

Christchurch:

LA CIUDAD QUE RENACIÓ DE LAS CENIZAS



Christchurch, conocida como la «Ciudad Jardín», destaca por sus amplios parques, su vibrante reconstrucción post-terremoto y por ser el motor económico de la Isla Sur de Nueva Zelanda, ofreciendo un equilibrio entre naturaleza y desarrollo.

Ascensos en la Policía Nacional:

**PETRO DESMIENTE
UNIÓN DE EJÉRCITOS
Y ANUNCIA DENUNCIA
POR CRIMEN DE
MIGUEL URIBE**



«La senadora Liliana Bitar bajo la lupa:

**UN ESCÁNDALO QUE
SALPICA AL PARTIDO
CONSERVADOR»**

**LA GUILLOTINA
CORTARÁ CABEZAS**

Ascensos en la Policía Nacional:

PETRO DESMIENTE UNIÓN DE EJÉRCITOS Y ANUNCIA DENUNCIA POR CRIMEN DE MIGUEL URIBE



Teresa Lindo J.
Primicia Diario

El presidente Gustavo Petro y el ministro de Defensa, Pedro Sánchez, encabezaron el desfile con la cúpula militar y de policía en la ceremonia de ascenso de dos nuevos brigadieres generales. La presencia de las más altas autoridades del país en el evento subraya la importancia del acto para la fuerza pública.

En una solemne ceremonia celebrada hoy, 12 de agosto de 2025, en la Escuela de Cadetes de Policía General Francisco de Paula Santander de Bogotá, el presidente de Colombia, Gustavo Petro, presidió el ascenso de dos nuevos brigadieres generales: Sandra Liliana Rodríguez Castro y Andrés Fernando Serna Bustamante. El evento, que contó con la presencia del ministro de Defensa y la cúpula militar, marcó un momento importante para la institución policial.

Seguridad, narcotráfico y política

En su intervención, el



El presidente Gustavo Petro, durante una emotiva ceremonia de condecoración, se acercó a la madre de un soldado caído en cumplimiento de su deber. Al hacerle entrega de la medalla, el mandatario intentó consolarla con palabras y un gesto cercano, en un momento de profundo dolor para la familia.



Fuerzas Especiales de la Policía Nacional



presidente Petro abordó varios temas cruciales para el país. Enfatizó la necesidad de una lucha coordinada y regional contra el narcotráfico, desmintiendo de manera categórica los rumores sobre una posible unificación de los ejércitos de Colombia y Venezuela.

Respecto a la seguridad en Bogotá, el mandatario reconoció los retos de reducir la tasa de homicidios, atribuyendo la dificultad a la evolución de la «delincuencia que ha cambiado».

En un giro político, Petro anunció que llevará a la Corte Suprema de Justicia a quienes lo acusen de ser responsable del reciente crimen del senador Miguel Uribe Turbay. Precisamente en honor a la memoria de Uribe, la ceremonia incluyó un minuto de silencio, un gesto de respeto al legislador fallecido.

El ascenso de estos dos oficiales forma parte de un proceso más amplio, ya que la Presidencia había aprobado a finales de julio el ascenso de más de 550 oficiales, un reconocimiento al servicio y la disciplina dentro de la fuerza pública.

En el marco del desfile en honor a los comandantes de las diversas armas, el presidente Gustavo Petro y el ministro de Defensa, Pedro Sánchez, recorrieron la formación en un vehículo de la Policía, acompañando así el acto de reconocimiento a los altos mandos.

«La senadora Liliana Bitar bajo la lupa:

UN ESCÁNDALO QUE SALPICA AL PARTIDO CONSERVADOR»



Liliana Esther Bitar Castilla, senadora del Partido Conservador

Javier Sánchez
Política

Un nuevo capítulo se abre en el caso de corrupción de la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres (UNGRD), y la senadora Liliana Esther Bitar Castilla (Partido Conservador) está en el centro de la tormenta. Lo que comenzó como una investigación sobre un desvío de fondos para la compra de carrotanques en La Guajira, ha escalado hasta involucrar a varios congresistas, y la situación de Bitar se complica con cada nueva revelación. Según las investigacio-

nes de la Corte Suprema de Justicia, Bitar y otros legisladores son señalados de haber aceptado sobornos a cambio de dar el visto bueno a operaciones de crédito del Ministerio de Hacienda, y estos «favores» se habrían pagado con contratos de la UNGRD.

La declaración que pone en jaque a la senadora

La situación de Bitar dio un giro dramático con el testimonio de María Alejandra Benavides, su exasesora en el Ministerio de Hacienda. Benavides, quien declaró como testigo ante la Corte, aseguró que la senadora le pidió insistentemente

que eliminara los chats que mantenían, una vez que estalló el escándalo de los carrotanques.

De acuerdo con lo revelado por fuentes en la Sala de Instrucción a W Radio, la exasesora relató que, en un encuentro en un apartamento en el norte de Bogotá, Bitar le suplicó que borrara las conversaciones. Aunque al principio se negó, Benavides finalmente accedió a la petición de la senadora.

Este acto de borrado de chats es particularmente delicado, ya que podría interpretarse como una «destrucción de material probatorio», lo que

constituye un delito contemplado en el Código Penal.

Evidencias y otros implicados

Además del presunto intento de eliminar pruebas, la investigación de la Corte ya había revelado otros detalles comprometedores, como el regalo de una costosa cartera de la marca Coach que Bitar le habría hecho a Benavides.

Este escándalo no solo afecta a Bitar. La lista de implicados incluye a otros congresistas y exfuncionarios como Olmedo López y Sneyder Pinilla, exdirectores de la UNGRD. Incluso expresi-

dentos del Senado como Iván Name y Andrés David Calle ya han sido enviados a prisión mientras se avanza en la investigación.

Mientras tanto, Bitar, a diferencia de otros implicados que han guardado silencio, se ha presentado a rendir indagatoria ante la Corte Suprema de Justicia y ha solicitado ampliar su declaración. La Procuraduría, por su parte, se ha opuesto a la idea de encarcelar a los congresistas, pero reconoce que existen «inferencias razonables de los hechos punibles», lo que mantiene la presión sobre todos los involucrados.

Corte Suprema de Justicia condena:

AL GENERAL PALOMINO POR TRÁFICO DE INFLUENCIAS

Rafael Camargo
Vásquez
Judicial

En un fallo que sacude al alto mando de la Policía Nacional, la Sala de Primera Instancia de la Corte Suprema de Justicia declaró culpable al general en retiro Rodolfo Palomino por el delito de tráfico de influencias de servidor público. La condena, que será formalmente leída el 14 de agosto, marca un precedente en la justicia colombiana.

La investigación se centró en la interferencia de Palomino en el proceso judicial del empresario Luis Gonzalo Gallo, quien enfrentaba una orden de captura por despojo de tierras en alianza con grupos paramilitares. La Corte concluyó que, en 2014, cuando Palomino era el director de la Policía, utilizó su poder para incidir en un procedimiento judicial.

La «propuesta indecente»

El fallo condenatorio se basa en una visita que Palomino realizó a la fiscal Sonia Lucero Velásquez. Durante ese encuentro, el general le hizo una propuesta que él mismo calificó como «indecente» y le sugirió que la detención de Gallo sería un hecho «muy grave», dado su poder y



La Corte Suprema de Justicia declaró culpable al general en retiro Rodolfo Palomino por el delito de tráfico de influencias de servidor público.



Esta condena se suma a una serie de escándalos que han rodeado a Palomino. En 2021, la Procuraduría General de la Nación lo destituyó e inhabilitó por 13 años.

sus conexiones con ex-presidentes.

La grabación de esa conversación por parte de la fiscal Velásquez fue clave para la Corte, que le otorgó pleno valor probatorio. La visita, calificada como inusual, demostró que Palomino actuó al margen de sus funciones para influir en una orden de captura. La pena por este delito oscila entre 5 y 12 años de prisión, y podría agravarse por el alto rango que ocupaba el general al momento de los hechos.

Una carrera de escándalos

Esta condena se suma a una serie de escándalos que han rodeado a Palomino. En 2021, la Procuraduría General de la Nación lo destituyó e inhabilitó por 13 años. Esta sanción disciplinaria se originó por haber presionado a un subalterno, el coronel Reinaldo Gómez, para que se retractara de una denuncia de acoso sexual y laboral, caso que se relacionó con la polémica red de prostitución conocida como «La Comunidad del Anillo».

Aunque el exdirector de la Policía ha sido absuelto en otras investigaciones por presunto enriquecimiento ilícito y persecución a periodistas, el fallo de la Corte Suprema representa el punto más crítico en su trayectoria, demostrando que su influencia como oficial de alto rango tuvo consecuencias legales.

Calificada por lugareños y visitantes que consideran que cumple con todos los estándares:

«RABAT, LA CIUDAD DE LA CULTURA EN ÁFRICA»»



Textos y fotos
Víctor Hugo Lucero
Montenegro
Rabat Marruecos

El estrecho de Gibraltar en una distancia de 14 kilómetros separa a Europa de África

«Rabat, la ciudad de la cultura en África», así fue calificada por lugareños y visitantes que consideran que cumple con todos los estándares.

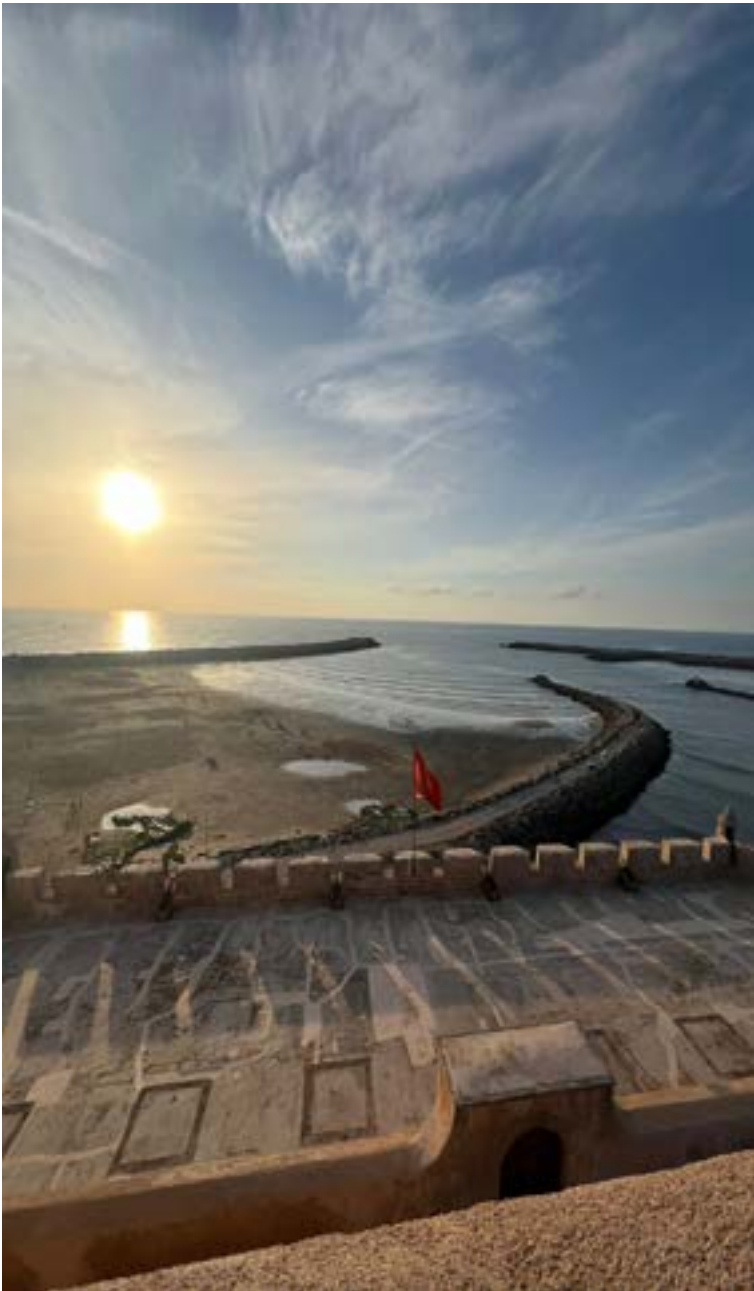
Llegar a Rabat desde España es un viaje muy sencillo. Los continentes europeo y africano están separados por tan solo 14 kilómetros de océano en el estrecho de Gibraltar, lo que



Rabat de la mano con la modernidad.



Con una altura total de 250m la torre Mohammed VI en Rabat, Marruecos, es actualmente la torre más alta de África.



La playa de Rabat en el océano atlántico y la fortaleza que en el pasado defendió a Marruecos



Amanecer en Rabat

permite ver la costa del país vecino desde el otro lado. Al cruzar, se siente el llamado de un continente que invita a la exploración.

Desde sus sitios declarados Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO hasta sus hermosos jardines y su vibrante gastronomía, Rabat ofrece una combinación única de tradición y modernidad que cautiva a viajeros de todo el mundo.

«Ciudad de las luces» es como se le conocía a Rabat, la capital administrativa de Marruecos, mucho antes de ser reconocida como la meca cultural de África.

Rabat se proyecta como una ciudad del siglo XXI, una capital moderna y eco-responsable que da un lugar privilegiado a los espacios verdes. Cuenta con parques como el Jardín de Pruebas Botánicas o los Jardines Exóticos de Bouknadel. Además, a orillas del océano Atlántico, sus kilómetros de playas se extienden hasta la vecina Casablanca.

Rabat celebra su identidad como ninguna otra, una ciudad donde los tesoros del pasado conviven armoniosamente con las construcciones más modernas y respetuosas con el medio ambiente.

En Rabat, un grupo de periodistas de todo el mundo, incluyendo latinoamericanos, tiene la oportunidad de apreciar uno de los mayores tesoros de la humanidad: la cultura.

Preocupante Paradoja en Bogotá:

CONSUMIDORES DE «TUSI» IGNORAN SU COMPOSICIÓN Y RIESGO



El 67% de los consumidores entrevistados reconocieron que el «tusi» les representa un «riesgo alto» para su salud y bienestar. Esta percepción de peligro no se traduce en una disminución de su uso.

**Agencia Unal
Bogotá, D.C.**

Un reciente estudio realizado en Bogotá, que involucró a 15 consumidores de la sustancia conocida como «tusi» (o «2C-B» y «cocaína rosada» SXCVU) que se encuentran en proceso de rehabilitación, ha puesto de manifiesto una paradoja alarmante en el panorama del consumo de drogas en la capital colombiana. A pesar de que la gran mayoría de los encuestados percibe un riesgo elevado asociado

al uso de esta sustancia, su consumo no solo persiste, sino que parece ir en aumento, con una revelación aún más inquietante: ninguno de los participantes tiene certeza sobre qué es lo que realmente inhala.

Hallazgos

El 67% de los consumidores entrevistados reconocieron que el «tusi» les representa un «riesgo alto» para su salud y bienestar. Sin embargo, esta percepción de peligro no se traduce en una disminución de su uso. Lo más preocupante de la investigación es la con-

firación de que el 100% de los consumidores no sabe con exactitud qué componentes químicos o sustancias están presentes en la mezcla que consumen.

¿Qué es el «Tusi» o «Cocaína Rosada»?

Bajo los nombres comerciales de «2C-B» o «cocaína rosada», esta sustancia circula en el mercado ilegal como una mezcla impredecible y peligrosa. Lejos de ser un compuesto químico único y estandarizado, el «tusi» es un cóctel de diversas drogas, fármacos, colorantes y hasta

elementos tan inesperados como leche en polvo. Esta adulteración constante hace que cada dosis pueda tener una composición diferente y, por ende, efectos completamente impredecibles y potencialmente letales.

Riesgos y Efectos

La naturaleza heterogénea y desconocida del «tusi» expone a sus consumidores a una amplia gama de efectos adversos graves. Estos pueden ir desde crisis psicóticas agudas y episodios de paranoia extrema hasta convulsiones severas, arritmias cardíacas,

problemas respiratorios y daños neurológicos. La falta de conocimiento sobre lo que se está ingiriendo impide cualquier previsión de la reacción del cuerpo y dificulta enormemente la intervención médica en caso de una sobredosis o reacción adversa. Este estudio subraya la urgencia de campañas de concientización sobre los peligros reales del «tusi», enfocándose no solo en sus efectos conocidos sino, crucialmente, en el riesgo que implica consumir una sustancia de composición incierta y variable.

LA GUILLOTINA CORTARÁ CABEZAS



Crónica de Gardeazábal

Gustavo Álvarez
Gardeazábal
El Porce

vitales para el funcionamiento del estado o simples caprichos leninistas como los que ha querido verter Petro sobre la estructura política y económica del país para impulsar un pretendido cambio.

Algunas veces, empero, como está pasando por estos días, se les va la mano y la garosidad no solo hace mella en la opinión pública sino que conlleva el peligro de pasar la línea roja de la honradez. Lo que acaba de oficializar la Corte Suprema en relación al manejo de los fondos de la Unidad de Riesgos con los que se compró la voluntad de algunos parlamentarios, encabezados por los presidentes de Cámara y Senado, ha sobrepasado en creces ese límite hasta donde se toleraba el canje y como cuando se eleva una cometa, la pita se les está enredando.



Guillotina

Desde cuando se crearon los parlamentos, llaméeseles Duma, Cortes o Congreso siempre han existido los canjes de los votos entre el legislativo y el ejecutivo. En los libros de historia sobre el senado romano abundan

las anécdotas y procedimientos al respecto.

Los dizque siempre im-polutos gringos han contado en cine y en novela, en libros de historia y en reseñas periodísticas la manera como el patriarca de Lincoln pudo comprar a los congresistas y

apertrecharse para ganar la guerra.

En Colombia no hemos sido ajenos a esos procedimientos aunque si ingeniosos en bautizarlos con nuevos nombres cada tanto. Así hemos pasado de auxilios parlamentarios a cifras re-

partidoras para esconder eufemísticamente el mismo vicio de las democracias y poder conseguir la mayoría de votos en la aprobación de las leyes, llámense como se las presente.

Algunas veces son las leyes de presupuesto,

Y como a nadie le pueden sacar de la cabeza que los ministros y funcionarios de alto rango metidos en el enredo actuaron respaldados por la voluntad del jefe supremo, lo que pudo haber sido una acción repetida por siglos ha terminado convertida en una navaja de degüello que cortará cabezas.



Uribe revive la disputa política:

LA POLARIZACIÓN RESURGE EN MEDIO DEL LUTO

Javier Sánchez
Política

El fallecimiento del senador Miguel Uribe Turbay ha reavivado la profunda polarización en Colombia, evidenciada por un nuevo y notable enfrentamiento público entre los expresidentes Álvaro Uribe Vélez y Juan Manuel Santos.

Cruce de acusaciones

El conflicto escaló cuando, desde su confinamiento, el expresidente Uribe criticó la asistencia de Santos a la cámara ardiente de Miguel Uribe. A través de sus redes sociales, Uribe no dudó en calificar a Santos de «hipócrita» y lo acusó de tener «bastante culpa» en los hechos al supuestamente haber «devuelto el poder a los criminales».

La respuesta de Santos fue inmediata. También en redes, instó a Uribe a dejar atrás el odio, señalando que el país exige «grandeza y ejemplo de ambos». Este intercambio de palabras, en un momento de luto nacional, ha sido ampliamente interpretado como una muestra de cómo las diferencias históricas entre ambos líderes continúan agudizando la división del país.

Rivalidad histórica

Este episodio se suma a una larga lista de confrontaciones que han marcado la política colombiana por más de una década. El Centro Democrático,



La disputa entre los ex amigos Uribe y Santos reaviva la polarización política en Colombia

partido fundado por Uribe, respaldó las críticas, acusando a Santos de haber «traicionado el proyecto político» uribista.

El trágico deceso de Miguel Uribe Turbay, joven político y figura clave de la oposición, ha desatado una ola de indignación y ha puesto nuevamente en el centro del debate la violencia política. Este lamentable suceso, sumado a la reacción de los líderes políticos, subraya la dificultad de hallar un terreno común para el diálogo y la reconciliación en una nación con heridas tan profundas.

La situación actual demuestra que la polarización persiste incluso en momentos de duelo, impidiendo que la clase política se una en torno a un mensaje de paz y de rechazo a la violencia.

Reacciones

«No sea hipócrita que Ud le devolvió el narcotráfico y el poder de asesinar a los criminales. No llore por Miguel que Ud tiene bastante culpa. Y para consolidar la entrega del país al narcoterrorismo Ud se hizo elegir con la trampa, la mentira y el dinero corrupto de Odebrecht»: Álvaro Uribe Vélez

«Expresidente Uribe, lo invito a dejar atrás el odio. Hoy, más que nunca, el país necesita grandeza y ejemplo de ambos»: Juan Manuel Santos

«Resulta ofensivo ver a Juan Manuel Santos en la cámara ardiente de Miguel Uribe, considerando que su legado y el de sus aliados contribuyó a la violencia que hoy enluta al país. Es igualmente doloroso que el expresidente Uribe, quien lideró

la lucha contra la violencia y salvó a Colombia de la destrucción, se encuentre injustamente privado de su libertad y no pueda rendir homenaje a Miguel Uribe en este momento de dolor»: Centro Democrático

«Dos expresidentes peleando en este momento, momento en que el país está bajo el estupor de la muerte de Miguel Uribe, ah cierto que así son Juan Manuel Santos y Uribe. Uno llama traidor al otro. Nada sorprende»: Alex Quiñonez

«Cómo olvidar cuando Santos confesó que salvó a Uribe de la justicia de EEUU por violaciones de derechos humanos»: Derli López

«No espero nada de Uribe y aun así, me sigue sorprendiendo. Su poca estatura moral queda en

evidencia todos los días, pero la de esta vez es la peor de todas. ¿Cómo es posible que no sea capaz de dejar sus rencillas personales con Santos en medio del funeral de uno de sus más fieles militantes?»: Mafe Carrascal

«Honorable Congresista, está demostrado que Uribe es capaz de incendiar este País desde su sitio de reclusión por la utilización de las redes sociales y el permiso de visitantes a su finca ilimitado que tiene. Usted podría de alguna manera tratar de frenar ese poder»: Andrés Ruiz

«Uribe es un odiador profesional. Peligrosa especie lejos de extinguirse»: John Gilberto Rosales Nuñez

«Es irrespetuoso con la familia de Miguel Uribe hacer política con semejante dolor e incinerar el país con más odio es lo que menos conviene en estos momentos. Prudencia, paz y amor para Colombia»: Martín Santos

«Uribe hablando de «hipocresía» a Santos es como si el diablo diera misa. El mismo que gobernó con paramilitares, chuzadas y falsos positivos, ahora pretende dar clases de moral. Santos le pidió grandeza... y Uribe solo sabe responder con odio. Uribe es un dictador frustrado»: Elizabeth Ortíz Peña.

En audiencia reservada:

SNEYDER PINILLA DELATA A 23 PERSONAS COMPROMETIDAS EN CORRUPCIÓN



La colaboración de Sneyder Pinilla se fortalece al presentar pruebas incriminatorias contra una veintena de congresistas, exministros y funcionarios públicos, ampliando el alcance del escándalo de la UNGRD.

Rafael Camargo Vásquez
Judicial

En un movimiento crucial para el avance del caso de corrupción en la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres (UNGRD), la Fiscalía General de la Nación presentó este martes 12 de agosto, ante la juez 17 de control de garantías de Bogotá, el principio de oportunidad acordado con el exsubdirector Sneyder Pinilla. Este mecanismo jurídico le concede inmunidad

parcial a Pinilla a cambio de su cooperación con la justicia.

A pesar de la solicitud de Pinilla de hacer pública la audiencia para garantizar su seguridad, la juez optó por mantenerla en reserva, un detalle que subraya la delicadeza del caso y la tensión en torno a los testimonios que pueda aportar el exfuncionario.

Clave para la colaboración
Es importante recordar que Pinilla ya fue condenado en abril, convirtiéndose

en el primer sentenciado por el escándalo de la UNGRD. Mediante un preacuerdo con la Fiscalía, recibió una pena de 5 años y 8 meses de prisión por los delitos de concierto para delinquir y peculado por apropiación, beneficiándose de una reducción del 45% en su condena. Como parte de este pacto, Pinilla se comprometió a entregar información detallada y pruebas cruciales para desentrañar el entramado de corrupción.

Una lista de «salpicados»

El principio de oportunidad formalizado hoy busca validar la colaboración de Pinilla, quien se ha convertido en el testigo estrella de la Fiscalía. Se ha revelado que está dispuesto a testificar contra al menos 23 personas, una lista que incluye a influyentes figuras de la política colombiana:

- Iván Leónidas Name Vásquez, expresidente del Senado.
- Andrés David Calle Aguas, expresidente de la Cámara de Representantes.
- Carlos Ramón González

- Mércader Merchán, exdirector del Departamento Administrativo de la Presidencia de la República (DA-PRE).
- Sandra Liliana Ortiz Nova, exconsejera presidencial para las Regiones.
- Ricardo Bonilla González, exministro de Hacienda.
- Luis Fernando Velasco Chaves, exministro del Interior.

La lista también abarca a otros congresistas, exfuncionarios y asesores, lo que pone de manifiesto la magnitud del escándalo y su alcance en las altas esferas del poder.

El contraste con Olmedo López
La situación de Pinilla se diferencia notablemente de la de su jefe, Olmedo López, cuyo principio de oportunidad fue rechazado por una juez. La magistrada consideró que la pena acordada era «irrisoria» y que la Fiscalía no había justificado adecuadamente la colaboración de López. Esto ha llevado a la Fiscalía a retirar la apelación y a trabajar en un nuevo acuerdo para presentarlo ante otro despacho judicial.

ISSN: 2323-0606

Víctor Hugo Lucero Montenegro
Fundador-director

Javier Sánchez
Jefe de Redacción

Guillermo Romero Salamanca
Coordinador

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,

Janeth Ramírez,
Gerney Ríos González.
Catherine Rodríguez Duque
Coordinadora de editores

Freddy León Cuellar
Editor Pacífico
Miembro del Círculo
de Periodistas de Cali

Rafael Hernando
Camargo Vásquez
Miembro del CNP
Editor Nacional

Alejandro Arias
Editor Atlántico

Luis Eduardo Romero
Editor Cundinamarca

Juan Romero
Editor Espectáculos

Armando Martí
Editor cultural

Armando Meléndez
Editor Redes Sociales

William Fonseca
Gerente

Andrés Felipe Betancourt Pabón
Director Comercial

Corresponsales en el mundo

Estados Unidos:
Lorena Sánchez - Luis
Guillermo Vega

Paraguay
Ignacio Martínez

Cuba
Lázaro David
Najarro Pujol

Europa
Carlos Andrés
Lucero Carmona

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

Turismo en Colombia:

PARA RODAR Y ACAMPAR

Ana Pilar López V.

Las vacaciones y las fiestas familiares se acercan en medio de una época donde mantener el aislamiento y respetar los protocolos de bioseguridad son fundamentales para no tener imprevistos, aún así, quedarse en casa no es la mejor opción después de estar tanto tiempo en confinamiento, haciendo necesario respirar y estar rodeado de naturaleza para recargarse de energía.

Por esa razón, los expertos de Baterías Mac les proponen a los conductores colombianos, planear sus días de descanso en lugares que le permitan disfrutar del país y sus paisajes de una forma diferente: acampando, una práctica que en Colombia, desde el 2009, ha aumentado en un 60%, según la coordinadora de comunicaciones de Parques Nacionales Naturales de Colombia. Esta alternativa, en tiempos de pandemia, permite mantener la distancia social, ahorrar dinero y vivir toda una aventura junto con la familia.

Además, en Colombia se cuenta con diversos destinos en donde es posible llevar la carpa y la indumentaria necesaria, sin pagar costosas sumas para instalarse en diferentes puntos, solo se necesita disposición de descansar y dejarse sorprender por la vista que en cada uno se puede encontrar:



Colombia se cuenta con diversos destinos en donde es posible llevar la carpa y la indumentaria necesaria, sin pagar costosas sumas para instalarse en diferentes puntos.



Parque Tayrona



El Desierto de la Tatacoa

Parque Nacional Chingaza

Para aquellos conductores que se encuentran cerca a Bogotá y quieren visitar un lugar a pocas horas de la capital, pueden visitar la fuente más importante de agua potable que los abastece; por eso, se pueden apreciar los frailejones, lagunas y el embalse de Chuza. El lugar recibe a los campistas con espacios para camping, parqueadero, energía y baños. Dentro de los planes tienen disponibles el senderismo, 4 rutas con diferentes complejidades y miradores que le harán disfrutar cada segundo el contacto con la naturaleza.

Parque Tayrona

Si quiere tomar una ruta



Parque Nacional Chingaza

más larga por las carreteras de Colombia para disfrutar del mar y la playa, cerca a Santa Marta podrá disfrutar de uno de los destinos más apreciados por locales y extranjeros. En el Parque Tayrona no solo se puede acampar con la carpa, existen otras opciones como las hamacas, campings y ecohabs. Si disfrutan pasar la noche a la orilla del mar, el Cabo San Lucas puede ser la mejor opción, pero teniendo en cuenta el aislamiento, Castilletes también es muy recomendable, pues no hay mucha aglomeración.

Lago Calima

Si se encuentran en el Valle del Cauca y quieren visitar una zona de camping para pasar la noche, sin duda ir uno de los embalses artificiales más grande de América del Sur, es un buen plan: el Lago Calima cuenta con diferentes opciones alrededor para instalarse, desde espacio para la carpa, hasta cabañas y hoteles. Adicional, se pueden hacer planes como practicar diversos deportes acuáticos y caminar para conocer parte de su inmensidad.

El Desierto de la Tatacoa

El Valle de las Tristezas o el Desierto de la Tatacoa, se ha vuelto uno de los destinos favoritos de los campistas. Sus paisajes no tienen como protagonistas los verdes y azules, como los que se suelen ver en Colombia, sino naranjas y terracotas acompañado de cactus. En la noche, se pueden ver las lluvias de estrellas desde el observatorio, uno de los atributos favoritos de los visitantes.

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. Esta última variante me parece bastante racional.



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

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.

Colombia descubre nuevas y vitales turberas en la Amazonía y Orinoquía:

UN TESORO OCULTO CONTRA EL CAMBIO CLIMÁTICO



Las turberas son, en esencia, humedales que acumulan turba de forma natural en su estado húmedo, lo que las convierte en los ecosistemas terrestres con mayor capacidad de almacenamiento de carbono por unidad de área en el mundo.

Primicia Diario

En un avance significativo para la conservación ambiental y la lucha contra el cambio climático, Colombia ha revelado el descubrimiento de nuevas y diversas turberas en sus vastas regiones de la Amazonía y Orinoquía. Estos humedales, poco conocidos pero de inmensa importancia, se consolidan como un pilar fundamental en la estrategia del país para proteger

sus recursos naturales y mitigar las emisiones de carbono.

Las turberas son, en esencia, humedales que acumulan turba de forma natural en su estado húmedo, lo que las convierte en los ecosistemas terrestres con mayor capacidad de almacenamiento de carbono por unidad de área en el mundo. Su relevancia es tal que la densidad de carbono que albergan es entre cuatro y diez veces mayor que la de la selva amazónica.

Esto las posiciona como guardianes silenciosos en la regulación del clima global; su degradación, sin embargo, representaría una amenaza considerable al liberar grandes cantidades de carbono a la atmósfera.

Pero la importancia de estas turberas va más allá de su rol climático. Son verdaderos pulmones ecosistémicos que ofrecen servicios vitales: regulan el flujo y la calidad del agua, garantizan el suministro de alimen-

tos y agua dulce, y son refugios cruciales para la biodiversidad.

Hasta ahora, las turberas del Pastaza-Marañón en la Amazonía eran reconocidas como las más extensas. Sin embargo, los recientes descubrimientos en Colombia han ampliado el panorama. Entre los hallazgos más destacados se encuentran humedales de palmeras y turberas de arena blanca, algunas de las cuales son tipos que no se habían documenta-

do previamente en Sudamérica, lo que subraya la riqueza y la complejidad ecológica aún por explorar en el territorio colombiano.

Estos nuevos encuentros abren un capítulo prometedor para la ciencia y la conservación, resaltando la necesidad urgente de proteger estos valiosos ecosistemas. Su preservación no solo es crucial para Colombia, sino para la salud planetaria en su conjunto.

Más allá de la productividad:

LA IA COMO MOTOR DE RETENCIÓN DE TALENTO



Las empresas que adoptan la IA para la gestión de talento no solo obtienen una ventaja competitiva en el mercado, sino que también construyen culturas laborales más dinámicas y sostenibles.

Dayana Holguín

La inteligencia artificial (IA) ya no es una simple novedad; se está convirtiendo en una herramienta crucial para que las empresas tecnológicas retengan a su personal más valioso. Un estudio reciente de Experis, marca de ManpowerGroup, titulado «Perspectivas 2025: Prioridades Clave de los Líderes Tecnológicos», muestra que los líderes del sector están usan-

do la IA no solo para ser más productivos, sino también para mantener a sus equipos comprometidos y en crecimiento.

Expectativas y los roles

Ricardo Morales, director de Experis Colombia, señala que la IA ha cambiado lo que los profesionales de TI esperan de un trabajo. Hoy en día, el talento busca lugares que ofrezcan aprendizaje continuo, desafíos tecnológicos y un propósito claro. Al invertir en IA

para desarrollar las habilidades de los empleados y crear trayectorias profesionales atractivas, las empresas pueden retener a sus mejores talentos de manera más efectiva.

El informe revela que el 76% de los empleadores de TI a nivel global luchan por encontrar personal cualificado. Para enfrentar esta escasez, las empresas están reinventando los roles. Ahora buscan perfiles como analistas de ética en IA y

especialistas en automatización, además de profesionales con una mezcla de habilidades técnicas y pensamiento estratégico. Sin embargo, el estudio también destaca que los programas de capacitación y «reskilling» internos siguen siendo insuficientes en muchas organizaciones.

La IA ventaja competitiva

Morales concluye que las empresas que adoptan la IA para la gestión de talento no solo obtie-

nen una ventaja competitiva en el mercado, sino que también construyen culturas laborales más dinámicas y sostenibles. En un mundo donde las habilidades técnicas se vuelven obsoletas rápidamente, la capacidad de una organización para aprender, adaptarse y retener a su talento es su mayor fortaleza. La IA, cuando se usa correctamente, puede ser el vínculo perfecto entre el avance tecnológico y el compromiso humano.

LA ANSIEDAD EN MILENIALS



La ansiedad es una sensación desagradable e incómoda que puede ser experimentada por cualquier persona.

Nataly Moreno Arce
Psicóloga
Creadora de
Metamorfosis

La ansiedad es una sensación desagradable e incómoda que puede ser experimentada por cualquier persona, independientemente de su edad. Para los millenials, que viven en un mundo cada vez más estresante y acelerado, la ansiedad puede ser aún más desafiante. Sin embargo, existen maneras de superar la ansiedad y vivir una vida más plena

y feliz. Aquí hay algunos consejos que pueden ayudarte a lograrlo:

¿Cómo poder afrontarla?

Te dejo algunos tips para que los pongas en práctica

- Practica la respiración profunda: Cuando te sientes ansioso, tu respiración se acelera y se vuelve superficial. Practicar la respiración profunda puede ayudarte a calmar tu sistema nervioso y reducir la ansiedad. Siéntate cómodamente, cierra los ojos y respira

profundamente a través de la nariz. Sostén la respiración por un momento y exhala lentamente por la boca. Repite este proceso varias veces hasta que te sientas más relajado.

- Haz ejercicio regularmente: El ejercicio es un excelente remedio para la ansiedad. No solo ayuda a liberar endorfinas, sino que también te permite desconectar y centrarte en el momento presente. Haz una actividad física que disfrutes, como caminar, correr, nadar o ir al gimnasio.

- Haz meditación: La meditación puede ayudarte a calmarte y a concentrarte en el momento presente. Puedes encontrar muchas aplicaciones de meditación en línea que te guiarán en la práctica. Dedica al menos 10 minutos al día a meditar y verás como te ayudará a reducir la ansiedad.

- Haz una actividad que te guste: Dedica tiempo a hacer algo que realmente disfrutes. Puede ser leer un libro, escuchar música, dibujar o cualquier otra actividad que te haga sentir bien. Esto

te ayudará a desconectar y a reducir la ansiedad.

- Habla con alguien: La ansiedad puede ser abrumadora y puede ser útil hablar con alguien sobre tus sentimientos. Habla con un amigo de confianza o un terapeuta para obtener apoyo y consejo.

Por último es importante que no sientas vergüenza de reconocer algún síntoma de ansiedad, ya que aceptándolo encontraras la forma adecuada de tratarla y manejarla.

Colectivo Sonoro celebra 10 años:

CON LA EXPOSICIÓN FOTOGRAFICA '10 AÑOS DESDE LA PRIMERA FILA'

Diego Bae

El medio de comunicación musical independiente colombiano Colectivo Sonoro celebra su décimo aniversario con una exposición fotográfica que honra la pasión por la música en vivo. Durante una década, este espacio ha sido un referente para la cultura musical alternativa en el país, uniendo a periodistas, fotógrafos, diseñadores y videógrafos en un proyecto que sigue vivo gracias a su dedicación.

La celebración tendrá lugar en La Casa Rosada en San Felipe, Bogotá (Carrera 22 # 75 - 18), los próximos 29 y 30 de agosto.

El poder de la música

La muestra, titulada '10 años desde la primera fila', es el corazón de este aniversario. Dieciocho fotógrafos colombianos han sido invitados a capturar lo que para ellos representa la esencia de un concierto, inmortalizando en una sola imagen a un artista o banda en tarima. El resultado es un vibrante recorrido visual que busca conectar con todos los amantes de la música y los conciertos.

La entrada es libre y la exposición estará abierta



**10 AÑOS
DESDE LA
PRIMERA FILA** AGOSTO 29 Y 30

Exposición fotográfica inspirada en la música en vivo

LA CASA ROSADA | CARRERA 22 # 75 - 18 | BARRIO SAN FELIPE
colectivosonoro.com

al público el viernes 29 de agosto a partir de las 6:00 p.m.

Década de pasión

La celebración no se limitará a la fotografía. El sábado 30 de agosto, la muestra estará acompañada por un ambiente musical a cargo de tres DJs que pondrán a vibrar a los asistentes:

- Juan Jaramillo: Con una mezcla de rock, punk y los himnos latinos que no pueden faltar.
- Mauricio Pérez: Que transportará a todos a los sonidos ochenteros del rock y el new wave.
- Andrey RaBoombox: Con una selección de punk y ska para cerrar la celebración.

Fundado en 2015 por Marcela Giraldo, Julián Cabrera, Jhon Paz y Diego Báez, Colectivo Sonoro nació con el objetivo de narrar las historias de artistas colombianos y latinoamericanos. «Llegamos a 10 años de existencia digital hablando de la música que nos gusta... una década después, este proyecto sigue latente y, aunque aún no vivimos de esto, es este Colectivo el que nos mantiene vivos», afirman sus fundadores.

EL FANTASMA



«Es una historia soñada. ¿Qué niño no le gustaría ser un Power Ranger?» A Jack se le cumplió el deseo.

Jack Guzmán jamás imaginó que su camino lo llevaría a enfundarse en uno de los trajes más icónicos de la televisión. Nacido en Bogotá, hijo de un piloto de Avianca y una azafata, creció entre viajes a Barranquilla, Cartagena y Montería, y temporadas en Miami, hasta que el destino, y una audición inesperada, lo convirtieron en el único colombiano en ser parte del universo Power Rangers, según relató Laura Camila Ramos de Caracol Televisión.

En 2002, Guzmán dio vida a Danny Delgado, el Power Ranger negro en Power Rangers: Fuerza Salvaje, la undécima temporada de la franquicia. Su personaje, florista de día y héroe cuando la humanidad lo necesitaba, marcó a toda una generación que creció viendo a estos jóvenes en trajes de colores salvar el mundo junto a sus megalozords.

Su sueño inicial no era la actuación, sino el fútbol americano. Aspiraba a jugar para los Miami Dolphins y hasta obtuvo una beca para estudiar en Kansas. Sin embargo, la enfermedad y posterior muerte de su padre a sus 20 años lo llevó a replantear su vida. Probó estudiar psicología, trabajó en construcción e incluso consideró ser profesor, hasta que una casualidad lo acercó a las cámaras: un amigo le pidió leer un texto frente a un telepromter y descubrió que le gustaba.

A partir de ahí, comenzó como extra en comerciales y películas, entre ellas El especialista, junto a Sylvester Stallone. La actuación, que llegó sin buscarla, se convirtió en su nuevo objetivo. Dos años des-



Natalia Vetennim

pués, ya en Los Ángeles, recibió la llamada para audicionar para Power Rangers. Sin ser fan de la serie y con apenas un par de episodios vistos, Guzmán se presentó a tres audiciones. Creyó que no lo habían elegido hasta que, camino a otro trabajo como extra, le avisaron que era el nuevo Black Ranger. En cuestión de días pasó de interpretar papeles de fondo a formar parte del elenco principal de una producción internacional.

«El primer día tenía miedo. Todos ya se conocían y llevaban semanas practicando artes marciales. Yo llegué como nuevo en la escuela. Power Rangers fue mi universidad de actuación», recuerda.

La experiencia, que duró 44 episodios, no solo le enseñó disciplina y trabajo en equipo, sino que lo expuso a momentos memorables, como las visitas de la fundación Make a Wish, que cumplía los sueños de niños con enfermedades terminales. El papel le abrió las puertas de Hollywood. Desde entonces ha participado en producciones como CSI: Miami, Jane the Virgin y Dr. House. También ha incursionado en cine, como en Walk of Fame, donde interpretó a un actor extrovertido.

Hoy, Jack Guzmán sigue trabajando en la industria del entretenimiento y llevando con orgullo su origen. Al igual que figuras como John Leguizamo o Sofía Vergara, busca demostrar que en Colombia hay talento para conquistar cualquier escenario. Su historia es la prueba de que, a veces, los héroes no nacen en laboratorios ni en planetas lejanos: surgen de casualidades, cambios de rumbo y la valentía de aceptar un papel que puede transformar la vida para siempre.

elfantasmaprincipia@gmail.com

MIÉRCOLES 13

WWW.PRIMICIADIARIO.COM

ISSN 2323-0606

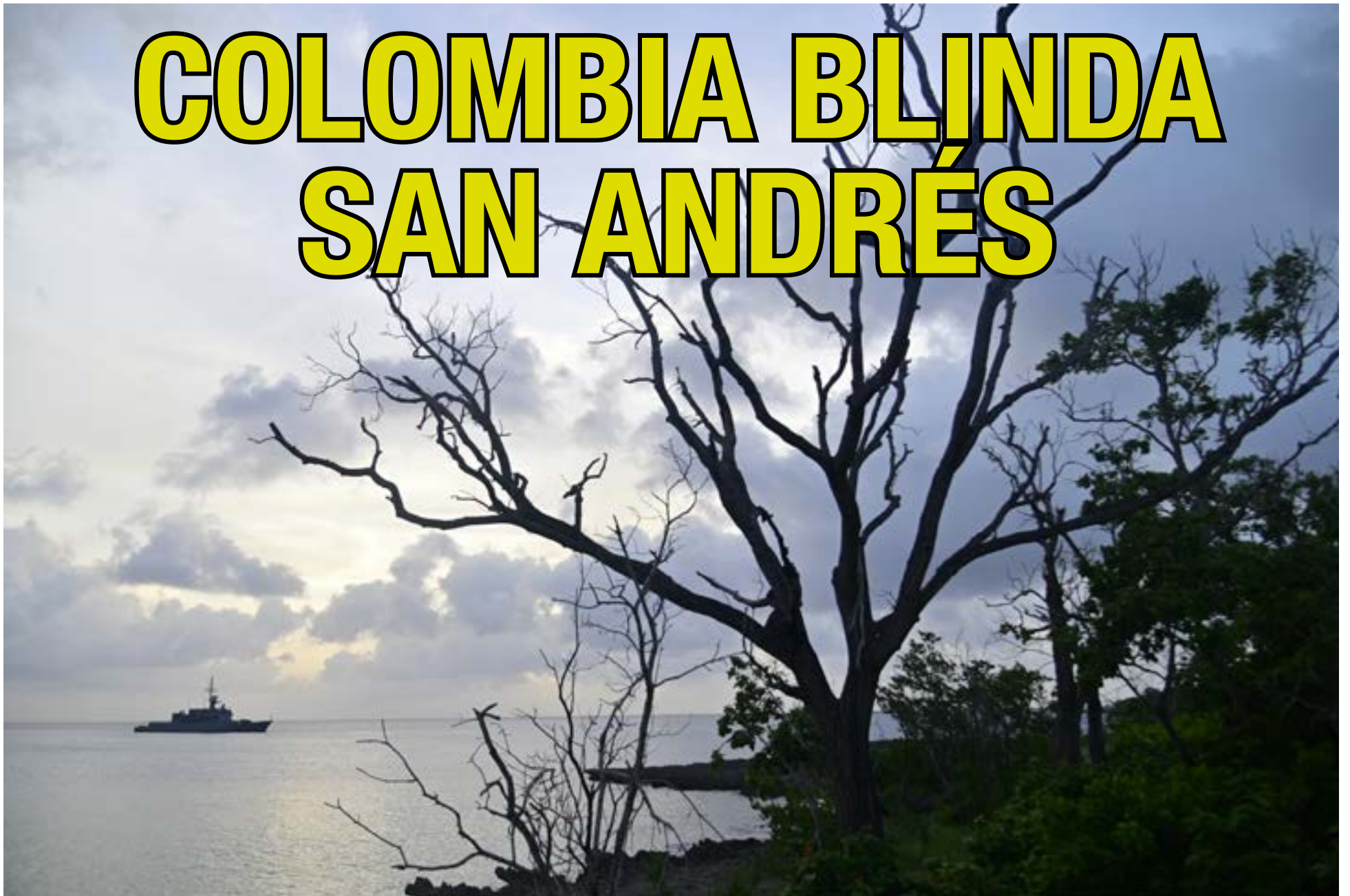
PRIMICIA



AÑO 18 • ISSN: 2323-0606 • BOGOTÁ - COLOMBIA AGOSTO DE 2025

Armada Nacional Fortalece Presencia para Resguardar la Soberanía:

COLOMBIA BLINDA SAN ANDRÉS



Colombia reafirma su soberanía en el archipiélago de San Andrés, Providencia y Santa Catalina, manteniendo una firme presencia de la Armada Nacional para garantizar la integridad territorial.

Calificada por lugareños y visitantes que consideran que cumple con todos los estándares:

«**RABAT, LA CIUDAD
DE LA CULTURA EN
ÁFRICA**»



Uribe revive la disputa política:

**LA
POLARIZACIÓN
RESURGE EN
MEDIO DEL LUTO**