

LUNES 22

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

PRIMICIA



DIARIO

AÑO 14 - EDICIÓN 1525 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA ABRIL DE 2024

En Japón:

ESPECTACULAR AMANECEER



El amanecer en Japón se ha constituido en uno de los iconos más emblemáticos del país, considerado por los japoneses como símbolo de la buena suerte y la buena fortuna-

En Colombia:

EMPEZARON A LLENARSE LOS EMBALSES

Fuera del sistema solar confirmados:

5.000 MUNDOS



En Colombia:

EMPEZARON A LLENARSE LOS EMBALSES



Las autoridades ejercen control en cada uno de los embalses

Luego de varios días de fuertes lluvias en Bogotá, el gobierno dijo que no hay que cantar victoria, aunque se ha incrementado el nivel de los embalses.

Escribió el presidente Gustavo Petro en la red social X que «han empezado a subir los embalses que estaban llegando al mínimo, aun no hay que cantar victoria. Todo dependerá de la mag-

nitud de las lluvias y del esfuerzo de ahorro que hagamos».

Insistió en que no hay que cantar victoria con los aguaceros que han caído, todo dependerá del incremento de las lluvias y del esfuerzo de ahorro que hagamos.

Petro sostuvo que «los embalses están ubicados en las mismas zonas climáticas. Cuando hay

sequías todos se afectan al mismo tiempo».

Es necesario aprender del fenómeno de El Niño y tener en cuenta algunas de estas enseñanzas para que se pueda hacer frente a fenómenos como el de la sequía, como por ejemplo los embalses están ubicados en las mismas zonas climáticas. «Cuando hay sequías todos se afectan al mismo tiempo», sostuvo el jefe

del Estado. «Los embalses en la caída oriental de los Andes o en la caída occidental equiparan las cargas de una sequía porque estarían en zonas climáticamente diferentes», también indicó el presidente Petro.

Además, indicó que otra enseñanza de la sequía es la de poder guardar el agua de los momentos intensos de lluvias y usarla en sequías, si-

que siendo apenas una idea. De igual manera recomendó desarrollar al máximo el potencial de energía limpia para no tener que acudir en momentos de embalses bajos a energías sucias.

Finalmente, llamó la atención sobre los procesos intensos de urbanización como el de la sabana de Bogotá, que sobrepasa ya la cantidad de agua dispon

Referente nacional:

CAF APROBÓ 200 MIL DÓLARES PARA ESTRUCTURACIÓN DEL FONDO DE CAMINOS VECINALES



El gobernador de Cundinamarca Jorge Rey recibe en su despacho al representante en Colombia del Banco de Desarrollo de América Latina (CAF), Rodrigo Peñailillo.

El representante en Colombia del Banco de Desarrollo de América Latina (CAF), Rodrigo Peñailillo, anunció la aprobación de 200 mil dólares en Cooperación Internacional, para la asistencia técnica en la estructuración del Fondo de Caminos Vecinales, denominado “Caminos para quedarse”.

«Recordemos que este gran proyecto busca mejorar 5.000 kilómetros



Expertos nacionales e internacionales, junto con el Instituto de Infraestructura y Concesiones de Cundinamarca – ICCU-, al término de la reunión.

de vías rurales en el departamento, procurando que nuestros campesinos tengan mejores caminos, desde sus sitios de producción, hasta los lugares de comercialización», explicó el Gobernador Jorge Rey. Expertos nacionales e internacionales, junto con el Instituto de Infraestructura y Concesiones de Cundinamarca – ICCU-, harán posible, en el segundo semestre del año en curso, la aplicación de este instrumento novedoso, que a futuro será referente para el país.

Fuera del sistema solar confirmados:

5.000 MUNDOS



5.000 mundos descubiertos por la NASA

El recuento de mundos fuera del Sistema Solar agregados al Archivo de Exoplanetas de la Nasa acaba de superar la marca de 5.000, tras un último lote de 65 incorporado el 21 de marzo.

El archivo registra los descubrimientos de exoplanetas que aparecen en artículos científicos revisados por pares y que han sido confirmados utilizando múltiples

métodos de detección o mediante técnicas analíticas..

Los más de 5.000 planetas encontrados hasta ahora incluyen mundos pequeños y rocosos como la Tierra, y «Júpiter calientes» en órbitas abrumadoramente cercanas alrededor de sus estrellas. Hay «súper-Tierras», que son posibles mundos rocosos más grandes que el nuestro, y «mini-Neptunos», versiones más pequeñas

del Neptuno de nuestro sistema.

«No es solo un número», dijo en un comunicado Jessie Christiansen, directora científica del archivo y científica investigadora del Instituto de Ciencias de Exoplanetas de la NASA en Caltech. «Cada uno de ellos es un mundo nuevo, un planeta nuevo. Me emociono con cada uno porque no sabemos nada sobre ellos». Nuestra galaxia probablemente contiene

cientos de miles de millones de estos planetas. El ritmo constante del descubrimiento comenzó en 1992 con mundos nuevos y extraños que orbitaban una estrella aún más extraña. Era un tipo de estrella de neutrones conocida como púlsar, un cadáver estelar que gira rápidamente y pulsa con ráfagas de milisegundos de radiación abrasadora. La medición de ligeros cambios en el tiempo de los pulsos permitió a los científicos revelar plane-

tas en órbita alrededor del púlsar.

El primer planeta detectado alrededor de una estrella similar al Sol, en 1995, resultó ser un Júpiter caliente: un gigante gaseoso de aproximadamente la mitad de la masa de nuestro propio Júpiter en una órbita extremadamente cercana de cuatro días alrededor de su estrella. Un año en este planeta, en otras palabras, dura solo cuatro días.



Políticas del gobierno exitosas :

INDUSTRIALIZACIÓN Y TURISMO



Caño Cristales. Foto Mario Carvajal

El presidente Gustavo Petro ha insistido en que Colombia tiene que tomar la vía de la reindustrialización, sobre todo en el campo, en la medida en que considera que Colombia debe convertirse en la despensa alimentaria del mundo.

Reindustrialización y turismo

Se ha llevado la política de reindustrialización a 15.000 beneficiarios en 621 municipios del país, quienes trabajan en sectores estratégicos de la economía nacional como los de agroindustria y manufacturas, entre otros.

Con la articulación con más de 40 entidades de los sectores público y

privado se ha avanzado en mesas técnicas para resolver 70 barreras que afectan el desarrollo empresarial de las apuestas productivas del país. Esta articulación ha solucionado la reducción de los tiempos de trámite ante el Invima, la creación de una hoja de ruta para exportar dispositivos médicos desde Colombia y la creación de una plataforma que agiliza los procesos que deben cumplir las empresas para el uso de cannabis con fines médicos y científicos.

Fábricas de productividad: 2.355 Mipymes de 163 municipios, de 32 departamentos, aumentaron en 27% sus ventas y un 25% sus clientes, tras mejorar sus indica-

dores de productividad un 33,9 %. En menos de dos años, este programa logró atender a 2.355 empresas de 163 municipios de los 32 departamentos. Relaciones entre Colombia y Venezuela: el restablecimiento de las relaciones económicas con Venezuela incluyen acuerdos de alcance parcial, ratificación del acuerdo de transporte internacional y negociación del Acuerdo de Protección y Promoción de Inversiones, así como reapertura para el transporte de carga de los tres puentes que conectan a los dos países por Norte de Santander, impulsando así el comercio por estos pasos fronterizos. Entre el 26 de septiembre del 2022 hasta marzo del 2024 el comercio

por esos tres pasos alcanzó los US\$397,4 millones. Turismo. El 2023 fue un año histórico en llegada de visitantes no residentes (VNR): cerca de 6 millones, representaron 27,4% más respecto a 2022. Entre enero y febrero de 2024, llegaron 1'059.556 VNR, con un aumento del 7,4 % respecto al mismo periodo de 2023. Este es un resultado de la campaña de promoción de 'Colombia, el país de la belleza'.

Turismo para una cultura de paz. Mediante esta estrategia se han vinculado 121 unidades productivas de víctimas del conflicto armado, firmantes del acuerdo de paz, desmovilizados y otros actores que construyen paz, a la cadena de valor

ampliada del turismo. Se han entregado 118 sellos 'Colombia: Destinos de Paz', para que estas unidades visibilicen sus productos en el mercado.

Cifras históricas de prestadores de servicios con Registro Nacional de turismo. El país cuenta con 109.021 prestadores de servicios turísticos activos en el Registro Nacional de Turismo, lo que representa un aumento del 101% con respecto a los inscritos activos al finalizar 2021 (54.281). Este es el resultado de las capacitaciones y sensibilizaciones que ha realizado el MinCIT para incentivar el registro y la formalización turística, en donde se han impactado a más de 60.000 personas.

Indiferencia:

PROSTITUCIÓN UNIVERSITARIA

Observatorio Universidades de Colombia

La indiferencia de la Universidad ante la prostitución de sus estudiantes. Es una situación casi común en instituciones públicas y privadas. Más allá de lo moral, es un debate de salud pública frente al que las IES deberían actuar más categóricamente.

La prostitución en Colombia no es ilegal ni está penalizada, la situación devela la necesaria intervención de las IES en programas de Bienestar para incentivar los procesos de reflexión ética y de contexto social de los y las universitarias, así como de los impactos indirectos que trae esta situación, como el del tráfico y consumo de drogas.

El principal argumento de quienes ejercen esta actividad (tanto hombres como mujeres y personas con diversas expresiones sexuales) es que el motivo para ello es la difícil situación económica y los altos precios de las matrículas. Pero los ingresos son tan atractivos que la red crece.

La modalidad de intercambiar sexo por calificaciones, que es otra extensión crítica de la situación.

SILENCIO CÓMPLICE

La pregunta es: ¿Universidad calla a cambio de asegurar los ingresos por matrículas?

El psicólogo e historiador Juan Manuel Estrada Jiménez en su libro: Uni-



En varias universidades son famosos los catálogos de estudiantes que ofrecen servicios sexuales.

versidad y Prostitución, donde con 77 estudiantes universitarios realizó una investigación con decenas de entrevistas y reseñas bibliográficas, donde muestra la realidad de este fenómeno, y tras la recurrencia del fenómeno y sus características, presenta, entre otras las siguientes consideraciones:

En varias universidades son famosos los catálogos de estudiantes que ofrecen servicios sexuales. Hay catálogos especializados en atención a extranjeros. En algunas universidades se rifaban las señoritas de los catálogos. Ofrecían noche de sexo con rumba incluida. Las redes de prepagos actúan abiertamente. En cafeterías y pasillos se contactan nuevas servidoras del hedonismo.

La prostitución se naturalizó en las universidades.

Por el ambiente mercantil que se ha creado en ellas, nadie se sorprende del hecho de que las nuevas generaciones busquen soluciones a sus problemas sin un sentido de responsabilidad. Han sido condicionadas para actuar sin prever las consecuencias o sin importar que sus decisiones engendren consecuencias negativas. Por unos centavos muchas personas están dispuestas a aceptar el maltrato físico y psicológico. La indiferencia de autoridades administrativas y académicas representa una cómplice validación de estas prácticas.

Mientras la joven consigue el valor de la matrícula y aporte dinero a los dueños del negocio (que por lo general son empresarios y políticos, no académicos o investigadores), nada importa lo que

pase. Muchos defienden que la prostitución es un oficio voluntario, por lo que al ser legal no debe ser objeto de intervención por parte de los educadores. Es lícita, porque no está prohibida.

La universidad es cómplice del reclutamiento de muchas señoritas en el mercado sexual, pues no actúa directamente sobre el tema (pese a ser objeto de investigación en varios programas, como los de psicología), pero no educa a la población estudiantil en las complicaciones que este trabajo acarrea.

El Ministerio de Educación, ahora que empieza a ser manejado por primera vez en la historia de Colombia por un académico (Alejandro Gaviria) debe identificar los proyectos de prevención, intervención e investiga-

ción en prostitución estudiantil que adelantan las oficinas de «bienestar universitario» y las direcciones de investigación del país.

CRÍTICA Y DESAFÍO

Según Estrada, en su libro, «las universidades católicas que se pronuncian en contra de sentidas necesidades como la del aborto legal y gratuito, no hacen nada por enfrentar y frenar la prostitución universitaria».

Así mismo, concluye que «enfrentar la prostitución universitaria, implica para la universidad des- enmascarar su propia indiferencia ética frente a la educación y a las crisis sociales».

CÓMO OPERAN

Las redes de prostitución han encontrado una nueva forma de operar, pues a través de una amiga, un cartel anónimo colocado en el baño de mujeres o un muchacho que invita a las estudiantes a un viaje con todo pagado, reclutan a jóvenes, mujeres y también hombres dentro de las universidades de Colombia.

Como un esquema de negocio expandido en universidades de varias ciudades de Colombia, las redes de prostitución ahora se dan a la tarea de reclutar universitarias para que trabajen como modelos webcam, damas de compañía y trabajadoras sexuales, así lo explicó Samuel Ávila, profesor universitario y autor de una tesis sobre el fenómeno de la prostitución en este país.

Cristiano Ronaldo:

UNA REGISTRADORA QUE PRODUCE DINERO LAS 24 HORAS DEL DÍA



Es el deportista con más seguidores de redes sociales en el mundo y él lo hace valer: \$172 millones de pesos cobra por cada tweet vinculado a una marca. Un poder que él ha sabido explotar a través de consejos de belleza, alimentación y rutinas de entrenamiento.

El astro portugués Cristiano Ronaldo, cobra más de 400 millones de euros (429,5 millones de dólares) en Arabia Saudita, la mitad de ellos por promover la futura candidatura del reino al Mundial 2030, afirmó a AFP una fuente cercana a su nuevo club.

La estrella lusa recibió 200 millones de euros (214,8 millones de dólares) por su contrato de dos años con el Al-Nassr, y «otros 200 millones» por ser «embajador» de la candidatura conjunta para organizar el Mundial de 2030 que Arabia espera presentar con Grecia y Egipto, afirmó una fuente. CR7 es una máquina de

hacer dinero: su marca tiene un impacto de 260 millones.

Cristiano Ronaldo, el mejor futbolista de la tierra, también es el deportista mejor pagado del mundo. Así lo ha hecho saber la revista Forbes, en uno de sus ya características y sorprendentes clasificaciones.

La publicación ha despertado a los jugadores que más ingresos se han embolsado durante este 2016, debido a lo que cobran en sus respectivos equipos y sus contratos por publicidad. Cristiano Ronaldo, quién si no, lidera esta tabla, con un total de 77,2 millones

percibidos este año, repartidos de la siguiente forma: 28 de la cantidad final corresponden a su ficha en el Real Madrid.

Es el deportista con más seguidores de redes sociales en el mundo y él lo hace valer: \$272 millones de pesos cobra por cada tweet vinculado a una marca. Un poder que él ha sabido explotar a través de consejos de belleza, alimentación y rutinas de entrenamiento.

Imparable. No hay día en que las redes sociales no revelen un nuevo detalle de la lujosa vida Cristiano Ronaldo (29), el deportista con más seguidores en Facebook y Twitter

según Guinness. Pero no todo se trata de entrenamientos en el Santiago Bernabeu o de vacaciones por el Medio Oriente en su nuevo jet junto a su único hijo, Cristiano Ronaldo Junior. También hay espacio para la belleza en su cuenta de Instagram seguida por 170 millones de usuarios. Desde tips para seguir su rutina de entrenamiento, que combina cardio y pesas en circuitos distintos para cada día y el detalle de su dieta orgánica, hasta los últimos datos en mascarillas para el rostro, corte de pelo a lo mohicano y depilación. «Cristiano es fuerte, pero no hay comparación con el otro, a quien entrené.

Ronaldo fue netamente superior a Cristiano, pero no le respetó el físico. Si no hubiera tenido problemas de lesiones...», reconoció Capello. Para el ya ex entrenador, que anunció su retirada hace unos meses, la Juventus ha cerrado un espectacular acuerdo económico, pues Cristiano Ronaldo «es una máquina de hacer dinero», reflexiono. Las principales marcas que patrocinan a Cristiano son las siguientes: Nike, Castrol, Armani, KFC, Tag Heuer, Emirates, Herbalife, Soccerade, Pokerstars, Clear Shampoo, Konami, Toyota, Samsung, Espiritu Santo, Mobily, Facial Fitness Pro y Active.

¡Tome Nota!

CINCO TIPS PARA CONTROLAR EL DINERO

Mabel Rocio Castillo

Gasta más de lo normal, por cuenta de las vacaciones, celebración de fiestas. Sin embargo, debemos tener cuidado con las finanzas personales y del hogar, ello para no empezar con fuertes deudas que al final se conviertan en un dolor de cabeza.

Esperanza Mariño Camacho, especialista en finanzas personales de Uniandinos, señala que el pago de las primas da la sensación a las personas de que tienen un ingreso adicional y pueden gastar más de lo que venían gastando, lo que lleva en ciertas oportunidades a excederse en los gastos más aún si no tenemos un flujo de caja o un presupuesto estimado.

Según Mariño, de ahí salen a relucir los famosos 'gastos hormiga'. Aquellos gastos que nunca metemos en un presupuesto, como los regalos imprevistos, las invitaciones o las actividades no programadas que llevan a los colombianos a los excesos.

- Al respecto, Camacho dio cinco recomendaciones para no gastar de más y evitar los dolores de cabeza.
- Es importante ape- garse al presupuesto



El dinero se gasta por montones

que normalmente se hace y evaluar que ese flujo de caja contemple esos gastos imprevistos, como parqueaderos, cenas, cumpleaños, regalos, etc.

- Sobre las tarjetas de crédito, enviar sus compras a una cuota. Por ningún motivo hacer avances para sus compras, es clave entender que la tarjeta de crédito es un aliado para los imprevistos y no es una caja menor.
- Con respecto a la primas, es pertinente definir el uso que se le quiere dar, si es para gastar o para invertir. El gasto sencillamente se hace y desaparece, dejando una sensación de haberlo hecho. En cambio, la inversión ofrece un retorno o beneficio en el tiempo.
- Tener cuidado con las promociones de las grandes cadenas, hay que tomarse el tiempo para comprar precios.
- Si ya tiene deudas es importante que defina, organice su flujo de caja y su presupuesto. Lo importante es no sentirse presionado para aquellos imprevistos que realmente requieren atención en el próximo año.

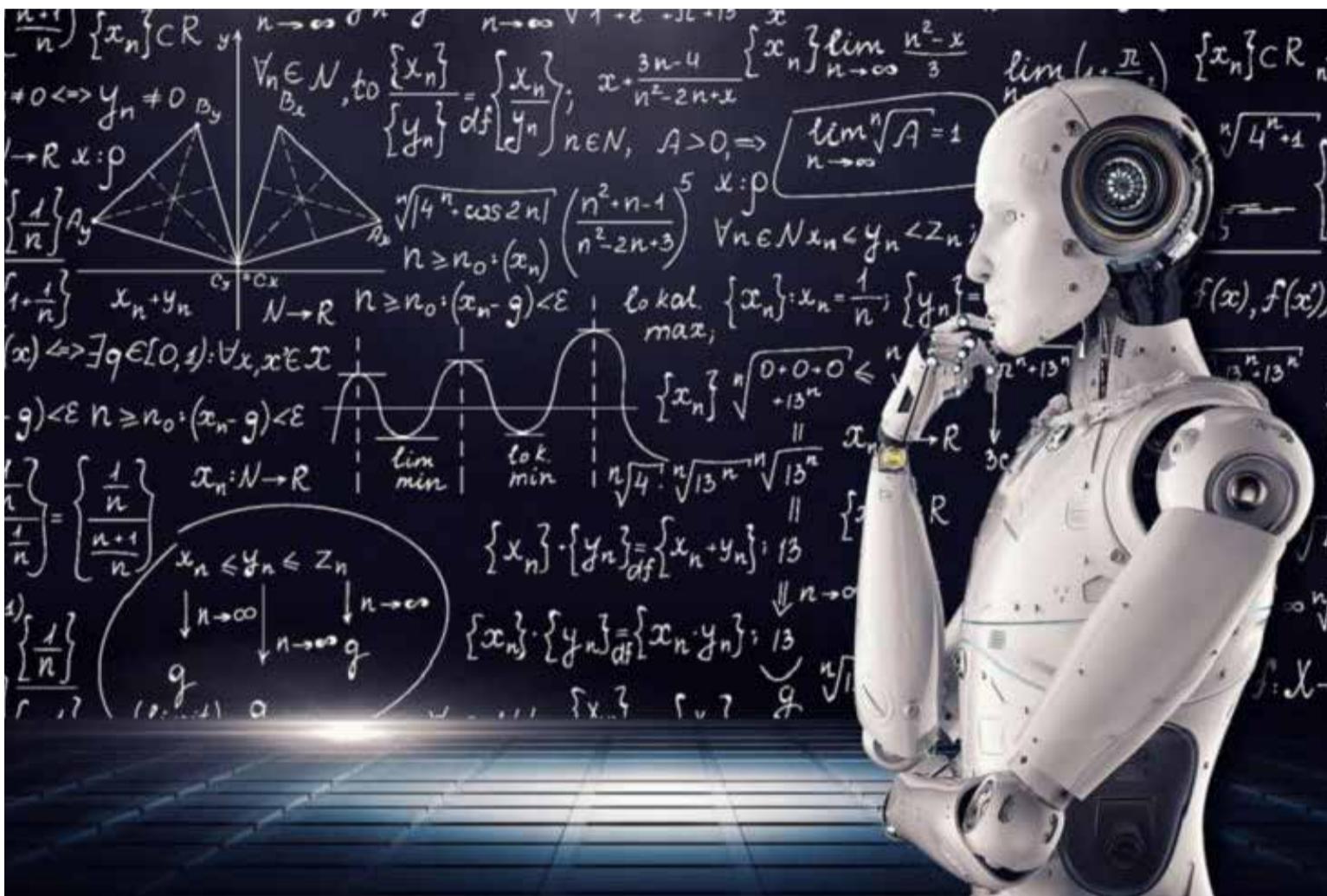
Crónica de Gardeazábal:

LAS IA COMPITEN CON LA VERDAD



Gustavo Álvarez Gardeazábal

Para quienes aprendimos a sumar y restar en un ábaco, los adelantos sentidos y sufridos durante los últimos 75 años nos insensibilizaron al progreso, nos anularon la capacidad de sorprendernos y nos crecieron las ganas de ser cada vez más cómodos.



Han sido muchos y muy variados esos saltos, pero ninguno hasta ahora tan trascendental como la Inteligencia Artificial a quien ya bautizamos como IA para introducirla en nuestro vademécum y, por supuesto, en nuestro futuro.

Su desbordante atragantamiento de memoria en vez de hacernos sentir inferiores nos hace creer que es una herramienta para descubrir lo que nos hacía falta conocer.

Por eso su aplicación masiva se fue con los ChatsGPT, que resultan reemplazándonos las búsquedas bibliográficas o el repaso de las videotecas. Me inclino, entonces, como

anciano de la tribu, respetuoso ante ella. No sé hasta dónde llegará pero como estoy seguro que no me tocará verlo, prefiero comparar cuánto hay que creerles.

Por ejemplo, en mi computador tengo IA Sider Barra chatGPT+Vision&GPT. Pero por astucia tulueña he ido al BingchatGPT4. A ambas les pregunté: ¿De qué trata la novela «Comandante Paraíso» de Gustavo Álvarez Gardeazábal? Los de Sider dijeron que «La novela «Comandante Paraíso» de Gustavo Álvarez Gardeazábal trata sobre la vida de un personaje llamado Porfirio Barba Jacob, un

hombre que se convierte en un líder guerrillero en Colombia». Casi suelto la carcajada. La de Bing fue contundente «Comandante Paraíso es la historia de un narcotraficante ficticio llamado Enrique Londoño, donde se disecciona el fenómeno del narcotráfico en Colombia».

No consulté otras porque supongo que se trata de una batalla futura entre quienes dicen la verdad y quienes la extraen como negocio sin verificarla. Y como la verdad no siempre gana, he perdido mi optimismo del futuro y tengo que añorar el ábaco mientras esto se aclara.

Inteligencia Artificial analizando la novela «Comandante Paraíso»




Dr. Marco Tulio Calderón Peñalosa
Rector de la Universidad La Gran Colombia

Mayor General Manuel Gerardo Guzmán Cardozo
Comandante División de Infantería "General José María Córdova"

Coronel Néstor Augusto Corzo Cruz
Director Escuela de Infantería

Dr. Gerney Ríos González
Presidente Academia de Historia José María Córdova Muñoz

INVITAN AL FORO

BICENTENARIO DE LA BATALLA DE AYACUCHO

PONENTES:
General Fredy Padilla de León
M. General Juan Salcedo Lora
Dr. Álvaro Peña Onzaga
Dr. Mario Arias Gómez

Carrera 6 # 12 B - 40
Aula máxima Universidad La Gran Colombia
Miércoles 24 de abril 2024
9:00 a. m.
Bogotá, D. C.
RSVP (+57) 310 239 7871

Varadero, Cuba:

ÚNICA PLAYA LATINA ENTRE LAS MEJORES DEL MUNDO



Playa azul

**Lázaro David
Najarro Pujol
Cuba**

Varadero, al norte de la provincia cubana de Matanzas, ubicada en la península de Hicacos, a 140 kilómetros al este de La Habana, es la única playa de Latinoamérica incluida entre las diez mejores del mundo, según la encuesta del portal TripAdvisor.

Los premios son concedidos a los sitios que reciben «un gran volumen

de opiniones y comentarios excepcionales de la comunidad Tripadvisor durante un período de 12 meses». Ese portal especializado «en recoger opiniones sobre hoteles, restaurantes, bares, discotecas, cruceros, entre otros, lanzó los resultados de los Premios Travellers' Choice a lo 'mejor de lo mejor' en el turismo».

También «revelan la lista de los mejores aeropuertos del mundo». «Arenas doradas, costas escarpadas, aguas azules crista-

linas: las playas ganadoras de este año son las favoritas de los viajeros para disfrutar desde días de descanso en la playa hasta aventuras submarinas», afirma TripAdvisor en su portal.

Respecto a Varadero resalta que esa playa se incluye entre otros atributos por arena dorada, agua azul turquesa e impresionantes atardeceres: «todo lo que esperarías de una playa perfecta para fotografiar». Publica el blogs personal CamagüebaxCuba que

el poblado donde se encuentra fue fundado en 1887.

Posee una de las playas más hermosas del Caribe, aunque algunos la describen «como la más lindas del mundo», y otros afirman que es «la más hermosa que hayan visto jamás». Constituye la playa más fascinante y bella del archipiélago cubano por sus blancas y finas arenas y sus aguas cálidas y transparentes.

Es el balneario preferido de vacacionistas de

Canadá, Reino Unido, Bélgica, Países Bajos, Italia, República Checa y Rusia. El principal destino turístico de Cuba se caracteriza también, por sus atractivos naturales, como las cuevas, paisajes y escarpes; diversos cayos vírgenes y de fácil acceso y otros de carácter cultural, histórico y ambiental. Además, posee condiciones originales para la práctica del buceo, la pesca de altura, el yatismo y otras actividades náuticas. Conocida igualmente como Playa Azul, Varadero,



Casa de veraneo de Al Capone en Varadero.

posee más de 20 kilómetros de playas de arena e innumerables atractivos naturales. Destaca CamagüebaxCuba que la existencia del moderno y confortable aeropuerto internacional «Juan Gualberto Gómez» permite el desarrollo de vuelos directos desde

diferentes países de Europa, América del Norte, Centro América y el Caribe, Sudamérica y África, el cual recibe una parte importante de los turistas que arriban a Cuba. «Un servicio de excelencia podrá recibir en las instalaciones de lujo de la playa, especialmente en

el hotel Barceló Marina Palace, ubicado frente a la Marina Gaviota y cerca del Parque Ecológico Punta Hicacos, al igual que el Barceló Solymar, considerado como ideal para el turismo de familia y parejas y los aficionados a los deportes náuticos que encontraran

23 zonas de buceo con diversidad de corales multicolores, gorgonias, peces, langostas, camarones, cangrejos, caguamas y más de 70 tipos de moluscos». Además de Varadero, en el número diez de la lista, clasifican: playa de Falésia, Olhos de agua, Portugal; Isola

dei Conigli, Sicilia, Italia; La Concha, San Sebastián, España; Ka'anapali Beach, Maui, Hawái; Grace Bay, Islas Turcas y Caicos; Anse Lazio, isla Praslin, Seychelles; Manly Beach, Sídney, Australia; Eagle Beach, Aruba; y Siesta Beach, Siesta Key, Florida.



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
 Armando Meléndez
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
 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

Síndrome de la progenitora tóxica:

¿POR QUÉ MI MADRE NO ME QUIERE?

Es un tabú de nuestra sociedad aceptar que hay madres que no quieren a sus hijas, pero es más real y frecuente de lo que nos gustaría reconocer. Como todo aquello que nos resulta difícil de aceptar y digerir, tendemos a negarlo. Pero existen, vemos a sus víctimas en consulta, peleando por llenar un agujero negro de infelicidad que arrastran desde la infancia y que, en la mayoría de las ocasiones, ni siquiera es consciente, porque duele nombrarlo.



La madre tóxica es una mujer que ha llegado a la maternidad por caminos poco deseables, por convencionalismos.

La madre tóxica es una mujer que ha llegado a la maternidad por caminos poco deseables, por convencionalismos, porque así estaba diseñado su guion de vida, porque eso es lo que de ellas se esperaba. Renegar de la maternidad o simplemente ejercer el derecho a no serlo, no era, ni es, algo aprobado por la sociedad. Aquellas mujeres que han decidido libre y abiertamente no ser madres han sido miradas con recelo y suspicacia por la mayoría de su entorno. Siempre. Incluso ahora. Hablamos de una minoría valiente y coherente que decidió por sí misma cuál era su voluntad y su camino. Muchas otras, sin embargo, aceptaron gestar, parir y criar como algo inevitable. No es tan extraño entender, que algunas de aquellas hijas, no solo no fueran amadas incondicionalmente, sino percibidas como una molestia, un obstáculo, una rival e incluso una proyección de aquello que ellas hubieran querido ser.

«No es fácil encontrar la felicidad en nosotros mismos, y no es posible encontrarla en ningún otro lugar» (Agnes Repplier) Se trata en la mayoría de los casos de mujeres muy narcisistas o

infantilizadas, que nunca asumieron el papel de madre y que siguen filtrando el mundo a través de su necesidad y su deseo. Otras, son mujeres amargadas, cuya vida no se parece en nada a lo que esperaban, profundamente infelices, que usan de chivo expiatorio a sus hijas proyectando en ellas el foco de su insatisfacción. Hay diferentes formas de madres tóxicas, pero todas incluyen la culpa, la manipulación, la crítica cruel, la humillación, la falta de empatía, el egocentrismo puro. Son madres que hacen saber a sus hijas que no están a la altura de lo que se espera de ellas, envidian sus éxitos, recelan su necesidad de independencia, rivalizan con ellas en un patológico escenario vital donde la víctima ni siquiera sabe que lo es.

La madre que no ama, despliega su toxicidad de diferentes formas, así nos encontramos con madres que envidian a sus hijas y tratan de anularlas, madres que sobreprotegen y absorben excesivamente para tratar de evitar el sentimiento de culpa por no haber deseado tener ese hijo, madres centradas únicamente en

«la fachada» que exigen a sus hijas que encajen en un molde que ellas mismas han diseñado para exhibirse, madres que utilizan la enfermedad y el victimismo como principal estrategia de manipulación, madres dependientes que invierten los roles y hacen que sus hijas sean quienes se ocupen de su bienestar físico y emocional y madres que, por desgracia, encajarían en varios de estos guiones de película de terror.

La mayoría de las niñas que han sido criadas por este tipo de mujeres no son capaces de entender que toda su inseguridad, falta de autoestima, necesidad de aprobación, auto exigencia brutal, dificultad para la intimidad emocional y vacío profundo, procede de la falta de amor primario. Asumir que tu propia madre no te quiso y no te quiere es uno de los procesos psicológicos y emocionales más difíciles de superar y con consecuencias devastadoras en todos los órdenes de la vida. A esta indefensión crónica hay que sumarle la incompreensión de los otros, una sociedad dispuesta a mirar para otro lado ante una realidad tan antinatu-

ral. Aquellas mujeres que fueron criadas por estas madres tóxicas llegan a dudar hasta de su propia salud mental porque a años de maltrato emocional, de tortura psicológica, hay que sumarle el silencio y la falta de apoyos. Ya sabemos hoy por hoy en función de los numerosos estudios que se han hecho que la falta de amor parental crea estructuras psíquicas desorganizadas que afectan a muchas áreas de la personalidad. El rechazo y la falta de amor materno producen un estado crónico de avidez afectiva y un miedo patológico al abandono.

Durante su infancia tratará por todos los medios de ganarse la atención y la aprobación de su madre lo que derivará en una adulta que tratará por todos los medios de ganarse la atención y la aprobación del mundo. No se sentirá digna de ser querida, habrá aprendido que su valor está en lo que hace no en lo que es, la fragilidad y la inseguridad serán compañeras de viaje y, con frecuencia, pasará este perverso legado a sus hijos, cronificando así el círculo de la infelicidad y la dependencia.

Hay muchos ejemplos conocidos de personas que aunque han alcanzado éxitos sociales, laborales, económicos, y exponen al mundo una fachada impecable de éxito vital, son muertos vivientes poniendo toda su energía en llenar el abismo afectivo que llevan dentro; en nuestro día a día estamos rodeados de personas que tratan en vano de llenar ese vacío (que llamamos existencial, aunque realmente es afectivo) por los caminos más diversos, pero naufragando en lo personal con profundos sentimientos de vacío y soledad que produce la incapacidad para amar y ser amados.

Es imprescindible decirles a esas mujeres, que la niña dañada que llevan dentro y parece dirigir su vida, puede ser sanada. Como psicóloga que acompaño a muchas de estas mujeres, no creo en el determinismo y abogo por la capacidad resiliente que habita en cada ser humano. Tenemos el don de la libertad y la capacidad intrínseca para tomar el control de nuestra propia vida. Para ello es necesario tomar conciencia y poner nombre a aquello que nos dañó por difícil y brutal que esto sea. Y es imprescindible hacer un duelo: despedirnos definitivamente de la madre que no tuvimos, que ya no vamos a tener y no seguir buscando con manotazos de ahogado maneras infructuosas de compensar ese oscuro hueco. Asumir sin culpa alguna que la madre no se elige y que venimos al mundo programados para amar a quien nos toque. Tomar la decisión interna de poner distancia emocional y física de la mujer que no supo querernos y, sobre todo, hacer del intento de no traspasar la herida a nuestras hijas, un objetivo vital, una cruzada.

Salud:

¿CÓMO REFUERZO MI SISTEMA INMUNOLÓGICO?

El sistema inmunológico es la defensa natural del cuerpo que combate infecciones, como las bacterias y virus. Mediante un proceso, elimina organismos infecciosos e invasores. Los órganos que conforman el sistema inmune humano son: el bazo, los ganglios linfáticos, las amígdalas, la médula ósea y el timo.

El proceso inmunológico nos protege de una serie de agentes externos que pueden afectar a nuestra salud. Por ejemplo, un virus de una gripe que ingresa por las fosas nasales o una bacteria que entra por la sangre al pincharnos con un clavo. En este tipo de casos, nuestro sistema inmunológico cumple un rol fundamental. Es el encargado de detectar y atacar al cuerpo infeccioso, conocido también como antígeno.

Sin embargo, es un hecho que a medida que pasan los años nuestro sistema inmunológico se va debilitando. Su capacidad de reacción se torna más lenta, lo cual no le permite responder ante enfermedades con la misma eficacia. Por ende, las toxinas, virus, bacterias o células cancerígenas deterioran con el tiempo nuestra salud y vitalidad.

¿Cómo refuerzo mi sistema inmunológico?

Existen muchas formas de reforzar este sistema, no obstante, una correcta alimentación es la op-



El proceso inmunológico nos protege de una serie de agentes externos que pueden afectar a nuestra salud.

ción más eficaz. Actualmente, se encuentra en el mercado una serie de productos que brindan una gran cantidad de beneficios, son llamados 'superalimentos'. Éstos han sido aplaudidos por unos y criticados por otros. Algunos estudios le atribuyen propiedades curativas, otros afirman que se trata de una mera acción de marketing.

Lorena Castillo, responsable del sitio web GUIA-DESUPLEMENTOS, manifiesta que "en realidad, estos productos cuentan con propiedades muy importantes. Sin embargo, se debe tener claro que no son milagrosos. Aportan a nuestra nutrición notablemente siempre y

cuando se consume de forma responsable y se acompañe de una dieta balanceada".

¿Qué es el aceite de hígado de bacalao?

El aceite de hígado de bacalao es una fuente de vitaminas esenciales, así como ácidos grasos omega-3 (EPA y DHA). Y ya que por lo general no ingerimos suficiente de estos nutrientes, su consumo es importantísimo para la salud cardiovascular, hormonal, inmunológica, reproductiva y neurológica.

El hígado de bacalao se utilizó por primera vez en medicina en 1789 para el tratamiento del reumatismo y en 1824 para curar

el raquitismo. A principios del siglo XX se administraba a los niños para prevenir el raquitismo y otras afecciones causadas por la deficiencia de la vitamina D.

¿Qué aporta a nuestro organismo?

La acción cruzada de las vitaminas A y D asegura el crecimiento y el mantenimiento de la estructura ósea. Igualmente, la concentración de ácidos grasos esenciales mejora el rendimiento cognitivo en niños y ancianos.

Entre sus beneficios para la piel encontramos que previene el envejecimiento, protege del acné y alivia el daño solar. Por otra parte, ayuda a bajar

la presión arterial, ayudar a disminuir la viscosidad de la sangre, mantener niveles saludables de colesterol. La vitamina D y omega-3 en el aceite de hígado de bacalao contribuyen al crecimiento del cabello.

Si bien hay otros tipos de aceite de pescado ricos en ácidos grasos omega-3, la diferencia principal radica en que el aceite de hígado de bacalao también proporciona cantidades significativas de vitaminas A y D.

Por otro lado, la sobredosis se caracteriza por molestias como mareos, dolor de cabeza, náuseas, vómitos, pérdida de apetito, pérdida de cabello, cansancio y mucha sed. Básicamente, se produce por exceso de vitamina A o D.

¿Cómo saber si necesito consumir aceite de hígado de bacalao?

Si su sistema inmunológico anda mal, el aceite de hígado de bacalao ayudará a mejorar la situación. Los síntomas generales de que algo marcha mal en el sistema inmunológico humano son: fatiga constante, falta de apetito, infecciones constantes, migrañas frecuentes, diarrea frecuente, etc. Su uso es especialmente recomendado en personas sujetas a estrés mental, deportistas, mujeres embarazadas, personas con problemas oculares y con bajas defensas.

ENTRENARSE PARA LOGRAR LO QUE SE QUIERE

Mauricio Salgado Castilla

Hellen prolongó sus últimos pasos como si de ello dependiera su vida. Cruzó la meta de la gran maratón de Boston el 17 de abril de este año y se sintió como si fuera la primera vez. No importaban las medallas olímpicas que ya tenía en diferentes categorías. Para Helen Obiri, una keniana de 33 años, correr en Boston tenía un significado especial y ahora lo había logrado, compitiendo junto a más de 30,000 personas de todos los continentes, edades y experiencias.

Existen momentos en la vida que tienen una importancia personal especial, ya sea alcanzar un logro académico, una meta deportiva, conquistar a la pareja de tus sueños o lograr una posición en una empresa. No importa cuál sea el evento, alcanzar lo que se espera está determinado por la preparación, el entrenamiento y la dedicación. La «suerte» se presenta cuando se han realizado las acciones necesarias para lograrlo, nadie gana la lotería sin comprar un boleto.

Cuando en las redes sociales aparece una persona «exitosa», muchos comentan que su éxito se debe a tener mucha suerte. Sin embargo, no se conoce todo lo que hay detrás de ese «éxito». Esto se aprecia cla-



Helen Obiri

ramente cuando se otorgan los premios Nobel, las entrevistas a los ganadores están llenas de esfuerzo y dedicación.

Los premios no se otorgan por «errores» en el laboratorio, como lo que ocurrió el 28 de septiembre de 1928, cuando el científico escocés Alexander Fleming observó un moho no esperado en un experimento y descubrió que mataba a bacterias que causaban enfermedades. Fleming había estado buscando durante muchos años una sustancia que pudiera eliminar bacterias, no fue un accidente.

El propio Thomas Alva Edison decía que las personas no son recordadas por sus esfuerzos, sino por sus logros. Se refería

a las más de 2,000 pruebas fallidas para encontrar el filamento adecuado para los bombillos.

Si se piensa en un negocio, ya sea físico o basado en internet, el éxito está determinado por la capacitación constante. ¿Cómo se presentan los productos y servicios? ¿Con qué frecuencia se revisan? ¿Se lleva un registro de los éxitos y fracasos? ¿Se monitorea a la competencia?

En tiempos de crisis, se cree que el problema depende únicamente del precio, pero la realidad es que las bajas ventas en cualquier momento ocurren porque los beneficios que los clientes pueden obtener de la oferta no son evidentes. ¿Qué necesidad o deseo

están satisfaciendo para los clientes? Cuando un cliente comprende que se están cumpliendo sus requisitos, el valor pasa a un segundo plano.

Es crucial trabajar constantemente en la presentación de lo que hacemos, ya sea dentro de una empresa, en los estudios, en la vida familiar o con los amigos. Las presentaciones deben ser impactantes. ¿Cómo nos presentamos personalmente? ¿Somos capaces de presentar algo lo suficientemente impactante en un minuto para captar el interés de las personas?

Uno de los momentos cruciales en la vida de las personas es el saludo al buscar un puesto, ya sea como operario en una fá-

brica, mesero en un restaurante, instalador de redes de internet o gerente en una empresa. El cerebro trabaja a través de percepciones involuntarias, no conscientes. La forma de vestir, el saludo y las primeras palabras son determinantes.

Por eso trabajar en el vocabulario, en los gestos y la forma de expresarse, es un trabajo de todos los días, sin importar la edad.

El «éxito» en la vida depende del entrenamiento para lograrlo. Esa es la idea de la educación, pero este entrenamiento no termina al finalizar la escuela o una institución educativa. De hecho, no es ningún secreto que, desafortunadamente, el sistema educativo no es coherente con las necesidades de la vida actual, especialmente la necesidad básica de todos los seres humanos: el desarrollo socioemocional, algo fundamental para tener una vida satisfactoria. El reto constante, como una necesidad tan básica como comer, es entrenarse y mantenerse en un proceso continuo de mejora constante, tanto como persona, miembro de una familia o como alguien que trabaja y busca profesionalizarse, sin importar los títulos de estudio. El aprendizaje constante, la dedicación y el deseo de hacerlo mejor son lo que hacen a una persona profesional, no los títulos, que se vuelven obsoletos muy rápidamente.

Explora Colombia:

FASCINANTE VIAJE POR LA HISTORIA Y LA DIVERSIDAD CULTURAL DEL PAÍS



Bahía Concha Santa Marta, uno de los paisajes más bellos del mundo.

Colombia, tierra de contrastes y belleza incomparable, ofrece a sus visitantes la oportunidad de sumergirse en un viaje por la historia, la cultura, las fiestas y las tragedias que han marcado a sus pueblos exuberantes a lo largo de los siglos. El país se adentra en un rico y diverso patrimonio cultural que es un tesoro invaluable.

Colombia no solo es un destino para disfrutar de paisajes de ensueño y experiencias únicas, sino que también es un lugar donde la historia cobra vida a través de festivales, rituales y tra-

diciones ancestrales. La fuerza de la palabra y del pensamiento ancestral se entrelaza con la modernidad en un diálogo fascinante que invita a reflexionar sobre la identidad y la diversidad cultural del país.

La riqueza histórica, cultural y natural de Colombia ha inspirado la producción de series exitosas de televisión como «Planeta Tierra» y «Madre Naturaleza», de National Geographic y Netflix, que han permitido mostrar al mundo la belleza y la diversidad de este país. Para quienes desean explorar los tesoros culturales de Co-

lombia, la UNESCO ha reconocido varios lugares como Patrimonio de la Humanidad que no se pueden dejar de visitar. Entre ellos se encuentran la Ciudad Perdida en la Sierra Nevada de Santa Marta, el Parque Arqueológico de San Agustín en Huila, el Centro Histórico de Cartagena de Indias, el Parque Nacional Natural de Los Katíos en el Chocó, y el Paisaje Cultural Cafetero en el Eje Cafetero, por mencionar solo algunos.

El director de cine colombiano, Marco A. Contreras Torres, quien se ha dedicado a la investigación cultural y patrimo-

nial, desde 1985, con varios libros escritos y más de 40 documentales dirigidos y producidos, afirma «La Unesco reconoce 5 ejes temáticos en Colombia: la herencia hispana, la huella precolombina, el mestizaje cultural festivo (las fiestas que cada municipio de Colombia tiene) la palabra y el pensamiento ancestral y los ecosistemas. Contreras creó una serie de 5 cortometrajes, que corresponden a la 5 regiones naturales de Colombia, cada uno con duración de 8 minutos, para llevarla al mundo y para que Colombia conozca y la proyecte. Para sentir el sabor y la gra-

cia de los colombianos expuesta en el séptimo arte».

«Invitamos a apoyar la cultura de nuestro país, la producción cinematográfica y conocer nuestra tierra porque no conocemos nuestra cultura, ni nuestros parajes hermosos. Pasar del ambiente cultural festivo del carnaval de negros y blancos a la Feria de Cali o al Carnaval de Barranquilla es una cosa esplendorosa, la diversidad es completamente distinta en cada región. El Amazonas es un paraíso. La Sierra Nevada de Santa Marta es una selva más difícil de penetrar que la propia Amazonía».

En este contexto, nuestra serie busca seguir explorando y resaltando los encantos y las peculiaridades que hacen de Colombia un destino turístico y cultural inigualable, puntualiza el director de Cine.

En definitiva, Colombia es mucho más que un país de paisajes impresionantes y tesoros naturales. Es un destino que cautiva por su historia, su cultura, su gente y sus tradiciones, invitando a los viajeros a descubrir y apreciar la autenticidad y la riqueza de sus raíces culturales. ¡No dejes de visitar estos lugares reconocidos por la UNESCO sumérgete y Explora Colombia!

POR QUÉ LOS HIPOCONDRIÁCOS MUEREN ANTES QUE AQUELLOS QUE SE PREOCUPAN MENOS POR SU SALUD

Stephen Hughes

Las personas que se preocupan excesivamente por su salud tienden a morir antes que las que no lo hacen, según descubrió un estudio reciente realizado en Suecia.

Parece extraño que los hipocondríacos -que por definición se preocupan, pero no tienen nada malo- disfruten de una esperanza de vida más corta que el resto de nosotros. Veamos por qué.

Primero, unas palabras sobre terminología. El término

«hipocondríaco» se está tornando rápidamente peyorativo. Por ello, se anima a los médicos a utilizar el término trastorno de ansiedad por enfermedad. Entonces, para evitar irritar a nuestros lectores más sensibles, debemos usar este término.

Podemos definir este trastorno como una condición de salud mental caracterizada por una preocupación excesiva por la salud, por lo general con una creencia infundada de que sufren de una condición médica grave.

Puede estar asociado con visitas frecuentes al médico, o puede implicar evitarlas por completo con el argumento de que se podría diagnosticar una afección real y muy posiblemente mortal.



La hipocondría o hipocondriasis es una condición en la cual el paciente presenta una preocupación excesiva con respecto a padecer alguna enfermedad grave

Esta última variante me parece bastante racional. Un hospital es un lugar peligroso y puedes morir en un lugar así.

El trastorno de ansiedad por enfermedad puede ser muy debilitante. Una persona con esta afección pasará mucho tiempo preocupándose y visitando clínicas y hospitales.

Es costoso para los sistemas de salud por el tiempo y los recursos de diagnóstico utilizados y

es bastante estigmatizante.

Los profesionales de la salud que están muy ocupados preferirían dedicar tiempo a tratar a personas con «enfermedades reales» y, a menudo, pueden ser bastante despectivos. La gente también.

El estudio

Los investigadores suecos rastrearon a unas 42.000 personas (de las cuales 1.000 sufrían este trastorno) durante dos

décadas. Durante ese período, las personas con el trastorno tuvieron un mayor riesgo de muerte.

En promedio, los que se preocupaban morían cinco años más jóvenes que los que se preocupaban menos. Además, el riesgo de muerte aumentó por causas tanto naturales como no naturales. Tal vez, después de todo, las personas con el trastorno sí tenían algún problema. Las personas con esta afección que

mueren por causas naturales tuvieron una mayor mortalidad por causas cardiovasculares, respiratorias y desconocidas. Curiosamente, no tuvieron una mayor mortalidad por cáncer. Esto parece extraño porque la ansiedad por el cáncer está muy extendida en esta población. La principal causa de muerte no natural en el grupo con el trastorno fue el suicidio, con un aumento de al menos cuatro veces mayor que aquellos que no lo padecían.

IA como herramienta:

¿SE DEBE REGULAR O PROHIBIR EN LAS EMPRESAS?

Valeria Zuleta Puerta

Cada vez es más frecuente conocer referencias sobre la necesidad de regular el uso de la Inteligencia Artificial en diferentes campos, dadas las múltiples situaciones en las que su mal uso ha generado riesgos en ámbitos legislativos, generación de contenidos falsos por falta de validación de la información, entre varios otros.

Pero tal vez para algunos profesionales el tema de la IA solo los lleva a pensar en una de las herramientas existentes y más sonadas: ChatGPT, sin embargo, esta tecnología existe desde 1943 cuando Warren McCulloch y Walter Pitts presentaron su modelo de neuronas artificiales, el cual se considera el primer trabajo del campo de inteligencia artificial.

Expertos en diferentes campos como el jurídico, el tecnológico o el empresarial se han mostrado preocupados por estas nuevas tecnologías ya que si bien es una herramienta que pretende facilitar el trabajo, también existe la posibilidad de que muchos trabajadores sean «reemplazados» por la inteligencia artificial.

Andrés DaCosta, socio de la firma laboral Godoy Córdoba, lo ha analizado desde lo que se podría hacer en un entorno laboral «si bien la inteli-



Inteligencia Artificial

gencia artificial puede ayudar, tal vez, en casos como los procesos de reclutamiento, en donde me piden tener políticas antidiscriminación, por ejemplo, tenemos que pensar que alguien le tiene que indicar a la IA desde qué parámetros empezar a seleccionar a los candidatos, de lo contrario simplemente realizará la acción al azar y no se elegirá de manera objetiva y correcta a la persona adecuada para el proceso. Pensar que la IA puede reemplazar puestos de trabajo me lleva también a indagar a fondo en cuántos puestos nuevos de trabajo se crearán también».

Y es que las diferentes IA que existen en la actualidad no fueron pensadas en resolver la vida de sus usuarios, sino en optimizar el tiempo y apoyar ciertas labores que en ocasiones pueden ser demoradas por el simple hecho de requerir reunir información de muchas fuentes.

Es por ello que actualmente las empresas

se preguntan si la IA se debe reglamentar en su uso al interior de las empresas o definitivamente prohibirle para evitar problemas en el largo plazo.

La ley colombiana, al igual que en muchos países de Latinoamérica e incluso de Norteamérica y Europa, no tiene legislación al respecto, aún no se ha hecho claridad sobre qué sucede si un trabajador emplea esta tecnología para desarrollar su trabajo y este queda mal ejecutado o simplemente se comprueba que sus responsabilidades como profesional están siendo delegadas a este tipo de plataformas.

Alejandro Trejos, Socio BDS Asesores de Costa Rica, ha hecho referencia a un caso relacionado a lo anteriormente mencionado que se dio en los Estados Unidos con un profesional en derecho «tenemos el primer caso en este país en el que un abogado construyó toda una demanda en Nueva York en contra de una aerolínea en donde incluso presentaba ante-

cedentes, al momento en que el equipo de la defensa ve esto le solicita los números de sentencia de estas demandas para validar lo que está diciendo y notan que no existen y la IA fue quien en pocas palabras se inventó el caso».

Por este y otro tipo de situaciones es que hoy día firmas de abogados y diferentes organizaciones se plantean cuál es el «deber ser» en estos casos, ya que si bien la respuesta debería ser «ante una falta debe haber una sanción», empresas de desarrollo de software, por ejemplo, no ven como algo malo el uso de esta tecnología para el desarrollo de las tareas diarias, entonces ¿Cómo limitar su uso? ¿Cuándo se debe sancionar? ¿Qué es sancionable y qué no?, sin duda son incógnitas que no se podrán resolver hasta el momento en que los diferentes implicados lleguen a un acuerdo y los gobiernos tomen cartas en el asunto para definir si estas innovaciones deben permear la vida dia-

ria de sus ciudadanos o se restringirá el uso para ciertas profesiones y roles. «En el contexto laboral colombiano, es imperativo que por iniciativa gubernamental o privada se promuevan prácticas responsables en el uso de inteligencia artificial, asegurando así un equilibrio entre el desarrollo, la innovación y la competitividad, y la protección de los derechos fundamentales de los trabajadores. Para lograr esto, es esencial que las empresas designen un líder responsable de ética en la IA y establezcan reglas claras para mitigar diversos riesgos. Además, contar con sistemas de inteligencia artificial explicables y llevar a cabo pruebas para identificar sesgos, son pasos cruciales», puntualizó DaCosta. Es fundamental comprender que los beneficios de estas prácticas no se limitan a las empresas, sino que se extienden a toda la sociedad colombiana. La inteligencia artificial ya es una realidad en nuestro país y está transformando diversos sectores económicos. Al adoptar medidas responsables, todos los actores de la sociedad, desde los empleados hasta los empleadores y el gobierno, se verán beneficiados. Esta evolución tecnológica abre nuevas posibilidades y le permite al mundo avanzar hacia un futuro laboral más equitativo y sostenible para todos.

Carolina Ross y Miguel Martínez:

CANTA SOBRE «EL AMOR DE MI VIDA»

Andrea Vásquez

Dicen que los polos opuestos se atraen pero la verdad Carolina Ross y Miguel Martínez se parecen en muchas cosas, son talentosos, disciplinados, influenciadores, actúan, son muy reconocidos desde niños en el país Azteca y hoy forman la pareja musical que tiene enamorado a todos, además están en busca de la conquista de todo Latinoamérica. Es por esto que en el mes del Amor y la Amistad lanzan «El Amor de mi Vida» un tema romántico que además hace parte del soundtrack de «Nadie Como Tú», teleno-

vela que se estrenó a nivel mundial en el mes de agosto. «Nos conocimos hace unos años grabando un programa, yo sabía ya de todo el boom que ella estaba creando en redes y plataformas digitales con su música y fue increíble encontrármela porque desde el primer momento sentí mucha empatía con ella. Así que cuando los productores de la novela se acercaron para decirme que querían que grabara esta canción y me preguntaron que quién creía que me debía acompañar, inmediatamente dije: Carolina Ross» comentó Miguel Martínez. «De mi parte la primera vez que

conocí a Miguel tuve una experiencia de fan, lo conocí desde que era muy pequeña, crecí viendo sus programas y telenovelas así que el match fue inmediato, por eso cuando me propusieron hacer esta canción que además es una historia de amor lindísima en la que se trasciende incluso en el tiempo, dije que sí» afirmó Carolina Ross.

Las dos estrellas mexicanas, tuvieron que vivir un verdadero reto para grabar el videoclip de «El Amor de Mi Vida» ya que lanzaron el audio primero, pero les fue tan bien que decidieron grabar el video en tiem-



Carolina Ross y Miguel Martínez

po record, al punto que Carolina llegó a Ciudad de México y en tres días ya el video estaba al aire.

«Tuvimos que correr porque los dos tenemos múltiples ocupaciones, Carolina está preparando su gira para Octubre, es demasiado activa en redes y yo soy presentador de Bandamax, estoy grabando mi álbum y además estoy preparándome para la gira de los Dos Miles por Siempre que reúne a los actores y actrices que cantaron éxitos de telenovelas de los años dos mil» comentó Martínez.

«El Amor de mi Vida» ya cuenta como un buen número de reproducciones en los canales de los dos artistas y también está disponible en todas las plataformas digitales. Carolina cuenta con más de 20 millones de seguidores en sus redes y Miguel ya está por encima de los cuatro millones y presenta un vertiginoso crecimiento en su carrera musical que ha dado un giro hacia la regional, hace apenas un par de meses.

QUIÉN ES CAROLINA ROSS

Carolina Ross es lo que se puede llamar una artista real, que además ha influido en el mundo musical de manera importante y que es inspiración para miles de cantantes que vieron como una talentosa niña se hacía reconocer, aun por fuera de su país, interpretando en Youtube covers de grandes éxitos musicales. A pesar de estar en la escena artística desde los seis años,

ser hija de grandes actores mexicanos, haber participado en realities, Carolina es un ejemplo de lo que el buen manejo del recurso digital puede lograr en la carrera de un artista.

QUIÉN ES MIGUEL MARTÍNEZ

Miguel Martínez es un actor y cantante mexicano, que desde muy pequeño inició una carrera de éxitos al conseguir el primer lugar en CODIGO FAMA, un reality que buscaba la nueva figura infantil. Miguel tiene 33 años, participó en importantes novelas que hicieron historia en la pantalla chica como Alegrijes y Rebusos, Misión S.O.S., Hasta El Fin del Mundo y ha participado en importantes realidades como Mira Quién Baila de Univisión, Cuatro Elementos en México, Las Estrellas Bailan Hoy. Además participo en programas por capítulos como La Rosa de Guadalupe. En su historia musical se cuentan varias canciones que han sido reconocidas en los tops mexicanos y han hecho parte de las bandas sonoras de programas y novelas, hoy por hoy Miguel es además conductor de BandaMax y se prepara para iniciar la gira de los 2000XSiempre un show el que se reunirán las estrellas de principios de siglo para cantar los éxitos de las producciones en las que participaron. Miguel además esta iniciando una nueva etapa musical en la que con pie derecho ha comenzado a conquistar el mercado latino que le encanta el regional mexicano.



HISTORIAS DE TRENES
Gerney Ríos González

"Este texto reproduce una juiciosa investigación socio histórica, que narra el viacrucis sufrido por los pueblos indígenas de la América, en plena ebullición geopolítica".
Marco Tulio Calderón Peñaloza, Rector UGC.

MINGA
Gerney Ríos González

"Debemos vislumbrar un siglo XXI de esperanza y un tercer milenio de lucha por la vida y el progreso basado en el respeto de la biodiversidad en las naciones de la Gran Colombia".
Marco Tulio Calderón Peñaloza, presidente Asociación Universidades de América.

INTEGRACIÓN, ¡AHORA!
Gerney Ríos González

Historias de Trenes, abre a los ojos la necesidad y promueve la construcción de los ferrocarriles en Colombia para no quedar al margen del progreso global.

EL FANTASMA



Juanes está de plácemes. Luego de 15 años de ausencia de los escenarios en Colombia anunció que hará conciertos en Bogotá, Cali, Pereira, Bucaramanga y desde luego Medellín.

Es una buena noticia para los seguidores de Juan Esteban Aristizábal.

En medio de La Red, Mary Méndez aprovechó que sus compañeros se rieron de ella para lanzar una declaración muy directa sobre los retoques que poseería Juan Carlos Giraldo.

Gracias a La Red, los colombianos han sido testigos de la gran complicidad que hay entre los presentadores de este programa del fin de semana, ya que siempre se les puede ver realizándose comentarios de doble sentido, molestandose por las cosas que les han pasado o complementándose de la mejor manera, algo de lo que dieron muestra Mary Méndez y Juan Carlos Giraldo.

Durante la emoción del sábado 20 de abril, la presentadora hizo un comentario con el cual habría revelado las cirugías estéticas que tendría su compañero de set.

Luego de que en La Red presentaran la nota que Jhoncito Preguntón realizó desde el Desafío 2024 sobre Luisa, Mary Méndez aprovechó que le habían hecho un cómico comentario acerca de que su cabello es tinturado para mencionar que su compañero se habría hecho cirugías estéticas: «mi pelo es tan natural como el hueco en tu barbilla, tus cachetes y tus párpados».



Paige Spiranac

De esta manera, la samaria supuestamente confesó que Juan Carlos Giraldo posee tres operaciones con las que mejoró su aspecto físico, lo cual hizo que todos los que estaban en el set no pudieran contener la risa, al punto de que el implicado de la revelación no sólo quedó impactado, sino que, en medio de una carcajada, afirmó que todo eso era natural.

Cabe destacar que todo esto surgió porque los presentadores aseguraron que si ellos estuvieran en el Desafío 20 Años sus pruebas consistirán en obtener un tarro de tinte, al final de la pista, para Mary Méndez, quien para dicho punto de la competencia llevaría mucho tiempo sin taparse las raíces.

Aunque los cinco presentadores del programa son los encargados de analizar y brindar sus comentarios ante cada una de las notas que salen al aire, este comunicador es el experto en moda, por lo cual cuando hay informes acerca de este tema es el abanderado en explicarlo.

A su vez, Juan Carlos Giraldo es quien lidera la sección de Tu moda sí incomoda, en la cual aprovechan las tendencias o las alfombras rojas para calificar los atuendos que utilizan los famosos, revelar los diseñadores que hay detrás y dar a conocer qué se encuentra en furor para las celebridades. Lo cierto es que la misma presentadora ha dejado clara su posición frente al tema, pues a través de su cuenta de Instagram se lo han preguntado en varias ocasiones. Su respuesta ha dividido opiniones, no obstante, son muchos los que han estado de acuerdo.

Lago Moraine:



El lago Moraine es un lago de montaña localizado en el Parque Nacional Banff, en Alberta, Canadá. Más concretamente, se encuentra en el valle de los Diez Picos, a unos 14 kilómetros de distancia de la localidad de Lago Louise y a una altitud de unos 1884 metros sobre el nivel del mar.

Indiferencia:

PROSTITUCIÓN UNIVERSITARIA

Tome Nota!:

CINCO TIPS PARA CONTROLAR EL DINERO