

Hoy 24 de enero:

DÍA INTERNACIONAL DE LA EDUCACIÓN



La educación es un derecho humano, un bien público y una responsabilidad colectiva. La Asamblea General de las Naciones Unidas proclamó el 24 de enero como el día Internacional de la Educación. Sin una educación de calidad, inclusiva y equitativa para todos y de oportunidades de aprendizaje a lo largo de toda la vida, los países no lograrán alcanzar la igualdad de género ni romper el ciclo de pobreza que deja rezagados a millones de niños, jóvenes y adultos.

Papa Francisco:

LATINOAMÉRICA CORRUPTA



Jhonier el asesino:

AD PORTAS DE SER EXTRADITADO



Papa Francisco:

LATINOAMÉRICA CORRUPTA

En su tradicional saludo de Año Nuevo al cuerpo diplomático acreditado ante la Santa Sede, el Papa Francisco le dedicó hoy un párrafo demoledor al continente americano, denunciando que está marcado por «desigualdades profundas», «corrupción endémica» y una «polarización cada vez más fuerte».

También habló sobre los crímenes contra menores cometidos dentro de la Iglesia, y la diferencia entre los países que no pueden y aquellos que se niegan a recibir migrantes.

«Las desigualdades profundas, las injusticias y la corrupción endémica, así como las diversas formas de pobreza que ofenden la dignidad de las personas, también siguen alimentando los conflictos sociales en el continente americano, donde la polarización cada vez más fuerte no ayuda a resolver los problemas reales y urgentes de los ciudadanos, especialmente de los más pobres y vulnerables», dijo Francisco, durante su largo discurso a los representantes de los 183 Estados que tienen relaciones diplomáticas con la Santa Sede.

Hablando en el Aula de las Bendiciones del Palacio Apostólico, rodeado por embajadores y personal diplomático usando tapabocas, obligatorio en estos días de pandemia en el Vaticano, el Papa hizo un repaso de la situación mundial, marcada por la pandemia y el acceso a las vacunas, la



Papa Francisco

migración forzada y la indiferencia de tantos ante su sufrimiento.

Al recordar su «conmovedora» visita a la isla de Lesbos el pasado diciembre, Francisco dijo que ante los rostros de los desplazados «no podemos permanecer indiferentes ni quedarnos atrincherados detrás de muros y alambres de púa, con el pretexto de defender la seguridad o un estilo de vida».

En un mensaje dirigido a los países que, en los distintos continentes, se

niegan a recibir e integrar a los inmigrantes y refugiados, dijo que «a nadie se le puede pedir lo que no puede hacer, pero hay una clara diferencia entre acoger, aunque sea limitadamente, y rechazar totalmente. Es por ello que resulta necesario «vencer la indiferencia y rechazar la idea de que los migrantes sean un problema de los demás». También advirtió cómo estos grupos de extranjeros son en ocasiones transformados «en armas de coacción política, en una especie de ‘artículo de negociación’, que

despoja a las personas de su dignidad».

Abusos y educación

Refiriéndose a los «crímenes» de los abusos sexuales cometidos por miembros del clero, Francisco dijo que «debe haber una firme voluntad de esclarecimiento, examinando los casos individuales para determinar las responsabilidades» y «hacer justicia».

El Papa los definió como crímenes sobre los que debe haber una firme voluntad de esclarecimiento, examinando los

casos individuales para determinar las responsabilidades, hacer justicia a las víctimas y evitar que estas «atrocidades» se repitan.

«A pesar de la gravedad de estos actos, ninguna sociedad puede renunciar a su responsabilidad de educar», añadió y lamentó que «a menudo, en los presupuestos estatales se destinan pocos recursos para la educación. Esta se considera principalmente como un gasto, mientras que, en cambio, es la mejor inversión posible».

Jhonier el asesino:

AD PORTAS DE SER EXTRADITADO



Jhonier Leal Hernández

Rafael Camargo

Dentro de la investigación para aclarar la muerte del famoso peluquero Mauricio Leal Hernández y su madre, por parte de su hermano Jhonier, se han tejido varias hipótesis, una que causa sorpresa dentro de los defensores del homicida y es la solicitud de extradición que harían las autoridades norteamericanas por lavado de activos.

Muchas son las versiones reveladas, pero los movimientos financieros



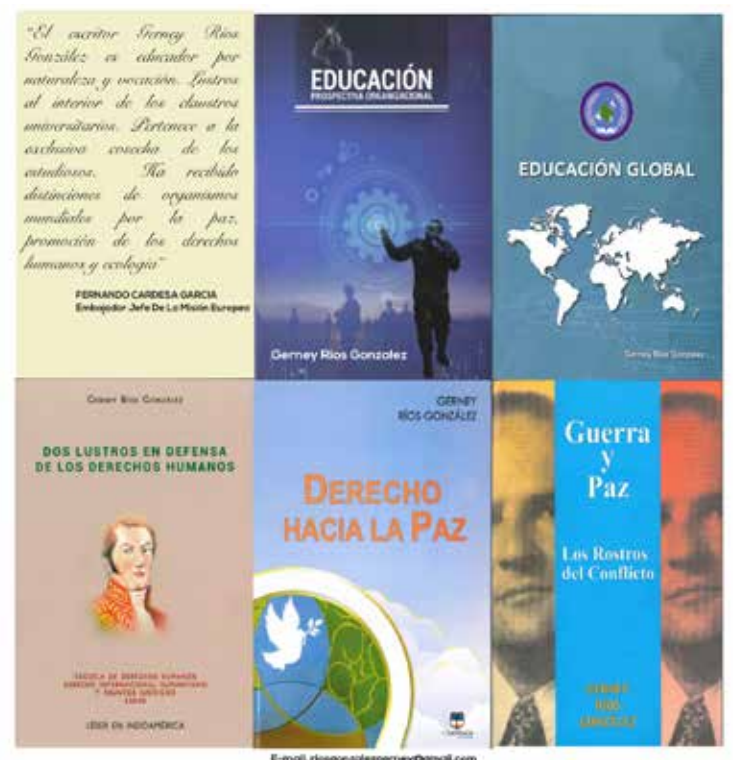
El psicópata de la familia responsable de la muerte de su madre y su hermano.

indicarían la participación de elementos externos en el movimiento bancario de las cuentas del famoso peluquero y que Jonier seguía muy periódicamente.

Jhonier no solo estaría enterado de los movimientos, sino que habría sido parte de la operación porque manejaba algunas cosas con los

bancos y el emporio de la peluquería. La extradición en caso de ser solicitada por un Juez de los Estados Unidos tendría preferencia a la condena que sería objeto Jhonier Leal Hernández en Colombia. Una vez termine su condena en los Estados Unidos, retornaría a Colombia a pagar la condena por el doble homicidio.

Libros de Gerney Ríos González



Política:

PARTIDO LIBERAL ENTRE CHAR Y RODOLFO



César Gaviria es el personaje que todos buscan

Javier Sánchez L.

César Gaviria, recibe a diario solicitudes de partidos, movimientos y líderes políticos para buscar alianzas que permitan ganar las elecciones 2022.

El aspirante al Senado de la República por el Partido Liberal, Alejandro Carlos Chacón, dio el primer paso y se entrevistó con el precandidato Rodolfo Hernández.

Entre tanto el jefe de la colectividad liberal César Gaviria, sostuvo un encuentro privado en Cartagena con Alex Char, donde se abordó el apo-

yo del liberalismo a esa campaña presidencial.

NARCOSOCIEDAD

«Tenemos que evitar que Colombia se convierta en una narco sociedad» que tolere y conviva con los narcos, por lo que su tarea principal desde la Presidencia de la República la enfocará a acabar con cinco mafias o «tumores cancerígenos que están haciendo metástasis en la sociedad colombiana». «Si no vencemos esas mafias no vamos a superar nuestros demás problemas», advirtió el precandidato Juan Manuel Galán.

NO, PERO SI

El candidato presidencial

del Centro Democrático, Óscar Zuluaga finalmente aceptará ser precandidato en la coalición derechista Equipo por Colombia.

Los precandidatos Federico Gutiérrez, Enrique Peñalosa y David Banguil, se impondrán a Alex Char de no permitir el ingreso de Zuluaga.

Una de las casas de Armando Benedetti, sede de los cabeza de lista de Cambio Radical.

LA RENUNCIA DE LA CALLE

Los problemas al interior de la coalición La Esperanza han ocasionado que Humberto de La Ca-

lle, contemple la posibilidad de renunciar a ser cabeza de lista para el Congreso 2022.

«Fisuras en la consulta presidencial afectan las listas. No estoy en una aventura personal, si no logramos una bancada fuerte y comprometida, mi presencia en la lista del Senado carecería de sentido», dijo De la Calle.

PARTIDO LIBERAL ENTRE CHAR Y RODOLFO

El aspirante al Senado de la República por el Partido Liberal, Alejandro Carlos Chacón, dio el primer paso y se entrevistó con el precandidato Rodolfo Hernández.

Entre tanto el jefe de la colectividad liberal César Gaviria, sostuvo un encuentro privado en Cartagena con Alex Char, donde se abordó el apoyo del liberalismo a esa campaña presidencial.

EL TIEMPO SE AGOTA

Las coaliciones tienen plazo hasta el 11 de febrero para informar la identidad de los precandidatos que participarán en la consulta que escogerá los dos candidatos que pasarán a la segunda vuelta y finalmente escoger en junio el nuevo presidente de la República.

Lanzamiento de la Circunscripción Especial



Una de las casas de Armando Benedetti, sede de los cabeza de lista de Cambio Radical.

Indígena de Senado Aida Quilcue

**«NO SOY TÍTERE»:
ZULUAGA**

El candidato oficial del Centro Democrático Óscar Iván Zuluaga, dijo que esos señalamientos como que «es el títere de Uribe», es una «excusa» de los sectores de izquierda. «Eso es una excusa chimba para la gente hablar, para buscar ciertas actitudes y sentimientos».

Sostuvo que es «un hombre de carácter y de firmeza» y aseguró que se apartó del punto de vista del expresidente a la hora de decidir no estar en una coalición Equipo Colombia.

Equipo de la senadora Angelica Lozano, que anuncia llegar a los 200 mil votos.



Valla censurada

**EL SALTO DE
LA ESPERANZA**

En la costa pacífica de Colombia la mayoría de sus habitantes determinaron apoyar a la depor-

tista Catherine Ibarguren, quien encabeza la lista del Partido de la U.

«¡Colombia merece un cambio real y genuino,

uno que nos transforme desde dentro! La educación, la salud y el progreso, son la meta que todos debemos perseguir como país. Aquí estoy

yo y con ayuda de ustedes, lograremos dar este salto de esperanza», dijo Catherine Ibarguren.

Luis Guillermo Murillo precandidato presidencial de Renacimiento en compañía de los candidatos al Congreso.

FRASES

«Saquemos a este país de la rabia. Es indispensable hacer las cosas diferente. Para dirigir a Colombia se necesitan liderazgos que se despojen de esa rabia y esa forma de la política»: Sergio Fajardo.

«Vamos a derrotar a este gobierno ilegítimo que empezó de la mano del ñeñe y del memo fantasma ¡Llegó la hora del cambio, llegó la hora del Pacto!»: Roy Barreras. «Estamos listas y unidas para derrotar las estruc-



Luis Guillermo Murillo precandidato presidencial de Renacimiento en compañía de los candidatos al Congreso.



Equipo de la senadora Angelica Lozano, que anuncia llegar a los 200 mil votos.

turas de opresión y violencia del patriarcado, para feminizar la política y la sociedad»: Francia Márquez Mina.

«El país político, el moral, el cultural. Colombia son unas ruinas de todo

orden causadas ustedes saben por quién, por esa clase política de sinvergüenzas que se han parrandeando el país»: Fernando Vallejo.

«Luchar contra las mafias no es aliarse con ellas

para llegar al poder. Renovar el Congreso no es aliarse con las mayorías del Congreso actual»: Carlos Fernando Galán. «Un premio de Fórmula 1 en Barranquilla es la gran idea del alcalde y con respaldo presiden-

cial? Esta gente qué se toma? Y es que nos ven cara de qué? ¿Acaso no saben que conocemos un poquito del tema, como para que no nos tomen por pendejos? Qué vaina!!»: Germán Arango. Estoy dispuesto a seguir

trabajando y aportando ideas en la coalición Centro esperanza para ganar las elecciones y llegar a ser Gobierno. Incluso si no fuera seleccionado entre esos tres candidatos »: Juan Manuel Galán.



Lanzamiento de la Circunscripción Especial Indígena de Senado Aida Quilcue

Ring Francés:

DEPORTE CANINO QUE INSPIRA PASIÓN

JUAN
PABLO MORALES

Cuando tenemos una mascota que vive con nosotros es importante que busquemos una actividad física que satisfaga todas sus necesidades y les genere bienestar y calidad de vida. Existe una variedad de deportes caninos dirigidos a satisfacer estas necesidades, con grandes beneficios para nuestro perro y para el vínculo que tenemos con él. Sin embargo, es importante encontrar el deporte que se adapte a las características de su mascota y que, a usted, como su amo, le genere interés y deseo por practicar. En este caso hablaremos del Ring Francés, y sus bondades.

El ring francés es uno de los deportes de mordida de mayor tradición en el mundo, se practica originalmente en Francia desde finales del siglo XIX. Se utiliza como un programa en la selección de crianza de razas de perros de trabajo. Su rutina se basa en el desarrollo de ejercicios de obediencia, agilidad y protección, lo cual presenta un equilibrio idóneo para el desarrollo saludable de nuestro canino.

Este deporte satisface las necesidades instintivas básicas ya que le permite canalizar su energía por medio de la mordida y la caza de su presa. El resultado es un perro de mente estable y social que tiene un vínculo estrecho con su amo el cual

disfruta de un perro saludable, ágil y obediente.

El perro que practica este deporte debe tener características mínimas. Estamos hablando de ejemplares de una raza grande y mediana que tengan instintos elevados, una composición morfológica apta para realizar saltos de exigencia y actividad física durante periodos extensos. Razas como el Pastor Alemán, Pastor Belga, Rottweiler, Bóxer, Pitbull, Pastor Holandés, Doberman entre algunas otras, son las más comunes en la práctica del deporte.

Este deporte lo ejercen aquellas personas que disfrutan de la acción de los deportes de contacto

y quieren encontrar en su perro alguna funcionalidad aplicada a situaciones de la vida real. En el Ring Francés, a diferencia de otros deportes, la relación entre el perro y la persona a quien muerde el cual llamamos Hombre Asistente o Hombre de Ataque, es una relación de confrontación, así como se presenta en una situación real.

Esta persona quien se encuentra en el ring o pista para que el juez pueda juzgar el temperamento del ejemplar presenta un reto, está entrenado para esquivar, mantener alejado al perro, quien, a pesar del entrenamiento, de herramientas de disuasión debe morderlo con determinación y

astucia. Otro ejemplo de funcionalidad dentro de la rutina del deporte se encuentra en el ejercicio que llamamos "ataque suspendido" donde su guía o amo tiene el control sobre el perro tanto para enviarlo a morder como para cancelar esa mordida unos segundos antes de que suceda.

Es uno de los ejercicios de mayor control que demuestra que los perros no se entrenan en agresividad sino en control de impulsos, lo cual no resulta en un perro agresivo, sino un perro equilibrado.

Finalmente, otro ejemplo lo encontramos en el ejercicio de rechazo de alimento donde se le en-

seña al perro a no recibir comida de un extraño, para prevenir aquellos malintencionados que buscan envenenar nuestro perro. Existe un sinnúmero de aplicaciones a la realidad que hacen de este deporte un gran atractivo para los amantes de los perros con funcionalidad deportiva. Quienes deseen practicar este pasatiempo, es necesario relacionarse con el reglamento de este deporte. Quienes se identifiquen y deseen practicarlo se pongan en contacto con un club o federación que los guíe y les colabore en la formación y práctica, ya que es un deporte que genera bienestar, vínculo, estabilidad y control en nuestros perros.



El ring francés es uno de los deportes de mordida de mayor tradición en el mundo, se practica originalmente en Francia desde finales del siglo XIX. Se utiliza como un programa en la selección de crianza de razas de perros de trabajo.

Opinión:

PARA EVITAR LA TORMENTA



Daniel Souček de República Checa realizando un saque de banda

Esteban Jaramillo Osorio

Dicen los pragmáticos que las únicas verdades del fútbol son el gol y el triunfo.

Algo rebatible considerados la pasión del hincha, el juego con sus efectos, la calidad de futbolistas distintos, las exitosas fórmulas de pizarrón de los

entrenadores campeones y el impacto que en la memoria tienen grandes tardes.

Frente al reto inmediato de la selección, para salir de angustias, el único camino visible es el reencuentro con la victoria, sin las fantasiosas dependencias de otros resultados. Por el reciente pasado, la afición expectante y nerviosa, reduce

su optimismo, con razones de sobra para acrecentar su desconfianza. No obstante, espera un equipo comprometido en las próximas contiendas.

Un cuadro sólido, que lo es todo, sin maquillar la mediocridad desde las justificaciones. No siempre los árbitros son los culpables. Con soluciones desde el diseño, la alineación y desde las

reacciones del técnico cuando se pierde la brújula.

Con futbolistas que comprendan que se sale de tiempos azarosos desde la unidad de vestuario con solidaridad en el juego.

Sin figuras excluyentes, porque ningún jugador es más importante que el proyecto. Hablo de

estrellas desbordadas acostumbradas a crear zozobra con su comportamiento.

No habrá forma de minimizar el impacto en el caso de una derrota. La pérdida del avión al próximo mundial sería una catástrofe deportiva y económica para el fútbol colombiano. De allí la trascendencia del reto que se avecina.

Lamento el rechazo a Teo en la última convocatoria. Su aporte lúcido, indiscutible por lo influyente, tiene mayor peso que algunos jóvenes prometedores, pero sin experiencia, citados para relevarlo. Alguna tormenta en el pasado, con una estrella activa, puede ser el motivo para su ausencia. Obligado estará James a demostrar que su omnipresencia en las redes y en los medios tradicionales en asuntos ajenos al fútbol, o la imposición de su patrocinador principal, no son las razones para su regreso. Que son sus facultades futbolistas, siempre en suspenso, las que alienan las esperanzas y justifican su presencia.



Juez en Medellín:

ORDENA REVISAR PROCESO DE REVOTARIA

Un juez de la República ordenó la revisión del certificado de firmas que avaló la Registraduría Nacional del Estado Civil, en el proceso de revocatoria que se adelanta contra el alcalde de Medellín Daniel Quintero.

A través de sus redes sociales, el movimiento indicó que el Juez Noveno de Ejecución de Penas y Medidas de Seguridad, resolvió «conceder el amparo constitucional solicitado por Salomé Restrepo Muñoz y otros en calidad de Secretaria General de la Dirección Nacional del Grupo Significativo de Ciudadanos denominado Movimiento Independientes, acorde con las consideraciones de este pronunciamiento».

COLOMBIA
ASESORARÁ A
ECUADOR

El ministro de Justicia y del Derecho, Wilson Ruiz, cumplió una amplia agenda en el Ecuador donde el Gobierno Colombiano asesorará al gobierno vecino en la construcción de una cárcel de alta seguridad para recluir a los delincuentes peligrosos que se encuentran privados de la libertad en ese país. El gobierno ecuatoriano destacó la colaboración recibida del ministro Ruiz, indicando que las relaciones entre ambos países se encuentran en el más alto nivel.

ABUDINAR ES EL
TEMA DE NUEVA
DEMANDA

La exministra Karen Abudinen ampliará denuncia



Atardecer en Buenos Aires

contra los congresistas Katherine Miranda y León Fredy Muñoz a quienes denunció por delitos de fraude procesal, injuria y calumnia.

«No me voy a dejar intimidar a ningún político ni corrupto. Mi deber es hacer control político y cuidar los impuestos de los colombianos y eso es lo que seguiré haciendo, sin miedo seguiremos enfrentando la corrupción y a la exministra nos vemos porque a mí no me va a colocar ninguna

mordaza» explicó la representante Miranda.

La palabra 'abudinear' que se ha utilizado en sus redes sociales, para referirse «a una clase política que normaliza la corrupción» de manera generalizada y sistemática», será el análisis que empiece a realizar la Corte Suprema de Justicia.

ALCALDE DANIEL
QUINTERO SE
PRONUNCIA

«Anulada la certificación de firmas de la revocatoria de Medellín. Ha sido descartada la falsificación sistemática de firmas de la revocatoria fraudulenta»: Daniel Quintero Calle.

SE AVIZORA
FIN
DE LA
PANDEMIA

El director de la Organización Mundial de la Salud para Europa, Hans Kluge, afirmó que la variante ómicron del coro-

navirus podría causar el contagio de 60% de de los europeos antes de que inicie marzo, pero luego de este contagio podría comenzar el fin de la pandemia.

Kluge dijo que si bien hay que ser prudentes teniendo en cuenta la versatilidad del COVID-19, lo que podría ocurrir es que, luego de que termine la oleada de contagios por la variante ómicron, el mundo viva «algunas semanas o meses de inmundad global».

¿PARA QUÉ HA SERVIDO LA PANDEMIA?

El mundo aún sigue padeciendo los estragos que ha producido la llamada Pandemia causada por la enfermedad de coronavirus.

Este caos que se produjo debido a un virus con nombre como de grupo alzado en armas, COVID 19, y que nos arrinconó en nuestros hogares para buscar la protección a su contagio y letalidad, tiene que estar dejando alguna reflexión interior sobre nuestras acciones y prácticas, que hasta hace algunos meses atrás veníamos realizando, para así cumplir con las imposiciones del rebaño social que nos guía.

Muchos hemos podido descubrir ese llamado desgarrador que el planeta nos hace y que se manifiesta en los deshielos constan-

tes, en el acelerado cambio climático, en el sobrecalentamiento global, que como la misma pandemia muchos no creen en el así se les manifieste en sus propios entornos.

Otros muy seguramente han reflexionado sobre ese consumismo irreflexivo que nos gobierna y que hace que los seres humanos estemos categorizados según las ropas que utilicemos, las marcas de vehículos que exhibamos, los lugares que frecuentemos, y que ahora no ha servido para nada tener trajes lujosos o de marca porque se redujo el entorno social para el exhibicionismo petulante.

Hemos tenido que reflexionar, muy seguramente, sobre la inutilidad de ser esclavos del mercado que

con la complicidad engañosa de los medios de comunicación nos bombardean sin piedad con nombres de productos y servicios que nada aportan a vida digna de los seres humanos y que solo promueven enriquecimiento para los productores que no ahorran engaños a la hora de llenar sus bolsillos.

Hemos descubierto que lo indispensable no es el sello o marca que lleve una camisa o un pantalón o unos tenis, o la marca del vehículo, masivamente publicitado; descubrimos que no era necesario el endeudamiento para presumir un automóvil cuyo mantenimiento deja a muchos sin los básicos para el hogar.

Algunos también descubrieron el valor de la soli-

daridad, ese gesto real de tender la mano hacia quien la necesita o recibirla sin cuestionarnos de dónde viene o quien ejerce esa solidaridad nacida del miedo.

Este momento por el que transitamos nos devolvió la igualdad arrebatada por aquello que llaman clases sociales y nos hizo humildes con el otro, dedujimos el valor de entender que viajamos en el mismo barco llamado tierra y que cuando menos se espera nadie en él está libre del sufrimiento que una calamidad puede producir.

Esperamos que cuando esto pase no se nos olvide el temor que nos agrupó, la solidaridad que se despertó ante el temor y miremos a nuestros semejantes como

compañeros de viaje, sin arrogancias, y que hayamos aprendido algo de este momento sin olvido.

Pero eso es solo un sueño; muy seguramente, más temprano que tarde, volverán las arrogancias, las diferencias marcadas por la vanidad o por los recursos que se tengan y se apagará ese pequeño fulgor de humanidad que nos alumbró por un momento.

Y entonces continuará la pandemia de la deshumanización que veníamos soportando antes de esta, la que nos arrinconó a todos a la seguridad de los hogares...de la otra por ahora la seguimos soportando con temor...

LOS NIÑOS EN COLOMBIA



ISSN: 2323-0606

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

Andrés Felipe Betancurt Pabón
Director Comercial

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

Método de los antepasados:

LAS CABAÑUELAS



Las cabañuelas, el método para predecir el tiempo

Hernán Alejandro Olano García

Las cabañuelas, son el conjunto de las variaciones de tiempo que tienen lugar los primeros veinticuatro días de enero y que sirven al vulgo para pronosticar el tiempo que ha de hacer durante cada uno de los meses del mismo año o del siguiente. El D.R.A.E. recoge en su segunda acepción que «cabañuela» (aunque generalmente se utiliza en plural) es el «Cálculo que, observando las variaciones atmosféricas en los doce, dieciocho o veinticuatro primeros días de enero o de agosto, forma

el vulgo para pronosticar el tiempo que ha de hacer durante cada uno de los meses del mismo año o del siguiente».

Así las cosas, cada día, del uno al 12 de enero, corresponde a los meses de enero a diciembre y, del 13 al 24, de diciembre a enero, con lo cual, el 1 de enero, debe coincidir con el 24 de enero para comprobar el clima del mes; el 2 de enero con el 23 de enero corresponden a febrero; el 3 de enero y el 22 de enero son el clima de marzo, etc.

Desde el 25 de enero y hasta el 30, se hace la equivalencia del clima

de cada dos meses: el 25 representa a enero y febrero, el 26 equivale a los meses de marzo y abril, el 27 corresponden a mayo y junio, el 28 a julio y agosto, el 29 a septiembre y octubre y finalmente el 30 a noviembre y diciembre. Y, el 31 de enero, lo que se hace es medir de a dos horas para cada mes, en orden ascendente, con lo cual, de las 00:00 a las 02:00 horas corresponden al mes de enero, de las 02:00 a las 04:00 horas al mes de febrero y así hasta llegar al último rango, de las 22:00 a 23:59 horas, que representan el mes de diciembre. Habitualmente, las personas del campo utilizan este mé-

todo, sumado al legendario Almanaque Bristol, que ya cumple 130 años, pero, en la ciudad, el clima prácticamente es impredecible y corresponde a otros factores, muy distintos al método empírico de pronosticar el cielo y el clima del año a través de las cabañuelas, para preparar sus tierras y realizar sus siembras.

Su origen se remonta a la antigua Babilonia; no obstante, en países como México, la tradición de las cabañuelas hunde raíces en los mayas y en los aztecas, cuyos calendarios consistían en 18 meses con 20 días, donde los primeros 18 días de enero servían para

predecir fenómenos en cada uno de los meses. En Bolivia los agricultores toman una piedra distinta cada nueve días, allá en el mes de septiembre, y por la mayor o menor humedad que reviste la parte que estaba hundida en el suelo, predicen la copia de aguaceros para cada uno de los nueve meses de la temporada agrícola. A estas piedras cabalísticas llaman también cabañuelas. En España, aunque se utilizan, se dice que «Lo que sea el veintisiete será el mes siguiente». En Colombia siguen siendo un referente muy especial y siempre se dice «Ojalá se cumplan».

La OPS:

PIDE USO RACIONAL DE LAS PRUEBAS COVID-19



En el mundo entero se incrementaron los casos COVID-19

El rápido aumento de casos de COVID-19 en América ha disparado la demanda de pruebas para detectar la enfermedad. La agencia sanitaria regional de la ONU llama a priorizar su uso en las personas con síntomas e identificadas a nivel asistencial.

La mejor manera de incrementar el testeo es empleando las pruebas de antígenos a nivel comunitario liberando la presión sobre los hospitales. Las pruebas caseras no cuentan todavía con la aprobación del organismo, aclaró la agencia sanitaria. Pese a la amplia distribución regional de pruebas PCR y de antígeno desde el inicio de la pandemia mediante su Fondo estratégico -más de 42 millones para 36 países- y contar con acuer-



Pruebas Covid-19

dos a largo plazo con los fabricantes de estos test, la Organización Panamericana de la Salud recomendó a los Estados miembros hacer un uso sensato de las pruebas de diagnóstico contra el coronavirus ante su escasez. «Esta situación de exceso pue-

de cambiar rápidamente dependiendo del contexto epidemiológico y del uso indiscriminado de los ensayos. Por eso, hacemos un llamado al uso racional de los recursos con base a estrategias claras de vigilancia y testeo, y dando prioridad a los casos sospechosos,

es decir individuos sintomáticos captados en los diferentes niveles de asistencia», declaró el doctor Sylvain Aldighieri.

Las pruebas de antígenos

«La mejor manera para incrementar las pruebas es aprovechar las pue-

bas rápidas de antígenos, que ofrecen un diagnóstico en minutos, no en días», añadió Carissa Etienne, directora general de la Organización.

Recordó también que ese tipo de evaluación no requiere formación especializada ni equipos costosos y que se pueden aplicar en los centros de atención primaria.

«Instamos a los países a que amplíen las pruebas a nivel comunitario para aliviar la presión sobre los hospitales, que están trabajando horas extras», solicitó.

«Hemos distribuido 10 millones de pruebas de diagnóstico PCR y 2,8 millones de pruebas de diagnóstico rápido de nuestras reservas en Panamá a los países que las necesitan», dijo.

La pandemia, sin fecha de caducidad

Con referencia a las estimaciones de expertos mexicanos que apuntan a una posible conclusión de la pandemia durante este año y que el coronavirus se convierta en endémico, al igual que sucede con otros virus, Aldighieri recordó que la característica principal de la pandemia es la «incertidumbre de su evolución», por lo que instó «a la cautela». «Si bien es posible que finalmente el virus SARS-CoV-2 se haga 'endémico' pensamos que eso tomaría varios años. En el entre-tiempo esperamos tener nuevos brotes amplios donde se hayan logrado altas coberturas de vacunación», vaticinó.

Plantas medicinales:

CÚRCUMA REMEDIO NATURAL

Cúrcuma longa, de nombre común cúrcuma, es una planta herbácea de la familia de las zingiberáceas nativa del suroeste de la India. También es conocida como azafrán del pobre o palillo en partes de Hispanoamérica, donde a menudo el nombre se acorta a azafrán (no confundir con *Crocus sativus*).

De color amarillo intenso y con un olor inconfundible, esta especia proviene de la raíz naranja de una planta herbácea perteneciente a la familia de las 'zingiberáceas' situada en la India e Indonesia.

Su nombre científico es 'cúrcuma longa' y cuenta con una tradición histórica. De hecho, hay evidencia de que sus primeros usos se remontan entre los años 610 a.C. a 320 a.C. cuando fue empleada como colorante para la lana gracias a su color amarillo-naranja intenso. Más adelante, fue adoptada por la gastronomía hindú como colorante alimentario, para darle un sabor peculiar a las comidas y por formar parte del popular curry. ¿Por qué la cúrcuma es buena para la salud?

Los compuestos de la cúrcuma, llamados curcuminoides (la curcumina, la demetoxicurcumina y la bisdemetoxicurcumina), le otorgan grandes propiedades medicinales a esta especia.

Sus aceites volátiles (turmerone, atlantone y zingiberene), proteínas, resinas y azúcares, también contribuyen su

poder sanador. Además, para completar su perfil de 'reina de las especias', también contiene fibra dietética, vitaminas C, E y K, niacina, sodio, calcio, potasio, cobre, magnesio, hierro y zinc. A continuación, vamos a comprobar cuáles son sus beneficios para la salud:

Alivia el malestar estomacal

La cúrcuma es un remedio natural muy efectivo para el malestar estomacal. Al tener propiedades antiinflamatorias, previene la acidez y calma el ardor de estómago, así como los trastornos digestivos en general.

Está recomendado para personas con falta de apetito, dispepsia, gastritis o digestión lenta. Los principios activos de esta especia favorecen la producción de jugos gástricos y pancreáticos, lo que ayuda a su vez a equilibrar el pH de estos órganos.

También es recomendada para evitar los gases

que se producen en el intestino. Al ser carminativa, evita las flatulencias y los cólicos intestinales y es aconsejada para la atonía estomacal. Hay que tener en cuenta que se debe tomar la cantidad correcta, ya que su consumo excesivo es contraproducente.

La curcumina reduce, en palabras de Robles, «la producción de mediadores de la inflamación y los radicales libres, lo que hace que popularmente se le atribuyan propiedades antioxidantes y antiinflamatorias que tendrían efectos beneficiosos en el tratamiento de enfermedades como dislipemia (colesterol alto), artrosis, enfermedades de la piel, úlceras gástricas, diabetes o, incluso, cáncer».

La realidad es que no existen pruebas concluyentes sobre esos beneficios. «La evidencia científica en torno a su eficacia para reducir la inflamación es prometedora pero limitada», concluye la dietista-nutricio-

nista y tecnóloga alimentaria.

Estos son algunos de los estudios y revisiones sistemáticas más destacados de los últimos años:

Una revisión Cochrane de 2012 estudió el efecto de la curcumina como terapia de mantenimiento en la colitis ulcerosa en las etapas de remisión y concluyó que «puede ser una terapia eficaz y segura cuando se administra adicionalmente junto a mesalamina o sulfasalicina. Sin embargo, se necesita más investigación en forma de ensayos controlados aleatorizados rigurosos a gran escala para confirmar cualquier posible beneficio de la curcumina sobre la colitis ulcerosa no activa». Un metaanálisis de ensayos controlados aleatorizados publicado en 2016 encontró que el extracto de 1000mg/día de curcumina podría ser eficaz en el tratamiento sintomático de las enfermedades reumáticas (artrosis, artritis reumatoide, artritis psoriásica...

ca...). Pero esta revisión solo pudo incluir ocho ensayos de calidad metodológica dudosa, por lo que concluyó que «se necesitan estudios más rigurosos y amplios para confirmar la eficacia terapéutica».

Otro metaanálisis más reciente, de 2018, estudió la eficacia de los curcuminoides en el tratamiento de la artrosis de rodilla, concluyendo que «las formulaciones con curcuminoides y boswellia (otro extracto medicinal) pueden ser valiosos añadidos al tratamiento terapéutico, al aliviar los síntomas y reducir los riesgos». Pero también indica que «la evidencia actual no es adecuada en tamaño o calidad como para hacer recomendaciones de uso en la práctica clínica», y que «se requiere la investigación con ensayos controlados aleatorizados de mayor tamaño y calidad para investigar el efecto sinérgico de estos compuestos con otros tratamientos para la artrosis». Una revisión sistemática y metaanálisis, también de 2018, estudió el efecto de 20 suplementos dietéticos empleados en el tratamiento de la artrosis de mano, cadera o rodilla. De todos ellos, los extractos de cúrcuma se encontraron entre los que presentaban efectos clínicos importantes en la reducción del dolor a corto plazo. Sin embargo, en sus conclusiones señalan que la calidad de la evidencia es «muy baja» y que los «suplementos no tienen efectos clínicos importantes sobre la funcionalidad o el dolor a medio y largo plazo».



Cúrcuma

Gastronomía:

EXQUISITA TORTILLA ESPAÑOLA



Corte transversal de una tortilla española

Puede considerarse el plato típico español por excelencia y encontrarás dos bandos enfrentados entre quienes defienden que la auténtica se hace sin cebolla y los que aseguran que este ingrediente es fundamental para una buena tortilla. Sin entrar en polémicas, lo que seguro que lleva es huevos y patatas. Existen muchos bares en España cuyo plato estrella

es precisamente este. La verdad es que está buenísima y es de fácil preparación.

Ingredientes

Ingredientes para 4 personas: 4 patatas medianas, 4 ó 5 huevos, 1 cebolla mediana, $\frac{1}{4}$ l de aceite de oliva y sal.

Preparación

Pelar, lavar y secar las patatas. Cortarlas en rodajas finas e intro-

ducirlas en una sartén honda con el aceite de oliva a temperatura media para que se cuezan lentamente. Agregar la cebolla cortada finita. Freír lentamente con las patatas hasta que estén blandas y empiecen a dorarse. Conviene remover con la espumadera y cortar con la misma los ingredientes. Al cabo de unos 10 minutos se escurre el aceite. Batir en un cuenco los

huevos con un poco de sal. Agregar la mezcla de las patatas con la cebolla. Poner de nuevo la sartén con un poco del aceite escurrido y añadir toda la mezcla. Dejarlo a fuego lento tapando la sartén durante unos 5 ó 10 minutos, hasta que se dore por abajo. Dar la vuelta a la tortilla sobre sí misma con la ayuda de una tapadera y dejarla caer por el otro lado en la sartén hasta

que se cuaje despacio. Ha de quedar dorada por ambos lados.

Presentación

Servir en un plato o fuente redonda, caliente o fría. Si se quiere llevar de excursión o cortar en taquitos, tiene que llevar más patata, para que quede más densa, y sea más fácil de transportar y trocear. En este caso se consume fría.

Médicos :

¿QUÉ DICE EL JURAMENTO HIPOCRÁTICO?



Juramento hipocrático

Guillermo Romero Salamanca

El juramento hipocrático es, básicamente, un compromiso, que solo pueden hacer las personas que se gradúan en las carreras universitarias de Medicina.

Hipócrates de Cos nació en el 460 antes de Cristo y falleció en Tesalia en el 370 antes de Cristo, fue un médico que ejerció su profesión en la Antigua Grecia, en el denominado siglo de Pericles. Está considerado como una de las figuras más destacadas de la Historia de la Medicina e, incluso, muchos lo consideran como el «Padre de la Medicina».

El juramento hipocrático es la guía con la cual el personal médico se fija

en su vida y les sirve para despejar sus inquietudes éticas como la defensa de la vida. El texto fue atribuido a Hipócrates en la antigüedad, aunque investigaciones más modernas indican que podría haber sido escrito después de su muerte. Aunque hoy en día el juramento sólo se utiliza raramente en su forma original, sirve de base para otros juramentos y leyes similares que definen las buenas prácticas y morales médicas. Los licenciados que están a punto de empezar la práctica médica tradicionalmente pronuncian este juramento, generalmente el día de su grado.

El primer Juramento Hipocrático decía lo siguiente:

Juro por Apolo médico, por Asclepio, Higia y Pa-

nacea, por todos los dioses y todas las diosas, tomándose como testigos, cumplir fielmente, según mi leal saber y entender, este juramento y compromiso:

·Venerar como a mi padre a quien me enseñó este arte, compartir con él mis bienes y asistirlos en sus necesidades; considerar a sus hijos como hermanos míos, enseñarles este arte gratuitamente si quieren aprenderlo; comunicar los preceptos vulgares y las enseñanzas secretas y todo lo demás de la doctrina a mis hijos y a los hijos de mis maestros, y a todos los alumnos comprometidos y que han prestado juramento, según costumbre, pero a nadie más.

·En cuanto pueda y sepa, usaré las reglas dietéticas en provecho de los

enfermos y apartaré de ellos todo daño e injusticia.

·Jamás daré a nadie medicamento mortal, por mucho que me soliciten, ni tomaré iniciativa alguna de este tipo; tampoco administraré abortivo a mujer alguna. Por el contrario, viviré y practicaré mi arte de forma santa y pura.

·No tallaré cálculos, sino que dejaré esto a los cirujanos especialistas.

·En cualquier casa que entre, lo haré para bien de los enfermos, apartándome de toda injusticia voluntaria y de toda corrupción, principalmente de toda relación vergonzosa con mujeres y muchachos, ya sean libres o esclavos. ·Todo lo que vea y oiga en el ejercicio de mi profesión, y

todo lo que supiere acerca de la vida de alguien, si es cosa que no debe ser divulgada, lo callaré y lo guardaré con secreto inviolable.

·Si el juramento cumpliere íntegro, viviré feliz y recoja los frutos de mi arte y seré honrado por todos los hombres y por la más remota posteridad. Pero si soy transgresor y perjuro, véngame lo contrario.

El nuevo juramento

A lo largo de los años, el Juramento ha tenido varios cambios.

Conocida como «Declaración de Ginebra» fue adoptada por la Asociación Médica Mundial (AMM) en 1948 y ha sido revisada y enmendada en diferentes ocasiones (1968, 1983, 1994, 2005, 2006 y 2017).



El juramento hipocrático es la guía con la cual el personal médico se fija en su vida y les sirve para despejar sus inquietudes éticas como la defensa de la vida.

Este es el texto aprobado en octubre de 2017, en Chicago:

«COMO MIEMBRO DE LA PROFESIÓN MÉDICA:

PROMETO SOLEMNEMENTE dedicar mi vida al servicio de la humanidad;

VELAR ante todo por la salud y el bienestar de mi

paciente; RESPETAR la autonomía y la dignidad de mi paciente;

VELAR con el máximo respeto por la vida humana;

NO PERMITIR que consideraciones de edad, enfermedad o incapacidad, credo, origen étnico, sexo, nacionalidad, afiliación política, raza, orientación sexual, cla-

se social o cualquier otro factor se interpongan entre mis deberes y mi paciente;

GUARDAR Y RESPETAR los secretos confiados a mí, incluso después del fallecimiento del paciente;

EJERCER mi profesión a conciencia y dignamente y conforme a la buena práctica médica;

PROMOVER el honor y las nobles tradiciones de la profesión médica; OTORGAR a mis maestros, colegas y estudiantes el respeto y la gratitud que merecen;

COMPARTIR mis conocimientos médicos en beneficio del paciente y el avance de la salud;

CUIDAR mi propia salud, bienestar y capacidades

para prestar atención médica del más alto nivel;

NO EMPLEAR mis conocimientos médicos para violar los derechos humanos y las libertades ciudadanas, incluso bajo amenaza;

HAGO ESTAS PROMESAS solemne y libremente, bajo mi palabra de honor».

Opinión:

LA HORA DEL COOPERATIVISMO

coronel (r)
Carlos Alfonso
Velásquez

Paulatinamente la economía colombiana ha venido saliendo de la convalecencia que le indujo tanto la pandemia como el estallido social de los años anteriores. Pero pese al avance de la reactivación económica que ha corrido de la mano de la de las empresas y muestra algunas cifras macroeconómicas alentadoras como el crecimiento del PIB, los altos niveles de desempleo y de informalidad – directamente relacionados con la desigualdad y la pobreza – siguen siendo inaceptables. Todo lo cual nos indica que, si la economía no sirve a la mayoría de las personas, está siendo en realidad una economía fallida o al menos una muy coja.

Esa economía que no sirve a la mayoría de las personas tiene varias de sus causas en un contexto más amplio. En los años ochenta del siglo XX y hasta los primeros de éste, la globalización económica, como respuesta de un exaltado capitalismo, fue considerada el fundamento del crecimiento mundial, en buena parte porque el comercio aumentó de manera más acelerada que el PIB de los países. No obstante, con el paso del tiempo comenzó a mostrarse un agotamiento de esa globalización y del libre comercio como instrumentos para impulsar el bienestar en el grado que alguna vez se les pretendió otorgar. En forma gradual pero cada

día más intensa, aparecieron los reclamos acerca de las limitaciones del modelo global en la solución de problemas como la inequidad social, la concentración de la riqueza, la pobreza y la marginalidad, no sólo en los países menos desarrollados, sino también en los más adelantados. Luego vino la crisis financiera del 2008 que afectó los flujos de capital y la desaceleración se extendió a Europa y el nuevo escenario con China como actor importante, golpeó la demanda de «commodities» y produjo ajustes fiscales que han implicado reducción de beneficios a grupos de población de las clases media y baja. Y, claro está, el inconformismo se extendió, pero la respuesta a la «desgastada» globalización, ha sido, en países como el nuestro, el regreso de la heterodoxia económica representada en los postulados de la economía neoclásica (o neoliberal), postulados estos que se derivan de raíces anglosajonas eminentemente individualistas, por no decir egoístas.

Por todo lo anterior y para encontrar solucio-



Cooperativismo



Carlos Alfonso Velásquez

nes viables y especialmente justas a los actuales problemas socioeconómicos del país, desde el proyecto de la «Concordia Nacional» hemos enfocado la mirada prioritariamente en la socioeconomía que se sostiene en postulados de raíz no individualista sino comunitarista. Es que la socioeconomía-tronco de donde provienen distintas ramas de la economía solidaria como el cooperativismo – aborda las cuestiones analíticas, políticas y morales que surgen en la intersección de la economía y la sociedad, explorando cómo la economía es o debe ser gobernada por las

relaciones sociales, las reglas institucionales, las decisiones políticas y los valores culturales, y NO por «la mano invisible del mercado» o «los precios justos» impuestos por la interacción de la oferta y la demanda, neutralizando las «fallas del mercado», y menos por las burbujas financieras que se inflan y revientan en las bolsas de valores.

No se trata de acabar con la economía neoclásica, sino regular, pero sin darle prioridad desde el Estado para solucionar problemas como el desempleo y la informalidad. Lo cierto es que no es por simple coincidencia

que Joseph Stiglitz, premio nobel de economía en el 2001, haya sostenido en medio de la tercera Cumbre Mundial de Economía Solidaria realizada en el 2016 (Quebec, Canadá),

que «las cooperativas son la única alternativa frente al modelo económico fundado en el egoísmo y la desigualdad».

De todas maneras, desde el gobierno de la «Concordia Nacional» las cooperativas tendrán una oportunidad de crecimiento y consolidación abriendo la posibilidad de que las pequeñas empresas también se asocian y se conviertan en cooperativas. Por ejemplo, se puede pensar en la posibilidad de tener una gran superficie cooperativa, más allá de lo que ya existe, por ejemplo, con Colanta, a nivel de todo el país, o como la cooperativa Consumo, en Medellín, para impulsar una cadena de mercados con presencia fuerte a nivel nacional como el Éxito, o un almacén como Alkosto.

Se buscará también lograr que los campesinos, quienes corren con los riesgos de producción, se asocien y distribuyan sus propios productos generando mejores ganancias para ellos mismos, evitando así a los intermediarios. Esto mismo puede aplicarse en diferentes negocios como la distribución de combustible y la participación en empresas de economía mixta con el Estado.

EL FANTASMA



Se acerca el Festival Vallenato. Quedan escasos dos meses y en esta oportunidad se rendirá un homenaje al ruiseñor del Cesar, Jorge Oñate, quien partiera en dos la historia del vallenato.

El vocalista, quien fuera derrotado por el Covid-19, nunca pensó que sería la estrella en que se convertiría. De principio sólo quería jugar fútbol e incluso perteneció al Macaneiros, un equipo alterno que tenía Millonarios para seleccionar jugadores a la primera categoría. Jorge, incluso, alcanzó a patear en el Unión Magdalena.

Entre partido y partido, con los encuentros con sus paisanos comenzó a cantar en Bogotá y su tío, Alonso Fernández Oñate lo buscó, para que le cantara ocho de los doce temas de su autoría, con el acordeón de Emilio Oviedo. «Campesina Vallenata» un paseo, fue su primer asomo con cierto reconocimiento y el cual dejó en el ambiente, el comentario que «nacía una voz con mucho sabor vallenato, pero que era distinta a las anteriores, en su forma de cantar».

El Jilguero de América como se le conoció, es considerado como uno de los cantantes más importantes de la música vallenata junto a Diomedes Díaz, Rafael Orozco y Poncho Zuleta, que por su gran aporte a este género fue grandemente homenajeado y deno-



Patricia

minado «La leyenda». Ganó más de 25 discos de oro, varios discos de platino y otros de doble platino.

En 2010 recibió el Premio Grammy Latino a la Excelencia Musical. Además, fue ganador de varios Congo de Oro en el Festival de Orquestas en Barranquilla. Y, precisamente, en 2014 recibió el Súper Congo de Oro. También incursionó en política, no sólo regionalmente, también en el ámbito nacional, siendo Representante a la Cámara.

No comprendí tu amor, Mujer marchita, Nido de amor, El cantor de Fonseca, Igual que aquella noche, Noche sin lucero, Canasta de ensueño, El cariño de mi pueblo, Figuras de amor, Lloraré, Sanjuanerita, Alicia adorada, Dina López, Mi gran amigo, Berta Caldera, Diciembre alegre, Recordando mi niñez, Tiempos de la cometa, La vieja Sara, Las bodas de Plata, La Margentina, Palabras al viento, No voy a Patillal, La Loma, Dos rosas, Cerro Murillo, La parranda y la mujer, Mujer conforme, La gira, Campesino parrandero, Los gavilanes, Cadenas, Abrazo guajiro, Todo en chanza, Ausencia, El copete, Amor comprado, La parrandita, El negro Maravilla, Sirena samaria, Oye tú, Paisaje de sol, Lirio rojo, La gordita, El pechichon, El Ruiseñor de mi Valle, fueron algunos de sus primero éxitos.

PRIMICIA

DIARIO

LUNES

24

AÑO 4 - EDICIÓN 1158 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA ENERO DE 2022

Cueva Grjótagjá Islandia:

EL SITIO MÁS EXÓTICO DEL MUNDO



Una pequeña cueva de lava, parece poca cosa, pero en su interior esconde un pequeño lago de aguas termales. Desde el siglo XVIII hasta la década de 1970, Grjótagjá era una zona de baño popular. Pero con las erupciones producidas de 1975 y 1984 la temperatura del agua subió a más de 50 °C, y aunque ahora han caído unos grados ya no es posible tomarse un baño sin escaldarse.

Médicos:

¿QUÉ DICE EL JURAMENTO HIPOCRÁTICO?

La OPS:

PANDEMIA PIDE USO RACIONAL DE LAS PRUEBAS COVID-19

