

Emergencia:



CHOCÓ INUNDADO

El 85% del territorio chocoano se encuentra bajo el agua

Las lluvias con pleno furor:

**AYUDA HUMANITARIA
PARA EL CHOCÓ**

Ciclismo en Bogotá:

**5.000
DEPORTISTAS
PARTICIPARON**

Ciclismo en Bogotá:

5.000 DEPORTISTAS PARTICIPARON

La Plaza de Bolívar fue el escenario del Gran Fondo de Ciclismo de Bogotá, competencia deportiva que recorrió los puntos más emblemáticos de la ciudad.

«La capital de la bici hace historia con el primer Gran Fondo urbano de Colombia, más de 5.000 ciclistas recorrieron las calles de nuestra casa, junto a las estrellas del ciclismo», aseguró el alcalde Carlos Fernando Galán.

El gran fondo inició ayer sobre las 5:30 a. m. con la largada al evento deportivo, en el que participaron grandes glorias del ciclismo que han dejado en alto el nombre de Colombia: Egan Bernal, Rigoberto Urán, Mariana Pajón y Nairo Quintana, quienes le dieron la bienvenida a los más de 5.000 participantes del certamen, primero en su categoría en la historia de la capital.

El Fondo cruzó por 9 localidades de la ciudad: Suba, Usaquén, Engativá, Fontibón, Chapinero, Teusaquillo, La Candelaria, Mártires y Santa Fe, sin mayores contratiempos; y los participantes del evento ciclista tuvieron la oportunidad de recorrer un gran fondo de 115 kilómetros o un medio fondo de 60 kilómetros; de acuerdo con información proyectada por la Secretaría Distrital de Desarrollo Económico el impacto del evento fue de \$4.657 millones.

Es importante recordar que Bogotá fue escogida para organizar este Gran



Salida del Gran Fondo de Ciclismo de Bogotá

Fondo porque es un referente para el mundo en términos del uso de la bicicleta, y que la ciudad es reconocida por sus esfuerzos en la transformación física, cultural y normativa para hacerla amigable con su uso.

Ayer Bogotá pasó a la historia porque se celebró por primera vez en sus calles un Gran Fondo de Ciclismo que puso en la lupa este deporte que es fundamental para la movilidad de la capital del país.



Los bogotanos llenaron la Plaza de Bolívar para poder observar la llegada de los ciclistas.

Nazareth, en La Guajira:

REGISTRA INUNDACIÓN



Habitante de Nazareth, a pesar de la emergencia confía en la ayuda de las autoridades nacionales.

Nazareth, ubicado en el extremo norte del departamento de La Guajira. Nazareth tiene una población aproximada de 6.000 habitantes y es una zona que se ha visto gravemente afectada por las lluvias de los últimos días. En este momento, no hay acceso por vía terrestre, hay desabastecimiento de alimentos y el corregimiento permanece sin energía eléctrica.

El propósito de la visita del Gobierno nacional es visitar las viviendas más afectadas y entablar un dialogo cercano con esta comunidad para revisar de primera mano sus necesidades y encontrar soluciones. A la visita se suman otras



Todo bajo el agua.

entidades como lo son la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres (UNGRD), el Ministerio de Vivienda; el Ministerio de Salud; el Ministerio de Agricultura; el comandante de la Armada Nacional, vicealmirante Juan Ricardo Rozo; el comandante General de las Fuerzas Militares, almirante Francisco Cubides Granados, y miembros de la Fuerza Aérea Colombiana. Hasta el momento, la sala de crisis de la UNGRD confirmó el reporte de 18 inundaciones y más de 3 mil familias afectadas. Además, la institución dará asistencia técnica a los municipios más afectados para censar damnificados y garantizar la entrega de Asistencia Humanitaria de Emergencia (AHE).

Las lluvias con pleno furor:

AYUDA HUMANITARIA PARA EL CHOCÓ

Ayuda humanitaria, obras de mitigación y reubicación de viviendas, ejes del plan de respuesta del Gobierno nacional para el Chocó

Una inversión de 12 mil millones de pesos para financiar obras que permitan reducir el riesgo y evitar emergencias como las que hoy atraviesa el departamento del Chocó, anunció el director de la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres (UNGRD), Carlos Carrillo.

En presencia de la gobernadora del Chocó, Nubia Carolina Córdoba, Carrillo precisó que estos recursos se distribuirán a través de dos Fondos de Inversión Colectiva (FIC), con 8 mil millones de pesos asignados para el departamento en general y 4 mil millones específicamente para el municipio de Quibdó.

«Las capacidades de la gobernación y de los municipios se han agotado y por eso es momento de que responda el Gobierno nacional», dijo.

Reubicación de viviendas

En este contexto, el director de la UNGRD también anunció la reactivación del proyecto de reasentamiento y construcción de 168 viviendas de interés social rural en el corregimiento de Pogue, municipio de Bojayá, una de las zonas más afectadas por las inundaciones.

Este proyecto había quedado en suspenso durante la administración anterior y actualmente



Chocó está inundado

se encuentra en la fase de estudios y diseños participativos. Se espera que en un plazo de cinco meses se presente un anteproyecto tanto a la UNGRD como a la comunidad de Bojayá.

Este esfuerzo cuenta con un terreno proporcionado por la comunidad y un presupuesto proyectado de 17 mil millones de pesos para los estudios y 50 mil millones de pesos para la construcción y el urbanismo.

De acuerdo con el presidente Petro, lo primero que se debe hacer es entregar las ayudas inmediatas, sobre todo comida y atención en salud, pero también se debe garantizar que, a más largo plazo, la población quede protegida. Es aquí donde cobra importancia la reubicación de viviendas donde haya necesidad de hacerlo.

Ayuda humanitaria

La llegada de asistencia humanitaria es otra prioridad del plan de respuesta para el departamento del Chocó.

De acuerdo con el director Carlos Carrillo, ayer miércoles se recibieron ocho toneladas de ayuda humanitaria en el aeropuerto El Caraño de Quibdó, y se avanzaba en el traslado de 10 mil kits adicionales desde Bogotá por vía terrestre.

Se transportan 33 mil toldillos y 600 carpas para brindar alojamiento temporal a las personas que han perdido sus hogares debido a la emergencia.

Cabe recordar que el presidente Gustavo Petro, el director de la UNGRD y la gobernadora del Chocó realizaron un sobrevuelo por las áreas más afectadas para evaluar la

situación y coordinar las acciones necesarias.

En respuesta a la emergencia climática que afecta al Chocó, se instaló un Puesto de Mando Unificado (PMU) especial, con el objetivo de agilizar la evaluación de daños y determinar las acciones prioritarias para atender a las comunidades afectadas.

La instalación del PMU permitirá una respuesta más efectiva y coordinada entre diversas entidades operativas, incluyendo la Fuerza Aérea, la Defensa Civil, el Ejército Nacional y la Armada. De acuerdo con el director Carlos Carrillo, se recibieron ocho toneladas de ayuda humanitaria en el aeropuerto El Caraño de Quibdó, y se avanzaba en el traslado de 10 mil kits adicionales desde Bogotá por vía terrestre. Se transportan 33

mil toldillos y 600 carpas para brindar alojamiento temporal a las personas que han perdido sus hogares debido a la emergencia. Cabe recordar que el presidente Gustavo Petro, el director de la UNGRD y la gobernadora del Chocó realizaron un sobrevuelo por las áreas más afectadas para evaluar la situación y coordinar las acciones necesarias. En respuesta a la emergencia climática que afecta al Chocó, se instaló un Puesto de Mando Unificado (PMU) especial, con el objetivo de agilizar la evaluación de daños y determinar las acciones prioritarias para atender a las comunidades afectadas. La instalación del PMU permitirá una respuesta más efectiva y coordinada entre diversas entidades operativas, incluyendo la Fuerza Aérea, la Defensa Civil, el Ejército Nacional y la Armada.

Otro golpe a los narcos:

DESTRUIDOS CUATRO LABORATORIOS QUE PRODUCEN SEIS TONELADAS DE COCAÍNA



Uno de los laboratorios de cocaína destruidos por las autoridades colombianas.

Javier Sánchez

En una operación militar conjunta en el occidente del Cauca, las Fuerzas Militares localizaron y destruyeron cuatro laboratorios de procesamiento de droga con capacidad para producir más de seis toneladas mensuales de alcaloide. Estos laboratorios, pertenecientes a la estructura criminal 'Jaime Martínez', estaban situados en una zona de difícil acceso debido a las constantes inundaciones que

la afectan gran parte del año. El hallazgo fue realizado por tropas del Batallón de Infantería N.56 del Ejército Nacional y la Armada de Colombia, en una zona comprendida entre los municipios de López de Micay, Guapi y Timbiquí. En estos sitios, los criminales procesaban pasta base de coca que era luego transportada en lanchas rápidas tipo 'go fast' con destino a Centro y Norteamérica.

Durante la operación, los uniformados incautaron más de cuatro mil galones de insumos líquidos

y cerca de 500 kilogramos de insumos sólidos, así como diversas herramientas y equipos empleados para el procesamiento del alcaloide. El valor de estos elementos y de los laboratorios destruidos se estima en más de 2.700 millones de pesos.

Una de las características que llamó la atención de las autoridades fue la ubicación estratégica de los laboratorios en una zona que permanece inundada la mayor parte del año. Esta condición geográfica, resultado de

las constantes lluvias, tenía como objetivo dificultar y desorientar a las tropas, impidiendo el descubrimiento de estos centros de producción.

Las autoridades confirmaron que estos laboratorios pertenecían a la estructura criminal Jaime Martínez, la cual opera en el departamento del Cauca. Con esta acción, se logra un golpe significativo contra las capacidades logísticas y financieras de esta organización ilegal, debilitando sus redes de narcotráfico.

Las Fuerzas Militares continúan desplegadas en la zona con el objetivo de localizar y destruir más laboratorios, así como de capturar a los integrantes de las estructuras criminales que operan en esta región. Esta operación es parte de una ofensiva más amplia contra las economías ilícitas del narcotráfico en Colombia.

El Gobierno viene ocasionado grandes golpes al narcotráfico lo cual ha ocasionado que la delincuencia, sostienen mandos militares.

En los niños:

EL CUIDADO DE LOS DIENTES

Los bebés deben ser llevados al Odontopediatra así no les hayan nacido sus dientes, los padres requieren orientación nutricional y cuidados en salud oral del menor.

El cuidado de la salud bucal se convierte en un hábito rutinario y debe realizarse de manera correcta durante todas las etapas de la vida, ya que la falta de este podría acarrear múltiples enfermedades. Según cifras de la Dirección de Salud Pública, demuestra que el estado de higiene oral de los colombianos es alarmante, aproximadamente 88.4% tienen una higiene oral deficiente, el 7.7 % se clasifica en estado regular y tan solo el 2.9% de los colombianos tiene una buena salud oral.



El temor de asistir a controles odontológicos es uno de los factores que afectan el adecuado manejo de la salud bucal.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que la salud bucal es un elemento esencial de la salud general y del bienestar, que impacta significativamente en la calidad de vida. En línea con estos argumentos la Dra. Liliam Patricia Sotelo indicó que “la sonrisa es una carta de presentación, cuando los dientes no han sido cuidados pueden presentarse alteraciones que van desde: la baja autoestima de las personas, manifestarse problemas digestivos y llegar hasta perjudicar la manera de comunicarnos alterando la pronunciación de ciertos fonemas que requieren la presencia de nuestros dientes”.

Recomendaciones para sus dientes

- La Facultad de Odontología de la San Martín y la doctora Liliam Patricia Sotelo, odontóloga

pediatra de la institución educativa reveló detalles de cómo cuidar sus dientes y sobre algunos mitos existentes alrededor de este tema.

- La regla básica: Cepillar los dientes después de cada comida y al menos tres veces al día. No es recomendable acostarse en la noche sin cepillarse los dientes con una buena crema dental con flúor y sin haber usado seda o hilo dental.
- Buen uso: Una de las recomendaciones más importantes, es no utilizar los dientes para abrir botellas, empaques, hebillas del cabello o tratar de zafar objetos, pues es una práctica muy común que tiene graves consecuencias en la dentadura.

- Evitar consumos excesivos de dulce: Ingerir altas cantidades de azúcar, productos ácidos o bebidas oscuras, no es recomendable. Los azúcares y la mala higiene oral es la principal causa de caries. Por su parte los ácidos hacen que se desgaste el esmalte de los dientes y las bebidas oscuras los pigmentan.
- Problemas gástricos: Inconvenientes gástricos pueden afectar la salud bucal. Claro que sí; por Ej: enfermedades como bulimia-anorexia – entre otras – donde puede existir vomito inducido, observamos que el ácido producido por el reflujo gástrico patológico, constante y repetitivo en la boca desgasta el esmalte de los dientes. Entonces, sí es cierto que

enfermedades gástricas tienen consecuencias en nuestra boca.

- Enjuagues bucales: Es falso que los enjuagues bucales dañen los dientes. Sí existen algunos que tienen un contenido alto de alcohol y producen –en algunas personas– irritabilidad de la mucosa oral, pero en el mercado se consiguen opciones sin alcohol. Estos son los más recomendados para los niños. Los enjuagues bucales son un buen complemento a los hábitos de higiene oral.
- Hilo dental: Lo ideal es siempre usar el hilo dental después de comer, porque el cepillo no abarca algunas superficies de los dientes (superficies interproximales).

Se aconseja pasar el hilo dental al menos una vez al día y luego hacer el cepillado. En la noche nadie debería irse a dormir sin utilizar el hilo dental y lavarse los dientes.

- El rol de los padres: Tienen la misión de supervisar y educar a los niños en el cepillado de los dientes, además de controlar el consumo de azúcar. Los bebés deben ser llevados al Odontopediatra para empezar a educar y orientar a los padres tanto en el cuidado y limpieza de sus encías y posteriormente cuando erupcionen sus dientes, como en cuidados nutricionales. A veces los padres piensan que al no haberles salido los dientes no hay que necesidad de llevarlos, pero es recomendado.

Las mujeres embarazadas deben tener buenos hábitos alimenticios porque de ellos influye en gran parte la formación de los dientes del bebé.

El miedo al odontólogo es otro factor que influye en el deterioro de la salud oral. Lo mínimo es ir a citas odontológicas dos veces al año, es decir cada seis meses; pero esto depende del riesgo de cada uno de los pacientes, en ocasiones estas visitas deben de ser más seguidas, cada 3 meses.

ACIERTOS Y DESACIERTOS FERROVIARIOS



El gobierno colombiano empezó a indagar con la China sobre el tren bala y se pueda realizar una negociación,

Gerney Ríos González

La falta de capital y de tecnología obligó a depender del exterior para construir las primeras líneas férreas. Pero si el país no disponía de los recursos que demandaron las carrileras iniciales, sus conductores no estuvieron preparados para contratar y administrar los convenios. Como en otros países, los gobiernos colombianos apelaron al sistema de concesiones en busca de técnica y recursos financieros, debido a la pobre gestión dirigencial, más comprometidos con las vicisitudes políticas, militares, filosóficas, gramaticales y religiosas, que con el progreso de una república en permanente crisis.

Concesionarios extranjeros, en lugar de aportar los recursos, especularon con los documentos oficiales de garantía o subsidio y abusaron de la posibilidad de hipote-

car los bienes ferroviarios con respaldo del Estado, resultando en enriquecimiento propio, fuga de recursos del lánguido erario público, tardanza injustificada en las obras y paupérrimas especificaciones de las carrileras.

Algunos constructores nacionales y foráneos, fueron la honrosa excepción y aportaron conocimientos y apoyo financiero de manera adecuada. Otros, más numerosos, esquilmaron el presupuesto, recargaron los costos, entorpecieron las obras, entablaron pleitos que llenaron sus bolsillos y sembraron corrupción entre propios y extraños, todo a costa del progreso.

La orgía de contratos modificados, pleitos y rescisiones, causaron gran pérdida de recursos y de tiempo, hasta cuando la ingeniería y la administración pública nacionales, bien entrado el

siglo XX, encontraron los caminos para emprender obras sin la maléfica dependencia de especuladores internacionales. El despertar fue tardío para el transporte sobre rieles.

Las primeras líneas férreas colombianas no obedecieron a un plan articulado de desarrollo, sino que se iniciaron atendiendo a intereses regionales, políticos o particulares, que resultaron en una serie de pequeños tramos incommunicados y con especificaciones incompatibles. Esa improvisación condujo además a seleccionar rutas inadecuadas que ocasionaron costos múltiples al transporte, durante décadas.

Los primeros arreglos entre gobierno y constructores fueron en extremo flexibles; se firmaban de manera amplia, aparentemente favorable al interés de la nación, y se modificaban progresivamente de acuerdo a

los requerimientos de los empresarios. Cantidad de convenios adjudicados a influyentes personajes que no tenían la capacidad técnica ni económica para montar las carrileras, pero que aprovecharon su posición para enriquecerse, demorando y encareciendo las obras.

Con el valor de los subsidios nacionales entregados generosamente a algunos contratistas, se hubieran construido más kilómetros de carrileras que los dejados por los habilidosos concesionarios, al llegar la fiebre de la nacionalización, a precios exorbitantes, inflados por la avaricia de los intermediarios.

Desenvolver el propósito de este recorrido, cual es el de desentrañar errores y aciertos encontrados durante el dilatado proceso de dotar a Colombia de sus primeros trenes. Relacionar los factores que entorpecieron

el avance racional de la infraestructura férrea:

a) Desgano oficial en algunos períodos presidenciales por las obras, unido al afán de concentrar el poder en pocas manos.

b) Intereses personales, políticos o regionales, por encima de los nacionales.

c) Pasión política, impulsora de grandes decisiones que dejan a un lado la razón.

d) Falta de espíritu y gestión empresarial de la clase dirigente.

e) Incapacidad de los representantes de Colombia en el exterior para informarse de la realidad de los proponentes, y la llegada de contratistas inescrupulosos.

f) Juego de influencias políticas aplicado a la asignación de contratos por encima de las necesidades públicas.

g) Lentitud en la formación interna de capitales, añadida a la desconfianza para invertir en obras benéficas para el país.

h) Falta de visión en los objetivos de desarrollo.

i) Desprecio por la prudente palabra de la tecnología.

j) Afán burocrático de entorpecer la ejecución de los contratos, especialmente de aquellos en manos de especuladores colombianos.

k) Corrupción, tendida como un velo sobre las oportunidades de progreso.

Colombia:

MAGIA, DRAMA, INJUSTICIAS SIN PIZARRÓN



Esteban Jaramillo Osorio

Dramático final. Partido de muchas piernas y poco fútbol en el que el combate físico le ganó a la técnica, el músculo a la habilidad y la táctica destructiva al talento.

Juego emocionante, picado, incierto, disputado, con dificultades para encontrar los espacios. Incómodo para los dos rivales, con resultado puesto solo al final. Uruguay con pases largos, Colombia con toques



Uruguay festeja, Colombia lamenta.

cortos, verticales ambos, con técnica esporádica en la velocidad.

Nunca será un partido contra Uruguay un intercambio de cortesías, será un combate cuerpo a cuerpo con garra e intensidad. Eso también es fútbol. Con goles que salieron de la inspiración como el de Juan Fernando Quintero, de manual, desafiando los principios defensivos. Gol de un artista del balón que «entero se lo tragó el portero».

O dramático como el de Ugarte, el del triunfo, el que nadie esperaba. Demasiado premio para el local que jugó nervioso de principio a fin.


Uruguay dominó desde su persistencia, su carácter, la presión asfixiante en su campo y el libreto del entrenador, lúcido en sus ideas.

Colombia no pudo redondear un buen juego. Quintero aportó su gol y un poco más. Díaz piscinero, estéril en ataque, sin peligro en sus movimientos y de James nada, porque los espacios no fueron tan generosos como contra Bolivia o Chile. Mal calificada la defensa porque Colombia sufrió sin la pelota. Con un dominio improductivo, cuando la tuvo, en la segunda mitad.

Solo Camilo Vargas, con las tres atajadas vibrantes de siempre, para salvar a su equipo. Al comienzo Colombia tuvo rapidez en las contras tras la recuperación, encontró profundidad, con un solo gol. Lo hizo con naturalidad, velocidad con base en acciones directas. Pero, a medida que el partido transcu-

rrió, se alejó de la portería contraria. Terminó en caos, sin la capacidad para controlar el marcador. No era su fútbol... era el de Uruguay. La derrota no es perturbadora, ni pone en riesgo la clasificación. Pero deja sensaciones confusas por las incongruencias de Lorenzo, el entrenador.


Con relevos y decisiones retardadas, no supo a quién pedirle auxilio en el banco de los entrenadores, donde siempre hay sobrecupo, pero escasean las ideas. Acostumbrado está el técnico nacional a confiar en el talento individual de sus futbolistas, en los pases en rosca de James, en la pelota quieta, en las jugadas imprevistas y no siempre en el rendimiento colectivo. Varios temas hay para analizar, considerar y corregir.



XILÓPALO
PREMIO NACIONAL
DE PERIODISMO DIGITAL
• 2024 •

PARTICIPA EN LA CATEGORÍA DE CARICATURA

Destaca tu talento a través de ilustraciones que comuniquen realidades de la sociedad.



Premioxilopalo.com

Crónica 1.000 de Gardezabal:

COMAN DE SU COCINADO



Gustavo Alvarez Gardezabal
El Porce

Desde el día que ganó Trump nos están repitiendo que su triunfo fue logrado en gran parte por apoyo mayoritario de los hispanos.

También sabemos, por cifras que se publican cada seis meses, que esos hispanos envían mensualmente a sus familias en los países de origen las remesas con las cuales levantan a sus gentes en lejanía y que esa suma alcanza a ser de miles de millones de dólares.

En Colombia, de los 11 mil millones de dólares que cada año le transfieren a sus familias los integrantes de la diáspora regados por todo el mundo, se dice que por lo menos 6 mil millones de tales remesas provienen de los Estados Unidos.



Latinos que apoyaron a Trump

Pero como también se sabe que el retrechero de Trump ha dicho y vuelto a decir que va a atajar la inmigración hacia Norteamérica y que apenas se poseione el 20 de enero va a despachar en aviones fletados a miles ,quizás millones de inmigrantes sin papeles que trabajan en USA, y como él no se para en pelitos, ahora acaba de anun-

ciarse que va a decretar un impuesto del 10% de todos los giros y remesas que los hablantes latinos envían a sus familias en los países de origen porque aspira (eso dice él) a desestimular la presencia de tanto inmigrante de Latinoamérica que se ha colado allende sus fronteras. En otras palabras que los fervorosos hispanos que creían que

con Trump alcanzarían la tranquilidad y más opciones de trabajar y de ganar mejor sueldo, van a pagar, de su bolsillo, y con su sudor, un impuesto del 10 % de todo que le vuelvan remesa a sus países. Por supuesto ya los banqueros de Wall Street deben estar pensando en cómo solventar el bajón en los giros mensuales por los que co-

bran comisiones y, muy seguramente, los hispanos de barriada, quizás colombianos ingeniosos, estarán montando alguna trampa para hacerle pistola a las ambiciones de Trump y no pagar el impuesto. Mientras tanto hemos de repetir como la abuela: «coman de su cocinado» ustedes eligieron a ese retrechero.



Colombia no olvida a su mejor actor:

¡CUANTA FALTA HACE CARLITOS MUÑOZ!



Carlos Muñoz

Gustavo Castro Caycedo

El 11 de enero de 2016 murió el inigualable Carlos Muñoz, o mejor, «Carlitos» como le decían quienes lo detenían todos los días de su vida en la calle para que les diera su autógrafo, y los televidentes que admiraban en todos los hogares colombianos las talentosas actuaciones del mejor actor que ha tenido de Colombia.

Esta nota es apenas un resumen del inmenso talento de Carlitos por el que lo declararon como el mejor actor colombiano del Siglo XX, y del XXI hasta los primeros días del 2016. También es una manera de resaltar su inmensa calidad hu-

mana. No hay duda, su desaparición fue una inmensa pérdida para Colombia.

Hoy es un día de enero propicio para recordar su brillante trayectoria que generó afectos de cariño y admiración en todos los hogares, porque él llegó a ser un integrante de las familias colombianas, sin distinción de clase: baja, media o alta. Carlos Muñoz fue universal para varias generaciones. Carlitos nunca tuvo enemigos, ni contradictores, aunque sí algunos ingratos que tal vez no toleraron su éxito y su independencia.

Nadie podrá recrear a los colombianos y alegrar sus vidas tanto, como lo hizo Carlos Muñoz, con sus personajes: «Adán Corona», en «Pero sigo

siendo el Rey»; «Pedro Camacho», en «La Tía Julia y el Escribidor» «Epifanio Del Cristo Martínez», en «Caballo Viejo»; y «Oliverio Currea», en «Amándote». Y con muchos otros en la televisión y el teatro, donde hizo historia con su brillante monólogo en «La Fiaca».

Lo galardonaron en España con el «Premio Ondas», por su novela «Caballo Viejo». En China, en 1994, «Pero sigo siendo el Rey», fue distinguida como «Mejor producción extranjera». También lo premiaron por su actuación en la película italiana, «¡Più forte, ragazzi!», (¡Más fuerte muchachos!), en la que actuó con los famosos actores Bud Spencer, Terence Hill, Robert Spafford, y Edward Mannix Cuando

«salvó» al clero colombiano y Juan Pablo II le escribió

Su actuación como «El Padre Pioquinto Quintero», en «San Tropel», emitida en un momento bochornoso para el clero colombiano por el casi olvidado escándalo de la Caja Vocacional, hizo que su actuación en esa novela emitida por entonces, mostró la cara amable de un curita bueno, lo cual trascendió en el Vaticano, desde donde el Papa Juan pablo II, (hoy Santo), le envió una cálida carta de gratitud por el impacto de su personaje que devolvió imagen al clero, y de felicitación por su caracterización.

Covadonga Rivero Álvarez le escribió una carta desde España: «Don Carlos, muy señor mío;

después de haberle visto muy recientemente en la preciosa serie 'Caballo Viejo', me atrevo a tratarle con más confianza y cariñosamente, pues he reído con sus genialidades y llorado con su buen hacer de gran actor, sabiduría, y ternura (...) Perdóneme el atrevimiento de dirigirme a usted, pero es que quería darle mi respetuoso saludo y mi sincera felicitación por permitarnos conocer las costumbres y la cultura de Colombia, su encantador país».

El Ministerio de Cultura lo galardonó en el año 2002, argumentando, que «durante más de cinco décadas ha dejado profunda huella en el imaginario colectivo colombiano, en la radio, el cine, el teatro y la televisión». Sus telenovelas



Carlos Muñoz se ganó todos los premios que entregaron en Colombia desde mediados del Siglo XX.

tuvieron éxito en Rusia, China, España, Rumania, y en otros países de Europa y Asia; también en los Estados Unidos, y en toda América latina.

Triunfó ante los grandes de México

Interpretó personajes de obras de los autores clásicos más destacados; de las tragedias griegas y del teatro universal. El periódico El Excelsior, expresó: «El exigente público de 'Galerías Excelsior, la crema intelectual de la Ciudad de México, estalló antenoche en vivas y aplausos al actor colombiano Carlos Muñoz al terminar la función del nuevo Teatro de Cámara. Entre los asistentes estaban los novelistas Juan Rulfo, Rafael F. Muñoz, el director Álvaro Custodio, el poeta León Felipe, el crítico Miguel Guardia, miembros del

cuerpo diplomático y altas personalidades mexicanas y otros personajes famosos».

Su trayectoria como artista se vio fortalecida siendo protagonista de grandes telenovelas nacionales. Se destacó en actuaciones de teatro, y en comedias costumbristas como «Yo y Tú», la más exitosa de nuestra TV en el siglo pasado.

Carlos Muñoz se ganó todos los premios que entregaron en Colombia desde mediados del Siglo XX, hasta su muerte; algunos de varias veces; y varios internacionales. Fue galardonado y condecorado por presidentes, embajadores, ministros, gobernadores, alcaldes y por todo tipo de instituciones. No podría dejar de referirme a él sin destacar su alma y su co-

razón pleno de inmenso valor humano, por el que hoy lo recordamos quienes tuvimos el privilegio de haber compartido parte de su transitar en este mundo.

Carlitos partió exactamente hace cinco años, pero como dije, se quedó en el corazón de millones de colombianos con todo lo bueno que ofreció su vida: mucho talento, alegría, sinceridad, rectitud, sencillez, bondad, lealtad, y un hogar modelo que compartió con Luz Helena, Valentina, Juan Camilo, Manuela, Juan Diego, Camilo y Jonathan.

Él se distinguió como un hombre carente de egoísmos, fue vertical, y un verdadero amigo de sus amigos, entre quienes yo tuve el privilegio de compartir su gran amistad

que duró 52 años, como él decía, «siendo más bien su hermano».

Él mismo decía que eras un «gocetas empedernido», y reía

Yo aprendí muchas cosas buenas de él, y recibí su permanente estímulo. Lo tuve como ejemplo de vida, por sus inmensas virtudes. Hubiéramos querido tener cerca por mucho tiempo más a ese ser humano que siempre cumplió sus compromisos del alma, de la amistad y del de honor, porque para él la palabra tenía tanto valor o más que el de un contrato y la virtud de que pensaba en los demás antes que él mismo, asumiendo obligaciones voluntariamente, porque le nacía servir a los demás.

Carlos amó y supo gozar la vida; él mismo decía

que eras un «gocetas empedernido» y reía. Su calidad humana nos llegó al fondo del corazón a todos, a sus amigos, y los colombianos que lo conocieron bien en las innumerables entrevistas que le hicieron, por eso todos los extrañamos. Se fue con el honor de haber sido no solo el mejor actor de Colombia, sino también un esposo, padre, abuelo y ciudadano.

Su alegría fue contagiosa, sembraba optimismo por donde iba siempre sonriente, positivo, sensible, amable, generoso, y, sobre todo: ¡Siempre señor!, buen cristiano y ferviente amante de las celebraciones de la Navidad.

Una frase suya en mi libro, «Historias Humanas de Perros y gatos», complemento el reflejo de su alma. Dijo: «Me preguntó, y tengo una respuesta que tal vez muchos seres humanos no han pensado: ¿Por qué la sangre de la inmensa mayoría de los seres vivos que habitamos la tierra, es roja? Entre nosotros y las mascotas hay cosas muy parecidas: el sentimiento, el amor, la lealtad, y hasta la sangre; es que ellas dan ejemplo de eso que tristemente les falta a muchos seres supuestamente humanos».

	ISSN: 2323-0606	Janeth Ramírez, Gerney Rios González, Catherine Rodríguez Duque Coordinadora de editores	Juan Romero Editor Espectáculos	Paraguay Ignacio Martínez
	Víctor Hugo Lucero Montenegro Fundador-director	Freddy León Cuellar Editor Pacífico Miembro del Círculo de Periodistas de Cali	Armando Martí Editor Cultural	Cuba Lázaro David Najarro Pujol
	Javier Sánchez Jefe de Redacción	Rafael Hernando Camargo Vásquez Miembro del CNP Editor Nacional	Armando Meléndez Editor Redes Sociales	Europa Carlos Andrés Lucero Carmona
	Guillermo Romero Salamanca Coordinador	Alejandro Arias Editor Atlántico	William Fonseca Gerente	Fotógrafos: Rodrigo Dueñas Juan Francisco Zuleta
	Consejo Editorial: Luis Ángel Carmona, Gloria Victoria Chaves, Oscar Javier Ferreira, Fabio Hoyos Navarro, Benjamín Losada Posada, Luz Dary Nieto, Claudio Ochoa Moreno, María Claudia Ortega, Yodirlandi Palechor Salazar,	Luis Eduardo Romero Editor Cundinamarca	Andrés Felipe Betancourt Pabón Director Comercial	Diseño y diagramación: Felipe Ballesteros
		Corresponsales en el mundo	Estados Unidos: Lorena Sánchez - Luis Guillermo Vega	Correo electrónico: primiciadiario@gmail.com Teléfono 3002196363 - 3002124304 Bogotá, D.C.- Colombia - Sur América

Por primera vez Colombia:

GUÍA PRÁCTICA PARA EL MANEJO DE LA OSTEOPOROSIS

Desde hace varios años, la Asociación Colombiana de Osteoporosis y Metabolismo Mineral (ACOMM) se propuso atender la necesidad de tener guías locales sobre el manejo integral de la osteoporosis en el país, sobre todo porque existen muchas zonas rurales con un bajo acceso a exámenes diagnósticos lo que pone en riesgo de fractura y pérdida de su calidad de vida a cientos de colombianos, la mayoría de ellos adultos mayores.¹ Adicionalmente, el propósito de estas recomendaciones es facilitar los procesos de atención de primer nivel en zonas rurales.

«La osteoporosis es una enfermedad crónica que frecuentemente no es diagnosticada a tiempo en nuestro país. Desde la Asociación se hizo evidente que el consenso que teníamos ya no era suficiente. Necesitábamos llegar al siguiente nivel y unificar los criterios de diagnóstico y tratamiento a nivel nacional fundamentalmente porque tenemos pacientes de alto riesgo en zonas muy apartadas del país, que pueden estar, además, ad portas de una fractura y muchas veces son tratados únicamente cuando ya han vivido un episodio» explicó la doctora Geraldine Altamar médica internista-geriatra presidente de ACOMM.

Una de las principales recomendaciones del



Osteoporosis

documento está relacionada con el ejercicio físico. Los expertos recomiendan hacer por lo menos 20 minutos de actividad diaria pues la salud del hueso depende de la capacidad para moverse «Los seres humanos no estamos diseñados para estar quietos. El ejercicio es importantísimo porque en niñez y en la juventud promueve la formación de hueso, después en la vejez eso nos permite comenzar con un mejor panorama y por ende mejor salud a largo plazo. Eso no significa que las personas mayores no deban hacer ejercicio, es una manera de complementar el tratamiento farmacológico pero debe ser guiado por personal experto» añadió el doctor Javier Armando Velásquez especialista en medicina de la actividad física y del deporte y miembro de ACOMM.

Ejercicio por

prescripción médica

En la guía los expertos concuerdan con que el ejercicio se debe prescribir en consulta, así como se ordenan otro tipo de tratamientos. Dichas recomendaciones deben ser personalizadas a la capacidad de la persona y deben incluir número de repeticiones, ejercicios de fuerza, equilibrio y trabajo cardiovascular. El doctor Velásquez agrega que nunca es tarde para comenzar una vida más activa y que los médicos jamás deben pensar que sus recomendaciones no son útiles, ya que todas impactan positivamente la calidad de vida del paciente

La osteoporosis se define como la pérdida mineral de los huesos lo que los convierte en muy frágiles.

Estudios indican que la posibilidad de fracturarse aumenta a un 80% des-

pues de los 50 años y de ellos el 40% de fracturas va a generar discapacidad y el 20% puede llevar a la muerte el primer año después de ocurrida la fractura. Por su parte, la doctora Adriana Medina Orjuela internista endocrinóloga aseguró que la discapacidad producto de una fractura cambia la dinámica de vida, no sólo de los pacientes, sino de todo el núcleo familiar. Se pierde la independencia y por lo general alguien del hogar debe abandonar su trabajo para encargarse de cuidar al paciente. La especialista también resalta que la salud ósea debe ser prioridad para las personas, la adherencia a los tratamientos debe primar antes de tener que convivir con las consecuencias de una fractura.

Para Catalina Hoyos directora médica de Amgen Colombia «es momento de que todos los colom-

bianos, sin importar en qué zona geográfica se encuentren, tengan la posibilidad de conocer el estado de sus huesos y comenzar a tiempo su abordaje terapéutico». Esta iniciativa de ACOMM y apoyada por Amgen es fundamental para mejorar la calidad de vida de cientos de colombianos.

La doctora Altamar hace un llamado para que todo el personal de salud interesado en conocer la Guía Práctica Clínica para el diagnóstico y tratamiento de la osteoporosis en Colombia consulte las redes sociales y la página web de la ACOMM para participar presencial o virtualmente a las actividades de formación.

¿Cómo cuidar los huesos?

- Tenga un buen control de su peso, estar por debajo o por encima de su peso ideal puede impactar su salud ósea.
- Prefiera bebidas lácteas fermentadas como el Kefir y los yogures sin azúcar
- Supervise sus niveles de vitamina D, la exposición segura al sol contribuye a la calidad de los huesos
- No por ser paciente con osteoporosis significa que no deba hacer actividad física. Esta siempre debe ir acompañada por un profesional calificado para prevenir su riesgo de fractura.

Jennifer López:

IMAGEN LATINA EN EL MUNDO

Jennifer López, leyenda, ícono y referencia de todo lo que una persona de origen latinoamericano puede lograr en un país tan xenófobo y racista como USA.

Jennifer López, aparte de ser una artista, es una persona increíble que sigue luchando por el reconocimiento de la comunidad latina en Estados Unidos.

Jennifer López es la primera persona en la historia en recibir el MTV Video Vanguard Award y el MTV Generation Award, por sus logros en la música, el cine y la televisión.

Jennifer López es de esas artistas que lo ha hecho todo y al mismo tiempo ha sido de las más maltratadas por la prensa y algunos que ignoran el trabajo duro que ha hecho para ser lo que es y estar donde está.

Trabajo duro, amor por los suyos y lo que hace y una historia que ayuda a entender la complejidad de la identidad cultural de muchos puertorriqueños nacidos en los Estados Unidos.

Jennifer López se puede inferir a partir de sus efectos gravitacionales en la materia



bajo la consideración de la mecánica newtoniana, tales como el movimiento de las estrellas o las galaxias, así como en las anisotropías del fondo cósmico.

Jennifer López ha recogido numerosos premios, ha publicado tres videoclips, ha hecho oficial su relación con Ben Affleck y acaba de anunciar que estrena documental en Netflix. Ha demostrado que se atreve con cualquier 'look'.

«Llevo toda la vida luchando para que me escuchen, para que me vean y para que me tomen en serio», dice Jennifer.

Jennifer López, de 52 años, se ha consolidado como una de las máximas figuras del mundo del entretenimiento. Sus canciones y actuaciones gozan de especial reconocimiento.

La personalidad de Jennifer López la ha llevado a la unión de negocios con Grammeen América que tiene como único propósito recaudar 14 MIL MILLONES que serán destinados a financiar a 600,000 mujeres emprendedoras latinas de escasos recursos durante 8 años. «Quiero cambiar el rumbo económico para las latinas», afirma Jennifer.

SU ACIERTO INDISCUTIBLE

María Angélica Aparicio P.

Compré un tiquete para visitar dos sitios turísticos. Escogí la segunda opción –porque el día era corto– sin remordimiento, sin apretar los labios del posible susto que me daría después. Subí al bus que estaba a punto de arrancar de la estación. Esa mañana, pocos pasajeros me acompañaban en la odisea de conocer lugares de gran impacto cultural. Permanecí pegada a la ventana como una adolescente regañada, mientras el bus corría por la carretera de la Coruña, en la provincia de Madrid (España).

De repente, el conductor bajó la velocidad y tomó una carretera que parecía metida –adrede– en el interior de una zona enorme, tapada por árboles de pino, chopo y roble. Era prodigioso ver ese bosque –de presencia inesperada–, cubierto por una mullida alfombra de hojas secas que rodeaban la base de los árboles.

Una puerta de hierro, cerrada, hizo las veces de semáforo. El conductor detuvo el autobús, anunciando que era la parte más alta del risco. ¡Habíamos llegado! Estaba a 1.758 metros sobre el nivel del mar. ¡Yuju! Despepecé las piernas, bajando del vehículo después del último pasajero. Levanté la cabeza para alcanzar, visualmente, la punta de la cruz que estaba ahí, a varios metros. Era una cruz católica monumental. Desde abajo, sentía su tremenda fuerza. ¡Ra-



«Valle de los Caídos»

yos! Había hecho una excelente elección al venir aquí.

La cruz, de 150 metros de altura, me atrapó como la trampa de un ratón: no le quitaba los ojos de encima. Aquella estructura debía pesar, mínimo, sus doscientas toneladas. Escuché que había sido montada sin andamios. ¿Sin andamios? No podía imaginar semejante labor, pero era cierto que pirámides, coliseos y acueductos antiguos, se habían hecho sin ayuda de plataformas metálicas.

Un vozarrón tremendo cortó mis reflexiones. Invitaban a los turistas a abordar el funicular que estaba por subir. En sus vagones se podía contemplar la cruz en toda su grandeza, pero la máquina me pareció tan rudimentaria, tan pequeña, que preferí quedarme

en tierra. Así fue como descubrí que la cruz era apenas el botón de un inmenso pajar, y que el pajar era el controvertido «Valle de los Caídos», uno de los grandes patrimonios de España.

En los años ochenta, –1987– los españoles odiaban este Valle. Viéndolo ahora, no lograba comprender el desprecio que mostraban por conocer este complejo descomunal, propuesto y supervisado por el general Francisco Franco Bahamonde. Estaba segura de que el arte, como un valor intangible, había que separarlo de los malos sentimientos colectivos derivados de la política. Tal vez despreciaban el Valle porque en este lugar había una Basílica donde se hallaba enterrado el mismísimo Franco, el hombre que por años gobernó a España tan férreamente, que su cuer-

po y mente parecían de hierro. Estaba parada en el «Valle de los Caídos», un terreno elegido por el propio Franco antes de 1940, para conmemorar –con una obra arquitectónica– su victoria en la guerra civil española. Quería rendir homenaje a los soldados –sus soldados– que perdieron la vida durante el conflicto. La fabulosa cruz con sus brazos extendidos, de 24 metros cada uno, parecía abrazar a todos aquellos –franquistas ya muertos– que llevaban años descansando de esa guerra detestable.

La cruz –para mí un diminuto botón del pajar– no estaba sola en el Valle, ni en el risco de la Nava. Un conjunto de creaciones arquitectónicas se había construido para acompañarla: Una preciosa Basílica, un bonito Monasterio, un importante Centro de Estudios Sociales,

una lujosa hospedería. El Monasterio católico se construyó por orden de Franco cuando supo que era necesario levantarlo. Las joyas que se encontraban en el interior de la Basílica, incluida su propia tumba, debían cuidarse. Entonces decidió que dicho Monasterio sería edificado en la parte baja del risco. Veinte monjes y varios novicios de la comunidad religiosa de los Benedictinos tendrían a cargo su custodia permanente, y la celebración, cada año, de cuatro misas que se realizan con invitados importantes.

Mientras el funicular subía a la cima del risco, entré en la Basílica. Me hallé en un recinto de 262 metros de longitud donde Franco dormía hasta el 2019. Noté la inmensidad del espacio físico. Admiré las baldosas del piso y, extasiada, recorrí las esculturas que adornaban su interior. Luego visité las seis capillas dedicadas a la Virgen, decoradas con bellas pinturas y lámparas adosadas en las paredes.

Al final, busqué el altar mayor para llegar a la cúspide de esta obra inolvidable. Quería ver el crucifijo del escultor Julio Beobide porque al alumbrar la imagen de este Cristo, con un foco intenso de luz artificial, quedaba el turista estupefacto.

Salí de la Basílica pensando que el trabajo de ingenieros, arquitectos, pintores y escultores había sido de lujo. Hasta le di los méritos al «Generalísimo» Franco. Su proyecto visionario y artístico había sido su acierto más grande.

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.

Fondos de empleados:

ALTERNATIVA QUE IMPULSA LA SOLIDARIDAD EN COLOMBIA



Fondo de empleados.

Paula Pimiento

Los fondos de empleados se encuentran regulados por el Decreto 1481 de 1989, con

algunas modificaciones introducidas por la Ley 1391 de 2010. Son empresas asociativas, sin ánimo de lucro (su finalidad no es el beneficio económico, sino un beneficio comunitario en

el cual los integrantes puedan satisfacer sus necesidades financieras y personales) y constituidas por trabajadores dependientes de empresas públicas o privadas, que tengan un vínculo común de asociación, por ejemplo, aquellas que pertenezcan a una misma empresa o entidad.

En este sentido, existen diferentes ventajas de pertenecer a un fondo de empleados, pues estos ayudan a fomentar el hábito del ahorro, otorgar créditos a los integrantes con una tasa de interés muy baja y satisfacer necesidades relacionadas con servicios de salud, calamidad doméstica, seguridad social y gastos funerarios. No obstante, Irene Duarte, asociada de Godoy Córdoba, menciona que los fondos de empleados son considerados no contribuyentes del impuesto sobre la renta, es decir, «estas entidades están obligadas a presentar la declaración de ingresos y patrimonio, mientras que

los afiliados deben tributar al fondo de acuerdo con las reglas particulares que le sean aplicables».

Así pues, es importante tener en cuenta que las empresas no están obligadas a vincular a sus trabajadores a un fondo de empleados, ya que de acuerdo con María Paula Monroy, asociada de Godoy Córdoba, «las obligaciones que tienen las empresas empleadoras frente a los fondos que puedan constituir sus trabajadores, se limitan a los descuentos y pago de las obligaciones que eventualmente asuman los trabajadores y que se establezcan que serán manejados a través de la nómina».

A pesar de que la afiliación es voluntaria, existen organizaciones que se encargan tanto de la regulación de los fondos de empleados, entre estas se encuentra la Superintendencia de la Economía Solidaria, que es el ente encargado de la

supervisión, inspección y control de este tipo de organizaciones; la Confederación de Fondos de Empleados de Colombia, que es una organización que agrupa a los fondos de empleados y otras entidades de la economía solidaria; y las asociaciones regionales que agrupan y dan apoyo a estos fondos en diferentes partes del país. En conclusión, los fondos de empleados no solo promueven la solidaridad y el apoyo mutuo entre los trabajadores, sino que también contribuyen a su bienestar financiero al ofrecer diferentes beneficios, si bien, su afiliación no genera ninguna obligación legal para las empresas, la implementación a estas sí puede generar un impacto positivo en la calidad de vida de los trabajadores. Además, dichas entidades cuentan con el respaldo de diferentes organismos, asegurando el buen manejo de los recursos y fortaleciendo la economía solidaria en Colombia.



"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.

"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.

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.

10 años de historia:

REGRESA EL PODER DE LA NOCHE



La undécima versión de Expobar llega con la celebración de sus 10 años

Jessica González

La undécima versión de Expobar llega con la celebración de sus 10 años, además del habitual encuentro de toda la cadena de valor de esta industria, con invitados nacionales e internacionales, conversatorios, agenda académica, paneles, talleres, capacitaciones, experiencias, muestra cultural y networking, esta versión trae una importante novedad: ¡la creación de Expo DJ! Todas estas actividades harán parte de esta inolvidable celebración bajo el slogan: «El poder de la noche: 10 años haciendo historia».

Este año será una jornada de tres días seguidos, dos en Bogotá y uno en Pereira, ciudad en la que se realizará por primera vez. La llegada de Expobar al Eje Cafetero, sin duda es de gran importancia por ser una región que cuenta con gobernanza nocturna y se ha convertido en uno de los destinos nacionales preferidos. Este evento tam-



Directivos de Expobar

bién se ha convertido en un motor que dinamiza la economía nocturna que representa el 12.21% del PIB. En Bogotá el 9.93% de los ocupados trabajan en actividades nocturnas y en Pereira el 17.63% de acuerdo con el Observatorio Económico de Asobares.

Camilo Ospina Guzmán, Presidente de Asobares Colombia, aseguró que «Expobar se consagró como el espacio para conocer las últimas ten-

dencias en tecnología, gastronomía y entretenimiento nocturno durante estos 10 años y en esta undécima versión, volvemos a encontrarnos con toda la cadena de valor de bares, restaurantes, discotecas, músicos, artistas, actores del turismo y entidades claves para seguir contribuyendo con el fortalecimiento de la industria y el trabajo en conjunto».

El desarrollo de la gobernanza nocturna en el país

continúa, es así como Jeffrey García, actual «Alcalde de la Noche» de la ciudad de Nueva York, hablará sobre su importancia con el Alcalde Mayor de Bogotá y con los alcaldes y directores nocturnos del Eje Cafetero; Minerva Tapial, CEO del grupo de gastroentretenimiento más innovador y disruptivo de Madrid brindará importantes herramientas, la chilena Erika Silva, Directora del Congreso más importante de hostelería en Espa-

Jornada de tres días seguidos, dos en Bogotá y uno en Pereira, Eje Cafetero, 19, 20 y 21 de noviembre.

ña, dará a conocer más sobre este interesante tema; Jonathan Mejías de Venezuela, brindará capacitación y experiencias mixológicas y para conocer sobre todo tipo de bebidas, estará el maestro de agaves José Luis «Pepe» Gutiérrez de México.

Casos de éxito, como el de Juan Manuel Barrientos y mujeres que inspiran por su desempeño y logros en esta industria, también son parte de esta versión. Así como la cultura a través de la música en vivo al lado de más de 20 artistas revelación y consolidados. Y mucho más, entre más de 50 invitados y speakers nacionales que impulsarán la profesionalización y certificación de más de 2000 personas en diferentes áreas especializadas del sector.

Expobar ha reunido cerca de 30,000 personas a lo largo de su historia y este año espera la asistencia de más de 5.000 personas que disfrutarán de esta versión conmemorativa. La cita en Bogotá es nuevamente en Theatron, Calle 58 # 10-32, el 19 y 20 de noviembre. La tercera jornada será en Pereira el 21 de noviembre en 1810 Cantina ubicada en la Avenida Circunvalar #13 1 este 10, de 9:00 am a 6:00pm cada día.

Falquez presenta:

'BROKEN CASTLE'



Falquez

Diego Armando Báez Peña

El 2024 ha sido un año significativo para Falquez, sobre todo con el lanzamiento de su disco debut 'Known Behaviors'. Este proceso comenzó en 2023 con el sencillo 'Sometimes', marcando la dirección emocional y sonora que continuaría en el álbum que se lanzó en su totalidad en mayo. Este trabajo es una colección completa que explora temas introspectivos y profundos a lo largo de cada canción, cada una de ellas complementada con su respectivo videoclip para fortalecer la narrativa visual y conceptual que define al músico colombiano-estadounidense.

Para cerrar el año, Falquez presenta a toda la

audiencia de Colombia y América Latina su nuevo lanzamiento 'Broken Castle', una balada de rock alternativo que explora un viaje emocional a través de una relación rota. La letra revela una lucha personal y de pareja, mientras ambos personajes buscan encontrarse, pero terminan perdiéndose en el proceso. La canción se basa en la sensación de un «castillo roto», una metáfora de una estructura alguna vez sólida que ahora yace en ruinas, simbolizando el desgaste y la fragilidad en la relación.

«'Broken Castle' está inspirada en la introspección y en los desafíos de enfrentarse a la realidad de una relación deteriorada. Explora el proceso de aceptación y el cierre que llega al reconocer el daño, incluso cuando se

ha luchado por mantener algo que finalmente se pierde», comenta Falquez.

A nivel sonoro, la canción combina elementos de rock alternativo y ambient, generando una atmósfera melancólica que refuerza los sentimientos de nostalgia y cierre. Es una mezcla de guitarras profundas y sintetizadores suaves, diseñados para llevar al oyente en un viaje emocional.

El tema toca temas de nostalgia, dolor, pérdida y aceptación. Refleja el proceso de búsqueda de uno mismo a través del fracaso de una relación y cómo esto puede llevar a un nuevo entendimiento de quién eres en realidad.

«La canción está dirigida a cualquiera que haya

experimentado la pérdida o el final de una relación significativa y que busque reflexionar sobre ese dolor desde una perspectiva de crecimiento y autoaceptación», agrega Falquez.

El video de la canción es una historia en cuatro partes, donde se sigue la narrativa de una relación en conflicto. Los personajes se buscan mutuamente, tratando de revivir lo que alguna vez tuvieron, pero eventualmente se pierden. Las escenas de aislamiento y encuentro simbólico enfatizan el sentimiento de pérdida, mientras que el viaje físico de los personajes hacia el mar representa el proceso de aceptación.

«Espero que la canción toque profundamente a los oyentes y les permita encontrar un espacio de

reflexión en sus propias experiencias personales. 'Broken Castle' está destinada a resonar con aquellos que buscan sanar a través de la música», enfatiza. Para Falquez «el mensaje central de la canción es que a veces, la ruptura y el dolor pueden guiarnos hacia la autoaceptación y el crecimiento personal. A pesar de las dificultades y el fin de algo querido, siempre hay una oportunidad para encontrar paz y claridad». La portada de 'Broken Castle' muestra a uno de los personajes caminando hacia el mar, capturando visualmente el momento de búsqueda y cierre que define la canción. Este escenario representa la liberación y el desapego final, simbolizando tanto el dolor como la calma de dejar algo ir.

EL FANTASMA



Monsters Of Rock vuelve a Colombia: estas son las bandas que se presentarán y la fecha.

Finalmente se conoce el lineup de las agrupaciones de talla mundial que estarán en la segunda edición de Monsters Of Rock, por eso te contamos cuándo y dónde se presentarán.

En el 2022 inició la historia cuando se anunció la primera edición en Colombia del Monsters Of Rock, el festival que desde 1980 ha juntado a las bandas más legendarias del hard rock y el heavy metal sobre un mismo escenario.

Ahora, en el 2025 el evento que reúne a generaciones de amantes de la distorsión regresa a la capital colombiana. Será una experiencia increíble a puro hard rock y heavy metal, con la presencia de Scorpions, Judas Priest, Europe, Opeth y Darkness y Kronos representando la escena nacional el 30 de abril.

Han pasado 60 años desde los tiempos en que los jóvenes Klaus Meine (vocalista), Rudolf Schenker (guitarrista y compositor) y Matthias Jabs (guitarrista) recorrían las calles de la Hannover de la posguerra (Alemania) con una carretilla cargada de sus instrumentos y amplificadores.

Durante esas seis décadas, se convirtieron en la banda de rock más exitosa de Alemania y de toda Europa continental. En mayo de este año, recibieron el Legend Award de la revista alemana Metal Hammer, un reconocimiento que



Anya Taylor-Joy

los reafirmó en su estatus como leyendas del género. Los fans colombianos idolatran a Scorpions, banda que fue uno de los nombres principales en el debut de Monsters of Rock en el país en 2022. Para la edición de 2025 están preparando un show inolvidable, con los grandes éxitos y nuevos temas de su último álbum 'Rock Believer'. Además de los tres fundadores, la agrupación de Hannover también cuenta con el bajista Pawel Maciwoda y Mikkey Dee, uno de los mejores bateristas de heavy metal del mundo.

Rob Halford (vocales), Ian Hill (bajo), Andy Sneap (guitarra), Scott Travis (batería) y Richie Faulkner (guitarra) lanzaron su 19° álbum de estudio 'Invincible Shield' a principios de este año y realizaron una gira por los Estados Unidos.

Este trabajo celebra el 50° aniversario de Judas Priest y los 50 millones de discos vendidos. El nuevo álbum ya ha superado los 15 millones de descargas y muestra todo el poder de la banda, que en 2022 fue incluida en el Rock & Roll Hall of Fame.

'Painkiller', 'Victim of Changes', 'Breaking the Law', 'Electric Eye' y 'Exciter' son algunos de los clásicos que los fans de todas las edades conocen de memoria y que tendrán la oportunidad de ver en Bogotá. También podrán disfrutar de la leyenda Rob Halford, uno de los más grandes vocalistas de metal de todos los tiempos, quien ha sido apodado «El Dios del Metal» por los medios especializados.

La Guajira:



BAJO EL AGUA

El presidente Petro y su equipo de gobierno atienden personalmente las emergencias que se registran luego del desbordamiento de varios ríos en La Guajira

Fuera del sistema solar confirmados:

**5.000
MUNDOS**

Jennifer López:

**IMAGEN LATINA
EN EL MUNDO**