

MARTES

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

PRIMICIA



DIARIO

AÑO 4 - EDICIÓN 1488 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA ENERO DE 2023

Mar Muerto:

EL SITIO MÁS BAJO DE LA TIERRA



El Mar Muerto es un lago salado a 400 metros bajo el nivel del mar, el punto más bajo de la Tierra, su agua rica en minerales y barro negro.

Tema del Papa y el presidente
de Colombia:

LA PAZ DE COLOMBIA Y EL MUNDO

Papa Francisco:

«EL CORRUPTO FINGE SER HONRADO, PERO SU CORAZÓN ESTÁ PODRIDO»

Tema del Papa y el presidente de Colombia:

LA PAZ DE COLOMBIA Y EL MUNDO

«De Davos, Suiza, partimos a reunión con el Papa Francisco», indicó el mandatario al partir hacia la nación europea desde Guatemala, donde asistió a la posesión del presidente Bernardo Arévalo.



El papa Francisco, recibirá en el Roma al presidente de Colombia, Gustavo Petro.

Javier Sánchez
Enviado Especial
Ciudad de Guatemala.

El presidente Gustavo Petro Urrego anunció que se reunirá esta semana con el Papa Francisco en Roma, a su salida de Suiza hacia Colombia y luego de participar en distintas actividades en el Foro Económico Mundial de Davos.

«De Davos, Suiza, partimos a reunión con el Papa Francisco. Hablaremos de temas como la paz de Colombia y del mundo», indicó el man-



Mientras que el Papa Francisco y el presidente de Colombia, Petro, promueven la paz del mundo, la oposición en Colombia con el apoyo de los grandes medios busca la guerra y la polarización.

datario en su cuenta de X..

Esta será la primera reunión del presidente Petro

con el Papa como jefe de Estado. En febrero de 2022, el mandatario visitó al Papa cuando era candidato presidencial.

Pésame del Papa al Chocó

El Vaticano informó que el Papa está «profundamente apenado» por las

víctimas de los derrumbes en el departamento del Chocó.

El mensaje, suscrito por el cardenal Pietro Parolin, secretario de Estado del Vaticano, se envió a monseñor Mario de Jesús Álvarez Gómez, administrador apostólico de la diócesis de Quibdó.

Francisco ofrece sus «fervientes sufragios por el eterno descanso de los fallecidos» y «les imparte con afecto la confortadora bendición apostólica, como signo de su cercanía espiritual», concluye el documento.

Atendidas de manera integral:

VÍCTIMAS DE DESLIZAMIENTOS EN LA VÍA MEDELLÍN-QUIBDÓ

La Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres (UNGRD) anunció hoy la inversión de más de dos mil millones de pesos para llevar a cabo acciones de respuesta y recuperación en la región.

Después de la reunión del Puesto de Mando Unificado (PNUD) en El Carmen de Atrato, liderada por el presidente Petro en la mañana de este domingo, en la que orientó la toma de medidas estructurales y definitivas para la recuperación de la vía, otras entidades también se han movilizadas para una intervención rápida e integral en la región.

La Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres (UNGRD) anunció una inversión de más de dos mil millones de pesos para acciones de respuesta en la zona del desastre natural.

El Departamento para la Prosperidad Social comenzó a enviar ayudas de emergencia, consistente en 10 toneladas de alimentos y elementos para las familias damnificadas por la avalancha natural en la zona del municipio de El Carmen de Atrato, Chocó.

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), por su parte, en el marco del Puesto de Mando Unificado (PMU), dispuso una Unidad Móvil adicional para atender en la zona del desastre natural a las familias de las víctimas. «Se designó un equipo psicosocial para el cuidado de los ni-



Deslizamiento en la vía Medellín-Quibdó

ños, niñas, adolescentes, jóvenes y sus familias que se vieron afectados tras el derrumbe», sostuvo el director general (e) del ICBF, Milton Forero.

El funcionario resaltó que el equipo de atención ha brindado los primeros auxilios psicológicos, intervención en crisis a los familiares de las víctimas, apoyo emocional, orientación psico jurídica en coordinación con la Fiscalía, identificación de redes de apoyo y coordinación y articulación con las autoridades locales

y nacionales. El ICBF avanza también en el trabajo articulado con la Unidad Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres (UNGRD) para tener los censos de las personas damnificadas que permita implementar la ruta de verificación y restablecimiento de derechos de niños, niñas y adolescentes que viven en la zona afectada por el desastre natural.

También se encuentra desde hoy, en Quibdó, la ministra de Igualdad y Equidad, Francia Már-

quez, en compañía de la gobernadora del Chocó, Nubia Carolina Córdoba, con el fin de desarrollar y coordinar acciones adicionales, en articulación con las demás entidades del Gobierno nacional para atender esta emergencia.

En el PMU participaron la Gobernación de Chocó, el ICBF, el Ministerio de Educación, la Cruz Roja Nacional, el Cuerpo Nacional de Bomberos, la Unidad Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres, la Alcaldía de

Carmen de Atrato, la Policía Nacional, La Corporación Autónoma Regional, el Ejército Nacional y la Fiscalía General de la Nación.

La cifra oficial de víctimas mortales por el derrumbe es de 38 personas y 20 heridos, hasta la fecha. Rescatistas del Ejército, la Policía Nacional, bomberos, Defensa Civil, Guardia Indígena y salvamento minero avanzan en estos momentos en labores para encontrar a personas que se encuentran desaparecidas.

Campesinos denuncian:

ENFRENTAMIENTOS DE LA FUERZA PÚBLICA Y PARAMILITARES DE LA SIERRA NEVADA



Las autoridades en este Gobierno empezaron a enfrentar a los grupos paramilitares.

**Idinael Fernández C.
Santa Marta**

Momentos de pánico y temor vivieron los habitantes de la vereda Orinoco en jurisdicción del corregimiento de Guachaca, área rural de Santa Marta tras el enfrentamiento armado de la Fuerza Pública con las Autodefensas Conquistadores de la Sierra Nevada. El cruce de balas, se registró con

el arribo helitransportado de las autoridades, aún sin identificar, que llegó a la zona central de la vereda Orinoco, donde una facción de la estructura armada criminal respondió al ataque del Comando armado.

Cuentan testigos, que al parecer iban en búsqueda de un jefe de las ACSN, lo que originó el cruce a balas que puso en riesgo la integridad

de la población civil. En la incursión armada, varias viviendas resultaron afectadas por el impacto de los proyectiles que destruyó ventanas, puertas, techos y paredes de los humildes inmuebles situados en la mencionada vereda. «Fueron momentos de temor lo que vivimos, llegaron en helicóptero y luego escuchamos los disparos, muchos salimos corriendo, buscando refugio

para no ser alcanzados por los proyectiles. Ahora nos dicen que era un operativo para capturar a una persona», relató un campesino que pidió reserva de su identidad.

ACSN pide intervención del presidente Petro

A través de un comunicado, el vocero de las ACSN alias «Camilo», envió un mensaje al presidente Gustavo Petro, con el

fin de que intervenga a la brevedad posible para evitar que la población civil sea blanco de estos enfrentamientos armados en la Sierra Nevada. En el vídeo solicita agilizar la mesa de diálogos, autorizando el cese al fuego bilateral para que no se registren confrontaciones armadas que pongan en riesgo la integridad física de los campesinos de la Sierra Nevada.

Luego de tenerle fobia :

MUJER VIVE CON 35 TARÁNTULAS

Una mujer inglesa de 33 años, que durante toda su vida les tiene fobia a las arañas, aseguró que ya venció ese temor gracias a una terapia.

Vanessa Woods vive con 35 tarántulas en su casa. El caso sorprendió a todo el mundo. Una mujer vive con 35 tarántulas en su casa

«De verdad que no me gustaban las arañas y el simple hecho de pensar en tener una tarántula me habría hecho querer arrancar», dijo Woods a BioBioChile.

«Decidí tener una tarántula después de ver



Las tarántulas muerden con los colmillos. Hay dos segmentos en estos: uno que pincha a su presa e inyecta el veneno y el otro, en la base del colmillo, que hace accionar la sustancia. Sin embargo, en Costa Rica no hay tarántulas que tengan un veneno letal para los humanos. Foto: Karla Richmond.

videos y leer acerca de ellas, porque parecían ser animales interesantes», añadió la mujer, quien recordó haber estado nerviosa cuando compró su primer arácnido.

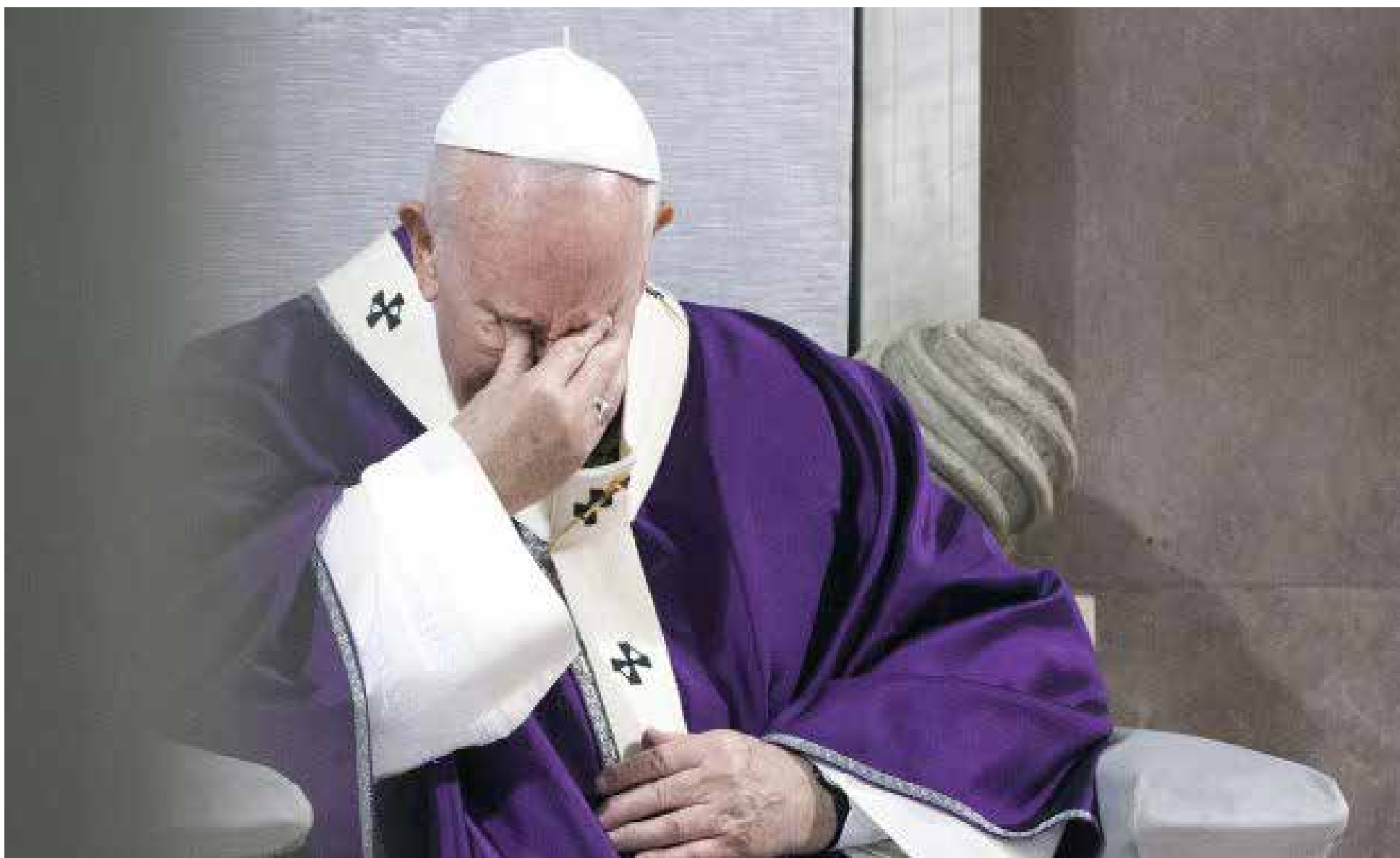
«Al poco tiempo descubrí que no son peligrosas y que son fascinantes de observar», afirmó el valiente joven .

Consultada por diferentes portales de noticias sobre la reacción de la gente sobre su estilo de vida, la mujer, que actualmente reside en Wymondham, un condado del noreste de Inglaterra, señaló que esta «ha sido positiva».



Papa Francisco:

«EL CORRUPTO FINGE SER HONRADO, PERO SU CORAZÓN ESTÁ PODRIDO»



La tristeza del papa Francisco es grande al comprobar que la corrupción se ha tomado todos los estamentos de la sociedad.

«Aunque pecador, que todos lo somos, un hombre no puede ser corrupto. No se puede vivir con la muerte en el alma», dijo en un duro discurso.

El papa Francisco afirmó durante su audiencia general, que existen «falsos cristianos», que son mafiosos o corruptos, y que «al final terminarán mal

«Pensemos a los llamados mafiosos cristianos, que de cristianos no tienen nada. Se dicen cristianos, pero llevan la muerte en el alma y a los demás», lamentó el papa.

También advirtió contra los «falsos cristianos, que dicen que Jesús ha resucitado y que viven una vida nueva, pero después viven una vida

corrupta y estos cristianos acabarán mal».

«El corrupto finge que es una persona honrada, pero al final su corazón está podrido», agregó el pontífice argentino.

A los fieles católicos les recordó que «este anuncio es también una llamada a la responsabilidad en la misión (...) para vivir como hombres re-

sucitados, que hacen del mundo un espacio nuevo donde ser instrumentos de consuelo y esperanza para aquellos que sufren todavía hoy la humillación y la soledad».

Dijo que cuando era pequeño pensaba que la Pascua era la Navidad, pero que la «Pascua es la fiesta de nuestra salvación» y relató que «en algunos países el día de

Pascua, cuando se oyen las campanas, las abuelas llevan a los niños a lavarse los ojos para ver las cosas de Jesús, las cosas nuevas». Ahora la fiesta la quieren hacer los corruptos quienes atentan directamente contra un pueblo, expresó el máximo jerarca de la iglesia católica en el mundo, al condenar la corrupción en plena pandemia.

100 familias campesinas del Caribe colombiano:

RECIBEN 600 HECTÁREAS DE TIERRA PARA PRODUCIR

En Majagual (Sucre), la Agencia Nacional de Tierras entregó 515 hectáreas listas para producir a 48 familias campesinas organizadas en una asociación.



110 familias campesinas del Caribe colombiano recibieron 591 hectáreas de tierra fértil de parte del Gobierno del Cambio, a través de la Agencia Nacional de Tierras (ANT), específicamente en la región de La Mojana y en el municipio de Baranoa (Atlántico).

En la costa Caribe 110 familias campesinas recibieron 591 hectáreas de tierra fértil de parte del Gobierno del Cambio, a través de la Agencia Nacional de Tierras (ANT), específicamente en la región de La Mojana y en el municipio de Baranoa (Atlántico).

La ANT entregó 515 hectáreas de tierra aptas para la producción del predio Santa Fe a 48 familias organizadas en la Asociación de Pequeños Productores Agropecuarios Unidos (Asopromojana), ubicadas en el municipio de Majagual (Sucre).

El director de la ANT, Gerardo Vega, destacó que estas familias ahora son propietarias de un terreno por el cual pagaban arriendo para sembrar arroz y patilla. En estos terrenos se podrá adelantar la producción de cultivos de yuca, ñame, plátano o de pescado, según la época del año y condiciones climáticas.

«Con esta entrega avanza la reforma agraria en el Caribe, una de las prioridades de nuestra entidad y del presidente Gustavo Petro. Muchos campesinos de esta región históricamente han trabajado en tierra prestada o arrendada. Hoy

estamos cambiando esa historia haciendo al campesino asociado propietario para garantizar la productividad del campo», dijo.

Explicó que esta asociación campesina nació durante la pandemia como una idea de las familias para salir adelante en medio de esa crisis.

«Hoy agradecemos al Gobierno Nacional porque ya no tendremos que trabajar en tierra ajena, para nosotros los jóvenes es una garantía para continuar en el campo, seguir trabajando como lo han hecho nuestros padres y abuelos», ma-

nifestó Paula Bravo, presidenta de la Asopromojana.

62 familias con vocación agrícola

La ANT entregó 76 hectáreas de los predios Torcoroma Segunda, El Calvario y Jubilao, a 62 familias campesinas que desempeñaban su vocación agrícola en tierra prestada.

Los predios están ubicados en el corregimiento de Pital de Megua, en el municipio de Baranoa.

Las familias beneficiadas pertenecen a la Asociación Campesina Fe y Esperanza, lo que eviden-

cia el compromiso del Gobierno del Cambio con la organización campesina. La presidenta de esta asociación campesina, Maribel de Jesús Patiño de Ortega, recalcó que gracias al Gobierno pudo cumplirles a sus compañeros, quienes hace más de dos años le dieron el voto de confianza para ser la voz de estas 62 familias que soñaban con tener tierra propia para trabajar.

Entre los beneficiarios de esta tierra hay 21 mujeres campesinas, 10 desplazados por el conflicto armado y seis integrantes de resguardos indígenas.

Plantas medicinales: CÚRCUMA REMEDIO NATURAL

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

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

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

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

Sus aceites volátiles (turmerone, atlantone y zingiberene), proteínas, resinas y azúcares, tam-



La cosecha de Cúrcuma

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

Alivia el malestar estomacal

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

Está recomendado para personas con falta de apetito, dispepsia, gastritis o digestión lenta. Los principios activos de esta especia favorecen la producción de jugos

gástricos y pancreáticos, lo que ayuda a su vez a equilibrar el pH de estos órganos.

También es recomendada para evitar los gases

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

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

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



Cúrcuma

Crónica de Gardeazábal:

DE DERRUMBE EN DERRUMBE



Gustavo Álvarez
Gardeazábal
El Porce

La única carretera que desde hace 100 años lleva de Popayán a Pasto va a volver a quedar interrumpida.

Un informe del alcalde de Rosas, del que se hizo eco la oficina de prensa

del Invías pero no el gabinete presidencial, nos ha puesto en alerta que en inmediaciones del sitio donde se presentó hace más de un año el gran derrumbe que mantuvo aislado a Nariño (y al Ecuador) del resto de Colombia, está a punto de repetirse y, de pronto, en mayor magnitud según alguno de los conocedores del terreno.

Pero lo grave no es que la batalla contra la naturaleza se haya perdido otra vez o que las soluciones que en su ignorancia geográfica terminaron hallando en el

gobierno nacional hayan sido equivocadas.

Lo grave es que los problemas que ocasiona esa falla geológica y la falta de una carretera de 5 G, tampoco se han previsto ni mucho menos corregido.

No olvidemos que lo que más falta hizo durante los meses que estuvo interrumpida la carretera fue el combustible. La solución no resultó válida importándolo del Ecuador pero la más factible, tampoco apareció. Hace 55 años Nariño pedía una refinería en Tumaco

porque creían que el petróleo del Putumayo era la panacea. Ahora hay que volver a pensar en ella.

Puede ser una opción factible si se hace para las necesidades del sur y no se piensa en macro sino en su justa medida. Habilitar el puerto para que siguiendo la táctica energética de Petro importar el combustible, debería haber sido una prioridad.

Ni lo fue ni lo será. Como tampoco lo fue una carretera de verdad que una a Pasto y Popayán por otra

ruta, como se había considerado.

En el fondo para Nariño no hay ni cariños ni reconocimientos ni contemplaciones desde cuando hace 200 años Agustín Agualongo no apoyó a los ejércitos libertadores.

Desde entonces el país volvió un cuento pastuso su responsabilidad en ayudar y vincular más estrechamente a esos compatriotas caprichosos, pero quizás más inteligentes que los gobernantes santafereños.

El Peñón:

TURISMO DE ALTURA

Primicia Diario

El Peñón es una altura que se ha convertido en uno de los grandes centros de turismo de Antioquia.

Se le llama como el Peñón de Guatapé a un monolito de 220 metros de altura localizado en el municipio que lleva su nombre y cercano a un embalse, con más de 1.240 millones de metros cúbicos de agua genera el 30 por ciento de la energía que el país consume, provoca encantamiento y ofrece posibilidades de la práctica de deportes náuticos y pesca.

El Peñol Guatapé es el embalse de regulación más grande del país y hace parte de una de las cadenas hidráulicas que más energía le aporta al Sistema. Permite almacenar agua en los meses de invierno en Colombia (mayo a noviembre), para utilizarla durante los meses de verano (diciembre a abril), y de este modo contribuir al suministro energético del país durante todo el año.

Según la intensidad de las lluvias, el embalse puede descender más o menos al llegar el mes de abril, cuando finaliza el verano. A partir de mayo, comienza la recuperación del embalse, hasta llegar a su nivel máximo en noviembre.

La Piedra, compuesta por cuarzo, feldespato y mica, fue escalada por



El Peñón de Guatapé a un monolito de 220 metros de altura localizado en el municipio que lleva su nombre .

primera vez en 16 de julio de 1954 por un habitante de la zona, Luis Eduardo Villegas López en compañía de Ramón Díaz y Pedro Nel Ramírez. Actualmente se puede acceder a su cumbre subiendo 740 escalones contruidos en el monolito.

Después de que todo un pueblo fuera inundado para llevar a cabo la construcción del embalse, este municipio fue reubicado convirtiéndose en un destino turístico donde sus principales atractivos son la «Piedra del Marial», un lugar de peregrinación religiosa, su templo construido simulando una piedra y la Casa museo, lugar donde se puede conocer la historia de la inundación del pueblo y por supuesto los múltiples atractivos

que se derivan del embalse.

Un poco de historia

La historia cuenta que la Piedra del Peñol, fue un elemento de adoración para los indígenas que en tiempos prehispánicos habitaron la región, y durante la época colonial se gestaron leyendas tan famosas como la del diablo que intentó llevársela varias veces, a ello se le atribuye la gran grieta que presenta en el pie de su costado occidental.

En 1954 la que se llamaría peñón de Guatapé era mirada como un estorbo por los habitantes de ese entonces ya que solo se dedicaban a la agricultura y estaban lejos de creer que sería el futuro del oriente. En la actualidad la fama de su

belleza se ha extendido a todos los rincones del mundo.

Luis Eduardo Villegas fue el único que la miro con ojos de futuro y progreso para la zona.

Son ya 50 años de lucha y trabajo en que se ha logrado sacar del anonimato y olvido esta mole.

Su historia data del año 1954 cuando por un reto del padre Alfonso Montoya, párroco de Guatapé, a sabiendas que vendrían escaladores de diferentes lugares del mundo, a tomar el reto de escalarla, en misa lanza la expresión que «los sapos no suben a las piedras» y como reto lo asume don Luis Eduardo Villegas y en compañía de Ramón Díaz y Pedro Nel Ramírez se les adelanta

a todos y logran escalar esta maravillosa mole y tras 5 días de aventura logran el 16 de julio de 1954 izar una camisa en lo alto.

Varias escalas de madera le sucedieron antes de las seguras escalas de concreto que posee en la actualidad, con doble vía, una para subir y otra para bajar. En un futuro, llegará a poseer un moderno teleférico, lo que posibilita el ascenso a más personas, incluso aquellas que poseen alguna discapacidad.

Las marcas que posee la gran roca GI data de cuando querían escribir el nombre GUATAPE pero una norma que prohibía intervenir este tipo de atractivos les impidió terminar su trabajo.

El lugar se encuentra rodeado de un sinnúmero de negocios de artesanías de la familia Villegas, donde se pueden adquirir recuerdos elaborados por artesanos de la zona, también encontramos una buena zona de restaurantes, finca hoteles, hosterías y hoteles de gran categoría.

El transporte es permanente y se pueden utilizar las famosas moto chivas, versión en miniatura de las chivas paisas al mejor estilo del municipio de Guatapé, para recorrer las calles de este bello municipio de Antioquia Famoso además por sus Zócalos multicolores y multiformes. TODO UN PASEO QUE VALE LA PENA VIVIR en todo su esplendor.

Ya circula VIDA:

EL NUEVO MEDIO DE COMUNICACIÓN DE LA PRESIDENCIA DE COLOMBIA



importantes realizaciones, en el marco del Plan de Desarrollo del Gobierno del Cambio, en justicia social, económica y ambiental en los territorios y brinda datos de interés al ciudadano sobre trámites, subsidios y beneficios.

La opinión también tiene espacio en VIDA. Voces como las de Margarita Rosa de Francisco, el escritor Gustavo Álvarez Gardeazábal, el delegado del gobierno en los diálogos de paz, Yezid Arteta; el dirigente gremial José Félix Lafaurie y el caricaturista Julio César González Quiceno, 'Matador' colaboran en la edición.

El amplio contenido del periódico se complementa con una sección de pasatiempos y una galería gráfica con los instantes más significativos en la agenda del gobierno y los rostros de la gente en los territorios.

El periódico del Gobierno Nacional que ha causado polémica en el país

Comenzó a circular VIDA, el nuevo medio de comunicación impreso de la Presidencia de la República, que brinda a la sociedad colombiana información

sobre los avances del cambio en los distintos ámbitos del desarrollo del país.

Consta de 24 páginas a color y empezó circular —de manera gratuita— en los 32 departamentos del territorio nacional,

con el objetivo de hacer de Colombia una Potencia de Vida. VIDA, que tendrá una publicación mensual, fue producida por el equipo de periodistas de la Sala de Redacción de la Secretaría para las Comunicaciones y Prensa de la Presidencia

de la República. El tema central de VIDA, en esta primera edición, hace un análisis de cómo avanza la reforma agraria en Colombia, favoreciendo a cientos de campesinos en distintas partes del país con tierras para la paz. Registra también



ISSN: 2323-0606
Víctor Hugo Lucero Montenegro
Fundador

Javier Sánchez L
Director (e)

Víctor Hugo Lucero Carmona
Jefe de Redacción

Catherine Rodríguez Duque
Coordinadora de editores

Pedro Fuquen
Editor de Turismo

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

William Fonseca
Gerente

Andrés Felipe Betancourt Pabón
Director Comercial

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

Correo electrónico:
primiciadiario@gmail.com

Teléfono 3002196363 – 3002124304

Bogotá, D.C.-
Colombia - Sur América

Educación para la empatía:

UN CAMINO HACIA LA INCLUSIÓN EN LA SOCIEDAD ACTUAL



Menús y cartas digitales en restaurantes: salud, sostenibilidad y futuro

Eduardo Frontado Sánchez

En la vertiginosa realidad que vivimos, donde la inmediatez y los recursos tecnológicos dominan nuestra rutina, es fundamental detenernos a reflexionar sobre la importancia del proceso educativo. En medio de esta vorágine, ¿estamos realmente preparados para ser seres humanos íntegros capaces de enfrentar cualquier situación? La tendencia actual a hablar de empatía y encuentro con el otro se

ha vuelto omnipresente, pero ¿entendemos verdaderamente su significado y lo internalizamos como parte esencial de nuestra existencia? En este contexto, la educación emerge como un factor preponderante en nuestras vidas, una necesidad imperante que a menudo pasamos por alto.

En la sociedad contemporánea, marcada por alergias alimentarias y diversas restricciones, los restaurantes y lugares de comida deben estar preparados para enfren-

tar estas realidades. Sin embargo, resulta preocupante observar que, a pesar de preguntar sobre posibles intolerancias, muchos establecimientos no están debidamente equipados para atender estas necesidades, poniendo en riesgo la salud de los comensales.

La diversidad y la inclusión son temas candentes, pero ¿Cómo las entendemos? ¿Son una cuestión de educación o simplemente una moda pasajera? La cocina, por ejemplo, es un espacio donde se prepara para

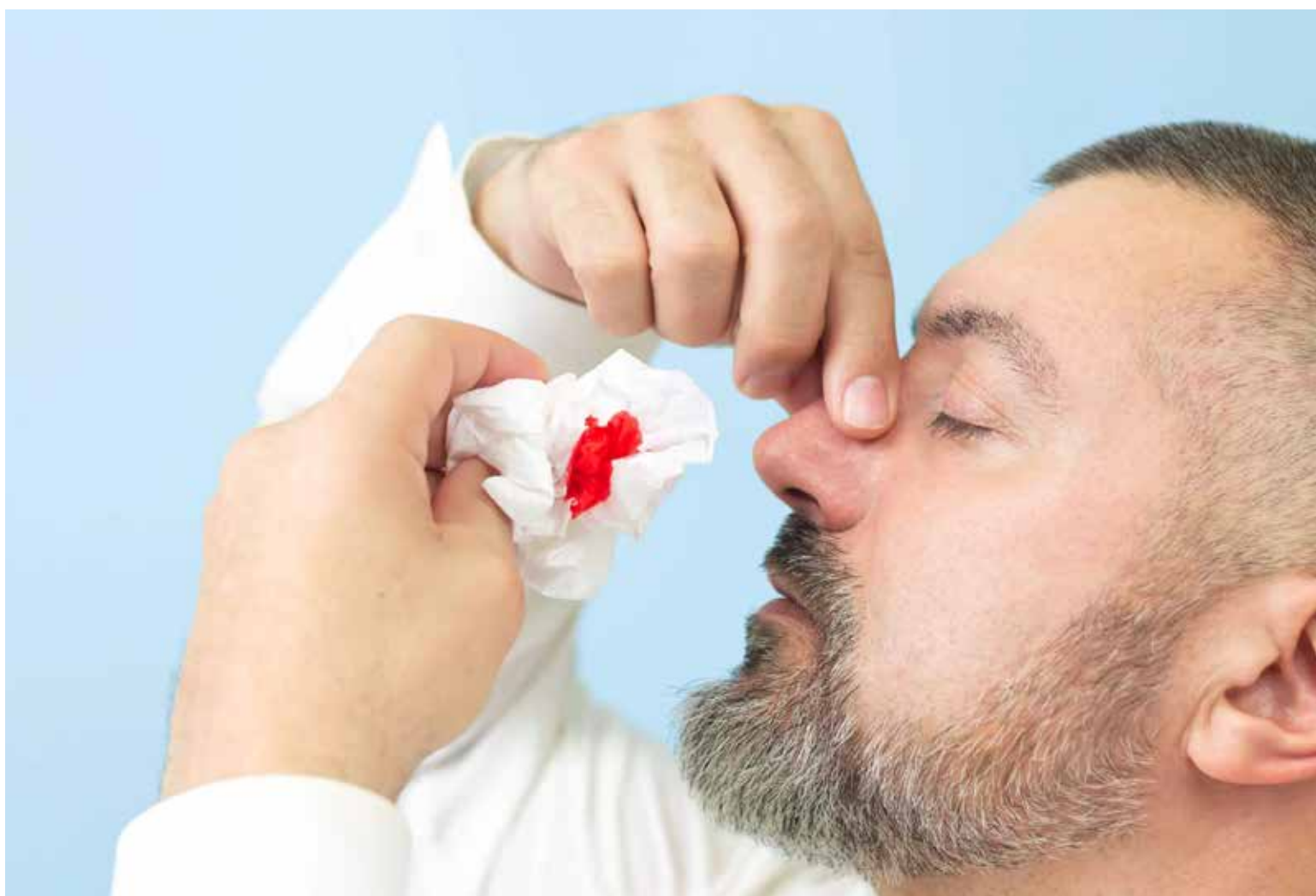
diversos gustos, pero es igualmente esencial adaptarse a las necesidades y requerimientos de aquellos que llegan con la esperanza de disfrutar de una comida sin preocupaciones.

Este planteamiento no busca exaltar las diferencias, sino fomentar una mentalidad abierta, inclusiva y empática. La empatía, entendida como la capacidad de ponerse en los zapatos del otro, se convierte en un pilar esencial para la construcción de una sociedad más comprensiva.

Personalmente, aprecio el acto de comer como uno de los grandes placeres humanos, pero entiendo que para quienes padecen intolerancias o alergias, esta experiencia puede convertirse en una verdadera tortura al elegir dónde y qué comer. Recordemos siempre que lo humano nos identifica y que la diversidad, lejos de separarnos, nos une. Trabajamos en colectivo por una sociedad cada vez más inclusiva, menos limitada y más abierta a abrazar lo diferente.

Secretos:

¿QUÉ HACER CON UNA HEMORRAGIA NASAL?



La nariz es el área más vascular del cuerpo humano

Fabio González Peña M.D.

Cualquier trauma a la nariz, un golpe contra una pared, una pelea en el patio de la escuela o una caída pueden hacer que sangre o posiblemente quebrarla y casi siempre, originar hinchazón.

Es más difícil detener la sangre de una nariz hinchada, porque usted no puede apretar muy bien las fosas nasales, y es probable que el líquido sanguíneo venga de pasajes que están muy

atrás, por lo que de todas formas usted no puede cerrar.

La nariz es el área más vascular del cuerpo humano, esto significa que los pasajes nasales están llenos de capilares y venas, muchos de ellos situados justamente debajo del delgado recubrimiento interior de las fosas nasales.

Consejos médicos en casa:

Cierre la nariz y abra la boca. Siéntese, incline la cabeza un poco hacia adelante, apriétate la parte suave de la nariz de-

bajo del puente óseo. Al mismo tiempo, mantener abierta la boca ayudará a respirar. Tener la cabeza inclinada hacia adelante evita que la sangre baje por la parte trasera de la garganta, lo que puede causar que tosa, se ahogue o que escupa sangre. Solo se necesita una pequeña inclinación de la cabeza, porque de otra forma causaría demasiada presión en la cabeza y en la nariz.

Por eso en el antiguo cuento de comadres de que acostarse es lo mejor, no solo es viejo sino también incorrecto.

Si la sangre no se detiene después de unos 20 minutos, aplíquese presión por otros 20 minutos o algo así. Si para este tiempo la sangre no se detiene, vaya a ver al doctor o a la sala de emergencia.

Enfríe su nariz. Si su hemorragia nasal es persistente, el hielo puede detener rápidamente el flujo de sangre. Hay estudios que han mostrado que chupar hielo puede comprimir los vasos sanguíneos.

Se recomienda ponerse en la frente y en el puente

de la nariz una compresa fría de hielo envuelta en una toalla o un paño.

También ponerse hielo envuelto en una toalla delgada puede ser muy efectivo.

Incluso después de que la hemorragia nasal se detiene, una compresa fría puede llegar a comprimir más los vasos sanguíneos.

Use un atomizador para detener la sangre. Los atomizadores descongestionantes nasales de venta sin receta pueden ayudar a detener una hemorragia nasal. Rocíe las fosas nasales cada 10 minutos cerca de una hora para comprimir los vasos sanguíneos. Acuérdesse que si no le funciona toca acudir al especialista.

Mantenga calmado al niño. Llorar y moquear sólo va a prolongar la hemorragia.

No moleste su nariz. Resiste la tentación de sonarse la nariz, estornudar, o moquear después de que se le detuvo la sangre. Si lo hace, puede arrancarse el coágulo y va a empezar a sangrar otra vez. Además, trate de no doblarse hacia adelante por un rato, ya que esto crea presión en los pasajes nasales. Y si tiene que sonarse la nariz hágalo con suavidad

Chontaduro:

FRUTO DEL AMOR



El chontaduro es apetecido en las calles de Bogotá

Fernanda Martínez Z.

Varios mitos y leyendas se han constituido en torno al chontaduro. Ha sido comparado con el viagra y de ello dan testimonio los frecuentes consumidores. Hombres y mujeres se alimentan de la fruta y hablan bellezas de los resultados.

Esta fruta procede de una palmera que puede llegar a alcanzar los 20 metros de altura y se encuentra en países de Latinoamérica que disfrutan de un clima tropical, es muy popular en países como Colombia, Ecuador, al igual que en Costa Rica, Panamá, Perú, Venezuela, y Brasil.

Al chontaduro, se le ha definido como el 'huevo vegetal' para destacar



El chontaduro caucano es el más apetecido

sus importantes propiedades nutricionales, pues es rico en aminoácidos esenciales, proteínas, ácidos grasos poliinsaturados omega 3 y omega 6, fibra, vitaminas A, C y D, carbohidratos, y minerales como hierro, magnesio, fósforo y calcio.

El mito no acaba en las presuntas proezas sensuales a las que incita, se extiende a la fertilidad, que las vendedoras callejeras vocean con asiduidad, «El que come chontaduro, muchacho seguro» o el anuncio verbal de «Se acuestan dos y amanecen tres» con que las vendedoras tradicionales pregonan las bondades del producto.

La miel, la sal y algunas veces el limón, se deslizan sobre su cuerpo ovoide y lo rodean con gustosa complacencia. Su color rojo o naranja encendido y su textura seca y carnosa son una combinación irresistible que desata una fiesta gustativa y visual. Al llegar a la boca para deleitar a sus amantes, el chontaduro, anónimo rey de las esquinas, se deshace lentamente en el paladar y, no contento con eso, llega al estómago para convertirse en fuente invaluable de energía y nutrientes.

El chontaduro, rico pero todavía poco valorado fruto típico sigue consumiéndose solo o acompañado de sal, miel o limón en esquinas, parques y semáforos..

EL GUSTO POR LAS IGLESIAS

María Angélica Aparicio

Tres embarcaciones arribaron en 1492 a una pequeña isla en medio del Océano Atlántico. «Tierra, tierra», había gritado Rodrigo Triana cuando vio, con su catalejo de metal, un montículo cubierto de vegetación que flotaba en el agua. El pedazo de tierra era una parte mínima del archipiélago de las Bahamas, ubicado a 504 kilómetros del estado de Florida. Pronto se inició el desembarco de las naves. El hombre importante de aquella travesía, un Almirante, vestía zapatos de charol, sombrero y otras prendas más, inapropiadas para el clima tropical. Era un marinero avezado, también cartógrafo, que se dio a conocer en Europa como Christophorus Columbus.

No hubo desmayos cuando los indígenas —casi desnudos— se cruzaron con la caravana de hombres que había desembarcado. Pero sí hubo ruidosas carcajadas al notar los atavíos que tenía puesto don Christophorus. Con semejante calor, en una isla que invitaba al uso permanente del taparrabo, o a lucir la piel tal como se veía en un espejo, parecía un extravagante payaso. Los tripulantes que le acompañaban soltaron a su vez la risotada, cuando vieron los adornos de oro —orejeras y narigueras— colgando del rostro de los indígenas.

Superado el susto por los trajes y la ambición por las joyas, las naves españolas acapararon la atención de los indígenas. Aquellas embarcaciones —carabelas y nao— que habían traído los españoles, eran gigantes monstruos que se sostenían en el agua. Construidas de madera, con mástiles, velas triangulares y un mirador de vértigo, en nada se parecían a las canoas que se elaboraban en



Llegada de los español a América de Indias.

la isla. Bajo la cubierta de la Nao —la Santa María— se encontraba el camarote del Almirante Columbus. Las canoas de los nativos eran tan, tan pequeñas, —medían lo que medían cinco indios acostados— que no tenían dormitorios para nadie. Apenas podían guardarse los remos y olvidar en el piso, si sucedía, un racimo de peces atados a una cuerda.

Las ideas dominantes de los españoles, llegaron aquí cuando el asunto de las carabelas y las canoas pasó la página. Los españoles dejaron esta isla —llamada Guanahaní (San Salvador)—. Siguieron su ruta por las islas más cercanas: Haití, Puerto Rico, Jamaica, República Dominicana, hasta tropezar con las costas de Venezuela y llegar a Colombia. Se metieron por el río Magdalena y aterrizaron —entusiasmados— en las tierras de los indígenas Muisca. Durante su travesía no vieron una sola Iglesia, ni gótica, neoclásica o barroca, para celebrar misa en agradecimiento a sus conquistas. En España, las iglesias abundan por montones.

Pronto nuestro país se volvió un virreinato —el virreinato de Nueva Granada— y como colonia española que era, aparecieron pueblos desparramados por el territorio. Con doce chozas y una iglesia —la del Humilladero—, quedó constituida Santa Fe de Bogotá al modo español. En el centro —localidades de la Candelaria y la Catedral— se levantaron los edificios del gobierno, las casas coloniales, las mercerías, las calles polvorientas. Se combinaron los conventos religiosos con las iglesias católicas, por supuesto, menos decoradas y artísticas que los templos religiosos de Austria, España, Francia y Portugal.

Las iglesias se contaban entre los edificios más altos de Santa Fe de Bogotá. Era fantástico echar un vistazo desde un balcón de madera, y distinguir los techos y sus campanarios. A veces resultaba grato escuchar su gong, el gong de las campanas, para acudir a misa. Los templos de la Tercera, la Veracruz y San Francisco —localizadas hoy en la Avenida Jiménez— quedaban a escasos metros en-

tre sí. Era una pintoresca aventura visitar el interior de las tres para descubrir la gran riqueza de la época: pinturas ejecutadas por autores criollos y españoles; crucifijos, púlpitos, esculturas, bóvedas, altares, retablos, tumbas, hasta capillas laterales.

Otras iglesias decoraban el entorno de Santa Fe de Bogotá: San Francisco, las Aguas, Egipto, la capilla del Sagrario, la Catedral Primada. La gente acudía a las iglesias con sus mejores prendas. Entraban con fe. Los sacerdotes utilizaban el púlpito para dar los sermones, y los mestizos —con su silencio de sepulcro— rezaban las oraciones con fervor. El mismo recogimiento lo practicaron por años los indígenas Muisca en su templo de Sogamoso. Y la misma fascinación —respeto absoluto— la transmitieron en las lagunas y cerros del altiplano cundiboyacense.

El gusto de los españoles en nuestra tierra, también tuvo eco en las iglesias radicadas en España. La catedral de Santa María de Toledo es un templo gótico

de arriba abajo, lo «in» en esta clase de estilo arquitectónico. Sus últimos retoques se dieron en el reinado de los Reyes Católicos —Fernando e Isabel—. Contemplar su fachada externa —tiene 92 metros de altura— propicia variadas sensaciones: altura de vértigo, mano de obra agotadora, miles de piedras utilizadas para levantarla, trabajo arduo. ¡Imponente! Traspasar sus puertas —tiene seis— invita a la meditación, pero también, a ver su interior desde los ojos del arte: retablos, vitrales, lámparas de cristal, esculturas, trabajos en madera, murales, iluminación natural.

Desde 1882 se viene construyendo la Basílica de la Sagrada Familia. Barcelona es la ciudad que sostiene esta obra magnífica, brillante, jamás puesta en la mente de otros, obra del arquitecto catalán Antonio Gaudí. Cientos de personas entre españoles y europeos vienen —al día— a sentirse chiquitos dentro de esta colosal estructura en la que trabajó Gaudí durante incontables horas de su carrera profesional. Tanto su fachada externa como su interior, son una invitación a conservarla intacta, sin roturas, sin eslóganes; una invitación a vivir un auténtico silencio. Cuando se acabe, —en el 2026—, tendrá un total de 18 torres. ¡La locura! Esta basílica, única en sus formas, en su verticalidad, en sus desafíos, representa el máximo orgullo de Cataluña, es uno de los grandes tesoros de España. No tiene ninguna otra iglesia, fuera del Vaticano, que pueda competirle como obra artística y religiosa. Tras 141 años de trabajo incansable, la terminación de la Basílica se dará —si todo sale de acuerdo a lo planeado— dos años después de culminar la ardua restauración de la Catedral de Notre Dame en París.

Paula Bernal :

DESDE LA CUNA SU PINCEL PINTA LA NATURALEZA



Paula Bernal es una artista de una sensibilidad total con la naturaleza. Busca utilizar el arte como el medio idóneo para encontrar la consciencia social que permita, además de enviar un mensaje, motivar una acción verdadera encaminada a lograr la transformación positiva del entorno. Foto Primicia- Junior.

**Víctor Hugo
Lucero Montenegro
Primicia Diario**

Paula Bernal es una artista de una sensibilidad total con la naturaleza. Busca utilizar el arte como el medio idóneo para encontrar la consciencia social que permita, además de en-

viar un mensaje, motivar una acción verdadera encaminada a lograr la transformación positiva del entorno.

Nuestra invitada considera que el arte es la vida en sí, es un idioma universal que trasciende por medio de soluciones plásticas, que cuentan sucesos del entorno del

artista en forma de denuncia o en forma autorreferencial.

Primicia Diario logró que Paula Bernal le concediera una entrevista, en los siguientes términos:

**¿Quién es
Paula Bernal?**

Soy artista y cantautora de Colombia, nacida en

Bogotá; estoy dedicada por completo a las artes plásticas y a la música. Soy amante de los animales, y paisajista ciento por ciento. Vivo inspirada por la música a cada momento, la cual ha sido el inicio de muchas de mis pinturas e ilustraciones.

¿Cómo se inició usted como artista?

Me inicié como artista hace ocho años, en el festival multicultural de Facatativá. En el año 2010 comencé la carrera de bellas artes, en la Universidad El Bosque, donde cursé cinco semestres; luego, decidí cambiar de academia debido a la intensidad de los cursos teóricos; eran geniales, y me alimenté por completo. Pero me hacía falta el quehacer del artista, el taller, «la cocina», como decían mis maestros, para emprender un camino como artista. Así que terminé mis estudios en la Universidad Antonio Nariño, la cual me brindó los mejores conocimientos y mil técnicas para expresarme.

¿De dónde nació su vocación por el arte?

Mi vocación por el arte empezó en casa, acompañada de una artista empírica: mi mamá. Nuestras tardes eran de pintura y collage, así son desde que lo recuerdo hasta ahora. Mi mamá es el motor y la influencia en mi vida como artista.

¿Cuál ha sido su trayectoria?

Después de los encuentros del año 2008 en Facatativá, tuve la oportunidad de participar en diferentes ferias artísticas en la localidad de Engativá. Luego, estuve en Graffiteros por la paz; Una sola revolución; el Festival Cultural Seres Terrestres; el Festival Cuida Natura; y en la inauguración de Makonnen Family, por medio de convocatorias y autogestión.

Durante el transcurso en la academia ilustré dos artículos sobre urbanización y el estado de los cerros orientales de Bogotá, para la revista NODO, de la Universidad Antonio Nariño. Y hace contados días realicé mi primer montaje y primera muestra en la galería El Gato.

¿El arte qué significado tiene para usted?

El arte es la vida en sí, es un idioma universal que trasciende por medio de soluciones plásticas que cuentan sucesos del entorno del artista en forma de denuncia o en forma autorreferencial.

¿Cuál es su estilo?

Soy pictórica, paisajista clásica; mi estilo es puro bidimensional, mezclo diferentes técnicas, pero siempre bidi.

¿En qué se inspira y qué siente al dibujar?

Me inspiro en los colores y en la forma expresiva

Paula Bernal, sostiene:

El arte es la vida en sí, es un idioma universal que trasciende por medio de soluciones plásticas que cuentan sucesos del entorno del artista en forma de denuncia o en forma autorreferencial. Foto Primicia- Junior.



Naturaleza y memoria es una obra que cuenta sucesos de tala y extinción de especies arbóreas. Este tema surge debido a la preocupación por el territorio ya que el deterioro del lugar es notable, y eso hace de mí ser sensible una obra de arte para transmitir lo que está sucediendo en nuestras montañas. La naturaleza es importante porque nos brinda vida. Foto Primicia- Junior.

que irradia la macha de la pintura, me inspira la música hip hop; me inspira el vacío y lo que observo tras mi ventana, la ciudad.

¿Por qué la naturaleza es tan importante en su obra?

Naturaleza y memoria es una obra que cuenta sucesos de tala y extinción de especies arbóreas. Este tema surge debido a la preocupación por el territorio ya que el deterioro del lugar es notable, y eso hace de mí ser sensible una obra de arte para transmitir lo que está sucediendo en nuestras montañas. La naturaleza es importante porque nos brinda vida.

¿Su trabajo ecologista tiene que ver con su posición como artista?

Mi trabajo no es ecologista ya que no busca conservación o regene-

ración de los recursos naturales. NATURALEZA Y MEMORIA es una obra denunciante que busca crear conciencia.

¿Cómo y cuál fue su primera obra?

Mi primera obra fue una canción, un poema a ritmo de rap; se llamaba Silencio.

¿Cuáles son los estilos característicos de sus obras?

Paisajismo, realismo, arte de la tierra y naturalismo.

¿Qué tan importante ha sido la academia en su realización como artista?

La academia fue tan importante que no sabría decir cuán importante fue, me dio todas las bases y todos los conocimientos para emprender este camino.

¿Qué clase de artistas, y quiénes, han influido en sus creaciones?

Artistas como Andy Goldsworthy, que produce obras de «arte de la Tierra», situadas en entornos naturales y urbanos.

Giuseppe Arcimboldo, con sus retratos al óleo a partir de una serie de acumulaciones de frutas, verduras y flores.

Y también Hernando Velandía, que a través de la línea habla acerca de la geografía, y hace una reflexión en torno a la explotación del territorio y los vínculos directos entre el paisaje y la historia del arte. Plantea cómo a partir del siglo XX el paisaje se ha transgredido en función del dinero.

¿Cómo ve el arte en el mundo contemporáneo?

A veces pienso que el

arte está debilitado por la tecnología, y a veces pienso que el arte se está fortaleciendo por la tecnología. Ja, ja, ja...

¿Qué es lo más importante en la vida de Paula Bernal?

La musa inspiradora, la música.

¿Cuáles han sido las dificultades en el camino para ser artista?

Una dificultad fue entender que para hacer arte abstracto o expresionista debía saber hacer un realismo antes de... Ja, ja, ja...

Además de pintar usted también baila y canta. ¿Qué significa la música para usted?

Soy cantante de rap y compositora. El arte y mi vida giran en torno a la música.

¿Qué proyectos inmediatos está creando ahora?

Por ahora me propongo culminar la parte administrativa del proceso de graduación, y llevar a otros lugares la obra NATURALEZA Y MEMORIA; en primera instancia está el Jardín Botánico de Bogotá.

¿Para usted el arte hoy es cultura o negocio?

¡Cultura y negocio!

Como artista, ¿cómo ve hoy a Colombia en materia de paz, y de apoyo al arte y a los artistas?

Colombia busca la paz en medio de la guerra. Y el apoyo para los artistas siempre ha estado fuerte en todas las localidades, en cuanto a difusión y participación. Siempre están abiertas convocatorias en las que podemos participar y proponer nuestras obras. paulabernal000

Numasbala:

MÚSICA PARA VIAJAR POR INFINITOS UNIVERSOS SONOROS

Numasbala es una propuesta musical perfecta para levantar el ánimo, acompañar, filosofar y meditar. Sus canciones están hechas para bailar, apagar la mente y disfrutar el cuerpo moviéndose.

Diego Armando Báez Peña

Numasbala es una nave espacial que viaja entre diferentes galaxias en donde, dependiendo el viaje y la travesía, se montan y se bajan tripulantes. Creada en 2007 por su capitán Fabio Montenegro, conocido entre galaxias como Capitán Placer (alusión al fenómeno cósmico de la existencia a través del placer de ser), esta nave ha tenido varias paradas y momentos: 'Cloud talk' (2009), 'A ver' (2012), 'Operación conexión' (2014), 'Mapas perdidos' (2016), 'La radio intergaláctica' (2021-22).

La intención de su propuesta musical se basa en cuatro pilares fundamentales: Expresar, comunicar, compartir y aprender. Su música tiene la intención de hacer sentir al oyente emociones y pensamientos intensos, llevarlo a un viaje a través de la imaginación y acompañarlo en el camino.

«Con nuestras canciones nos preguntamos muchas cosas, algunas veces encontramos respuestas y otras tan solo son hipótesis. Nuestro mensaje invita a respirar con calma, a ser uno mismo, a disfrutar el mo-



Numasbala

mento y a ser amables con el entorno», comenta Numasbala.

'No quiero soltarte' es su más reciente sencillo, una canción con un sentimiento de liberación que habla de la curiosidad y la tensión que existe en el borde entre el saber y el no saber. Algunas cosas es mejor no saberlas por más que se quiera. Es una canción de amor, de relaciones de pareja. El tema explora guitarras distorsionadas y atmosféricas, voces espaciales



La intención de su propuesta musical se basa en cuatro pilares fundamentales: Expresar, comunicar, compartir y aprender.

y un bajo con distorsión bien punk. Tiene una estética grunge y lo fi moderna. Una nueva propuesta de rock en español.

«El video tiene una sensación de ritmo única. Salió a partir de una improvisación en un jam filmado en Bodega 17. Luego, aprovechando la energía, se bailó y se montó bici en el mismo lugar. Fue dirigido por Karen Castelblanco y editado por Tiffany Mangulabnan», agrega.

EL FANTASMA



Se les puede llamar como sostén, sujetador, ajustador, corpiño, brassier, bra, soutiën, portasenos, jubón, cotilla o almilla y les presta a las mujeres servicios como protección, seducción, pudor, o para moldear la figura.

Una de las muestras de la civilización fue el cubrimiento de los senos. Las primeras mujeres en sujetarse los pechos fueron las cretenses, unos 1.700 años de Cristo y así se diferenciaban de las bárbaras que no empleaban nada.

En 1550, Catalina de Médicis, esposa del rey Enrique II de Francia aconsejó a las mujeres a usar los famosos corsés, que estrechaba las cinturas de las mujeres y sus diafragmas permanecían oprimidos por el empleo de rígidas varillas. Era una tortura y como si fuera poco, debían abombar sus faldas con miriñaques.

Ante esas situaciones, las mujeres enfermaban o se desmayaban en los actos públicos al no poder respirar. Quienes estaban en embarazos sufrían aún más y hasta se les ocasionaban abortos.

Emplearon trozos de madera y hasta huesos de ballena para evitar la rigidez de los corsés, pero fueron más de 350 años de angustia hasta cuando la modista Herminie Cadolle dividió en dos las fajas y le incorporó elementos en caucho para dar mayor elasticidad.

En el apogeo del cine dorado, todas las mujeres querían lucir como las estrellas de Hollywood y entonces la diseñadora rusa Ida Rosenthal reunió a un grupo de mujeres, tomó medidas y originó las tallas, formada por un número y una letra; el primero corres-



ponde al contorno de la espalda, y la segunda, a la copa; esta cantidad se mide con una cinta de yardas y la segunda se denominó con letras del alfabeto: A, B, C y D.

Fue un avance inmenso para las comodidades de las mujeres. Un día determinaron liberarse de ellos y casi los queman en una protesta en New Jersey. Ocurrió el 7 de septiembre de 1968 cuando un grupo de feministas protestó por la elección de Miss América y lo veía como un gesto machista, entonces procedieron a despojarse de las prendas y de símbolos como zapatos de tacón alto, rulos, pañuelos y hasta revistas. Ya estaban por prenderle candela cuando la policía les comentó que en ese lugar podría ocasionar un accidente y entonces ellas acataron la orden, sin embargo, al día siguiente The Washington Post lo dio como un hecho y se produjo un escándalo de grandes proporciones.

La cantante barranquillera Shakira, la actriz, directora de cine, diseñadora y empresaria ucraniana Milla Jovovich y la autora, modelo, actriz, diseñadora estadounidense Paris Hilton usan sujetadores talla 32 B.

Katheryn Elizabeth Hudson, conocida como Katy Perry, es una cantante y compositora estadounidense, jueza del programa de talentos American Idol usa portasenos 32 D.

Rihanna, Courtney Love, Jennifer Aniston, Julia Roberts, Gwyneth Paltrow, Nicole Kidman, Renee Zellweger, Cameron Díaz, Jennifer López, Naomi Campbell llevan jubones talla 34 B.

Felisa Marín

elfantasmaprimicia@gmail.com

LUNES 15

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

PRIMICIA



DIARIO

AÑO 4 - EDICIÓN 1488 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA ENERO DE 2023

Volcán Nevado del Huila:

BELLEZA CON ALTURA



El nevado, es el punto central del Parque Nacional Natural Nevado del Huila, y está dividido territorialmente entre los departamentos de Huila, Tolima y Cauca, siendo su cima el punto más elevado de los tres. La evolución del área glaciar en el Volcán Nevado del Huila para el año 2016 tenía un área de 7.5 km². Para el año 2017, el área del Volcán Nevado del Huila se calculó en 7.3 km², en 2021 llega a los 6.2 km².

Luego de tenerle fobia :

MUJER VIVE CON 35 TARÁNTULAS

Campesinos denuncian:

ENFRENTAMIENTOS DE LA FUERZA PÚBLICA Y PARAMILITARES DE LA SIERRA NEVADA