

Colombia en peligro:

AMENAZA CONTRA LOS PÁRAMOS

Sexo al día:

**20 ERRORES DEL
HOMBRE EN LA CAMA**



PRIMICIA

DIARIO

JUEVES
21

AÑO 4 - EDICIÓN 981 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA ENERO DE 2021

Biden:

ENDEREZANDO EL RUMBO



El presidente electo de Estados Unidos, Joe Biden, firmó una serie de órdenes ejecutivas derogando las firmadas por su antecesor. Entre las Ordenes se destacan, revertir vetos migratorios y regresar al Acuerdo de París sobre el cambio climático, regreso a la OMS, entre otras.

En el mundo:

CESÓ LA HORRIBLE NOCHE



Jueces acusan a Duque:

«INTROMISIÓN A LA JUSTICIA Y VIOLACIÓN DEL PODER JUDICIAL»

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

En el mundo:

CESÓ LA HORRIBLE NOCHE

El nuevo inquilino de la Casa Blanca entró a corregir los errores de Trump.«Hello Biden, godbay Trump», repetían los invitados a la posesión.

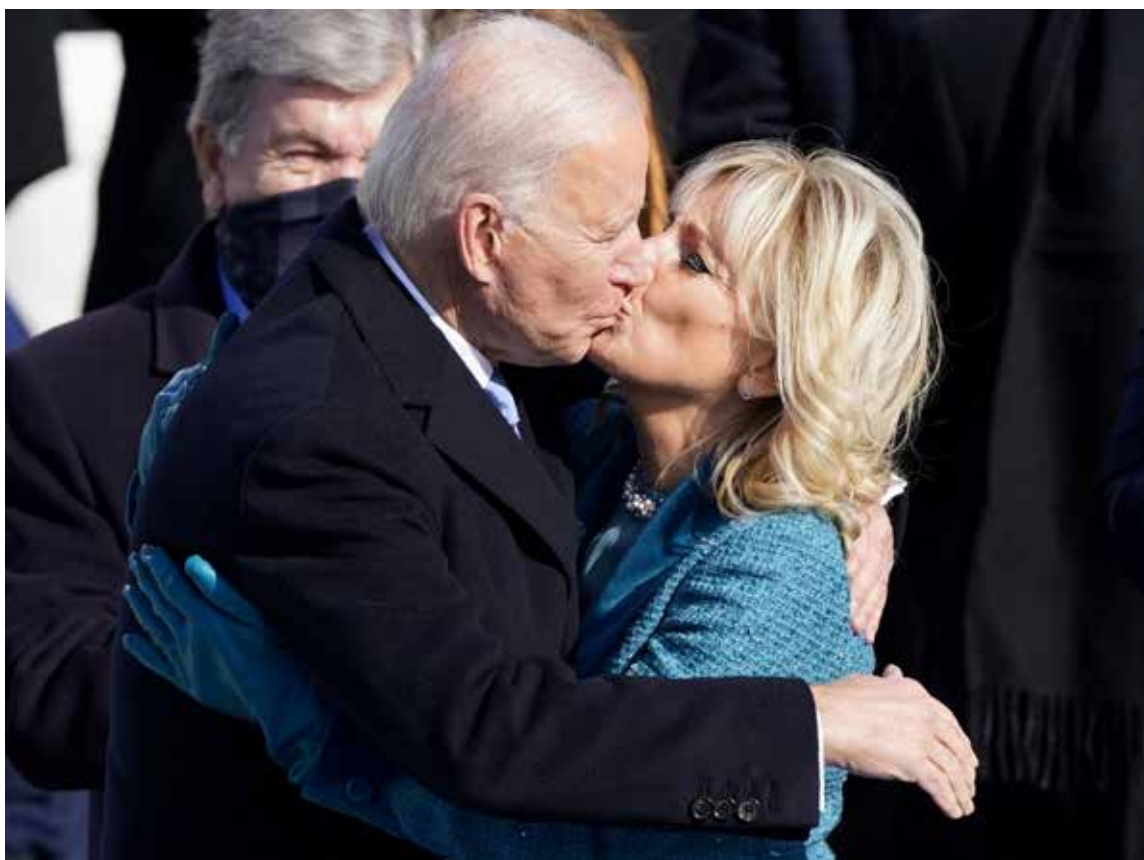


Joe Biden se juramentó como el presidente 46 de los Estados Unidos.

Después de la tormenta llega la calma a los Estados Unidos, luego de la posesión de Joe Biden como el presidente 46 de ese país.

El presidente, Joe Biden acompañado de su esposa y su familia, entró a la Casa Blanca por primera vez como jefe de Estado.

Funcionarios que lo recibieron le brindaron un informe y los funcionarios que llegaron empezaron a realizar el empalme que no se había podido realizar por los caprichos del presidente saliente Trump. En su primer día en funciones como presi-



La primera felicitación del presidente de los Estados Unidos Joe Biden fue un beso de su esposa Neilia Hunter Biden.

dente de los Estados Unidos, Joe Biden firmó más de una docena de acciones ejecutivas con las que deshace buena parte de las iniciativas promovidas por la administración pasada.

Entre las medidas firmadas por Biden se incluye el regreso de Estados Unidos al Acuerdo de París sobre el cambio climático, frenar la salida del país de la Organización Mundial de la Salud (prevista para julio de 2021), detener la construcción del muro fronterizo con México, exigencia de uso de tapabocas en propiedades federales y derogar las restricciones de viaje a musulmanes.



Las banderas representan al público que no pudo asistir al acto de posesión de Joe Biden, como consecuencia de la pandemia de Covid-19.



Kamala Harris, jura cumplir sus deberes como Vicepresidenta de los Estados Unidos.



La Vicepresidenta de los Estados Unidos Kamala Harris recibe un beso de felicitación de parte de su esposo Douglas Emhoff



Lady Gaga fue quien cantó el himno nacional de Estados Unidos en la ceremonia de asunción de Joe Biden como el nuevo presidente de ese país.



Los nuevos inquilinos de la Casa Blanca



Jennifer López interpretó la canción This Land Is Your Land (Esta tierra es tu tierra), himno nacional, patriótico y antifascista. Sumó un fragmento de America the Beautiful no sin antes lanzar una frase poderosa en español: «Una nación bajo dios indivisible con libertad y justicia para todos».

Colombia en peligro:

AMENAZA CONTRA LOS PÁRAMOS

Los páramos son las fabricas de agua en el mundo. Colombia cuenta con el 70 por ciento de los paramos del mundo. Sin embargo la minería, ganadería y cultivos ilícitos están acabando con estas maravillas de las naturaleza.



Páramo de Sumapaz

Orbedatos Agencia de Noticias

Los páramos son lugares mágicos y escondidos que se caracterizan por su clima cambiante, altura y humedad. Gran parte del tiempo están cubiertos por un manto grisáceo que por momentos revela su descomunal paisaje, de diversas tonalidades de verde, amarillo y azul. Extensos tapetes de musgo y ar-

bustos se entretajan con los longevos frailejones de hojas peludas y hermosas flores amarillas, que permanecen firmes ante el fuerte viento y la inclemente lluvia, protegiendo las frías aguas de bellas lagunas que engalanan el paisaje.

Colombia tiene la fortuna de contar dentro de su territorio con el páramo andino — Un ecosistema particular en el mundo que es considerado

como una de las fábricas de agua del planeta. Aunque existen páramos en otros países como Ecuador, Perú o Costa Rica, es Colombia quien cuenta con la mayor extensión de páramos en el mundo gracias a sus tres cordilleras.

A pesar de su de los uno de los paisajes naturales más hermosos e impactantes del planeta, diversos fenómenos como la ganadería, la agricultura,

la extracción minera, gasífera y petrolera; la desecación de humedales; la urbanización descontrolada y el turismo sin control; están afectando estos frágiles ecosistemas, muchos de los cuales están empezando a desaparecer.

37 paramos se encuentran en Colombia. Los páramos son elementos biogeográficos que van desde alturas entre los 3000 msnm y la línea de

isoterma de las nieves perpetuas.

Tiene aproximadamente 450 localidades descritas como páramos; algunos de los más conocidos son: el páramo de Sumapaz —3.820 msnm— uno de los más extensos, el páramo de Chingaza —4.100 msnm—, páramo de Guerrero —3.300 msnm—, Sierra Nevada del Cocuy —5.493 msnm—, páramo de Guántiva —4.326



Laguna Verde Silos Mutiscua Páramo de Santurbán

msnm— y páramo del Almorzadero Rangel (2000) menciona que los páramos colombianos abarcan aproximadamente el 2.6% de la superficie del país; el Instituto Alexander von Humboldt en el mapa general de Ecosistemas de Colombia (1998) menciona un total de 1'379.000 Ha. de páramos en el territorio Nacional, correspondientes al 1.3 % de la extensión del ...

En la cordillera de los Andes y en la Sierra Nevada de Santa Marta se encuentra el 99 % de los páramos del mundo y Colombia cuenta con el 60 % del total de estos ecosistemas. El páramo de Sumapaz, por ejemp-

lo, es el más extenso del planeta y el 1.6 % del territorio nacional corresponde a zonas de páramo. A pesar de su importancia y riqueza natural, los páramos en Colombia se encuentran amenazados por la minería, los impactos del cambio climático y la actividad agrícola y ganadera. Las políticas públicas a nivel nacional parecen no ser suficientes para mitigar los impactos de la extracción minera en estos ecosistemas y todavía no se ha definido qué hacer con las familias campesinas que encuentran allí su sustento.

Páramo de Santurbán

Uno de los sitios más importantes en Colom-

bia se encuentra entre los departamentos de Santander y Norte de Santander. Se trata del famoso Páramo de Santurbán, este lugar tiene una extensión aproximada de 142.000 hectáreas, y tiene un altura entre los 2.800 y 4290 m.s.n.m.

Este inmenso complejo se encuentra en la cordillera Oriental de los Andes colombianos. Además, está conectado directamente con los complejos de Páramo Almorzadero, Cocuy, Pisba y Tota-Bijagual-Mamapacha. Sin duda, se trata de un privilegio que pocos países pueden darse. Prácticamente este es uno de los nacederos de agua más grandes del mundo.

El páramo se destaca por la diversidad y belleza de su fauna, así como por su importancia ecológica, en el que nacen varias fuentes hídricas que abastecen de agua a poblaciones y ciudades de la región. Los páramos en Colombia están protegidos constitucionalmente.

Páramo de Sumapaz

El Páramo de Sumapaz es el páramo más grande del mundo. Está situado en la provincia del Sumpaz, en el departamento de Cundinamarca y la localidad n.º 20 de Sumapaz, en el Distrito Capital. El páramo tiene una extensión

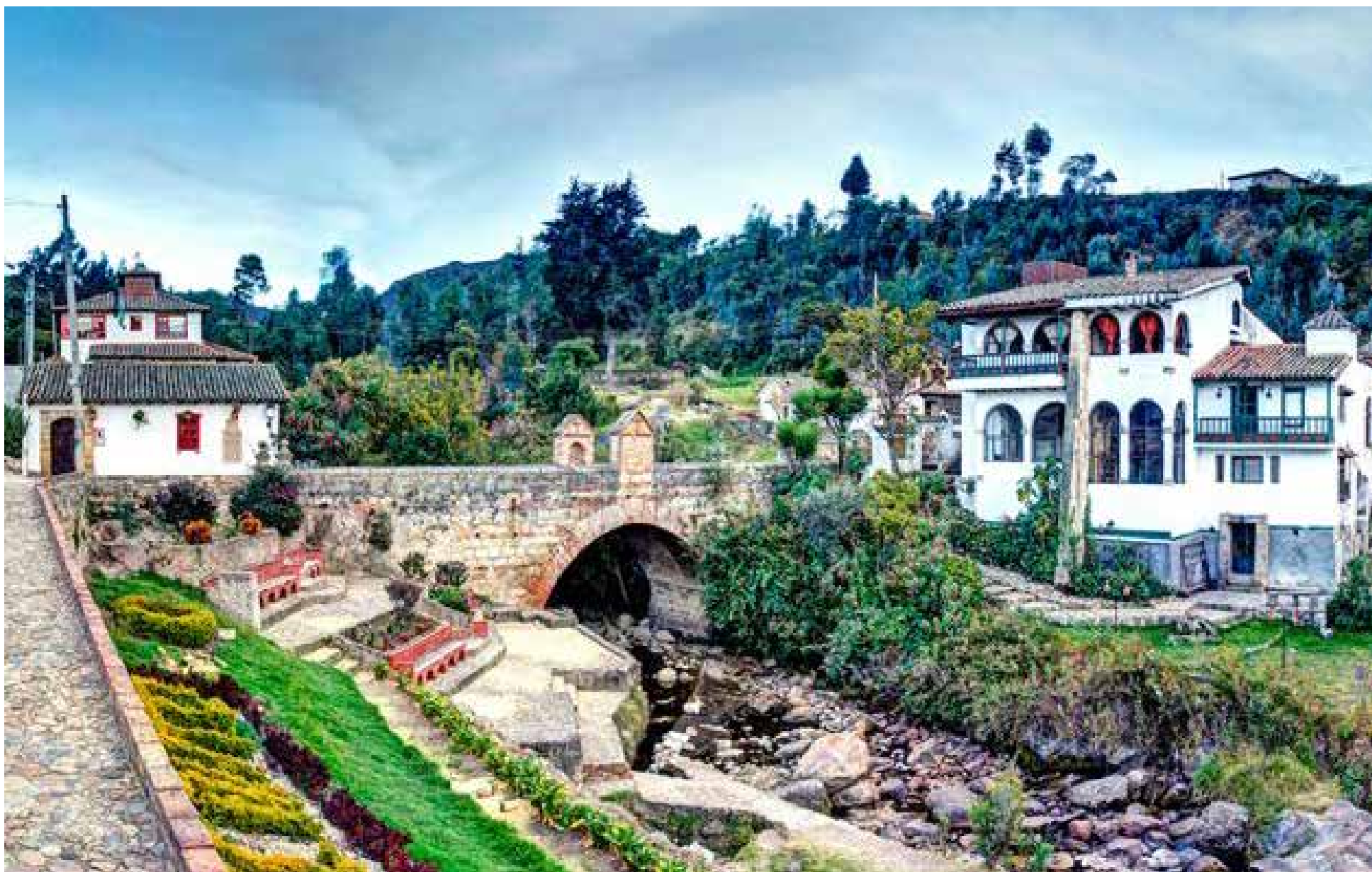
de 333.420 hectáreas. Es una de las fuentes hídricas más importantes del país. Dentro de su ecosistema habitan osos de anteojos, venados, águilas, cóndores, entre otras especies.

Aloja g cantidad de lagunas todas ellas de origen glacial. Entre ellas destacan: lagunas de Boca Grande, Laguna de Chisacá, Laguna Larga, Laguna La Guitarra, Laguna El Cajón,, Laguna del Nevado. Adicionalmente, alberga uno de los picos más altos en las cercanías de la capital el Cerro Nevado de Sumapaz con una altura de 4306 m.

En Boyacá:

MONGUÍ UN PUEBLO SIN TIEMPO

Monguí fue declarado en 1980 como el pueblo más bello de Boyacá y en 2018 como Destino Turístico Sostenible de Colombia. Hace parte de la Red de Pueblos Patrimonio del país.



Monguí es uno de los pueblos de Colombia que parecen anclados en el tiempo, un lugar que nació bajo la premisa de congregar las tribus indígenas en un solo territorio y que hoy en día es conocido por la belleza de sus sitios e identificado por ser la fábrica de balones artesanales.

El 31 de diciembre de 1.601 se fundó por Alonso Domínguez Medellín en la parte civil y en la parte eclesiástica Fray Juan Blas Redondo, para esta misma fecha fueron trazadas sus calles y carreras con una plaza al centro. En 1694 se da comienzo a la construcción de la primera iglesia estructural y convento la cual se prolongó durante cien (100) años, el resultado es una imponente obra en calicanto, talla en piedra, madera y dorados.



Frailejones, musgos y líquenes, entre otras plantas, adornan el paisaje del páramo de Ocetá, un refugio natural al que se llega tras una caminata que dura de tres a cuatro horas desde Monguí. En el ascenso los viajeros pasan por la llamada 'ciudad perdida', un conjunto de formaciones rocosas de 15 m de altura. También pueden ver cascadas, manantiales y animales como venados de cola blanca y cóndores.



La construcción religiosa más importante de Monguí la conforman la iglesia principal – llamada Basílica de Nuestra Señora de Monguí – y el convento, levantados en piedra de sillería entre 1694 y 1760. El templo de calicanto, que está marcado por el estilo románico, guarda la imagen de la Virgen que lleva el nombre del municipio y algunas obras del pintor Gregorio Vásquez de Arce y Ceballos.



La laguna negra, que en realidad es azul es un ecosistema ubicado entre los 3.000 y los 4.000 metros en los Andes húmedos al norte del Ecuador. Esta definición de páramo del geógrafo Ernesto Guhl parece acuñada para Colombia. En efecto, Colombia posee el 60 % de los páramos del mundo. No es de extrañar entonces que Colombia posea el más bello del planeta.

Sexo al día:

20 ERRORES DEL HOMBRE EN LA CAMA



Morder con demasiada fuerza. Ya sean mordiscos en la piel, pezones o clítoris, mide tu fuerza porque más que placentero puede llegar a ser muy doloroso si no sabes medir tu fuerza.

Ángel Patricio Gallardo
Sexólogo
Especial

Los errores más comunes de los hombres en la cama. Esta guía de 20 puntos te llevará ser el amante perfecto y evitar que tu pareja no disfrute del sexo. Estar bien atentos y tomar nota de las cosas que no debéis hacer durante vuestras relaciones sexuales si lo que buscáis es excitar a vuestra pareja o amante y pasarlo bien.

1. Ser demasiado brusco acariciando a la mujer, especialmente al centrarse en las zonas eróge-

nas. El sexo salvaje está muy bien pero cada cosa tiene su momento y hay que saber acariciar con la delicadeza justa y necesaria, si eres demasiado brusco o agresivo conseguirás hacerle daño.

2. Saltarse los juegos previos como norma general y pasar directamente al coito. La gran mayoría de mujeres necesitan un calentamiento y unos juegos para entrar en materia, muchos hombres, por suerte no todos, tienden a saltárselos y no entienden que así lo único que hacen es buscar su propio placer y no el de los dos.

3. Norma indispensable si o si, por dios!! calcetines fuera. Por mucho frío que uno pueda tener en los pies hay que aguantarse, no es nada sexy ni excitante durante el sexo un hombre desnudo y con calcetines.

4. Hay hombres que no les gusta hacer el sexo oral pero si que se lo hagan... grave error, ya que a la gran mayoría de mujeres les encanta que les practiquen sexo oral, así que hay que aplicarse.

5. Hacerla sentir como un objeto sexual. En determinados momentos a una mujer le puede gustar sentirse así, pero no

olvides que a nosotras también nos gusta mandar y a veces también le apetecerá que el objeto sexual seas tu, además seguro que te gusta.

6. Los tirones de pelo. En un momento de máxima excitación a la mujer puede gustarle que le cojan del pelo, pero ten delicadeza, se puede ser brusco sin llegar a hacer daño, no te olvides que el pelo es suyo.

7. Intentar la penetración anal sin saber si le va a gustar o sin tener la menor delicadeza. Son muchas las mujeres que disfrutan de esta práctica, pero asegúrate que estás

con una que lo disfruta y si es así, acuérdate de ser un poco delicado al principio.

8. Tumbarse en la cama y dejarse hacer. Al igual que ocurre al revés en las relaciones sexuales ambos debéis ser activos. A una mujer le puede encantar practicar una felación, pero llega un momento que también le apetecen otros juegos.

9. Una vez acabes no te des la vuelta inmediatamente y te pongas a dormir, es algo que no nos gusta e imagino que tampoco te gusta que te lo hagan a ti.



Una vez acabes no te des la vuelta inmediatamente y te pongas a dormir, es algo que no nos gusta e imagino que tampoco te gusta que te lo hagan a ti.

10. Eyacular demasiado rápido suele ser un problema para la mujer porque no lleva el mismo ritmo que él. Si ocurre no pasa nada, siempre hay otros juegos que llevar a cabo, pero eso sí, si ocurre no des por finalizada la relación sexual porque es una muestra de egoísmo por tu parte.

11. Eyacular en su boca sin saber con certeza que le gusta. Si es tu pareja la conocerás bien, pero si es una relación esporádica, asegúrate que le gustará porque no todas las mujeres son iguales.

12. Los insultos, más de lo mismo... hay mujeres que en ciertos momentos les puede dar morbo ciertos insultos, pero si

no sabes con certeza si le va a gustar no le sueltes un «zorra» de buenas a primeras porque tal vez te encuentres que te cruzan la cara.

13. No gemir. Muchos hombres son silenciosos en el sexo y debes pensar que a una mujer también le gusta escuchar como un hombre se excita además de resultarle excitante para ella también. No te reprimas!

14. Creer que para hacer excitar a una mujer con centrarse en su clítoris es suficiente. Las mujeres tienen muchas zonas erógenas al igual que un hombre, y lo que no puedes es ir directamente a buscar su clítoris sin ningún tipo de caricia o juego previo.

15. Alargar el coito excesivamente. Está bien que un hombre tenga aguante, pero tampoco te excedas con la penetración, porque después de 2 horas de penetración puede que la mujer haya perdido el interés, hay que saber combinar los juegos, las prácticas sexuales, etc.

16. Presionar demasiado verbalmente para que llegue al orgasmo. Las palabras durante el sexo están bien ayudan a lograr la excitación pero ten en cuenta que si la presionas demasiado para que llegue al orgasmo lo único que conseguirás es que se bloquee.

17. Inmovilizarle la cabeza mientras practica una felación. Está bien

que le marques el ritmo a veces o le cojas la cabeza porque te da morbo, pero por favor se delicado, no presiones con excesiva fuerza ya que puede llegar a ser molesto.

18. Morder con demasiada fuerza. Ya sean mordiscos en la piel, pezones o clítoris, mide tu fuerza porque más que placentero puede llegar a ser muy doloroso si no sabes medir tu fuerza.

19. Presionarla para llevar a cabo alguna práctica sexual que no le convence. Si hay algo que quieres probar y ella no, háblalo e intentáale hacer ver tu punto de vista, pero no presiones demasiado porque sino se cerrará en banda.

20. Higiene, algo básico en ambas partes. Mantén al día tu higiene y eso incluye la depilación. no es necesario rasurarse pero si tener la zona cuidada, tenlo en cuenta.

Como ves los hombres también tienen aspectos a mejorar en el sexo y para que una relación funcione hay que poner de parte de los dos y buscar el placer de los dos, de ese modo todo será mucho más excitante.

¿Que opinas? ¿crees que me dejo algún punto importante por comentar? Que mejorarías tu en tus relaciones sexuales?

EROSIÓN EN EL CARIBE Y ORINOQUIA

El 24 % de las tierras en Colombia es susceptible a la desertificación, y el 0,7 % de la extensión del suelo nacional presenta estos procesos.



Los departamentos de la región Caribe son los más erosionados del país.

Agencia de Noticias UN-

Diferentes procesos y fenómenos de degradación afectan gravemente los suelos en Colombia.

El proceso de la desertificación se acentúa por la intervención de procesos antrópicos tales como colonización, explotaciones mineras, construcción de vías, urbanismo y prácticas equivocadas de manejo del suelo.

En Colombia, se presenta con mayor intensidad

en los departamentos de Santander, Boyacá, Norte de Santander, Cauca, Nariño, Huila, Tolima, Atlántico, Magdalena, Sucre, Cesar y la Guajira (por sus condiciones climáticas, se considera que constituye una verdadera región desértica).

Zonas que antes estaban cubiertas de vegetación y que presentaban alta productividad agrícola, como Villa de Leyva (Boyacá), ciertos sectores de la cuenca alta del río Chicamocha y la Sabana de Bogotá presentan síntomas de estos procesos degradativos.

Este análisis forma parte de un estudio realizado por el profesor Tomás Enrique León, del Instituto de Estudios Ambientales (IDEA) de la Universidad Nacional.

El experto asegura que la desertificación es un proceso lento, pero que altera drásticamente las condiciones locales de vida, afectando tanto a los ecosistemas como a la sociedad.

“Enfrentar el proceso requiere unidad de propósitos, voluntad política y un acervo tecnológico adecuado para imple-

mentar soluciones que tiendan a utilizar eficientemente los recursos suelo y agua”, afirma el profesor.

De acuerdo con estudios recientes realizados por el Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales (IDEAM), cerca del 24 % de las tierras en Colombia es susceptible a la desertificación, y el 0,7 % de la extensión del suelo nacional presenta estos procesos.

En cuanto a la erosión, las previsiones pueden ser del mismo orden,

aunque, de acuerdo con el profesor León Sicard, el país todavía no tiene claro cuál es el volumen de suelos que pierde por año.

Los departamentos de la región Caribe son los más erosionados del país. La mayoría de ellos muestran cifras de degradación por erosión entre el 78 % y el 100 %, generada por circunstancias de tipo histórico, socioeconómico y por las características propias de la región como el relieve, el clima y el viento, entre otras.



24 % de las tierras en Colombia es susceptible a la desertificación.

Igualmente, los porcentajes absolutos de pérdida de suelos en la región Andina muestran que el 93 % de la zona está afectado por algún grado de erosión.

Sin embargo, la segunda región más afectada por la erosión es la Orinoquia, a pesar de que esta zona no se encuentra densamente poblada y que la erosión originada por procesos antrópicos es relativamente baja. “Esto demuestra

la fragilidad de sus suelos, los cuales son especialmente vulnerables a procesos erosivos de origen natural”, enfatiza el profesor.

Por último, señala que los datos anteriores son muy preocupantes porque la erosión es un proceso lento, casi imperceptible, pero irreversible. En muchas ocasiones las áreas fuertemente erosionadas deben abandonarse y en otras su recuperación se hace costosa.

A la hora de informar...

TROYANOTICIAS

El poder de la credibilidad

TN RADIO 91.5

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. Permítanos 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

https://www.punto5.com.co

JORGE BARON

ENTREVISTA RADIO

1490

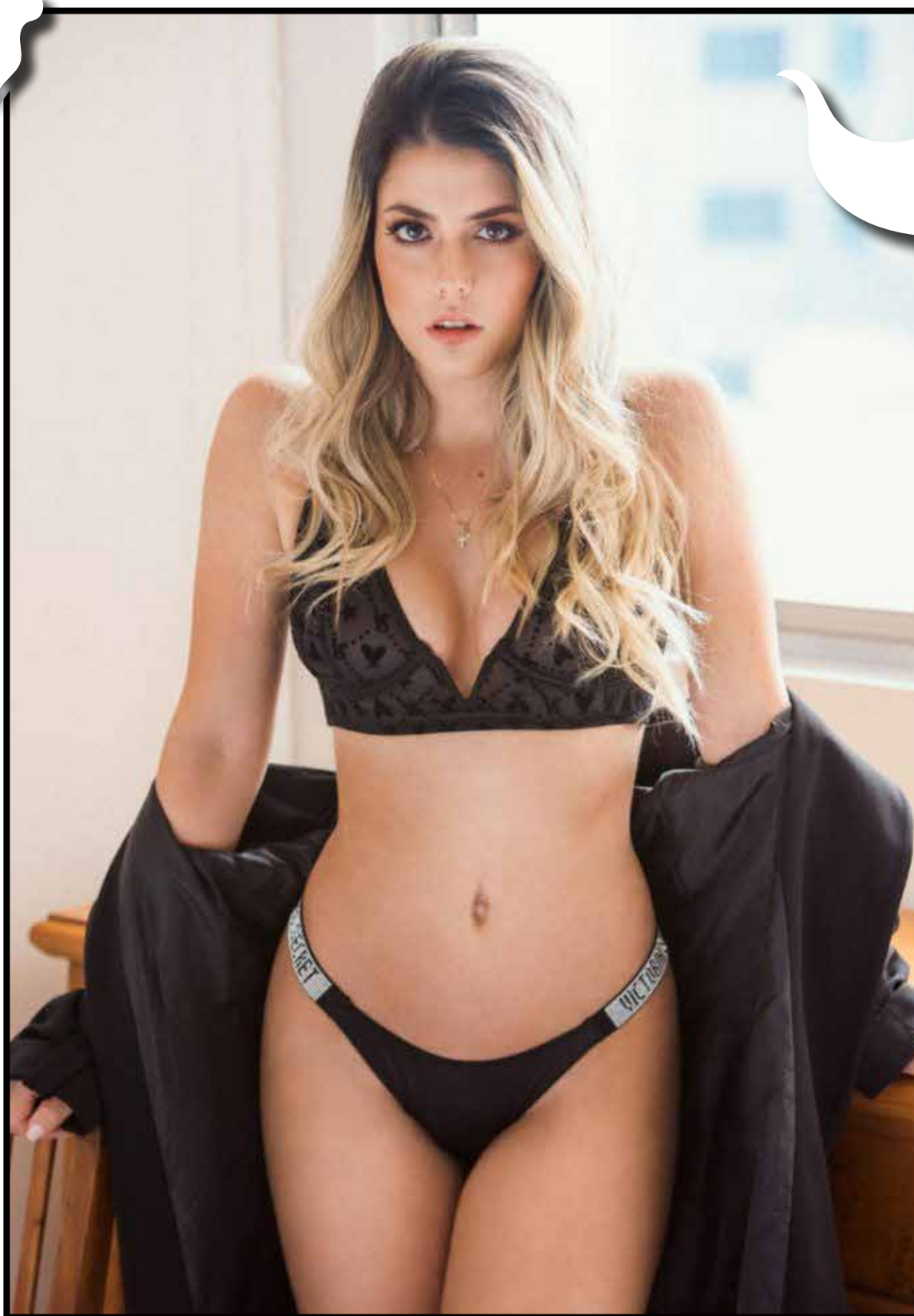
PUNTO 5

EL FANTASMA

Se nos fue don Tulio Zu-
luaga. «Se ha ido otro
de los grandes hombres
de Colombia. Muchos
recuerdan su cara en los
noticieros luchando, pro-
poniendo, impulsando el
crecimiento y la justicia
de esta patria grande a
la que tanto amó y por la
que tanto luchó como pre-
sidente desde su amado
ASOPARTES», escribió
su hijo el ex cantante y
presentador de televisión
del mismo nombre.

«Veo la orgullosa pared
donde reposan ahora
uno a uno sus premios
y reconocimientos, una
vida que sirvió primordial-
mente para servir a los
demás: 66 condecoracio-
nes del gobierno, de la
policía, de la presidencia,
del ejército, de los gre-
mios y de las más gran-
des organizaciones del
país agradeciendo su
continua lucha y su fe en
el mejoramiento, la segu-
ridad y la justicia para los
colombianos», agregó.

Desde el 20 de enero
y hasta el próximo 31
de abril, los colombia-
nos podrán nominar sus
proyectos en la sépti-
ma versión de Titanes
Caracol, el premio que
reconoce el trabajo de
las personas que con de-
dicación y esfuerzo gene-
ran iniciativas que contri-
buyen a la construcción
de una mejor sociedad,
demostrando que el país
que soñamos sí existe.



Mariana López.

Este 21 de enero se cumplen 7 años de la desaparición de la inolvidable Carmiña Gallo, la soprano colombiana de mayor prestigio en todos los tiempos y que se destacó por su interpretación de la ópera, la zarzuela y la música colombiana.

Su vida, su verdadera vida, debería ser llevada a la televisión o al menos a una película. A pesar de sus triunfos también soportó con valentía una lucha diaria por muchas situaciones de la vida.

Tambalea «Sábados fe-
lices» el programa estrel-
la de Caracol Televisión
ante la llegada de Factor
X, que según el rating es-
tuvo por encima en el pa-
sado fin de semana.

En Caracol están ana-
lizándolo qué pueden hacer
para contrarrestar el duro
ataque que les presentó
el nuevo programa.

Catherine Siachoque lle-
ga este 21 de enero a
sus primeros 49 añitos.
Siachoque ha tenido pa-
peles en telenovelas de
Telemundo tales como,
Amantes del desierto, La
venganza, Te voy a en-
señar a querer, Tierra de
pasiones y Pecados aje-
nos donde actúa como
la villana principal de
las historias y actuando
con figuras como Ma-
ritza Rodríguez, Gabriela
Spanic, Danna García,
Francisco Gattorno, Ma-
uricio Islas, Lorena Rojas
y además con su esposo
Miguel Varoni.

Jennifer López se llevó
los aplausos con su
presentación en el es-
pectáculo de la posesión
del presidente Joe Biden.
La puertorriqueña tuvo
oportunidad para hablar
en español y cantar en
representación de la co-
lonia hispana en los Es-
tados Unidos.

Jueces acusan a Duque:

«INTROMISIÓN A LA JUSTICIA Y VIOLACIÓN DEL PODER JUDICIAL»

Se trata de un ataque contundente del presidente Duque contra el poder judicial.



La tutela es un derecho que tiene los ciudadanos en busca de hacer respetar sus derechos fundamentales.

Los jueces y magistrados del país calificaron como una «intromisión a la justicia y violación del poder judicial» los llamados que hizo el presidente Iván Duque y el ministro de salud, Fernando Ruiz, a no hacer uso de la tutela para respetar el Plan Nacional de Vacunación contra el coronavirus que aún no se conoce públicamente.

Las palabras del presidente Duque fueron

encaminadas a invitar a los jueces para «acompañar» el Plan Nacional de Vacunación, mientras que el ministro puntualizó que la «invitación a los jueces es hacer respetar esta prioridad porque en esto debe primar el derecho colectivo sobre el derecho individual de las personas».

Gloria Ramos, vicepresidente de jueces y magistrados, dijo que ese llamado «no es más que un ataque suyo al poder judicial».

«Una indebida intromisión y una violación al principio de independencia de poderes. Es reprochable que el gobierno de Iván Duque y su gabinete ministerial constantemente pretenda guiar nuestra labor judicial. Ello violenta el principio de autonomía judicial», dijo la juez

En sus palabras, el presidente Duque también hizo una invitación a los ciudadanos a no radicar tutelas. «Las personas que de pronto no están en la línea de prioridad en

la secuencia definidas el plan de vacunación no empiecen a llenar el sistema judicial de tutelas buscando un mecanismo para saltarse ese lugar», dijo el presidente Duque.

Mientras que el ministro Ruiz dijo que las tutelas no daban beneficios para la sociedad, «los colombianos solemos usar las tutelas para obtener beneficios, entendamos que buscar una tutela no nos genera un beneficio a la sociedad, sino genera un daño»

Fredy Machado, presidente de Asonal Judicial, insistió en que la tutela es un derecho que tiene los ciudadanos en busca de hacer respetar sus derechos fundamentales.

«No se puede prohibir a los ciudadanos que accedan a la justicia la rama judicial es autónoma e independiente. Cada caso debe ser conocido para determinar si se han violado los derechos fundamentales de los ciudadanos», dijo el juez.

En América Latina y el Caribe:

EL 30 POR CIENTO DE NIÑOS TIENEN SOBREPESO



El 30% de los niños y niñas entre 5 y 19 años en América Latina y el Caribe están afectados por sobrepeso y obesidad.

Durante la conmemoración del Día Internacional contra la Obesidad, UNICEF, en el marco de su alianza con Novo Nordisk, emprende estrategias para disminuir esta problemática que afecta al 30% de los niños y niñas en América Latina y el Caribe.

En el marco del día mundial contra la obesidad

que se conmemora hoy, UNICEF y Novo Nordisk ratifican su compromiso con la promoción de estilos de vida saludable, en entornos donde el 95% de los casos de obesidad infantil obedecen a dietas altas en calorías y a la baja actividad física.

La alianza entre las dos organizaciones busca aportar a la prevención, generando conciencia

entorno al cambio de hábitos y la importancia de la participación de la familia y la comunidad en general en la transformación de los entornos obesogénicos.

De acuerdo con UNICEF, el 30% de los niños y niñas entre 5 y 19 años en América Latina y el Caribe están afectados por sobrepeso y obesidad; en Colombia, tres

de cada diez escolares de 6 a 12 años tienen exceso de peso y dos de cada diez adolescentes lo presentan, siendo más frecuente el sobrepeso en mujeres adolescentes. Así mismo, siete de cada diez niñas y niños entre 6 y 12 años permanecen más de dos horas al día frente a una pantalla, siendo un 7% más en hombres que en mujeres y ocho de cada diez

adolescentes permanecen más de dos horas al día frente a una pantalla, siendo similar este comportamiento entre hombres y mujeres.

Dentro de las metas que tiene esta alianza para 2020, está la realización y divulgación de los resultados de dos investigaciones: la primera relacionada con los costos directos e indirectos



Siete de cada diez niñas y niños entre 6 y 12 años permanecen más de dos horas al día frente a una pantalla.

de la obesidad cuando esta se presenta en mujeres gestantes, niñas, niños y adolescentes; la segunda, enfocada en un estudio sobre la influencia de la publicidad y el mercadeo de alimentos y bebidas no saludables dirigidas a la población infantil, adolescente y sus familias, con las cuales se pretende contribuir a la reformulación de las políticas públicas y los programas que la sustentan.

«Crear hábitos saludables desde la primera infancia es una forma de prevenir posibles consecuencias de salud en la edad adulta. No se

trata de señalar un responsable o individualizar la problemática sino de comprenderlo como una construcción conjunta en cada familia, comunidad y territorio. La transformación de entornos obesogénicos hacia entornos saludables implica que todos y todas participemos activamente como camino para que niños y niñas puedan tener y decidir mejores opciones para su nutrición», destacó Aida Oliver, representante de UNICEF en Colombia.

«La alta carga de sobrepeso y obesidad infantil presenta graves consecuencias para la sa-

lud, la sociedad y la economía no solo de manera individual también afecta a las familias, comunidades y los sistemas de atención médica tanto de forma inmediata como a largo plazo», dice Valney Suzuki, vicepresidente y Gerente General de Novo Nordisk Colombia. «Junto con UNICEF, en Novo Nordisk Colombia, estamos comprometidos en ampliar el conocimiento sobre este tema, abogar por un cambio en las políticas públicas y generar intervenciones en el país que puedan ser replicadas generando un impacto a nivel global».



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

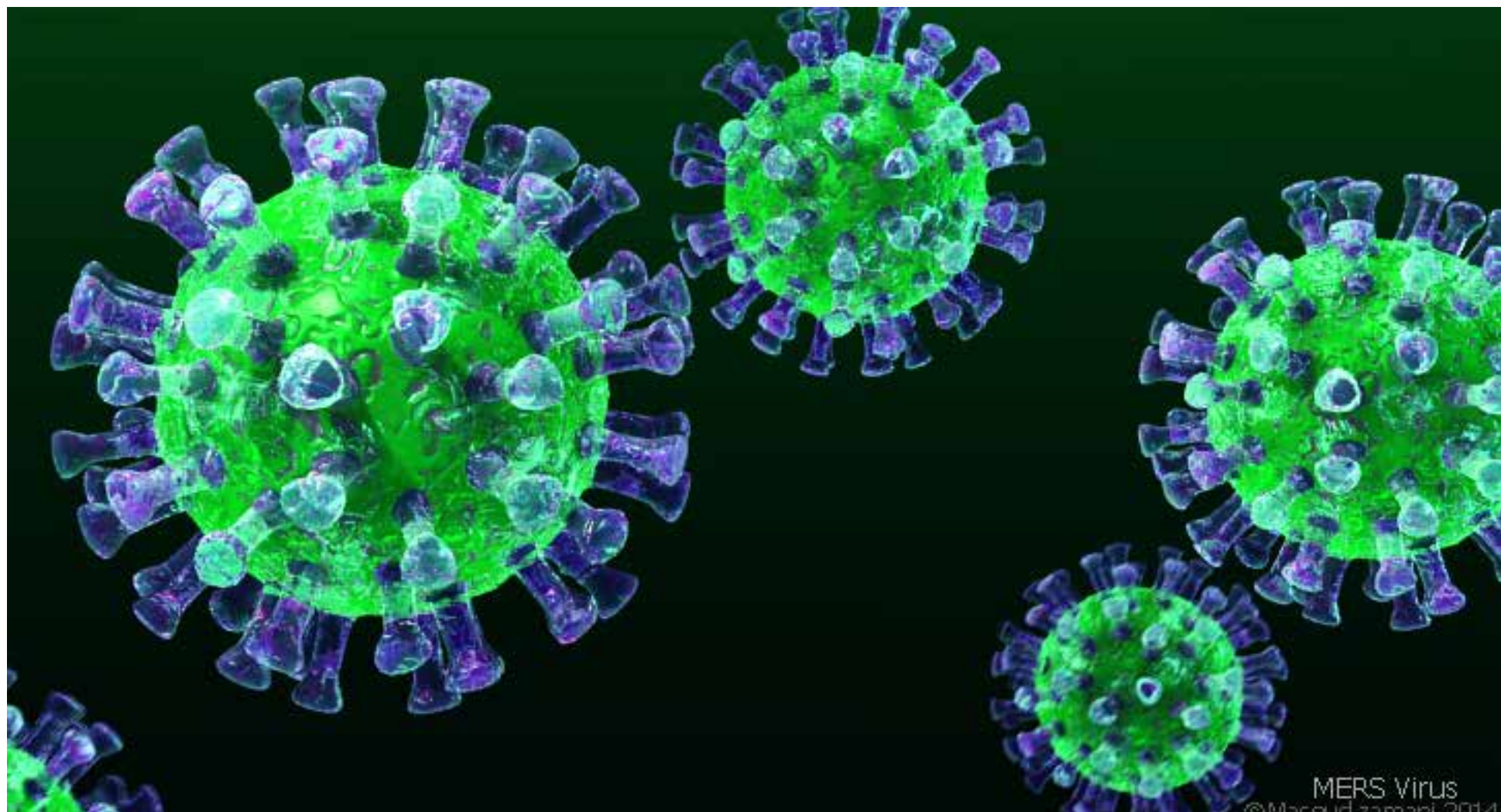
Precio Docena \$30.000
flordeiniridacolombia@gmail.com

Pedidos en Colombia
 313 453 7131
 310 864 6902



Coronavirus:

¿POR QUÉ SE CONTAGIA CON TANTA EFICACIA ENTRE HUMANOS?



«La puerta de entrada» que el virus utiliza para entrar a las células.

BBC

Es un paquete microscópico de material genético rodeado de una capa de proteína y sólo mide una milésima parte de un cabello humano.

Sin embargo, este letal virus, llamado SARS-CoV-2, ya se ha propagado a casi todos los países del mundo y ha contagiado a más de medio millón de personas desde que fue identificado en China en diciembre de 2019.

Virus como éste, de la familia de los coronavirus,

pueden causar enfermedades en animales.

Se conocen siete, incluido el SARS-CoV-2, que han saltado de animales a humanos.

Y han sido responsables de muchos de los brotes de enfermedades más destructivos de la historia, como las pandemias de gripe de 1918, 1957 y 1968 y los brotes de SARS, MERS y ébola.

Pero los expertos coinciden en que nunca se había visto un patógeno tan insidioso como este nuevo coronavirus.

¿Qué es lo que hace que el SARS-CoV-2 ataque a las células humanas

y se contagie con tanta eficiencia?

La entrada a la célula

Varios estudios están investigando cuáles son los mecanismos a nivel biológico que el virus utiliza para infectar tan fácilmente a las células humanas.

Algunos científicos se están centrando en las llamadas espigas, las proteínas en forma de punta que sobresalen de su superficie formando un a corona.

Otros estudios están estudiando «la puerta de entrada» que el virus utiliza para entrar a las células. «Los coronavirus tienen ese nombre por

las proteínas espiga que sobresalen de su superficie, y estas espigas son las que se adhieren a la célula para entrar a ella», le explica a BBC Mundo Panagis Galiatsatos, profesor de medicina pulmonar y cuidados intensivos de la Escuela de Medicina de la Universidad Johns Hopkins.

La principal misión del virus una vez que entra al organismo es crear copias de sí mismo, y para hacerlo necesita encontrar una forma de entrar a las células.

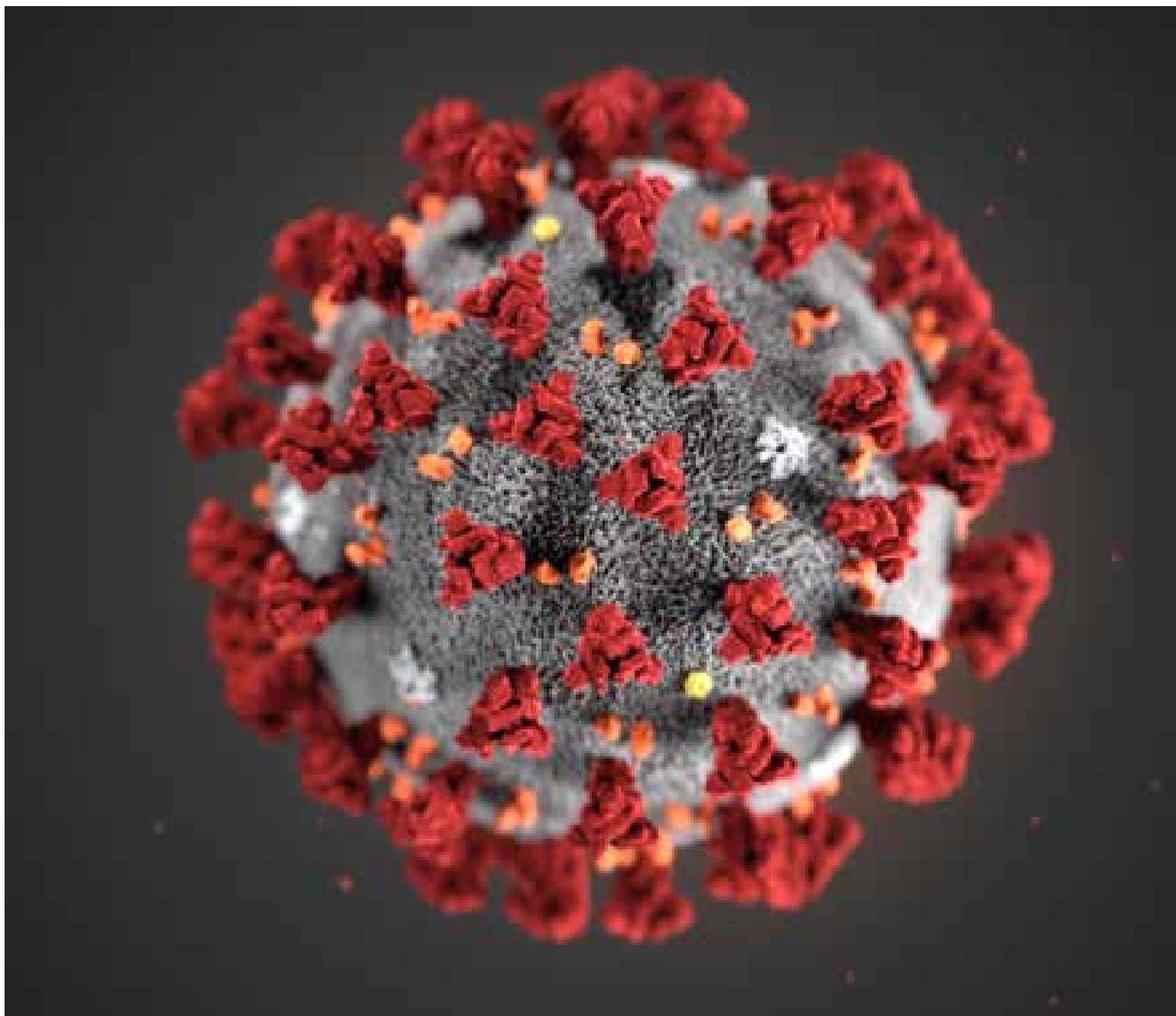
«Los virus del resfriado común, el del SARS de 2003 y el del MERS, todos tienen esas espigas, y lo que determina cómo

entrará a la célula es cuál receptor utilizará para ello», explica el experto.

Algunos estudios han demostrado que el SARS-CoV-2 se «escabulle» por un receptor -o proteína- llamado ACE2.

Esta proteína se encuentra en muchas partes del cuerpo humano: en los pulmones, corazón, riñones e intestino, y su principal función es reducir la presión arterial.

«El ACE2 está en la superficie de la célula y cuando el virus lo reconoce se adhiere a él y así entra a la célula», le explica a la BBC Sarah Gilbert, profesora de vacunología de la Universidad de Oxford,



El virus sólo puede sobrevivir si encuentra un nuevo huésped para infectar. Cuando una persona permanece en su casa durante 14 días elimina las posibilidades de que pasar el virus a alguien más.

en Reino Unido. «Una vez que está dentro, utiliza la maquinaria de la célula como una fábrica para hacer copias de sí mismo y de su material genético. Después se escapa de la célula, de la cual queda solo una cáscara, y el virus, junto con sus miles de copias, quedan listos para comenzar a infectar a otras células».

Los virus respiratorios, como el del resfriado común, tienden a reproducirse en la nariz y en la garganta, donde se pueden contagiar fácilmente con la tos o el estornudo.

Pero hay otros virus que sólo se reproducen en el tracto respiratorio inferior, en los pulmones, donde se contagian con menos

facilidad pero son mucho más peligrosos.

Característica crucial

El SARS-CoV-2, sin embargo, tiene una característica crucial: se encuentra tanto en el tracto respiratorio superior, propagándose con la tos, como en el inferior, produciendo una enfermedad en los pulmones que puede ser letal.

«El receptor ACE2 es muy abundante en el organismo y se encuentra en muchos de nuestros órganos», explica el profesor Galiatsatos.

«Está en las células de la boca, del esófago, de los riñones, el corazón y en el tracto gastrointestinal, por eso hemos visto

algunos pacientes con náusea y diarrea».

«Pero lo que más nos preocupa es que estos receptores también están en las células de los alveolos, los delicados sacos de aire en los pulmones donde ocurre la transferencia de gases».

Cuando el virus daña estas células, explica el experto, se presentan unos de los síntomas más comunes que se han visto con covid-19: los problemas para respirar, y la tos, que ocurre cuando los pulmones están tratando de deshacerse de la infección.

Síntomas e infección

Una de las principales diferencias del SARS-

CoV-2 con otros coronavirus, como el SARS de 2003 o el MERS, es que estos últimos virus se adherían a más receptores celulares y por lo tanto se reproducían más rápido.

Esto provocaba que los síntomas de la enfermedad aparecieran mucho más rápido y los pacientes podían aislarse sin provocar tantas infecciones.

Con el nuevo coronavirus los síntomas no aparecen de inmediato y la gente puede tener el virus y propagarlo sin presentar señales de la enfermedad.

«El SARS (de 2003) era un virus que se reproducía en los pulmones

y no se transmitía tan fácilmente porque los síntomas se presentaban rápidamente y el paciente podía aislarse», le explica a la BBC el profesor David Hymann, un experto en enfermedades infecciosas que dirigió la respuesta de la Organización Mundial de la Salud (OMS) durante aquella epidemia.

«Pero todos los virus son diferentes y este nuevo virus parece estar muy adaptado para transmitirse fácilmente en humanos».

«Creemos que una persona puede comenzar a contagiar a otros antes de que los síntomas aparezcan, quizás un día antes, y después sigue propagando el virus durante al menos siete días», agrega. Es aquí donde está el verdadero peligro del SARS-CoV-2 y es por esto que las autoridades sanitarias están poniendo tanto énfasis en el distanciamiento social.

El virus sólo puede sobrevivir si encuentra un nuevo huésped para infectar. Cuando una persona permanece en su casa durante 14 días elimina las posibilidades de que pasar el virus a alguien más. «Por ahora esto es lo único que podemos hacer. Se está tratando de encontrar una vacuna o un medicamento efectivo, pero la marcha de la ciencia no es tan rápida como deseáramos y todo esto toma tiempo», señala Panagis Galiatsatos.

«En el libro «El arte de la guerra» Sun Tzu dice que para ganar la batalla hay que conocer a tu enemigo. Pero cuando te das cuenta de lo increíblemente astuto que es tu enemigo, esto te da una lección de humildad».

ALTA TENSION

TRUMPISMO CRIOLLO

La alcaldesa de Bogotá también quiso opinar sobre la posesión de Joe Biden como presidente de los Estados Unidos.

«Qué refrescante y esperanzador el mensaje del Presidente @JoeBiden @KamalaHarris, par su país, Colombia y el mundo. El trumpismo, el populismo más rampón, divisivo y virulento, no pudo prevalecer en Estados Unidos. La dos vertientes del trumpismo criollo tampoco prevalecerán», sostuvo la mandataria.

Analistas indicaron que la alcaldesa López, hace una clara referencia del uribismo y el petrismo que los califica del trumpismo criollo.

REVOCAN «TÍTULO» A TRUMP

La Universidad de Lehigh, en Pensilvania, revocó el título honorario que había otorgado al presidente saliente de EEUU, Donald Trump, en 1988. La decisión fue tomada tras los asaltos al Capitolio por parte de simpatizantes del republicano, pero «debería haberse hecho hace años», sostuvo uno de los académicos de la institución. La decisión fue confirmada por la Junta Directiva después de los ataques de simpatizantes de Trump al Capitolio de EE.UU, cuando el presidente de la Universidad, John D. Simon, condenó los hechos públicamente con un contundente mensaje.



EL MEJOR DEL MUNDO

MÁXIMO GOLEADOR

Cristiano Ronaldo sigue plasmando su nombre con letras mayúsculas en la historia del fútbol no solo por conseguir títulos colectivos, sino también por batir récords individuales. Ayer miércoles 20 de enero, Cr7 se convirtió en el máximo goleador de todos los tiempos del fútbol profesional al llegar a la cifra de 760.

Cristiano marcó en el minuto 64 y al colombiano David Ospina, el primero de los dos goles con los que Juventus derrotó a Napoli para consagrarse campeón de la Supercopa de Italia.

MEDICIÓN DE LA FERIA DE OSPINA

El gobierno del alcalde de Cali Iván Ospina presentó unas mediciones de la sintonía de la feria virtual de Cali, indicando que ha sido la más vista de la historia de ese evento:

«En estas transmisiones digitales logramos un alcance total de 8.869.563 usuarios; 3.139.755 visualizaciones y 933.372 interacciones. Nos vieron desde 96 países, 3.928 ciudades en todo el mundo y en 26 de los 32 departamentos del país», indica el boletín de la feria.

Para los contradictores del alcalde indican que las cifras son infladas. Uno de ellos dijo, «esa medición seguramente la hizo el DANE organismo líder en maquillar resultados».

PREOCUPACIÓN

En el gobierno colombiano existe una preocupación grande de que las relaciones con Estados Unidos se deterioren aún más con el presidente Joe Biden, después de la intervención en asuntos internos de ese país por parte de la dirigencia del Partido Centro Democrático en Colombia y del propio gobierno. La desesperación hizo que se contratará una empresa de Lobby que permitan el acercamiento del gobierno duque con el gobierno de Joe Biden.

MENSAJES A BIDEN

El gobierno colombiano buscando que se pase por alto la torpe acción política de inmiscuirse en la campaña electoral de los Estados Unidos envió dos sendos con el propósito de convencer al presidente Biden de su arrepentimiento. Mensaje de Duque: «Felicitamos al nuevo Presidente de EE.UU, Joe Biden y a su Vicepresidenta Kamala Harris, a quienes les deseamos éxitos». Mensaje de Uribe: «Todo lo mejor para los Estados Unidos en el Gobierno del presidente Joe Biden»

NO AL MURO TRUMP

«No construiré un muro en la frontera con México. Es una idea absurda: los mexicanos que ya están dentro se quedarían encerrados en Estados Unidos y no los podríamos devolver», declaró el presidente de los Estados Unidos Joe Biden.

TODO TIENE SU FINAL

Estados Unidos de América a partir de hoy cuenta con el gobierno del presidente Joe Biden.

El nuevo mandatario tendrá que llegar de inmediato a solucionar los m

últiples problemas que dejó su antecesor Trump.

El país se recibe totalmente polarizado, con el mayor contagio de Covid-19 en el mundo.

Joe Biden, llega a emitir una serie de

órdenes ejecutivas para desautorizar las emitidas por el presidente saliente.

Biden emitirá decretos para revertir vetos migratorios y regresar al Acuerdo de París sobre el cambio climático en su primer día

en la Casa Blanca, reportan medios en Estados Unidos.

También se espera que el presidente electo tenga como objetivo la reunificación de familias separadas en la frontera México-EE.UU. y ordenará medidas

sobre el uso de mascarillas contra la Covid-19. Esperamos que las relaciones entre Estados y Unidos puedan consolidarse a pesar de la torpeza del gobierno colombiano al inmiscuirse en la política interna de ese país.

LAS VACUNAS



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

TRUMPISMO CRIOLLO

En Boyacá:

MONGUÍ UN PUEBLO SIN TIEMPO



PRIMICIA

DIARIO

JUEVES
21

AÑO 4 - EDICIÓN 981 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA ENERO DE 2021

Un hecho:

LA COLONIZACIÓN DE MARTE



La colonización de Marte refiere a la posibilidad futura de que el ser humano habite dicho planeta de manera permanente. Muchos científicos consideran que la colonización del espacio es un paso deseable y tal vez inevitable en el futuro de la humanidad.

En América Latina y el Caribe:

**EL 30 POR
CIENTO DE
NIÑOS TIENEN
SOBREPESO**



Coronavirus:

**¿POR QUÉ SE CONTAGIA
CON TANTA EFICACIA
ENTRE HUMANOS?**

WWW.PRIMICIADIARIO.COM