

Vandalismo de drogadictos en Bogotá:

POLICARPA SALVARRIETA FUE BAÑADA EN PINTURA



La estatua de Polcarpa Salavarrieta Ríos más conocida como La Pola en el eje ambiental de Bogotá fue víctima del vandalismo. La heroína neogranadina que espió para las fuerzas independentistas criollas durante la Reconquista española. fue bañada en pintura por un grupo de drogadictos indicaron vecinos del lugar. Foto: VHLM.

Primer Consejo de Seguridad Humana integral en Bogotá :

**PRESIDENTE
Y ALCALDESA
UNIDOS EN FAVOR
DE LA CIUDADANÍA**



Colombia y el Congo:

LIDERAN LOS PAÍSES CON MÁS CRIMINALES EN EL MUNDO

Primer Consejo de Seguridad Humana integral en Bogotá :

PRESIDENTE Y ALCALDESA UNIDOS EN FAVOR DE LA CIUDADANÍA

La alcaldesa mayor de Bogotá, Claudia López, durante el Consejo de Seguridad lanzó oficialmente una nueva estrategia para personas migrantes, refugiadas y retornadas. Se trata de 'Intégrate', una ventanilla única de inclusión para atender a los nuevos bogotanos, con la presencia del presidente de la República, Gustavo Petro Urrego.



Primer Consejo de Seguridad Humana integral en Bogotá presidido por el presidente Gustavo Petro Urrego.



Claudia López agradeció al gobierno del presidente Gustavo Petro por avanzar en el restablecimiento de las relaciones internacionales con Venezuela.



«Colombia y Venezuela van a ser vecinos para siempre, para siempre, desconocernos o agredirnos no nos va a servir de nada nunca. La única opción que tenemos con nuestros vecinos de barrio o de país es convivir pacíficamente en medio de las coincidencias y de las diferencias».

Con la estrategia 'Intégrate' se facilita el acceso a la educación, a la salud y las oportunidades laborales.



El presidente Petro se comprometió desde el Gobierno Nacional apoyar las iniciativas de seguridad para Bogotá.

INMOBILIARIA
BETANCUR LTDA.





El Valor de la Palabra

Colombia y el Congo:

LIDERAN LOS PAÍSES CON MÁS CRIMINALES EN EL MUNDO

Colombia es el segundo país con más organizaciones criminales del mundo, reveló la organización Global contra el Crimen Organizado Transnacional (GITOC), de acuerdo con estadísticas de los años 2020 y 2021.

La Organización Internacional contra el Crimen Organizado Transnacional (GITOC) indica que Colombia es el segundo país con mayor cantidad de mercados y organizaciones criminales del planeta, quedando solo por detrás de la República Democrática del Congo.

La calificación del GITOC se centra en una calificación de 1 a 10 teniendo en cuenta la escala, el alcance e impacto del crimen organizado. El listado de los países afectados por la criminalidad lo lidera República Democrática del Congo (7,75), sigue Colombia (7,66), Myanmar (7,59), México (7,56), Nigeria (7,15), Irán (7,10), Afganistán (7,08), Irak (7,05), República Centroafricana (7,04) y Honduras (6,98).

Colombia es identificado como «el mercado de cocaína más generalizado del mundo» al que se suman México, Guatemala y Haití. A su vez se alerta que organizaciones criminales colombianas y mexicanas son facilitadoras de extorsión, tráfico y distribución de drogas y lavado de dinero. Colombia tiene mecanismos sólidos «para contrarrestar



Los colombianos del campo son los más afectados por las organizaciones que manejan el narcotráfico.



Los narcotraficantes tienen ejércitos a su disposición para aterrorizar a los campesinos en Colombia.

el crimen organizado», que incluyen una gran cooperación internacional, «sigue viéndose afectados por economías ilícitas generalizadas», dice el informe.

El documento se advierte que el 79% de la población mundial vive en países que tienen altos niveles de criminalidad y que aparte del mercado de drogas, la trata de personas «se ha convertido en la economía criminal más generalizada del mundo».

Para la GITOC, los actores estatales «son los primeros a la hora de facilitar economías ilícitas» lo que implica que la corrupción «de bajo nivel hasta la captura total del Estado» es una de las bases para que los mercados y organizaciones criminales se mantengan.

Discriminar a los ancianos:

PERJUDICA LAS ECONOMÍAS

Orbedatos

Las personas de edad sufren prejuicios y discriminación en muchas sociedades, que los marginan y aíslan afectando su salud y causando pérdidas de miles de millones de dólares cada año a las economías de los países, revela un nuevo informe de la ONU, que llama a poner fin a la exclusión de ese grupo de población.

Los estereotipos negativos, los prejuicios y las percepciones negativas basadas en la edad de las personas no sólo conducen a una salud más pobre y al aislamiento social, sino que también le cuestan miles de millones de dólares cada año a todas las economías del mundo, alertaron cuatro dependencias de las Naciones Unidas, urgiendo a combatir la discriminación por edad.

En un nuevo estudio, la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), el Departamento de Asuntos Económicos y Sociales (DESA) y la Oficina de Derechos Humanos explicaron que el impacto de ese tipo de discriminación alcanza a los sistemas sanitarios, sociales y legales de los países.

Actitudes discriminatorias

El informe estima que una de cada dos personas en el mundo tiene actitudes que varían desde moderadamente hasta muy discriminatorias.

La Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos señaló que la discriminación por edad está presente en todos los grupos etarios, tanto jóvenes como mayores.



Los estereotipos negativos, los prejuicios y las percepciones negativas basadas en la edad de las personas no sólo conducen a una salud más pobre y al aislamiento social, sino que también le cuestan miles de millones de dólares cada año a todas las economías del mundo.

«Pero a menudo está tan extendido y aceptado en nuestras actitudes y en las políticas, leyes e instituciones, que ni siquiera reconocemos su efecto perjudicial sobre nuestra dignidad», dijo Michelle Bachelet,

En muchos lugares de trabajo, tanto los adultos mayores como los jóvenes suelen estar en desventaja. Para las personas mayores, el acceso a la formación y la educación especializadas se reduce significativamente con la edad, mientras que la discriminación por edad contra los más jóvenes se manifiesta en áreas como la salud, la vivienda y la política. Las consecuencias de esta discriminación se traducen la falta de acceso a servicios básicos, así como a la participación en la toma de decisiones.

Bachelet instó a luchar contra la discriminación por motivos de edad, un lastre al que se refirió como «una violación de los derechos humanos muy arraigada

en las sociedades». COVID-19 evidencia la discriminación por edad

Según el documento, la respuesta a la pandemia de la COVID-19 ha revelado cuán generalizada es la discriminación por edad: las personas mayores y las más jóvenes han sido estereotipadas en el discurso público y en las redes sociales.

La edad se utiliza a menudo como el único criterio para el acceso a la atención médica, las terapias que salvan vidas y el aislamiento físico.

El director general de la OMS subrayó la necesidad de erradicar los estereotipos y discriminación a medida que el mundo sale de la crisis.

«No podemos permitir que los estereotipos basados en la edad, los prejuicios y la discriminación limiten las oportunidades de asegurar la salud, el bienestar y la dignidad de las personas en todas partes en el pro-

ceso de recuperación de la pandemia», enfatizó Tedros Adhanom Ghebreyesus

La directora ejecutiva del UNFPA citó la discriminación que enfrentan las personas mayores debido a factores como la pobreza, el género, las discapacidades o la pertenencia a grupos minoritarios.

«Hagamos de esta crisis un punto de inflexión en la forma en que vemos, tratamos y respondemos a las personas mayores, para que juntos podamos construir el mundo que todos queremos de salud, bienestar y dignidad para todas las edades», exhortó Natalia Kanem.

El costo económico

El impacto en la salud y el bienestar, la discriminación por edad también cuesta miles de millones de dólares a las economías de todo el mundo.

El texto de la ONU cita un estudio de 2020 en Estados Unidos que mostró que

los estereotipos de edad al igual que las autopercepciones negativas se traduce en 63.000 millones de dólares anuales en costos por las ocho condiciones de salud más caras en las personas mayores de 60 años.

En Australia, los cálculos indican que si un 5% más de las personas de 55 años en adelante estuvieran empleadas, habría un impacto positivo anual de unos 37.000 millones de dólares en la economía nacional.

El informe también aclara que los datos sobre los costos económicos de la discriminación por edad son limitados y subraya la necesidad de investigar más para comprender mejor su impacto económico, particularmente en los países de ingresos bajos y medianos.

Hacen falta políticas

El combate de la discriminación por edad requiere políticas y leyes que la aborden, pero también precisa del diseño de estrategias educativas que mejoren la empatía y disipen los conceptos erróneos, así como de actividades intergeneracionales que reduzcan los prejuicios y ayuden a disminuir la discriminación por edad.

«Se alienta a todos los países y partes interesadas a utilizar estrategias basadas en evidencias, a mejorar la recopilación de datos y la investigación y a trabajar juntos para construir un movimiento que cambie la forma en que pensamos, sentimos y actuamos hacia la edad y el envejecimiento y para avanzar en la Década de las Naciones Unidas para el Envejecimiento Saludable», concluyeron las agencias.

Crímenes sexuales:

UN TEMA TRICOLOR

Susana Noguera
Altus

Los vi venir de lejos. Caminábamos en sentido contrario y apenas me miraron supe lo que venía pero no había para dónde moverme, la calle estaba inundada y el andén era demasiado angosto.

Agarré mi bolso con fuerza y caminé más rápido. Mira hacia abajo -pensaba- no actúes raro, no demuestres tu miedo. «¡Uusshhhhhh mamasiiii-taaaaa!» – me dijo uno de los cinco hombres justo al oído apenas pasó por mi lado- «flaquita rica, ven te muestro algo delicioso.» Para entonces yo ya casi estaba corriendo. Llegué a donde había un taxi parqueado y me subí rápido. Suspiré más tranquila pero me di cuenta de una verdad aterradora: Me sentía culpable ¿por qué?

Porque en Colombia no solo toleramos que maltraten a mujeres y niñas, al quedarnos callados y permitirlo lo animamos. No hay mejor prueba que la siguiente: La mujer que tiene tres hombres es una 'puta', pero el hombre que tiene tres mujeres es 'el putas'.

¿Qué tiene que ver esto con la nueva iniciativa de poner buses Trasmilenio rosados en Bogotá para evitar manoseos y otros actos? Absolutamente todo.

Pongamos un caso hipotético. Digamos que



Debemos ser inamovibles en la no aceptación de toqueteos, manoseos, expresiones vulgares o degradantes cualquier otra forma de irrespeto hacia la mujer que se pueda presentar en Trasmilenio o cualquier otro escenario.

Bogotá goza de una gestión ejemplar. Todos sus alcaldes son completamente capaces de asumir la responsabilidad de la gran metrópoli y no son para nada amigos de lo ajeno. Como resultado todas las obras e iniciativas se llevan a cabo en el tiempo previsto y ajustándose al presupuesto destinado.

Entonces surge la idea de los Trasmilenios rosados. Todo se lleva a cabo a la perfección y no hay desfalcos ni atrasos. ¿Cuál sería el siguiente paso? ¿Hacer andenes rosados?

El Código Penal Colombiano dice, palabras más palabras menos, que todo lo que atente contra el cuerpo o su expresión sexual de manera íntegra debe ser sancionada penalmente. Pero, al parecer, esto no aplica para Trasmilenio. En este caso hay que aislar a las 'causantes' del problema, encerrarlas a todas toditas en una cajita (preferiblemente rosada para que se vea más bonita) y ¡Vualá! Problema resuelto.

Esta discusión es mucho más profunda que un simple desacuerdo

de colores. Aceptar estos actos libidinosos, como los llama la ley, (frotamientos, manoseos, expresiones vulgares) significaría excusar y premiar a los victimarios.

Si aceptamos estos, no tardaremos en permitir y proveer herramientas para que violen otros derechos fundamentales ¡Oh, espera! Eso es exactamente lo que está sucediendo.

Debemos ser inamovibles en la no aceptación de toqueteos, manoseos, expresiones vulgares o degradantes cualquier

otra forma de irrespeto hacia la mujer que se pueda presentar en Trasmilenio o cualquier otro escenario. No es una cuestión feminista, es simplemente regla de convivencia mínima. No se trata de un tema 'rosado' o 'azul' es un tema tricolor que nos concierne a todos.

Sería impreciso decir que el irrespeto del que somos víctimas hombres y mujeres en los articulados es a causa de la educación, pues evidentemente los cafres sí que están 'educados' ¡No imaginas cuántos asquerosos piropos se saben! Lo que pasa es que no están concientizados de lo que hacen. No conocen su papel en la sociedad y mucho menos el de la mujer.

¡Es más, las mujeres también nos quedamos cortas en ese aspecto! El otro día oí a una niña decir «si sales y ni los obreros te echan piropos es que en verdad eres muy fea.» No, no, no.

Con o sin piropo valemos lo mismo. No tenemos que sentirnos culpables, asustadas ni tristes por el hecho de ser mujeres.

Querámoslo o no, nos figuró ponernos a la tarea de concientizar ¿Cómo? Propóngase no dejar que traten a ninguna mujer como un objeto ni a los hombres como animales sin conciencia. La ley es clara. Úsela.

Crónica:

LA DIOSA DEL CIGARRILLO



Entre lo que predice está la suerte, la salud y en especial el amor: puede ser en general (abarca su pasado, presente y futuro) o el de una persona en específico (se requiere el nombre completo de la persona implicada: su novio/a, a quién le quiera caer o su arrocito en bajo).

Erika Castillo Aponte
Especial
Primicia Diario

¿Alguna vez se ha interesado por ir a que le lean el cigarrillo? Si no, tal vez después de leer esto se interese, lo haga y se encarrete. Primero, debe llegar con su cigarrillo (o la cantidad que requiera dependiendo de lo que quiere saber), no es necesario que llegue feliz, puede estar en la peor tusa o en el problema más verraco, Diosa se encargará de hacerlo reír con su tono satírico y sarcástico, y con su forma especial de expresarse, se lo digo yo, que he llegado emocionalmente destruida y he salido muerta de risa, eso sí, pensativa y envidiada (más que todo envidiada) por todas las palabras que de la boca de Diosa salen.

Para algunos se trata de un don y para otros de brujería, pero en realidad la técnica aplicada a la lectura del cigarrillo es incierta, todo un misterio; podrá encontrar desde charlatanes hasta personas que a su criterio y tal vez al de sus clientes sienten que tienen un don, un poder que les dio la naturaleza (o dios, si así lo quiere llamar) para leer e interpretar la ceniza del cigarrillo.

En esta ocasión, Diosa González Franco es la protagonista; alta, pelinegra, de tez morena y con cabello ondulado; una mujer de 48 años que se dedica desde hace 27 a la lectura de la ceniza del cigarrillo, quien desde pequeña veía cosas que con el tiempo fue descifrando y de esta manera emprendió su «profesión» de la que hoy vive.

Tiene tres hijos varones y esposo, quienes la apoyan todo el tiempo. Cree en Dios. Su consultorio está ubicado en el barrio El Polo, en una casa que tiene dos pequeños locales: uno funciona como una cigarrería y el otro como el consultorio de Diosa, donde hay dos sofás para quienes esperan su turno, una vez Diosa lo llame, se encontrará en un cuarto con un pequeño escritorio, dos sillas y un estante con un televisor y brebajes especiales.

No se dedica a leer el tarot, el tinto, el chocolate o demás cosas que así muchos de ustedes nieguen, les terminan interesando. La lectura del cigarrillo es su pasión, lo hace porque le gusta y siente que lo interpreta muy fácil y aunque admite tener capacidades

para otro tipo de cosas dice no interesarse por estas, no se dedica a nada más, en primer lugar porque no le queda tiempo y en segundo porque no le interesa, pero me atrevo a decir que es más porque no le interesa. Leer el cigarrillo es lo que hará el resto de su vida porque le apasiona.

El público que diariamente asiste es incierto, así como pueden consultar cinco (5) personas, puede quintuplicarse la cantidad, pero eso sí quienes nunca faltan son las personas influyentes de la ciudad, de quienes Diosa prefiere no revelar detalles. Nunca le han faltado problemas, como afirma ella «La gente está frita, todo el mundo está loco, nunca falta la persona que diga «es que me dijo que no se iba a morir y se murió»... el único dueño

de la vida es Dios.» Entre lo que predice está la suerte, la salud y en especial el amor: puede ser en general (abarca su pasado, presente y futuro) o el de una persona en específico (se requiere el nombre completo de la persona implicada: su novio/a, a quién le quiera caer o su arrocito en bajo). Una vez haya decidido por qué o por quién va a preguntar, Diosa le encenderá el cigarrillo y usted comenzará a obtener las respuestas a sus preguntas. No es necesario que usted se encuentre en la ciudad, desde cualquier parte del mundo, con una simple llamada y una consignación puede consultarle, eso sí, el cigarrillo debe fumarlo otra persona, Diosa no puede, ya que debe ser la energía de alguien más

Así que si le interesó, le causó curiosidad o inquietud, vaya, averigüe lo que desee, envíese, quédese con la experiencia y opine, porque nadie puede hablar sin conocer y sin haber vivido, como dice Diosa, «esto es algo que le gusta a todo el mundo», tal vez el siguiente sea usted. Le aseguro que no tratará con un charlatán (de esos hay muchos) y son fáciles de reconocer, «primero le averiguan la vida y después se la cuentan», además de estafarlo, sacándole plata todo el tiempo, con Diosa no sucede así y usted lo notará desde el primer momento en que converse con ella. fumadora

Colombia:

EL TRIUNFO DE LA RAZÓN SOBRE EL ODIO

Luis Alfonso Mena S.

El restablecimiento de relaciones entre la República de Colombia y la República Bolivariana de Venezuela es el triunfo de la razón y la hermandad sobre el odio y la bestialidad.

Sólo un gobierno signado por el humanismo como el del presidente Gustavo Petro podía asumir la decisión desde el primer momento, sin ambages ni cálculos.

El régimen de Iván Duque dinamitó los caminos históricos entre los dos pueblos, obnubilado por su sesgo de ultraderecha y desahogado por arrodillarse ante los intereses imperiales.

Reconoció a un títere ladrón impuesto por Donald Trump e hizo parte del cerco económico, militar, político y de toda índole contra el vecino hermano, con un afán injerencista atroz.

Convirtió a Colombia en la cueva de la conspiración contra Nicolás Maduro, el presidente constitucional de Venezuela, y participó en andanadas mercenarias desde el país. Contribuyó a la diáspora de miles de venezolanos víctimas de la estrategia criminal gringa de generar el éxodo masivo como arma política para defenestrar a un Jefe de Estado.

Con una sarta de avivatos, ayudó a someter a millones de colombianos y venezolanos de la extensa frontera a una pa-



Hermandad entre Colombia y Venezuela. El presidente Bolivariano, Nicolás Maduro portando un sombrero volteado, le dijo al embajador Benedetti: «Los apátridas de Colombia y Venezuela han sido derrotados».

vorosa crisis económica y a la violencia durante casi cuatro años.

Entregó la población a las bandas de criminales, traficantes de la peor especie, transgresores de los derechos humanos, e hizo invivible la región, sin pudor alguno.

POLÍTICA INTERNACIONAL

Con el intercambio de embajadores entre Caracas y Bogotá, cuyo primer paso ocurrió, se inicia la ardua reconstrucción de los puentes humanos y políticos rotos.

Es la nueva política exterior de Colombia instalada por el presidente Petro, respetuosa de la autodeterminación de los pueblos, integradora y de

respeto al derecho internacional.

Dos hechos reflejan el nuevo momento histórico, muy lejos de la oscura época de Duque, quien participó en el montaje del tristemente célebre grupo de Lima, ya abolido.

Mientras el presidente Maduro recibía a Armando Benedetti, embajador de Colombia en Caracas, el presidente Petro llamaba en Lima a la repotenciación de la CAN. Y decía en la reunión de presidentes de la Comunidad Andina de Naciones que ésta se debe fortalecer con el retorno de Venezuela y el ingreso de Chile e, incluso, de Ar-

gentina. ¿Los fines? Enfrentar unidos los efectos del cambio climático devastador, crear una red de energías limpias y promover una cumbre latinoamericana de nueva política antidrogas.

LIDERAZGO

Con el presidente Petro nace un nuevo liderazgo latinoamericano, que convoca a retejer los lazos de amistad, destruidos por regímenes oligárquicos en la región.

Colombia cambia su política hacia los hermanos, muy bien interpretada por el canciller Álvaro Leyva, contra quien se dirigen ahora los dardos venenosos de las élites conservadoras.

¿Por qué? Porque no se sumó en la pútrida OEA a una declaración contra el gobierno de Nicaragua, el nuevo blanco de las derechas ante el fracaso de su cerco a Venezuela. En su tarea propagandística, los medios arremeten contra la política internacional del gobierno Petro, mientras que en el régimen de Duque fueron verdaderas celestinas.

Ni esas oligarquías que ahora piden censura contra Leyva en el Congreso, ni esa prensa abyecta dijeron nada por la represión brutal de Duque contra el pueblo en 2021.

En el levantamiento popular del año pasado, los

que ahora se escandalizan con Nicaragua callaron ante más de cien asesinatos de jóvenes que protestaban en las calles colombianas.

Y justificaron, cobardemente, las violaciones masivas de derechos humanos cometidas por Duque y sus represores contra los reclamos del pueblo. Hipócritas. Fari-seos.

Así, pues, el cambio ha llegado a la política internacional colombiana, de la mano de un gobierno progresista que rompe con más de 20 años de sumisión absoluta al imperio.



Países hermanos

Ojalá se pueda reconfigurar un bloque de solidaridad latinoamericana, como el que existió en la primera década de 2000, con el trascendental aporte del presidente Petro.

La razón reemplaza al odio no solo para volver al comercio masivo, los consulados y el libre tránsito en los puentes de frontera, sino para que los vecinos se puedan volver a abrazar.

Como dijo el presidente Petro al posesionar a Benedetti el miércoles 24 de agosto: «Que nunca más a nadie se le ocurra que entre Venezuela y Colombia tiene que haber un conflicto».



Cámara de Comercio de Honda,
Guaduas y Norte del Tolima

Corporación Transparencia Jurídica Internacional Colegio de Abogados Tolima Grande

INVITAN

Foro: Retos Jurídicos en Colombia

Ponentes:

- Instalación: Dr. William Calderón Perdomo, presidente Cámara de Comercio de Honda, Guaduas y Norte del Tolima.
 Dr. Marco Tulio Calderón Peñaloza, abogado, rector Universidad La Gran Colombia, presidente Asociación Universidades de América.
 Dr. Óscar Valero Rodríguez, abogado – escritor, presidente Colegio de Abogados Tolima Grande.
 Dr. Urías Torres Romero, abogado, escritor, director Colegio de Abogados de Cundinamarca.
 Dr. Benjamín Losada Posada, abogado – periodista, presidente Corporación Transparencia Jurídica Internacional.
 Dr. Mario Javier Maturana Moreno, abogado – biólogo, presidente Colegio de Abogados Afrodescendientes.
 Dr. Jhony Aparicio Ramírez, abogado – Administrador de Empresas, presidente Colegio de Abogados de Indoamérica, Consejero Mayor Indígena.
 Dr. Jorge Iván Mina Lasso, abogado, presidente Colegio de Abogados Fuerza Pública, director Colectivo de Juristas Afro.
 Dra. Ana María Pallares Lobo, secretaria general Corporación Transparencia Jurídica Internacional.
 Dr. Adelmo Fajardo Hernández, abogado – administrador de empresas, presidente Colegio de Abogados Cundinamarca.
 Dr. Luis Fontalvo Prieto, director Colegio de Abogados del Caribe
 Dr. Carlos Ariel Serrano Sánchez, abogado – politólogo, presidente Colegio de Abogados de los Santanderes.
 Dr. Saúl Villar Jiménez, abogado – escritor, presidente Colegio de Abogados Meta y Orinoquia.

Moderador: Gerney Ríos González, escritor, periodista e internacionalista, titulado en Derechos Humanos para América Latina por la Unión Europea, director general Corporación Transparencia Jurídica Internacional.

PRIMICIA

Lugar: Cámara de Comercio, Honda, Guaduas y Norte del Tolima - Calle 12A No. 10 A-06
Fecha: viernes 2 de septiembre de 2022.
Hora: 9:00 am.

La Unidad de Gestión del Riesgo de Desastres :

«LA CUEVA DE ROLANDO»

El origen de la «Cueva de Rolando» hace alusión al nombre en las aventuras de Gil Blas de Santillana, donde el bandido que se esconde con su banda en una cueva, donde hacía sus negociados turbios y esto es, ni más ni menos, lo que se ha encontrado en la Unidad de Gestión del Riesgo de Desastres durante la administración Duque.

BOTIN

Definitivamente el proyecto de reconstrucción de San Andrés afectado por el Huracán Iota, fue peor que el fenómeno natural.

Los dineros por montones fueron entregados exclusivamente a contratistas ampliamente conocidos por su militancia en el Centro Democrático. Los recursos fueron exageradamente proyectados con sobrecostos.

Javier Pava Sánchez, director Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres, dijo que solicitará una auditoria a la Contraloría General de la República, para detectar todos los hechos de corrupción.

«CUEVA DE ROLANDO»

En la Unidad de Gestión del Riesgo de Desastres fue una verdadera «Cueva de Rolando», según revelación de algunos funcionarios que fueron testigos directos del desastroso manejo por parte del uribismo. No solamente el senador



Los funcionarios que deberán responder por una serie de acusaciones sobre el manejo de la Unidad de Gestión del Riesgo de Desastres, entidad que se encargó de la negociación de las vacunas.

corrupto Mario Castaño tenía «manejo» en algunos contratos estatales. Los primeros informes indican que otros cuatro congresistas de la extrema derecha manejaban a su antojo los recursos de esa institución con el beneplácito de la anterior administración.

ULTIMA OPORTUNIDAD

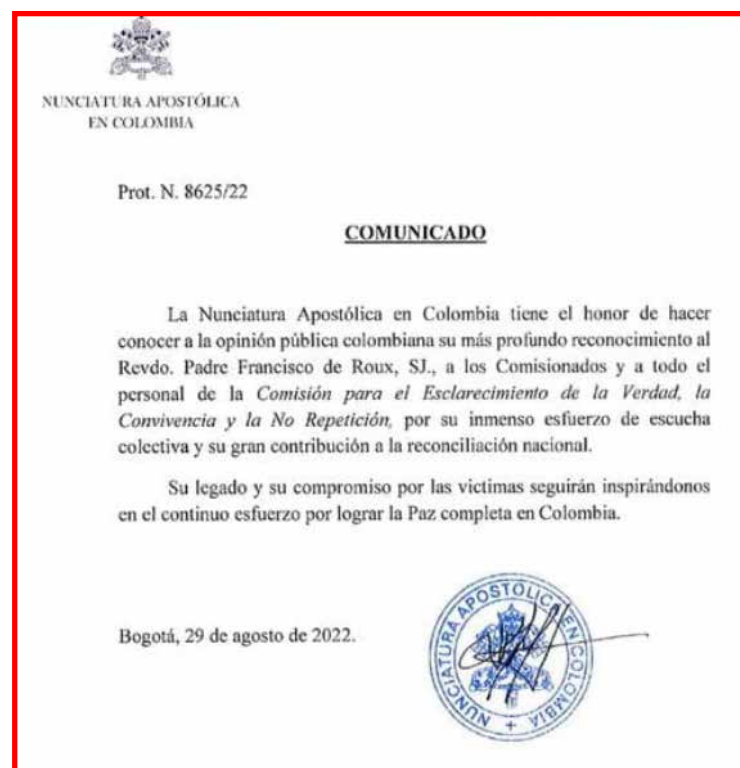
La última oportunidad que tienen los exjefes paramilitares Salvatore Mancuso Gómez y Rodrigo Tovar Pupo alias «Jorge 40», para que eventualmente puedan ser admitidos en la JEP a cambio de que cuenten verdad plena y exhaustiva del entramado criminal cometido con miembros de la Fuerza Pública y terceros.

La JEP abre la puerta para evaluar si Mancuso y «Jorge 40» fueron su-

jetos incorporados funcional y materialmente a la Fuerza Pública, es decir, si como comandantes paramilitares pusieron «al servicio de los miembros de la Fuerza Pública, el grupo armado

organizado sobre el que tiene pleno dominio para cometer conjuntamente crímenes del conflicto». Hay temor en varios sectores por las revelaciones que puedan hacer los ex jefes paramilitares.

RECONOCIMIENTO



RODOLFO EN APUROS

A la Corte Suprema de Justicia llegó el proceso contra el senador Rodolfo Hernández por presunta celebración indebida de contratos.

EX MINISTRAS EN LA MIRA DE LA JUSTICIA

Las exministras de Educación Yaneth Giha y María Victoria Angulo son investigadas por tráfico de influencias. La Fiscalía solicitó establecer la ubicación actual de las exfuncionarias.

EVIDENTE

«El Senador Rodolfo Hernández votó por Álvaro Hernán Prada para el CNE. Hasta el momento es el único voto que recibe Prada por fuera del Centro Democrático. Su relación con el uribismo es más que evidente»: Anti Asprilla.

CORTE SUPREMA DE JUSTICIA SEGUIRÁ CON CASO DE PRADA

Cuando todos creían que con la elección de Álvaro Hernán Prada para el CNE, la Corte Suprema de Justicia tendría que entregarle el caso a la Comisión de Investigación de la Cámara de Representantes, se encontraron con una sorpresa. La Ley no dice que los magistrados del Consejo Nacional Electoral tengan fuero para ser investigados por el Congreso. En otras palabras, Prada seguirá siendo investigado por la Corte Suprema de Justicia.

ESPERANZA DE UN PUEBLO

Colombia vive un momento histórico. El cambio que reclamaba la mayoría de los colombianos se produjo y asumió como presidente de la República, Gustavo Petro un veterano líder de la izquierda colombiana.

Gentes de todos los lugares de Colombia celebraron el inicio del Gobierno confiando que por fin tendrán la ayuda

gubernamental que se cansaron de reclamar durante más de 100 años. En las calles, plazas y demás sitios donde se reunieron para ser testigos del cambio en Colombia, se palpó la felicidad de la gente y varios colombianos hombres y mujeres no pudieron contener lágrimas de emoción.

El compromiso es grande del presidente Gustavo Pe-

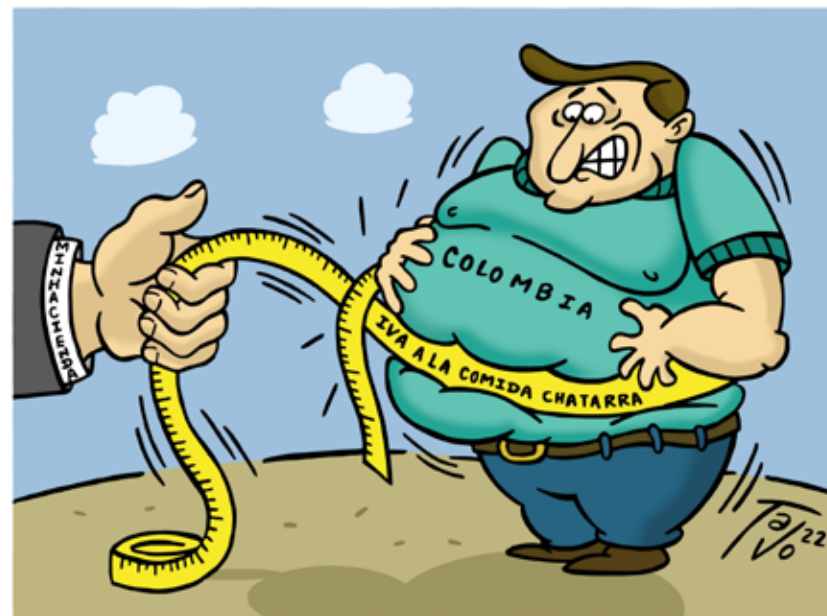
tro con el pueblo colombiano que está dando la oportunidad para que atiendan sus necesidades. Un pueblo cansado de la violencia, corrupción, miseria, desplazamiento, entre otros males que se agudizaron en el gobierno que acaba de concluir. El nuevo Gobierno sabe y ha entendido que es una oportunidad que ha recibido de

un pueblo que había perdido la credibilidad en la clase dirigente que lo único que buscaba era enriquecerse de manera ilícita llevando a la miseria a la mayoría de colombianos.

Hoy el pueblo ha vuelto a tener esperanza en la vida. Ha vuelto a creer en un Gobierno que recibió el apoyo popular. Colombia debe

transitar el cambio. Debemos comprometernos todos los colombianos en una lucha sin cuartel contra la guerra, contra la corrupción, contra el hambre, contra la miseria. Todos debemos aportar nuestro grano de arena buscando la reconciliación y la paz de los colombianos. Llegó la hora de hacer de la esperanza una realidad de vida.

Reforma Tributaria



Polémica por IVA a la comida chatarra - @gorjeosdepaz

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



Colombia:

LIDERA CIFRAS DE CRÍMENES DE AMBIENTALISTAS EN AMÉRICA LATINA

José Navia
Orbedatos

Año tras año, desde el 2016, Colombia mantiene un lugar deshonroso en las estadísticas mundiales de líderes ambientales asesinados. En el 2018 ocupó el segundo lugar, según el último informe de la organización Global Witness, que sitúa a Filipinas en primer lugar, con 30 crímenes. Según estas cifras, Colombia tiene el primer lugar en América Latina en cantidad de homicidios de defensores del medio ambiente.

En Colombia, señala el informe, mataron a 24 ambientalistas durante el 2018. Lo siguen India con 23 y Brasil, con 20. Las muertes ocurren en casi todo el planeta. «Aquellas personas que defienden su territorio y nuestro medio ambiente están siendo silenciadas. En promedio, más de tres personas defensoras fueron asesinadas (en el mundo) cada semana durante 2018, mediante ataques motivados por sectores destructivos, como minería, industria maderera y agroindustria», afirma el documento. En el 2016, Global Witness (una organización europea que lleva el registro de ambientalistas asesinados y amenazados), reseñó 37 homicidios en Colombia, con lo cual el país se ubicó en el segundo lugar. Al año siguiente, las muertes disminuyeron a 24 y Colombia ocupó el



Los ambientalistas asesinados son personas comunes y corrientes que intentan proteger sus hogares y formas de vida, y defienden la salud de nuestro planeta.

tercer lugar en el planeta. «Más de la mitad de los asesinatos ocurridos en 2018 ocurrieron en América Latina. Desde que Global Witness comenzó a publicar datos sobre asesinatos en 2012, este ha sido el continente más afectado de manera constante. Un factor que contribuye es la fuerte tradición de activismo por los derechos humanos que existe en la región», señala la organización.

El informe más reciente de Global Witness asegura que «innumerables personas fueron amenazadas, detenidas o encarceladas por atreverse a enfrentar a gobiernos o empresas, que buscaban obtener ganancias a costa de sus tierras». En su opinión «se trata de personas comunes y corrientes que intentan proteger sus hogares y formas de vida, y defienden la salud de nuestro planeta. A menudo son despojadas violentamente de sus tie-

rras, para que otros produzcan bienes, que son usados y consumidos todos los días alrededor del mundo, en forma de alimentos, teléfonos celulares o joyería».

Global Witness cita el caso ocurrido en febrero de 2018, con el líder indígena del norte del Cauca, Enrique Fernández, a quien, después de tres amenazas. Global Witness cita el caso ocurrido en febrero de 2018, con el líder indígena del norte del Cauca, Enrique Fernández, a quien, después de tres amenazas le colocaron una bomba en la puerta de su casa una vereda del municipio de Caloto. El artefacto fue descubierto en la mañana por una hija del dirigente Nasa y posteriormente fue desactivado.

«Te salvaste hijo de perra del regalito que te dejamos en El Alto, pero ahora sí no te vas a escapar. Ahora sí te vamos a ma-

tar porque nos estás mandando gallo», le dijo por teléfono un hombre que se identificó como miembro del grupo paramilitar Autodefensas Gaitanistas de Colombia (AGC), informó la Asociación de Cabildos Indígenas del Norte del Cauca, ACIN.

«El fértil suelo del Cauca y los ricos yacimientos de oro suelen provocar fuertes conflictos por la tierra; pero éstos se han intensificado en los últimos años, a medida que los paramilitares y las bandas criminales ingresan a tierras ocupadas por grupos irregulares», afirma Global Witness.

Un panorama complejo El asesinato de líderes sociales es un problema que no tiene un inicio claro en Colombia y ha persistido, pero, después de la firma del acuerdo final para poner fin al conflicto armado con las FARC, se han disparado. La lucha entre grupos armados

ilegales por el dominio de la tierra, para la siembra de cultivos ilícitos y el despojo campesino; brinda resultados de desplazamientos en el país y violencia sistemática en especial contra la población rural.

¿Quiénes están generando este fenómeno? Por información proveniente de la Defensoría del Pueblo, de los líderes sociales, de ONG y de organizaciones indígenas y campesinas, existe un complejo panorama del cual forman parte los sucesos de los desmovilizados de las Autodefensas Unidas de Colombia, los Caparrapos, las Autodefensas Gaitanistas de Colombia (AGC), los Pelusos o EPL, el ELN, las disidencias de las FARC, los grupos y bandas criminales como los Puntilleros. Y para agravar aún más este panorama, en el 2019 comenzaron a aparecer en el Cauca panfletos de un grupo que firma como Cartel de Sinaloa, el cual se atribuye la muerte de varios indígenas y amenaza de muerte a las autoridades tradicionales de los resguardos que se oponen a los cultivos ilícitos, especialmente a la Guardia Indígena.

Según la Defensoría del Pueblo, las zonas más afectadas por este fenómeno son el Bajo Cauca antioqueño, el Catatumbo, todo el andén Pacífico y en especial Cauca, Nariño y Valle, la zona del Meta y Guaviare, en

los Llanos Orientales, y los municipios de Monte Líbano, San José de Uré y Tierra Alta, en el departamento de Córdoba.

¿Por qué los matan?

La Comisión Colombiana de Juristas, aunque no afirma que existe un vínculo causal entre explotación de recursos y atentados, en estudio reciente ha identificado la oposición del modelo de desarrollo económico extractivo y de gran infraestructura, como una razón y correlación plausible que ha exacerbado los conflictos ambientales en el país. Las irregularidades en la entrega de terrenos para la exploración, la militarización de las actividades, la ausencia de participación en la disposición del uso del suelo y subsuelo, han consolidado un escenario de riesgo para los defensores de otras visiones de desarrollo.

Los pueblos indígenas, por ejemplo, se han opuesto en diferentes partes del país a modelos de desarrollos que alteran el cauce de ríos y quebradas o afectan de manera drástica las características naturales de su territorio o anulan el uso ancestral de ciertos espacios con fines rituales. «No es que los indígenas no tengamos un modelo de desarrollo. Sí lo tenemos, pero para nosotros desarrollo significa que haya más árboles en el territorio, que haya más monte, porque de esa forma también habrá más agua, más especies de plantas y de animales», explicaba un mamo (guía espiritual) del resguardo kogui-malayo-arhuaco de la Sierra Nevada de Santa Marta.

Esa manera de ver el mundo ha enfrentado a los indígenas con visiones opuestas y los ha



El bosque tropical y sus grupos indígenas enfrentan amenazas existenciales, mientras que los delincuentes actúan como si tuvieran permiso para saquear.

hecho víctimas de señalamientos y estigmatizaciones, incluso a través de redes sociales, en las cuales se les cuestiona, por ejemplo, que «para que quieren tierra si no la cultivan» o se los señala como perezosos o se los califica de enemigos del desarrollo.

Además de las presiones y amenazas que se derivan de actividades extractivas o de algunos mega proyectos, los líderes ambientales también se oponen al uso del territorio para actividades relacionadas con el tráfico de marihuana y pasta de coca.

No es oculto que las actividades ilícitas relacionadas con el narcotráfico son escenarios densos, donde el control territorial, contrario a ser retomado por el Estado después de la firma del acuerdo final para la paz, siguió en manos de grupos que han atacado las alternativas de sustitución voluntaria de cultivos firmadas por campesinos que, además, de apostar por la alternativa legal, defienden el territorio de las extensas deforestaciones y erosión que trae la coca.

Según el informe de Global Witness, en el 2017, «el 40% de las personas asesinadas eran indígenas» y, por falta de procesamientos judiciales no se han identificado los responsables, llevando a que en Colombia exista una aterradora impunidad en los casos de asesinatos de líderes ambientales, lo cual alimenta la violencia contra este grupo de defensores de derechos humanos.

Se ha dado el fenómeno de amenazas a funcionarios de Parques Nacionales Naturales (PNN), quienes, como autoridad ambiental, se enfrentan a múltiples problemáticas en defensa del patrimonio natural, poniendo en riesgo sus vidas debido a la falta de garantías para su seguridad.

Ejemplo de ello son los once casos de muerte de funcionarios de Parques Nacionales Naturales en la última década. Lo anterior demuestra que las estrategias actuales de protección a líderes ambientales son deficientes, o no son dirigidas a reconocer el problema, por lo que debe adecuarse al estándar internacional de protección, conforme

a los parámetros de democracia participativa, acceso a información y justicia ambiental

En Colombia matan los ambientalistas

Algunos medios periodísticos, como Mongabay Latam, un portal que se define como «periodismo ambiental independiente», destacaron el caso del presidente de la Asociación de Apicultores del Cesar, Aldemar Parra García, asesinado a principios de ese año.

«A Aldemar lo mataron entrando a La Loma (corregimiento de El Paso Cesar, al norte de Colombia), él venía en su moto y un par de sicarios le pegaron dos disparos en la cabeza, así murió asesinado mi sobrino», dice el portal periodístico, que cita a un familiar de la víctima.

«Como la mayoría de los casos, no se ha podido establecer quién lo mató y por qué lo hizo. Lo que se sabe, por ejemplo, es que en el 2010, el Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible ordenó que las empresas mineras, que operaban en la zona, se encarguen de la re-ubicación de las 190 familias asentadas

en las tres comunidades. La institución ambiental señaló en ese momento que los habitantes estaban expuestos a altos niveles de contaminación, que sobrepasaban los límites permitidos por la Organización Mundial de la Salud y las normas internas del país», agrega Mongabay Latam.

Aldemar Parra García había asumido la defensa de los derechos de las comunidades que se vieron afectadas por el deterioro del medio ambiente en El Hatillo, Boquerón y Plan Bonito.

Otro caso emblemático es el de Francia Márquez, la líder del norte del Cauca, ganadora en 2018 del Premio Goldman, considerado el 'Nobel de medioambiente'. En mayo del 2019, Francia Márquez y otros líderes de la Asociación de Consejos Comunitarios del Norte del Cauca, ACONC, sufrieron un atentado con armas de fuego y granadas en vereda Lomitas, en el municipio de Santander de Quilichao.

La importancia del Acuerdo de Escazú

A pesar de los asesinatos y del riesgo permanente en que viven en Colombia los defensores del medio ambiente, de derechos humanos, autoridades étnicas y otros líderes sociales, nuestro país no era signatario del Acuerdo de Escazú, un «También están siendo asesinados los líderes y reclamantes de restitución de tierras» pacto internacional que reconoce, como deber de los Estados, la protección de defensores de derechos humanos y ambientales en América Latina.

En Colombia:

PRESIDENTE ABORDA EL TREN



Las primeras máquinas de tren que llegaron a Colombia y que aún funcionan.

Gerney Ríos González

Al iniciarse las hostilidades de la Segunda Guerra Mundial, la obtención de materiales de origen europeo se imposibilita, hecho que, aunado al quebrantamiento de los desembolsos oficiales del gobierno y los obstáculos presentados por algunos dueños de terrenos en la cesión de las franjas requeridas para la carrilera, entorpece el avance de las obras y colocó a la compañía en condición de incumplimiento de los plazos estipulados en el contrato. A pesar de las razones que justificaban las demoras y del excelente desempeño mostrado por los constructores, el Ejecutivo no concedió la

prórroga solicitada, por lo que el contrato terminó en 1919 a solicitud de la empresa. Su actuación dio ejemplo de ecuanimidad, al no reclamar indemnización.

Fue oportunidad para que la ingeniería con capacidad económica de constructores nacionales y su mesura, demostraran la posibilidad de adelantar obras en plazo y costos razonables, poniendo de presente la pérdida de tiempo, pertenencias y dinero que reclamaron los contratistas internacionales y nacionales. Sin recursos ni escrúpulos, encarecen y dificultan los trabajos de las tres décadas anteriores. La construcción de la segunda parte del Ferrocarril del Pacífico,

simultánea con las obras de la red ferroviaria de Antioquía, es clara demostración del talento colombiano de cimentar y financiar, sin pleitos y sin rimbombantes capitalistas europeos, circunstancia que llegó tarde y no se aplicó a todos los proyectos en ejecución.

Durante el gobierno de Marco Fidel Suárez, la Nación tomó la iniciativa de administrar el ferrocarril y adelantar la construcción de la vía por su cuenta. Para tal efecto creó una junta con sede en Bogotá compuesta por el jefe de la Cartera y director de la Sección de Ferrocarriles del Ministerio de Obras y tres miembros nombrados por las Cámaras de Comercio de Cali y Popayán. Quedó

encargada de las obras del Ferrocarril del Tolima, con miras a empalmar las dos líneas en la cima de la Cordillera Central y conectar Pacífico y Caribe con la Región Andina, punto focal Ibagué.

El presidente Suárez puso todo su empeño en el proyecto, realizó un viaje desde Manizales hasta la frontera con Ecuador inspeccionando lo realizado, trazados y territorios por donde debería pasar el tren en el futuro, sentando las bases del avance de los trabajos. En su corto gobierno, financiado con recursos del presupuesto, avanzó el funcionamiento de 72 kms. en dos sentidos, Popayán y Cartago; se gastaron 1 millón 800 mil pesos, con

un costo promedio de 25 mil 700 pesos por km. La inversión total en este medio férreo ascendió a 6.6 millones de pesos, distribuidos en el tendido de la carrilera, la firma de los contratos de la última compañía operadora, reconstrucción de la vía y dotación de equipos. Inversiones que causaron acerbos críticas durante juicios adelantados posteriormente; otros más, motivaron su renuncia. La administración de Suárez fue firme en la nacionalización de los ferrocarriles colombianos.

Los primeros kilómetros del ferrocarril entre Buenaventura y Valle del Cauca movilizaban pocos pasajeros y reducida carga con altos costos operativos, generadores de



Marco Fidel Suárez, presidente de Colombia.

casa Saurer para empalmar provisionalmente las dos redes férreas, mientras se juntaban los rieles en la carrilera, meta sin alcanzar. Además, edificación y dotación de los Talleres de Chipichape cerca de Cali que sirvieron al mantenimiento de los equipos durante lustros, y fueron escuela de mecánica y administración ferroviaria para personal de la empresa, de acuerdo a la historia narrada en su libro “Nos dejó el Tren”, del escritor y economista caldense Gustavo Pérez Ángel. Los trabajos de empalme con el Ferrocarril del Tolima se emprendieron en ambos lados de la Cordillera Central; se inició la perforación del túnel de Calarcá en costados paralelos de la montaña, proyecto que tendría una longitud estimada de 3.5 kms., similar al excavado en La Quiebra. Iniciada la crisis de los años 30, el empuje de esta obra se detuvo por carencia de fondos nacionales y departamentales, impidiendo la continuación de la excavación. En 1938 los ingresos de la entidad y el sistema ferroviario colombiano, comenzaron a decrecer mientras los gastos de operación aumentaron en forma extraordinaria, marcando el final de los FF.NN. favoreciendo el transporte automotor.

pérdidas; posteriormente la vía se estabilizó y las paralelas se prolongaron al norte y sur, convirtiendo el tren en una rentable empresa. Los primeros ingresos de la indemnización americana por el Canal del Istmo y con fuentes externas de crédito, permitieron hacer la obra de 410 kms. en once años, llevando la red hasta Popayán por el sur, Cartago en el norte, y Zarzal a Armenia buscando el cruce de la Cordillera, poniendo en ser-

vicio 654 km al comenzar la década de los años 30. La línea Nacaderos-Armenia fue construida por el Departamento de Caldas en cumplimiento de un contrato con el Ministerio de Obras. Siendo nacional, este trayecto lo administró el Ferrocarril de Caldas de 1929 a 1932, fecha en la cual pasó a ser manejado por el Estado.

No obstante, su costo y tardanza, el Ferrocarril del Pacífico desempeñó

un papel importante en la modernización de los transportes en Colombia y el desarrollo general de la región occidental. Por solvencia y capacidad administrativa, la empresa llevó a cabo las obras no ferroviarias siguientes: construcciones del Palacio Nacional en Cali, muelle de Buenaventura, hotel Estación en el puerto y planta eléctrica de la misma ciudad, levantó la carretera Ibagué – Armenia y adquirió la flota de camiones suizos de la

PRIMICIA



@primiciadiario

El insomnio:

¿UN VERDUGO O UN MAESTRO?

Yadira Castillo Meneses

Hablar de nuestras vulnerabilidades no siempre es fácil. Vivimos en una sociedad que nos exige ser auto contenidos para encajar en ciertos estereotipos o estándares de lo que nos define como personas exitosas o ejemplos a seguir. A riesgo de salirme de ese marco, creo que llegó el momento de hablar de la batalla que he librado conmigo misma y que hoy me abre la puerta para vivir desde mi interior con libertad y tranquilidad. Es una batalla contra el insomnio que para mí encontró muchas respuestas a través de la hipnosis y que hoy la comparto porque quizás pueda contribuir a mejorar la calidad de vida de alguien que esté en búsqueda de soluciones.

Por varios años sufrí de un desorden de sueño que me acompañaba a donde estuviere y sin importar las circunstancias. En general, siempre lo atribuí a las cargas de estrés, que es lo que todos hacemos por descarte. Sin embargo, desde octubre del 2021 el insomnio se volvió crónico, podía pasar dos o tres días sin dormir nada y no sentía que mi cuerpo entrara en un fase de agotamiento que me exigiera ir a una cama. Por el contrario, me impresionaba la energía con la que podía enfrentar el día a día, al tiempo que me agobiaba la idea de no poder apagar mi cerebro.

En la cuarta noche podía dormir tres o cuatro horas



Somnolencia es una actitud exagerada para el sueño. Es un estado en el que ocurre una fuerte necesidad de dormir o en el que se duerme durante periodos prolongados.

y eso parecía ser suficiente para seguir. Era claro que algo estaba pasando, en mi desorden de sueño de tiempo atrás lo normal era no dormir bien una noche, máximo dos, pero en todo caso sabía que a la segunda o tercera noche podría entrar en un sueño profundo o por lo menos recargar baterías. De igual manera, era un insomnio que me abandonaba por periodos, pero esta vez ya no fue así.

Así, empecé con mi batalla frontal contra el insomnio. Para ese momento tenía claro que no quería hacer uso solamente de la medicina convencional para mitigar o recuperar la arquitectura del ciclo circadiano. Algo en mí me decía que había llegado el momento de buscar respuestas de fondo a esta situación. Ya estaba cansada de vivir en una montaña rusa. Las señales fueron llegando y las personas también. En

ese viaje que emprendí tuve la fortuna de conocer muchos seres de luz que iluminaron y siguen iluminando mi camino de una manera sabia.

Mi batalla por el insomnio me ha llevado a un proceso de crecimiento personal y espiritual en el que he aprendido que mucho de lo que me llega contribuye a que todas las piezas del engranaje funcionen armónicamente. De esa manera, una señal llegó indicándome que debía asesorarme de Gloria H, una excelente psicóloga transpersonal que había conocido hacía algún tiempo. Paralelo con ello, visité de nuevo a mi médico acupunturista, pero las cosas no cambiaban. Para octubre de 2021 ya había hecho uso del cannabis medicinal, pero me volví resistente.

Es decir, después de unas semanas en las que sentía un cierto ali-

vio, de repente ya no lograba dormir por lo que cada vez sería necesario aumentar la dosis. Preferí suspender el cannabis y pasé a la medicina biológica, así que empecé con la melatonina Ortho molecular, unos comprimidos biológicos, sueros y unas bebidas naturales, pero nada de eso funcionaba para mí. Como se llegaba la época de navidad supuse que mis altos niveles de estrés eran los que me tenían presa de mis malas noches, pensando en ello viajé a la casa de mis padres y luego al exterior con la idea de desconectarme, pero tampoco fue así, por el contrario, recuerdo que llegué a tomarme 30 gramos de melatonina y tampoco funcionaba para mí.

Cuando regrese en enero, consulté de inmediato al neurólogo y, como era de esperarse, me medicó, pero me ordenó unas terapias para estimular el

nervio vago, además de revisar niveles de cortisol y pedirme una resonancia de cerebro. Recuerdo que en la mitad de las terapias pude dormir bien dos noches, pero de resto, ni la medicina ni la terapia combinadas funcionaban para mí.

Ya sin resultados óptimos, mi psicóloga me recomendó buscar una experta en decodificación biológica, tuve una sesión fantástica para mi vida, pero mi intuición me seguía diciendo que necesitaba algo más fuerte. Para mitigar los impactos adversos que te causa la falta de sueño reparador, decidí buscar una terapeuta experta en masajes bajo una técnica japonesa.

Confieso nunca antes haber experimentado tal nivel de dolor en ciertos puntos de mi cuerpo, sin embargo el sueño no mejoraba, en todo caso sentir que estaba despejando mis campos energéticos y liberando ciertos nudos donde las emociones confluyen me parecía bastante. En una de las sesiones mi psicóloga indicó que ella creía que yo era una paciente ideal para una regresión, fue entonces cuando me comunicó con el médico Calixto Herrera, un especialista en inmunología y experto en regresiones. De entrada, me dijo que necesitaría aproximadamente cinco sesiones, pero que se consideraba optimista. ¿Por qué cinco sesiones y no menos? Según el doctor, el insomnio ya había tomado ventaja, de manera que

no tenía sentido entrar en el subconsciente e implantar una técnica si antes no se ponía la casa en orden.

En la prehipnosis el médico me dejó claro que no perdería mi estado de consciencia, pues lo que experimentaría era un estado de alta sugestionabilidad, lo cual me hacía pensar que no perdería mi sentido de la orientación, por ejemplo. Durante la primera sesión intentas bajar la guardia y aprendes paso a paso las técnicas para comunicarte con tu subconsciente, aprendes además a identificar y reconocer la energía que está dentro de ti y la que te rodea. Luego, es posible que identifiques energías de baja vibración que crean bloqueos energéticos.

Una vez esas energías son conducidas a su lugar de origen, el camino se despeja para conectarse con más facilidad con tu subconsciente. En las siguientes sesiones me conecté con algunos momentos cruciales de mi vida y finalmente pude, literalmente, entrevistarme con el insomnio. De hecho, logré preguntarle por qué se empeñaba en seguirme, por qué no me abandonaba después de todas mis búsquedas. Su respuesta fue contundente, el insomnio quería protegerme de seguir un camino que no responde a lo que realmente soy, quería mostrarme que necesitaba sanar mi pasado y soltar para vivir en libertad y poder fluir, traer paz y armonía a mi vida.

Ahora, puedo entender que el insomnio puede ser tu mejor maestro, no necesariamente tu peor verdugo. Con las regresiones logré conectarme con mi subconsciente y entender que el insomnio no solo está asociado a



«Confieso nunca antes haber experimentado tal nivel de dolor en ciertos puntos de mi cuerpo, sin embargo el sueño no mejoraba, en todo caso sentir que estaba despejando mis campos energéticos y liberando ciertos nudos donde las emociones confluyen me parecía bastante».

los niveles de estrés que nos causa nuestro día a día, más allá de eso responde a la manera cómo procesamos nuestras emociones. En otras palabras, responde a la manera cómo reprimimos nuestros sentimientos y los llevamos con nosotros sin elaborarlos.

Es una respuesta a la mala costumbre de cargar con falsas creencias o con emociones distorsionadas por esos erróneos pensamientos que asumimos como verdaderos desde que somos niños, jóvenes o desde que vivimos un momento traumático en nuestra vida. Lo mejor de todo es que, nos hacemos

adultos en buena parte influenciados por lo que esas falsas creencias acompañadas de emociones (rabia, miedo, impotencia, rechazo, abandono, sensación de insuficiencia, etc) dicen de nosotros, a partir de ellos perfilamos nuestra identidad o mejor nos definimos.

Ahora, entiendo que el insomnio convierte nuestras noches en una cárcel, nos volvemos presa de nuestra principal carencia, que es la falta de sueño o una vigilia que se hace agotadora. Eso que no tenemos fue para mí una clara sensación de ausencia de libertad. Así pues, con las regre-

siones logré entender que estaba presa de un montón de emociones acumuladas desde años atrás y que ellas resonaban con mi realidad profesional-laboral, personal y espiritual.

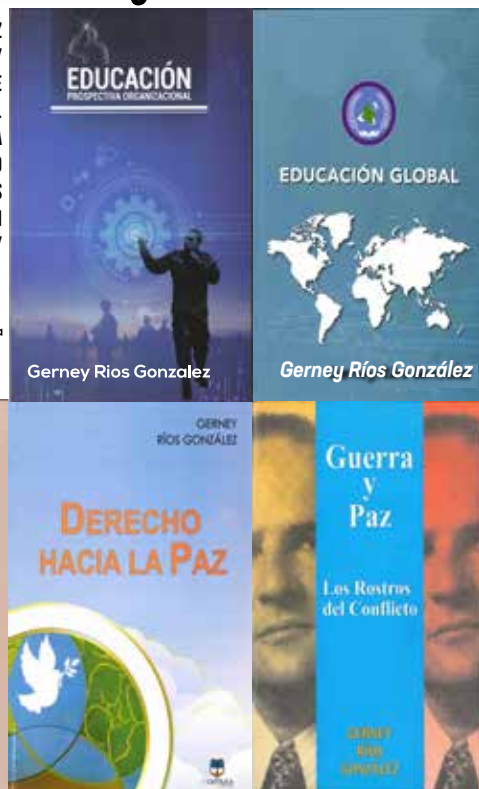
El insomnio se hizo crónico porque llegó al punto de no retorno, es decir, cuando ya hay que darle un giro radical a las cosas y eso era lo que me estaba pidiendo mi subconsciente a través de lo que mi cuerpo manifestaba. Entendí, entonces, que todos venimos con una luz propia pero que por vivir en inconsciencia de alguna manera esa luz se apaga o nuestra magia se invisibiliza, entendí que necesitamos vivir en consciencia para escoger si vivimos presos o no de nuestras falsas creencias.

Con lo anterior no quiero demeritar la medicina convencional, siempre será valiosísima, tan solo quiero significar que hay ocasiones en que nuestras vidas nos piden algo más que no necesariamente está apegado a un método científico.

Libros de Gerney Ríos González

“EL ESCRITOR GERNEY RÍOS GONZÁLEZ ES EDUCADOR POR NATURALEZA Y VOCACIÓN. LUSTROS AL INTERIOR DE LOS CLAUSTROS UNIVERSITARIOS. PERTENECE A LA EXCLUSIVA COSECHA DE LOS ESTUDIOSOS. HA RECIBIDO DISTINCIONES DE ORGANISMOS MUNDIALES POR LA PAZ, PROMOCIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS Y ECOLOGÍA”

FERNANDO CARDESA GARCÍA
Embajador Jefe De La Misión Europea



E-mail. riosgonzalezgerney@gmail.com

Asunción:

MADRE DE CIUDADES



Asunción es un municipio autónomo que se administra como Distrito capital, es decir, que no está integrado formalmente a ningún departamento o estado.

Guillermo Romero Salamanca

Rodeada por las aguas del río Paraguay y particularmente ubicada sobre el margen del país que lleva el mismo nombre, la ciudad de Asunción, su capital, se despliega pintoresca y colorida.

Asunción es un municipio autónomo que se administra como Distrito capital, es decir, que no está integrado formalmente a ningún departamento o estado. Está ubicada junto a la bahía de Asunción, en la margen izquierda del río Paraguay frente a la confluencia con el río Pilcomayo. Originalmente denominada Nuestra Señora de la Asunción,

la capital de Paraguay se caracteriza además por su extensión, clasificándose así como la ciudad más grande de todo el territorio.

Como es de imaginarse, alberga en su interior una mezcla importante de estilos y arquitectura, pueblos con un sin fin de casitas chatitas bien de barrio, e imponentes edificios que se dejan ver desde la bahía, como también otros, contruidos entre el siglo XIX y el XX.

Se trata de una especie de inmenso tapiz en donde predominan los colores de cada edificación y la belleza incomparable y característica de jardines floridos, galerías, glorie-

tas y balcones, elementos por demás comunes en Asunción.

El 20 de marzo de 2012, la Organización Mundial por la Paz declaró a Asunción como la «Capital Mundial de la Amistad por la Paz», ya que está compuesta por una variada población que comparte en paz sus culturas y tradiciones, la calidez de sus pobladores, transmite un clima de seguridad y una unión entre el pasado y el presente, conjugados en un principio ético lo que promueve una verdadera cultura de la buena amistad en bien de la paz.

Actualmente la «Madre de Ciudades», como también suele ser cono-

cida, cuenta con aproximadamente una población de 1.500.000 habitantes dentro de toda su zona metropolitana.

Asunción es un lugar verdaderamente digno de ser frecuentado. Su gente, sus paisajes, su artesanía e historia lo avalan. Inclusive existe la creencia que afirma que hasta el aire que allí se respira es imperceptiblemente mágico, diferente al de cualquier otra parte del mundo.

Entre sus aspectos perceptibles se encuentran por supuesto los balcones incomparables y característicos, los que enclavados en cada fachada suelen convertirse en únicos testigos sobrevivientes y honorables de

otras épocas e historias. Y esto no es todo, aquí la variedad arquitectónica también deja su toque de ciudad cosmopolita como premisa y consecuencia. Desde edificios totalmente modernos y hasta contemporáneos, a viejas construcciones con data en el siglo pasado y el anterior. Todo confluye para cuatrocientos cincuenta y seis mil habitantes.

Más al centro se encuentran los edificios de carácter público, las grandes sedes bancarias, los comercios y tiendas, los vendedores ambulantes y sus puestos de «de todo un poco»; los teatros, pubs y centros de arte y cultura.



Actualmente la «Madre de Ciudades», como también suele ser conocida, cuenta con aproximadamente una población de 1.500.000 habitantes dentro de toda su zona metropolitana.

Sitios para ver

La estación ferroviaria

Si de lo que se trata es de encontrar es un paseo por la historia, éste es el lugar indicado.

Esta historia comienza a caminar sobre rieles desde hace ya más de cien años, transitando entre tradiciones, cambios y renovaciones. Según se sabe, el paraguayo fue uno de los primeros ferrocarriles de toda nuestra América del Sur que aún hoy continúa funcionando.

Se trata de un conjunto de viejas locomotoras a vapor comandando antiguos vagones que transitan uniendo los puntos turísticos que constitu-

yen parte del patrimonio arquitectónico nacional.

La manzana de la Rivera

Esta famosa e internacionalmente reconocida zona, es nada más ni nada menos una de las que en esencia representa la construcción típica y diversa de los Siglos XVIII y XIX.

Este complejo de ocho casas que conforman la manzana más importante de Asunción es catalogado además como un centro cultural tanto recreativo como histórico y de reflexión.

El panteón de los héroes

Originalmente nacido

como un oratorio de la Virgen que llevase el mismo nombre de la ciudad, Nuestra Señora de la Asunción, este edificio comienza a ser construido luego de la orden del Gral. Francisco Solano López, en el año 1863.

A modo obra levantada en honor a la Patrona del Paraguay y Mariscal de sus ejércitos, esta capilla queda formal y definitivamente inaugurada recién setenta y tres años más tarde, en 1936.

La casa de la independencia

La denominada Casa de la Independencia de Asunción comenzó siendo según describen importantes historiadores,

el solar mismo desde donde supo gestarse la propia y emancipadora revolución de mayo del año 1811.

Según se sabe por aquellas lejanas épocas, esta casa construida en 1772, fue propiedad de los hermanos Sáenz, los que posteriormente decidieron cederla para llevar a cabo secretas reuniones donde planificar estrategias contra los españoles.

Comer en Asunción

La comida paraguaya tuvo su origen precolombino con la raza guaraní y la herencia española en la colonización. La comida típica paragua-

ya, es el resultado de la combinación de las técnicas culinarias hispanas y de la utilización de productos nativos y otros introducidos y aclimatados por los españoles, como las verduras, el arroz, la carne vacuna, etc.

El producto básico de la cocina paraguaya es el maíz que molido, cocido o fermentado entra en la elaboración de distintos platos o alimentos.

El plato más emblemático de la cocina de Paraguay es la «sopa paraguaya», potaje que resulta de mezclar y hervir harina de maíz con huevos, queso fresco, cebolla picada y leche cuajada.

JUEVES 1

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

PRIMICIA



DIARIO

AÑO 4 - EDICIÓN 1268 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA SEPTIEMBRE DE 2022



El Totumo:

BAÑO DE LODO EN EL CRÁTER DE UN VOLCÁN

El volcán del Totumo es un cono volcánico lleno de lodo, que se encuentra ubicado en la zona rural del municipio de Santa Catalina en el departamento de Bolívar en la Región Caribe de Colombia, junto a la Ciénaga de Totumo. La formación presenta una escasa elevación (aproximadamente de veinte metros) para llegar a su cráter es preciso ascender por una rústica escalera de madera.

La Unidad de Gestión del
Riesgo de Desastres :
«LA CUEVA DE ROLANDO»



En Colombia:

PRESIDENTE ABORDA EL TREN

