

ACTUALIDAD GUAJIRA



ALONSO CUELLO

El cirujano de las “obras de arte”

UN HOGAR DE PASO QUE PROTEGE LA BIODIVERSIDAD DE LA GUAJIRA



Caimán Aguja

El programa de Conservación de Especies Amenazadas de Cerrejón viene promoviendo la conservación y el equilibrio de los ecosistemas de la región. Su Centro de Rehabilitación de Fauna ha rescatado y rehabilitado a más de 10.700 animales.

#SOMOSLAGUAJIRA

**#SOMOS
CERREJÓN**



Cerrejón

Minería responsable

UNA EMPRESA GLENCORE

RITA PIMIENTA

Directora

Periodismo con la frente en alto



La frente en alto no es mirar por encima a los demás, ni creer ser superior o sabérselas todas. Caminar con la frente en alto se deriva de la certeza y convicción de estar haciendo las cosas bien, tener paz en tu corazón, caminar sin temor, sin afán y con mucha esperanza.

Lo anterior, lo llevo al plano periodístico en el departamento de La Guajira y concluyo en que hay quienes creen sabérselas todas o tener el control de todo. Se sienten en la cima, inquebrantables y andan con la frente en alto, al punto de no mirar a los que están a su alrededor. Pero también hay periodistas que estamos con la frente en alto, no por creer que nos las "sabemos" todas, sino porque tenemos el deseo de aprenderlo todo, así nos equivoquemos una y otra vez, y así se demore mucho tiempo. Sin prisa, sin afán, disfrutándolo todo con la frente en alto.

El periodismo que realiza nuestra empresa, GN Comunicaciones SAS con sus dos productos, en especial con esta revista llamada Actualidad Guajira, es auténtico, genuino, espontáneo, imperfecto, a veces con temores y limitaciones, pero siempre con un deseo y fuerza que nos lleva a la búsqueda de convertir lo imposible en posible.

Consolidar nuestro producto con humildad y trabajo en equipo ha sido la mejor recompensa, lograr destacar en nuestras portadas a las figuras más representativas del depar-

tamento de La Guajira ha sido una verdadera bendición.

En esta edición No. 18 está en nuestra portada el reconocido cirujano plástico guajiro, **Alonso Cuello**, quien, a través de una entrevista, nos permitió conocer un poco de su vida, detalles de su profesión y cómo se ha consolidado en el mundo de la estética.

Como siempre, en cada edición, tratamos de manera integral diferentes temas sociales, culturales, políticos, deportivos y demás de La Guajira. Continuamos con nuestra misión de destacar, honrar a todo el que haga las cosas bien y trabaje por dejar el nombre de nuestro departamento en alto.

Nuestro grupo de columnistas, como siempre, espera cada edición para plasmar sus ideas e inspirar a nuestros lectores a amar más nuestra tierra, creer en nuestra gente y visionar La Guajira del futuro.

En esta oportunidad, la invitación es a que descargues este ejemplar y poco a poco lo disfrutes, puedes leer mientras tomas un café, una bebida fría, mientras haces la cola, o simplemente antes de ir a dormir.

Gracias por permitirnos llegar a su vida a través del móvil, trabajamos mes a mes por un producto digno de invitarnos a caminar con la frente en alto y el corazón en la mano.

Dios los bendiga, ¡Bienvenidos a esta 18 entrega!

ACTUALIDAD

GUAJIRA

Sábado, 01 de Octubre de 2022

**REALIZADO POR
GN COMUNICACIONES
S.A.S.**

NIT 901399750-7
Riohacha - La Guajira,
Carrera 7 # 10-40 Of. 102
Periódico Guajira News
PBX 729 08 92

**DIRECCIÓN
GENERAL**
Rita Pimienta
direccion@guajiranews.com
300 508 7445

**GERENCIA
GENERAL**
Helen Pimienta
contacto@guajiranews.com
301 330 83 00

OFICINA COMERCIAL
Alexandra Mejía
ventas@guajiranews.com
301 330 83 00

**DISEÑO Y
DIAGRAMACIÓN**
**Equipo GN Comunicaciones
S.A.S**



La Guajira

TRADICIÓN Y ENCANTO



Por: **Álvaro
Fernández
Fernández**

La Gobernación de La Guajira a través de la Dirección de Turismo lanzó en Villanueva el **proyecto que impulsará la gastronomía, la cultura y el turismo de 11 municipios del sur del departamento.**

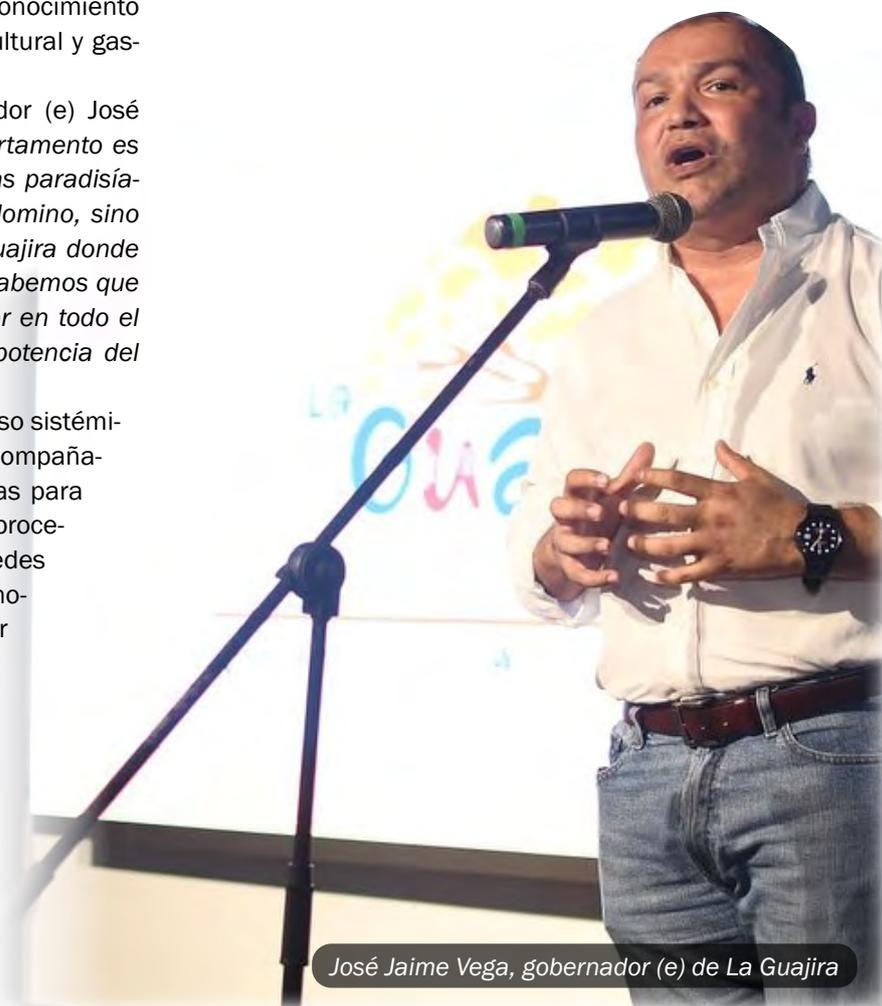
En el museo del vallenato en Villanueva, la gobernación de La Guajira, a través de la Dirección de Turismo Departamental, presentó el proyecto “*La Guajira, tradición y encanto*”, el cual tiene como objetivo la implementación de una estrategia de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento del sector turístico, cultural y gastronómico en el departamento de La Guajira.

El acto fue presidido por el gobernador (e) José Jaime Vega, quien afirmó que “*nuestro departamento es mágico biodiverso y no solo contamos con las paradisíacas playas del Cabo de la Vela, Mayapo, Palomino, sino que también tenemos a todo el sur de La Guajira donde convergen un sin número de atractivos que sabemos que a través de este proyecto se darán a conocer en todo el país. Articulados podemos convertirnos en potencia del turismo*”, expresó.

El proyecto busca, a través de un proceso sistémico de documentación, asistencia técnica, acompañamiento y divulgación, brindar las herramientas para fortalecer a los actores del territorio, generar procesos de apropiación social, construcción de redes de conocimiento y desarrollar acciones de innovación que permitan preservar y salvaguardar los saberes de la cultura, visualizarlos a través de la investigación, la documentación y formación, y poner en valor a través de estrategias de conexión con la industria del turismo.

La iniciativa beneficiará a 11 municipios del sur del departamento, ellos son Albania, Maicao, Hatonuevo, Barrancas, Fonseca, Distracción, El Molino, San Juan

del Cesar, Villanueva, Urumita y La Jagua del Pilar. Su ejecución se llevará a cabo a través de tres componentes que logren consolidar ofertas turísticas, culturales y gastronómicas en cada uno de estos territorios.



José Jaime Vega, gobernador (e) de La Guajira



“

Gracias a la articulación permanente de los actores hoy podemos iniciar la ejecución de este proyecto que va a posicionar al sur de La Guajira en el sector turístico, con su diversidad cultural y gastronómica.

José Emilio Sierra, director de Turismo

El proyecto se financiará con recursos de regalías, con apoyo de Anato Caribe, la Gobernación de La Guajira, Infotep, Fontur, el Ministerio de Ciencia y Tecnología y la Red de Apoyo al Emprendimiento Guajiro (RAEG). “Gracias

a la articulación permanente de los actores hoy podemos iniciar la ejecución de este proyecto que va a posicionar al sur de La Guajira en el sector turístico, con su diversidad cultural y gastronómica”, manifestó José Emilio Sierra, director departamental de Turismo.

El director explicó que este proyecto dejará como resultado un documental sobre experiencias gastronómicas, turísticas y culturales alusivo a todos los municipios del sur del departamento; de igual forma un libro de las expresiones culturales y un portafolio de recetas tradicionales. “Además de esto, durante todo el proceso serán capacitados más de 200 actores del sector”, dijo.



Lanzamiento del proyecto

La presentación de esta iniciativa estuvo enmarcada en la música vallenata, la gastronomía y la diversidad cultural que posee esta zona del departamento. Al acto asistieron los alcaldes de Villanueva, El Molino, Urumita, La Jagua del Pilar, funcionarios nacionales y del gobierno departamental, quienes pudieron degustar de diferentes platos típicos.

La cuota cultural estuvo a cargo de un grupo de danza del municipio de San Juan del Cesar que deleitó a los asistentes con diferentes expresiones folclóricas; la música vallenata no se hizo esperar y los niños de la Cooperativa Semillas Villanueveras interpretaron éxitos como Matilde Lina y El cantor de Fonseca; finalmente, el show musical cerró con una excelente presentación del cantante oriundo del Cuna de Acordeones, Kikey Liñán y su agrupación.



Componentes del proyecto

El primer componente busca identificar las expresiones culturales representativas del territorio, fortalecer capacidades en los actores de las cadenas de valor involucradas y construir piezas audiovisuales que visibilicen los elementos pro-

pios del patrimonio cultural del territorio, expresados en la gastronomía, las artes, la música, entre otras manifestaciones, y que puedan ser objeto de aprovechamiento sostenible en la industria del turismo a través del turismo cultural.



El segundo componente pretende mejorar la articulación entre actores de las cadenas de valor regionales de los sectores asociados al proyecto: cultura, gastronomía y turismo, para que dichos actores adquieran un papel activo en el diseño de estrategias colaborativas que se comprometan con la aplicación de acciones complementarias para la apropiación y divulgación, en la búsqueda de la consolidación de la información cultural e identitaria de cada subregión.



El tercer componente busca fomentar la cultura empresarial en el sector cultural del territorio, implementando estrategias de fortalecimiento económico y social para el desarrollo de nuevos modelos de negocio en las redes culturales del departamento de la Guajira, a través del prototipado de productos y procesos que se ajusta a hacia la estrategia departamental en miras **“hacia una economía diversa y sostenible”**. **A**



Reapertura de la frontera y las relaciones diplomáticas entre Colombia y Venezuela



POR: OLISNEY DELUQUE MONTAÑO

Las relaciones bilaterales entre Colombia y Venezuela han estado marcadas por un sinnúmero de altibajos que denotan las discrepancias en cuanto a ideologías políticas y sistemas de gobiernos. Estas naciones comparten más de dos mil kilómetros de frontera, además de aspectos históricos, geográficos y demográficos que las hacen interdependientes.

A pesar de ello, en los últimos años se han dado rupturas

En La Guajira, los principales gremios y sectores económicos deberán alzar la voz para que el actual gobierno implemente estrategias enfocadas en disminuir los altos índices de ilegalidad, inseguridad, migración masiva y desabastecimiento de alimentos en la frontera.

que han transformado la historia de la diplomacia entre ambos países, generadas durante el gobierno de Álvaro Uribe Vélez por el presunto apoyo del régimen venezolano a las guerrillas de las FARC y el ELN. Sin embargo, en la era de Juan Manuel Santos se da inicio a una nueva fase de las relaciones diplomáticas entre Bogotá y Caracas, enfocada en impulsar la inversión social, el comercio, el

desarrollo de infraestructuras y la seguridad en la zona de fronteras.

En el año 2015 inicia otra tensión debido al cierre del Puente Internacional Simón Bolívar, cuando el actual presidente venezolano Nicolás Maduro ordena la deportación de colombianos por supuestas implicaciones en ataques a soldados venezolanos, además de actividades ilícitas relacionadas con el contrabando

“La reapertura permitirá que el intercambio de bienes y servicios llegue hasta mil 200 millones de dólares durante la presente vigencia”

de gasolina. En 2016 se reabre la frontera y en 2019, con el espaldarazo de Iván Duque a Juan Guaidó, presidente interino de Venezuela, se da una nueva fractura en las relaciones consulares.

No obstante, en la actualidad se vislumbran nuevos aires para ambas naciones, desde que el presidente Gustavo Petro anunció que dentro de las prioridades de su gobierno trabajaría por reanudar las relaciones diplomáticas y comerciales con el vecino país, y lo ratificó con el nombramiento del exsenador Armando Benedetti como Embajador de Colombia en Venezuela. Esta coyuntura ha mantenido a los departamentos ubicados en zona de frontera expectantes frente a la posibilidad de fomentar escenarios

que impulsen el desarrollo fronterizo, la cooperación internacional y la ampliación de libertades y opciones para los ciudadanos que allí convergen.

Por su parte, se busca restablecer las relaciones militares e impulsar el comercio fronterizo a través del Acuerdo de la Frontera, como el principal vehículo de colaboración que coadyuvará a la creación de una zona económica diferencial e integral, sumado a estrategias y planes para la disminución de impuestos a ciertas actividades, además de la reglamentación que fomenta la inversión en el sector educativo, de salud e infraestructura.

Acorde a la Cámara de Integración Económica Venezolano Colombiana, la reapertura permitirá que el intercambio de bienes y servicios llegue hasta mil 200 millones de dólares durante la presente vigencia, lo cual significa que ambos países deben trabajar en la armonización de una cooperación económica en términos de competitividad y hacia la construcción de una integración que facilite una recuperación productiva y social.

En el caso de La Guajira, los principales gremios y sectores económicos deberán alzar la voz para

que el actual gobierno implemente estrategias enfocadas en disminuir los altos índices de ilegalidad, inseguridad, migración masiva y desabastecimiento de alimentos en la frontera, ya que el intercambio comercial y la circulación de personas no se ha detenido pese al cierre fronterizo, sino que por el contrario, se ha venido haciendo de manera ilegal y ha robustecido acciones producto del contrabando, el lavado de activos, la informalidad y violencia de los derechos humanos.

En esta ocasión, los líderes de ambos Estados están llamados a trabajar en términos de solidaridad, complementariedad y corresponsabilidad, siendo conscientes de la importancia de crear programas integrales que permitan que la frontera vuelva a florecer a partir del cierre de brechas sociales, la generación de empleo y la construcción de capacidades en beneficio de colombianos y venezolanos. Es el momento de crear las condiciones para que los recursos y potencialidades de ambos países impacten de manera positiva a las poblaciones que se han visto afectadas por los largos periodos de distanciamiento y conflicto. **A**





Termómetro Político

con Marcos Barros Pinedo



En peligro una curul del departamento de La Guajira, en la Cámara de Representantes. Claro, porque la Sala Especial de Instrucción de la Sala Penal de la Corte Suprema de Justicia le abrió una investigación y a la vez llamó a indagatoria al representante guajiro, Jorge Cerchar Figueroa, por presuntas irregularidades administrativas cuando se desempeñó como alcalde del municipio de Barrancas.



Hay que señalar que el juzgado donde se presentó la denuncia penal remitió el expediente a la Corte Suprema de Justicia, debido a que Jorge Cerchar Figueroa en su condición de parlamentario ya es aforado de acuerdo al acto legislativo número 01 del 18 de enero de 2018.

Se anota que Jorge Cerchar Figueroa asegura que se defenderá en derecho.

Pero lo preocupante de la situación es que si la investigación prospera a raíz de que fue llamado a indagatoria se podría correr el riesgo de que Jorge Cerchar Figueroa, podría perder su investidura. Y quedaría la silla vacía. Y no entraría "Pinina" Iguarán, que fue la segunda en votación en la lista de Colombia Renaciente, porque el proceso contra Jorge Cerchar Figueroa, es por presunta corrupción. Que de comprobarse la Guajira podría quedar con cuatro parlamentarios: Alfredo Deluque Zuleta, Martha Peralta Epieyu, Juan Loreto Gómez Soto y Karmen Ramirez Boscán.



La senadora de la República, Martha Peralta Epieyu, citaría al Congreso a la ministra de Viviendas, Ciudad y Territorio, Catalina Velasco. Lo que pretende es que esta funcionaria entregue un informe detallado sobre la forma como se invirtieron los dineros en el programa Guajira Azul, relacionado con agua potable y saneamiento básico, para el departamento de La Guajira, en el gobierno de Iván Duque Márquez.



Lo cierto es que la ministra muy a pesar de que se hizo un proceso de empalme con el gobierno anterior no podría tener un conocimiento profundo sobre lo que pretende la Senadora guajira.

Y sería oportuno que Martha Peralta Epieyu también cite al Congreso de la República al ministro y a la ministra de Viviendas, Ciudad y Territorio, del anterior gobierno Johnatan Malagón y Susana Correa, quienes por ningún motivo deberían eludir sus responsabilidades con relación al programa Guajira Azul, para el departamento de La Guajira, que, al parecer, no resultó como los habitantes de esta sección del país, esperaban.



¿Prospesaría una acción de tutela en contra de la Presidencia de la República de Colombia? Tal interrogante es

válido porque la Sección Tercera del Consejo de Estado y mediante un auto admitió una acción de tutela que busca por la vía jurídica que el presidente Gustavo Petro Urrego, logre nombrar a un gobernador designado para el departamento de La Guajira, en reemplazo de Nemesio Roys Garzón.

Los accionantes son Jean Pablo Salinas Acosta y Yisely Janeth Lopesierra Orozco.

De acuerdo a abogados expertos en la materia esta acción de tutela difícilmente prosperaría teniendo en cuenta que por decisión del Ministerio del Interior no existe ninguna terna para que

el presidente pueda nombrar ya que quedó desintegrada desde el momento en que el Partido Cambio Radical retiró a Rafael Manjarrez Mendoza. Los otros dos de la terna eran Estela Peñaloza Ovalle e Isacc Carrillo Parody. También el Ministerio del Interior solicitó una nueva terna a los partidos Cambio Radical, Conservador y Colombia Renaciente, dejando por fuera al partido de la "U". Estas organizaciones políticas avalaron la candidatura de Nemesio Roys Garzón, a la Gobernación de La Guajira.

Sin embargo, reiteran los expertos en Derecho Administrativo y Electoral

que habrá que esperar la decisión que pueda tomar la Sección Tercera del Consejo de Estado. Que por norma legal es impugnante ante otra Sección del mismo Consejo de Estado. Proceso este que duraría casi dos meses.

Mientras esta situación se presenta continúa actuando como gobernador encargado del departamento de La Guajira, José Jaime Vega Vence.





De visita se encuentra en territorio de La Guajira el vice ministro de Deportes, Camilo Iguarán Campo.

Y le ha correspondido desarrollar una importante agenda en cuanto a conversatorios en la Universidad de La Guajira, en Dibulla y en el Distrito de Riohacha.

En este último lideró un Conversatorio titulado Diálogo Académico: Administración y gestión

deportiva y su impacto en la interculturalidad, que también contó con la presencia del alcalde del Distrito de Riohacha, José Ramiro Bermúdez Cotes.

En ese sentido, el vice ministro del Deporte Camilo Iguarán Campo, señaló que con este tipo de conversatorio se está buscando en los territorios los insumos para el plan nacional de desarrollo de manera conjunta con los diferentes actores del deporte, conociendo de cerca sus requerimientos.

Y reconoció que en el interior de la Universidad de La Guajira se cuenta con un programa de alta acreditación como es la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte y el grupo de investigación GIGUA y Artes Corpori.

Hay que agregar que el vice ministro del Deporte, Camilo Iguarán Campo, es oriundo del municipio de Dibulla.



Al alcalde del Distrito de Riohacha, José Ramiro Bermúdez Cotes, se le agota el tiempo y no debería terminar su periodo constitucional sin haber reglamentado la División Político Administrativa de nuestro ente territorial, en cumplimiento de normas legales.

Con la División Político Administrativa del

Distrito de Riohacha, se deberían crear las respectivas localidades que daría vía libre a el nombramiento de los alcaldes menores.

Hay que recordar que el Distrito de Riohacha fue creado mediante la ley 1766 del 24 de julio de 2015, de autoría de Alfredo Deluque Zuleta. Pero de manera increíble los alcaldes de turnos no lo han podido reglamentar, a través de un Acuerdo que debe ser aprobado por el Concejo Distrital.

Esto ha dado motivos para que muchos habitantes de esta ciudad capital, lancen a los cuatro vientos consignas irresponsables en el sentido de que el Distrito de Riohacha, es simplemente de papel.



Después de casi 30 años de espera y con bombos y platillos hace varios días se hizo un anuncio que tiene que ver con la posible solución a la problemática de aguas residuales que afronta el Distrito de Riohacha. Y le correspondió a la gerente de la Empresa de Servicios Públicos del Departamento de La Guajira, Andreina García. En su momento dijo que dispuso de los dineros necesarios para un nuevo estudio con relación a la laguna de Oxidación que no se ha logrado construir ni con los recursos del crédito de 90 millones de dólares que el Banco

Mundial le hizo a la Gobernación de La Guajira. Existe la posibilidad de que se compren las plantas eléctricas para las aguas residuales. Existe un recurso para la compra de un nuevo lote de terreno. Y pensar que hace muchos años también fue comprado un lote de terreno por el hoy Distrito de Riohacha. En resumen general la gerente de la Empresa de Servicios Públicos del Departamento de La Guajira, Andreina García, para hacer estos anuncios solo le faltó una banda de música papayera en su oficina y

luego lanzar juegos pirotécnicos al firmamento. Pero de todas maneras con estos anuncios les da una gran esperanza a los habitantes del Distrito de Riohacha, en el sentido de que ahora sí, se podría solucionar la problemática de las aguas residuales que data desde épocas inmemoriales. Y como decían las matronas riohacheras de antaño: "Dios bendiga a la gerente de la Empresa de Servicios Públicos del Departamento de La Guajira, Andreina García y la Virgen de los Remedios la cubra con su manto".



Sorpresa en el Palacio de la Marina. Claro, porque el gobernador encargado, José Jaime Vega Vence, está demostrando que sabe gobernar. Que está preparado para con la responsabilidad que le otorgó la presidencia de la República, así sea de manera transitoria. José Jaime Vega Vence, es un funcionario que sale de sus oficinas y se le ve en los lugares donde las comu-

nidades lo necesitan y no solamente en el Distrito de Riohacha, sino también en los otros municipios de esta sección del país. Además, es un buen conversador y buen interlocutor ante los medios de comunicación social. Las acciones administrativas que está realizando el gobernador encargado José Jaime Vega Vence, son su mejor carta de presentación

ante la opinión pública regional y nacional. Sin desconocer que existen personas que no comulgan con su estilo de gobierno. Eso es normal en una región en donde la polarización política ha sido tradicional y especialmente para aquellos que están acostumbrados que con los dineros oficiales se les regale la tradicional "Chocolatina de la Colombina".



El Tribunal Contencioso Administrativo de La Guajira participó del XVI Encuentro: Todos Somos Jurisdicción Constitucional que terminó en la ciudad de Villa de Leyva, departamento de Boyacá. Y la responsabilidad la tuvo la magistrada María del Pilar Veloza que precisamente nació en tierras boyacenses, pero que ya está cerca de cumplir 20 años en territorio de La Guajira. Este importante evento fue organizado por la Corte Constitucional que

fue creada por la Constitución del 4 de julio de 1991 como guardián del Estado Social de Derecho que impera en nuestro país, y se desarrolló en dos ejes temáticos: Primero. Abordó el diálogo entre autoridades judiciales nacionales e internacionales alrededor de un tema de gran actualidad: el derecho constitucional global. Segundo. Se ocupó del diálogo interno con las jurisdicciones ordinarias en su rol de jueces constitucionales.

Al respecto se escucharon con atención especial e interés las razones por las cuales estos jueces se apartan, en ocasiones, de las líneas jurisprudenciales dictadas por la Corte Constitucional en su tarea de la protección de los derechos fundamentales de los colombianos. Se recuerda que el Tribunal Contencioso Administrativo de La Guajira, está conformado por: María del Pilar Veloza Parra, Hindira Meza y Carmen Cecilia Plata Jiménez.



El politólogo Jaime Alfredo Movil pública su primer libro



El politólogo guajiro, consultor en gobierno y estrategia político, Jaime Alfredo Móvil Brito, realizó el lanzamiento de su primer libro 'Del like al voto', una majestuosa obra que le permite a sus lectores entender cómo un like se puede convertir en un voto potencial y que las redes sociales son el nuevo territorio a conquistar.

Su obra, de la Casa Editorial Pan House, se proyecta como una herramienta valiosa para gestionar contiendas políticas eficientes, donde un like puede ser la diferencia entre ganar y perder en una campaña electoral. El prólogo estuvo a cargo de su maestro Mauricio De Vengoechea.

"Esta es la materialización de uno de mis sueños. Desde el año pasa-

do me propuse escribir un libro justo antes de cumplir mis 30 años. Hoy, vemos el resultado de ese atrevimiento, escribir un libro sobre un tema ampliamente conocido a nivel mundial, no fue un proceso fácil. Finalmente, lo logramos y para mí es de mucho agrado presentarles "Del like al voto", expresó el politólogo durante el acto.

En el lanzamiento de su libro, Jaime Alfredo estuvo acompañado por sus padres, Jaime Antonio Movil y Elvis Brito, sus hermanos, familiares cercanos y amigos, quie-

nes han sido testigos de su exitosa carrera. Además, estuvieron presentes el diputado Daniel Ceballos Brito y la concejal Cinthya Ardila Socarrás.

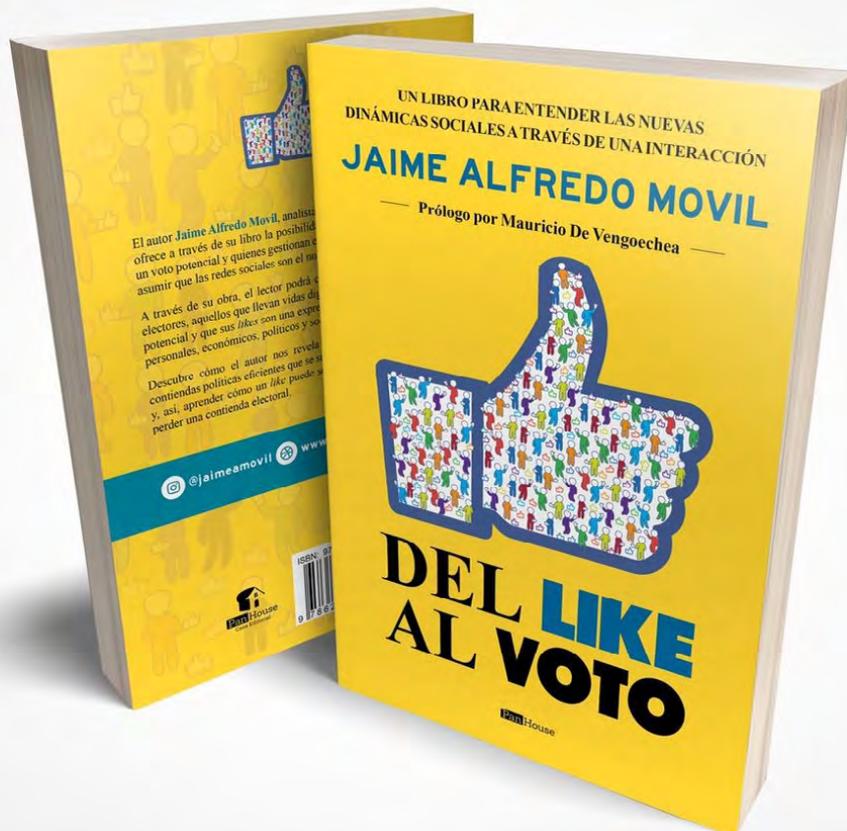
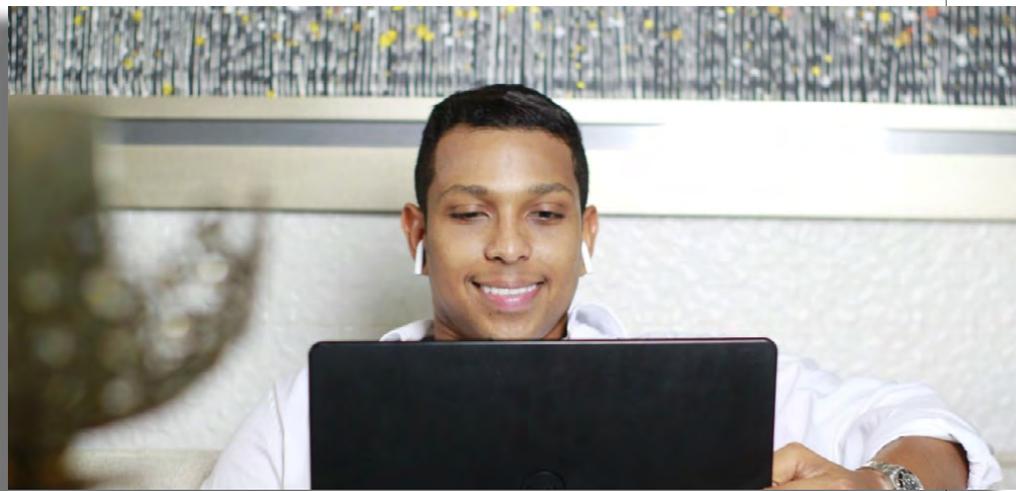
Es importante destacar que Jaime Alfredo fue galardonado dos veces durante el año 2020 como "Consultor Político Revelación del año", por The Washington Academy (WAPAS) y AICODI. Además, ha sido manager de reconocidas campañas en Panamá, México, República Dominicana y Colombia.



Finalmente, Jaime Alfredo aprovechó el espacio para invitar a todos los jóvenes del departamento de La Guajira para que cumplan y luchen por sus sueños. “Es necesario que nosotros

los jóvenes tomemos la bandera y nos apropiemos de nuestro departamento a través del liderazgo. Con esta meta cumplida, la invitación que quiero hacer es a crear, crecer e impulsar nuevas

ideas que transformen la forma de hacer política”, puntualizó Movil Brito, al tiempo que invitó a todos los asistentes a adquirir y disfrutar de este, su primer hijo literario.





Luís Alonso Colmenares Rodríguez

¿Los subsidios solo son una regaladera de plata?

En el transcurso de la presente semana estuve en algunos municipios de la región que comprende las sabanas de Sucre y Córdoba, y por las riberas del Magdalena hasta llegar a Magangué.

La primera conclusión a la que llegué andando por esas tierras es que las motocicletas acabaron en todo sentido con los burros como medio de transporte.

La segunda conclusión es que, hablando con la gente, ahora “el que no es chirrete se va a querer volver chirrete” porque el gobierno entregará dinero a los jóvenes para que abandonen bandas criminales y dejen la criminalidad; también a los adultos mayores para recibir una pensión.

Al respecto esa misma gente se preguntaba: “ajá y qué pasa con el joven que está trabajando para ganarse el pan con el sudor de la frente desde la madrugada hasta el anochecer? a ese le va a resultar mejor que deje de trabajar para volverse chirrete, estar más descansado y más tranquilo, esperando que le entreguen un subsidio”. “Esa plata que le giran a los viejitos la cobran los hijos, nietos o sobrinos y se la gastan en vicio”.

Me explicaron que “chirrete” se refiere a las personas viven en la calle o indigentes, que se dedican al consumo de sustancias psicoactivas y al hurto, para el sostenimiento de su vicio.

A partir de esos comentarios me puse a la tarea de investigar cómo es que funcionan los subsidios que

entrega el gobierno a mucha gente en Colombia, y lo que me encontré me lleva a creer que efectivamente es mucho más rentable vivir de los subsidios del gobierno y no hacer un esfuerzo para trabajar de manera formal.

Revisando la normatividad vigente me encontré con los siguientes subsidios:

1) Familias en acción. Transferencias de dinero a familias que se encuentran en condición de pobreza y vulnerabilidad, y depende de los menores de edad que haya en la familia.

2) Jóvenes en acción. Giro a jóvenes entre 14 y 28 años para mejorar sus capacidades y oportunidades de movilidad social, condiciones de bienestar y puedan continuar y finalizar sus estudios.

3) Colombia mayor. Subsidio económico para adultos mayores que se encuentran desamparados, no cuentan con una pensión, o viven en la extrema pobreza.

4) Mi casa ya. Subsidio para compra de vivienda de interés social a las personas que ganen entre dos y cuatro salarios mínimos legales vigentes.

5) Familias guardabosques. Incentivo económico a las familias, condicionado que asuman el compromiso de erradicar cultivos ilícitos en sus veredas y fincas, y de no resembrar ilícitos.

6) Gratuidad en la matrícula. Subsidio del valor total de la matrícula de pregrado a jóvenes de estratos 1,2 y 3 en universidad pública.





7) Subsidio a la gasolina. Subsidio que reduce el precio de los combustibles para que las variaciones en el valor internacional del petróleo no se transfieran directamente a los consumidores.

8) Régimen subsidiado en salud. Mecanismo con el cual la población sin capacidad de pago tiene acceso a los servicios de salud a través de un subsidio que entrega el Estado mediante la aplicación de la encuesta del Sistema de Selección de Beneficiarios (SISBEN).

Durante la vigencia del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica derivada del COVID-19 se otorgaron otros subsidios.

1) Apoyo al empleo formal (PAEF). Subsidio directo a Personas Jurídicas, Naturales, Consorcios, Entidad sin Ánimo de Lucro, Uniones Temporales y Patrimonios Autónomos para el pago de nómina.

2) Ingreso solidario. Apoyo económico a hogares en condición de pobreza, para mitigar los impactos causados.

3) Subsidio de desempleo. Pago de una cuota monetaria a extrabajadores dependientes o independientes, en las mismas condiciones del último vínculo laboral, incluyendo aportes a salud y pensión.

4) Bono de alimentación estudiantil. Complemento alimentario para los niños, niñas, adolescentes y jóvenes matriculados en el sector oficial para consumo o preparación en casa.

En esas condiciones creo que el gobierno debe revisar esa repartidera de plata a diestra y siniestra, y más bien considerar la necesidad de llevar a cabo políticas efectivas que conduzcan a la creación de fuentes de trabajo y programas efectivos de bienestar.

Y como dijo el filósofo de La Junta: Se las dejo ahí... @ LColmenaresR **A**





“Cada año en Colombia se hacen más de diez mil intervenciones estéticas”

Sociedad Colombiana de Cirugía Plástica (SCCP)

Desde que aparecieron las cirugías estéticas, muchas personas han tenido la oportunidad de mejorar su aspecto físico de manera fácil y rápida. Incluso a muchos, ni siquiera les importa los costos que implican dichas operaciones. Ya no es necesario acudir a largas horas de gimnasio y hacer estrictas dietas para tener un buen cuerpo. En Colombia ha tomado bastante fuerza este fenómeno en los últimos años. La obsesión por la belleza ha llevado a este país a posicionarse en los primeros lugares en cirugías plásticas a nivel mundial.

La Sociedad Colombiana de Cirugía Plástica (SCCP) afirma que cada año se hacen en este país más de diez mil intervenciones estéticas, una cifra que ha crecido en la última década un 70%. Además, los costos son más bajos en compa-

ración con países como Estados Unidos. En Norteamérica, una cirugía de la nariz cuesta ocho mil dólares, mientras que en Colombia puede costar la mitad.

¿Y por qué ocurre este fenómeno? En los años 90, cuando los problemas de narcotráfico invadían el país, los “narco-dólares” permitieron que muchas mujeres tuvieran fácil acceso a las cirugías estéticas. La alta demanda de esta práctica generó una mejor calidad del servicio y los precios eran cada vez más bajos.

Esta obsesión por la perfección de los cuerpos pone hoy a Colombia en el “top” de la cirugía estética. Esta nación cuenta con una industria desarrollada, en la que trabajan más de setecientos cirujanos especializados. El culto a la estética se extiende a todos los géneros, razas y estratos sociales de este país. Cabe re-

La obsesión por la belleza ha llevado a este país a posicionarse en los primeros lugares en cirugías plásticas a nivel mundial.

cordar que Colombia, concentra el mayor número de competencias de belleza y sus mujeres han llegado a las finales de Miss Universo en veintiuna ocasiones.

El Doctor Edilson Machabajoy López afirma que las motivaciones para someterse a una cirugía plástica se relacionan con lograr un valor agregado.

“Muchas veces quieren recuperar una relación amorosa o conseguir un mejor trabajo. Sin embargo, son falsas ilusiones. Los resultados de la cirugía pueden traer problemas psicológicos y resultados poco satisfactorios por el paciente”.

La misma cultura colombiana ha creado una especie de familiaridad y confianza para someterse a las cirugías estéticas. No solamente por la facilidad en los precios, sino por el culto al cuerpo ideal. Asimismo, los cosmetólogos han aumentado sus ventas en un 55% de acuerdo con el Departamento Nacional de Estadística Colombiano (DANE).

Cirugía y turismo

El valor de una operación en Colombia está entre 20% y 80% más barata que en otros países. Además, las agencias de turismo locales incluyen como extras: el billete de avión, alojamiento y excursiones guiadas por diversos lugares típicos del país.

Es por esto que muchos personajes famosos como Maradona, viajan con más frecuencia a Colombia con el fin de realizarse una cirugía estética. Dicho fenómeno ha desarrollado el turismo nacional colombiano. Muchas agencias ofrecen una combinación única entre turismo, salud, estética y belleza.

Esto permite a pacientes a nivel nacional e internacional, acceder a diferentes tratamientos quirúrgicos, estéticos y servicios médicos especializados, mientras disfrutan de una agradable estadía en Colombia. La mayoría proviene de Canadá, Estados Unidos, México y Reino Unido.

Pros y contras

En Colombia la cirugía estética también se ha puesto de moda entre las jóvenes que cumplen 15 años. Éstas piden a sus padres como regalo un arreglo en su cuerpo con una cirugía, en vez de un viaje o una gran fiesta. A pesar de que los especialistas no las aconsejan hasta que el cuerpo esté formado completamente, muchos padres terminan concediéndole este deseo a sus hijas.

Dagoberto Gómez (52 años), empleado público de Cali, cuenta que ha visto los sufrimientos de su hija de 16 años para bajar de peso. Está de acuerdo en colaborarle para que se practique una cirugía estética. “El problema se solucionaría rápido y ella estaría feliz”. Aunque su esposa no está de acuerdo con esta decisión, ya que ha visto noticias donde jovencitas mueren al practicarse esta clase de operaciones.

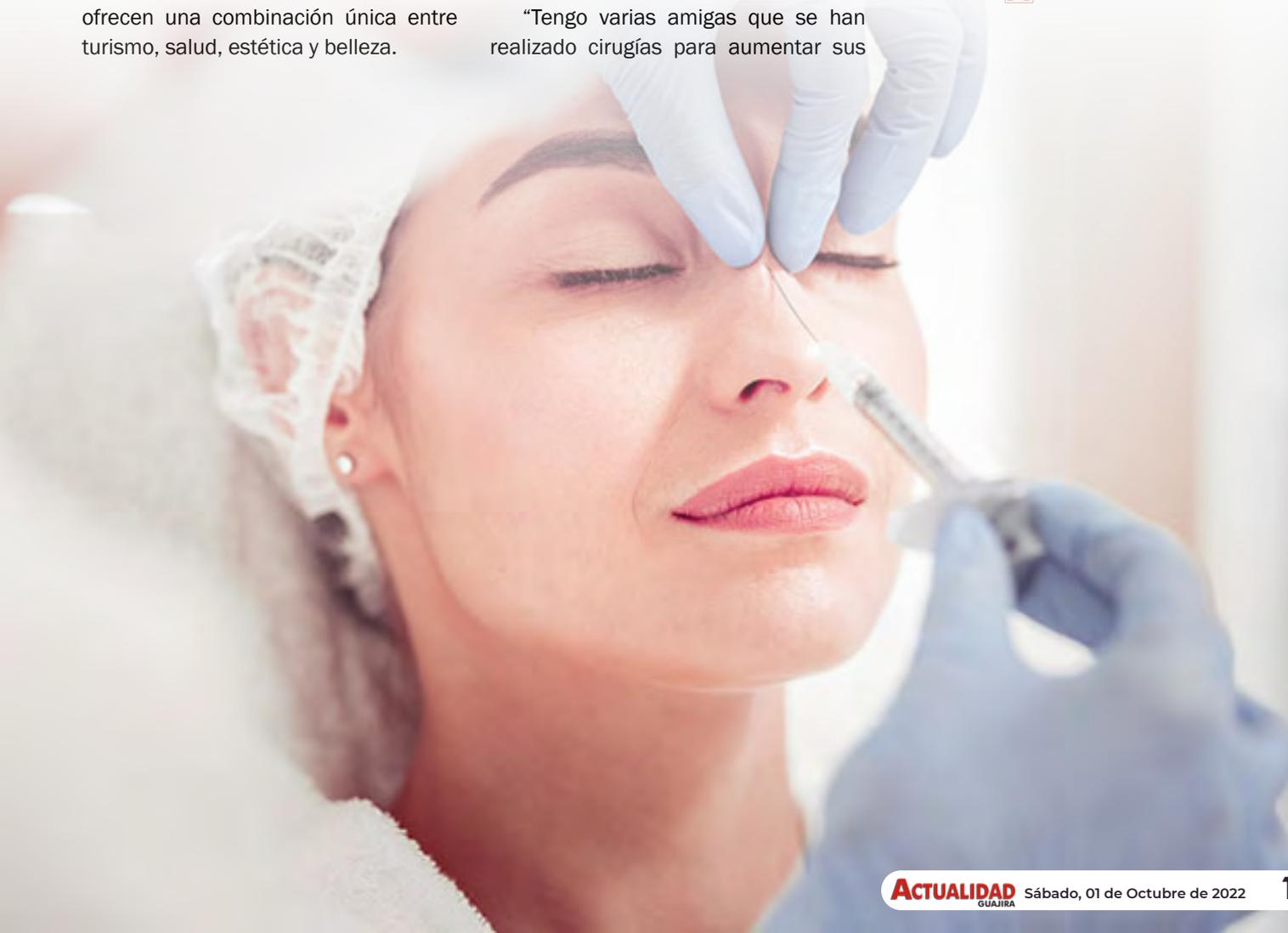
“Tengo varias amigas que se han realizado cirugías para aumentar sus

senos y me parece que han mejorado bastante”, asegura Marínela Fernández (32 años), de Popayán. “Mejora su autoestima y por lo tanto se ven más seguras y lindas. Me parece que invertir dinero en tu cuerpo, es la mejor opción”.

Fabián Martínez (29 años) abogado de Bogotá, plantea que está de acuerdo con las cirugías cuando son realmente necesarias. “Pero hay casos en que las mujeres abusan y terminan viéndose muy artificiales. Muchas recurren a las cirugías porque quieren parecerse a su estrella favorita y no para corregir algún defecto en su cuerpo”.

Eso sí, si te vas a hacer una cirugía de este tipo, resulta muy importante tomar las precauciones necesarias. Por ejemplo, investigar que la clínica elegida sea legal y cuente con cirujanos certificados.

Las muertes producidas durante cirugías estéticas han llamado la atención de muchas personas. Por lo general, sus víctimas eran mujeres jóvenes y sanas que soñaban con tener una mejor figura, pues muchas personas al buscar costos demasiado económicos, caen en manos de médicos de dudosa capacidad. **A**



Alonso Cuello

El cirujano de las “obras de arte”

Por **Rita Pimienta**
Directora

La cirugía plástica hoy, en pleno siglo XXI, en el año 2022, después de una devastadora pandemia que dejó muchos trastornos alimenticios y emocionales, es clave. Soy defensora de la idea de cambiar lo que no te gusta de tu cuerpo o mejorar para sentirte bien, es decir, apoyo las cirugías plásticas. Es muy común que hombres y mujeres recurramos a procedimientos quirúrgicos estéticos, esto se volvió parte de nuestra vida cotidiana, algo que, si es bien manejado, me parece maravilloso.

En esta edición, se rompió el ciclo donde las mujeres fueron protagonistas de nuestras portadas, recuerden que fueron cuatro seguidas donde conjugamos los verbos en femenino. Pero de nuevo, llegó el momento de los hombres, en especial, de uno que, con su profesión y vida misma, honra, ayuda e impulsa a las mujeres en la construcción de las mejores ver-

siones de ellas mismas.

Les hablo del cirujano plástico más cotizado en nuestro departamento, **Alonso Cuello**, un hombre guajiro, quien creció en el seno de un hogar con todas las costumbres y características de nuestra región. Quien a muy temprana edad salió de su casa a cumplir sus sueños, y años después, regresó convertido en Médico especialista en Cirugía Plástica.

Alonso nos llena de orgullo, pues este guajiro deja en alto el nombre de nuestra tierra ejerciendo con altura, precisión, responsabilidad y excelentes resultados su profesión, convirtiéndose en uno de los cirujanos más reconocidos y cotizados de la costa caribe.

Es miembro de la Sociedad Colombiana de Cirugía Plástica, Sociedad Americana de Cirujanos Plásticos y de la Sociedad Internacional Médica.



En el año 2018 ganó el Premio a la Excelencia Médica en Cirugía Plástica, el cual es entregado por la Organización Internacional para la Investigación Médica.

Además de ser un hombre guapísimo, caballeroso, respetuoso y talentoso, es un hombre muy temeroso de Dios, al que el éxito se le percibe en cada poro de su piel y en cada palabra que expresa; por eso y más, nuestro equipo no encontró mejor opción para la portada de nuestro mes de octubre.

Sin más preámbulos ni palabrería, quiero darle paso a la siguiente entrevista que le hice a Alonso Cuello, quien amablemente sacó un espacio de su apretada agenda para dejarse conocer por la revista más leída del departamento de La Guajira.

Llena de emoción, optimismo y muchas curiosidades,

me senté con él, frente a frente, compartimos una fría bebida energizante (RedBull), y esto me contó:

R.P/ ¿Quién es Alonso Cuello?

A.C/: Es una persona apasionada ... Que sabe que sin el respaldo de Dios no sería nada y que cada día lucha disciplinadamente para ser mejor. Paso a paso, día a día, yo como médico busco incesantemente hacer las cosas con excelencia y perfección, reconociendo que, a pesar de esto,

la perfección se me esconde cada anochecer; pero cada mañana me despierto con ganas de ganarle la batalla a la mediocridad, siempre pierdo, pero sueño algún día ganarle la guerra. Me considero un artista no frustrado porque cada día me encuentro con el arte en el quirófano. El diseño del cuerpo humano me apasiona; la forma, la luz, las sombras, el volumen, la armonía, la belleza de la silueta, es algo mágico lo que se puede hacer cuando amas lo que haces, soy un hacedor de obras de arte! corporales, que ha descubierto que, al mejorar el cuerpo, puede ayudar a que surjan cambios en el alma de mis pacientes, cambios positivos y reales, hoy diría: soy parte de mis pacientes y ellos parte de mí.





Actualmente Alonso Cuello es miembro de la Sociedad Colombiana de Cirugía Plástica, Sociedad Americana de Cirujanos Plásticos y de la Sociedad Internacional Médica

R.P/¿Te sientes orgulloso de ser guajiro?

A.C/: Amo mi tierra, amo su gente, amo su desierto, amo su sol, amo el olor del mar, amo sus mariscos, ver rostros conocidos cuando camino sus lugares, ver y reconocer a mi gente en sus ojos, ver que somos iguales, que somos guajiros, eso me enorgullece. Siento una gran alegría al mostrar a las actuales generaciones que todo lo que se sueña y se trabaja con pasión, es posible, porque somos grandes, solo debemos creerlo y con disciplina llegar a esa grandeza.

R.P/¿Cómo descubriste la pa-

sión por la cirugía plástica?

A.C/: Esta pregunta me lleva a mi pasado, sé que fue amor a primera vista. Recuerdo aquel día cuando estaba en el internado de médico en formación, terminando mi carrera asistí al servicio de cirugía plástica, participé en una intervención, observé a cirujanos plásticos manos en acción y entonces, se me reveló algo genial que cambiaría mi vida, pensé... ya entendí para qué me hice médico, simplemente para ser Cirujano Plástico.

Así fue como lo descubrí y eso me llevó a tomar la decisión de hacer maletas e ir por mis sueños a Argentina, donde me especialicé.

Sabes, miro atrás y concluyo en que todo los esfuerzos y sacrificios valieron la pena.

R.P/¿Qué es lo que más te gusta de tu trabajo y lo que menos te gusta?

A.C/: Lo que más me gusta es el reto de intentar mejorar la morfología de mi paciente y de intentar estar a la altura de sus sueños y lo que menos me gusta es que el paciente siempre piensa que todo es perfecto, olvidan que existen complicaciones, infecciones, cicatrices a pesar de que el medico de su 100%

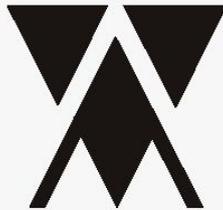
R.P/¿Cómo surgió el lema “El cirujano de las obras de arte”?

A.C/: Surgió de mi necesidad de hacer arte y plasmarlo.... Mis pacientes son mi lienzo, en ellos veo arte, belleza, armonía, veo en cada paciente una obra en proceso, en fin: obras de arte. Un día terminé una cirugía y pensé: “es una obra de arte” y ahí comenzó todo (risas).

“Un día terminé una cirugía y pensé: “es una obra de arte” y ahí comenzó todo ”.

- Alonso Cuello





ALONSO CUELLO

CIRUJANO PLÁSTICO

R.P./¿Cómo es tu relación con las pacientes?

A.C.: Sincera, realista y directa, me gusta hablar claramente de lo que podemos lograr y de lo que no; pero también busco que sea humana, entre iguales, por ser médico cirujano no pienso que esté por encima de mi paciente, al contrario, pienso que mi razón de ser es mi paciente así que lo valoro muchísimo.

R.P./¿En qué lugares de Colombia está la marca de Alonso Cuello?

A.C.: Mi marca principalmente está en Bogotá, Barranquilla, Santa Marta y toda La Guajira. La imagen corporativa de **Alonso Cuello** es conocida como A-Clinic Esthetic Center.

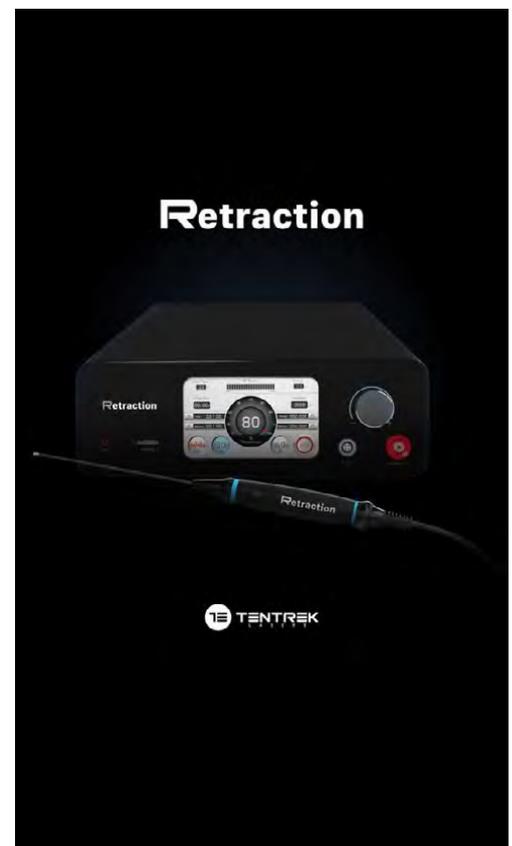
R.P./ Eres un hombre que te gusta ir a la vanguardia, ¿Qué tecnología usas a la hora de los procedimientos estéticos?

A.C.: Siempre me gusta usar las últimas técnicas y tecnologías, actualmente uso la más reciente tecnología quirúrgica para tratar la flacidez dérmica

y en el tejido graso. Es una radiofrecuencia única que regula intensidad de potencia y temperatura para retraer los tejidos; esta se puede usar en cuello, cara, espalda, brazos, piernas, abdomen y vagina, pues tensa o reafirma esos tejidos débiles; esta tecnología espectacular se llama **RETRACTION**.

R.P./¿Cuál es la cirugía que más te piden?

A.C.: Sin duda, lo que más piden mis pacientes son Lipoesculturas y Abdominoplastias.



Tecnología RETRACTION usada por el cirujano Alonso Cuello.

R.P/ ¿Es cierto que antes de cada cirugía, tomas la mano de tu paciente, le das palabra de aliento y haces una oración? ¿Por qué?

A.C/: Me hiciste sonrojar... sí, es verdad, lo intento siempre por que esa cercanía con mi paciente es fundamental en ese momento. Por lo general siempre

hay nervios, entonces me gusta que sepa y sienta que estoy ahí, a su lado, acompañándole; pero lo que no sabe es que en silencio oro por ella o el, porque solo Dios nos da la cobertura para que todo salga bien.

R.P/ De 1 al 10, como mides el éxito de cada cirugía en cuanto a los resultados en cada paciente

A.C/: Yo diría que no me gusta hablar en términos de números, pero siempre busco el 10 y doy mi 100%, pero ese 10 es malo siempre se me esconde, pero ya estoy cerca (risas).

R.P/ ¿Te han ocurrido casos de pacientes inconformes y cómo lo manejas?

A.C/: Si claro, como todo profesional siempre hay gente que no está de acuerdo con tu forma de hacer las cosas, gracias a Dios son muy pocos y los cuento con los dedos de una mano, siempre intento buscar la forma de hablar, buscar puntos de unión y trato de ayudarles a que logren lo que sueñan, eso sí, solo si es posible.

“Por lo general siempre hay nervios antes de toda cirugía, entonces me gusta que el/la paciente sepa y sienta que estoy ahí, a su lado, acompañándole...”

R.P/ ¿Cómo se conforma tu equipo de trabajo?

A.C/: Somos un gran equipo, ellos dan vida a lo que hago; son publicidad, call center, médicos anestesistas, enfermeras, instrumentadores, asesoras comerciales, esteticistas, yo soy la cara visible de un gran grupo de personas que creen en mi idea de hacer obras de arte y me ayudan a lograrlo.

R.P/ ¿Crees que la cirugía plástica cambia la vida de las personas, especialmente de las mujeres? ¿Por qué?

A.C/: Si, creo que transforma vidas porque a través de un aparente acto quirúrgico por “vanidad”, algo mágico pasa. El exterior cambia y el interior también lo hace. El alma y el cuerpo están conectados, verse y sentirse bien hace maravillas en el alma, por eso creo que sanamos nuestro interior con un cambio externo. En esta ocasión se invierten los papeles y se sana el alma de afuera hacia dentro, lo que considero un verdadero cambio de vida, pero es un secreto, no se lo



Alonso Cuello junto a su equipo de trabajo.

digas a nadie (risas).

R.P/ ¿Cuánto es el tiempo de recuperación de las cirugías? ¿En cuánto tiempo se ven los

resultados?

A.C/: Es algo relativo a la cirugía, pero diría que entre 7 a 15 días dependiendo el procedimiento, y los resultados se ven en su mayor definición entre los

4 a 6 meses.

R.P./¿Cuáles son tus recomendaciones a las pacientes en el manejo de alimentación y ejercicios posteriores a la cirugía?

A.C/: Para mí es algo prioritario, las pacientes que tienen los verdaderos resultados geniales son las que entrenan y se alimentan bien, yo simplemente con mi cirugía dejo toda su anatomía lista para potenciarla con el deporte; en otras palabras, mi obra de arte está diseñada para que con deporte y buena alimentación se conviertan en algo brutal.

R.P/ Hablemos de tu vida, ¿Qué tan extenuantes o agotadoras pueden ser tus jornadas de cirugía?

A.C/: Sabes, son muy fuertes, son muchas horas de pie, a veces sin comer a horario y debo admitir que me he enfermado por el desgaste, el estrés y la gran responsabilidad de mi trabajo. Soy humano, no una maquina (risas), pero aprendí la lección y hoy busco un balance entre trabajo y vida personal, para dar lo mejor de mí y cuidar mi salud, porque la salud es lo más importante, aunque suene trillado; lo que, si es cierto, es que siempre daré el 100% a mis pacientes.

R.P./¿Eres feliz con lo que haces?

A.C/: Si, muy feliz, es una forma de expresar quien soy a través de mi cirugía, transmitir mi estilo, mi forma de ver la belleza y me da la oportunidad de dejar huella en el alma y cuerpo de mis pacientes.

R.P./¿Cómo te ves en 5 años?

A.C/: Con hijos, sonriendo, con las mismas ganas de seguir creciendo y aprendiendo de mis pacientes, com-



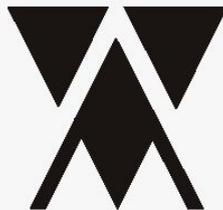
Alonso Cuello afirma que siempre dará el 100% para que sus pacientes queden satisfechos con sus "obras de arte".

partiendo mis conocimientos y dejando en alto el nombre de nuestra tierra, La Guajira.

R.P./¿Cuál es tu sueño hoy?

A.C/: Dejar que fluya mi creatividad y hacer algo único e innovador. Sueño dejar huella en esta tierra y evolucionar al servicio de otros, haciendo me-

dicina de alto nivel y al mismo tiempo, crecer como ser humano, sonriendo, aprendiendo de otros, construyendo mi propio ser, porque esta tierra no solo necesita grandes profesionales, lo que más necesitamos es de grandes hombres y mujeres que con sus valores y principios ayuden a hilar el corazón de nuestra sociedad.



A L O N S O C U E L L O

C I R U J A N O P L Á S T I C O

No sé si a ti, estimado lector (a), te pasó lo mismo que a mí, pues quedé con ganas de más, me dije a mi misma ¿Hasta aquí llegó la entrevista? Y con nostalgia me respondí que sí. Pues hablar con Alonso Cuello es muy, pero muy placentero; su serenidad, transparencia, seguridad y convicción en cada respuesta nos hace conectarnos de una manera particular con su vida.

A través de esta portada y este artículo, honramos a un guajiro bueno, talentoso, que con ese magistral pulso

que tiene al usar el bisturí, así mismo, paso a paso ha forjado una historia de vida maravillosa, a la que se suman miles de seguidores, espectadores y admiradores.

Alonso, un hombre de carne y hueso que en esta entrevista nos permitió conocerlo un poco más, goza del cariño y admiración de miles de personas que han tenido la oportunidad de compartir con él en diferentes ámbitos: como pacientes, colegas, vecinos, amigos, etc.

En sus redes sociales es un hit, tiene mas de 300 mil seguidores en Instagram, sus fotos están llenas de mensajes que dicen: “mi sueño es operarme con usted”, “quiero cambiar mi vida de su mano” “pronto seré su obra de arte” y muchos mensajes más que a diario le confirman que su labor la está haciendo bien.

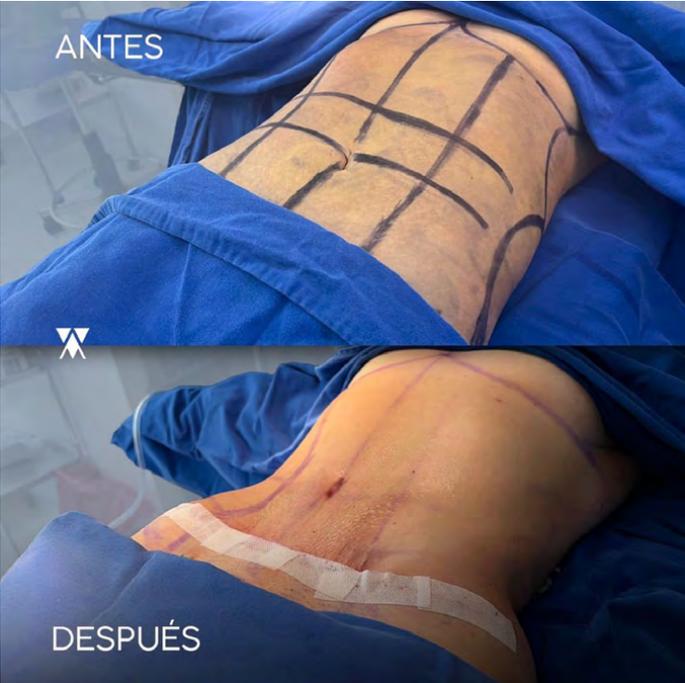
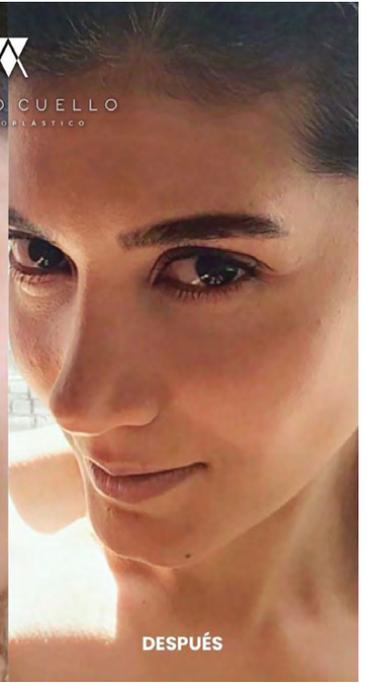
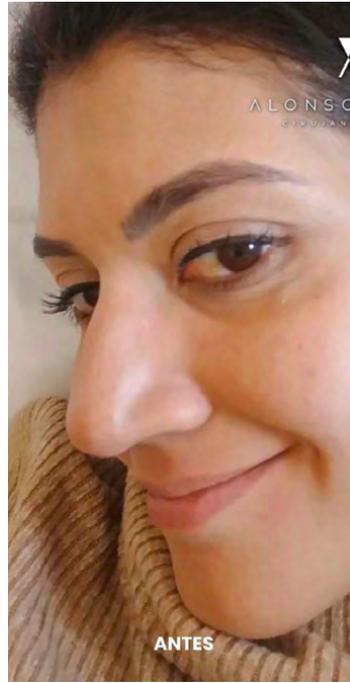
Tener en cuenta todo lo anterior y saber que es guajiro, nos llena de mucho orgullo. ¡Gracias por poner en alto la bandera de La Guajira! **A**

Los dejamos con imágenes que muestran

el antes & después

de algunas de sus cirugías:







Jairem Reyes Bravo: **Ella es** Inspiración

Por: Fabrina Acosta Contreras

Inicio afirmando que las niñas no son el futuro sino un presente dinámico e inspirador, por ello las brechas sociales basadas en género, deben llevarnos a reflexionar de manera enfática sobre la importancia de garantizar a todas las niñas sus derechos y especialmente la posibilidad de vivir libres y felices; es inaceptable la violencia contra ellas, como matrimonios infantiles, explotación sexual o embarazos; que sean asesinadas y que sus vidas sean vulnerables a trampas de pobreza como



la desescolarización.

Jairem un ejemplo de guajiridad

Es una adolescente de 13 años que estudia en la Institución Educativa Alfonso López Pumarejo en Uribia capital indígena de Colombia, cursa grado

octavo, hace parte del programa “Ella es Astronauta” de la Fundación “She Is”, también de iniciativas sociales que trabajan por los derechos de las niñas, los niños y adolescentes, lo cual, nos indica las capacidades creativas y la sensibilidad que tiene ella del mundo, de los problemas y la esperanza que guarda de una transformación para su territorio. Ella es fuerza como los soles de su amada Uribia, es resiliencia, alegría, esperanza y amabilidad, es en conclusión un ejemplo claro de guajiridad, tiene la esencia de la gente de esa bella tierra, una de no rendirse y creer que de situaciones adversas pueden resultar grandes procesos.



SPACE CENTER UNIVERSITY

MISIÓN - 2



SPACE CENTER
UNIVERSITY



El liderazgo adolescente es esperanza para La Guajira

Tiene un discurso elocuente y contundente que deja en evidencia su liderazgo femenino y la fuerza que tienen las nuevas generaciones para dejar sus huellas desde diferentes escenarios, cuando se dialoga con ella se percibe a una persona feliz, libre, segura y que goza del apoyo de su familia, su escuela y entorno, de manera especial, de su madre Martha Karina Bravo Oliveros quien está con ella en todo, dando el apoyo necesario para que Jai-rem sienta que lo puede todo y que el mundo espera por ella y sus grandes aportes.

Ella es astronauta y todo lo que se proponga

El programa Ella es Astronauta, nos ha permitido conocer historias inspiradoras de niñas y adolescentes de diferentes departamentos de Colombia que accionan sus liderazgos y creatividad, que experimentan aprendizajes valiosos en la formación de sus proyectos de vida, convirtiéndose es un

El liderazgo adolescente es esperanza para La Guajira

escenario de empoderamiento, desde el cual, enfrentan los desafíos particulares de sus territorios.

Es un orgullo que de ese inspirador programa haga parte una representante de La Guajira y que esto signifique un universo de esperanzas para

muchas más, porque su experiencia les hace sentir que vale la pena soñar y trabajar con el acompañamiento de sus familias, profesores y comunidad en general, para hacer realidad dichos sueños.





Las violencias contra las niñas un monstruo por erradica

Cierro estas letras, reflexionando respecto a que si bien las violencias contra las niñas no son un problema lineal de fácil solución, al que se le puedan establecer diagnósticos precisos sino más bien una situación compleja con infinitos contextos particulares, sí es importante reconocer que uno de los puntos de partida para erradicar dichas violencias es dejar de normalizar las violencias sexuales contra ellas, infantilizándolas y convirtiéndolas en un objeto receptor de todo sin derecho a pensar y decidir, las niñas sienten y piensan, ellas no son cosas sino seres

humanos; basta de considerar que se puede decidir sobre sus cuerpos y sus vidas bajo la premisa (a veces un tanto perversa) de los “usos y costumbres” como el hecho de obligarlas a casarse a sus 10 años con hombres de 50 o 60, desescolarizándolas para que asuman roles domésticos, truncando su derecho a la educación, la libertad y a ser felices con lo que quieran en sus vidas y no con lo que los adultos decidan para ellas.

Escuchar a Jairem, enciende esperanzas y motiva a seguir trabajando por una vida libre de violencias, en equidad e igualdad de derechos, desde perspectivas feministas, de género y enfoque diferencial, merecemos vivir



sin miedos, respetando las diferencias y haciendo honor a nuestra esencia – sentipensante – desde la cual, podemos tejer nuevas realidades no conflictivas, incluyentes y diversas. Gracias Jairem por inspirar, que sigan naciendo esos nuevos feminismos que tejan un



gran telar intergeneracional, el cual, deconstruya el patriarcado y le dé vía libre a la garantía de los derechos a las mujeres. **A**



Riohacha, un mar de oportunidades



POR: CLARA BARRAZA BERMÚDEZ

“*En el distrito de Riohacha tenemos el mar, pero no mandamos en el mar, mucho menos en el comercio.*”

Históricamente, el dominio del mar siempre ha sido un objetivo para las poblaciones y los gobiernos, pues, facilitaban el comercio mundial de mercancías. De hecho, el desarrollo de los fenicios, los griegos, los romanos, así como la expansión de sus civilizaciones se dio principalmente a través de rutas comerciales mar adentro.

Más adelante, el desarrollo de la navegación y la invención de la brújula, propició un acercamiento entre culturas hasta ese entonces incomunicadas, por ejemplo, entre Oriente y Occidente. En dichas rutas no sólo se transportaban productos, sino también personas, costumbres, conocimiento, saberes, experiencias; lo que hoy en día se conoce en las organizaciones como transferencia tecnológica.

En ese sentido, en el distrito de Riohacha tenemos el mar, pero no mandamos en el mar, mucho menos en el comercio; por ende, no disponemos de las riquezas del mundo y tampoco lo dominamos.

Por su ubicación estratégica, de cara al mar Caribe, el distrito de Riohacha posee grandes ventajas en materia de transporte con el resto del mundo. Por vía marítima le permite estar cerca de las costas de Panamá, del este de los Estados Unidos y de las Islas del Caribe. Si la llegada de viajeros se lograra conectar entre estos países, y si Riohacha fuera un punto en su ruta, seguramente el turismo y el comercio fueran más dinámicos en nuestra tierra, impulsando la navegación de recreo.

Por otro lado, gracias a la am-

plia superficie marítima con la que cuenta el distrito, los recursos que allí se albergan son incalculables. Por ejemplo, sólo la actividad acuícola y pesquera tienen un impacto social como símbolo de identidad cultural, que caracteriza a las regiones costeras. De hecho, la pesca y la piscicultura contribuyen enormemente a la seguridad alimentaria en una tierra con altas cifras de mortalidad por causas asociadas a la desnutrición. Así mismo, su desarrollo artesanal y también industrializado con enfoque plurisectorial, pluriétnico e incluyente, podría garantizar nuevas fuentes de empleo e incremento del nivel de vida de sus habitantes.

Al otro lado del mundo, en un punto geográfico denominado Cantabria en España, ya se está hablando de ‘energía mareomotriz’ que aprovecha la fuerza de las mareas y la ‘energía undimotriz’, la de las olas para la producción de energía eléctrica, constituyéndose como una alternativa a los combustibles fósiles. Implementar esos procesos en Riohacha se convertiría en una oportunidad enorme para una tierra donde algunas poblaciones no conocen la luz eléctrica.



Si nos vamos al campo de la ciencia y la tecnología, los recursos marinos son la base de las investigaciones en 'biotecnología', es decir, el uso de la biología, la química y la tecnología para el desarrollo de sustancias bioactivas y alimentos funcionales; para el diagnóstico celular y molecular; para el manejo de enfermedades asociadas a la acuicultura, toxicología y genómica ambiental; para el manejo ambiental de cultivos y para la gestión y control de calidad en laboratorios.

Prácticamente podríamos decir, que en el mar de nuestro distrito encontramos las especies con las cuales iniciarían este tipo de experimentos

que brindarían soluciones a dilemas de la agricultura, la farmacia, la ciencia de los alimentos, las ciencias forestales y la medicina, pero aquí no le damos valor a ello.

Hoy en día, la economía mundial de los océanos es relevante y se mide según la contribución de las industrias marítimas a la producción económica y al empleo, situación que ha sido muy bien aprovechada en otras regiones como Estados Unidos, Chile, España, Inglaterra, Australia, pero en Riohacha se nos olvidó hacerlo. Algunas cifras indican que para el 2030, las industrias marítimas superarán el crecimiento de la economía mundial

en conjunto, tanto en el rubro de valor agregado como en el de empleo, por tanto, hay un mar de oportunidades que merecen ser exploradas.

Si bien, muchos de estos aspectos son conocidos por científicos, investigadores, expertos en el área, incluso por los entes gubernamentales, hoy necesitamos más líderes que a través de políticas públicas, programas y proyectos ejecuten acciones orientadas al aprovechamiento de la riqueza marina, al reconocimiento de nuestras potencialidades, a valorar al majestuoso Mar Caribe que nos mira de frente, pero que nosotros decidimos darle la espalda. **A**



Gran preocupación en La Guajira por nueva reforma tributaria



POR: **LUIS GUILLERMO BAQUERO**

La reforma tributaria, que se encuentra en trámite y discusión en el Congreso de la República, es tal vez la más ambiciosa que el país haya conocido. En 20 años, se han aprobado e implementado doce reformas tributarias donde la mayor estimación de recaudo se dio en el año 2016 con 15,7 billones de pesos. El proyecto radicado por el ministro Ocampo busca recaudar 25 billones, que representan el 1,7% del PIB.

Estos recursos vendrían en un 32,5% de personas naturales; 28,1% con recursos del subsuelo; 20,4% de personas jurídicas; 10,2% de impuestos saludables y ambientales y otro 8%

de medidas como la eliminación de los días sin IVA, los impuestos a las importaciones de origen, zonas de frontera y zonas francas.

A nivel sectorial la minería, el transporte, el almacenamiento y la industria son los sectores que registran mayores niveles en la tarifa efectiva de tributación. Para el caso de la minería, los impuestos planteados representan una amenaza para la industria del carbón, para miles de puestos de trabajo y para la estabilidad de las finanzas del departamento y nuestros municipios.

Lo que hoy se está planteando es un impuesto a las exportaciones del 20%, es decir, se grava el ingreso y no la utilidad. Y, además, una sobretasa al impuesto sobre la renta del 5%.

En La Guajira, el sector de minas y canteras representa el 46,1% del PIB (2021). Pero esta reforma podría desencadenar impactos en términos de empleo, inversión social y encadenamientos productivos que genera el sector en el departamento.

Para el caso puntual de Cerrejón, en 2021 generó 11.000 empleos entre trabajadores y contratistas, de los cua-

les el 60% son guajiros. Miles de familias guajiras dependen directa o indirectamente de la empresa.

La inversión social para el 2021 superó los 20 mil millones de pesos, una cifra significativa teniendo en cuenta los desafíos sociales enormes que tiene el territorio. Frente a los encadenamientos productivos, el año pasado, desde Cerrejón se hicieron compras y contratos de servicios en La Guajira por más de 2,4 billones de pesos.

Por el lado de las finanzas públicas, La Guajira es un territorio altamente dependiente de las transferencias de la Nación, regalías y con una baja capacidad de recaudo tributario. En ese sentido, el sector minero de La Guajira generó en 2021, 1,38 billones de impuestos sobre la renta, pagó 383.000 millones en regalías y más de 39.000 millones de pesos en impuestos locales y regionales.

La Guajira es un territorio con una insuficiencia de bienes públicos, con unos retos enormes en reducción de pobreza y cierre de brechas, pero que se ha venido posicionando como un hub energético.



No obstante, con el proyecto de ley de la reforma, el sector minero energético pasaría a tener una tarifa efectiva de tributación de hasta el 90%, lo que desestimulará las inversiones en un sector llamado a aportar al desarrollo y a la competitividad del departamento de La Guajira.

Desde la Asociación Nacional de Empresarios - ANDI, se considera que esta propuesta de reforma, con esa proyección de ingresos de origen tributario, sin duda alguna, afectaría gravemente la inversión, el empleo y, en general, a las familias colombianas.

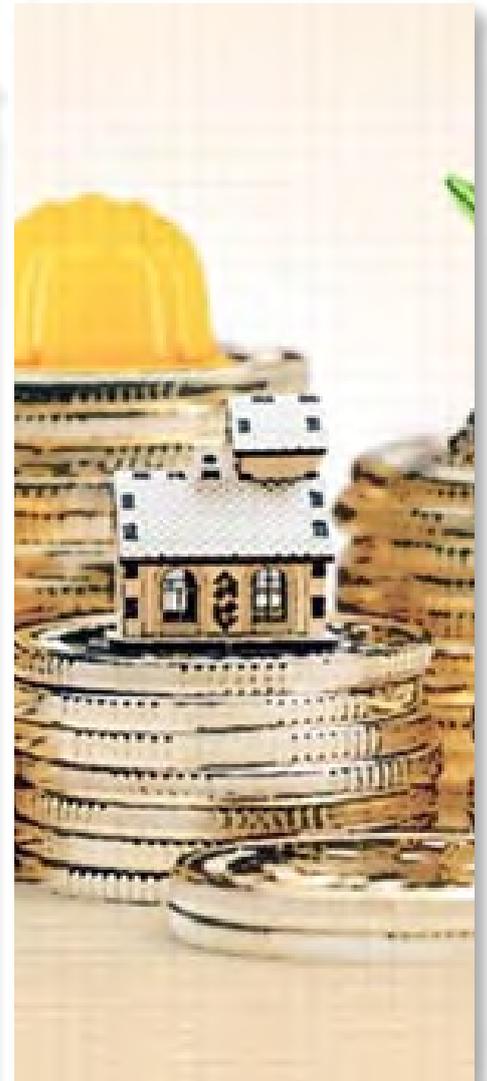
Es totalmente cierto que se deben hacer todos los esfuerzos para cumplir con la regla fiscal, disminuir el déficit y el desbalance en el fondo de estabilización de la gasolina. Es conveniente realizar una reflexión sobre otras maneras de poder afrontar esta situación, dejando como última alternativa los cambios en la estructura tributaria.

La mejor reforma tributaria se logra a través del crecimiento económico, la formalización y la lucha contra la evasión, que se debe complementar con austeridad en el gasto público y disposición de activos no es-

tratégicos o improductivos de la nación.

Es importante concentrarse en el debate democrático y constructivo en el que se tomen las mejores decisiones de acuerdo con los análisis técnicos ri-

guros en el que el futuro del país y de territorios con tantos desafíos sociales como La Guajira sea la mayor prioridad. **A**



¡Gracias

Universidad de Girona!

Memorias del Máster en Cultura Jurídica, Seguridad, Justicia y Derecho

En el 2017, en un grato encuentro con la doctora Idayris Yolima Carrillo, conversando como siempre sobre temas motivantes, llegó en su voz un mensaje que generó de inmediato un profundo interés al contarme de sus recientes retos académicos, y exclamar de forma contundente: ¡Tienes que hacer esta Maestría!. Compartió a continuación de manera muy detallada y generosa, su maravillosa experiencia como estudiante del Máster en Cultura Jurídica, Seguridad, Justicia y Derecho, la cual vivió con su hija Janina, los increíbles maestros que conoció, el disfrute del encanto natural y el aire ciudadano de Girona a la que bautizaría luego en un artículo como: *"El tesoro medieval de Cataluña"*, y la dicha de compartir aula con colegas de más de siete países del mundo. Esa invitación quedó en mi corazón, avivando el sueño que conservaba desde hacía años atrás, anhelando estudiar en Europa, en España, en Cataluña, sin saber que Dios y la vida me llevarían, como suele

sucedir, a cumplir inexorablemente esa anhelada y sublime experiencia.

En medio de un aire de esperanza férrea y convencida de lo que esta oportunidad significaría para mi vida, me aferré a la posibilidad de respirar un ambiente distinto después del profundo abatimiento emocional que supuso, sacar adelante sola un embarazo de alto riesgo con todo lo que luego significó entre la más profunda alegría el nacimiento de hijo y los meses posteriores entre trasnochos, cansancio físico, la felicidad de la lactancia, verlo crecer entre mis brazos y también una gran incertidumbre por lo que el futuro inmediato traería para mí, profesionalmente hablando. Con grandes sacrificios y posponiendo responsabilidades, me matriculé en la maestría a mediados del 2018 para iniciar los estudios en febrero del 2019 sin saber que meses después quedaría sin trabajo fijo pues al cumplir mi hijo seis meses de nacido no me cubriría el beneficio del retén social que como madre soltera me había



Por: **Maria Isabel Cabarcas Aguilar**

beneficiado. Convencida de la voluntad divina que me alejó de aquel ambiente tóxico de persecución laboral en el sector público, seguí adelante como docente, aceptando las oportunidades subsiguientes que me brindaron más espacios con estudiantes que hicieron un deleite, el ejercicio de la enseñanza. Desde que supe que estaba embarazada, mi bienestar y el de mi hijo han sido y serán siempre prioridad pues su crianza es lo más importante y bello que estoy haciendo en el presente y él me necesita feliz, tranquila y concentrada.

Grupo de estudiantes del Máster en Cultura Jurídica, Seguridad, Justicia y Derecho, fase I, 2019.





Ricardo Rabinovich, Co Director del Máster y Director de Cursos Intensivos Válidos para el Doctorado en Derecho de la Universidad de Buenos Aires.



Diálogos Jurídicos Gironinos, versión presencial en marzo de 2020 en la Universidad de Girona.

En medio de dudas vi llegar rápidamente la fecha del viaje hacia Girona. Apenas con 10 meses de edad, debía dejar a mi hijo y esa posibilidad me llenaba de dudas, atrapándome inevitablemente en un espacio de miedo que me impedía seguir adelante con todas las gestiones que debía cubrir previamente. Mi hijo quedó en Bogotá con su papá y mi mamá en Riohacha con una prima quien además de compañía fue su cuidadora mientras yo viajaba al otro lado del océano atlántico. Aquella fría noche capitalina, sentada en la sala de espera entre lágrimas de tristeza, respondí un correo de bienvenida que nos envió el maestro Ricardo, en la que escribí lo siguiente: *“Respetados Maestros y Compañeros, pues así los siento desde ahora. Apenas he iniciado la lectura de sus correos, y lo hago desde la sala de espera del Aeropuerto Internacional El Dorado, a donde llegué esta tarde proveniente de mi querida Riohacha, la capital del departamento de La Guajira, al norte de Colombia. Una tierra hermosa, cálida, exótica la cuál amo, donde*

nací, me crie y trabajo y donde tengo mi familia. Les escribo con el corazón arrugado porque le he dicho hasta pronto al mayor tesoro de mi vida: Manuel Antonio de Jesús Guerra Cabarcas, mi hijo de 10 meses y medio, de quien me ha costado un universo separarme y por quien llegué a dudar de si podría dar este paso hacia ustedes, hacia España, hacia Girona, hacia la Universidad y hacia el conocimiento. Me siento emocionada de poder conocerlos y de emprender juntos este camino académico lleno de tantas expresiones de amabilidad y de una expectativa inmensa por parte mía y por parte de todos, por aprender y desaprender sobre el complejo mundo jurídico que cada vez nos exige más, ser profesionales integrales, no solo desde el mundo de las leyes, si no, interactuando en el campo de las interesantes y variadas ciencias sociales.”... Esto sucedió un 11 de febrero de 2019.

Hace pocos días llegó el archivo digital del título del Máster en Cultura Jurídica, Seguridad, Justicia y Derecho de la Universidad de Girona. Lo recibí

en el correo justo frente a mis estudiantes del Programa de Derecho de la Universidad de La Guajira y fueron incontenibles las lágrimas al observar ese preciado tesoro que es mucho más que un documento. Ellos aplaudieron generosamente sumándose espontáneamente a la emoción del instante, convirtiéndose en un momento muy especial.

Este diploma simboliza alcanzar un sueño y lograr el anhelo de continuar el proceso de formación profesional, motivada siempre por el reiterativo mensaje de mis padres desde que era niña, y los incansables deseos de ser siempre, un ejemplo a seguir para mi hijo. Servir a mi tierra de forma honorable, y ejercer la docencia con responsabilidad, me ha llevado también por estos caminos de formación y academia constante. Fue un largo viaje de dos años y medio de clases, lecturas, dos viajes a España, exámenes, conferencias, investigación, maestros de cinco nacionalidades y compañeros de ocho países, entre los años 2019 y 2021 incluyendo la trágica pandemia.





Escribí durante seis meses una Tesina de Fin de Maestría -TFM- titulada: *“Sistema Normativo Consuetudinario - Sukua’ ipa Wayuu - y la figura del Pütchipü’ üi, una mirada juridicocultural a las prácticas ancestrales de resolución de conflictos del pueblo wayuu de La Guajira”* que luego sustentaría en un video, sentada en un atardecer, bajo un árbol de trupillo mientras mi amigo querido Alcides Escobar Pimienta, Comunicador Social wayuu, captaba con su cámara cada detalle de ese indescriptible momento de cierre.

Solo puedo decir gracias a Dios porque con Él todo es posible. Gracias por el amor y el ejemplo de mis padres, hasta el cielo les envió mi amor y la dedicatoria de mi TFM, gracias a ustedes yo soy. Gracias a mi hijo por inspirarme con su ternura infinita a esforzarme y a ser valiente cada día de nuestras vidas. Gracias a mis maestros en Girona por su sabiduría, especialmente al Maestro Ricardo Rabinovich - Berchman, Co Director de la Maestría y Director de los Cursos Intensivos Válidos para el Doctorado en Derecho de la Universidad de Buenos Aires, pues iniciaré allí un nuevo capítulo académico. La respuesta del maestro Ricardo a aquel mensaje de presentación y el cual tocó mi corazón fue: Es duro separarse de los hijos para estas epopeyas académicas, pero Manuel va a tener una mamá cada día más feliz de sí misma, de sus logros y de su realización personal, y eso es invaluable. Usted tenía razón maestro pues así ha sucedido

Gracias a mi querida Universidad

de Girona, a los maestros José María Pérez Collados, Manuel Vial Dumas, y a todo el equipo de la Cátedra de Cultura Jurídica y de la Fundación Universidad de Girona, donde me sentí libre, motivada y feliz, al lado de mis compañeros, hoy grandes amigos de Brasil, Puerto Rico, Ecuador, Perú, Chile, Argentina, España y Colombia. Gracias a mi estimada amiga y Directora de TFM, Dra. Idayris Yolima Carrillo Pérez por ser ejemplo, luz y guía en el camino hacia este logro de principio a fin. Gracias a mi comadre Sarah Aguilar por el sabio consejo que me llevó a asumir aquel febrero de 2019, este reto que hoy es un sueño cumplido. Gracias vida! **A**



Con la Dra. Idayris Yolima Carrillo, Procuradora Delegada ante el Consejo de Estado, Directora de TFM, y egresada del Máster, en marzo de 2019.



Con el profesor Diego Papayannis.

Durante el recorrido a pie por la ciudad de Girona, en las escaleras de la Catedral de esta hermosa ciudad medieval.





“Uniguajira está a un paso de alcanzar la **Acreditación en Alta Calidad**”, auditor de Icontec

Una auditoría externa por parte del Instituto Colombiano de Normas Técnicas y Certificación (Icontec) tuvo lugar en la Universidad de La Guajira para verificar el cumplimiento de la Norma ISO 9001:2015 en el quehacer universitario, específicamente en el Sistema de Gestión de Calidad institucional. La jornada se realizó del 12 al 16 de septiembre de la presente anualidad y estuvo orientada por el especialista en Gerencia de la Calidad Luis Eduardo Santiago Jiménez.

Los procesos evaluados durante la jornada fueron Comunicación y Planeación institucional; Aseguramiento de la Calidad, BienVestar Social Universitario, Talento Humano, las facultades de Ciencias de la Educación y Ciencias Sociales y Humanas; Gestión de Proyección Social, de Internacionalización, de Admisiones, Registro y Control Académico, Documental, de Laboratorios, de Contratación, de Regionalización y el Sistema Integrado de Gestión.

“Luego de leer el respectivo documento, conocer y hacerle seguimiento a la gestión de la institución, pienso que está próxima a que sea Acreditada en Alta Calidad, falta un peldaño para alcanzar el objetivo en este proceso que ha sido constructivo. La universidad ha avanzado bastante y el punto actual en el que se encuentra es muy

bueno”, puntualizó Santiago Jiménez.

Asimismo, destacó el proceso de gestión social, el mejoramiento de la focalización de los riesgos y el aspecto de la deserción y el acompañamiento a los estudiantes, donde resaltó que el porcentaje institucional se encuentra por debajo del promedio nacional, un punto determinante al tener en cuenta la realidad socioeconómica del departamento.

El evaluador también se refirió a la calidad y el compromiso de parte de la institución. “Resalto la transparencia en la entrega de información, la integralidad, la cobertura y las estrategias planteadas frente a los retos que se presentan en la universidad”, afirmó.

Del mismo modo, hizo hincapié en el desarrollo e impulso de nuevas ideas de negocios, manifestados a través del apoyo a los jóvenes emprendedores, donde indicó que al potenciar los proyectos de los estudiantes se le aportará a la región e impulsará a aquellos que están al servicio de La Guajira.

Igualmente, un aspecto que se definió como un elemento fuerte de la Alma Mater

y diferenciador dentro de la Región Caribe, fue la ampliación de los laboratorios y la tecnología para las investigaciones científicas, que además de soportar el aprendizaje de los alumnos, el auditor encargado propuso el aprovechamiento de los recursos con los que cuenta la institución con el propósito de vender servicios en la industria de la región.

Finalmente, se reconoció el progreso que ha tenido la Universidad de La Guajira, puesto que desde el inicio del proceso de certificación con Icontec, la institución pasó de no tener ningún programa acreditado en alta calidad a contar en la actualidad con siete y tres que al día de hoy se encuentran a la espera de los resultados.

Mediante estos análisis, la institución puede demostrar sus procesos de calidad y permitir que se determine si cumple o no con los requisitos legales, reglamentarios y contractuales aplicables. Así como, identificar áreas de mejora potenciales y ratificar si la organización cuenta con expectativas razonables en relación al cumplimiento de los objetivos planteados. **A**





Joven dibullero fue llamado a la Selección Nacional de Fútbol Playa

Este llamado a Eduardo Morales enorgullece a La Guajira, en especial a Dibulla, por lo cual, la administración municipal que lidera Marlon Amaya Mejía, felicita al futbolista, deseándole los mayores éxitos en esta nueva e importante experiencia deportiva. Actualmente Eduardo es miembro de la Selección Guajira de Fútbol Playa, donde ocupa la posición de alero. Este equipo entrena de lunes a sábado en el sector turístico de Riohacha, frente al Malecón, por este motivo, Eduardo debe trasladarse a diario desde La Punta de los Remedios hacia la capital guajira. Esta convocatoria es dirigida a catorce jugadores de diferentes partes del país, donde el jugador dibullero es el único guajiro llamado por la FCF luego de que un grupo de veedores que llegaron desde Bo-

La Federación Colombiana de Fútbol, mediante resolución 4405 de 2022, convocó a Eduardo Daniel Moreno Redondo, nacido y residente en el corregimiento de La Punta de los Remedios, jurisdicción de Dibulla, a hacer parte de la Selección Colombia de Fútbol Playa.

gotá, le hicieran seguimiento a su buen desempeño en la cancha, en un torneo a nivel nacional llevado a cabo recientemente en Coveñas, departamento de Sucre, donde marcó cuatro goles, uno de estos de 'Chilena', y sus entrenadores, Freddy Barliza y Dilver García Gómez todo el tiempo le brindaron su respaldo ante los veedores. El futbolista

playa, tiene 20 años, siendo el mayor de cuatro hermanos, en el hogar conformado por Guillermo Morales Gualé y Nellys Margarita Redondo Castrillo, cursó sus estudios en la Institución Educativa Miguel Pinedo Barros en su tierra natal, donde hizo sus primeras jugadas en la extensa playa de dicha población.





Además de dedicarse al deporte, Eduardo trabaja en su pueblo como peluquero, oficio en que tiene buen desempeño, pero él sueña con llegar muy lejos en el fútbol para honrar a su departamento y a su país.

La convocatoria de la Federación Colombiana de Fútbol se hará efectiva este lunes 26 de septiembre, cuando los jugadores y cuerpo técnico deberán presentarse en la ciudad de Barranquilla bajo las instrucciones del profesor Santiago Alzate Restrepo, iniciarán el ciclo de preparación con miras a la participación a diferentes competencias internacionales. **A**



Eduardo Morales, deportista convocado a la selección nacional de Fútbol Playa



WILSON TONCEL OSPINO y KEVIN ATENCIO JIMENEZ

LA CONSTRUCCIÓN DE UN SUEÑO HECHO REALIDAD

POR: YONAIRO GÓMEZ

La construcción en el departamento de la Guajira no ha dejado de ser una fuente de empleo para profesionales, técnicos y la mano de obra calificada y no calificada, debido a que cada día las personas buscan generar confort en el entorno del desarrollo de sus actividades, logrando dar un toque visual único y al mismo tiempo un ambiente agradable a sus espacios.

WEK CONSTRUCTORES surge en la mente de dos personas visionarias con muchas ganas de salir adelante, esto, sin contar con un recurso base que los llevara a invertir en equipos para el desarrollo de sus operaciones. Los ingenieros civiles fonsequeros WILSON TONCEL OSPINO y KEVIN ATENCIO JIMENEZ, comenzaron con su empresa en un patio fresco, bajo

Comenzaron con su empresa en un patio fresco, bajo un palo de mamón.

un palo de mamón, en una de sus residencias, con equipos prestados, lo que fue un gran apoyo para comenzar a montar propuestas para entidades que les abrieron sus puertas, dándoles oportunidades que los llevaron a dar sus pininos en el campo de la construcción.

La Institución Educativa Cristo Rey fue la primera en creer en sus capacidades, la segunda, fue la entidad de salud preferida por los guajiros y los cesarenses Colsanitas de la que hoy día son proveedores y mantienen relaciones comerciales, asimismo, instituciones educativas como el Juan Jacobo Aragon, Vicente Roig y

Villalba, a las cuales les han realizado varias adecuaciones de obras civiles.

Posteriormente las organizaciones como WORDL VISION INTERNACIONAL y UNICEF, con las cuales en todo el departamento de La Guajira realizaron adecuaciones a muchas instituciones educativas, mejorándoles las condiciones precarias en las que se encontraban las mismas.

También prestaron servicios técnicos de residencia de obra al proyecto Dama Verde en el Corregimiento de Conejo para la mujeres excombatientes, un proyecto para procesar plantas aromáticas.

WEK

CONSTRUCTORES

CERTIFICACIÓN SISTEMA ELÉCTRICO
(Según normas RETIE)
Acometidas en Tuberías IMC (exteriores) & EMT (interiores)



Por otra parte, contratistas como EQUIRENT, SYNLAB, CERTA, VIGILANCIA GUAJIRA dieron un visto bueno para adquirir servicios con esta MYPIME, y

por ultimo, varios particulares han requerido de su empresa con la finalidad de encontrar una entidad amiga que les realice trabajos de obras civiles, montajes y mantenimiento de aires acondicionados con la finalidad de tener garantías de los servicios que no encuentran en la informalidad.

Hoy día, después del 28 de marzo del 2019, ya con tres años de constituida la empresa WEK CONSTRUCTORES, cuenta con un equipo de profesionales capacitados y con el apoyo de varias entidades colaboradoras que impulsan el crecimiento de estos dos fondequeros que siguen creyendo, creando e innovando, además estudiando varias propuestas que muy pronto saldrán al mercado para brindar servicios con

calidad, responsabilidad y eficacia. Decirles no solo a los fondequeros, sino también a los guajiros que tienen una empresa amiga, que llega hasta sus hogares para desarrollar actividades con garantías que generan ahorro.

La meta de estos dos empresarios fondequeros es convertir a WEK CONSTRUCTORES en una empresa donde los Guajiros tengan la confianza de poder hacer sus proyectos realidad.

SERVICIOS

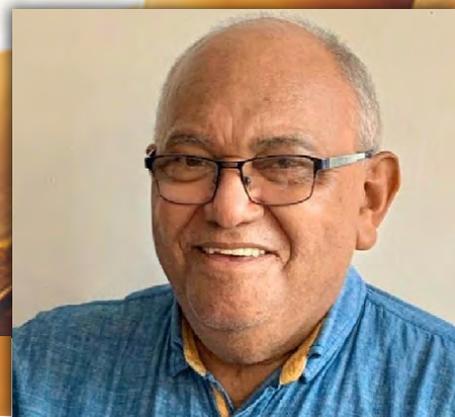
Diseños de ingeniería, Diseños arquitectónicos, Construcción, Levantamientos topográficos, Mantenimiento y reparaciones (obras civiles, de aires acondicionados, estructuras metálicas), estudios de suelos, suministros de materiales. **A**

KEISON
"CON UN TÉCNICO EN CASA TODO ES POSIBLE"

WEK CONSTRUCTORES

DIOS RESPONDE Y SANA

Rvdo. **Robinson Mejía**
Pastor CBI Riohacha



Les dijo: «Si ustedes escuchan atentamente la voz del Señor su Dios y hacen lo que es correcto ante sus ojos, obedeciendo sus mandatos y cumpliendo todos sus decretos, entonces no les enviaré ninguna de las enfermedades que envié a los egipcios; porque yo soy el Señor, quien los sana».
Éxodo 15:26 NTV.

Una experiencia milagrosa no cambia la naturaleza pecaminosa del hombre. El pueblo de Israel había sido testigo del poder de Dios, cruzando el mar por tierra seca y viendo al ejército egipcio hundirse en las aguas. Pero al caminar tres días por el desierto sin hallar agua, perdieron la fe. Las aguas de Mara eran amargas y comenzaron a murmurar contra Moisés.

Los cánticos de alabanza desaparecieron de sus labios, para expresar incredulidad, ira y rebeldía. La naturaleza pecaminosa del hombre no cambia con facilidad. Podemos ser llenos del Espíritu Santo y de Su gracia con emoción, pero al enfrentar alguna dificultad, retrocedemos a la incredulidad y desobediencia. El pueblo de Israel se quejaba enojado pidiendo agua, en lugar de buscar a Dios con fe.

Para ser pueblo de Dios con integridad necesitamos limpiarnos de toda maldad.

La Palabra de Dios constituye la única y verdadera solución. Dios oyó el clamor de Moisés y le mostró un árbol, cuyas ramas echó a las aguas y éstas se endulzaron. En lugar de castigar a Israel por su incredulidad, Dios le enseñó que nunca perecerían en el desierto por falta de agua.

Egipto sufrió toda clase de enfermedades, pero Dios promete sanidad y larga vida a Israel, si cumple Sus mandamientos. Si Israel perece, no será por falta de agua, sino por no oír la Palabra de Dios. Los cristianos no morimos por las dificultades y aflicciones de la vida. Si ponemos en práctica la Palabra de Dios, Él nos muestra el camino de vida. Las dificultades no son más que una bendición disfrazada. Luego de la prueba

de las aguas amargas de Mara, Dios tenía preparada la bendición del oasis de Elim con abundantes fuentes de agua.

El Señor se llama a sí mismo Yahweh-Rapha, que significa Jehová el que sana. En esta ocasión Su nombre mismo declara que es parte de Su naturaleza ser sanador de aquellos que obedecen Su Palabra, para recobrar la salud y para sostenerlos en salud.

Aunque el pecado y la desobediencia no siempre son la causa directa de las enfermedades, la caída en el pecado es la causa subyacente y original de toda enfermedad. Aquellos que desean sanidad se beneficiarán si buscan a Cristo Jesús, quien cargó con nuestros pecados, mientras persiguen una renovada consagración. Dios les bendiga y guarde. **A**



Home Palace

CORTINAS
ONDA PERFECTA

LO MEJOR EN ESTILO PARA
TUS VENTANAS



Cra. 7#10-40
Riohacha, La Guajira



3008341077



homepalace2020@gmail.com



@homepalace2020

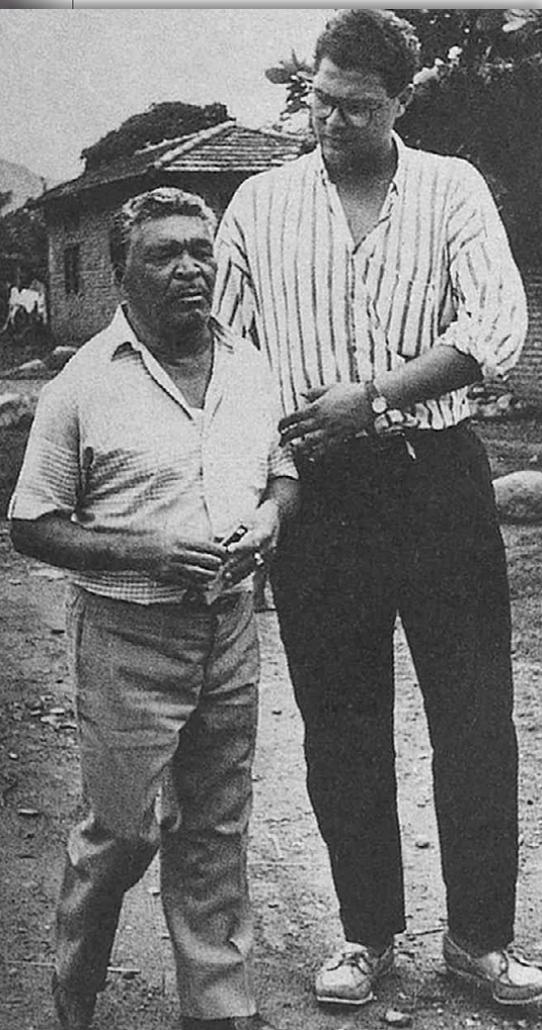


Home Palace

LEANDRO

el “ciego de oro”

en el corazón de los colombianos



Con la exitosa telenovela Leandro Díaz, que se transmite todos las noches por el canal RCN, en la magistral interpretación del artista urumitero, Silvestre Dangond, se metió de lleno en el corazón de los colombianos, así como a Silvestre Dangond le tocó el alma, así ha sido a los millones de colombianos. Leandro fue mi amigo y siempre me contaba que en sus inicios fue primero adivino y es así como a la finca Alto Pino acudían personas para que el muchacho ciego, al tocarle las manos, les expresaba lo que eran, hasta que un día, al llegar una persona y tocarle las manos, le dijo que no fuera a un paseo porque todos morirían en un accidente vehicular, a la cual, la persona no le creyó y ocurrió lo inevitable, ante lo cual, la hermana mayor le propinó una paliza y desde ese día no volvió a leerle las manos a las personas.

El folclor vallenato todavía siente con nostalgia la muerte de uno de los grandes compositores de este campo, Leandro Díaz Duarte, ocurrida al filo de la media noche del sábado 22 de junio del año 2013, en la clínica



POR: **HERNÁN BAQUERO BRACHO**

del Cesar, en la ciudad de Valledupar. Contaba con ochenta y cinco años de edad, había



nacido una mañana cualquiera de carnaval, un 20 de febrero de 1928 en la finca familiar Alto Pino, en aquellas calendas, municipio de Barrancas y hoy municipio de Hatonuevo. Autor de más de cien canciones, con las cuales inmortalizó al Vallenato, donde “La Diosa Coronada” sirvió como epígrafe en la obra del laureado nobel, Gabriel García Márquez, “El Amor en los Tiempos del Cólera”, canción esta con la cual identificaban los cachacos como Daniel Samper Pizano, a este viejo gallardo, ciego de nacimiento, pero Dios le entregó los ojos del alma, por ello, la composición “Dios no me deja” fue como una profecía de lo que sería su vida en ochenta y cinco años de una vida llena de afugias y de temple, tal como lo expresara su hijo, Ivo Díaz, quien con lágrimas en los ojos le decía al mundo que su papá fue un valiente ante la vida que le tocó llevar.

“El Homero latinoamericano”, fue un verdadero milagro en el transcurrir de su vida. Sus canciones fueron la expresión clara de su profunda inspiración y la realización precisa e incontrovertible de lo que describía, sin nunca haberlo visto, pero que captó con su extraordinaria inteligencia, ayudada, como él mismo lo expresara, con los ojos del alma, con los que aseguraba comunicarse con el mundo exterior. Le cantó a la naturaleza, a las mujeres, que fueron en la mayor parte, fuente de su inspiración, como por ejemplo “Matilde Lina”, inmortalizada por tantos artistas, entre los cuales sobresale Carlos Vives, quien sentía un profundo



afecto por este ciego gallardo y la última vez fue en una noche memorable del mes de septiembre del año 2012 en el municipio de Villanueva, en la plaza principal, cuando en una gesta donde Carlos Vives, con su compadre Egidio, llenaron de emoción al pueblo villanuevero, que la exalcaldesa Claudia Gómez Ovalle hizo el esfuerzo para que por primera vez cantara en la tarima Escolástico Romero, cuando el artista samario llamó al “Ciego de Oro” a la tarima a cantar a dúo con él, miles de personas coreaban: “Leandro, Leandro, Leandro”; momentos para no olvidar

y que quedaron en la retina de miles de villanueveros, vallenatos y guajiros.

Pasó sus primeros años en la finca de familia Alto Pino, donde nació y dio muestra de su inteligencia al predecir el futuro, con tanto acierto, que mucha gente caminaba distancias, solo para consultar al pequeño adivino, que con el tiempo vio transmutar esa cualidad por la poesía y el canto. Los primeros años de su vida, aquellos que no recordaba y los que recordaba con precisión, fueron los más difíciles. Era un objeto inútil que no lograba despertar algo



distinto a la compasión. Los primeros pasos los dio en medio de tropezones, golpes imprevistos, caídas de aprendizaje y la sensación de estar siempre en el lugar menos indicado. Más tarde, siguieron más tropezones: en el campo, cuando aprendió a buscar por sí solo el camino de sus canciones. En los pueblos, donde descargaba la razón de su garganta, que era la misma que la de su vista. En las mujeres, que conoció tarde para la edad, pero joven para el amor. En cada verso que afloraba de su maravillosa testarudez. Es decir, antes de levantarse del piso, ya estaba agarrado del cielo.

Su maravillosa memoria, su elevada inspiración poética y musical, sus altas cualidades humanas, no demoraron en hacerlo el hombre más popular de la región y ese ritmo no declinó un instante, hasta el día de su muerte. Leandro fue un muchacho al que la tristeza solo le quedó en las arrugas de la cara, porque las del alma ya se habían ido. Leandro Díaz, el maestro de maestros de la música Vallenata, fue dueño de más de cien canciones que sobrecogen el misterio de un mundo que se parece a muchos. Un mundo de dos papeles, que le tocó vivir la mayor parte de su vida, y que cuando los afugios se marcharon, los veía con mayor claridad. Esas canciones marcaron la ruta de los años que iban pasando. Era el Leandro al que no lo consolaba nadie. El que creía poco en los amigos de los tiempos buenos, y machacaba hasta el cansancio una temática recurrente que reclamaba, incluso, los plagios de sus cantos. Por ello, por ejemplo, en la canción “El Negativo”, Leandro expresaba su inconformismo: “todos quieren gozar así, parrandeando con mis canciones, las ofertas van por montones todos me ofrecen pa’ no cumplir. No sé porque me pagan mal si con todos



mis amigos me porto bien”, ese era el Leandro resabiado que se molestaba con los amigos que le ofrecían de todo y no le cumplían con nada.

Sin embargo, al lado de sus resabios comprensibles, iban apretujados los otros afanes: el amor a la naturaleza a la mujer y a su tierra. Ya las mujeres eran cosa de su trájín, se dio el lujo de comparar su cambio con los de las traslaciones de la luna, y

como para que sus luces no quedaran desperdigadas, las narraba con un verbo fino y sencillo, dulce y cortante, adornado con figuras adelantadas y con palabras y modismos raizales que encajaban perfectamente en lo que quería expresar. Este es el perfil de lo que era Leandro Díaz Duarte, el Ciego de Oro, la mayor expresión poética que Dios le dio a todos los amantes del folclor Vallenato. **A**



“ADIÓS”

Primer sencillo musical de

Luis Mario Torres



Por: **Álvaro Fernández Fernández**

El ganador de la Voz Kids en 2015 se lanza como solista y compositor de música vallenata



Andrés Cepeda y Luis Mario Torres.

Al ritmo del vallenato y con un tema contagioso y fresco, Luisma Torres, presenta su propuesta musical con una canción que refleja cómo una persona te puede cambiar la forma de experimentar el amor y hacerte olvidar todo lo malo. Adiós es el nuevo sencillo que Luisma trae para este 2022. Una canción compuesta por el artista, en compañía de su hermano Luis Sergio Torres.

“Quiero que esta canción se la dediquen a aquellas personas con quienes no se sienten valorados y que merecen un Adiós”: expresa Luisma sobre su primer hijo musical, el cual viene con videoclip incluido, grabado en diferentes locaciones del distrito de Riohacha.

La producción musical estuvo a cargo de Beto Urieles y el videoclip fue dirigido y producido por Walter Consuegra de Imagine Studios. La canción con su video oficial ya está disponible en todas las plataformas digitales, Deezer, Spotify, Amazon, Apple Music y YouTube.



El nuevo sencillo de #LUISMA, una canción ideal para dedicar a esa persona que necesitas decirle “Adiós”.

“Este es un trabajo hecho con todo el amor del mundo y que refleja la preparación que hemos venido teniendo a lo largo de los años. Quisimos hacer un producto joven, fresco y de mucha calidad, por eso las escenas del videoclip expresan y muestran lo que quiero decir con la letra de la canción, que además compuse con mucho sentimiento dentro de mi estudio”, manifestó el artista.

‘Adiós’ ya cuenta con más de 15 mil reproducciones en YouTube y Miles de descarga en las plataformas digitales.

Sobre LuisMa

Luis Mario Torres Escobar, artista guajiro más conocido como Luisma, es un músico versátil. Cantante, acordeonero, guitarrista y compositor. Sus inicios fueron en la escuela de música de sus padres Sonata Music. Fue ganador de la segunda temporada de La Voz Kids, lo que le ha permitido muchas visitas al exterior y a todo Colombia con su banda.

Para ese entonces, el pequeño guajiro tenía 11 años, y se destacó por sus interpretaciones vallenatas a

lo largo del programa, dejando en alto el folclor de nuestro país. Su habilidad y destreza para tocar el acordeón hicieron que este joven, que ya casi llega a sus 19 años, fuera el favorito del diamante de La Voz Kids en ese año. Andrés Cepeda ha sido su gran ídolo y de quien ha aprendido mucho en su carrera como cantante.

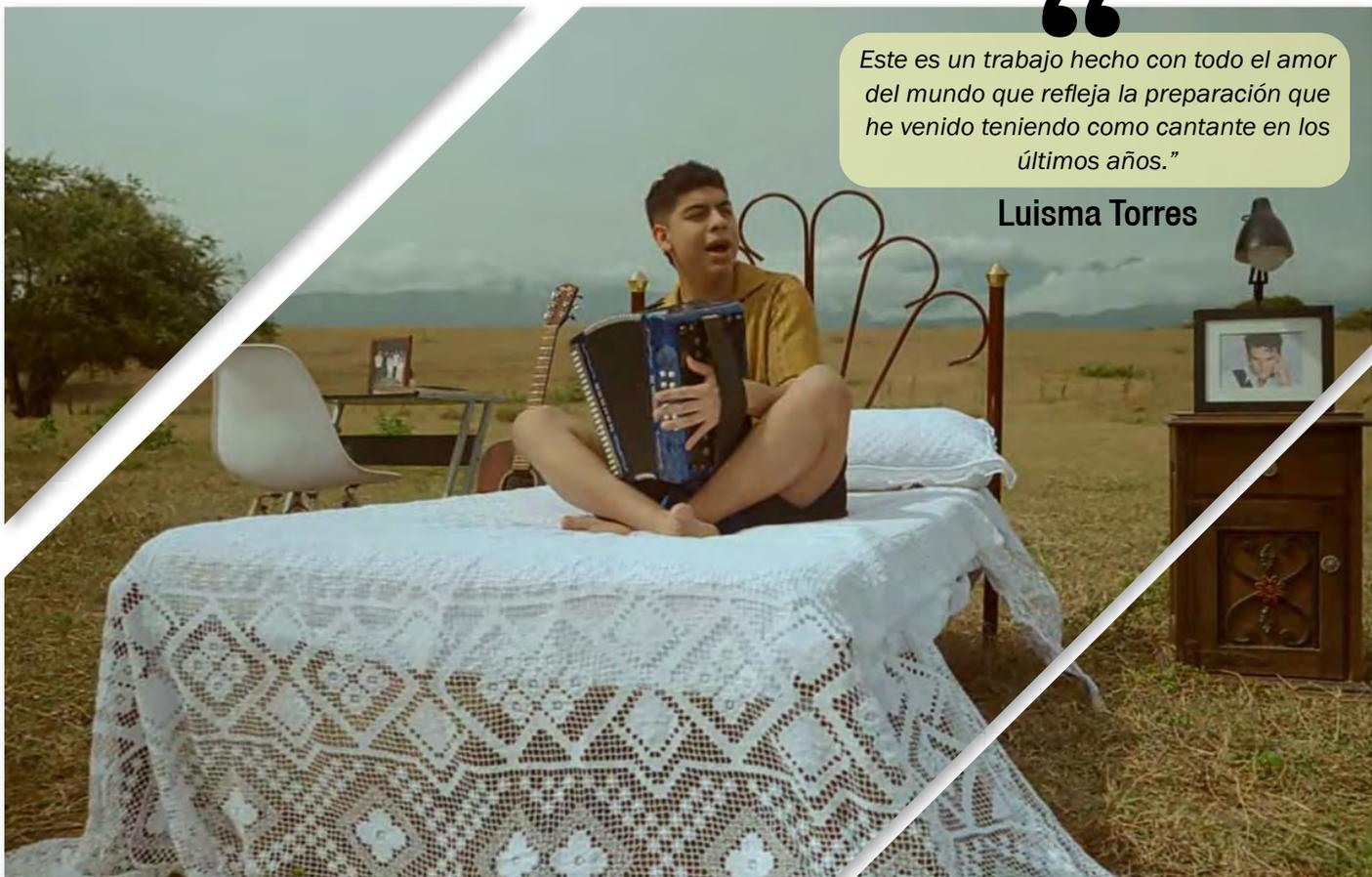
En su perfil de Instagram cuenta con 84 mil seguidores, y allí se observa que ya está mucho más maduro, aunque aun sigue conservando su cara angelical. También continúa trabajando día a día en su proyecto musical y tocando con varios grupos y cantantes vallenatos en diversos festivales. Al igual que su físico, su voz también ha cambiado mucho, pues ya se escucha como todo un adulto.

Desde su paso por el programa ya han pasado siete años, y muchos se preguntan qué ha pasado con este talentoso joven. El Guajiro sigue tocando en diferentes escenarios a nivel nacional e internacional y participando en diferentes festivales de música vallenata, el género con el que se le ve más cómodo. **A**



Este es un trabajo hecho con todo el amor del mundo que refleja la preparación que he venido teniendo como cantante en los últimos años.”

Luisma Torres



8 datos

que todo cristiano
debe saber sobre
Halloween

A pocos días de la noche de Halloween, que se celebra internacionalmente cada 31 de octubre, te presentamos ocho datos que todo cristiano debe saber sobre esta fiesta pagana.

“¿Cómo hace el demonio para alejarnos del camino de Jesús? La tentación comienza levemente, pero crece: siempre crece. Segundo, crece y contagia a otro, se transmite a otro, trata de ser comunitaria. Y, al final, para tranquilizar el alma, se justifica. Crece, contagia y se justifica”, advirtió el Papa Francisco en abril del 2014.

A continuación los ocho datos:

1. El origen del nombre

La Solemnidad de Todos los Santos es el 1 de noviembre y en la Iglesia se empieza a celebrar desde la noche anterior.

Por ello la noche del 31 de octubre, en el inglés antiguo, era llamada “All hallow’s eve” (víspera de todos los santos). Más adelante esta palabra se abrevió a “Halloween”.

2. Las raíces celtas de la celebración

Ya en el siglo VI A.C., los celtas del norte de Europa celebraban el fin de año con la fiesta de “Samhein” (o La Samon), festividad del sol que se iniciaba la noche del 31 de octubre y que marcaba el fin del verano y de las co-

sechas.

Ellos creían que aquella noche el dios de la muerte permitía a los difuntos retornar a la tierra, fomentando un ambiente de terror.

Según la religión celta, las almas de algunos difuntos se encontraban dentro de animales feroces y podían ser liberadas con sacrificios de toda índole a los dioses, incluyendo sacrificios humanos.

Una forma de evitar la maldad de los espíritus malignos, fantasmas y otros monstruos era disfrazándose para tratar de asemejarse a ellos y así pasar desapercibido ante sus miradas.



3. La mezcla con el cristianismo

Cuando los pueblos celtas fueron evangelizados, no todos renunciaron a sus costumbres paganas.

Además, la coincidencia cronológica de la fiesta pagana del “Samhein” con la celebración de Todos los Santos y la de los Fieles Difuntos, al día siguiente (2 de noviembre), hizo que las creencias cristianas se mezclaran con las antiguas supersticiones de la muerte.

Con la llegada de algunos irlandeses a Estados Unidos, se introdujo el Halloween, que llegó a ser parte del folklore popular del país norteamericano.

Luego, incluyéndose los aportes culturales de otros migrantes, se introdujo la creencia de las brujas, fantasmas, duendes, drácula y diversos monstruos. Más adelante esta celebración pagana se propagó a todo el mundo.

4. Es una fiesta importante dentro del satanismo

Según el testimonio de algunas personas que practicaron el satanismo y luego se convirtieron al cristianismo, Halloween es la más importante fiesta para los cultos demoníacos porque se inicia el nuevo año satánico y es como una especie de “cumpleaños del diablo”.

Es en esta fecha que los grupos satánicos sacrifican a jóvenes y especialmente a niños porque son los preferidos de Dios, y en la que también se perpetran profanaciones de la Eucaristía en las iglesias católicas.

5. El origen de la pregunta “¿Truco o Trato?”

En Halloween los niños y no tan niños se suelen disfrazar de seres horribles y temerarios y van de casa en casa exigiendo “trick or treat” (truco o trato). La costumbre es que si no se les da alguna golosina, los visitantes harán una maldad al residente del lugar.

Hay quienes consideran que los ini-

cios de esta costumbre están en la persecución que se hacía a los católicos en Inglaterra, donde sus casas eran presa de amenazas.

6. El origen de la calabaza con forma de rostro

Existe una antigua leyenda irlandesa que cuenta que un hombre llamado Jack, que en vida había sido malvado, no podía ni entrar al infierno por los demasiados trucos que le había jugado al demonio; por lo que tuvo que permanecer en la tierra vagando por los caminos con una linterna, hecha de un vegetal vacío con un carbón encendido.

La gente supersticiosa ponía una linterna similar en la ventana o al frente de su casa para ahuyentar a Jack.

Más adelante, cuando esto se popularizó, el vegetal para hacer la linterna pasó a ser una calabaza con agujeros en forma del rostro de una calavera o bruja.





7. El gran negocio de la celebración

Hollywood ha contribuido con la expansión celebrativa del Halloween a través de numerosas películas en las que la violencia gráfica y los asesinatos crean en el espectador un estado morboso de ansiedad y angustia, provocando muchas veces una idea errónea de la realidad.

Asimismo, las máscaras, disfraces, dulces, maquillaje y demás artículos son motivo para que algunos empresarios fomenten el “consumo del terror” y saquen su provecho económico de esta “moda” estadounidense.

8. Hay disfraces que pueden evocar el catolicismo

Según el P. Jordi Rivero, gran apologeta, celebrar una fiesta con disfraces no es intrínsecamente malo, siempre y cuando se cuide que el disfraz no vaya contra el pudor, el respeto por lo sagrado y la moral en general.

Es por ello que en los últimos años ha ido en aumento la celebración alternativa del “Holywins” (la santidad vence), que consiste en disfrazarse del santo o santa favorito y participar la noche del 31 de octubre en diversas actividades de la parroquia como Misas, vigílias, grupos de oración por las calles, Adoración Eucarística, canto, música y baile en “clave cristiana”.



ENTÉRATE CON *Carlenis Ortiz*

10 pensamientos positivos para ser una mujer con propósito

Cuando toco el tema de empoderamiento femenino, lo hago con gran orgullo y felicidad, de hecho, es la manera que encuentro de transmitir lo positivo y ayudar a otras mujeres.

En este post quiero decirte que los pensamientos positivos de una mujer, crea un valor real e importante en su vida, la ayuda a desarrollar habilidades, que duran y van más allá que una sonrisa.

Cuando iniciamos a poner en practica un pensamiento positivo, hemos llegado al camino correcto para empezar una vida de superación personal y éxito, e imaginar nuestros sueños, luchar por lo que deseamos, y darle prioridad vivir una vida feliz y llena de propósito.

1: pensamiento positivo

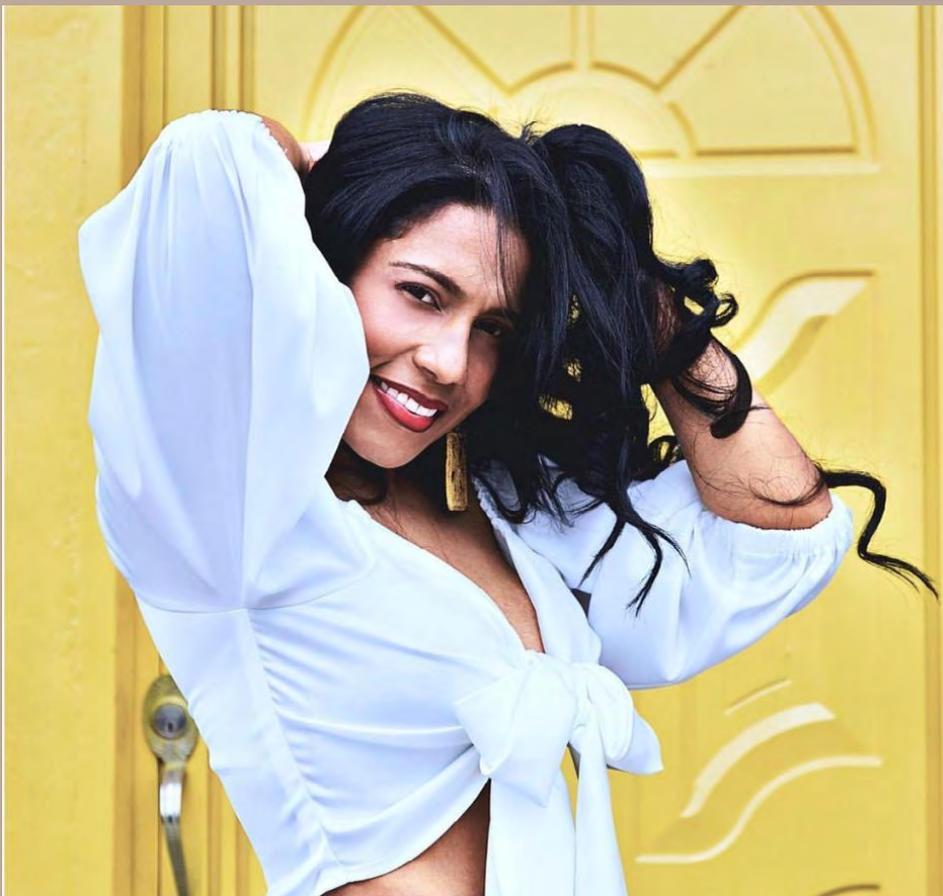
El secreto para salir adelante es empezar.

Mark Twain

2: pensamiento positivo

Si te caíste ayer, levántate hoy.

H. G. Wells





3: pensamiento positivo

Nuestra mayor debilidad está en darnos por vencidos. La manera más acertada para tener éxito es siempre intentarlo sólo una vez más.

Thomas A. Edison

4: pensamiento positivo

Si quieres vencer el miedo, no te quedes en casa pensándolo. Sal y ponte a trabajar.

Dale Carnegie

5: pensamiento positivo

Empieza donde estés. Usa lo que tengas. Haz lo que puedas.

Arthur Ashe



6: pensamiento positivo

El optimismo es la fe que conduce al logro. Nada puede hacerse sin esperanza y confianza.

7: pensamiento positivo

Tu talento es el regalo que Dios te dio. Lo que haces con él es el regalo que le das a Dios.

Leo Buscaglia

8: pensamiento positivo

Lo que haces habla tan fuerte que no puedo oír lo que dices.

Ralph Waldo Emerson.

9: pensamiento positivo

Mantente alejado de la gente que intenta menospreciar tus ambiciones. La gente pequeña siempre hace eso, pero la gente realmente grande te hace sentir que tú también puedes ser grande.

Mark Twain.

10: pensamiento positivo

Siempre recuerda que tú eres absolutamente único. Al igual que todos los demás.

Margaret Mead

El empoderamiento forma parte de la ley de atracción, ya que le estás diciendo a tu mente lo que eres y lo que quieres.

Utiliza estos 10 pensamientos positivos como herramienta para que logres cambiar tus creencias y patrones negativos que han estado en tu inconsciente por años. **A**





CÓMO ALIMENTARSE DESPUÉS DE UNA CIRUGÍA PLÁSTICA

Un buen plan de alimentación posterior a tu cirugía plástica, será fundamental para tu tiempo de reposo y para conseguir una cicatrización más rápida. Esto independientemente de la complejidad de tu intervención quirúrgica, ya que las recomendaciones a compartir serán muy generales; e incluso, aportarán cambios saludables a tu estilo de vida.

Pero hay algo en común en todos

los expacientes de la cirugía plástica: querer reducir el tiempo de recuperación y minimizar la poca inactividad en su día a día. ¡Y sí se puede! Pues la alimentación a la par de las indicaciones médicas contribuyen a reparar la piel, los vasos sanguíneos y proporcionan las materias primas que el sistema inmunológico necesita para evitar posibles infecciones.

Ahora, si te encuentras en la posi-

bilidad de buscar un asesor nutricional para que vea tu caso, ¡enhorabuena! Siempre será bienvenido la opinión de un experto respecto a tu alimentación. Sin embargo, aquí también te brindaremos una dieta variada, equilibrada y ajustada según lo que usualmente los expertos designan a las personas que recientemente han pasado por una intervención quirúrgica.

¿QUÉ NO SE DEBE COMER DESPUÉS DE UNA CIRUGÍA PLÁSTICA?

Para empezar, deberás saber que hay alimentos restringidos para ti al pasar por una intervención quirúrgica, pues aquellos a mencionar pueden

retrasar y complicar tu postoperatorio. Acuérdate que tienes mayor susceptibilidad a infecciones por no poseer de un sistema inmune fuerte y la posibilidad

de que los fármacos actúen de forma correcta puede dificultarse al no desplazarse como se acostumbran.





En principio, cualquier tipo de grasa deberá ser descartado en tu alimentación porque se acumulará en tu cuerpo al encontrarte en el reposo absoluto al que estás sujeto.

Las verduras como el brócoli, pepino, coliflor y repollo, tampoco pueden ser una opción porque te producirán gases.

Condimentos, especias y sazonados fuertes como el ajo, el ají picante o

los tipos de pimienta van a irritar tu estómago y tus intestinos, hasta pueden producir una indigestión.

Los cereales integrales, panes, pastas y arroz van a aumentar la glucosa e incrementarán tu presión arterial.

Las carnes duras, sazonadas o ahumadas pueden aumentar el riesgo de sufrir de un ataque cardíaco si tu cirugía fue compleja y te trajo complicaciones posteriores.

Tomar bebidas alcohólicas y bebidas con cafeína puede incrementar las pequeñas hemorragias y empeorarlas. La recuperación tardaría más.

De igual forma, si presentas algún malestar adicional en tu proceso de recuperación, no consideres ni te atrevas a consumir medicamentos que contengan ácido acetilsalicílico (aspirina) o ibuprofeno.



ALIMENTOS QUE TE AYUDARÁN A RECUPERARTE DE LA OPERACIÓN

A continuación, ahondaremos en los nutrientes más esenciales e importantes que no pueden faltar en tu alimentación durante el proceso de recuperación. ¡Toma nota!

PROTEÍNAS

Al culminar la cirugía, el tejido muscular está totalmente dañado y necesita restaurarse. Por ello, la ingesta adecuada de proteínas para contribuir a esta reconstrucción de tejidos corporales será incluir en su dieta: almendras, tofu, pollo, cerdo, salmón o marisco. Y de legumbres, será indispensable las lentejas, los frijoles, las habas o los garbanzos.

VITAMINA A

Incluir en tu alimentación la col rizada, la zanahoria, el pimiento o la calabaza -además de ser una rica fuente de vitamina A- no lograrán almacenarse en tu cuerpo, pues favorece la absorción óptima de los alimentos con un poco de grasa en algunos nutrientes.

VITAMINA C

Aquellos alimentos ricos en vitamina C son todas las frutas cítricas, mango y kiwi.

Además de incrementar la formación de colágeno, esta vitamina C actúa como un antioxidante para el tejido y se requiere que se consuma continuamente, pues sus cantidades residuales son expulsadas fácilmente a través de la orina.

FIBRAS

Consumir alimentos ricos en fibra ayudarán a estabilizar y agilizar los procesos digestivos para combatir el estreñimiento, efecto secundario común tras una cirugía. Para ello, deberás incluir las frutas y verduras como la manzana, los higos, las peras, la lechuga, las acelgas y la espinaca. Pero no aquellas deshidratadas o procesadas.

ZINC

Las semillas de sésamo y la calabaza, son una excelente fuente de zinc. Su consumo mejorará tu sistema inmunológico y activará las células que participan de este proceso. Y adicional a ello, este mineral contrarrestará rápidamente la cicatrización, ya que es su función para el crecimiento celular.

H₂O

¡No olvidarse del agua! La hidratación es fundamental y no debe ser descuidada durante tu proceso de recuperación, por lo mismo que acabas de concluir una cirugía. Su consumo te permitirá limpiar las impurezas, reducir el dolor en las articulaciones, estabilizar tu metabolismo y te ayudará a combatir la fatiga.

Lo recomendable es mantener como mínimo dos semanas este estilo de vida saludable durante la recuperación. Y es probable que te acostumbres y lo tengas en consideración para tu vida cotidiana y a futuro. Pues progresivamente te ayudará a estar sana internamente y a no padecer de molestos males al comer comida muy condimentada o grasosa.

Si al culminar totalmente tu operación, deseas acompañarlo con actividades deportivas, ten por seguro que; además de poseer de un aspecto físico muy bueno, tendrás mayor energía, salud, felicidad y hasta una vida mucha más larga. **A**



Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama

¿Por qué se celebra el Día contra el Cáncer de Mama?

El 19 de octubre se celebra el Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama, para sensibilizar y concienciar a las mujeres de todo el mundo, sobre la importancia de realizarse un examen de mamas regularmente, con la finalidad de detectar cualquier signo o anomalía.

Esta efeméride ha sido impulsada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), para promover el diagnóstico precoz del cáncer de mama, así como incrementar el acceso de la población femenina a los controles y tratamientos oportunos de esta enfermedad.

¿Por qué se celebra el Día contra el Cáncer de Mama?

El cáncer de mama constituye la primera causa de muerte en la población femenina a nivel mundial. De acuerdo a las estadísticas emitidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), esta enfermedad representa el 16% de todos los cánceres en pacientes femeninos.

Por otra parte, se estima que 1 de cada 8 mujeres tendrá cáncer de mama a lo largo de su vida, razón por la cual es de vital importancia realizar una evaluación regular de los senos.

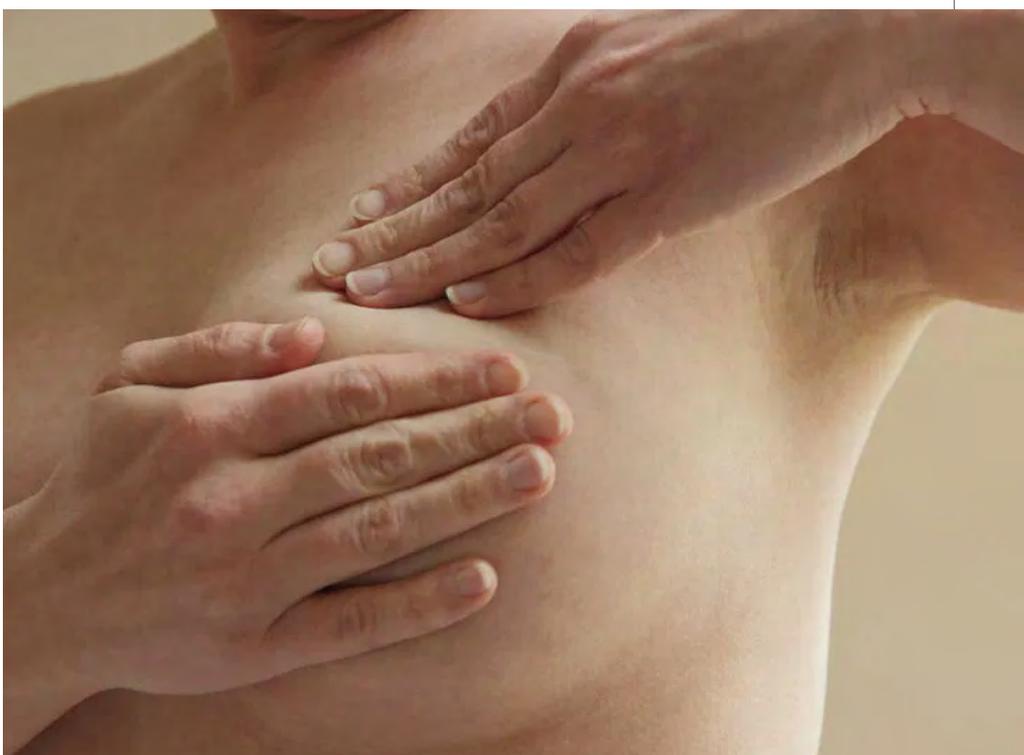
Se ha determinado que la detección precoz del cáncer de mama incide notablemente en la modificación

del pronóstico de la enfermedad, incrementando las posibilidades de curación hasta en un 100%.

¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama o de seno, es un tipo de tumor que se crea en las

células y estructuras de las glándulas de los tejidos del seno. Puede diseminarse al resto del organismo a través de los vasos sanguíneos y los vasos linfáticos, conocido como metástasis.





Este tumor puede ser de dos tipos:

Carcinoma ductal localizado: el desarrollo de las células cancerosas se inicia dentro de los conductos del seno y se disemina en el resto del tejido mamario. Puede formar metástasis en otras partes del organismo.

Carcinoma lobulillar in situ: las células cancerosas se generan en los lobulillos del seno, diseminándose en el tejido mamario. Se considera que este tipo de tumor es pre-maligno, debido a que tienen mayor tendencia a desarrollar metástasis.

Igualmente se destacan otros tipos de cáncer de mama, tales como angiosarcoma y Enfermedad de Paget mamaria.

Entre las posibles causas y factores de riesgo se destacan las siguientes:

Mutaciones hereditarias en los genes P53, PTEN, BRCA1 y BRCA2y adquiridas del ADN.

Mayor exposición a estrógenos (producción de la enzima aromatasa).
Obesidad (elevado consumo de grasas y calorías).

- Edad avanzada.
- Consumo de tabaco y alcohol.
- Menarquía prematura.
- Menopausia tardía.
- Factores ambientales.

El cáncer de mama afecta a ambos sexos, siendo mucho más frecuente en las mujeres.

En la actualidad, los desarrollos y avances en la investigación sobre esta enfermedad han contribuido a incrementar los índices de supervivencia de las personas afectadas, reduciendo el número de

muerres por cáncer de mama.

Síntomas más frecuentes del cáncer de mama

Existen varios síntomas asociados al cáncer de mama. A continuación mencionamos los más comunes o frecuentes:

Bulto, nódulo o engrosamiento

parecidos al de una mastitis.

Pérdida de peso.

Hinchazón en los brazos, siendo un síntoma infalible para detectar que el tumor es cancerígeno.

Bultos (ganglios) en la axila.

Diagnóstico y tratamiento del cáncer de mama

Síntomas del cáncer de mama 

			
Pezón hacia dentro	Secreción	Bulto en el área de la axila	Hinchazón localizada
			
hinchazón de una mama	Hoyuelos en la piel	Dolor en la mama o el pezón	Irritación en la piel

en la mama.

Un gran aumento en los ganglios linfáticos, muy cerca de la axila.

Cambios físicos en la mama: color, tamaño, textura, forma o aspecto.

Enrojecimiento de la piel, especialmente cerca de la aureola del pezón.

Formación de depresión o arrugas en la piel.

Secreciones por el pezón.

Inversión o retracción del pezón.

Descamación, formación de costras o desprendimiento de la piel del seno.

Dolores o molestias en el seno,

Para el diagnóstico del cáncer de mama se realizan los siguientes estudios:

Autoexploración de las mamas.

Mamografía.

Eco mamario.

Biopsia de la mama.

En lo concerniente al tratamiento de esta enfermedad dependerá del grado de complejidad en cada caso tratado: Cirugía (tumorectomía o mastectomía total).

Radioterapia.

Tratamiento oral (antieestrógenos).

Sesiones de quimioterapia.

Sesiones de radioterapia.



¿Cómo podemos prevenir el cáncer de mama?

A continuación mencionamos las siguientes recomendaciones generales para prevenir el cáncer de mama:

Control médico anual con el ginecólogo.

Realizar la autoexploración mamaria regularmente. En caso de detectar algún bulto o alguna anomalía acudir inmediatamente al médico.

Mantener una alimentación sana y equilibrada.

Hacer ejercicios o alguna actividad física diaria.

Evitar el consumo de tabaco y alcohol.

Filmografía sobre el tema

A continuación mencionamos algunos títulos de documentales y películas inspiradoras sobre el cáncer de mama, para reflexionar y disfrutar en buena compañía:

Ya te extraño (Reino Unido. Directora: Catherine Hardwicke. Año 2015): dos entrañables amigas ponen a prueba su amistad, cuando una de ellas recibe la dura noticia que tiene cáncer de mama.

Ma Ma (España. Director: Julio Medem. Año 2015): una maestra desempleada y madre de un hijo es diagnosticada con cáncer de mama, reaccionando con mucha valentía y optimismo.

Five (EEUU. Directora:

Jennifer Aniston. Año 2011): cinco cortometrajes que reflejan las experiencias de cinco mujeres, de diferentes culturas y estratos sociales que han sido diagnosticadas con cáncer de mama.

Pink Ribbons INC (Canadá. Directora: Léa Pool. Año 2011): es un documental que ofrece una visión más realista del cáncer de mama, al investigar sobre la baja asignación de los fondos recaudados en las campañas para la prevención de esta enfermedad.

Mi vida sin mi (España. Directora: Isabel Coixet. Año 2003): una mujer de 23 años con dos hijas tiene una vida difícil, cuya situación cambia drásticamente luego de recibir el diagnóstico médico de que padece cáncer.

Decoding Annie Parker (EEUU. Director: Steven Bersntein. Año 2013): basado en hechos reales, una mujer perdió a su madre y a su hermana por cáncer de mama, descubriendo que ella padece de esta enfermedad.

¿Cómo se celebra el Día Internacional del Cáncer de Mama?

Asociaciones y colectivos de todo el mundo celebran este día con un lazo de color rosa, un símbolo icónico reconocido universalmente.

Diversas ONG's y organizaciones médicas a nivel mundial realizan diversas actividades y eventos informativos, con el objetivo de concienciar a toda la sociedad sobre la importancia de prevenir este tipo de cáncer. **A**



19 octubre

Día Mundial de la lucha contra el Cáncer de Mama

Joel Capitulo 3



Asegúrate de estar arraigado a la **fuentes absoluta que es Dios**

Por **Vicky Pinedo Pimienta**
Columnista Cristiana



En aquel día las montañas destilarán vino dulce, y de los montes fluirá leche. El agua llenará los arroyos de Judá, y del templo **del Señor brotará una fuente que regará el árido valle** de las acacias. Joel 3:18



En medio de una de esas noches donde la mente se ocupa de aquello que no puede resolver, se me fue el sueño y luego de una larga vigilia intenté volver a dormir y solo podía escuchar en mi mente repetirse la frase “Yo soy tu fuente” y como si fuese un arrullo, me quedé dormida.

Al leer este capítulo me detuve justo en esta expresión: **del Señor brotará una fuente que regará el árido valle**, y le dije a Dios háblame acerca de ello. En este pasaje mencionan 3 elementos importantes: El vino, la leche y el agua.

El vino representa no solo un elemento de celebración, sino que alude a la abundancia y prosperidad, dado que en los tiempos antiguos y aun en los actuales quien poseía una viña podía tener una fuente de sustento mediante su venta.

De igual forma, fue usado por Jesús como un elemento para conmemorar su sacrificio en la cruz y representar el nuevo pacto con el hombre a través de su sangre derramada. **Marcos 22:17-18 y 20** *Entonces tomó en sus manos una copa y, habiendo dado gracias a Dios, dijo: — Tomen esto y repártanlo entre ustedes; porque les digo que no volveré a beber del producto de la vid, hasta que venga el reino de Dios...* Lo mismo hizo con la copa después de la cena, diciendo: *—Esta copa es la nueva alianza confirmada con mi sangre, la cual es derramada en favor de ustedes.*



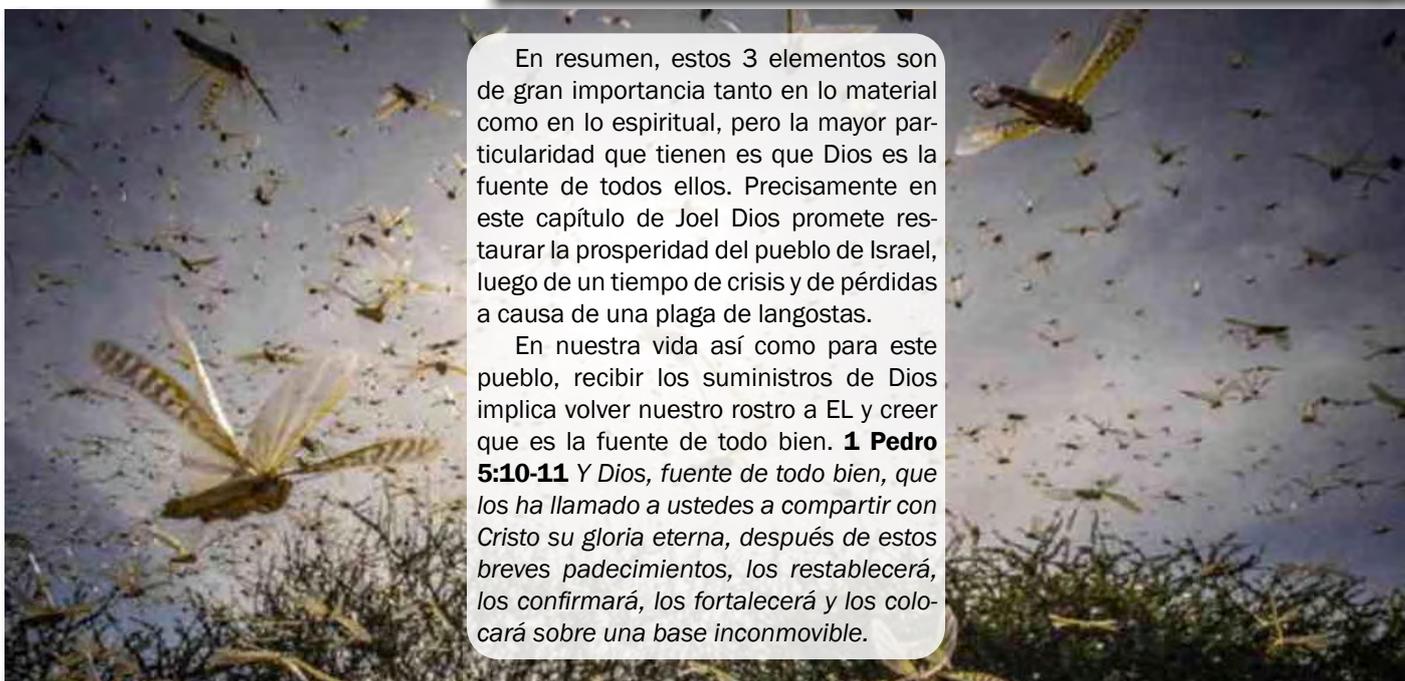
Por último, está el agua que es fuente de vida, transparencia y pureza. Vivir no sería posible sin este líquido dado que el 70% del cuerpo humano está compuesto por este líquido. Igualmente, en la Biblia el agua tiene una gran connotación espiritual simbolizando la vida eterna. **Juan 4:13-14** —*Todo el que beba de esta agua volverá a tener sed — respondió Jesús—, pero el que beba del agua que yo le daré no volverá a tener sed jamás, sino que dentro de él esa agua se convertirá en un manantial del que brotará vida eterna.*

Además, es utilizada en el bautismo por inmersión, acto que constituye un paso de obediencia y arrepentimiento para los creyentes, como vemos en **Matteo 28:19-20**. *“Por tanto, id, y haced discípulos a todas las naciones, bautizándolos en el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo; enseñándoles que guarden todas las cosas que os he mandado”.*



Otro elemento mencionado en este verso de Joel es la leche, que en la Biblia es usada como equivalente de la palabra de Dios, puesto que esta nutre el alma tal como lo hace la leche con el cuerpo humano. Asimismo, representa un medio de sustento **Proverbios 27:27** y de *tus cabras leche abundante para alimentarte tú y tu familia y todos los que estén a tu servicio.*

Y es una de las características de la tierra prometida **Deuteronomio 6:3** *Escucha con atención, pueblo de Israel, y asegúrate de obedecer. Entonces todo te saldrá bien, y tendrás muchos hijos en la tierra donde fluyen la leche y la miel, tal como el Señor, Dios de tus antepasados, te lo prometió.*



En resumen, estos 3 elementos son de gran importancia tanto en lo material como en lo espiritual, pero la mayor particularidad que tienen es que Dios es la fuente de todos ellos. Precisamente en este capítulo de Joel Dios promete restaurar la prosperidad del pueblo de Israel, luego de un tiempo de crisis y de pérdidas a causa de una plaga de langostas.

En nuestra vida así como para este pueblo, recibir los suministros de Dios implica volver nuestro rostro a EL y creer que es la fuente de todo bien. **1 Pedro 5:10-11** *Y Dios, fuente de todo bien, que los ha llamado a ustedes a compartir con Cristo su gloria eterna, después de estos breves padecimientos, los restablecerá, los confirmará, los fortalecerá y los colocará sobre una base inmovible.*



Dios desea suplir cada una de nuestras necesidades, pero debemos asegurarnos de no poner la mirada en la provisión sino en el proveedor. Para ello, debemos comprender que hay dos elementos en esta ecuación, uno es la fuente y otro es el medio y no podemos confundirlos.

La fuente es de donde provienen todos nuestros recursos.

El medio es el mecanismo que Dios usa para bendecirnos o proveer esos recursos.

Cuando le damos más importancia al medio que a la fuente, le estamos quitando a Dios el primer lugar. Un ejemplo de esto lo vemos en el Rey David cuando mandó a censar al pueblo para asegurarse de tener hombres suficientes para la guerra (2° Samuel 24:1-10); y ¿saben quién estaba detrás de todo esto? dice en 1° Crónicas 21:1-8, que Satanás fue quien motivó a David a cometer este error, poniendo su esperanza en el pueblo y no en Dios; David olvidó que las victorias obtenidas en batalla no se daban por el número su ejército, sino por las fuerzas del Espíritu de Dios en él.

Este sigue siendo el objetivo de satanás en nosotros, que quitemos la mirada de Dios como nuestra fuente y la coloquemos en los medios que Dios usa, a fin de confundirnos y distanciarnos de la verdadera fuente de vida.

No podemos seguir poniendo nuestra esperanza en cosas efímeras, los ríos se secan, el amor del hombre se acaba, los contratos finalizan, las economías colapsan, los negocios quiebran, el cuerpo se desgasta y que irónico que aun así, muchas veces nos sentimos confiados y seguros solo cuando tenemos trabajo, dinero en la cuenta, estabilidad emocional o cuando estamos sanos.

Saber que Dios está con nosotros y que El cuida de cada detalle de nuestra vida debería ser suficiente para sentirnos seguros y confiados, aun cuando aparentemente no tengamos nada, sé que esto no es nada fácil, mucho menos cuando tenemos deudas, la alacena vacía o si estamos enfermos, pero hay una verdad Dios quiere y puede ser tu fuente absoluta, sus recursos son inagotables,

Él es el dueño del universo, fuente de paz, amor, poder, sabiduría, conocimiento, dueño del oro y de la plata. Deuteronomio 10:14 Al Señor tu Dios le pertenecen los cielos y lo más alto de los cielos, la tierra y todo lo que hay en ella.

No obstante, muchas veces vivimos alejados de nuestra fuente que es Cristo, en la mayoría de casos por que los medios nos dan la autosuficiencia para creer que podemos vivir sin Dios y otras veces sucede que no estamos bien sujetos de esa fuente. Este versículo utiliza una metáfora en la que se compara al hombre con un árbol Jeremías 17:7-8 NVI «Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él. Será como un árbol plantado junto al agua, que extiende sus raíces hacia la corriente; no teme que llegue el calor, y sus hojas están siempre verdes. En época de sequía no se angustia, y nunca deja de dar fruto».

Al respecto, hay una parte fundamental y determinante para que el árbol crezca firme, fuerte, esté verde y dé fruto en toda temporada. Esta es la RAIZ, leyendo un poco acerca de las características de las raíces, encontré que ellas son el primer órgano que desarrolla la planta al brotar, se van extendiendo regularmente bajo tierra, con el objetivo de cubrir la mayor cantidad de terreno para aumentar su capacidad de absorción de agua y nutrientes.

Las raíces en los árboles así como en nuestra vida tienen gran relevancia, en tanto que, el hombre posee una parte que aunque no sea visible (como las raíces) es la que lo sostiene y esta es la Fe.





A continuación destaco tres funciones de las raíces:

1. Son las encargadas de sujetar el árbol al suelo, darle firmeza y estabilidad. Efesios 3:17 Entonces Cristo habitará en el corazón de ustedes a medida que confíen en él. Echarán raíces profundas en el amor de Dios, y ellas los mantendrán fuertes. La firmeza y estabilidad del árbol no sería posible sin los vientos, ya que, al resistirlos las raíces se hacen más fuertes. Lo mismo sucede en nosotros, a través de la adversidad (vientos) crecemos, nos desarrollamos, aprendemos a vencer, a sobreponernos, a caernos y levantarnos, perseverar y conquistar. Así como los árboles debemos tener raíces firmes en Dios, para poder soportar los vientos y las tormentas de la vida.

Si aprendemos a ver los vientos como oportunidades para fortalecer

nuestras raíces, seguramente no nos desesperaremos sino que resistiremos con confianza y seguridad. Juan 16:33 Les he hablado de estas cosas para que en mí tengan paz. En el mundo tendrán aflicción, pero ¡tengan valor; yo he vencido al mundo!

Isaías 43:2 Cuando pases por las aguas, yo estaré contigo; y cuando pases por los ríos, no te inundarán. Cuando andes por el fuego, no te quemarás ni la llama te abrasará.

Si por el contrario la raíz no es profunda, no desarrolla firmeza y fuerza, el árbol corre el riesgo de marchitarse o llegar a caer, por tener raíces superficiales y no logran obtener suficiente agua y nutrientes para sobrevivir. Esto sucede cuando descuidamos nuestra relación con la fuente (Dios), comenzamos a sentirnos seco por dentro, sin expectativas, sin

esperanzas y eso nos lleva a tambalear en las adversidades. Lucas 8:13 La semilla que cayó sobre piedras representa a los que escuchan el mensaje y lo reciben con alegría; pero son tan superficiales que, aunque de momento creen, en cuanto llegan las dificultades abandonan.

2. Son las responsables de alimentar al árbol, suministrarle nutrientes y agua. Al igual que el árbol los seres humanos necesitamos alimento y agua para sostener el cuerpo físico; pero además de este, también requerimos un alimento que sustente nuestro espíritu, para ello es esencial profundizarnos y arraigarnos en Cristo. 1 Timoteo 4:6 Si enseñas estas cosas a los hermanos, serás un buen servidor de Cristo Jesús, nutrido con las verdades de la fe y de la buena enseñanza que paso a paso has seguido.





Mateo 4:3-4 El tentador se le acercó y le propuso:—Si eres el Hijo de Dios, ordena a estas piedras que se conviertan en pan. Jesús le respondió: —Escrito está: “No solo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios”

El alimento físico es metabolizado por el cuerpo, que se encarga de extraer los nutrientes necesarios y luego echar fuera los desechos, este tipo de alimento no es el que nos ayuda a sobreponernos cuando atravesamos circunstancias adversas. Pero, alimentarnos de nuestra fuente que es Dios, es la garantía que aunque las aflicciones nos toquen con fuerza, volveremos a estar verdes, echaremos renuevos y daremos frutos de nuevo. Job 14-7:9 Porque hay esperanza para un árbol cuando es cortado, que volverá a retoñar, y sus renuevos no le faltarán.

Aunque envejecen sus raíces en la tierra, y muera su tronco en el polvo, al olor del agua reverdecerá y como una planta joven echará renuevos.

3. No solo alimentan al árbol, sino que tienen la capacidad de almacenar agua y nutrientes. Cuando llegan las sequías, estas reservas sostienen al árbol por un tiempo. También nosotros tenemos reservas de alimento y agua de vida en Cristo, quien nos sostiene en cualquier temporada de la vida, si permanecemos arraigados a EL. Juan 6:35 Jesús les dijo: «Yo soy el pan de la vida; el que viene a mí no tendrá hambre, y el que cree en mí nunca tendrá sed.

Estas reservas son inagotables y eternas, en El siempre hay provisión para cada circunstancia o necesidad. Salmos 31:19 ¡Cuán grande es tu bondad, que has

reservado para los que te temen, que has manifestado para los que en ti se refugian, delante de los hijos de los hombres! Si tenemos raíces profundas y arraigadas en nuestra fuente, entonces seremos firmes, creceremos fuertes y estables, estaremos bien nutridos y no nos secaremos, ni seremos derrumbados por cualquier tormenta. Colosenses 2:7 NTV Arráiguese profundamente en él y edifiquen toda la vida sobre él. Entonces la fe de ustedes se fortalecerá en la verdad que se les enseñó, y rebosarán de gratitud.

Te invito hoy a tener una confianza sobrenatural en la fuente (Dios) porque solo así, tendrás una perspectiva y nueva actitud ante la vida. Entonces, serás como El árbol plantado junto a guas de reposo que da su fruto a tiempo, su hoja no cae y todo lo que hagas prosperará. **A**



Proceso de rehabilitación de tierras de



Cerrejón

caso de éxito de Restauración Ecológica en el País



El proceso de rehabilitación de tierras de Cerrejón fue seleccionado como uno de los ocho casos de éxito de proyectos de restauración ecológica en el país, por el Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible y la Fundación Natura. Esta selección se hizo entre diferentes proyectos de diversos contextos sociales y ecológicos nacionales, con el fin de elaborar la primera cartilla de restauración ecológica del país, titulada **Restauración Ecológica: Principios y Prácticas**.

Esta publicación compila el conocimiento técnico y las mejores prácticas que han surgido de las experiencias aplicadas en diferentes lugares de Colombia. Los ejemplos cubren desde la alta montaña y los bosques andinos, las sabanas de la Orinoquia hasta los bosques húmedos de la Amazonia colombiana y el bosque seco tropical del norte del país.

La publicación resume la experiencia de Cerrejón, desde los inicios de su operación, y su compromiso con

la construcción de un legado ambiental para La Guajira y cuenta como, de forma voluntaria y como una empresa pionera en el país, desde que comenzó sus operaciones se inició el proceso de rehabilitación de tierras en áreas donde se realizaba minería. A la fecha, Cerrejón ha rehabilitado más de 4.700 hectáreas de tierras con la siembra de 2,4 millones de árboles nativos del bosque seco tropical. Para lograrlo, Cerrejón cuenta con un banco de semillas propio de más de 40 especies como el carreto, puy, ollita de mono, guayacán y ébano.

“A través de esta cartilla, queremos elaborar una guía que pueda ser puesta en práctica por la ciudadanía en general, brindar conceptos básicos, dar a conocer los últimos avances en la última década de la restauración y resaltar las experiencias nacionales positivas que merezcan ser replicadas, enviando así un mensaje de sensibilización a través de la siembra de árboles. Más árboles para

Colombia, más vida para todos”, afirmó Clara Solano, directora ejecutiva de la Fundación Natura.

“En Cerrejón, nos sentimos muy orgullosos de ser parte de esta selección. Estos ejemplos permiten posicionar la restauración como una de las estrategias más eficientes para enfrentar los procesos de deforestación y degradación del territorio nacional y como una solución basada en la naturaleza que mejora la calidad de vida de las comunidades locales”, manifestó Luis Francisco Madriñan, gerente de gestión ambiental de Cerrejón.

Adicionalmente, con el fin de fortalecer la entrega de esta publicación al país, el Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible y la Fundación Natura realizaron la capacitación en restauración ecológica a través de la plataforma educativa de la EAN. Dentro de esta capacitación se dio una clase exponiendo el caso Cerrejón en el que participaron 1.514 personas de los 32 departamentos. **A**

“

Sólo existen dos días en el año en que no se puede hacer nada. Uno se llama ayer y otro mañana”

- Dalai Lama

CARDONCITOS

por Marcos Barros Pinedo



Sufre de problemas respiratorios. Y pensar que trabaja en la empresa Air-e.

A los enanos a veces le prohíben viajar a Bogotá. Porque tienen problemas de altura.

Los izquierdistas le dicen "Porky" al ex presidente Iván Duque. Los derechistas le dicen "Simio" a la vice Presidenta, Francia Márquez. ¿Será qué están empatados?

Se quedó solterón. La única esperanza que le queda es el Cerro de la Teta.

Diminuto y calvo. Y pregona que su vida solo depende de un pelo.

El tapa bocas salva vidas. También salva la separación matrimonial, porque quienes los usan no los conocen ni en las curvas.

Varios ministros del gobierno de Petro le hacen honor a la canción de Shakira: no oyen, ni ven, ni entienden.

Al segundo al mando del gobierno de la República de Venezuela, no le dicen Diosdados Cabello; si no Diosdados "Caballo".

¿Será qué cuando el Dr. "Chiflado" sea elegido gobernador de La Guajira, se acabaría el robo de las regalías?

Cuando el presidente de Venezuela, Nicolás Maduro, habla rebuznan los burros y relinchan los caballos

¡Y... pare de contar!