

LUNES 21

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

PRIMICIA



DIARIO

AÑO 4 - EDICIÓN 1358 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA MARZO DE 2023

21 de marzo:

DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA DISCRIMINACIÓN RACIAL

El Día Internacional de la Eliminación de la Discriminación Racial se celebra el 21 de marzo de cada año. Ese día, en 1960, la policía abrió fuego y mató a 69 personas en una manifestación pacífica contra la ley de pases del apartheid que se practicaba en Sharpeville, Sudáfrica.

Gobierno Nacional:

**DECLARA LA
GUERRA AL
CLAN DEL
GOLFO**



Ángel Romero Bertel:

**EL PERIODISTA
CON CRITERIO
CERTERO**

Ángel Romero Bertel:

EL PERIODISTA CON CRITERIO CERTERO

Guillermo
Romero Salamanca

A sí lo calificó el premio Nobel de Literatura Gabriel García Márquez cuando escribió el reportaje publicado en la edición del 6 de agosto de 1983 en la revista *Semana* y titulado: «Bateman: misterio sin final».

El relato narró los últimos días del líder del M-19 y cómo Ángel Romero Bertel, en ese momento jefe de redacción de *El Universal* de Cartagena encontró la noticia del año.

«Por esa época —el 20 de mayo— el jefe de redacción de «El Universal» de Cartagena, Ángel Romero, descolgó el teléfono de su jaula de vidrio para hacer una llamada de rutina a las 7 de la noche, y su línea se cruzó con la conversación de una mujer y un hombre. Hablaban sin reservas de la angustia que sentían por la desaparición de Bateman, que según ellos había sido víctima de un accidente de una avioneta en Panamá. Romero voló a Bogotá al día siguiente y trató de establecer algún contacto con el M-19, pero no logró la información. Sin embargo, una fuente militar le contó que, en efecto, Bateman estaba desaparecido, pero que la historia de la avioneta era una simple cortina de humo del M-19 para ocultar la verdad. Al parecer, el servicio de inteligencia de las Fuerzas Armadas estaba convencido en ese tiempo de que Bateman había muerto en el asalto a la población



Ángel Romero Bertel

del Paujil (Caquetá), el 9 de mayo, y que el movimiento había inventado la patraña de la avioneta para no admitir su pérdida en combate. Tal vez esta sea la razón por la cual, aún hoy, las Fuerzas Armadas siguen observando en este caso una discreción que se parece mucho a la incredulidad», escribió García Márquez.

«Sin embargo, con un criterio certero, Ángel Romero prefirió la hipótesis de la casualidad telefónica, y dio por primera vez la noticia de la muerte de Bateman en la primera página de su periódico el 30 de mayo. A pesar de la indiferencia con que fue recibida por los otros medios del país —sobre todo por los más grandes— aquella información fue sin duda la primicia más importante y bien concebida en lo que va del año. Nadie la creyó. Sin embargo, los mismos periódicos que

la rechazaron como una simple especulación, cayeron meses después en la trampa de una noticia sin origen, según la cual Bateman se había fugado del país con los fondos de su movimiento», agregó el escritor.

Cuando salió publicada la nota, Ángel Romero Bertel —porque así le gustaba firmar— anduvo con la revista bajo el brazo y la mostraba a todos sus amigos, agregando más sucesos de lo que aconteció aquellos días para conseguir la noticia de 1983.

—No joda, Gabo me llamó y me preguntó cómo conseguía la chiva, decía alegre y soltaba su conocida carcajada.

Años después sonó el teléfono y comentó: «Don Guillo, hace unos años Gabriel García Márquez hizo una nota sobre Bateman y ahí me mencionó, ¿sabe cómo consigo un

ejemplar de esa revista, la guardé y no la encuentro ahora», comentó.

Habían pasado más de 20 años de aquel suceso y sólo pudimos conseguir una copia digital.

Ángel Romero Bertel nació en Cartagena el 25 de marzo de 1949. Adelantó unos semestres de Derecho, pero le llamó más la atención el periodismo. Con una agilidad impresionante, escribía en segundos los leads como pocos lo hacen.

Conformó la primera selección de periodistas de Colprensa. En Bogotá había laborado en Todelar y en RCN Radio. Orlando Cadavid Correa, quien conocía su capacidad, lo llevó a la primera agencia de noticias de Colombia.

La dupla transformó al periodismo en aquellos años. Lideraron un grupo donde estábamos José

Ramón Núñez, Giraldo Gaitán, César Vallejo, Arturo Jaimes y José Vicente Arizmendi.

Estudiantes de Comunicación Social-Periodismo del INSE —precursor de la Universidad de La Sabana— deambulaban por la sala de redacción en temas de prácticas.

Las cuartillas se le pasaban a don Ángel, quien en segundos les hacía las respectivas correcciones y si era necesario, él mismo las volvía a redactar. No se complicaba y de inmediato las llevaba a la oficina de télex.

A los redactores los llamaba por sus variaciones que les hacía a sus nombres. Por ejemplo a Giraldo Gaitán, le decía: «tangai», a José Ramón Núñez, a quien apodaban como «camión», pues «mionca» y como yo escribía la columna «Pantallazos» me bautizó como «Puntillazos».



Ángel Romero Bertel nació en Cartagena el 25 de marzo de 1949.

—Oiga don punti, ¿por qué no entrevista a Hevert Castro, el coloso del humorismo? Hazte una nota con el hombre, es buena persona.

Otro día comentaba: «Hazte una vainita con Pernito».

Y así iba dando las indicaciones. «Hoy llega un Premio Nobel al aeropuerto, búscalo y hazle una nota».

Una tarde comentó: «Pilas con unas declaraciones que va a dar el Ministro de Comunicaciones».

Un viernes me dijo: «vamos hoy al Goce Paganó» —un rumbeadero que había cerca de la Universidad Incca, en la carrera 13 con calle 23. «Es que acá me tienen que dar una chiva», comentó misteriosamente mientras pedía media botella de aguardiente.

Eran los años de la bella salsa de Ismael Rivera. Don Ángel conocía casi todos los temas del puer-torriqueño. La música estaba en su punto y él estaba feliz. Gozaba con la canción y la cantó a

todo pulmón: «Las caras lindas de mi gente negra/ Son un desfile de melaza en flor/ Que cuando pasa frente a mí, se alegra/ De su negrura todo el corazón».

—¡No joda qué cosa más linda!, decía.

Yo lo miraba con incredulidad. Ese hombre tímido, metido en su escritorio de la Redacción, le gustaba la salsa. Después vinieron temas de Héctor Lavoe, Johnny Pacheco, Los Rodríguez, Willie Colón...

De un momento a otro, cerca de la barra, un tipo le pasó unos papeles y cruzaron unas palabras. Consumimos el resto de alcohol y partimos cada uno para su casa.

Al día siguiente tituló sobre algunos hechos del M-19.

Pero en las tertulias, al lado de un blanquito con limón, también gozaba con sus anécdotas de vallenato, música tropical y sonidos de su natal Cartagena. Contaba cómo le había tocado cubrir unos desmanes que

hubo en Chambacú por la canción «La perra» de Alejo Durán.

«Cómo les parece que un día se casó una pareja. Cuando iban para la fiesta, un tipo —que había sido novio de la recién casada—comenzó a cantar: «Ahí viene la perra que me iba mordiendo/ perra valiente/ que mordió a su dueño. Es una perra valiente/ Es una perra tan brava/ el dueño dándole palo/ y la perra dándole diente».

«Al esposo no le gustó la joda y se armó el zafarrancho. Tocó llamar a la Armada Nacional para controlar los desmanes», contaba don Ángel Romero Bertel, mientras carcajeaba a mandíbula abierta.

Don Ángel tenía fuentes en todas partes. Siempre fue un periodista bien «dateado», pero manejó un bajo perfil. Cientos de noticias pasaron por su cabeza, pero no era dado a recibir los créditos, porque la «noticia es la noticia y punto».

Luego de su paso por Colprensa, probó suerte

en El País de Cali, dirigió el noticiero de Radio 1.500 y se trasladó a Cúcuta donde estuvo por 22 años en la Jefatura de Redacción.

«Mándeme datos y chivitas», decía cuando llamaba.

Todos los días, hasta el 27 de junio del 2022 habló con su amigo Orlando Cadavid Correa y luego con Evelio Giraldo hasta el 1 de septiembre, colegas y hermanos desde sus épocas de RCN. «Adelantaban cuaderno, se reían y Ángel termi-

naba con la consabida frase: «¡Qué vaina tan jodida!».

Hace un par de meses llamó preocupado por la salud doña Isabel, su esposa. Habló de las bellezas de sus hijos y del amor por sus nietos.

Regresó a Cúcuta. Este 19 de marzo, día de San José, nos sorprendieron los colegas con la noticia del fallecimiento de Ángel Romero Bertel. No hubo aguardiente este domingo, pero igual, fueron muchos los tragos que libamos en Bogotá y Cali. Antes de escribir estos recuerdos busqué en YouTube una de esas viejas canciones que le gustaban al periodista con criterio certero.

Yo estaba en un vacilón/ Yo estaba en un vacilón/ Fui a ver lo que sucedía... Cuando ya me divertía/ Y empezaba a vacilar/ No sé de dónde una voz vine a escuchar/ Qué expresión tiene tu rostro/ Se refleja la alegría.../ Y está rodeado de tanta hipocresía/ Es El Nazareno....

Don Ángel Romero Bertel, mil gracias por sus enseñanzas.



Ambiente:

¿LA ÚLTIMA OPORTUNIDAD PARA SALVAR LA AMAZONIA?

José Navia

Vivimos en un mundo frenético y contaminado, gobernado por una especie que está hecha de los materiales esenciales del Universo: una especie de bípedos implumes con estructura molecular de carbono cuyo imperio es llamado el antropoceno o la «era del hombre».

Esa era —que ya se acerca a los 70.000 mil años, a partir de la aparición del lenguaje, de acuerdo con el filósofo Yuval Noah Harari, autor de Sapiens, de animales a dioses— vive en la actualidad, tal vez, la última oportunidad de salvar la vida en el planeta Tierra tal y como la conocemos.

Vivimos en un mundo que sufre duras crisis ambientales y las primeras consecuencias del cambio climático: en Beijing, la capital de la República Popular China, no se puede respirar sin máscara antigás; en el Pacífico Sur existe una «isla de plástico» tan grande como un continente; en Estados Unidos y en Europa en cada cambio de estación se viven temperaturas inclementes; en los polos, tanto en el norte como en el sur, los glaciares se derriten más rápido que nunca y, en Suramérica, particularmente en Colombia, enfrentamos quizá el peor de todos los males ambientales: el avance terrible de la reforestación y contaminación de nuestra Amazonía.

Frente a los múltiples problemas que ha desatado el cambio climático y la contaminación del aire, del suelo y de los mares, la comunidad internacional ha respondido con un gran llamado a la acción global con la suscripción del Acuerdo de París (2015). En Colombia, la Procuraduría General de la Nación ha tomado atenta nota de estas preocupaciones y, para responder a ellas, ha construido una estrategia integral llamada Acciones de Cambio por el Planeta (ACP).



El río Amazonas es un río de América del Sur que atraviesa Perú (nacimiento), Colombia y Brasil (desembocadura). Es el río más largo y caudaloso del mundo.

«La PGN ha construido una estrategia integral llamada Acciones de Cambio por el Planeta» de varias iniciativas para dimensionar de forma efectiva el mandato constitucional de protección del ambiente, de las comunidades étnicas y de los territorios. Uno de los principales objetivos de ACP es construir estrategias concretas de protección de la naturaleza, dentro de las cuales se destaca la prioridad de combatir la deforestación y la contaminación de la Amazonía.

El litigio estratégico en temas socio-ambientales ha tomado un lugar central dentro de dichas iniciativas, que incluyen la protección de ecosistemas biodiversos (Amazonas, Pacífico, Sierra Nevada), la lucha contra el plástico de un solo uso y el cambio climático, entre otras.

Desde esta estrategia se realizan acompañamientos y coadyuvancias judiciales a procesos de construcción de acciones constitucionales sobre temas estructurales a nivel nacional con diversos pueblos étnicos que habitan regiones de gran biodiversidad en el país.

La acción de tutela La Procuraduría General de la Nación presentó una acción de tutela

estructural, en conjunto con la Fundación Gaia y la Clínica Jurídica de la Universidad de Los Andes, con la idea de ejecutar una serie de acciones urgentes para salvar la Amazonía. Se busca, así, la protección de los ríos amazónicos (como el Apaporis) afectados por procesos de minería criminal, contaminación por mercurio y deforestación en la región del macro territorio de los jaguares de Yuruparí, que comprende aproximadamente tres millones de hectáreas entre Amazonas, Vaupés, Guainía y Caquetá, y más de treinta etnias en la región Amazónica colombiana.

El papel de la Procuraduría General de la Nación en este proceso, en desarrollo de su mandato constitucional de defender y proteger los derechos fundamentales de las poblaciones más vulnerables del país, ha consistido en asesorar la estructuración de la teoría del caso y la redacción de la acción de tutela. Estas labores están orientadas a lograr una transformación en la forma en que se entiende actualmente la relación hombre-naturaleza y Estado-territorio, para, en su lugar, proponer una reflexión en torno a la necesidad de construir un instrumento integral de protección territorial que reconozca las complejidades de estas rela-

ciones, incorpore los principales mandatos de la gobernanza y la paz territorial indígena y acerque a todos los actores a una relación armónica de interacción y respeto por la naturaleza que bien podría decantarse en un moderno proyecto de ley orgánica de ordenamiento territorial.

En concreto, la finalidad de la acción de tutela es lograr que los jueces constitucionales reflexionen sobre la necesidad de crear, dentro de una estrategia de ordenamiento territorial, un instrumento integral de protección del territorio —entendiendo este último como un ser viviente que se nutre de las tradiciones y los saberes ancestrales de los pueblos indígenas— para el «macro territorio de los jaguares de Yuruparí», pensado desde la visión ancestral de sus pueblos, utilizando las herramientas de ordenamiento y protección que provee el derecho constitucional contemporáneo.

La casa común Tanto la motivación de la acción como las órdenes sugeridas parten de entender que es necesario que se tomen medidas urgentes para lograr la protección de los derechos fundamentales a la vida, a la salud, al medio ambiente sano, a la seguridad alimentaria, a la integridad étnica y cultural y al territorio de las comunidades amazónicas afectadas por procesos de minería criminal y deforestación.

Las medidas que en este sentido se tomen deben centrarse en establecer nuevas «reglas de juego» en temas como ordenamiento territorial e integración de instrumentos de protección territorial-ambiental que hagan posible y efectiva una transformación en la forma en que se dimensionan la biodiversidad, la tierra, los resguardos, los recursos naturales, los entes territoriales y la Amazonía colombiana. En otras palabras: son necesarias medidas que permitan establecer, previo proceso de diálogo intercultural, dónde se produce y dónde se conserva

sin excluir a ninguno de los actores de la región.

Una de las reflexiones éticas más importantes del siglo XXI es, sin duda, la protección de la naturaleza y, con ella, del planeta Tierra. Es indispensable que dicha reflexión sea abierta, participativa y anfibia; y permita la construcción y articulación integral de nuevas herramientas de organización territorial pensadas desde los conocimientos ancestrales, los usos, las tradiciones y las cosmogonías—esto es, la forma particular en que el mundo cobra sentido y representación— de las comunidades étnicas que habitan las regiones con mayores problemáticas socio-ambientales del país.

Estas herramientas jurídicas —convencionales y no convencionales— son una alternativa de reforma pues en las actuales normas de ordenamiento no existen medidas que permitan la protección de los territorios habitados ancestralmente por comunidades étnicas; así como tampoco existen instrumentos integrados de protección territorial en materia ambiental, de tierras y recursos naturales que permitan una organización armónica entre diferentes actores (urbanos, rurales, étnicos) de la región y el vasto y rico ecosistema compartido por todos.

Desde una dimensión étnico-anropológica se trata de pensar en establecer nuevas reglas de juego para todos los actores y comunidades del país que les permitan organizar y organizarse en los territorios de forma armónica, equitativa y con criterios de conservación del medio ambiente.

Se trata de construir una casa común y un sistema de vida, cultura y territorio en el que las comunidades étnicas, las rurales y las urbanas puedan consolidar procesos propios de gobernanza, diálogo y autonomía regional. Lo anterior, con el objeto de dimensionar, bajo un proyecto amplio de país, el reconocimiento y la articulación efectiva de todas las pluralidades y nacionalidades que conforman la Colombia profunda y la Colombia de los territorios, una de las promesas más caras y urgentes consagradas en la Constitución de 1991 para la realización del Estado social de derecho.

Gobierno Nacional:

DECLARA LA GUERRA AL CLAN DEL GOLFO



Unidades del Clan del Golfo

Rafael Camargo

«El ataque con fusil a la Fuerza disponible de la Policía por parte del Clan del Golfo rompe el cese al fuego», manifestó el presidente Gustavo Petro y subrayó que «la Fuerza Pública debe actuar de inmediato contra las estructuras de la organización mafiosa».

«He ordenado a la Fuerza Pública reactivar todas las operaciones militares contra el Clan del Golfo. Se suspende el cese bilateral con este grupo al margen de la ley. No permitiremos que sigan sembrando zozobra y terror en las comunidades», advirtió el mandatario por

medio de su cuenta de Twitter.

La decisión fue explicada por el Ministro del Interior y portavoz del Gobierno, Alfonso Prada, y el Ministro de Defensa Nacional, Iván Velásquez, en una declaración desde el Ministerio de Defensa, acompañados por los altos mandos de las Fuerzas Militares y la Policía Nacional.

«Rechazamos con toda contundencia los actos de violencia que se han venido presentando en el Bajo Cauca antioqueño, fundamentalmente. Los realizados en el día de hoy, de los que no tenemos duda que fueron

cometidos por el Clan del Golfo», señaló el Ministro Velásquez, tras citar numerosos informes de inteligencia que comprueban la autoría de dichos atentados por parte de esa organización».

El ministro agregó que producto de esta situación, el Gobierno Nacional invita a los transportadores de carga y de pasajeros de la zona a atender las recomendaciones que la Fuerza Pública «ha hecho en la programación de las caravanas para transportarse desde Medellín o desde Yarumal».

«Situaciones como las ocurridas en el día de

hoy, en la que vehículos por fuera de las caravanas fueron incendiados, no pueden repetirse. Y para eso, entonces, invitamos a los transportadores a que se sumen a las caravanas programadas que han podido llegar a sus destinos, sin ningún contratiempo», puntualizó el funcionario tras garantizar la capacidad de las Fuerzas Militares y de Policía para llevar a cabo la ofensiva ordenada por el Presidente Petro y «brindar protección a la población».

«Se mantienen en la zona más de 10.000 efectivos de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional y toda necesi-

dad de incrementar ese apoyo se hará», puntualizó el Ministro Velásquez.

El general Helder Fernán Giraldo, Comandante de las Fuerzas Militares, acusó recibo de la orden del Presidente Petro de iniciar las operaciones ofensivas contra el grupo armado Autodefensas Gaitanistas de Colombia en todo el territorio nacional. En el mismo sentido se pronunció el general Henry Armando Sanabria, Director de la Policía Nacional.

El Ministro del Interior y Portavoz del Gobierno Nacional, Alfonso Prada, entregó un mensaje de apoyo a la población del Bajo Cauca antioqueño: «El Gobierno ha propuesto múltiples alternativas de transición productiva, incluyendo el desarrollo participativo del distrito agro minero, incluyendo el subsidio, si es necesario, para la transición hacia la formalización», dijo.

«Reiteramos el interés constitucional y legal, irrenunciable del Gobierno Nacional de controlar las operaciones mineras del país y de todo tipo de minería. El Gobierno buscará iniciar los consensos, por lo que apoyara la realización de una Asamblea Minera en la zona y también realizará una Cumbre Nacional Minera para avanzar en la construcción de un nuevo Código de Minas que busque una solución estructural a todos estos problemas», concluyó. Y subrayó que «el Gobierno del presidente Gustavo Petro defiende los derechos fundamentales de la población y pide a las Fuerzas Armadas garantizar estos derechos, y combatir las violaciones a estos derechos, que no pueden ser vulnerados».

En Cundinamarca:

MILLONARIAS VENTAS EN ARTESANÍAS

Con ocasión de la celebración del día del artesano, el cual se conmemora en Colombia en el marco de la fiesta de San José; la Gerente del Instituto de Cultura y Turismo de Cundinamarca, Luisa Fernanda Aguirre Herrera envió este fin de semana un sentido mensaje a todos los artesanos del departamento felicitándolos por su labor y reafirmando el compromiso que la Gobernación y el Instituto tienen con este invaluable oficio que ha venido siendo transmitido de generación en generación en todo el departamento. «Nunca antes como hasta ahora un gobernador había dedicado tanto esfuerzo a apoyar y reconocer la labor artesanal como lo han hecho Nicolás García y su esposa Natalia Tavera quienes han liderado este hermoso proyecto a través de la Gobernación y especialmente del IDECUT. Hoy podemos afirmar que este bello oficio ha sido nuevamente posicionado, exaltado y reconocido a nivel local y departamental; tarea que continuaremos el resto del año y que proyectaremos para que se mantenga a mediano y largo plazo». Afirmó la gerente en tanto destacó que en 2022 el proyecto «Manar», iniciativa propuesta y liderada por Natalia Tavera y mediante la cual el departamento apoya a los artesanos alcanzó ventas por un total de \$431.472.822 representados en cerca de 4.784 productos, los cuales incluso han traspasado fronteras pues gracias al proyecto algunos de ellos fueron exportados y ven-



Artesano

didos de manera formal en seis ciudades de Italia.

El Gobernador Nicolás García, destacó también por su parte, como a través de la artesanía, los artesanos logran retratar la inmensa riqueza cultural, los paisajes, y la historia del departamento y reafirmó su compromiso de apoyarlos a través de estrategias de formalización, capacitación, incentivos y sobre todo en el acompañamiento de estrategias comerciales que les permitan vender directamente y a mucho mejor precio sus productos.

«Las manos artesanas necesitan ser reconocidas, valoradas y apoyadas; lo venimos haciendo y lo seguiremos haciendo; el departamento debe llegar al 100% de sus artesanos con estrategias que les permitan formalizarse, vender sus productos al precio adecuado y transmitirle al mundo nuestra cultura y nuestra historia», dijo el gobernador



Artesana

‘Asere’ y ‘acere’:

¿VULGAR, MAL GUSTO, DE CAPAS BAJAS?



El término asere es de auténtica estirpe carabalí

**Lázaro David
Najarro Pujol**

La utilización de la palabra ‘asere’ (o ‘acere’), se ha atribuido a través de los tiempos a las capas bajas y en especial de los negros y persona de barrios marginales. Consideradas de vulgar, mal gusto o «prohibida» por generaciones precedentes. Al emplearse para denominar al equipo Cuba Team Asere al V Clásico Mundial de Béisbol provocó rechazo por quienes desconocíamos el origen de la expresión.

Ese cubanismo no está registrado en la vigésima segunda edición del Diccionario de la Lengua Española (Real Acade-

mia Española). Es un «tipo de saludo cubano» y viene de un lenguaje del oeste africano asere = «yo te saludo».

‘Asere’ y ‘acere’ pertenecen al registro coloquial, aclara Juventud Rebelde (<https://www.juventudrebelde.cu/dudas-idioma/A/asere>). «Ambas palabras son variantes sinónimas, por lo que pueden ser empleadas de las dos formas. Aparecen en el Diccionario ejemplificado del español de Cuba (2001, ILL) con la siguiente acepción:

«asere m/f, var acere . coloq Persona con quien media una relación de amistad. coloq Se usa para dirigirse a una persona en tono de confian-

za: –Bueno, acere, ahora vamos a hablar en serio: tengo los bolsillos al revés... (Depto. de Lingüística, ILL).

En mi generación siempre se cuestionó la utilización de la voz asere/acere. Es un cubanismo que aparece registrado en el Diccionario del español de Cuba en 2000.

El sitio web ArrajaTabla puntualiza (<https://arrajatabla.net/asere-que-volay-la-jerga-que-inventamos/>):

Los prejuicios raciales heredados de los colonizadores mantuvieron esas expresiones como patrimonio de las capas bajas y en especial de los negros y actualmente muchos lingüistas critican

su empleo y las catalogan incultas, pero aun así los cubanos hemos incorporado al habla popular e informal una infinidad de palabras de ese tipo.

(...) Hoy escuchamos a jóvenes y adultos de cualquier estrato social decir ambia, cúmbila, consorte, monina, nague o negue y asere, esta última las más pronunciada y difundida entre todas, y es que el poeta nacional Nicolás Guillén incorporó a nuestra literatura la lengua de los negros bozales como algo natural.

Recuerdo que en una gira por la República Checa se originó una polémica entre quienes integrábamos la delegación de la

juventud cubano entorno a un pequeño grupo de persona que se encontraba en un parque de la ciudad de Pilsen si eran cubanos o gitanos. Para salir de duda al aproximarnos a ellos los saludé con: ¿Qué volá asere?

Sus ojos brillaron y no saludaron como si nos conociéramos de toda la vida y hasta nos invitaron a la taberna de la fábrica donde laboraban. Nos comunicaron que procedían de San Antonio de los Baños.

Esa tarde la palabra ‘Asere’ dejó de ser vulgar, de mal gusto o «prohibida» en aquel el intercambio fraternal, con aquellos cubanos con tanta nostalgia por la Mayor de las Antillas.

Sintetiza ArrajaTabla que «en Cuba la utilización de la mano de obra esclava de origen africano en el siglo XVI, tras el exterminio de los aborígenes durante la época colonial, dejó huellas de los diversos dialectos dentro de léxico y la fonética de la isla, incluso para los propios españoles, que lograron imponer el castellano como la lengua que hablamos hoy en día».

El término asere es de auténtica estirpe carabalí y no Yoruba o Lucumí como se ha dado a creer y fue registrado en 1961 en su presente significación como amigo fiel, en la compilación «Habla popular cubana de hoy», de la revista Actas del Folklore y en la colección de Cubichismos del escritor y periodista Argelio Santiesteban».

La psicología de espacios:

ARMONIZA LA CONVIVENCIA CON TU HOGAR

Jarol Monroy González

La Psicología de Espacios es una disciplina que va más allá del Diseño de Interiores o el Feng Shui y que ha demostrado su impacto en el bienestar físico, psicológico y emocional con los cambios necesarios del entorno donde vives o trabajas.

«¡Esa pared gris que me enferma!», «¡no podemos vivir juntos!», son algunas frases que sin saberlo tienen mucho que ver con la casa o apartamento donde vives. «El espacio que habitamos es determinante en nuestra calidad de vida y en la manera de asimilar los cambios en el trabajo, así como en la forma de relacionarnos», afirma Larissa Del Río, pionera en Psicología de Espacios.

Larissa Del Río ha creado un modelo único que integra su profesión como Psicóloga, y el Diseño de Interiores, la Arquitectura y la Decoración. Ella consigue comprender esa interac-



Psicología de Espacios

ción entre las personas y su entorno, previo al comienzo de cualquier proyecto arquitectónico o de interiorismo.

Según Larissa, la ciencia de la Psicología juega un rol primordial para asegurar que los ambientes creados por los arquitectos y/o diseñadores tengan un impacto positivo en los estados anímicos, mentales y comportamentales de los futuros habitantes.

¿En Colombia cuánto cuesta remodelar una casa? el costo promedio de una remodelación está entre COP 500.000 y un millón 500 por metro cuadrado. Este valor puede variar según la zona de la casa que quieras remodelar y la complejidad de los arreglos. Significa hacer cambios profundos, estructurales y de fachada, como ampliar espacios, solucionar problemas de humedad o modificar todos

los pisos del inmueble. Sin embargo, muchos quedan frustrados al no quedar satisfechos con los arreglos de su casa, y no saben el porqué. Para esta Psicóloga de Espacios, «las personas construyen, decoran sus espacios personales con fines netamente estéticos y funcionales, pero desconocen cómo transformar sus casas en una fuente de recarga energética para cumplir sus sueños».

Es vital entender que los espacios pueden o no ayudar a las personas a tener motivación en las mañanas, un sueño reparador, tener hábitos sanos, propiciar la creatividad, la productividad, la claridad mental, la salud emocional y en general una vida saludable.

Hoy en día la casa se ha convertido para muchos en el lugar permanente para vivir y trabajar. Allí se desempeñan múltiples actividades, desde aprovechar el comedor para el home schooling y home office durante el día, y a transformarlo en la noche en el lugar de reunión para cenar juntos.

Esta nueva realidad ha obligado a las familias a invertir en sus casas, para tener una adecuada productividad. Además, «nos estamos cuestionando acerca de cómo estamos invirtiendo nuestro dinero, tiempo y energía, para tener un balance entre nuestra imagen física externa, y nuestra privacidad e intimidad», afirma Larissa.

CONVOCATORIA

PRIMICIA DIARIO

Se permite ofrecer prácticas y pasantías para estudiantes de los últimos semestres de las siguientes carreras profesionales y tecnológicas, donde recibirá su respectiva certificación en:

www.primiciadiario.com

primiciadiario@gmail.com

Comunicación Social
Publicidad
Community Manager
Ingenieros Televisión
Producción Digital
Diseño Gráfico
Marketing

El desastre del transbordador Challenger:

UN ANILLO DE CAUCHO Y LA NANOTECNOLOGÍA

Mauricio Salgado Castilla

Richard a sus 8 años miró con los ojos muy abiertos la ventana del ático por donde fácilmente podría asomarse el inmenso dinosaurio, su papá lo tranquilizó diciéndole que su cabeza de por sí, era muy grande para la ventana, retomó la lectura de los descubrimientos de los fósiles de los dinosaurios en la enciclopedia Británica, corría el año 1925 en la mitad de la gran depresión, pero el papá, del premio Nobel de física en 1965 Richard Feynman, estaba más interesado en motivar a su hijo que en quejarse.

El profesor Feynman, el físico más reconocido después de Albert Einstein, nunca dejó de maravillarse por los retos que la naturaleza, la ciencia, el arte y los que la vida misma le imponían.

En un porcentaje exacto, no se sabe cuánto influyó en el Dr. Feynman, la forma de ver la vida, de trabajar y de inspirar de su padre. El profesor Feynman se dedicó a entender y explicar cómo funciona la naturaleza más allá de lo que pueden percibir nuestros sentidos, de por sí, muy limitados, esto es la física cuántica.

Un buen ejemplo de la forma de trabajar del Dr. Feynman, fue cuando hizo parte del comité para investigar el desastre del transbordador espacial Challenger en 1986, cuando a sólo 73 segundos de despegar, explotó, ante la vista de millones de personas que seguían en vivo en los televisores de todo el mundo estámagia



Desintegración del Challenger

de la ingeniería humana. La pregunta que encabezó el presidente del momento, Ronald Reagan de los Estados Unidos, fue ¿Qué pasó?

El profesor Feynman, alejado de temas políticos, vio también la necesidad de encontrar esa respuesta y fue parte decisiva de la comitiva que se creó para entender lo que pasó, fueron muchas las preguntas hechas a los ingenieros que trabajaron en la construcción de los transbordadores espaciales, los voluminosos informes no eran concluyentes, hasta que en una de las sesiones Dr. Feynman tomó parte de lo que se llama un oil ring, un sello de caucho, responsa-

ble de que no haya fugas de combustible, los vehículos que usamos diariamente tienen muchos de estos sellos, es más cuando se dice que un carro está botando aceite y deja marcas en el piso es muy probable que esté fallando un sello muy similar a los que usaba el transbordador espacial.

El físico mostró entre sus dedos parte de este sello de caucho y lo apretó mostrando lo flexible que era y ante la vista de todos, lo dejó caer en un vaso de agua con hielo, esperó unos segundos, que se convirtieron en una eternidad para los astronautas, sacó este pequeño caucho y su flexibilidad ya no era la misma,

El día del despegue desde cabo Cañaveral en la Florida, la temperatura fue muy baja lo suficiente para afectar la estructura del material, no dejando que cumpliera el único trabajo para lo que fue diseñado, evitar que escapara de combustible.

Entre las cosas que este científico anticipó, fueron los desarrollos de la nanotecnología, donde un elemento como el carbono, dependiendo de cómo se configura a nivel atómico, puede ser la mina de un lápiz muy suave o el material más duro conocido por el hombre, el diamante, pero para poder aprovechar el cambio de las propiedades de un elemento, es nece-

sario comprender cómo actúan a niveles muy pequeños, muy alejados de cómo los percibimos los humanos; entonces, la nanotecnología es el estudio del comportamiento de la materia cuando se manipula en tamaños del orden de una mil millonésima de metro, o nanómetro.

En la década de los 80s con el invento del microscopio electrónico de barrido, SEM, se pudo empezar a manipular los elementos como el propio carbono, creando un material llamado grafeno que es 100 veces más resistente que el mejor acero y pesa seis veces menos.

El mundo ya está lleno de aplicaciones de la nanotecnología que usamos diariamente, la más difundida en los últimos años son las vacunas y medicamentos en contra del devastador virus del Covid 19, de tamaño de 100 nanómetros, ropa que no se moja o recubrimientos cerámicos para todo tipo de materiales, ahora muy usados en la protección de la pintura de los carros, con durezas cercanas a la del diamante y un brillo de la larga duración.

El Dr. Feynman, se preocupó muchísimo porque las personas sin importar su profesión, sus estudios, entendieran cómo funciona el universo, su propio papá 1925 era un vendedor, que tuvo la capacidad de inspirar a su hijo a investigar.

¿Qué tan inspirador eres para tus hijos, tus estudiantes, para las personas con que te relaciones?

Bogotá:

LA PEOR TEMPORADA DE INVIERNO

Granizadas en Chapinero, Usaquén y Santa Fe, ocasiono tráfico lento y afectación en la movilidad. Rebosamientos del sistema de alcantarillado superaron los 20 centímetros.

Usaquén, Rafael Uribe Uribe, Chapinero, Santa Fe, San Cristóbal y Usme, en emergencia.

En Santafé fue atendido fenómeno de remoción en masa en los sectores de los Laches y el Parque Nacional, en la localidad de San Cristóbal insuficiencia de drenaje en Juan Rey II y en Usme fenómeno de remoción en masa y colapso de estructura en arrayanes y Parcelación San Pedro.



Las calles y edificios con granizo y agua



Vehículos en plena navegación



Las nuevas embarcaciones en Bogotá



Caos total

LA MAFIA DE LA MINERÍA ILEGAL

Colombia un país con todas las bondades de la naturaleza quedó en manos de la ilegalidad y las mafias con el apoyo de algunos gobiernos pasados que determinaron entregar vastas zonas a cambio de dinero para adelantar campañas políticas y sostener a unos cuantos parásitos.

Los defensores ambientales de los pueblos amazónicos se cansaron de denunciar por más de 20 años que siguen siendo víctimas de las bandas criminales vinculadas al narcotráfico y a la minería ilegal.

Ojalá el actual Gobierno tome cartas en el asunto y no asuma el papel de anteriores administraciones que demostraron incapacidad e indiferencia y complicidad con los mafiosos.

Todas las zonas de fronteras y varios departamentos del interior se encuentran en poder de los mafiosos que pueden llevar a sitios remotos maquina-

ria pesada para acabar con los recursos naturales.

Defensores ambientales, líderes sociales y comunitarios que denuncian la tala de árboles y la utilización del uso de mercurio en la extracción del oro, son las causas principales de sus homicidios.

Estos miserables han contribuido con la contaminación del agua, el aire, la inestabilidad de los terrenos, la afectación del paisaje, el abandono de las actividades económicas tradicionales y el desplazamiento, de animales y plantas en vía de extinción, de su hábitat natural.

Transparencia por Colombia, la Fundación para la Conservación y el Desarrollo Sostenible (FCDS), e InSight Crime, identificaron hechos de corrupción y criminalidad detrás de los principales impulsores de la deforestación, la degradación forestal y la pérdida de biodiversidad en la

Amazonia y el Pacífico colombianos. Los cuatro principales impulsores de estos problemas son la minería ilegal, la apropiación de tierras, la tala ilegal y el tráfico de fauna silvestre.

El negocio lucrativo se ha convertido en una de las economías criminales más lucrativas en Colombia. Mientras que poco menos de 30 gramos de oro costaban más de US\$2.000 en agosto de 2020, la misma cantidad de cocaína se vendía por menos de US\$1.250 en Miami. El oro no solo es más valioso que la cocaína, sino que además es más fácil de lavar e implica muchos menos riesgos que el tráfico de drogas.

Las autoridades encabezadas por el Gobierno Nacional están en mora de anunciarle al país una acción total contra la minería ilegal que en muchos casos fue legalizada por gobiernos pasados. Llegó la hora de defender a las comunidades y a la naturaleza.

Las tragedias de Colombia



Mural de Chócolo antes y después de la censura
Fuente: <http://noticartunocolombia.blogspot.com.co/>

Tragedia bajo tierra



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

Transporte:

TRENES A MEDIA MARCHA

Gerney Ríos González

Otras líneas, las más necesarias, como la segunda parte del Ferrocarril de Girardot, la de Bogotá a Zipaquirá y Nemocón, la de Puerto Wilches, las primeras etapas del Pacífico, el Ferrocarril de Santa Marta y el de Cartagena, son ejemplos de ineficacia, descontrol oficial, tráfico de influencias, torcidas inclinaciones políticas, codicia desmedida de los contratistas, falta de visión empresarial e incapacidad administrativa y corrupción.

En aquellos tramos de vías férreas en donde se presentaron los mayores costos de construcción, inflados por las manipulaciones deshonestas de los concesionarios bajo la mirada inoperante de funcionarios públicos, el daño a la economía no fue sólo el dinero extra que tomaron los constructores, cercanos a presupuestos de rentas de la nación, sino la demora que sus ardis financieros y «legales» causaron a la llegada del tren, aunada a las especificaciones de las rutas resultantes de su avaricia.

Los factores mencionados condujeron a la construcción de una red férrea costosa, tardía, desarticulada y depreciadas características técnicas, que resultó inadecuada a las necesidades del transporte. Si bien el primer ferrocarril colombiano se construyó veinte años después de iniciada la era del tren en el mundo, el país tardaría un siglo en ver una red comunicando de manera precaria sus principales regiones.

Los altos costos de construcción y financiación, aunados a la tardanza de obras, colocaron la econo-



Ferrocarril de Girardot,

mía férrea y del país a la zaga. Por las circunstancias que rodearon el nacimiento del tren tricolor, sus especificaciones, aun cuando parecieran adecuadas a las condiciones de la época, resultaron impropias para su servicio cuando el mercado lo demandó, y terminaron cediendo terreno al transporte automotor.

Las rutas principales no conectaron oportunamente para prestar un servicio nacional. El sistema del Pacífico no empalmó a tiempo con el del centro. El camino con dos carriles de hierro paralelos a Bucaramanga no se unió con las de Bogotá, el ferrocarril de Cúcuta nunca enlazó con el interior, y el trayecto a lo largo del río Magdalena, que finalmente comunicó los tramos centrales con el mar, llegó retardado y agonizante a la competencia.

Los primeros trenes de montaña fueron lentos, restringidos en su capacidad y recargados con elevados costos operativos y financieros, a pesar que el presupuesto nacional terminó

absorbiendo las exageradas inversiones. El costo por kilómetro construido en algunos tramos batió el récord mundial de ineficiencia. El ferrocarril nació en Colombia con una tara que provocaría su propia extinción, cuando no corrigió sus falencias, ni se modernizó, ni se administró adecuadamente para competir con el naciente transporte por carretera, prestado por elementales camiones, a lo largo de primitivos caminos de herradura mejorados a pico y pala.

En el siglo XX, la política de los gobiernos fue la de nacionalizar los ferrocarriles, idea impulsada por el deseo de unificar, y controlar los transportes, de enmendar los errores pasados, un esfuerzo que por las circunstancias del momento resultó tardío, porque en la práctica se compraron a precios exagerados unos trenes de altos costos de mantenimiento por edad y condiciones técnicas; la operación frente al acarreo terrestre resultaba antieconómica.

Las políticas oficiales de levantamiento de vías favorecieron el transporte por carretera en el segundo cuarto del siglo XX, en detrimento del desarrollo ferroviario. Mientras los camioneros tenían que preocuparse sólo por adquirir y conducir su pequeño equipo, el costo del ferrocarril incluía la construcción, financiación y mantenimiento de la ruta.

Cuando llegaron los primeros camiones, adaptar los caminos a carreteras constituyó una opción atractiva para los gobiernos al emplear gran cantidad de mano obra no calificada, no requerir suministros importados, por tanto, beneficiar las regiones más apartadas, en busca de un servicio puerta a puerta, pueblo a pueblo. La inversión en las primeras vías fue sólo una fracción de la requerida por las carrileras. Teniendo en cuenta que la administración del tren se hizo con entidades oficiales, ineficientes, recargadas con elevados costos de mantenimiento y abultadas nóminas con beligerantes

sindicatos, resultó obvio la desaparición ferroviaria.

La vida de los ferrocarriles colombianos fue efímera; llegaron después que el progreso afloró; fenecieron antes de haber cumplido a cabalidad con el objetivo. Ese desfase temporal significó una pérdida enorme de oportunidades para la economía, dejó al país en manos de sistemas de acarreo más costosos con el paso de los lustros, a pesar de ser el tren, el medio ideal de transporte de grandes volúmenes de carga en largas distancias.

No todo fue negativo. Además del innegable servicio que prestó el tren en su momento, así hubiera sido corto, el arduo proceso de estudiar, financiar, construir y mantener la red férrea, fue escuela y acicate a la ingeniería, administración, política y mecánica locales, que habrían de producir beneficios en otros campos. Al despuntar el siglo veinte, la ingeniería colombiana era consciente de los problemas técnicos y económicos de los ferrocarriles, y serían los ingenieros nacionales, así no dispusieran de empresas con gran capacidad operativa ni capitales disponibles, quienes llamaron la atención sobre los dilemas y las posibilidades del desarrollo vial, e implementaron algunas soluciones dando ejemplo a contratistas extranjeros. La ingeniería colombiana evolucionó tendiendo rieles. Los primeros profesionales destacados en las obras públicas, se formaron en la actividad ferroviaria; más tarde sus réditos en escuelas y otras áreas de transformación estructural buscarían que las dinámicas productivas crecieran de manera equitativa y sostenible en el tiempo.

GOBIERNO ANUNCIA APOYO A LA MINERÍA ARTESANAL

El Jefe de Estado afirmó que el 'Clan del Golfo' somete a la comunidad minera «a una especie de confinamiento poblacional y a una instrumentalización para salvar lo que no es el interés de la pequeña minería, que es la gran minería ilegal».



Rastros de la minería ilegal

El presidente Gustavo Petro ordenó a la Fuerza Pública copar los territorios afectados por las acciones de violencia de la agrupación 'Clan del Golfo', con el fin de apoyar a los pequeños mineros que son víctimas de intimidación y de confinamiento en el Bajo Cauca antioqueño.

«Hemos realizado un consejo de seguridad para evaluar el desarrollo, hasta este momento, de la acción del Estado y de la Fuerza Pública. Mantendremos la presencia de la Fuerza Pública en todo el territorio

que estos días ha sido objeto de violencias por parte del 'Clan del Golfo', que manipula las necesidades de una población minera, sujetándolas, incluso, con su propia hambre», dijo el Jefe de Estado al concluir un consejo de seguridad en Caucasia (Antioquia). El mandatario, asimismo, afirmó que el 'Clan del Golfo' también somete a la comunidad minera «a una especie de confinamiento poblacional y a una instrumentalización para salvar lo que no es el interés de la pequeña minería, que es la gran minería ilegal».

Censo de maquinaria minera

En el mismo contexto, el presidente Petro anunció un censo nacional de maquinaria para formalizar y fomentar la pequeña minería en el país.

«Convocamos a la Cumbre Nacional Minera. Vamos a iniciar un censo de la maquinaria para formalizar la actividad de la pequeña minería, incluso con titulación, si es posible, para que cooperativas de la pequeña minería se puedan empoderar en este territorio. Iniciaremos esa actividad para que el oro no sea de

los grandes lavadores de dólares y del narcotráfico, sino que sea de la población que habita el territorio», resaltó el Jefe de Estado.

En tal sentido, el mandatario enfatizó que el Gobierno Nacional no está persiguiendo a la pequeña minería.

«Nosotros no estamos persiguiendo la pequeña minería, de hecho vamos a avanzar en la construcción de un distrito minero, pero también agrario y productivo en todo el territorio. Todos los activos de la SAE, todos los

activos que tienen tierras la unidad de víctimas, hay que ponerlas al servicio del campesinado y de las víctimas del territorio, para producir alimentos», indicó.

El presidente agregó: «Buscamos que los pequeños mineros puedan ser propietarios de su propia máquina que, a través de la transformación legal del código minero, la pequeña minería tenga todo el respaldo financiero y tecnológico posible».

Justicia social en la región

Entre tanto, el presidente Petro también hizo énfasis en la elaboración de una hoja de ruta para llevar justicia social a estos territorios.

«Hoy (martes) habrá una reunión de todos los alcaldes del Bajo Cauca, el Gobernador de Antioquia y el equipo de Gobierno de los diferentes ministerios aquí implicados: Minas, Ambiente, Desarrollo Económico, el Interior y Defensa para establecer la hoja de ruta de la construcción democrática y de la justicia social en el Noroeste colombiano», explicó.

Manifestó que en la región debe haber una «sede de una universidad pública, lo estuvimos discutiendo.

Salud en Colombia:

ENTRE LA OBESIDAD Y LA DESNUTRICIÓN

Un problema de salud pública en Colombia que afecta al 56% de la población, f busca aumentar la conciencia, fomentar la educación y mejorar las políticas públicas, porque una persona con esta condición es más vulnerable de padecer enfermedades crónicas graves.

Urge generar conciencia sobre la necesidad de hacerle frente a la obesidad, un problema que afecta al 56,4% de la población colombiana, señaló Hernán Yupanqui, médico endocrinólogo y director científico de Asofuncobes, siendo esta una enfermedad crónica que debe tratarse integralmente con un plan nutricional, actividad física y soporte psicológico. «Nos encontramos entre la Obesidad y la Desnutrición, porque la gente no sabe comer», dijo Yupanqui.

Las personas obesas pueden desarrollar diabetes, trastornos del aparato locomotor y algunos tipos de cáncer como el de endometrio, mama, ovarios, próstata, hígado, riñones y colon. De igual manera, «el riesgo de contraer estas enfermedades no transmisibles crece con el aumento de peso» dijo el Endocrinólogo Iván Darío Escobar, de la Asociación Colombiana de Obesidad, Asofuncobes.

La obesidad infantil se asocia con una mayor probabilidad de muerte prematura y discapacidad en la edad adulta. Sin embargo, además de estos riesgos futuros, los niños obesos sufren dificultades respiratorias, mayor riesgo de fracturas e hipertensión y presentan marcadores tempranos de enfermedades cardiovasculares, resistencia a la insulina y efectos psicológicos, señaló el endocrinólogo Luis Fernando Dorado Palacios.



Obesidad la enfermedad del mundo.

Lo que más afecta a la población dijo Hernán Yupanqui, es el alto consumo de alimentos fritos envasados o 'snacks', como papas, plátanos, yucas, chicharros, pasabocas, roscas, helados, pasteles y donas, entre otros, los cuales pueden aumentar el peso y terminan en obesidad.

«Esto sumado al bajo consumo de verduras, frutas frescas, carbohidratos complejos y fibra, que se encuentran principalmente en verduras, tubérculos, granos enteros como el trigo, cebada, avena y en las frutas frescas, pueden llevar al sobrepeso», dijo Yupanqui.

El día Nacional de lucha contra la Obesidad y el sobrepeso, es una fecha ideal para preguntarse: ¿Qué acciones deberían tomar los actores involucrados – como pacientes, especia-

listas y sistema de salud– para frenar el impacto de la obesidad y el sobrepeso en Colombia?

«Comenzar por desplazarse caminando al trabajo, la escuela o hacer las gestiones diarias, bajarse del autobús un poco antes o subir y bajar por las escaleras, son maneras de incorporar hábitos saludables que ayudarán a prevenir la obesidad». Así lo señala Iván Darío Escobar, endocrinólogo y miembro de la Asociación Colombiana de Obesidad, Asofuncobes

Si bien la obesidad y el sobrepeso pueden tener origen en múltiples factores (que van desde lo genético, pasando por lo metabólico y hasta lo psicológico), su manejo debe ser integral; es decir, que diferentes especialistas como médicos endocrinólogos, internistas, familiaristas, deportólogos,

nutricionistas o psicólogos, intervienen en el proceso de tratamiento, dijo Yupanqui.

«En Colombia, el manejo integral (e interdisciplinar) de la obesidad y el sobrepeso todavía es una tarea que está pendiente y por ello, existe la necesidad de avanzar hacia la reglamentación de la ley que garantice la atención integral a esta enfermedad», señaló Yupanqui.

Para Asofuncobes, el sobrepeso y la obesidad, así como las enfermedades no transmisibles vinculadas, pueden prevenirse en su mayoría. «Son fundamentales unos entornos y comunidades favorables que permitan influir en la elección de alimentos de las personas, de modo que la opción más sencilla, la más accesible, disponible y asequible sea la más saludable

en materia de alimentos y actividad física periódica, y así en consecuencia se puede prevenir esta enfermedad», señaló Hernán Yupanqui. Los endocrinólogos aconsejan: Tomar la decisión personal de vivir saludablemente. Elegir alimentos saludables. Consumir refrigerios, bajos en calorías. Leer las etiquetas nutricionales. Investigar nuevas maneras de preparar alimentos. Ingerir porciones pequeñas. Evitar las bebidas azucaradas. Medir la cintura con regularidad. (si es mayor de 80 en mujeres y 90 en hombres, se está en riesgo. Asistir a la EPS, para recibir un manejo integral de la obesidad. Realizar ejercicio de intensidad moderada mínimo 150 minutos por semana

Cifras de Obesidad en Colombia

56.4% de la población adulta entre 18 y 64 años presenta sobrepeso y obesidad. 52,8 corresponden a hombres. 59.6% mujeres. 37.7% Personas con sobrepeso. 18.7% personas con obesidad. La obesidad fue más frecuente en mujeres (22.4%) y en hombres 14.4%).

Consumo de alimentos

Colombianos entre 5 y 64 años. Uno de cada 3 consume frutas diariamente. 5 de cada 7 consumen hortalizas o verduras diariamente. 1 de cada 7 no come huevo o carne diariamente. 1 de cada 2 consume embutidos de forma semanal. 1 de cada 4 consume comidas rápidas. 1 de cada 2 consume gaseosas o refrescos semanalmente. 4 de cada 9 consume alimentos de paquete semanalmente. 1 de cada 3 consume golosinas y dulces diariamente. Una cuarta parte de los colombianos consumen alimentos en la calle semanalmente.

Alerta ambiental:

LATINOAMERICANOS MARCHAN EN DEFENSA DEL ACUÍFERO GUARANÍ



El Acuífero Guaraní, principal reserva de agua dulce de la región y una de las más importantes del mundo, que abarca los territorios de los cuatro países, se encuentra en grave riesgo de contaminación por la fractura hidráulica, más conocida como fracking, tecnología altamente contaminante utilizada para extracción de hidrocarburos no convencionales. El lema de la marcha es «La única riqueza que puede volvernos prósperos en el futuro es el agua, y sin agua no hay vida». La acción rendirá buenas imágenes a la prensa.

El mundo está en la obligación de defender el Acuífero Guaraní, que se encuentra en alto riesgo de desaparecer ante la explotación de combustibles a través del fracking.

En el departamento de Salto, Uruguay, se realiza la Segunda Marcha en Defensa del Acuífero Guaraní. Organizada por más de 30 entidades ambientalistas, ciudadanos y movimientos sociales de Argentina, Brasil, Paraguay y Uruguay, la movilización comenzará a las 10h en el KM 525 de la Ruta 3, Entrada a Palomas y Saucedo. De allí la marcha seguirá hasta el pozo de extracción de gas de esquisto Cañada Fea o Del Diablo, y luego irá hasta el Pueblo Palomas, donde será leído una Proclama contra las perforaciones por el método del fracking.

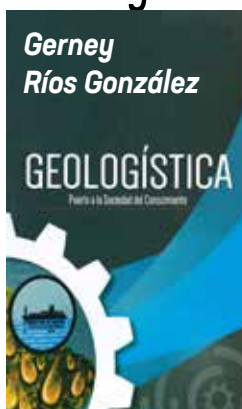


El acuífero Guaraní, el segundo acuífero mas grande del mundo, sólo detrás del Great Artesian Basin de Australia.

Libros de Gerney Ríos González

"LAS REFLEXIONES EN SUS LIBROS DEL ESCRITOR GERNEY RÍOS GONZÁLEZ, AL AUSCULTAR LAS DINÁMICAS EMPRESARIALES Y DE ORGANIZACIONES GLOBALES, SON SERIAS Y CONducEN A ANÁLISIS OBJETIVOS Y CERTEROS"

FERNANDO CARDESA GARCIA
Embajador Jefe De La Misión Europea



E-mail: riosgonzalezgerney@gmail.com

Sayco y empresarios artísticos:

TRABAJAN EN FÓRMULAS PARA FORTALECER EL ESPECTÁCULO

En una jornada de análisis sobre la actual situación de los grandes eventos en Colombia, directivos de Sayco y un grupo de empresarios plantearon la necesidad de avanzar mancomunadamente para entregarle al público, espectáculos con los requerimientos internacionales.

«Sayco es una entidad abierta a escuchar, dialogar, concertar y apoyar las iniciativas que vayan en defensa de los derechos autorales, pero al mismo tiempo de brindar la asesoría pertinente para que Colombia tenga conciertos de gran altura como los que se vienen realizando en los últimos meses», dijo César Ahumada, gerente general de Sayco.

«Tenemos que avanzar hacia la tecnificación de los espectáculos, con plataformas digitales para brindar mayor comodidad al público, al recaudo y para tener precisión con los respectivos derechos de autor para el bienestar de los compositores», manifestó el empresario Raúl Campos, quien acaba de llenar el estadio El Campín con Los Tigres del Norte.

«Todas las propuestas por parte de los empresarios son escuchadas en Sayco y lo que más nos interesa es apoyar las gestiones con rapidez y claridad para dar mayor seguridad financiera para quienes interven-



El empresario Diomar García, la doctora Gisela Ariño, el doctor Ricardo Gómez, el doctor César Ahumada y Raúl Campos.

gan en los espectáculos. Estamos mejorando y dando pronta respuesta a las diferentes solicitudes», comentó la doctora Gisela Ariño, directora de recaudo de la Sociedad de Autores y Compositores de Colombia, Sayco.

Los empresarios Diomar García, Rafael Pedraza, Raúl Campos, Gerardo Amado y Óscar Pinzón encabezaron esta primera reunión con directivos de Sayco y manifestaron también que buscan el apoyo de esta sociedad de gestión colectiva ante las eventualidades que se presenten con los espectáculos.

«Tenemos muchas veces incertidumbres por diversos riesgos que pueden aparecer a la hora de realizar un espectáculo, pero sabemos que contamos con el apoyo de Sayco, ahora falta encontrar que también otras entidades como alcaldías, gobernaciones

y entidades del Estado contemplen estas situaciones», agregó Gerardo Amado.

«Colombia avanza en la realización de grandes espectáculos. Hemos tenido a los más insignes representantes del rock, la ópera, la salsa, el vallenato, la música popular e intérpretes de diver-

sas corrientes musicales del mundo y lo que más buscamos es avanzar en los diversos factores que conllevan la realización de un espectáculo. Podemos ser ejemplo en el mundo», expresó con orgullo Diomar García.

«La organización Sayco crece a diario en la búsqueda de solucio-

nes, estamos en forma permanente en el Congreso, analizando cómo van las leyes, en qué nos pueden beneficiar o en qué nos pueden perjudicar no sólo a nuestros maestros, sino también a quienes viven de la creatividad de los trabajos de nuestros asociados. Los empresarios saben que cuentan con el apoyo siempre de la Sociedad», aseveró Ricardo Gómez, director Jurídico de la entidad.

«Sayco apoyó y consideró a los empresarios tanto en la pandemia como en los meses posteriores y llegamos a buenos acuerdos para el beneficio mutuo, y desde luego que seguiremos con estos encuentros con los empresarios para buscar calidad y desarrollo para las partes», concluyó César Ahumada, gerente de Sayco.



César Ahumada, Raúl Campos y Rafael Pedraza.

Aproveche al máximo:

EL PENSAMIENTO ESTRATÉGICO QUE LLEVA DENTRO

Ing. Jaime Fernando Rodríguez Rocha

Una vez contestada la pregunta, ¿Cuánto tiempo dedica Usted a pensar?, dediquemos un tiempo adecuado para esto. Debe ser una disciplina diaria, un ejercicio mental para pensar sobre temas que nos interesen, nos impactan o se desarrollen en nuestro diario vivir. Debemos convertirlo en un hábito y tratar de que sea un espacio que nos permita disfrutarlo además de ser considerado como importante por las reflexiones que se logren.

De ser así esos pensamientos, definidos como la formación de ideas y representaciones de la realidad en la mente, para luego relacionarlas unas con otras de acuerdo con un fin u objetivo requerido o fijado. Es importante definir los temas o las ideas sobre las cuales vamos a pensar, pueden ser sobre cualquier cosa como un destino para nuestras vacaciones



Pensamiento estratégico

de fin de año, el cambio del vehículo familiar, la ampliación de nuestra empresa o la receta del almuerzo que vamos a preparar el domingo.

Son infinitas las ideas que podemos tener, así como infinitas son las alternativas de relacionamiento. Por esta razón al haber elegido la idea debemos asignar un tiempo, pueden ser, treinta minutos en la mesa del jardín tomándonos un té o un café. Así mismo tomemos nota de los resultados de este proce-

so, seguramente puede requerir de varias jornadas. Pero lo que sí es realmente importante es asignar un tiempo y un espacio para hacerlo sin presiones y en un lugar que nos permita dejar volar nuestros pensamientos con libertad.

A continuación, dependiendo del objetivo fijado que puede ser cualquiera, y si es del caso lo llevamos a la acción y posteriormente poder efectuar una evaluación de los resultados obtenidos. Caso contrario, que no

requiera su aplicación, es disfrutarlo y posiblemente ampliarlo y afinarlo cada vez más.

En la actualidad se busca establecer procesos previos de configuración mental «prefiguración», o enfoque mental, dependiendo del tipo de actividad a desarrollar y objetivo a conseguir, los cuales se consideran disciplinas denominadas como pensamiento estratégico, pensamiento en diseño, pensamiento sistémico, pensamiento computacional y otros

cuantos. Estos facilitan la forma de pensar, permitiendo que las ideas y pensamientos surjan de una manera más focalizada, específica y alineada con lo deseado y así dar solución más rápidamente a los requerimientos. Estas disciplinas, en su mayoría, han nacido acompañadas de metodologías que permiten su desarrollo y con herramientas que faciliten su aplicación.

A continuación, y en artículos futuros, analizamos los más relevantes y útiles, su metodología y herramientas. Y lo realmente relevante, el objetivo por el cual fue creado y los beneficios de actuar con un pensamiento determinado según sea el caso que nos ocupe.

El primero sobre el cual escribimos es el llamado "Pensamiento Estratégico", aquel que permite un enfoque que mira el hoy con una perspectiva del futuro, siempre buscando un beneficio venidero, pero tomando acciones en el presente que nos lleven a este.



Colombia:

HUMOR Y EXAGERACIONES

El periodista y abogado santandereano Domingo Cárdenas Plata, en su libro «El humor en los tiempos del cólera» recopila algunas de las exageraciones comunes en Colombia.

Dice el diccionario que una exageración es un «dicho o cosa exagerada, que sobrepasa los límites de lo verdadero, natural, normal, justo o conveniente».

La lista es extensa, pero acá va un resumen...es posible, amable lector, que usted recuerde también otro tanto.

ESAS EXAGERACIONES

- Más peligroso que un tiro en el oído.
- Más peligroso que un bizco con un rifle.
- Más peligroso que una aguja en un sancocho.
- Más peligroso que un tigre amarrado con una cabuya.
- Es más macho un timbre.
- Es tan viejo, que cuando estaba chiquito no jugó a los caballitos, sino a los dinosaurios.
- Es más vieja que la moda de andar a pie.
- Es más viejo que un solar de Cartago.
- Es tan viejo que conoció al Corazón de Jesús, de pantalón corto.
- Es tan viejo que cuando chiquito el río Magdalena venía en Neiva.
- Por ahí no sube ni un gato herrado.
- Es más amarrado que casa de bareque.
- Ladra de noche para economizar perro.
- Es más duro que el ala de lora.
- Es más peligroso que una sopa de anzuelos.
- En el Páramo hace tanto frío que les da reumatismo a los sapos.
- Más goterero que una carga de quesos.
- Se despide más que un borracho.
- Es más fácil elevar una cometa de cemento.
- Este sí se pega a un avión fallando.
- Más quebrado que un tabaco en el bolsillo de atrás.
- Es pelea de tigre con burro amarrado. Es pelea de cucaracha patas arriba, con vieja chancleta en mano.
- Echa más lengua que perro tomando sopa.
- Estorba más que un loco en la oficina.
- Juega más que un gato en una estera rota.
- Dura más un bizcocho en la puerta de una escuela.
- Es pelea de toche con guayaba madura.
- No cumple ni años.
- Más trasnochador que un bombillo.
- Es más fácil sacar un mico del guadal a punta de consejos.
- Es más fácil parar un metro de gelatina.
- Es más fácil coger un relámpago por el rabo.
- Es más difícil que inflar un costal a punta de viento.
- Es más fácil encontrar a un gato bañando ratones.
- Es más falso que un billete de tres pesos.
- Más peligroso que un loco con un rifle.
- Más malo que Caín.
- Más malo que Andrés Pastrana e Iván Duque.
- Más serio que un tramposo.
- La última y nos vamos.
- Es más dañino que un mico en un pesebre.
- Tiene más papeles Tarzán.
- Tiene más condiciones que un tute.
- Chilla más que una canastada de pollos.
- Prende candela debajo del agua. Está más empolvado que cucaracha.



«El humor en los tiempos del cólera»

EL FANTASMA



La industria audiovisual colombiana recibió con suma tristeza el fallecimiento de Ana Piñeres, gestora y productora que impulsó el desarrollo del cine y la televisión.

Hay luto en el cine y la televisión colombiana, pues Ana Karime Piñeres Angarita impulsó producciones colombianas a lo largo de su vida, falleció en la madrugada del 20 de marzo de 2023 en compañía de sus seres queridos.

Por medio de un comunicado, la productora colombiana CMO Producciones, perteneciente a Clara María Ochoa confirmó la noticia y lamentó la pérdida de su vicepresidenta y productora ejecutiva.

«Nuestra amiga y compañera, Ana Piñeres Angarita deja un gran legado del cual estamos orgullosos y que sin duda alguna seguirá marcando la memoria audiovisual del país».

Ana Piñeres Angarita consiguió «importantes logros para la industria cinematográfica en Colombia y América Latina» y también «se destacó por su amor y pasión para la creación y producción de historias para el cine y la televisión que quedarán en la memoria histórica del mundo».

La comunicadora social ocañera participó en series y novelas como 'Tarde lo conocí', 'La Niña', 'La Ronca de Oro', 'Pasión de Gavilanes', entre otras.

Esta semana comienza «El Desafío».

En esta oportunidad, 32 participantes de distintas regiones del país saltarán



Shu Qi

y se sumergirá en la aventura más impactante de sus vidas en la que descubrirán ese desafiante que llevan dentro.

Desde el primer momento en la ciudad de las cajas los desafiante demostrarán de qué están hechos, y en una primera prueba, se jugarán el nombre de sus equipos entre Alpha, Beta, Gamma y Omega. De esta misma manera, según el orden de llegada, recibirán dinero para dar inicio a la competencia.

En esta versión 19 del reality, los participantes tendrán nuevos desafíos, entre ellos aprender a manejar el dinero en equipo, sobrevivir en la intemperie y por sus propios medios en playa baja, el temido territorio a donde inevitablemente llegarán los participantes que no logren superar las exigentes pruebas.

Los ganadores serán un hombre y una mujer, y durante la competencia habrá 1.400 millones de pesos en juego en premios.

Será la última grabación en Tibia, un municipio que los recibió durante la pandemia.

En junio se llevará a cabo el encuentro entre el Barcelona y Millonarios. El virtual campeón de la Liga española estará en Bogotá enfrentando al equipo azul.

Uno de los invitados especiales será el ex jugador Gerard Piqué.

Al hacerle la cordial invitación al ex defensa del azul grana, simplemente contestó: «Déjeme pensarlo».

elfantasmaprimicia@gmail.com

LUNES 21

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

PRIMICIA



DIARIO

AÑO 4 - EDICIÓN 1358 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA MARZO DE 2023

La Tierra y Marte:



Marte y la Tierra, la estructura interna se divide en tres regiones bien diferenciadas: corteza, manto y núcleo. Sin embargo, contrariamente al caso de la Tierra, en núcleo de Marte es sólido y no crea su propio campo magnético. Existen, es sí, campos magnéticos locales, restos «fósiles» de un campo global que pudo existir como consecuencia de un núcleo parcialmente líquido, como en el caso terrestre.

Bogotá:

**LA PEOR
TEMPORADA
DE INVIERNO**



**GOBIERNO
ANUNCIA APOYO
A LA MINERÍA
ARTESANAL**