el 2020 cada colombiano dedicó:

TRES HORAS Y 23 MINUTOS AL DIA PARA VER TELEVISIÓN



Noticias Caracol

Orbedatos

Durante el año 2020 los canales privados de televisión abierta en Colombia registraron un incremento del 10% en el consumo diario de minutos. En promedio, cada colombiano dedicó 3 horas y 23 minutos para ver televisión al día.

Caracol Televisión se posicionó por noveno año consecutivo como el canal favorito de los colombianos tras liderar el share de audiencias con una diferencia de 14.7 de share frente a su principal competidor.

El crecimiento de audiencia comparado con el año 2019 fue del 7%

convirtiéndose en la cifra más alta de los últimos 12 años (31,8% de share). Además, el crecimiento en el consumo diario de minutos fue del 18%, pasando de 2.045 horas en 2019 a 2.420 en el 2020.

De otro lado, la situación mundial ligada a los cambios sociales, políticos y económicos que generó

la pandemia, y el contexto actual en el que abundan las Fake News, fueron factores que impulsaron la búsqueda de información veraz y confiable. Los noticieros de los canales abiertos de televisión privada registraron un incremento del 4% en los minutos consumidos, pasando de 15.600

horas en 2019 a 16.200 horas en 2020. Noticias Caracol demostró que sigue siendo primero en noticias con un promedio de participación de 36.5% y un 6.1% de rating personas. Es el noticiero más visto de la televisión abierta y supera, en más del doble de audiencia, a su principal competidor.

En el 2020 cada colombiano dedicó:

**TRES HORAS Y 23 MINUTOS AL
DÍA PARA VER TELEVISIÓN**

Energía negativa:

**SÍNTOMAS DE UN HOGAR SUCIO
ENERGÉTICAMENTE**



PRIMICIA

DIARIO

LUNES
18

AÑO 4 - EDICIÓN 978 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA ENERO DE 2021

Playa Blanca:

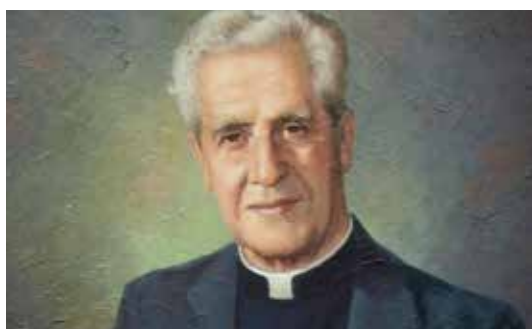
VUELVE A SER LA MECA DEL TURISMO



El regreso de los bañistas a Playa Blanca, en Cartagena, se cumplió en medio de protocolos de bioseguridad.

Avanza la Causa de Beatificación del Padre:

**RAFAEL
GARCÍA
HERRERA**



Nasser Bourita, Canciller marroquí:

**«LA CUESTIÓN DEL SÁHARA MARROQUÍ SE
ENCUENTRA EN UN NUEVO PUNTO DE INFLEXIÓN
CON OBJETIVOS Y PARÁMETROS CLAROS»**

WWW.PRIMICIADIARIO.COM