



Nuestro periódico es interactivo, toque las imágenes y los logos

DOLAR	
TRM	\$ 3.884
CASAS DE CAMBIO	
COMPRA	\$ 3.710
VENTA	\$ 3.830
EURO	
TRM	\$ 3.884
CASAS DE CAMBIO	
COMPRA	\$ 4.360
VENTA	\$ 4.530
Fuente: Superfinanciera	



# GUAJIRA NEWS



## Miércoles

Año 4 | Edición N° 887 | 16 Páginas

Riohacha, La Guajira - Colombia - 8 de mayo, 2024

ISSN - 2955 - 0122

PÁGINA 2



### ANUNCIAN APERTURA PARCIAL DEL PUENTE DEL RIITO



“A un debate de convertirse en ley, nuestro proyecto para conectar a Colombia”:  
Senador Alfredo Deluque Zuleta

PÁGINA 4



Presidente Gustavo Petro respalda a la senadora Martha Peralta frente a falsas acusaciones en su contra

PÁGINA 2



ESEPGUA, lidera evaluación de sistemas de acueducto en corregimientos de Riohacha

PÁGINA 2



“Los bloqueos recurrentes en nuestras vías, han generado un impacto negativo en nuestra economía”:  
Secretario de Desarrollo Económico de La Guajira

PÁGINA 6

### Solo 5 municipios en La Guajira cuentan a la fecha con cuerpos de bomberos voluntarios

PÁGINA 3



Dirección de Cultura de La Guajira realizó la entrega de más de 100 instrumentos musicales

PÁGINA 8



### JUDICIALES

Capturado al presentarse ante las autoridades por violación sexual en el municipio de Maicao

PÁGINA 11

Capturan a siete miembros de la Policía Nacional por irregularidades en devolución de vehículo

PÁGINA 11



## ¡LÉELO Y PÁSALO!



"Queremos que sea un puente seguro para la gente": mandatario

## Alcalde de Riohacha, Genaro Redondo, anunció la apertura parcial del puente del Riito

El alcalde distrital Genaro Redondo Choles, anunció que el próximo primero de junio se llevará a cabo la apertura parcial del nuevo puente del Riito, durante un recorrido realizado a la obra de construcción de esta

conexión vial, en la cual estuvo presente la comunidad aledaña a la zona.

Esta buena noticia para la ciudad, se dio después de esta visita técnica orientada por el secretario de Infraestructura y



La nueva estructura promete mejorar la movilidad y contribuir al diseño urbano de la ciudad.

Servicios Públicos, Jaime Bruges y el equipo contratista de la obra.

"Estamos haciéndole se-

guimiento a las obras, y quiero decirles que con la fe en Dios vamos a tener este puente finalizado. Queremos decirle a la co-

munidad que estamos ajustando detalles, porque queremos sea un puente seguro para la gente," compartió el mandatario distrital.

Los transeúntes y conductores se encuentran motivados por este anuncio, que no solo mejorará la movilidad, sino que también podrá salvar vidas y contribuir al diseño urbanístico de la ciudad.

Finalmente, la administración distrital se encuentra comprometida a garantizar la entrega de obras pendientes y verificar que cumplan su objetivo de generar bienestar para la gente.

## ESEPGUA, lidera evaluación de sistemas de acueducto en corregimientos de Riohacha

La gerente de ESEPGUA, Andreina García, encabezó un recorrido por los corregimientos de Choles, Tomarazon, Juan y Medio y Anaimé.

El objetivo principal, fue evaluar la situación actual de los sistemas de acueducto en estas comunidades, con el fin de identificar soluciones permanentes que aseguren el suministro de agua potable para todos los habitantes.

Durante la visita, se escucharon los testimonios de los

presidentes de juntas de acción comunal y líderes locales, quienes detallaron las problemáticas específicas de cada población.

Este recorrido refleja el compromiso conjunto de ESEPGUA en abordar de manera colaborativa los desafíos relacionados con el suministro de agua potable en cada rincón del departamento, demostrando que trabajando juntos se logra un impacto positivo y duradero.



ESEPGUA evalúa sistemas de acueducto en corregimientos para asegurar suministro de agua potable.

## Presidente Gustavo Petro respalda a la senadora Martha Peralta frente a falsas acusaciones en su contra

El mandatario nacional calificó dichas informaciones mal intencionadas como "mentiras" para detener las reformas.

El presidente de la República Gustavo Petro le brinda su total respaldo a la senadora guajira Martha Peralta Epieyú, en medio de los ataques mal intencionados que viene recibiendo la congresista por parte de algunos medios nacionales de carácter nacional y algunos personajes del departamento de La Guajira.

A través de su cuenta de X, el mandatario nacional desmintió dichas informaciones contra

la senadora y expresó que: "las mentiras de una emisora contra la senadora Martha Peralta tienen un objetivo: Detener la reforma a la salud y las pensiones"; trino con el que le brinda su total respaldo.

Por su parte, la congresista agradeció el gesto de confianza por parte del presidente: "Gracias presidente Gustavo Petro por su confianza en nuestra lealtad con este gobierno. No permitiremos

que nos enloden con estrategias sucias de desinformación", aseveró.

Cabe resaltar que, la senadora Martha Peralta ha sido reiterativa en afirmar que: "esta información es falsa, carece de los más mínimos estándares periodísticos y se fundamenta únicamente en los análisis tergiversados de quien lo escribió. Una muestra de las bodegas que están en contra del cambio", puntualizó.



Revista

# ACTUALIDAD GUAJIRA

Disponible desde el sábado, 20 de abril

¡Toque aquí para descargarla!



¡LÉELO Y PÁSALO!

# EL CONGRESITO

Nombre coloquial para referirse al grupo de personas que se reúnen en el parque **Almirante Padilla de Riohacha**, a hablar, debatir y señalar sucesos políticos, sociales, económicos y culturales de **La Guajira, Colombia y el mundo...** Rumores o verdades que salen de las bancas...

## En la plenaria de la Asamblea Departamental de La Guajira, se inició un proceso de socialización del Plan de Desarrollo del Gobierno de Aguilar Deluque

Este es un proyecto de ordenanza que desde el momento de ser aprobado se convertirá en la carta de navegación del actual Gobierno Departamental que va hasta el 31 de diciembre de 2027.

En ese sentido, lo que quieren los 11 diputados es que la comunidad pueda conocer y ser participe en el proceso de discusión y aprobación del Plan de Desarrollo. Que, de acuerdo a lo manifestado por el mandatario seccional, es incluyente en todo el sentido de la palabra.

¡Y no se me moleste Don "Pablito", pero no el de las tiras cómicas, porque las cosas hay que tomarlas por el lado amable!

## En Serio y en Broma. Un "Lorito" de izquierda que casi lleva a una debacle económica a un centro asistencial de segundo nivel público, en La Guajira

Y no lo logró porque gracias a la voluntad de Dios a éste "Lorito" de izquierda se le venció su periodo administrativo.

Sin embargo, antes de salir logró firmar un crédito millonario en dólares con una entidad bancaria de la ciudad de Riohacha. Pero para la buena suerte del centro asistencial de segundo nivel público mencionado con anterioridad, llegó una nueva gerente y el crédito millonario en dolares lo echó para atrás. Aprovechando que la entidad bancaria no logró hacer ningún desembolso al momento de esa determinación gerencial.

Todo esto permitió que este centro asistencial de segundo nivel público, no se hubiera endeudado y no se hubiera ido a la quiebra.

Lo que sorprende es que ese "Lorito" de izquierda, hoy, quiere figurar como el salvador de ese centro asistencial de segundo nivel público, y también haciendo el papel de adalid de la moralidad.

Cuando en verdad como administrador simplemente ante la sociedad de esta sección del país, no fue más que un lobo disfrazado de oveja.

El tiempo se pasa rápido.

Pero existen cosas que nunca se olvidan.

¡Y... no me digas más!

## La Junta de Acción Comunal del barrio Arriba de Riohacha, le envió una comunicación al alcalde Genaro Redondo Choles

En donde le ponen de presente que no permita que el sistema de alcantarillado pluvial sea manejado por personas particulares, sino por la Empresa Aqualia. Ya que esta es la empresa que estaría cobrando el servicio en el recibo correspondiente. Y también sería prenda de garantía para el mantenimiento de los manholes y otras acciones que no permitan que el barrio Arriba, se logre inundar en época de invierno.

Esta comunicación está firmada por la presidenta de la Junta de Acción Comunal del barrio Arriba, Arliz Martínez Pinedo.

¡Y... listo el Pollo!

**Advertimos que las opiniones expresadas en esta sección no obedecen a la identidad de este medio periodístico, provienen de comentarios enviados por la comunidad. Usted también puede hacerlo al 301-330-8300 Somos, ¡Tu periódico, el de todos!**

### Advertencia de la Procuraduría

# Solo 5 municipios en La Guajira cuentan a la fecha con cuerpos de bomberos voluntarios



La Procuraduría General de la Nación convocó una mesa de trabajo en La Guajira para abordar la situación crítica de los servicios de bomberos en los municipios del departamento.

La Procuraduría General de la Nación convocó una mesa de trabajo en La Guajira, con el fin de verificar el estado actual de la prestación del servicio esencial de bomberos en los municipios del departamento, teniendo en cuenta la coexistencia de dos declaratorias de situación de desastre nacional y la necesidad de contar con capacidades de respuesta por parte de estas entidades territoriales.

Ante la situación crítica que presenta el departamento, el ente de control citó a la Dirección Nacional de Bomberos de Colombia, el Ministerio del Interior, la Gobernación de La Guajira y la Delegación Departamental de Bomberos, con el fin

de recordar las obligaciones legales en materia de financiación del servicio y generar alternativas para hacer efectiva la prestación de este servicio esencial en todos los municipios de la jurisdicción.

En esta mesa, se presentaron los equipos y condiciones mínimas que necesita un cuerpo de bomberos para su operación frente a su baja financiación, el estado actual de la prestación de este servicio por parte de los municipios del Departamento de La Guajira, y la necesidad de fortalecer a los cuerpos de bomberos como primeros organismos de respuesta ante los efectos de los fenómenos climáticos de El Niño y La Niña que tanto

han afectado a las comunidades de esta jurisdicción.

La Procuraduría alertó sobre las precarias condiciones de prestación de este servicio

esencial en el Departamento, en el cual más del 70% de los municipios no cuentan a la fecha con contratos o convenios con los cuerpos de bomberos volun-



tarios, y quienes no han suscrito no garantizan la continuidad y suficiencia financiera necesaria para prestar un servicio eficiente. Además, se señaló que solo cinco de los quince municipios cuentan a la fecha con convenio con los cuerpos de bomberos voluntarios para la prestación de este servicio esencial.

El organismo de control hizo un llamado al señor Gobernador para que se de cumplimiento a lo establecido en el artículo 3 de la Ley 1575 de 2012, concurriendo en la financiación del servicio a los municipios que cuentan con una población inferior a los 20.000 habitantes. Así mismo, para que las inversiones que se adelanten no solo tengan en cuenta la construcción de estaciones, sino también la operatividad y aumento de las capacidades de respuesta de estos organismos de socorro.

En el marco de este encuentro, la Procuraduría instó a los mandatarios locales para que adopten medidas alternativas que les permitan garantizar la gestión del riesgo contra incendios y atención de emergencias tales como los esquemas asociativos establecidos en la Ley Orgánica de Ordenamiento Territorial (Ley 1454 de 2011), que permite a las entidades territoriales asociarse con el fin de prestar servicios públicos y beneficiarse de la financiación de proyectos conjuntos a través del Sistema General de Regalías.

**¡LÉELO Y PÁSALO!**

# EL CONGRESITO

Nombre coloquial para referirse al grupo de personas que se reúnen en el parque **Almirante Padilla de Riohacha**, a hablar, debatir y señalar sucesos políticos, sociales, económicos y culturales de **La Guajira, Colombia y el mundo...** Rumores o verdades que salen de las bancas...

## 14 abogados, en entre ellos, varios guajiros se encuentran concursando como aspirantes a un importante cargo de la Rama Judicial

El concurso de méritos se está realizando en la ciudad de Bogotá, para definir una nueva o un nuevo magistrado del Tribunal Contencioso Administrativo de La Guajira. El que gane el concurso de méritos que está realizando el Consejo de Estado, reemplazará a Hirina Meza Rhenals, quien fue trasladada como magistrada ante el Tribunal Contencioso Administrativo del departamento de Antioquia. Se destaca que en estos momentos solo dos magistradas del Tribunal Contencioso Administrativo de La Guajira están actuando y dictando providencias de primera instancia, que son: Carmen Cecilia Plata Jiménez y María del Pilar Veloza Parra. ¡Habrá que esperar!

## La paradoja del Gobierno Nacional de Gustavo Petro, en La Guajira

Se evidenció ante el pueblo colombiano luego de que el Jefe de Estado visitó la zona rural de Manaure y allí logró inaugurar obras relacionadas con la problemática del agua potable para favorecer a miles de personas de las comunidades indígenas wayuu. Y lo más paradójico es que el Gobierno Nacional para poder cumplir con estas obras recibe el apoyo del capital privado conformado por el Grupo Aval, Promigas y el Grupo Prissa. De esta manera, el capital privado respalda con acciones sociales al Gobierno socialista de Gustavo Petro Urrego. Pero estos aportes de la empresa privada al Gobierno de Gustavo Petro Urrego, no los tienen en cuenta millones de colombianos que dicen respaldar al mandatario y a la vez despotrican de los dueños del Grupo Aval, de Promigas y del Grupo Prissa. Y especialmente en el Distrito de Riohacha y el departamento de La Guajira, donde afloran "Petristas" de medio pelo que no solamente están ciegos, sino que su capacidad mental solo conduce a la "idolatría" hacia un presidente que es de corte socialista; que en algunas oportunidades ataca al capitalismo que en estos momentos le está colaborando para poder llevarles agua potable a las comunidades indígenas wayuu de Manaure, mientras que algunos de sus funcionarios no lo han logrado ni con la compra de los famosos Carrotanques de Olmedo López y compañía. La vida y la política si es que dan muchas vueltas. ¡Y no se me moleste Compadrito, el de las tiras cómicas, porque las cosas hay que tomarlas por el lado amable!

## La propuesta que le hizo la Sociedad Colombiana de Ingenieros, Seccional Guajira, al Gobierno del Distrito de Riohacha, Hasta ahora, se las llevó el viento

Porque no han recibido respuesta alguna y que tiene que ver con la obra de construcción del nuevo puente de El Riito. Así lo dio a conocer el presidente de la Sociedad Colombiana de Ingenieros, Seccional Guajira, Daniel Pulido. La propuesta consiste en hacerle unas modificaciones a las entradas y salidas del nuevo puente del Riito, para una mejor movilidad de los vehículos automotores y de esa manera evitar serios accidentes. Aunque esta propuesta es tardía es muy válida. Pero hasta el momento el Gobierno del Distrito de Riohacha en cabeza de Genaro Redondo Choles, no le ha entregado ninguna respuesta y ni positiva y ni negativa a la Sociedad Colombiana de Ingenieros, Seccional Guajira. Sim embargo, sí hizo el anuncio que la obra del nuevo puente sobre el Riito se podría poner en servicio a partir del próximo primero de junio. ¡Habrá que esperar!

**Advertimos que las opiniones expresadas en esta sección no obedecen a la identidad de este medio periodístico, provienen de comentarios enviados por la comunidad. Usted también puede hacerlo al 301-330-8300 Somos, ¡Tu periódico, el de todos!**

Para el desarrollo del país

# “A un debate de convertirse en ley, nuestro proyecto para conectar a Colombia”: Senador Alfredo Deluque Zuleta

El Proyecto de Ley que busca garantizar la cobertura y el suministro del servicio público de telecomunicaciones y TIC en todo el territorio nacional fue aprobado en tercer debate por la comisión sexta de Cámara de Representantes, quedando a un solo debate para convertirse en Ley de la República.

Esta iniciativa propuesta por el Senador Alfredo Deluque pretende declarar de utilidad pública e interés social el tendido de las redes para llevar internet y conectividad a todos los rincones de Colombia.

De esta manera, se haría uso de la infraestructura que ya existe acogiendo a la normativa y a los procedimientos establecidos en la ley 56 del 81, la cual declaró de interés público las obras tendientes a la generación de energía eléctrica y reguló la servidumbre pública de conducción de energía.

La eficiencia de este procedimiento ha permitido que más de 30 compañías de energía y cerca de 26.333 km de redes operen de forma interconectada, sin mayores dificultades en el despliegue de la infraestructura, lo cual permite que las regiones del país reciban el servicio de energía eléctrica, las 24 horas del día, todo el año.

Justamente esa efectividad en los procedimientos y los resultados exitosos en este sector, es lo que se pretende replicar



Alfredo Deluque Zuleta, Senador.

ahora con los servicios de telecomunicaciones y TIC.

En muchos territorios del país es difícil tender redes intermunicipales porque los prestadores de redes y servicios TIC, encuentran obstáculos en el uso de predios de terceros para los procesos de expansión, operación y mantenimiento de redes y no cuentan con procesos administrativos y judiciales que les permitan constituir servidumbres de paso para la instalación de infraestructura (torres y redes).

En medio de la discusión

del proyecto, el Senador aseguró que “esta ley sería de gran utilidad para brindar una solución garantista y efectiva a los colombianos, especialmente a los más vulnerables; así como proponer un procedimiento expedito para dotar a los operadores de una herramienta que garantice su funcionalidad. Este proyecto, necesario y oportuno, contribuye a disminuir las brechas sociales, ya que el internet es hoy en día, un servicio esencial y universal de gran importancia para el desarrollo del país”.



¡LÉELO Y PÁSALO!

## #LaOpiniónDeColmenares

## ¿Oye Sneyder, y tú qué te creías?

Luís Alonso Colmenares Rodríguez

LcolmenaresR

¿El rey de todo el mundo? ¿Cómo se les hará entender que la corrupción es una práctica que acaba con la confianza de la ciudadanía en sus líderes y además debilita la democracia? Cuando altos funcionarios están involucrados en prácticas corruptas, pierde peso la legitimidad del sistema político y se pone en riesgo la estabilidad del país. Hay que predicar con el ejemplo.

La situación que se está viviendo en el país desde la semana pasada es crítica con ocasión de los hechos que involucran a altos dignatarios del Congreso y funcionarios del gobierno, conocidos por las declaraciones explosivas de Sneyder Pinilla, ex subdirector de la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres, en una entrevista con la periodista Vicky Dávila de la revista Semana.

Con información precisa de un presunto esquema de sobornos, se crea un manto de dudas sobre el gobierno y genera una crisis de confianza en las instituciones, ante la presunta entrega de miles de millones de pesos en efectivo a los presidentes de Senado y Cámara. Es un escandaloso ejemplo de cómo la corrupción puede infiltrarse en las

más altas esferas del poder.

¿El gobierno debe actuar con determinación y firmeza? De eso no hay la menor duda. El presidente Petro debe tomar medidas inmediatas para investigar a fondo estas acusaciones y promover las sanciones a los responsables si se demuestra su culpabilidad; porque no puede ser costumbre que la corrupción siga minando nuestra confianza en las instituciones.

Al mismo tiempo, el presidente Petro tiene que liderar una transformación profunda en la administración pública, fortaleciendo los controles internos y promoviendo

una cultura de integridad que sea coherente con el cambio promovido desde la campaña. Hay que reorganizar la gestión de riesgos y establecer mecanismos más rigurosos para prevenir y detectar la corrupción en el futuro.

Los ciudadanos también tenemos que exigir claridad y rendición de cuentas para superar esta crisis y construir un país justo para restaurar la confianza y garantizar la transparencia en la gestión pública. Pero tampoco hay duda de que con todo este escándalo se viene un desafío para el Gobierno en dirección de evitar que se frene el trámite le-

gislativo de sus reformas sociales.

Por otro lado, este escenario también plantea retos significativos para la Fiscalía General de la Nación, que se encuentra en una posición crítica para investigar y esclarecer los hechos, actuando con diligencia, imparcialidad y eficacia para investigar y llevar ante la justicia a los que resulten responsables, demostrando su independencia.

En un país donde la politización de la justicia ha sido una preocupación constante, es crucial que la Fiscalía actúe de manera autónoma, sin ceder ante presiones políticas o intereses particulares.

La nueva Fiscal General Luz Adriana Camargo tiene una gran oportunidad para reafirmar la independencia de la institución. Las expectativas son altas y los ojos de la nación estarán puestos en su gestión y en cómo enfrenta este y otros casos de corrupción. Es la hora y la oportunidad para asumir su papel con valentía y determinación, asegurando que la justicia prevalezca sobre la impunidad, y también sobre el principio de oportunidad con inmunidad total como alternativa para eludir el rigor judicial.

Las acusaciones hechas por Pi-

nilla implican no solo a los presidentes del Senado y la Cámara de Representantes, sino que sugieren la existencia de una red más amplia de corrupción que podría involucrar a otros funcionarios del gobierno. Desentrañar ese entramado, recopilar evidencia sólida y llevar a cabo procesos judiciales justos y efectivos requerirá de una capacidad investigativa y operativa excepcional.

Es imperativo que el gobierno también demuestre su disposición de colaborar con la Fiscalía para apoyar una investigación exhaustiva y sin restricciones. La respuesta del presidente Petro y su administración a esta crisis será determinante para reafirmar o erosionar la confianza del público en su compromiso con la lucha contra la corrupción. Y por eso, de manera respetuosa hago un llamado al presidente Petro para que lidere este desafío con decisiones concretas y efectivas, con los ojos y oídos tapados para que caiga quien tenga que caer.

Y como dijo el filósofo de La Juntá: "Se las dejo ahí..." @LColmenaresR



## Paros, marchas y contra marchas, de izquierda y derecha

Colombia está cargada, de inconformismo, resentimientos y frustraciones; por causa de corrupción y polarización política, que nos tiene en incertidumbre eterna, por motivos de intereses personales, de quienes, han gobernados, gobiernan y nos representa, desde hace más de un siglo, alimentando odios, generadoras de reacciones violentas, que cada día se observan, originando inseguridad global y desconcierto popular, por hechos trágicos que a diario se divulgan en medios de comunicación, aterrándonos a todos, por desbordamientos de criminalidad y padecimiento de protección, de autoridades competentes.

La ineptitud, engaños e incumplimientos, de compromisos u obligaciones; por parte de algunos servidores público, producen efectos negativos, que conlleva indignidad popular, cuando nada se hace por negligencia, para atender y resolver, problemas y necesidades, que tiene a la gente, en estado deprimente y en zozobras, generada por indiferencia, cuando tienen a su cargo la función de servir. Las referenciadas circunstancias, impulsan protestas que son válidas en democracia, siempre y cuando, respeten, no afecten la movilización de los demás y servicios, de quienes nada tienen que ver, con las motivaciones que dan lugar a paralizar las vías públicas.

Las autoridades no deben esperar que se lleven a cabo paros y bloqueos, de vía pública, para dialogar y concertar, acuerdo de forzoso cumplimiento. Los que lideran los



Martín Nicolás Barros Choles

paros, no deben causar daños y perjuicios, con la aptitud de bloqueos, para llamar la atención, por desinterés o abandono de responsables, sin soluciones de las autoridades. Los paros no deben extenderse por más de 20 horas, sin cerrar de manera total, la circulación vehicular en tránsito, permitiendo habilitar circulación, cada dos horas. Es injusto coartar la libertad de circulación vehicular, extendiendo a varios días, que originan, pérdidas irreparables; empañando la territorialidad, frente al desarrollo dinámico, de movilización necesarias, en asuntos personales, prestaciones de servicios y mercadeos.

El Departamento de La Guajira, se ha ubicado en el primer lugar, en materializar paros y bloqueos, de vías pública, por los cuatros estaciones del territorio peninsular. Se ha vuelto un hábito y costumbres, rutinarias, que en nada bueno nos deja. Lo que debemos, es aprovechar las oportunidades y beneficios de explotación, para establecer zonas de turismo, acondicionada con infraestructuras, diseñadas para servicios de recreación y turismo. De igual forma, actividades minero energética, agroindustria, deportes náuticos, puertos, servicios de restaurantes, artesanías Wayuu, comercios etc. Muchos paquetes turísticos, con destino a La Guajira,

se pierden o se deshacen, por motivos de constates paros y bloqueos, en vía de la península de Colombia.

Las tendencias de izquierda y derecha, se han enfrascado en una competencia marchas de masas popular voluminosa, procurando cada una, superar a la otra, alterando emociones de fanaticadas, que siguen ciegame, una u otra corriente, aturdidoras, adoctrinados en perturbar mentes débiles, demostrando, en las marchas, que tienen el pueblo a su favor, tanto el gobierno, como la oposición, en practicas similares a Venezuela y España. Unos y otros, se ofenden denigrándose y echando fango y kakas en las caras, escupiendo para arriba venenos, vilipendiándose de manera mutuas y reiteradas, en: odios, corrupción, criminalidad y múltiples defectos y sentimientos negativos, que se atribuyen, unos y otros, degenerándose; con ataques y verborreas, que no generan: éxito, bienestar, ni prosperidad. Tampoco sirve para cantar victoria triunfalista, ni halagar, observadores expectativos

Se requiere y necesita, reflexión



dente Petro, por no apoyar y avalar, mañas y robos, de sus antecedentes y negarle, provisión de mermeladas, a que están acostumbrados, el poder legislativo, con chantajes y extorsiones, condicionando aprobaciones de proyectos de ley.

El presidente Gustavo Petro, no debe perder el tiempo confrontando y discutiendo, en redes sociales, ni deteniéndose a responder a ladridos de perros, ni mucho menos, estar amenazando con constituyentes y utilizando, con el accionar del pueblo en la calle, fundamentándose, en supuesto "golpes blandos". Tampoco repetir lo que antes criticaba. Debe estar gobernando con fundamento, articulado y mancomunado, con sus ministros y demás funcionario directo del equipo de gobierno, sin tanta alusión a tendencias ideológicas que ya pasaron de modas. Sus detractores lo provocan y de inmediato responde, cuando debe restarle importancia y seguir adelante con la frente en alto en sus proyecciones.

En La Guajira, no debemos permitir que utilicen el territorio, para maniobras delictivas, con robos similares, a lo ocurrido en Providencia, en el departamento de San Adres, Putumayo sin las entregas de casas, arrasadas por efectos naturales, al igual que en el Cauca y otro departamento, que han requerido de la atención de la UNGRD, constituido este, en una guaca de parlamentarios ladrones, en circunstancias similares a lo que pasó con Odebrecht, Sae, regalías y una cantidad; de instituciones saqueadas, con distribuciones de mermeladas en fachadas contractual, para cumplir con exigencias que montan la mayoría de congresista, para sacarle billetes a los mandatarios, quienes los complacen, para que no jodan y tenerlo contento.

¡LÉELO Y PÁSALO!

# Lo advirtió el funcionario en el marco del encuentro denominado ‘Diálogo por el Progreso’ “Los bloqueos recurrentes en nuestras vías, han generado un impacto negativo en nuestra economía”: Secretario de Desarrollo Económico de La Guajira

El Secretario de Desarrollo Económico de La Guajira, Jorge Armando Figueroa, lideró este martes 7 de mayo un encuentro denominado ‘Diálogo por el Progreso’.

Este tuvo como objetivo generar estrategias y acciones con los distintos sectores económicos, turísticos, empresariales, entre otros, que quieren generar progreso desde sus distintas áreas para el territorio peninsular.

“En nuestro hermoso depar-

tamento, todos queremos ver progreso, desarrollo y bienestar para nuestras familias y comunidades”, dijo Jorge Armando Figueroa.

De igual manera, el funcionario de la gobernación de La Guajira fue enfático al indicar que una de las situaciones que sigue siendo problema para el progreso en el departamento son los constantes paros y bloqueos en las vías.

“Sin embargo, los bloqueos recurrentes en nuestras vías,



Jorge Armando Figueroa, Secretario de Desarrollo Económico de La Guajira.



Rafael Zúñiga, Director de Turismo de La Guajira.



Misael Velásquez Granadillo, Secretario de Gobierno del departamento.



han generado un impacto negativo en nuestra economía, impidiendo que alcancemos nuestro verdadero potencial”, reveló el Secretario de Desarrollo Económico.

Cabe indicar que este encuentro también participaron el Secretario de Gobierno del de-

partamento, Misael Velásquez; el Director de Turismo de La Guajira, Rafael Zúñiga; el Director de Cultura departamental, José Emilio Sierra Arguelles; entre otros.

“Por eso desde la Gobernación de La Guajira estamos trabajando conjuntamente

para establecer soluciones de la mano de los miembros del sector comercial, empresarial, turístico y demás actores, para mitigar la situación actual y promover una economía sostenible en La Guajira”, advirtió el encargado de la cartera de Desarrollo Económico del territorio guajiro.

## Asamblea Nacional de Sintracerrejon revoca cargos directivos por mal manejo de fondos y complicidad



Sintracerrejon revoca cargos directivos por mal manejo de fondos sindicales.

La ASAMBLEA NACIONAL de afiliados de sintracerrejon celebrada el día 03 de mayo de 2024 en el cem 2 salón iguaraya de las instituciones de la mina municipio de Albania, por unanimidad aprueba la revocatoria de los cargos de los señores Directivos, señor Luis Ávila Guerra Fiscal, Por Complicidad en el manejo de los fondos, al permitir la suplantación del representante legal Wilfer Velásquez como presidente de sintracerrejon ante la entidad Bancolombia, pues era conocedor que el Señor OLVER GALINDO AYAZO no era el representante legal sino Tesorero y patrocinador durante 5 años de que el señor Yuri Fargado ya retirado todo este tiempo de la empresa Cerrejón y no miembro de la organización sintracerrejon de que este fungía como tesorero dentro de las firmas autorizadas para visar los retiros de las cuentas bancarias de igual manera el señor Juan Pujol Ibarra Secretario General y señor Olver Galindo Ayazo Tesorero, esto por no cumplir con

sus funciones estatutarias, al no entregar el informe fiscal de los años 2022, 2023, y lo que va del 2024, de las cuentas de manejo de los fondos del sindicato que están en su custodia y manejo financiero, lo cual constituye una falta grave que es violatoria al orden estatutario, el señor secretario pone en consideración la propuesta después de un debate consien-

te y responsable, fue aprobada la propuesta con 19 votos de afiliados y 4 designados que suman 23 en sala los cuales según el ARTICULO 10 general, representan a los afiliados que no asisten a la asamblea para un total de 132 votos.

La revocatoria es de carácter inmediato sin perjuicio de las investigaciones y acciones legales que se deriven de estas. Queda claro que esta sanción se da de acuerdo a los hechos que atentan contra el patrimonio de la organización sindical, que están tipificados como falta grave en el Artículo 58 literales(d), (e) y (f) CAPITULO XII DEL REGIMEN Y LAS SANCIONES.

De igual manera la asamblea general de afiliados de sintracerrejon propone y aprueba la revocatoria y procede aprobar y hacer elección parcial de junta directiva la cual quedó conformada de la siguiente manera.

JUNTA DIRECTIVA SINTRACERREJON PRINCIPALES			
NOMBRES Y APELLIDOS	Nº DE CEDULA	CARGO	CORREO
WILFER ELIJECER VELASQUEZ LOZANO	9153054	PRESIDENTE	wilfervelasquez@sintracerrejon.com
YONIS ALEXANDER DELUQUEZ DIAZ	1118627336	VICEPRESIDENTE	yadis_17@hotmail.com
DARWIN FANOR CASTAÑEDA ROMERO	84084831	SECRETARIO GENERAL	castaneda2022@hotmail.com
ROBINSON CARMONA HERNANDEZ	7887739	TESORERO	robinsoncastaneda@hotmail.com
RICARDO ANDRES TAPIAS ROMERO	1122812152	FISCAL	scastaneda18@hotmail.com
<b>ASIGNACION</b>			
RUBEL ALCIDES CORSO ARCON	17959151	SUPLENTE DEL PRESIDENTE	SECRETARIO DE RELACIONES INTERMUNICIPALES
LILIANA PATRICIA REDONDO GUERRERO	42039052	SUPLENTE DEL VICEPRESIDENTE	SECRETARIA DE SALUD
JUAN RAFAEL CONRADO PIMENTA	5185088	SUPLENTE DEL SECRETARIO	SECRETARIO DE EDUCACION
EDUARDO JOSE CARRILLO OLIVELLA	17974798	SUPLENTE DEL TESORERO	SECRETARIO DE PRENSA Y PROPAGANDA
JOSÉ ENRIQUE MORON GUTIERREZ	84079251	SUPLENTE DEL FISCAL	SECRETARIO DE DEPORTE
RAY ALFONSO GARCIA SUAREZ	1124038183	COMISION DE RECLAMO	raynissacm@sintracerrejon.com

La asamblea general afiliado ordena según el artículo 42-3. del Secretario General literal (k), hacer entrega del depósito del acta de cambio parcial de junta directiva en la dirección territorial del ministerio del trabajo en la ciudad de Riohacha.

**PUBLIQUE, COMUNIQUESE Y CUMPLACE**

Siendo aproximadamente las 12:15 horas se da por terminada la primera asamblea general de afiliados 2024 en Albania la guajira en el sitio denominado CEM 2 dentro de las instalaciones de la mina del Cerrejón salón iguaraya.

**DARWIN CASTAÑEDA**  
Secretario Designado Asamblea

**WILFER ELIJECER VELASQUEZ LOZANO**  
Presidente Asamblea

## Dialogaron sobre estrategias ambientales Director General de Corpoguajira, Samuel Lanao Robles, se reunió con alcalde de La Jagua del Pilar



Corpoguajira y La Jagua del Pilar unen esfuerzos para preservar el medio ambiente y las fuentes hídricas.

Con el fin de articular acciones para trabajar en estrategias para la solución de las problemáticas ambientales de La Jagua del Pilar, el director de Corpoguajira, Samuel Lanao Robles, se reunió con el alcalde de ese municipio, José Amiro Morón. Se informó que los funcionarios manifestaron su intención de sacar adelante proyectos que vayan en beneficio de los ecosistemas estratégicos.

Asimismo, para el fortalecimiento de las estrategias para la conservación de las fuentes de agua que se encuentran en esa población del sur

de La Guajira.

Cabe indicar que el mandatario de La Jagua del Pilar ha venido adelantando acciones consistentes en la preservación del medio ambiente, sobre todo ante los incendios forestales que se presentaron a principio de año en la población.

De igual manera, Samuel Lanao Robles, Director General de Corpoguajira, insistió en el trabajo articulado para poder generar resultados consistentes en la preservación del medio ambiente y las fuentes hídricas en esta zona del sur del departamento.

Para evitar el hurto, la extorsión y el homicidio

## Policía Nacional de La Guajira adelantó jornada de prevención en el municipio de Distracción

En diferentes barrios del municipio de Distracción, sur de La Guajira, los Gestores de Participación Ciudadana realizaron campañas de prevención contra el hurto en todas sus modalidades, la extorsión y el homicidio.

Las acciones de las autoridades buscan reducir estos delitos que afectan a la ciudadanía.

La fuerza pública informó que estos operativos se adelantaron en los puntos con mayor frecuencia de personas en Distracción, municipio ubicado al sur de La Guajira.

“Se van a seguir adelantando estos operativos en otros

municipios de La Guajira para atacar la delincuencia y la criminalidad”, dijo una fuente de la Policía Nacional de La Guajira.

Cabe indicar que Distracción es uno de los municipios de La Guajira con índices a la baja de reducción de delitos, entre ellos

el homicidio, la extorsión y el hurto.

Finalmente, las autoridades confirmaron que estarán ade-

lantando estas estrategias en municipios aledaños a Distracción, tales como Hatonuevo y Barrancas.



Con otras entidades

## Ejército Nacional adelantó jornada de ayuda humanitaria en comunidad wayuu Werratku, en Riohacha

En colaboración con la Fundación Nueva Life, estudiantes de medicina de la Florida Atlantic University, y la Asociación Care Crew SoFlo, se llevó a cabo una significativa jornada de ayuda humanitaria para la comunidad Werrutka, perteneciente a

la población indígena wayuu en Riohacha.

El Batallón Cartagena y el Batallón de Apoyo de Acción Integral y Desarrollo N° 1 se unieron para apoyar la entrega de las donaciones de prendas de vestir y 50 mercados que conte-

nían alimentos no perecederos.

Esta acción, que destaca por su enfoque integral, busca proporcionar asistencia tanto material como educativa a quienes más lo necesitan.

Además de la entrega de alimentos y vestimenta, se lleva-

ron a cabo charlas informativas sobre reanimación, camillaje e inmovilización de fracturas, con el objetivo de capacitar a la comunidad en primeros auxilios.

Asimismo, se ofrecieron diversos servicios de salud, incluyendo exámenes de presión

arterial, optometría básica, análisis de glucosa, lavado de oídos, higiene oral y limpieza de nariz, proporcionados por los estudiantes de medicina y profesionales de la salud voluntarios.

“Estas actividades conjuntas reflejan el compromiso continuo del Ejército Nacional y las organizaciones humanitarias participantes con el bienestar de los grupos étnicos en el departamento de La Guajira. Al trabajar juntos en proyectos de desarrollo comunitario y asistencia humanitaria, se fortalecen los lazos entre la institución militar y la sociedad civil, contribuyendo así al progreso y la equidad en la región”, finalizó el Ejército Nacional.



**I DIPLOMADO DE LECTO ESCRITURA**

# WAYUUNAIKI

**COMUNICATIVO Y FUNCIONAL**



**UAN**  
UNIVERSIDAD  
ANTONIO NARIÑO



**LEXIUSTECH**  
FIRMA DE ABOGADOS

**OBJETIVO**

Conocer y profundizar la escritura y pronunciación del lenguaje Wayuunaiki

**POBLACIÓN**

Profesores, profesionales de la salud, miembros de la fuerza pública, funcionarios públicos y privados, estudiantes y población nacional e internacional interesada en hablar y entender el lenguaje Wayuunaiki

**Duración:** 140 horas    **Modalidad:** Virtual y presencial

**Horario:** Viernes de 4pm - 8pm    **Sabados de 8am 12 am - 2pm - 6pm**

**Fecha de inicio:** 21 de junio    **Fecha de terminación:** 3 de agosto 2024

**INSCRIPCIONES ABIERTAS**

☎ 300 202 0571 - 302 336 4683

✉ lexiusriohacha@gmail.com

Durante el año 2016

## Así lucen los árboles sembrados por Corpoguajira y la comunidad en Maicao

Grandes y frondosos lucen los árboles sembrados por Corpoguajira en el barrio Parrantial de Maicao en el año 2016, durante una jornada de siembra que se realizó junto a la comunidad.

Son muchos los beneficios que hoy gozan sus habitantes con los servicios ambientales que brindan estos árboles maderables y frutales con los cuales se reforestó esta zona residencial de ese municipio.

Entre estos se destaca el mejoramiento de la calidad del aire, el aumento y la conservación de la diversidad biológica, la integración comunitaria, la regulación del ciclo hidrológico y la sensibilización ambiental.

Esta transformación de Altos de Parrantial demuestra el impacto posi-

tivo de las iniciativas de reforestación y la colaboración entre la autoridad

ambiental y la comunidad para proteger y revitalizar el entorno.

Hay que indicar que la dirección general de Samuel Lanao Robles seguirá impulsando este tipo de estrategias ambientales para los 15 municipios de La Guajira.



## En Fonseca, El Molino, Villanueva, San Juan del Cesar, Manaure y Riohacha Dirección de Cultura de La Guajira realizó la entrega de más de 100 instrumentos musicales

Desde la Gobernación de La Guajira a través de la Dirección de Cultura en articulación con el Ministerio de Cultura se llevó a cabo la entrega de más de 100 instrumentos musicales.

Cabe indicar que este esfuerzo busca brindar oportunidades a jóvenes talentosos y apoyar el crecimiento artístico en La Guajira.

Hay que decir que el programa 'Sonidos para la Construcción de Paz', busca fomentar el desarrollo cultural y la promoción de la paz en el Departamento, por eso municipios como Fonseca, El Molino, Villanueva, San Juan del Cesar, Manaure y Riohacha fueron los beneficia-



Entrega de más de 100 instrumentos musicales impulsa talento y desarrollo artístico en La Guajira.

dos de este programa.

Cabe indicar que la Secretaría de Educación, Cultura y Deporte Municipal de Villanueva acompañó a Insprosur Villanueva en la entrega de varios

instrumentos musicales realizada por el Ministerio de Cultura, a través de la Dirección de Cultura de La Guajira, como parte del Programa 'Sonidos para la Construcción de Paz'.

Informó la administración municipal de Villanueva que estas dotaciones son el resultado de una convocatoria abierta llevada a cabo en el año 2023, en la que participaron varias insti-

José Emilio Sierra, director.

tuciones del departamento.

"Este programa tiene como prioridad evidenciar y fortalecer las expresiones culturales propias de los territorios", dijo la alcaldía de Villanueva, que lidera Cielomar Peñaloza de La couture.

## Las investigaciones iniciales se dieron en el subcaso Costa Caribe del Caso 03

# JEP intervino cementerio de San Juan del Cesar para verificar cuerpos vinculados con 'Falsos Positivos'

La JEP decretó una medida cautelar sobre el cementerio San Juan del Cesar, La Guajira, para que sea intervenido debido a que en este lugar se encuentran inhumados cuerpos en condición de no identificados e identificados no reclamados

y que corresponderían a personas desaparecidas durante el conflicto armado.

Las investigaciones iniciales se dieron en el subcaso Costa Caribe del Caso 03, que investiga los asesinatos y desapariciones forzadas presentadas como

bajas en combate por parte de la fuerza pública antiguamente conocidas como 'Falsos Positivos'.

El trabajo adelantado por el Instituto de Medicina Legal, la Unidad de Búsqueda de Personas Desaparecidas (UBPD) y la Jurisdicción llevó a que se tomaran las medidas pertinentes y es por eso que la Sección de Ausencia de Reconocimiento de verdad y Responsabilidad del Tribunal para la paz consideró necesario avocar trámite cautelar con respecto a este lugar.

La Jurisdicción encontró que existen serios riesgos de conservación de los cuerpos dispuestos en este cementerio y esto afectaría los derechos de las víctimas.

La intervención del cementerio, que inició este 6 de mayo,



La JEP ordena intervención del cementerio San Juan del Cesar en La Guajira para recuperar cuerpos relacionados con desapariciones durante el conflicto armado.

es coordinada entre la UBPD y la JEP y culminará cuando se recuperen todos los cuerpos no identificados.

Los cuerpos que se recuperen serán puestos a disposición

de las entidades competentes para que se adelante el proceso de identificación o de confirmación de las identidades y se puedan realizar las entregas dignas correspondientes a las familias.



## En Riohacha, Uribia, Dibulla y Manaure

# Corpoguajira fortalece la formación ambiental en comunidades costeras

En la Corporación Autónoma Regional de La Guajira (Corpoguajira), están comprometidos con el bienestar ambiental y el desarrollo sostenible de nuestras comunidades costeras.

Por ello, las autoridades ambientales siguen avanzando con éxito en las estrategias de formación y sensibilización ambiental, especialmente dirigidas a los pescadores de Riohacha, Uribia, Dibulla y Manaure.

"Como parte de este proyecto, realizamos jornadas lúdicas e informativas con los pescadores, centradas en el manejo



adecuado de residuos sólidos", dijo la máxima entidad ambiental del departamento de La Guajira.

Cabe indicar que esta iniciativa busca fomentar prácticas sostenibles que ayuden a proteger los ecosistemas marinos y costeros.

La coordinación de Educación Ambiental de Corpoguajira lidera esta importante iniciativa, promoviendo la conciencia ambiental y fortaleciendo el compromiso de las comunidades con la preservación de nuestros recursos naturales.



Toque aquí para unirse a nuestro grupo de noticias y recibir a diario el periódico

www.guajiranews.com | @Guajiranews



(301) 330-83-00

¡LÉELO Y PÁSALO!

# Ojo, tome nota de las 5 razones para **evitar dormir con brasier**

**D**ormir con brasier, es una de las inquietudes más comunes que las mujeres tienen con respecto al uso que se debe hacer en la noche de la prenda. Son varias las incógnitas surgidas por las molestias experimentadas, con sensaciones de tensión en las mamas; por la tela, varillas o estilo del sostén.

Es así como la Dra. Lizeth Garzón, ginecóloga y obstetra de los Centros Médicos Colmédica, explica que, alrededor del uso del brasier en las noches se han construido diversos mitos, que van desde creencias como la caída de los senos debido al peso y la gravedad, hasta otros que juzgan su uso como un aumento en el riesgo de desarrollar cáncer de mama. Sin embargo, independiente de su utilización o no, la recomendación es elegir siempre sostenes cómodos, que no comprimen demasiado y que permitan el soporte adecuado y necesario para cada mujer.

## ¿Dormir con brasier es malo?

De acuerdo con la Dra. Lizeth Garzón, ginecóloga y obstetra de los Centros Médicos Colmédica, dormir con brasier no es del todo malo. "Lo recomendado es que a la hora del descanso la piel se encuentre libre para que haya una adecuada transpiración; sin presiones adicionales que se pueden originar a causa de los alambres y aros de los sujetadores", destaca.

En este sentido, no existen enfermedades que se encuentren asociadas al uso de brasier. No obstante, para aquellas mujeres con hipersensibilidad al roce, se recomienda el uso de tops con telas transpirables. Materiales como el algodón y que estén libres de aros, porque genera fricción debido a la posición que el cuerpo adquiere al momento del descanso.

## Mitos y realidades que

### existen alrededor del uso del brasier

Según la Dra. Lizeth Garzón, ginecóloga y obstetra de los Centros Médicos Colmédica, algunos de estos son:

- **Provoca cáncer de mamá.** No es verdad que usar brasier cause cáncer u otras patologías. Ni el material, el tamaño, el modelo u otro aspecto relacionado, incide o tiene relación alguna con el riesgo de contraer cáncer de mama.

- **El uso del brasier ayuda al dolor de espalda en mujeres con volumen mamario.** Es verdad, debido a la disminución que el brasier aporta en la tensión de los ligamentos suspensorios de Cooper (órganos que permiten que la mama se mantenga en su posición).

- **Las mamas se "caen" por no usar brasier.** No es verdad. El uso del sujetador al dormir no evitará que el pecho pierda firmeza. Las mamas se caen porque a medida que avanza la edad el tejido glandular mamario va cambiando. Es así como se va poniendo laxo, más aún si se suman factores como: antecedente de lactancia, fluctuación de peso corporal, fumadoras, entre otros factores.

- **En mujeres con rutinas intensas de actividad física es beneficioso.** Aquellas mujeres cuyas rutinas de ejercicio durante el día se caracterizan por ser de una alta intensidad, el uso de un adecuado sostén reduce el riesgo de dañar el tejido graso de las mamas.

- **Usar brasier aumenta el volumen de las mamas.** No es verdad que, con el uso en las noches del sostén, se incremente el tamaño de los senos. Por el contrario, lo que se puede producir es que el flujo sanguíneo no circule adecuadamente, generando retención de fluidos o una inflamación crónica.

### Beneficios de evitar dormir con brasier

Algunos beneficios, explica la Dra. Lizeth Garzón, ginecóloga y obstetra de los Centros Médicos Colmédica, son:

**1. Aminora la tensión a nivel del tejido mamario:** evitar el uso de brasier al dormir mejora el drenaje linfático, lo que permite optimizar el proceso en la eliminación de toxinas de la zona del seno. Así mismo, evita la retención de fluidos, la molestia causada por elementos como los aros de metal y la inflamación de las mamas.

**2. Menor riesgo de dermatitis de contacto:** existen diferentes tipos de materiales de los

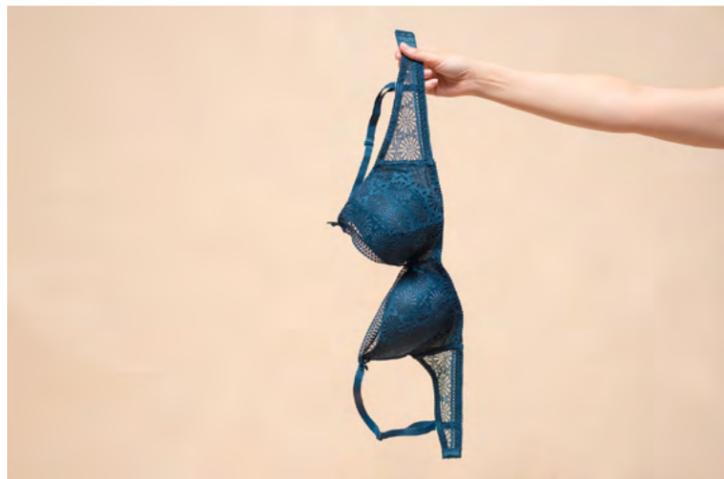
que están compuestos los sostenes y que causan reacciones en la piel como alergias, dermatitis u otras afecciones. A su vez, utilizar un brasier ajustado en las noches puede provocar fricción, irritación y daños en la zona de contacto con la piel.

**3. Restaura la circulación de manera adecuada:** en ocasiones, los brasieres ejercen más presión de la normal sobre la zona del pecho, lo que afecta la respiración y la circulación sanguínea. Cuando las mujeres se despojan del uso del brasier para dormir, luego de un uso durante horas, la sangre fluye de mejor manera en esta zona del cuerpo, restaurando así, la circulación de forma adecuada.

**4. Mejora la calidad de sueño:** como ya se ha mencionado, llevar sujetador durante la noche estimula un sueño molesto e inquieto. Por lo tanto, uno de los beneficios de no llevar sujetador en la cama es que mejora el sueño. La falta de sueño de buena calidad produce cansancio, problemas de memoria y un estado de alerta mental reducido al día siguiente.

**5. Permite a la piel tener un descanso para recuperarse:** las marcas dejadas por los broches, aros de metal o costuras del brasier, hace que estas huellas se vuelvan permanentes en la piel. Por ello, a la hora de dormir se puede evitar su uso para que la piel de esta zona recupere su forma original. Así mismo, se reduce la probabilidad de sufrir heridas ocasionadas por los tirantes del sujetador, que al estar en contacto con la piel causa lesiones.

En definitiva, el uso o no de brasier es muy personal, lo importante es elegir sostenes diferentes a los que se emplean durante el día. La prenda debe estar diseñada para el descanso y la comodidad. Por tanto, no debe tener aros de metal ni costuras ceñidas que reaccionen negativamente en el cuerpo.



¡LÉELO Y PÁSALO!

# ¿Cuál es la legumbre rica en hierro que ayuda a prevenir la anemia?

Es uno de los pilares de la alimentación de quienes no comen carne, pero aporta beneficios a cualquier persona que la consuma. Cómo incorporarla a la dieta para aprovechar sus nutrientes

Las legumbres son una especie vegetal de la familia leguminosas -conocida comúnmente como la familia de los guisantes-. Estas semillas comestibles son consumidas desde hace miles de años por seres humanos y animales.

Son fuente de vitaminas, hierro, proteínas, lo que las vuelve un pilar fundamental de la alimentación de quienes no comen carne. Y en ese sentido, hay una legumbre que se destaca por sobre el resto: la lenteja.

Sin embargo existen muchas más, ya que entre las más conocidas y consumidas en todo el mundo se destacan los porotos (en todas sus variedades), las habas, los garbanzos, las arvejas, entre otras.

## Los beneficios para la salud de las lentejas

En un diámetro que suele oscilar entre los 3,5 y 4,5 milímetros una lenteja atesora infinidad de nutrientes clave para la salud.

Para empezar, debido a que no poseen colesterol ni grasas saturadas son fáciles de digerir. Además, tienen un alto contenido de fibra y minerales, y son fuente de hierro, fósforo, calcio, magnesio y selenio.

En ese sentido, los expertos en nutrición destacan que contienen un 23% más proteínas que las alubias o los garbanzos, lo que las vuelve uno de los mejores sustitutos de las carnes rojas.

Esas proteínas ayudan al desarrollo de la masa muscular y facilitan la reparación celular. Además de contribuir en la formación de las células de defensa del organismo, por lo que ayudan a fortalecer el sistema inmunológico y ayudan a prevenir enfermedades e infecciones.

Al tener mucha fibra, esta legumbre ayuda a regular los procesos digestivos, y ayudan a reducir los niveles de colesterol en sangre, ya que son fuente de fibra soluble e insoluble, lo que reduce la absorción de grasas en el intestino, además de aumentar la secreción de ácidos biliares, inhibiendo la producción de colesterol en el hígado.

Asimismo, el gran contenido en fibra contribuye a estabilizar los niveles de azúcar en la sangre, reduciendo los picos de glucemia después de comer y mejorando de este modo la resistencia a la insulina.

Además, colaboran a prevenir el aumento de peso, por ser bajas en calorías (por cada 100 gramos aportan 116 calorías) y tener un gran poder saciante.

## ¿Cómo ayudan a prevenir la anemia las lentejas?

Las lentejas son ricas en hierro, un mineral que mejora el transporte de oxígeno en la sangre. Esto puede ayudar a mejorar el rendimiento físico y también promover la formación



Las legumbres tienen un extenso tiempo de conservación, con lo cual pueden almacenarse por largos períodos de tiempo sin perder su valor nutricional



Entre las legumbres más conocidas y consumidas en todo el mundo se destacan los porotos, las habas, los garbanzos, las arvejas y las lentejas



Las lentejas son fuente de vitaminas, hierro, proteínas, lo que las vuelve un pilar fundamental de la alimentación de quienes no comen carne



veles de hierro en la sangre.

## ¿Cómo incorporar las lentejas a la dieta diaria?

La versatilidad de las lentejas a la hora de sumarlas a la alimentación permite incorporarlas en recetas tanto dulces como saladas.

Algo importante que conviene saber es que antes de cocinar las lentejas, es conveniente enjuagarlas con agua y ponerlas en remojo durante 8 a 12 horas.

Luego, desechar el agua, colocar las lentejas en una olla, cubrir las con agua y cocinarlas hasta que estén tiernas.

Es importante ponerlas en remojo porque las lentejas contienen compuestos llamados antinutrientes, tales como fitatos, ácido fítico y taninos, que cuando se consumen en exceso, pueden provocar gases y reducir la absorción de proteínas, hierro y otros nutrientes.

## ¿Cómo absorber mejor el hierro de las lentejas?

No es un secreto que para absorber mejor los nutrientes de los alimentos, la manera en que estos se combinan es clave. Y las lentejas no son la excepción.

A continuación, algunos consejos para tener en cuenta:

- **La vitamina C, la gran aliada.** Para aprovechar mejor el hierro de las legumbres es aconsejable aumentar la presencia de sustancias que ayudarán a mejorar la solubilidad del hierro, como la vitamina C y el ácido cítrico. Así, puede combinarse el consumo de lentejas con alimentos ricos en esta vitamina como los tomates, los cítricos y los pimientos rojos, que favorecen la disponibilidad y permite absorber el hierro a través de la mucosa. Elegir como postre una fruta como naranja, kiwi, mandarina o pomelo es otra opción.

- **Combinar con sulfuro.** La unión de sulfuro al hierro y el zinc favorece su absorción. Y esto se resuelve simplemente añadiendo alimentos como cebollas o ajo a las legumbres, una mezcla que ayudará a aumentar la absorción de estos minerales.

- **Evitar el café y el té.** Es una de las combinaciones que, al contrario de las anteriores, limitan la absorción de hierro. Bebidas como el café y el té, que contienen taninos y polifenoles, así como de bebidas carbonatadas como los refrescos, también limitan la absorción de hierro. Será mejor evitar tomarlas durante la comida o inmediatamente después.

- **Cuidado con el calcio.** Si bien es otro nutriente fundamental en la alimentación y la salud, también inhibe la absorción de hierro. La combinación hierro-calcio no funciona bien ya que ambos interactúan entre ellos y luchan por ser absorbidos, y el resultado es la limitación de la biodisponibilidad de los dos.

de músculos.

Y sobre todo, las vuelve grandes aliadas para prevenir la anemia precisamente por sus excelentes cantidades de hierro, que actúa en la producción de hemoglobina.

Asimismo, las lentejas son ricas en ácido fólico, una vitamina que favorece la formación de células sanguíneas, contribuyendo de este modo a mantener los ni-

Zona rural de Hatonuevo

# Capturan a siete miembros de la Policía Nacional por irregularidades en devolución de vehículo

Siete integrantes de la Policía Nacional, incluidos seis subintendentes y una patrullera, fueron capturados el pasado lunes en relación con una investigación por presunta corrupción y acceso indebido a sistemas informáticos. Los arrestos, coordinados por la Fiscalía General de la Nación, se llevaron a cabo mayormente en sus lugares de

trabajo y en parte en la Seccional de Tránsito (Setra).

La investigación, dirigida por un fiscal y autorizada por un juez de la República, se centra en los delitos de concusión y acceso abusivo a sistemas informáticos agravado. Según la Fiscalía, los hechos investigados ocurrieron en un puesto de control en La Crítica, municipio de Hatonuevo,

ubicado en el kilómetro 35 de la carretera nacional, donde los oficiales presuntamente exigieron pagos a cambio de la devolución de un vehículo a su propietario.

La denuncia original fue presentada el año pasado, y se alega que los implicados habrían recibido transferencias electrónicas como parte del esquema para devolver el automotor.



Felipe Pérez Gómez, capturado.

Maicao

# Capturado al presentarse ante las autoridades por violación sexual

Después de presentarse voluntariamente ante las autoridades, manifestando que era buscado por cometer violación sexual, un hombre fue detenido de manera inmediata.

El hecho sucedió el pasado lunes 6 de mayo, en la calle 15 con la carrera 16, del barrio Centro en Maicao; quien aseguró tener un proceso penal abierto en su contra.

Los integrantes de la Poli-

cía Nacional le solicitaron se identificara, percatándose que responde al nombre de Felipe Pérez Gómez, con cédula expedida en Turbana, departamento Bolívar.

Allí quedó evidenciando que en su contra reposa una orden de captura vigente por el delito de acceso carnal violento agravado, con fecha de los hechos del 15 de abril del 2023.

En la base de datos le figuró

estar requerido por la Fiscalía Local 10 Local Caivas de Maicao y la medida del Juzgado Primero Penal Municipal con funciones mixtas de este mismo municipio.

Por tal razón, los uniformados procedieron a leerle sus derechos y materializarle la decisión en su contra, siendo dejado a disposición de la Fiscalía URI Local en turno.

Maicao

# Llevaba 180 gramos de marihuana y lo arrestaron

Cuando realizaban un patrullaje, la Policía Nacional reportó la incautación de 180 gramos de marihuana y arrestaron a quien lo portaba en vía pública.

Los uniformados observaron a tres ciudadanos, uno de ellos quien vestía camiseta negra, pantalón jeans azul y con un canguro gris terciado en el pecho, se mostró nervioso.

Este colocó una bolsa blanca

en el suelo y los policiales les pidieron un registro a personas, preguntándole al de negro que, si la bolsa a su lado era de su propiedad y este manifestó que sí.

Al revisar el paquete encontraron que en su interior contenía una sustancia verde que por su olor y características vegetales se asemeja a la marihuana.

Las autoridades le pregunta-

ron por qué la llevaba manifestando era de él y la tenía para su consumo. De inmediato, le pidieron su identificación indicando llamarse Jesús David Molina Velázquez, de 21 años.

Este hecho policial se registró en la calle 16 con la carrera 26 del barrio Pastrana, en el municipio Maicao, el pasado lunes 6 de mayo, hacia las 11 de la noche.



Jesús David Molina Velázquez, de 21 años, capturado.

# Recuperan dos motos en Maicao y detuvieron a uno de los conductores



Dos situaciones policiales diferentes, dejaron como resultado la recuperación de dos motocicletas en vías urbana de Maicao, y en uno de las intervenciones hubo un detenido.

Al cuadrante de la Policía Nacional ingresa una información de una empresa de GPS, donde manifiestan que hacía unos

minutos se habían hurtado una motocicleta.

También indicaron que la ubicaron en la calle 4 entre las carreras 16 y 17, barrio Loma Fresca, los uniformados al llegar buscaban el rodante Bajaj, línea CT 100, color negro con verde, placa YRF 15F.

Los policiales la ubicación en la zona indicada y

al llegar se observa un vehículo con las características informadas y abandonada. El propietario aseguró que se la llevaron halada de la puerta de su casa-

En el barrio El Carmen la comunidad señaló a un ciudadano con suéter blanco, pantaloneta negra y chanclas negras con rojo; manejando una motoci-

cleta por la carrera 28 vía Carraipía, robada a una femenina.

Los policiales logran interceptarlo a la altura de la calle 9 entre las carreras 20 y 19, identificando al conductor como Harold Elías Mercado García; quien fue capturado con una Honda, línea C-100-wave.

Publiche sus **edictos** con nosotros

**¡Al mejor precio!**

www.guajiranews.com | @Guajiranews

**¡Contáctenos!**

(300) 508-74-45  
 (301) 330-83-00 / (300) 649-05-73  
 Cra 7 N° 10 - 40 Of 102 / Riohacha, La Guajira

¡LÉELO Y PÁSALO!

# Valledupar en sus 57 festivales con Old Parr

Por: Paul Bolaño Saurith

En los pliegues de la brisa caribeña, entre las corrientes que susurran secretos ancestrales, la leyenda de Old Parr se desplegó como un pergamino dorado.

Navegando desde tierras lejanas, este whisky escocés, con su esencia de maltas añejas y su alma inquieta y latina, encontró su destino a orillas del río Guatapurí.

Llegó con tal ahínco que entre chanza y chanza le dio un nuevo nombre a la tierra que lo acogió, fue así como por allá en el 67, en medio del auge del whisky, Valledupar se convirtió en el Valle de Old Parr. Allí, en esta ciudad mágica, halló su cuna, y como un viajero fatigado, fue acogido con brazos abiertos. Poco a poco, su aroma se fundió con el aire caliente, y su sabor se entrelazó con el ritmo del acordeón y los versos de los juglares.

Este año, se cumplen 57 festivales desde que tres personas: Rafael Escalona, Consuelo Araujo y Alfonso López Michelsen, se unieron para conservar el patrimonio musical de todo un país, para que historias, mitos y leyendas que se contaban a través de la música, llegaran a todos los colombianos de una manera especial. No es casualidad que esta edición rinda homenaje a Iván Villazón, que en uno de sus versos más reconocidos menciona "Aunque busque consuelo y veas a alguien conmigo, ni siquiera el Old Parr, ha podido contigo".

Generación tras generación, las noches estrelladas, los patios, las parrandas, las tertulias han sido la excusa para brindar con Old Parr, algunos lo prefieren con soda, otros tantos lo piden puro, con su etiqueta desgastada por el tiempo y su corcho envejecido, ha vivido bajo sus propias reglas, como un trovador errante y en cada sorbo,



La danza del pilón es el acto con el cual se da apertura al Festival de la Leyenda Vallenata, cada año.

se despliega una sinfonía de sabores que acarician el paladar.

Es la palmada en el hombro que alza el ánimo, el oído dispuesto para las confidencias, el amigo fiel. No es solo un whisky; es un libro de historias, un brindis por la vida.

En el corazón del Valledupar donde el viento lleva ecos de acordeones y las calles vibran al ritmo de la caja vallenata, se celebran las leyendas. No son muchos quienes tienen el privilegio de ser considerados de esa forma. Algunos de ellos aun nos acompañan, otros ya se fueron de este plano, lo cierto es, que aquí tendrán la certeza de que nunca serán olvidados.

Bienvenidos al valle de Old Parr, tierra de cantores, donde nacen las leyendas. Si de ellas hablamos, varios nombres resplandecen:

## Gonzalo Arturo «El Cocha» Molina

Rey de reyes, dueño de un acordeón que canta con audacia. Sus notas desafían las estrellas y se sumergen en el alma de quienes escuchan. El atrevimiento es su firma, y su música fluye como un río indomable. Su padre, Arturo, tocaba la guitarra con los grandes, y en esa heren-

cia, El Cocha Molina encontró su voz. Ha acompañado a los cantantes vallenatos más célebres, y su acordeón es un puente entre el pasado y el presente.

## Darío Pavajeau Molina

Gallero y anfitrión, lleva en su sangre el vallenato. Su padre, Roberto Pavajeau Monsalvo, fue un visionario que desafió las convenciones sociales y llevó la música a las parrandas. En las

noches de Valledupar, Darío se convierte en un guardián de las tradiciones. Su historia es un capítulo vibrante en el libro del vallenato, y su amor por esta tierra es inquebrantable.

## Gustavo Gutiérrez Cabello

Su historia se teje en las calles empedradas de Patillal, ese rincón de juglares y melodías. La vena musical fluye desde su bisabuela, Juanita Monsalvo, una pianista cienaguera cuyas notas se entrelazaron con el patriarca Tobías Gutiérrez. En su vejez, cuando la memoria se tambalea como un danzón nostálgico, Gustavo confiesa que las ciudades le incomoda. Pero es ese aire perdido de la ciudad moderna lo que lo inspira. Así, compuesto "Rumores de Viejas Voces", una melodía que resonó en el Concurso de la Canción Inédita del Festival Vallenato en 1969. Desde entonces, El Flaco de Oro ha tejido más de cien canciones, hilando el folclor vallenato en su telar de sueños.

## Efraín El Mono Quintero

Arquitecto de notas y pintor de melodías, pinta el vallenato con los colores de su alma. Inspirado por la tierra que lo vio nacer, su paleta se llena de matices cotidianos. Las texturas de sus composiciones son como pinceladas en un lienzo, y el realismo mágico se funde con la música en sus obras. El Mono Quintero, vicepresidente de la Fundación del Festival Vallenato, es un guardián de la tradición. En las aulas de la Escuela de Bellas Artes de Valledupar, enseñó a los jóvenes a bailar con los acordes y a pintar con las notas. Su vida es un mural de colores, y en cada trazo, el vallenato canta su historia.

Así, en el valle de Old Parr, donde las notas y las leyendas se entrelazan, el festival cobra vida. Las guitarras y los acordeones se alzan como estandartes, y el espíritu de la música fluye como un río eterno. Este testigo dorado y silencioso, sigue brindando, porque en Valledupar, cada sorbo es un verso, y cada encuentro es una leyenda.



## Carlos Amarís, exitoso en el Festival Vallenato y rumbo a Bucaramanga

Por: Paul Bolaño Saurith

El cantautor Carlos Amarís, fue muy exitoso en sus seis presentaciones en el 57 Festival Vallenato en Valledupar y emprende gira promocional por Bucaramanga, 'La Ciudad Bonita'.

Carlos Amarís actuó en el Parque La Provincia, Hora de Beber, Las Chelas, Megaconcierto de la Nueva Generación I, y dos eventos privados.

El artista emprende viaje en la presente semana para Bucaramanga con fin de promocionar sus nuevos sencillos: El que come callao, Kamasutra, Báilame, Si tú me dejas, y Repeat play.

Carlos Amarís está en los primeros lugares en Valledupar con la canción 'Come callao', que se proyecta para todo el país, por esa picardía y magistral interpretación que tiene este tema que a todos pone a bailar.



## Beto Zabaleta, se lució en el 57 Festival Vallenato

Por: Paul Bolaño Saurith



El cantante Beto Zabaleta, se lució en todos los conciertos del 57 Festival Vallenato en Valledupar con su impecable voz, su nueva puesta en escena, y ese excelente catálogo de canciones que puso gozar a todos sus seguidores en la máxima fiesta de acordeones que tiene Colombia.

'El Todoterreno del Vallenato' realizó siete conciertos donde los aplausos, emociones y elogios fueron factores comunes

que resaltaron sus presentaciones.

Las canciones: Cuando la vi, La formulita, Así no es ella, Un collar de versos, No me vuelvas a ilusionar, entre otras, generaron esa historia colectiva en todos escenarios de la Capital Mundial del Vallenato.

Beto Zabaleta fue el señor caballero que en la entrada y salida de cada sitio tuvo el gusto de saludar a sus seguidores, estrechar su mano y compartir la experiencia de las fotos para los bellos recuerdos del 57 Festival Vallenato.

En el mes de mayo, Beto Zabaleta seguirá por diferentes ciudades de Colombia donde será el artista estelar para celebrar el Día de las Madres y ya la radio nacional comenzó a sonar ese clásico 'Lo más lindo del mundo', dedicado a esos seres queridos.

# Olmedo López declaró ante la Fiscalía y entregó matriz de colaboración en el megacaso de corrupción en la Ungrd

Durante más de tres horas, el exdirector de la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo entregó información de valía sobre lo que habría sido la red tuvo sus tentáculos al interior de la entidad, que quedó al descubierto con la adquisición de carrotanques para el suministro de agua en La Guajira

En las instalaciones del búnker de la Fiscalía General de la Nación, en Bogotá, el exdirector de la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres (Ungrd) Olmedo López entregó declaración juramentada sobre lo que habría sido su participación en el entramado de corrupción al interior de la entidad, y la matriz de colaboración para establecer qué otros personajes del Gobierno nacional y del Congreso de la República se aprovecharon de los recursos estatales.

López, que ya tiene sus cuentas bancarias embargadas, al igual que sus propiedades, tras la decisión de la Contraloría General de la República, que determinó un posible detrimento patrimonial de cerca de \$47.000 millones de pesos, al igual que Sneyder Pinilla, ex subdirector del riesgo de la entidad, entregó su versión durante más de tres horas, luego de finalmente acudir a la cita fijada por el ente acusador, en compañía de su abogado, José Moreno Caballero.

Lo hizo ante Andrea Muñoz, fiscal 79 de la Dirección Especializada contra la Corrupción, y María Cristina Patiño, fiscal novena delegada ante la Corte Suprema de Justicia, que escucharon de forma atenta lo dicho por el extitular de la Unidad: que



Olmedo López, exdirector de la Ungrd, investigado por el escándalo de los carrotanques de La Guajira

llegó en mayo de 2023, y que tras el escándalo renunció a su cargo en marzo de 2024, luego de las denuncias periodísticas que pusieron en evidencia las aparentes irregularidades en la compra de 40 vehículos para el suministro de agua.

La cooperación prometida por López incluye la delación de funcionarios y políticos involucrados, así como la revelación de métodos corruptos para favorecer la aprobación de reformas gubernamentales mediante so-

bornos para la adjudicación de contratos. Una red que quedó al descubierto tras la adquisición de 40 carrotanques para el suministro de agua en La Guajira, por el orden de los \$46.800 millones de pesos; al igual que otros cuestionados contratos de la Ungrd.

### Así fue la diligencia en la que participó Olmedo López

Luego de que la Fiscalía entregó al exfuncionario un es-

quema de seguridad, luego de las amenazas de muerte que denunció en los últimos días, López puso a disposición una matriz de colaboración en la que habría relacionado nombres de otros miembros del Gobierno nacional, entre los que estarían ministros, al igual que de congresistas, como integrantes activos de la red que se habría adueñado de jugosos contratos al interior de la unidad; en especial, los de La Guajira.

Sobre el particular, el orga-

nismo de investigación judicial, tras tomar conocimiento de estas acusaciones, transfirió el expediente a la Corte Suprema de Justicia, para que inicie un proceso que promete exponer completamente la magnitud de la corrupción en la entidad.

"La historia me dará la razón, en la medida en que he decidido romper mi silencio. Aun cuando mis anteriores amigos hoy me satanizan y se burlan de mí, haciendo uso del micrófono a través de sus amigos, dejando ver que esto que estoy haciendo es una especie de espectáculo, cuando en realidad estoy asumiendo un riesgo de muerte con muchísima valentía y gallardía", dijo López, en un audio que se conoció previo a la declaración juramentada.

Según el exdirector de la Ungrd, ha sido víctima de un "sin número de comentarios y amenazas", pues es visto como un traidor por parte de quienes serían sus aliados en la red corrupta que habría corroído la unidad. "A ellos les quiero decir que hace 32 años empezamos una lucha que buscaba transformar para bien la historia de Colombia. Ustedes y yo lo sabemos, y en el camino nos equivocamos", agregó López, que hizo saber su arrepentimiento ante estas "malas prácticas".

# ADRES gira \$3,9 billones directamente a clínicas, hospitales y proveedores de servicios de salud del país

La Administradora de los Recursos del Sistema de Salud (ADRES) les giró en abril \$3,9 billones directamente a clínicas, hospitales y proveedores de servicios de salud del país. En total, los recursos llegaron a 3.261 Instituciones Prestadoras de Servicios (IPS) por orden de 26 EPS.

Según el director (e) de la ADRES, César Jiménez, "el pago de estos recursos representa un aumento del 77 %, respecto al promedio girado por la entidad en meses anteriores". Al régimen subsidiado correspondieron \$2,37 billones, mientras que para el contributivo fueron \$1,55 billones.

### Avances en la transformación del modelo

El mecanismo de giro directo permite que los recursos lleguen de manera oportuna a las IPS,

tanto públicas como privadas, en todo el territorio nacional.

La ADRES reiteró que para recibir estos recursos no se precisa intermediarios. El proceso de cuentas para aplicar al giro directo es realizado entre las EPS y las instituciones que reciben el pago, IPS y proveedores. Finalmente la ADRES realiza el giro.

Esta histórica transferencia de recursos es muestra del compromiso del Gobierno del Cambio con el fortalecimiento del sistema de salud y la garantía del derecho fundamental a la salud para todos los colombianos.

Estas acciones se enmarcan en la transformación del modelo de salud impulsada por el Gobierno, priorizando la atención oportuna, la sostenibilidad financiera del sistema y el acceso universal a los servicios.



La Administradora de los Recursos del Sistema de Salud entregó en abril estos recursos a 3.261 IPS por orden de 26 EPS.



Si no recibe nuestro periódico en PDF vía WhatsApp, lo puede visualizar y descargar en nuestra página web ¡Todos los días!

[www.guajiranews.com](http://www.guajiranews.com)



¡LÉELO Y PÁSALO!

# Cinco mujeres poderosas en la industria de la tecnología

Pese a los ambientes de trabajo no inclusivos, profesionales como Sheryl Sandberg, lograron destacar para luego ser consideradas como influyentes figuras de Silicon Valley

Las mujeres en el mundo de la tecnología han enfrentado históricamente desafíos significativos debido a la brecha de género, el acoso y la representación limitada en puestos de liderazgo y roles técnicos. Sin embargo, hay muchas que lograron romper barreras para convertirse en referentes e inspiraciones en una industria aún mayoritariamente liderada por figuras masculinas.

Este es el caso de la estadounidense, Sheryl Sandberg, quien ha sido considerada como la mujer más poderosa de Silicon Valley. Asimismo se encuentra, Adriana Ocampo, una geóloga colombiana que logró escalar hasta convertirse directora del programa de ciencia de la NASA.

Lo cierto es que durante los últimos años se ha estado gestando un cambio en este sector, con un creciente reconocimiento de la importancia de la diversidad y la inclusión femenina en desarrollo de la tecnología, que pese a la falta de reconocimientos, siempre se ha visto beneficiada por el aporte de las mujeres.

Un ejemplo de ello son las siguientes cinco profesionales que han cosechado grandes éxitos y el respeto de todos sus pares gracias a sus capacidades

intelectuales y de liderazgo.

## Sheryl Sandberg - Líder en la intersección de tecnología y negocios

Sheryl Sandberg ha dejado una marca indeleble como una de las mujeres más influyentes en el ámbito tecnológico y empresarial. Durante sus 12 años como Directora de Operaciones de Facebook (ahora Meta), fue fundamental en la transformación de la startup en una de las empresas más poderosas del mundo.

Además, siempre abogó por la inclusión de las mujeres en puestos de liderazgo tanto dentro como fuera de la industria tecnológica, inspirando a generaciones a través de su libro "Lean In: Women, Work, and the Will to Lead".

## Ginni Rometty - Una mujer que aportó al futuro de inteligencia artificial

Ginni Rometty, quien por ocho años se desempeñó como presidenta y CEO de IBM, es conocida porque logró orientar a la compañía hacia la era de la inteligencia artificial y la nube.

De hecho, bajo su dirección, IBM adquirió The Weather Company y Red Hat, reafirmando su compromiso con la innovación

tecnológica y el crecimiento a través de la IA.

Asimismo, Rometty ha enfatizado la importancia de la transparencia y la ética en el desarrollo y uso de esta tecnología, allanando el camino para que futuras generaciones exploren las posibilidades respetando los principios éticos.

## Susan Wojcicki - Pionera en la expansión de YouTube

Como CEO de YouTube, Susan Wojcicki, fue por casi 10 una figura clave en la transformación de la plataforma de compartir videos en una potencia global para creadores de contenido y anunciantes.

Wojcicki que alquiló su garaje a los fundadores de Google, Larry Page y Sergey Brin, se unió

a la gigante de las búsquedas en sus inicios y contribuyó al desarrollo de AdSense.

Bajo su liderazgo, YouTube también implementó políticas para proteger a los creadores y usuarios, al tiempo que expande su alcance e influencia en la cultura global.

## Adriana Ocampo - Geóloga planetaria y líder científica de la NASA

Esta colombiana se ha destacado en la Administración Nacional de Aeronáutica y el Espacio como geóloga planetaria y es una figura clave en la exploración del sistema solar.

Además, Ocampo ha jugado un papel crucial en varias misiones importantes de la NASA, incluyendo la misión a Júpiter y

el estudio del cinturón de asteroides. Mientras que es conocida por su trabajo en la investigación del cráter de Chicxulub, asociado a la extinción de los dinosaurios, lo cual ha tenido un impacto significativo en el entendimiento de eventos catastróficos en la historia de la Tierra.

Su pasión por el espacio y la ciencia planetaria la han posicionado como una líder y mentora para jóvenes interesados en carreras científicas.

## África Flores - Científica ambiental y experta en teledetección

Originaria de Guatemala, es reconocida por su uso de tecnología satelital para monitorear y estudiar los ecosistemas terrestres, particularmente en Latinoamérica.

Es importante destacar que su investigación se centra en el impacto del cambio climático y la deforestación en los recursos naturales, ofreciendo soluciones basadas en tecnología para la conservación ambiental.

Mientras que trabaja activamente en proyectos que buscan proteger la biodiversidad y promueve el uso de la ciencia y tecnología como herramientas para enfrentar desafíos ambientales.



# iPad Pro y iPad Air de Apple: conoce las características, precio y fecha de llegada

Tim Cook anunció que estos dispositivos vendrán con mejoras en rendimiento, almacenamiento y capacidades de pantalla

Apple reveló, de la mano de su CEO Tim Cook, sus más recientes innovaciones en el mercado de las tabletas, lanzando los nuevos iPad Pro, de 11 y 13 pulgadas; y su nueva generación de iPad Air.

Este lanzamiento tuvo lugar en el evento 'Let Loose', marcando la continuación de la tradición de que, cada dos años, se dan actualizaciones de la compañía para este dispositivo.

A continuación, presentamos las mejoras más significativas de estas tabletas de Apple que prometen elevar la experiencia del usuario a nuevos niveles.

## ¿Cómo funcionan las nuevas iPad Pro?

Estos dispositivos, destacados por incorporar la última tecnología de la marca, incluyen el procesador Apple Silicon M4, señalado como el más avanzado hasta la fecha por la compañía.

Con un diseño que resalta por su delgadez extrema, los nuevos iPad Pro están disponibles desde 999 dólares para el modelo de 11 pulgadas, y desde 1.300 dólares para el de 13 pulgadas.

La introducción de estos iPad Pro supone un avance para Apple, al ser los primeros en incorporar pantallas OLED Ultra Retina XDR, una mejora signifi-

ficativa que promete una experiencia visual sin precedentes gracias a su alta luminosidad y rango dinámico.

Este avance se complementa con un proceso de fabricación que utiliza litografía de tres nanómetros de segunda generación, permitiendo al Apple Silicon M4 ofrecer un rendimiento hasta 1.5 veces superior al de su predecesor, el M2, para aplicaciones que requieren alto poder de procesamiento, como las de edición de video y música.

## ¿Cuáles son las especificaciones técnicas de las nuevas iPad Pro de Apple?

Ambos modelos del iPad Pro (2024) M4 vienen con opciones de almacenamiento que van



desde 256 GB hasta 2 TB, cámaras de 12 MP tanto trasera como frontal, esta última optimizada para videollamadas con su nueva posición horizontal.

En términos de conectividad, soportan WiFi 6E, 5G opcional y Bluetooth 5.3, adicionalmente presentan compatibilidad con accesorios como el Apple Pencil, Magic Keyboard y Pencil Pro. Asimismo, los dispositivos operan con iPadOS 17, mostrando el esfuerzo de Apple con la mejora continua de su software.

## Su grosor marca la diferencia a otros modelos

La presentación de estos iPad no solo refleja el enfoque de Apple en innovación y desempeño sino también su atención y detalle al diseño, presentando

los dispositivos más delgados hasta la fecha, con grosores de 5.3mm y 5.1mm según el tamaño del dispositivo.

Además, el tratamiento antirreflejo y el nuevo vidrio nanotexturizado prometen una visualización cómoda en distintas condiciones de iluminación, especialmente en los modelos de alta capacidad.

Lo cierto es que los iPad Pro (2024) M4 representan un avance significativo en la línea de productos de alta gama de Apple, combinando potencia, diseño y funcionalidad, elementos que los posicionan más cerca de un ordenador profesional que de una tableta común.

## ¿Qué novedades trae los nuevos modelos de iPad Air?

Por su parte, con mejoras significativas en rendimiento, almacenamiento y capacidades de pantalla, los nuevos modelos de iPad Air (2024) prometen elevar la experiencia del usuario a nuevos estándares.

Los modelos actualizados no solo ofrecen variaciones en el tamaño de la pantalla sino también en sus capacidades de almacenamiento, que ahora incluyen opciones de hasta 1 TB. Este aumento busca satisfacer las crecientes demandas de

usuarios profesionales y creativos que buscan un rendimiento excepcional sin comprometer la portabilidad.

El chip M2, heredado de la línea MacBook Air, confiere a los iPad Air un poderoso rendimiento, con una mejora notable respecto a sus predecesores, haciéndolos hasta tres veces más rápidos que la versión con chip A12.

## La posibilidad de implementar el Apple Pencil Pro

La renovación también trae consigo mejoras en las cámaras, altavoces estéreo y compatibilidad con el nuevo Apple Pencil Pro, ampliando considerablemente las posibilidades para uso profesional y creativo.

Los dispositivos soportan WiFi 6E y ofrecen conectividad 5G opcional, asegurando una conexión ultra rápida para transmisión de datos y comunicaciones.

Además, los iPad Air saldrán al mercado con iPadOS 17, pero están preparados para actualizar a iPadOS 18, esperando ofrecer aún más funciones y facilidades a los usuarios, con disponibilidad planificada para lanzarse la próxima semana en cuatro llamativos colores: azul, púrpura, blanco estrella y gris espacial.

# Selección Colombia define el equipo para la Copa América: esta sería la fecha para presentar los 23 convocados

El combinado nacional ya presentó la lista de 55 jugadores reservados para el torneo, de los cuales saldrá el grupo para pelear el título en Estados Unidos

La selección Colombia tiene un objetivo claro en 2024 y es ganar la Copa América, a la que llegará como uno de los favoritos por su buen momento en las eliminatorias, el invicto de 21 partidos, el trabajo de Néstor Lorenzo y el nivel de varios jugadores.

Pensando en definir el grupo que buscará el título en Estados Unidos, la Tricolor ya conocería la fecha límite para entregar la lista de 23 convocados, que saldrá de los 55 jugadores reservados que fueron presentados ante la Conmebol el 5 de mayo.

Sin embargo, hay preocupación en el cuerpo técnico de Lorenzo por la situación de algunas figuras en el combinado nacional, empezando por James Rodríguez que nuevamente se quedaría libre porque São Paulo finalmente rescindiría su contrato porque el técnico Luis Zubeldía lo tendría descartado para los próximos partidos.

## ¿Cuándo se conocería la convocatoria?

Hay muchos interrogantes sobre los jugadores que Néstor Lorenzo convocaría para el torneo en Estados Unidos, ya que utilizó una buena cantidad de deportistas tanto en los amistosos como las eliminatorias, abriendo el margen para definir los que estarán en capacidad



La selección Colombia ya conocería la fecha límite para la convocatoria de la Copa América y sería entre el 5 y 12 de mayo

para jugarlo.

Según el diario Olé, para el 5 de junio se debe entregar una nómina provisional para la Copa América y el 12 de junio será el día para entregar el "corte definitivo" por parte de los entrenadores, todo eso en medio de los amistosos de preparación para las 16 clasificadas.

En ese orden de ideas, es probable que la selección Colombia cuente con sus 23 jugadores a finales de mayo o comienzos de junio, para usarlos en los duelos preparatorios

contra Estados Unidos, el 8 de junio, y Bolivia, el 15 del mismo mes, ambos encuentros en territorio norteamericano.

## Choque con la Liga BetPlay

Tal como ocurrió en los últimos años, la Liga BetPlay volvería a afectar a los equipos que tengan jugadores convocados para la Copa América, mundiales de la FIFA de mayores o juveniles, debido al calendario de partidos para los cuadrangulares y la final.

Para empezar, las semifina-

les del fútbol colombiano irían hasta el 1 de junio, de manera inicial, porque Dimayor corrió las fechas establecidas previamente, con una sola jornada entre semana, porque no se puede cruzar con los duelos de Copa Libertadores en la que Junior y Millonarios participan.

En ese orden de ideas, las fechas de las finales quedarían justo en los partidos de Colombia contra Bolivia y Estados Unidos, el 8 y 15 de junio, pero con la obligación de acabar el torneo previo a la Copa América que

dará su pistoletazo inicial el jueves 20.

Por el momento, la Dimayor solamente dio horarios para las primeras tres jornadas de los cuadrangulares que son el 4 y 5 de mayo para la primera fecha, la segunda el 11 y 12 del mismo mes, mientras que la tercera quedó para el 18 y 19, todas ellas en fin de semana.

## ¿Qué pasa con James?

Una vez más se revelaron noticias sobre una salida de James Rodríguez del São Paulo, en esta ocasión porque el técnico Luis Zubeldía dejó claro que irá usando a los futbolistas con mejores condiciones y el colombiano no tendría garantizado su puesto por los problemas físicos.

Según el periodista Felipe Sierra, tanto los directivos del Tricolor como el representante de James se reunirían para acordar los términos para finalizar su contrato, aprovechando el mercado de fichajes para buscar un equipo en el que sea titular indiscutible.

Cabe recordar que en febrero de 2024 se dio el "primer intento" para una rescisión de contrato, porque el colombiano no comenzó la temporada y estaba lesionado, pero al parecer llegó a un acuerdo con la institución para cumplir con su contrato hasta julio de 2025.

# PSG se quedó un año más sin triunfar en la Champions League: ¡un nuevo fracaso!

El PSG se despide de la Champions tras sucumbir por 0-1 ante el Dortmund con un solitario tanto de Hummels. Mbappé se despide de la Copa de Europa.

El Paris Saint Germain deberá esperar otro año más, son ya trece con Qatar, una espera irresoluble, para intentar culminar su sueño de ganar la Champions League, el único título internacional que se le resiste, el que le ha puesto contra las cuerdas y del que no encuentra antídoto para eliminar su veneno ni el mismísimo Luis Enrique. Fue en la presente edición el Dortmund el que truncó sus aspiraciones, su sueño, su obsesión, tras vencer por la mínima, 0-1, con gol de Hummels y callar el Parque de los Príncipes. Mbappé se despide de la capital francesa con más pena que gloria, sin haber logrado la máxima competición europea en siete años.

Luis Enrique había prometido cambios y vaya sí los hizo. El asturiano tuvo una semana para preparar el partido y la primera decisión de enjuandía fue la de devolver a Kylian Mbappé a la izquierda, con una referencia por delante, Gonçalo Ramos, que, a priori, iba a potenciarlo. El res-

to, lo esperado, con el cambio obligado de Beraldo por Lucas Hernández. Terzic, por su parte, repitió el mismo once con el que ganó en la ida, sin rodeos y sin ningún experimento.

El Dortmund no fue la perita en dulce que muchos presuponían antes del partido. El primer tiempo de los alemanes fue excelso, sobre todo en términos defensivos, incomodando las superioridades del PSG, que no se contagió del fragoroso recibimiento del Parque de los Príncipes y dio la sensación de que jugó con el freno de mano, quizá temeroso de que un gol de su rival le complicara sobremanera la eliminatoria.

Mbappé, que estaba en la izquierda, buscando refugio y un socio, generó dos llegadas, ambas timoratas, que, en ningún caso, incomodaron a Kobel, un espectador en el primer tiempo. Ni el aplomo de Vitorino, consagrado ya como uno de los futbolistas más importantes de esta plantilla, incluso por delante del francés, pudo menguar al Dort-

mund, sereno y jugando como si estuviera disputando su cuarta semifinal consecutiva de la Liga de Campeones. Jadon Sancho, haciendo regates de videojuego, se divertía con Nuno Mendes en la banda derecha, mientras que Dembélé volvía a las andadas con continuas pérdidas.

## El tiempo se acababa

Los nervios comenzaron a aflorar en el PSG, mientras que el Dortmund seguía impassible, sin sentir ni padecer, a tal punto de que pudo adelantarse en

el marcador por medio de Adeyemi, que se encontró solo ante Donnarumma después de un sprint interminable, pero el italiano, esta vez sí, por fin, a diferencia de contra el Barcelona, afortunadamente para los parisinos, repelió el mano a mano.

El PSG hizo un conato de remontada, como en la ida, tras salir de vestuarios. Los postes, tan malditos para el fútbol francés en Europa, todavía más para los parisinos en esta eliminatoria, volvieron a evitar que empataran la eliminatoria.



Luis Enrique consuela a Mbappé tras quedar el PSG fuera de la final de la Champions.

Zaire-Emery, tras un remate en semifallo de Gonçalo Ramos, erró a portería vacía y se estrelló con la madera. No había suerte, otra vez.

El Dortmund mostró la misma serenidad que en el primer acto. No se arrugó, supo cuándo y cómo atacar y la que tuvo la metió en la red. Hummels, solo en un córner, batió a Donnarumma, que volvió a denotar que es un portero con unas debilidades en algunas facetas que alejan al PSG de la Copa de Europa. El 0-1 era casi merecido.

El PSG se topó con los palos. En la final de la Copa de Europa de 1976, el Saint-Étienne no ganó la Copa de Europa ante el Bayern porque los palos eran cuadrados. Ahora, cilíndricos, tampoco quisieron darle la suerte a los de Luis Enrique. Nuno Mendes, Mbappé y Vitorino también estrellaron en la madera sus disparos. No hubo suerte y el PSG se despidió de la Champions, como lleva haciéndolo 13 años con el reinado qatari. El Dortmund espera finalista.

“

**SER INDEPENDIENTE DE LA OPINIÓN PÚBLICA ES LA PRIMERA CONDICIÓN FORMAL PARA LOGRAR ALGO GRANDE**

— Friedrich Hegel

*¡Tu Periódico, el de todos!*

”

**GN Comunicaciones SAS**, Nit: 901399750-7 - Cra 7 # 10 - 40 Of 102 - Riohacha, La Guajira - (+57) 301 330-83-00 - [www.guajiranews.com](http://www.guajiranews.com)

 **Dirección General**

 Rita Pimienta Arredondo  
direccion@guajiranews.com

 **Gerencia General**

 Helen Pimienta Arredondo  
gerencia@guajiranews.com

 **Directora Comercial**

 Alexandra Mejia  
ventas@guajiranews.com  
 (+57) 301 330-83-00

 **Editor de Noticias**

 Christian Avendaño  
redaccion@guajiranews.com  
 (+57) 316 083-16-73

 **Diseño y Diagramación**

 Equipo GN Comunicaciones S.A.S  
diagramacion@guajiranews.com  
 (+57) 301 330-83-00

¡LÉELO Y PÁSALO!