

EL RUMBO

DE NUEVA YORK

P08. América para los Americanos

P12. La Opinión del Director

P18. Inteligencia Artificial

P32. Historia del Lincoln Hospital

P38. ¿Quién es Cristina Contreras?

P52. El Colibrí, otra maravilla de Dios

CRISTINA CONTRERAS

Dedicación • Empatía • Resiliencia



CLIDEIMP

Implantando sonrisas

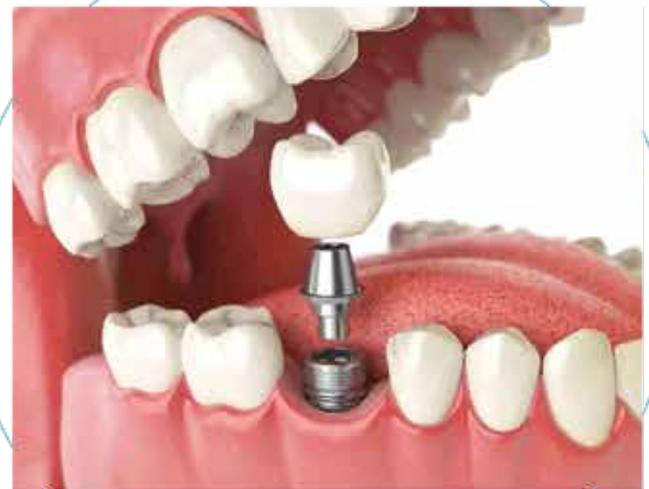
- CLÍNICA DE IMPLANTES
- REGENERACIÓN OSEA GUIADA
- PRÓTESIS SOBRE IMPLANTES DENTALES
- BLANQUEAMIENTO DENTAL CON LÁSER
- ESTÉTICA DENTAL
- RETOQUE DE SONRISA
- ENDODONCIA (ROOT CANAL)
- PERIODONCIA (SANGRADO DE ENCÍAS)

Consultas gratis preliminar vía correo electrónico enviar fotos y tomografías de ser posible

AVENIDA BOLIVAR #353 GAZCUE EDIFICIO PROFESIONAL ELAMS II, SUITE 4C

809-449-1401

draabrilrobles24@gmail.com



Doctora Abril Robles



COMMUNITY FAMILY

HEALTH CENTER

DAVID LAZALA MD PC
HUMANO, RESPONSABLE....

UN MÉDICO A LA ANTIGUA
CON LA MAS MODERNA
TECNOLOGÍA



126 NAGLE AVE, NEW YORK, NY 10040

 929-724-4300  929-724-4301

 dr.lazalacfhc@gmail.com



POR HUMOR AL ARTE



ROBLES MULTIMEDIA LLC
DBA / ELRUMBODENUEVAYORK.NET - ALTO NIVEL - PENSAMIENTOS PROPIOS SRL - EN ALTA VOZ

469 W 164ST New York, NY 10032 - 21 Turf RD Levittown PA 19056
 Av. Bolívar 353, Sto. Dgo. RD
 PHONE (646) 342- 8676 elrumbodenuevayork@gmail.com

- **Junta Directiva**
 Dr. Rafael Lantigua
 Lic. Miguel Cohn • Dra. Abril Robles
 Arq. Sandy Montás • Dr. Albert Robles
- **Editor General / Director**
 Rolando Robles
- **Editores Asociados**
 Carlos McCoy • Jonathan Frómata
- **Editor Deportivo**
 Raúl Bretón
- **Concepto Gráfico y Diseño**
 Erick Febrillet | erikantonio@gmail.com
 Kevin Paulino | kevin.paulino@gmail.com
- **Fotografía / Caricatura**
 Ambiorix Hernández • Teddy Peguero
- **Columnistas**
 Ana Cuevas - Mercedes Peralta
 Maggie Cas - Francis Robles
 Eliezer Bueno - Elías Barrera

CONTENIDO

¿LOS MERCADOS CONTROLARÁN EL PODER DE TRUMP?

El presidente electo de Estados Unidos se preocupa por los mercados financieros, dice nuestro columnista. Eso da a los inversores un freno a las decisiones de Trump, aunque sea tenue. **PAG. 12**

TODOS USTEDES SE CONVIRTIERON EN RICHARD NIXON

Esta es la historia de una revolución invisible. Contada por Adam Curtis, comienza como un cuento de hadas, luego continúa de otra manera. En la era de Ozempic y Trump, queríamos compartirla con usted antes del próximo giro. **PAG. 16**



LAS 15 MUJERES LATINOAMERICANAS MÁS DESTACADAS DEL AÑO

Como cada año, la BBC anunció su listado de 100 mujeres que inspiran e influyen positivamente en el mundo y 15 de ellas son latinoamericanas. **PAG. 22**

RESTO DEL CONTENIDO

- El error de Robert Jackson y Al Taylor...8
- El Capital Cultural..... 24
- La brutalidad artificial26
- Una reforma fiscal justa y equitativa...30
- Fiestas de comilonas y bebentinas..42
- ¿Por qué siento cansancio.....46
- El Colibrí, otra maravilla de Dios..... 52
- ¿Era Shakespeare una mujer? 56

El rol de la mujer en Estados Unidos

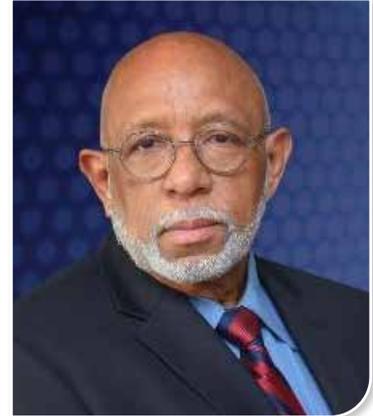
La Mujer en Estados Unidos ha estado sometida por décadas, a la más cruenta discriminación; en especial, las mujeres negras, latinas y de otras etnias consideradas como minoritarias.

Esta inminente verdad, explica la existencia de ciertos puestos de trabajo -principalmente en los niveles mas altos de mando- donde nunca se ha registrado la presencia de una dama en funciones.

Tal es el caso de la dirección ejecutiva en un centro hospitalario, no importa el tamaño o la importancia que pueda tener dicha institución. No hay mujeres al mando y menos si son jóvenes o de las minorías.

Es por ello que celebramos la capacidad de servicio, la entrega y la dedicación de Cristina Contreras, que hoy dirige -con grande éxito y la mayor experticia- el Gran Lincoln Hospital, en el populoso South Bronx.

¡Felicidades, Cristina, tú nos llenas de orgullo!



Rolando Robles
Rolando Robles
Editor General

 El Rumbo de Nueva York

 @elrumbodenuelvayork





CARLOS MACCOY



El eslogan “Make América Great Again” (MAGA), popularizado por Donald Trump, representa una continuación del realismo político con un enfoque proteccionista. Bajo esta consigna, se promueven acciones como la propuesta de compra de Groenlandia al Reino de Dinamarca.

La política exterior de los Estados Unidos ha evolucionado significativamente desde la proclamación de la Doctrina Monroe en 1823 hasta el contemporáneo eslogan de “Make América Great Again” (MAGA). Sin embargo, a lo largo de estos dos siglos, la constante ha sido la búsqueda de la expansión territorial y la consolidación de su influencia geopolítica. Este análisis examina las continuidades y transformaciones en la política exterior estadounidense, desde sus principios fundacionales hasta las propuestas modernas.

La Doctrina Monroe: Fundamentos y Contexto

Proclamada por el presidente James Monroe el 2 de diciembre de 1823, la

AMÉRICA PARA LOS AMERICANOS: DE LA DOCTRINA MONROE AL “MAGA” DE DONALD TRUMP

Doctrina Monroe sentó las bases de la política exterior estadounidense hacia el hemisferio occidental. Su esencia radicaba en tres principios fundamentales:

1. No colonización. Declaró que el continente americano no estaría disponible para futuras colonizaciones por parte de potencias europeas, buscando prevenir la expansión de su dominio en el Nuevo Mundo.

2. No intervención. Advirtió que cualquier intento de las potencias europeas por intervenir en los asuntos internos de las naciones americanas sería considerado una amenaza directa a la seguridad de Estados Unidos.

3. Neutralidad. Estados Unidos se comprometía a no intervenir en los asuntos internos de Europa ni en las colonias existentes en América.

El contexto histórico de esta doctrina fue crucial. Muchas naciones latinoamericanas habían logrado recientemente su independencia de España y Portugal. Estados Unidos temía que las potencias europeas intentaran recuperar estas colonias o influir en los nuevos estados. Curiosamente, el Reino Unido apoyó tácitamente la doctrina, ya que tenía interés en mantener abiertas las rutas comerciales con América Latina.

La frase que encapsula esta doctrina, “América para los americanos”, simbolizó su carácter defensivo inicial. Sin embargo, a lo largo del tiempo, fue reinterpretada como justificación para la expansión y las intervenciones de Estados

Unidos en América Latina, especialmente bajo el Corolario Roosevelt de 1904, que autorizó intervenciones en países latinoamericanos si cometían “faltas flagrantes”.

Realismo Político y Frases Icónicas

El realismo político ha sido una constante en las relaciones internacionales, con interés nacional como motor principal. Diversos líderes han expresado esta visión a través de frases memorables que, aunque variaba en su enunciação, compartían una esencia común:

- Lord Palmerston (Reino Unido)
“Inglaterra no tiene amigos ni enemigos permanentes, solo intereses permanentes”.
- Charles de Gaulle (Francia)
“Las naciones no tienen amigos, solo intereses”.
- Henry Kissinger (EE. UU.)
“Estados Unidos no tiene amigos ni enemigos permanentes, solo intereses”.
- Otto von Bismarck (Alemania)
“La política no es el arte de hacer amigos, sino de equilibrar intereses”.

Estas frases reflejan un enfoque pragmático que ha guiado a los grandes poderes en momentos de graves conflictos internacionales.

MAGA y la Visión de Donald Trump

El eslogan “Make América Great Again” (MAGA), popularizado por Donald Trump, representa una continuación del realismo político con un enfoque pro-



teccionista. Bajo esta consigna, se promueven acciones como la propuesta de compra de Groenlandia al Reino de Dinamarca. Aunque esta idea ha generado una gran controversia, no es la primera vez que Estados Unidos ha intentado y logrado, adquisiciones territoriales, ya sea por la compra o por otros medios. Algunos ejemplos históricos incluyen:

- Luisiana (1803) compradas a Francia por 15 millones de dólares.
- Florida (1819) comprada a España por 5 millones de dólares.
- Alaska (1867) comprada al Imperio ruso por 7.2 millones de dólares.
- Islas Occidentales Danesas, posteriormente renombradas Islas Vírgenes (1917) compradas a Dinamarca por 25 millones de dólares.

Intervenciones y Expansión Territorial

La historia de Estados Unidos también está marcada por intervenciones directas e indirectas en numerosos países. Estas se han manifestado en diversas formas:

- 1. Militares:** Invasiones y ocupaciones, como en Panamá, Vietnam o Irak.
- 2. Políticas:** Apoyo a golpes de Estado o manipulación de elecciones, como en Chile y Guatemala.
- 3. Económicas:** Sanciones y bloqueos, como en Cuba o Venezuela.
- 4. Culturales:** Difusión de ideología a través de diplomacia cultural y programas de asistencia.

Ejemplos destacados incluyen el Tratado de Guadalupe Hidalgo (1848), mediante el cual México cedió gran parte de su territorio a USA.

El canal de Panamá

Estados Unidos construyó el Canal de Panamá, inaugurado en 1914 y manteniéndolo bajo su control hasta el 31 de diciembre de 1999, cuando la administración pasó a manos panameñas en virtud del tratado Torrijos-Carter. Este acuerdo histórico, firmado en 1977, marcó un hito en las relaciones entre ambos países y en la soberanía panameña. Sin embargo, como en todo acuerdo internacional, es posible que existan cláusulas menos conocidas o "letras pequeñas" que merezcan un análisis más detallado. Estas podrían ser las que el presidente Donald Trump está consi-

derando al sugerir la posibilidad de retomar el control de esta crucial vía acuática. El Canal de Panamá, que une los océanos Atlántico y Pacífico, sigue siendo una ruta estratégica para el comercio mundial y la geopolítica internacional

Groenlandia, Recursos Naturales

Groenlandia, situada geográficamente en la parte noreste del continente americano, en pleno Círculo Polar Ártico, representa un interés estratégico para Estados Unidos debido a, entre otras cosas, sus vastos recursos naturales:

Minerales: Tierras raras, uranio, zinc, plomo, níquel, bauxita y cobre.

Petróleo y gas: Reservas significativas en sus costas.

Pesca: Base de su economía, con camarones y bacalao como principales exportaciones.

Energía hidroeléctrica: Potencial en crecimiento debido al deshielo.

El cambio climático ha comenzado a derretir parte del hielo ártico, abriendo nuevas rutas comerciales más cortas entre Asia y Europa. Este hecho ha incrementado la competencia geopolítica en la región, con Rusia liderando mediante su flota de rompehielos nucleares. Con la adquisición de Groenlandia, Estados Unidos, ipso facto, formaría parte de este importante corredor náutico.

Canadá, ¿Potencial Estado Número 51?

La idea de que Canadá se convierta en el estado número 51 de la Unión Americana es extremadamente compleja debido a factores como:

Cambios constitucionales.

- Plebiscitos regionales y nacionales.
- Aprobaciones por parte de los congresos de ambos países.

Si se logra esta unificación, Estados Unidos se convertiría en el país más grande del mundo, superando a Rusia por más de 2 millones de kilómetros cuadrados, con la ventaja de poseer costas en 3 de los cinco continentes del globo terráqueo y sería el tercer país



más poblado, solo detrás de China e India.

Economía y Comparaciones Globales

Estados como California y Texas poseen economías que superarían a muchas naciones si fueran independientes:

California: PIB de 3.87 billones de dólares (2023), comparable al de India.

Texas: PIB de 2.58 billones de dólares (2023), similar al de Brasil.

Ambos estados superan el PIB de Canadá (2.2 billones de dólares en 2023), destacando la magnitud de las economías estadounidenses a nivel global. De lograrse la unión con Canadá, este "super estado" sería el de mayor población y el más grande territorialmente, convirtiéndose en un gigante económico global.

Reflexiones Finales

La política exterior de los Estados Unidos ha oscilado entre el proteccionismo, la expansión territorial y la intervención global, moldeada por intereses nacionales y el realismo político. Desde la Doctrina Monroe hasta el MAGA, el interés por consolidar su hegemonía en el hemisferio occidental y más allá ha sido una constante, dejando una marca indeleble en la historia contemporánea. Sin embargo, desde el final de la guerra fría el panorama mundial comenzó a variar significativamente. En el contexto actual, la amenaza del BRICS y la expansión militar y comercial de China plantean nuevos desafíos para esta potencia histórica. De ahí que MAGA, de Donald Trump, sea un poquito más que el América para los americanos de James Monroe. La flecha está en el aire.

Un lamentable error de Robert Jackson y Al Taylor

ROLANDO ROBLES

ELRUMBODENUEVAYORK@GMAIL.COM

Con mucho pesar leí la carta que estos dos legisladores estatales de NY le enviaron a Daniel Mackay, Comisionado Adjunto de Preservación Histórica. La pena que siento es porque ellos son dos caballeros que se han distinguido por el buen trato que dispensan a sus constituyentes; y yo soy uno de ellos. Jackson y Taylor, por demás, tienen un gran prestigio y simpatías dentro de la comunidad dominicana de Washington Heights.

Mi sorpresa viene, no por el tono levantisco de su contenido, ni por lo injusto de su planteamiento sino, por lo asombroso que resulta -cuando menos para mí- que dos oficiales de su categoría y experiencia desconozcan los procesos de movilidad y relocalización que enfrentamos los inmigrantes en este país. Aunque, debemos reconocer que ellos ya no se consideran inmigrantes, porque tienen sobre 5 generaciones viviendo en USA. Sin embargo, sí representan a inmigrantes más recientes, como somos los dominicanos.

La protesta de Robert y Al es porque nuestro congresista Adriano Espaillat apadrinó, como legislador, un proyecto para registrar el Distrito Histórico Cultural Dominicano de Washington Heights en el Registro Nacional de Lugares Históricos. Esta iniciativa no salió casualmente sino que, es el fruto de investigaciones dirigidas por el Instituto de Estudios Dominicanos de CUNY y procura preservar las contribuciones históricas, así como el legado cultural



Al Taylor.



Robert Jackson.

de la comunidad dominicana en el vecindario.

A pesar de que la gobernadora Kathy Hochul estampó su firma apoyando el proyecto y que tan solo falta el reconocimiento en el estamento federal -que se da por descontado debido a que en el fondo es un asunto de competencia estatal- los amigos congresistas estatales intentan detener el proceso con argumentaciones que solo servirán para sembrar dudas en la comunidad dominicana sobre la lealtad de ambos legisladores hacia una comunidad que siempre los ha respaldado con el voto.

Sin embargo, yo creo que esta torpeza política del senador Jackson y el asambleísta Taylor -como señalé en el segundo párrafo- más que una muestra de desprecio hacia nosotros, los re-

sidentes dominicanos, es una insólita falta de conocimiento de ambos. Parece que ellos no han podido entender los procesos de afianzamiento de las comunidades en los pueblos, ciudades y estados de esta nación.

Para comprender estos procesos, conviene que demos un paseo por la historia de este país a partir de la llegada del Mayflower. Nadie puede dudar, porque los hechos hablan por sí mismo, que los colonos desplazaron a los nativos americanos; y desde luego que no fue de “común

acuerdo”. Este primer contacto entre comunidades de diferentes orígenes, ha marcado el rumbo de la dinámica de movilización en esta nación.

Los nativos de América eran los dueños del país; hoy, sobreviven en re-

servaciones de dimensiones minúsculas. En la Gran Manzana que es Nueva York, los ejemplos son un tanto más significativos y variados. Los italianos, según narra Mario Puzo en su novela **La Mamma**, ocuparon la zona oeste entre Houston Street y la calle 50th, pero hoy, están diseminados por toda la ciudad; aunque la Pequeña Italia de El Bronx está ocupada 100% por los hermanos mexicanos.

El Barrio, al este de Manhattan, era feudo de los hermanos boricuas hoy, sin embargo, está habitado 100% por mexicanos y centroamericanos. Harlem, que era un baluarte negro, hoy se está “blanqueando” porque después que los negros e hispanos resistimos las devastaciones de los 80’s y revivimos la zona, los blancos de otras barrios que se habían ido a los suburbios, volvieron, porque la renta es competitiva, y no hay la inseguridad de antes.

Washington Heights tuvo un concejil griego en los años 60’s, me recuerda un amigo que llegó en la década de los 50’s; y ésto indica que allí vivían ciudadanos de origen helénico en número suficiente para postular y elegir un edil. Mas reciente, nuestro congresista Espaillat le ganó la curul en la Asamblea a John Bryan Murtaugh, un distinguido legislador de origen

irlandés; y de eso hacen ya casi 30 años. Lo mismo ha sucedido en el resto de la ciudad, especialmente en los condados de El Bronx, Queens y Brooklyn.

Este breve recorrido histórico demuestra que las comunidades se mueven en función de las presiones, necesidades y posibilidades de mejoría que se presenten. El odiado término de “gentrificación”, no implica consecuencias exclusiva-



mente negativas, por lo que los oficiales que nos representan deben entender que sus constituyentes ya no son, ni serán de una sola etnia y por tanto, su discurso tiene que ser multicolor, para poder interpretar y viabilizar sus demandas.

Ante este incontrovertible hecho, los muy queridos: Robert Jackson y Al Taylor están compelidos a apoyar la inclusión del Distrito Histórico Cultural Dominicano de Washington Heights en el Registro Nacional de Lugares Históricos. No importa lo que pase, los dominicanos queremos que marchen con nosotros, como siempre ha sido. Varias son las razones existentes para justificar este reconocimiento a sus aliados de siempre; veamos algunos de ellos:

- Porque es un acto de justicia. Porque los dominicanos son constituyentes de ambos legisladores.
- Porque el porcentaje de dominicanos en Washington Heights lo explica.
- Porque el proceso ya es irreversible, por la realidad política de Nueva York.
- Porque no es un hecho aislado; hoy existen mas de 80,000 distritos registrados y,
- Porque los dominicanos somos parte importante de la historia y la cultura del distrito.

Por demás, desconocer el peso específico nuestro en Washington Heights es una aventura que afectará, eventualmente, las posibilidades políticas futuras de cualquier postulante en Distrito Histórico Dominicano de Nueva York.

¡Vivimos, seguiremos disparando!



La protesta de Robert y Al es porque nuestro congresista Adriano Espaillat apadrinó, como legislador, un proyecto para registrar el Distrito Histórico Cultural Dominicano de Washington Heights en el Registro Nacional de Lugares Históricos.



ALTO EL FUEGO ENTRE ISRAEL Y HAMAS: ¿SERÁ POSIBLE?

WWW.INFOBASE.COM

La reanudación de las negociaciones ha suscitado esperanzas de una tregua en tres fases entre Israel y Hamás. Fuentes diplomáticas han citado los “últimos detalles” de las negociaciones en curso dirigidas por Qatar. El acuerdo multifase propuesto podría incluir el intercambio de rehenes y medidas para la reconstrucción de Gaza.

Los esfuerzos de Israel y Hamás por alcanzar una tregua en Gaza y liberar a los rehenes han fracasado repetidamente debido a importantes escollos, pero las últimas negociaciones han aumentado las esperanzas de llegar a un acuerdo. El martes, Washington expresó un “cauto optimismo” sobre la posibilidad de un “acuerdo inminente”.

Esto se produce después de que se informara de negociaciones indirectas en Qatar, con la mediación del Estado del Golfo, rico en gas, junto con Egipto y Estados Unidos.

¿A qué se debe el repentino optimismo?

Fuentes diplomáticas dijeron a la AFP que la reciente declaración del presidente electo de Estados Unidos, Donald Trump, de que debería alcanzarse un acuerdo antes de su regreso al poder el 20 de enero había tenido un impacto en

la última ronda de conversaciones.

Una fuente diplomática afirmó que Hamás, aislado tras el debilitamiento de su aliado libanés Hezbollah y el derrocamiento del hombre fuerte sirio Bashar al-Assad, está deseando alcanzar un acuerdo antes de finales de año. “Mucha gente ve (un acuerdo) como el regalo de Navidad perfecto”, dijo la fuente.

Otra señaló que desde la muerte del jefe de Hamás, Yahya Sinwar, los dirigentes del grupo islamista palestino en el extranjero, conocidos por ser más pragmáticos que el cerebro del atentado del 7 de octubre de 2023 que desencadenó la guerra, han estado llevando a cabo negociaciones.

Un alto cargo de Hamás declaró el martes a la AFP que las conversaciones se encontraban en la fase de “últimos detalles” y que Qatar y Egipto anunciarían el acuerdo una vez concluidas las negociaciones.

El portavoz del Gobierno israelí, David Mencer, declinó hacer comentarios sobre el acuerdo propuesto en una rueda de prensa celebrada el miércoles, afirmando:

“cuanto menos se diga, mejor”.

¿Cómo sería el acuerdo?

Durante su ataque a Israel el 7 de octubre del año pasado, militantes palestinos dirigidos por Hamás tomaron 251 rehenes. Noventa y seis (96) de ellos siguen retenidos en Gaza, incluidos 34 que, según el Ejército israelí, están muertos.



Funcionarios de Hamás dijeron a la AFP que el marco actual para un acuerdo contemplaría la aplicación de un alto el fuego y la liberación gradual de los rehenes en tres fases. En la primera, de seis semanas de duración, se liberarían rehenes civiles israelíes y mujeres soldado a cambio de “cientos de prisioneros palestinos”.

La fuente cercana a Hamás afirmó que, durante esta fase, Israel retiraría sus fuerzas “del oeste del paso fronterizo de Rafah”, en el corredor de Filadelfia, una franja de terreno despejada y controlada por los israelíes a lo largo de la frontera de Gaza con Egipto.

Las fuerzas israelíes también se retirarían “parcialmente” del corredor de Netzarim, otra franja de terreno más amplia despejada y controlada por Israel que divide el territorio en dos justo al sur de la ciudad de Gaza, y abandonarían gradualmente los campos de refugiados palestinos.

Por último, en la primera fase se produciría el regreso gradual de los residentes desplazados a la ciudad de Gaza y al norte a través de la autopista costera bajo la supervisión del ejército israelí.

En la segunda fase se liberaría a soldados israelíes a cambio de “un número” de presos palestinos, “incluidos al

menos 100 con condenas de larga duración”. Durante esta fase, Israel completaría su retirada militar, pero mantendría fuerzas en las zonas fronterizas oriental y septentrional con Israel.

En la última fase del acuerdo propuesto, “se declarará oficialmente terminada la guerra” y comenzarán los esfuerzos de reconstrucción en el territorio, donde según la agencia por satélite de la ONU el 66% de las estructuras han resultado dañadas.

Por último, el paso fronterizo de Rafah, en la frontera egipcia, sería gestionado conjuntamente por la Autoridad Palestina, con sede en Cisjordania, en coordinación con Egipto y la Unión Europea.

Puntos conflictivos

A pesar de las numerosas rondas de conversaciones indirectas, Israel y Hamás solo han logrado acordar una tregua de una semana a finales de 2023.



Las negociaciones entre Hamás e Israel se han enfrentado a múltiples retos desde entonces, siendo el principal punto de discordia el establecimiento de un alto el fuego duradero.

El primer ministro Benjamin Netanyahu también ha declarado en repetidas ocasiones que no quiere retirar las tropas israelíes del corredor de Filadelfia.

Una de las fuentes diplomáticas con las que habló AFP afirmó que Israel “nunca” saldría de la franja fronteriza y que, como mucho, dejaría el pequeño paso fronterizo para que otros lo gestionaran.

Otra cuestión sin resolver es la gobernanza de Gaza tras la guerra. Sigue siendo una cuestión muy controvertida, incluso en el seno de los dirigentes palestinos.

Israel ha dicho en repetidas ocasiones que no permitirá que Hamás vuelva a gobernar el territorio.

Y aunque un funcionario de Hamás declaró el miércoles a la AFP que “Egipto, Qatar, Turquía, las Naciones Unidas y Estados Unidos garantizarán la aplicación del acuerdo”, ninguno de ellos lo ha confirmado.



Un puerto chino en la provincia de Jiangsu. Las amenazas arancelarias del presidente electo Donald Trump contra China, México y Canadá fueron un recordatorio de lo disruptivo de su programa político global.

¿LOS MERCADOS CONTROLARÁN EL PODER DE TRUMP?



El presidente electo de Estados Unidos se preocupa por los mercados financieros, dice nuestro columnista. Eso da a los inversores un freno a las decisiones de Trump, aunque sea tenue.

JEFF SOMMER

WWW.NYTIMES.COM

El presidente electo de USA sigue de cerca los mercados. Se jactó con frecuencia de lo bien que se comportaron las acciones en su primer mandato, y dijo que estas se habían disparado este año en previsión de su regreso a la Casa Blanca.

Desde el día de las elecciones, gran parte del análisis financiero se ha dedicado a una cuestión central: ¿cómo afectará el nuevo gobierno de Trump a los mercados?

Pero hay otra pregunta importante que no se plantea con tanta frecuencia: ¿Hasta qué punto pueden servir los mercados para controlar el poder del presidente? Con el control republi-

cano de la Cámara de Representantes y el Senado y una mayoría conservadora en la Corte Suprema, Donald Trump se enfrentará a menos frenos de las instituciones políticas de la nación que en su primer mandato. Ante este vacío, es razonable preguntarse si los mercados desempeñarán un papel preponderante.

Yo diría que en esta fase de la transición presidencial, las evidencias son contradictorias. Sí, de forma tenue e impredecible, es probable que los mercados influyan en la toma de decisiones del próximo gobierno y, ocasionalmente, sirvan para mantener a raya algunos de los comportamientos más desmesurados de Trump.

Pero yo no iría muy lejos con esto. Por un lado, los mercados financieros han llegado a ignorar -podríamos decir "normalizar"- acciones y declaraciones que



Los mercados le dieron la bienvenida a Scott Bessent como la elección de Trump para secretario del Tesoro.

provocarían reacciones muy negativas si las hicieran otros personajes públicos. Y las declaraciones más belicosas de Trump suelen considerarse posiciones iniciales de negociación. Aun así, desde el punto de vista de los mercados, es probable que Trump pueda llegar bastante lejos en la puesta en práctica de sus promesas electorales, siempre que aumenten las ganancias empresariales y crezca la economía.

Los acontecimientos de la última semana son un buen ejemplo. Trump se propuso calmar a los mercados con nombramientos de expertos corteses conocidos por un enfoque no ideológico de las finanzas, pero también desató una tormenta mundial con el anuncio de que planeaba imponer nuevos aranceles del 25% a Canadá y México y añadir un arancel del 10% a China. Trump parece empeñado tanto en apaciguar a los mercados como en desoír su mensaje cuando resulta inconveniente. Hasta ahora, esta táctica está funcionando.

A última hora del viernes pasado, Trump designó a Scott Bessent, una figura conocida en el mundo de las finanzas, como su selección para secretario del Tesoro. Los bonos y las acciones subieron el lunes tras la noticia.

Pero más tarde ese mismo día, Trump

declaró en redes sociales que impondría los nuevos aranceles en cuanto regresara a la Casa Blanca. Estas medidas, así como los gravámenes más profundos y amplios prometidos durante su campaña, son un acontecimiento negativo en opinión de la mayoría de los economistas. Si no intervienen otros factores, los aranceles tienden a subir los precios, perjudicar a los consumidores, impedir el crecimiento económico y perturbar el comercio mundial y los mercados de divisas.

Sin embargo, los mercados no se inquietaron. El S&P 500 alcanzó otro récord el martes. Ahora reina la calma en Wall Street, aunque los inversores tendrán que hacer apuestas compensatorias.

Voces alcistas

Bessent es un multimillonario de fondos de cobertura y licenciado en Yale que habla el lenguaje pragmático y no ideológico de los mercados. Una vez dirigió el dinero de George Soros, la pesadilla republicana. Por supuesto, Bessent dice que apoya las políticas de Trump. Tal lealtad es un requisito previo para un puesto de alto nivel en la administración.

Se le compara con Steven Mnuchin,

secretario del Tesoro del primer gobierno de Trump. A pesar de las caóticas condiciones en otras partes del poder ejecutivo y de las críticas tanto de la izquierda como de la derecha, Mnuchin, un veterano banquero y financiero de cine, y también graduado de Yale, fue generalmente estimado en los mercados financieros. Del mismo modo, los mercados han recibido a Bessent con indisimulado aprecio.

Por ejemplo, "Confiamos en Bessent", una breve nota dirigida a los clientes de Yardeni Research, una empresa independiente de investigación de mercados financieros dirigida por el veterano economista Edward Yardeni. La nota citaba extensamente a Bessent porque este coincide con las perspectivas optimistas de Yardeni. En enero, Bessent escribió a sus clientes de fondos de cobertura, que probablemente nos esperaba un gran auge económico.

"Nuestra hipótesis de base es que un Donald Trump una vez reelegido, que creará un lollapalooza económico y diseñar lo que probablemente llamará 'los cuatro mejores años de la historia estadounidense'", dijo Bessent. "El economista Ed Yardeni cree que la América post-Covid tiene potencial para tener un boom similar al de los 'locos años veinte' de hace un siglo. Creemos que a un



Kevin Hassett, elegido por Trump para dirigir el Consejo Económico Nacional, es un economista tradicional.

presidente que estará de regreso le gustaría que ese fuera su legado”.

Yardeni Research escribió con aprobación sobre el enfoque de Bessent sobre los planes de recorte de impuestos de Trump, que, según dijo el grupo Yardeni, podrían conducir a un “crecimiento mejor de lo esperado” y “ayudar a reducir el déficit federal generando más ingresos fiscales”.

Se trata de una glosa positiva de las perspectivas de las propuestas económicas de Trump, que, en mi opinión, probablemente engrosarán el déficit presupuestario y perturbarán la economía si realmente se llevan a cabo aranceles más elevados y deportaciones masivas de inmigrantes indocumentados. Pero si se acentúa el lado positivo de las promesas de Trump de bajar los impuestos y aplicar una mano reguladora más ligera a las empresas, y se minimizan los aspectos negativos, entonces el actual mercado alcista, que comenzó bajo la presidencia de Biden, bien podría continuar bajo la presidencia de Trump.

Sin duda, Kevin Hassett, a quien Trump ha elegido para dirigir el Consejo Económico Nacional, hará todo lo posible para garantizar que el mercado bursátil suba. Hassett es un economista tradicional y con credenciales, quien prestó sus servicios en el primer gobierno de Trump. Sin embargo, ha dicho que los aranceles pueden ser negativos para el crecimiento económico y que, al ampliar la oferta de mano de obra, la inmigración tiende a ayudar a la economía.

Es autor de *Dow 36,000: The New Strategy for Profiting From the Coming Rise in the Stock Market*, un libro sobre inversión interesante pero espectacularmente inoportuno. Decía que el mercado estaba infravalorado (el Dow estaba entonces por debajo de 11,000) y que crecería enormemente en los próximos años.

El problema fue que el libro salió en septiembre de 1999, unos meses antes de que estallara la burbuja de las puntocoms en marzo de 2000. Como guía para los operadores del mercado, el libro de Hassett era poco útil, cuando menos. Pero a largo plazo, sin duda tuvo

razón. El Dow alcanzó ese punto de referencia de 36,000 hace tres años y lo ha superado. Comprar y mantener una cartera de acciones diversificada durante décadas ha sido un planteamiento brillante. Sin embargo, superar los años malos es una prueba, que requiere muchas tenencias seguras de efectivo, así como mucha paciencia y fortaleza.

Aranceles e inmigrantes

Trump ha hecho imposible ignorar sus políticas sobre aranceles, así como sobre inmigración. Planteó estas cuestiones sin ninguna instigación externa aparente, amenazando en publicaciones en Truth Social, la plataforma en línea propiedad de su propia empresa de medios de comunicación, con imponer aranceles del 25% a los productos procedentes de Canadá y México hasta que “las Drogas, en particular el Fentanilo, y todos los Extranjeros Ilegales ¡pongan fin a esta Invasión de nuestro País!”.

Además, arremetió contra China, amenazando con añadir un arancel del 10% a los productos chinos porque, según afirmó, China estaba enviando drogas ilegales. “Representantes de China me dijeron que impondrían su pena máxima, la de muerte, a cualquier traficante de drogas al que sorprendieran haciendo esto pero, desafortunadamente, nunca lo cumplieron”, dijo.

Los funcionarios de los tres países emitieron protestas. En México, la presidenta Claudia Sheinbaum planteó la perspectiva de aranceles de represalia, una respuesta más contundente de lo que cabría esperar de su predecesor inmediato, Andrés Manuel López Obrador.

Como mínimo, el disparo de salva de Trump sirvió como recordatorio de su perturbadora agenda global. Reavivó antiguos interrogantes sobre la fiabilidad de Estados Unidos como socio comercial y sumió a muchos países, empresas e inversores en difíciles debates sobre cómo afrontar los próximos años.

Sin embargo, el mercado bursátil estadounidense se mantuvo en gran medida impassible ante estas preocupaciones. El S&P 500 ha ganado más del 30% en los últimos 12 meses.



Desde el día de las elecciones, gran parte del análisis financiero se ha dedicado a una cuestión central: ¿cómo afectará el nuevo gobierno de Trump a los mercados? Pero hay otra pregunta: ¿Hasta qué punto pueden servir los mercados para controlar el poder del presidente?

Aún es pronto. En una contienda entre ideología, política y mercados, no confío en que Trump se decante siempre del lado de los mercados. Tampoco soy optimista sobre el juicio a corto plazo de los mercados sobre casi nada. Así que no cuento con que los mercados bursátiles o de bonos sean baluartes fiables contra los excesos, como lo serían unas instituciones políticas sólidas.

Espero que la nueva administración intente ayudar a los mercados a subir. Y si las políticas de Trump interfieren en la capacidad de las empresas para obtener ganancias y de los inversores para prosperar, espero correcciones de rumbo. Puede que sea un consuelo escaso, pero creo que es realista. Mientras tanto, hay que disfrutar del auge mientras dure. Pero también hay que apostarle a otras cosas para compensar.

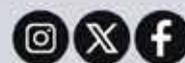
La Vida es Rica



D. Autopista Duarte, Km. 6 1/2
Santo Domingo, DN. República Dominicana

T. +1 (809) 563-7422

C. sciente@gruporica.com



@Ricacomunidad

Todos ustedes se convirtieron en Richard Nixon

Esta es la historia de una revolución invisible. Contada por Adam Curtis, comienza como un cuento de hadas, luego continúa de otra manera. En la era de Ozempic y Trump, queríamos compartirla con usted antes del próximo giro.

ADAM CURTIS

[HTTPS://LEGRANDCONTINENT.EU/ES](https://legrandcontinent.eu/es)

Puede que aún no lo sepan, pero todos nos hemos convertido en Richard Nixon. Como él, estamos afectados por una extraña forma de paranoia.

Esta es la historia de una gran transformación: cómo los medios de comunicación -televisión, diarios y periódicos- nos han cambiado. Y cómo esta metamorfosis ha paralizado la política, despojándola de toda capacidad para cambiar el mundo.

Comienza como un cuento de hadas. Érase una vez, no hace tanto tiempo, políticos que creían que podían cambiar realmente el mundo. Uno de ellos era un diputado laborista inglés: se llamaba Roy Jenkins.

Solía decir cosas como: ***Una actitud conservadora sería absolutamente indigna del movimiento laborista. Existimos para cambiar la sociedad.***

En los años sesenta, Roy Jenkins reformó radicalmente el Reino Unido. Cuando fue nombrado ministro del Interior, utilizó su poder para abolir las leyes contra la homosexualidad, el aborto y el divorcio, y ayudó a acabar con la pena de muerte.

La prensa y gran parte de la opinión



pública lo odiaban. Pero eso no le importaba a Roy Jenkins: era un elitista. Estaba convencido de que esos cambios eran para mejor y se negaba a ceder a cualquier presión.

Entonces algo cambió.

A finales de los sesenta, Richard Nixon llegó a la Casa Blanca y el presidente de Estados Unidos se vio a sí mismo como un outsider. Odiaba a las élites. Estaba convencido de que los miembros del establishment de las grandes ciudades de la Costa Este dirigían secretamente Estados Unidos en su propio beneficio.

Nixon estaba firmemente convencido de que periodistas, académicos, fundaciones, estrellas de cine, presidentes de empresas e incluso la CIA formaban una red oculta y corrupta, y que querían destruirla.

Había que tomar una decisión: utilizar su poder para organizar una operación clandestina de espionaje y descrédito de sus enemigos.

En 1972, unos hombres vinculados a Nixon fueron detenidos mientras escondían micrófonos en la sede del Partido Demócrata en un complejo de edificios de Washington que se conoció como Watergate.

Nixon intentó encubrirlo, pero fue destapado por el Washington Post.

Fue el comienzo de una revolución. Tras el escándalo del Watergate, los periodistas, en particular los de investigación, se convirtieron en héroes.

En la década de 1970, fueron ellos quienes sacaron a la luz todo tipo de escándalos, en una lucha que a menudo los enfrentó a personas especialmente peligrosas y malévolas. En el proceso, sin embargo, empezaron a descubrir algo extraño.

La corrupción no sólo se encuentra en los márgenes de la sociedad o entre individuos profundamente perversos, sino en el corazón de las élites que se supone que dirigen el país.

Políticos y funcionarios aceptan

sobornos. Los servicios secretos asesinan ilegalmente. Algunos policías falsifican pruebas y venden drogas. E incluso médicos y especialistas reputados encubren errores terribles.

A medida que los periodistas descubrían esos escándalos, empezaban a parecerse a Richard Nixon, creyendo y queriendo demostrar la existencia de conspiraciones secretas en el seno del establishment.

Entonces se produjo un giro aún más extraño.

Los periodistas se encontraron con una aliada insólita: Margaret Thatcher.

Ella tenía un objetivo: limitar radicalmente el poder del Estado.

Para ella, las élites -funcionarios, abogados, médicos, periodistas- eran una panda de terribles hipócritas.

Hablan alto y claro sobre el interés general, pero en secreto no hacen más que servir a sus propios intereses particulares.

A lo largo de la década de 1980, Thatcher lanzó un ataque a gran escala contra las élites que, en su opinión, representaban una amenaza para el Reino Unido y que, por tanto, debían ser neutralizadas.

En esta guerra invisible, contó con la ayuda de Rupert Murdoch que, como ella -y como Nixon- odiaba el elitismo. Estaba convencido de ello: "Las élites odian la idea de comunicarse con las masas. Creen que los periódicos y la palabra escrita en general no deben dirigirse a ellas. Que deben ser relegadas a la televisión o quizás a nada en absoluto. Aquí es donde el elitismo alcanza sus límites".

Y así, a lo largo de los años noventa, los medios de comunicación se fueron pareciendo cada vez más a Richard Nixon: como él, empezaron a ver enemigos ocultos absolutamente en todas partes.

Fue una aceleración. Lo apoyan con sincero entusiasmo las nuevas élites de clase media -médicos, psiquiatras y académicos- que se reinventan como expertos.

Explican a los medios de comunicación que pueden ayudarles a identificar los peligros ocultos bajo la banalidad de la

vida cotidiana.

Estos expertos descubren amenazas ocultas: abusos sexuales, pedofilia, pero también redes satánicas a gran escala. En las noticias de la BBC, los periodistas informan que «según los médicos, muchos pacientes que sufren personalidades múltiples han sido, de hecho, víctimas de abusos sexuales por parte de sectas satánicas».

Otros expertos dicen estar convencidos de que cientos de miles de personas morirán a causa de la enfermedad de las vacas locas o de que epidemias masivas provocadas por la gripe animal causarán la muerte de varios millones de personas.

Los médicos explican cómo miles de niños corren el riesgo de desarrollar autismo debido a la vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola. En otro telediario, el presentador afirma con seguridad que "los médicos han descubierto una nueva enfermedad que demuestra una posible relación entre el autismo y la vacunación sistemática de los niños".

Otros expertos -se presentan como especialistas en terrorismo- afirman que existe una organización ocultista mundial con suficientes células durmientes para destruir la sociedad occidental.

La situación empeora.

Otros expertos empiezan a decirnos que no debemos confiar en nosotros mismos.

Tu propio cuerpo se está convirtiendo en tu enemigo:

"La obesidad es ahora una enfermedad de proporciones epidémicas".

"Te vuelve paranoico: te miras al espejo todos los días y piensas: 'No quiero parecer una persona obesa', pero el peligro está en todas partes".

"Incluso me he colocado una banda gástrica y tomo antidepresivos".

Hace treinta años, los periodistas denunciaban con valentía la corrupción de los poderosos, como Richard Nixon.

Hoy, el objetivo de los medios de comunicación ha terminado por distorsionar permanentemente las graves amenazas que pesan sobre la sociedad, instalando un clima generalizado de miedo y de profunda desconfianza hacia todos los que nos gobiernan.

En el proceso, millones de nosotros nos hemos convertido en Richard Nixon.

Y si algún político intentara hacer lo que Roy Jenkins u otros hicieron hace cuarenta años -es decir, utilizar su poder para mejorar el mundo y en contra de la opinión pública- con la prensa y los medios de comunicación en su conjunto, seríamos los primeros en destruirlo.

Sin embargo, sigue habiendo una gran diferencia entre nosotros y Richard Nixon.

El presidente de Estados Unidos le dijo a su psiquiatra que cuando se miraba en el espejo por la mañana, no veía a nadie.

Cuando nosotros nos miramos al espejo por la mañana, simplemente pensamos que tenemos que adelgazar.



Lo que pasó con la IA en 2024 y lo que podría traer el próximo año

A lo largo del 2024, la inteligencia artificial (IA) se consolidó como el tema tecnológico más importante del año. Por razones positivas, negativas, intrigantes e incluso algo alarmantes, la IA dominó titulares en todo el mundo. Ahora la pregunta es: ¿qué avances transformadores veremos en 2025?

ChatGPT, cuéntanos: ¿Cuáles fueron las noticias más destacadas sobre IA este año?

ChatGPT: Este año fue crucial para la inteligencia artificial. Se avanzó a un ritmo impresionante, aunque también se intensificó el debate social sobre su impacto.

Ah, y claro, ¡hubo mucho de mí!

Es broma. Pero entre los hitos más notables, está el hecho de que modelos de IA líderes, como el famoso ChatGPT de OpenAI, evolucionaron hasta convertirse en herramientas útiles para sintetizar información y ofrecer datos



actualizados. Algo que antes era dominio exclusivo de motores de búsqueda como Google. Y sí, ChatGPT fue una de las estrellas del año.

ChatGPT: La estrella indiscutible

En 2024, OpenAI continuó siendo el referente principal en el mundo de la IA, a pesar de atravesar una crisis de liderazgo al inicio del año. A lo largo del periodo, la empresa consolidó su posición con el lanzamiento de herramientas innovadoras y modelos de IA más avanzados.

El lanzamiento más destacado y controvertido fue el modelo GPT-4o, capaz de mantener conversaciones de audio con voces extremadamente humanas, hasta el punto de generar polémicas

porque una de sus voces se parecía demasiado a la actriz Scarlett Johansson.

Además, OpenAI enfrentó titulares negativos tras la salida de varios ejecutivos clave, incluyendo miembros de su equipo de seguridad en IA. Esto encendió las alarmas sobre si la empresa estaba avanzando demasiado rápido, sacrificando la seguridad en favor de la innovación. El debate fue impulsado por el enfoque del CEO Sam Altman, quien busca que OpenAI avance hacia el desarrollo de una "Inteligencia Artificial General" (AGI), similar a las representadas en la ciencia ficción.

Aunque OpenAI lanzó su modelo GPT-o3 a finales de año, con la promesa de garantizar la seguridad, aún enfrenta desafíos en la perfección de sus siste-



mas de próxima generación. Se espera que 2025 sea otro año de protagonismo para OpenAI, con nuevas herramientas, batallas legales sobre su modelo de negocio y la eterna pregunta sobre si realmente están construyendo una IA segura.

La carrera de Siri y Alexa

Hasta este año, los asistentes virtuales más conocidos eran Siri y Alexa. Aunque útiles, quedaron rezagados frente a la explosión de capacidades que ofreció ChatGPT.

Amazon intentó modernizar a Alexa usando su infraestructura tecnológica y su plataforma AWS. Sin embargo, varios problemas técnicos complicaron su esfuerzo, y Alexa no logró avanzar significativamente.

Por otro lado, Apple tomó su propio camino, integrando la IA en sus dispositivos y servicios, pero con un enfoque sólido en la privacidad del usuario. Aunque actualmente depende de ChatGPT para ciertas funciones, se espera que en 2025 Apple presente avances significativos con su propia investigación en IA.

El impacto laboral de la IA

El debate sobre si la IA reemplazará trabajos humanos se intensificó en 2024. Lo que antes era una discusión hipotética, comenzó a materializarse en ciertos sectores, particularmente en tareas repetitivas o administrativas.

Por un lado, muchos argumentan que la IA es una herramienta que aumenta la productividad. Empresas como Alorica implementaron sistemas de traducción en tiempo real que permiten a sus empleados comunicarse en más de 200 idiomas, mejorando la eficiencia sin eliminar empleos. Sin embargo, un infor-

me del Fondo Monetario Internacional advirtió que alrededor del 40% de los trabajos a nivel mundial serán influenciados por la IA, y que algunas ocupaciones podrían desaparecer.

Controversias alrededor de la IA

2024 estuvo plagado de incidentes que cuestionaron la seguridad y el uso ético de la IA. Por ejemplo, un audio falso que imitaba la voz del presidente Biden fue distribuido antes de las elecciones, generando preocupaciones sobre el uso malintencionado de esta tecnología.

Además, modelos de IA como Co-

pilot de Microsoft y Gemini de Google tuvieron comportamientos inesperados, como amenazas hacia usuarios. Estos incidentes, aunque raros, destacaron la importancia de avanzar con precaución.

El debate sobre los derechos de propiedad intelectual también cobró fuerza. Grandes empresas como Google y Apple fueron acusadas de utilizar contenido generado por humanos para entrenar sus algoritmos sin permiso. Este problema parece lejos de resolverse, y en 2025 podría intensificarse a medida que los modelos de IA demanden más datos para entrenarse.

La regulación de la IA

Con el crecimiento del poder de la IA, se intensificaron los debates sobre cómo regular esta tecnología. La Unión Europea lideró con leyes que buscan garantizar que los sistemas sean éticos y respetuosos de los derechos humanos, mientras que en Estados Unidos, la falta de consenso sobre cómo abordar la regulación dejó muchas dudas.

¿Qué esperar en 2025?

En 2025, probablemente veremos menos modelos completamente nuevos y más adaptaciones inteligentes de la IA existente. Los modelos capaces de razonar paso a paso y las IAs que pueden realizar tareas de manera autónoma serán áreas clave de desarrollo.

Los gigantes tecnológicos como OpenAI, Google, Microsoft y Apple seguirán liderando, aunque el sector sigue siendo tan dinámico que una startup innovadora podría cambiar el panorama.

¿Será seguro este futuro? El tiempo dirá, pero las preguntas sobre ética y seguridad continuarán siendo un tema crucial.





POR FIN TERMINA LA DINASTÍA SIRIA

El régimen de Bashar al Asad y el Ejército Árabe Sirio se derrumbaron en poco más de diez días. Los grupos yihadistas nucleados en Hayat Tamir al-Sham (HTS) y liderados por Abu Mohammad Al Jolani desde hacía mucho tiempo preparaban y esperaban el momento. Atrincherado durante años en la provincia de Idlib, HTS inició el avance sobre Damasco y las fichas comenzaron a caer una detrás la otra.

CONDENADO A 20 AÑOS EL "MONSTRUO" FRANCÉS DOMINIQUE PELICOT



Dominique Pelicot, de 72 años, fue declarado culpable el jueves de violación agravada tras admitir haber drogado a su esposa Gisèle Pelicot durante casi una década e invitar a desconocidos por Internet a violarla. Recibió la pena máxima de 20 años de prisión. Los otros 50 acusados también fueron condenados, con penas de entre ocho y diez años, menores a las recomendadas por el fiscal.

PUNTO DE MIRA



EJECUTAN CEO DE UNITED HEALTHCARE EN PLENA 5TA. AVENIDA

El CEO de UnitedHealthcare, Brian Thompson, quien fue asesinado la semana pasada, fue descrito como amable y brillante por el CEO de UnitedHealth Group, Andrew Witty. Su asesinato ha sido visto como una expresión violenta de la amplia ira hacia la industria de seguros. Del crimen se acusa a Luigi Mangione, de 26 años, quien espera la pena máxima si es hallado culpable Witty en un tribunal de Nueva York.

LOS QUE PARTIERON EN 2024: FIGURAS DE LA POLÍTICA, EL DEPORTE Y LA CULTURA



El año 2024 será recordado por la muerte de personalidades que dejaron huellas múltiples en la sociedad, algunos de ellos venerados, otros muy controversiales. Entre quienes partieron están, los expresidentes Alberto Fujimori, Ebrahim Raisi, Jimmy Carter y Sebastián Piñera y el líder de derechas de Francia Lean-Marie Le Penn. Los actores Donald Sutherland, Maggie Smith, Matthew Perry, Bernard Hill. Los deportistas Mario Zagalo, Franz Beckenbauer, Ricky Henderson, Cesar Luis Menotti y OJ Simpson.

.....

ATAQUES MASIVOS A FIN DE AÑO

Sucedieron en New Orleans, New York y Santo Domingo. En el barrio francés de New Orleans una camioneta embistió la multitud que se recreaba en la famosa calle Bourbon (15 muertos). En Queens NY, diez personas resultaron heridas la noche del miércoles 1ro. de enero en un tiroteo frente a un popular club nocturno del sector de Jamaica. En el barrio VillaCon, un tiroteo entre bandas durante un "teteo" dejó un resultado de dos jóvenes muertos en la capital dominicana.



Ascendió a 10 la cifra de muertos por los incendios forestales en Los Ángeles: hay más de 11.000 hectáreas arrasadas por el fuego "Francamente, no sabemos cuál será el balance final", declaró el sheriff del condado, Robert Luna, agregando que las víctimas fueron encontradas en áreas completamente calcinadas



ARDE LOS ANGELES

Ascendió a 12 la cifra de muertos por los incendios forestales en Los Ángeles: hay más de 11,000 hectáreas arrasadas por el fuego y "francamente, no sabemos cuál será el balance final", declaró el sheriff del condado, Robert Luna, agregando que las víctimas fueron encontradas en áreas completamente calcinadas. Los incendios forestales que azotan el condado de Los Ángeles desde el pasado martes 7 de enero dejaron un saldo de por lo menos 12 muertos, según informó el Departamento Médico Forense del Condado de Los Ángeles.

.....



MADURO DE JURAMENTA CONTRA VIENTO Y MAREA

A pesar de la campaña internacional contra el régimen chavista y del optimismo de la oposición, Nicolás Maduro Moros será el presidente de Venezuela. Aunque nadie sabe con certeza hasta cuando durará esta crisis, que apunta a una salida violenta o a una negociación donde se le garantice el futuro inmediato a no menos de 30 funcionarios del mas alto nivel civil y militar. Este arreglo tendría que ser sancionado por USA; y se cree que esa será una acción que Donald Trump vería con buenos ojos, "siempre que deje beneficios inmediatos"





Las 15 mujeres latinoamericanas más destacadas del año

Como cada año, la BBC anunció su listado de 100 mujeres que inspiran e influyen positivamente en el mundo y 15 de ellas son latinoamericanas.

TEXTO DE WWW.BBC.COM

Son mujeres que se destacan en ámbitos tan diferentes como el deporte, la biología, la ciencia de datos y la moda, y son ejemplo de resiliencia.

Las damas fueron responsables de proezas como alimentar a 5,000 personas al día, investigar enfermedades raras, contribuir a que las personas que fueron a la cárcel consigan trabajo o hacerles contrapeso a políticos poderosos. También, se destaca especialmente el papel de las mujeres que trabajan para enfrentar la crisis climática.

1. GABRIELA SALAS CABRERA, México

Programadora y científica de datos.

Su lengua materna, el náhuatl, no estaba disponible en la plataforma de traducción de Google, ampliamente utilizada, hasta que Gabriela Salas Cabrera se puso manos a la obra. La ingeniera ha colaborado con el gigante tecnológico en proyectos lingüísticos para integrar esta y otras lenguas indígenas de México al traductor de Google. El traductor de náhuatl ya fue lanzado al público a principios de este año.



2. BRIGITTE BAPTISTE, Colombia / Ecologista

Como bióloga transgénero, Brigitte Baptiste explora los patrones comunes entre biodiversidad e identidad de género. Académica de renombre, Baptiste fue durante 10 años directora del Instituto Alexander von Humboldt y, en la actualidad, es presidenta de la Universidad EAN de Bogotá, una institución de enseñanza superior centrada en el espíritu empresarial sostenible.

3. LOURDES BARRETO, Brasil

Defensora de los derechos de las trabajadoras del sexo.

Impulsora de numerosas campañas, Lourdes Barreto se ha pasado la vida defendiendo mejores derechos para las trabajadoras del sexo en Brasil. Barreto, que ahora tiene 80 años, lleva décadas desafiando los prejuicios.

Tras iniciar su activismo en Belém do Pará, cofundó en la década de 1980 la Red Brasileña de Prostitutas.

4. GUERLINE M. JOZEF, Haití

Defensora de los derechos de los inmigrantes.

Guerline Jozef trabaja en la intersección de la política y la raza en USA, y hace campaña por los derechos de los inmigrantes. Es fundadora de la organización Haitian Bridge Alliance, dirigida por mujeres y centrada en los afrodescendientes. Bajo su dirección, la Alianza presentó cargos penales contra Donald Trump, por la que los inmigrantes haitianos “comían animales domésticos”.

5. SILVANA SANTOS, Brasil

Bióloga.

La bióloga pionera Silvana Santos



atribuye su descubrimiento revolucionario en el campo de la genética completamente a la casualidad; conoció a una familia con una enfermedad desconocida en la misma calle donde vivía. Eso la llevó a identificar el síndrome de Spoan (las siglas en inglés de paraplejía espástica, atrofia óptica y neuropatía), un raro desorden neurodegenerativo genético que produce una parálisis progresiva, en el noreste de Brasil.

6. GABY MORENO, **Guatemala / Músico.**

Cantautora aclamada en la escena musical latina, la guatemalteca Gaby Moreno irrumpió en el gran público al ganar el Grammy al Mejor Álbum Pop Latino en 2024. Compone en dos idiomas y con influencias de la música country, el soul y el folk latino, su música y su emotiva voz reflejan su rica herencia cultural. Hace poco lanzó una campaña para aumentar el acceso a kits educativos de calidad, en un país donde se calcula que 2,7 millones de niños están fuera del sistema escolar.

7. KATHERINE MARTÍNEZ,

Venezuela / Abogada de derechos humanos.

Muchos de los pacientes jóvenes en el hospital infantil José Manuel de Los Ríos en Caracas, Venezuela, vienen de hogares de bajos recursos y con una sola madre o padre. Prepara Familia, una organización no gubernamental fundada por Katherine Martínez, les provee lo esencial; ropa, medicamentos y comida, además de apoyo psicológico.

8. RUTH LÓPEZ,

El Salvador / Abogada.

Una apasionada de la ley y la justicia, Ruth López es la principal asesora jurídica de Cristosal, una organización que impulsa la democracia en toda Centroamérica.

Se ha enfocado en anticorrupción, ley electoral y la protección de los derechos humanos en El Salvador. Su tra-

bajo cobró más importancia cuando, a principios de este año, fue reelegido el presidente Nayib Bukele por un segundo período.

9. ROSA VÁSQUEZ ESPINOZA,

Perú / Bióloga química.

Inspirada por la sabiduría de su abuela curandera, la científica Rosa Vásquez Espinoza ha dedicado su carrera a combinar la ciencia más avanzada y los conocimientos tradicionales para proteger la biodiversidad de la Amazonía peruana.

10. CRISTINA RIVERA GARZA, **México/ Estados Unidos** Escritora

La prolífica escritora Cristina Rivera Garza ha sido reconocida con numerosos premios a lo largo de los años, incluido el Premio Pulitzer 2024 por su libro “El invencible verano de Liliana”, donde habla de la cuestión del feminicidio. A través de la historia de su hermana Liliana, asesinada en México en los años 90 por un exnovio que huyó y nunca fue llevado a juicio, la escritora confronta al trauma de perder a un ser querido.

11. ZHIYING (TANIA) ZENG,

Chile / Jugadora de tenis de mesa

La jugadora de tenis de mesa chino-chilena Zhiying Zeng (o Tania) hizo su debut olímpico en los Juegos de París 2024 a sus 58 años. Llevaba mucho tiempo esperándolo: con su madre como entrenadora, se hizo profesional a los 12 años. Clasificó para el equipo nacional chino, pero luego se trasladó a Chile, y abandonó el deporte durante 30 años para centrarse en sus negocios. Para 2023 era la mujer mejor clasificada en este deporte en Chile.

12. REBECA ANDRADE,

Brasil / Gimnasta

Con seis medallas, la gimnasta Rebeca Andrade es la brasileña con más títulos olímpicos (y nueve mundiales). Ganó el oro en el ejercicio de suelo en París 2024, superando a la gimnasta más condecorada del mundo, Simone

Biles. Durante la ceremonia de entrega de medallas, Biles y la también gimnasta estadounidense Jordan Chiles se inclinaron ante la brasileña, un gesto que se hizo viral y se convirtió en un emblema de los Juegos Olímpicos de este año.

13. JOHANA BAHAMÓN,

Colombia / Activista social.

La visita a una cárcel colombiana transformó la vida de la actriz Johana Bahamón, inspirándola a trabajar para aquellos que necesitaban una “segunda oportunidad”. En 2012, cambió su carrera actriz por el activismo de la reforma carcelaria y creó la Fundación Acción Interna, una organización sin ánimo de lucro que apoya a la población reclusa de Colombia y a aquellos que han sido liberados. La activista social también es la promotora de la Ley de Segundas Oportunidades de 2022.

14. MARGARITA BARRIENTOS,

Argentina / Fundadora de un comedor comunitario.

Desde iniciar un comedor comunitario para solo 15 personas hasta alimentar a más de 5,000 personas al día, Margarita Barrientos se destaca por su dedicación en la lucha contra el hambre en Argentina, donde un 53% de los 46 millones de habitantes ahora viven en la pobreza. Nacida en una de las regiones más pobres, Barrientos enfrentó la adversidad desde una edad temprana. Fundó su comedor comunitario Los Piletones en 1996, que creció hasta ser una fundación.

15. IDANIA DEL RÍO,

Cuba / Empresaria de moda

Clandestina es la primera marca de moda independiente de Cuba que vende su ropa en línea a un mercado mundial, cofundada por la diseñadora gráfica Idania Del Río. La empresa nació cuando el Presidente Raúl Castro relajó la normativa para las empresas y el comercio independientes. Elaborados por un equipo de diseñadoras de La Habana, en su mayoría mujeres, los productos celebran la cultura cubana y pretenden fomentar el aprecio por la creatividad de la isla.





EL CAPITAL CULTURAL DE LA DIÁSPORA DOMINICANA

Ser diáspora es mucho más que ser un grupo de dominicanos residentes en el exterior. **Ser diáspora es abrazar los elementos de la dominicanidad y convertirlos en su principal herramienta de identidad, diferenciación y pertenencia.**

Es llevar consigo la esencia cultural de un país, transformarla y adaptarla al contexto internacional, sin perder sus raíces. La diáspora es un puente vivo entre el pasado y el presente, entre la tierra natal y el mundo, y su riqueza cultural no solo fortalece a quienes la integran, sino que también enriquece a las comunidades que la reciben.

La diáspora dominicana es una reserva cultural que ha llevado los colores, sonidos y tradiciones de la República Dominicana al rededor del mundo. Desde la música hasta la literatura y el cine, los dominicanos en el exterior han jugado un papel clave en la preservación y promoción de nuestra identidad cultural, transformándola en un recurso global atractivo y muy rentable.

Uno de los ejemplos más vibrantes de este impacto es la música. El merengue y la bachata, géneros musicales originarios de la República Dominicana, que no solo han cruzado fronteras, sino que hoy en día tienen conquistados los corazones y escenarios internacionales.

La bachata, declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2019, alcanzó su mayor proyección gracias al desarrollo de exponentes que se hicieron populares desde la diáspora, llevando este género a un nuevo nivel de reconocimiento global.

Mientras tanto el merengue, símbolo de identidad nacional que conecta generaciones y territorios... ¿Qué sería de la Navidad sin que volviera Juanita cargada de lejanías? Aprovecho para resaltar que **el merengue típico merece una atención**

especial como una expresión auténtica del folklore dominicano, resguardado y potencializado por la diáspora. Con su acordeón, tambora y güira, este subgénero representa la esencia de nuestras raíces cibaefías, quienes son los pioneros en la construcción de la diáspora.

El Merengue Típico, debería ser reconocido y promovido al nivel de otros géneros globales. **Proponerlo como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad podría completar un triángulo cultural que destaque nuestra música a nivel mundial.**

El impacto de la diáspora no se limita a la música, la gastronomía o el baile. En el ámbito literario, dominicanos como Junot Díaz y Médar de la Cruz, han sido galardonados con el Premio Pulitzer, mostrando al mundo las complejidades y riquezas de la experiencia migratoria.

En el cine, talentos como Zoé Saldaña, quien recibió un Globo de Oro, continúan demostrando la capacidad de los dominicanos para destacar en industrias competitivas, proyectando una imagen positiva de nuestra cultura.

El caso de Rey Adujar, reconocido escritor, poeta y profesor universitario en Chicago; este dominicano radicado en el exterior, utiliza su dominicanidad como emblema. Actualmente es Director de la Dirección de Cultura en el Exterior y pieza esencial en el relanzamiento de la Feria del Libro en República Dominicana. Ha sido clave en la habilitación de cuatro oficinas culturales en el exterior y de generar una diversa oferta de actividades culturales que contribuyen a la promoción internacional de la identidad dominicana.

La diáspora dominicana se convierte en un motor cultural que trasciende fronteras. No solo recrea fragmentos de la República Dominicana, como sus festivales de música y gastronomía, sino que tam-



bien inspira transformaciones culturales innovadoras, como la incorporación de ritmos dominicanos en fusiones musicales modernas o la adaptación de recetas tradicionales a paladares internacionales. Estas iniciativas impactan positivamente al fortalecimiento del turismo cultural en destinos clave y a posicionar la identidad dominicana en mercados globales.

Para el futuro, es vital fortalecer las iniciativas que promuevan la conexión entre la diáspora y la República Dominicana. Esto incluye la creación de plataformas culturales, eventos internacionales y programas educativos que celebren nuestra herencia y la adapten a nuevas generaciones.

Cada miembro de la diáspora tiene el poder de ser un embajador cultural, y como nación debemos proporcionarles las herramientas para amplificar su impacto. Imaginemos un futuro donde los festivales dominicanos sean referentes mundiales, donde nuestras tradiciones sean estudiadas en universidades extranjeras, y donde la creatividad dominicana sea un motor de cambio y centro de la escena cultural global.



OLIENDO EL SANCOCHO

A sí de rápido, esa frase cualquiera de nosotros la ha oído en algún momento, casi siempre cuando alguien se aparece sin invitarlo en el medio de la preparación de un sancocho. El olor de un sancocho mientras se cocina es abrumador a todos los sentidos. Piense cuando le tocó esa sensación mientras caminaba por cualquier calle en la Rep. Dom., o hasta sentado en un Restaurant donde el cocinero es casi un comensal por la cercanía física de la cocina mientras lo preparaban.

El olor al sancocho despierta el deseo de comer, de lluvia, de un trago, de siesta, de su país, de momentos grabados en la mente como estampa de ganado, y hasta de perder la vergüenza de aparecer como si te hubieran invitado con

el único mérito de tener hambre para comerlo. La grandeza del sancocho.

El aparecerse sin que te inviten y sin inversión alguna que no sea el hambre de comerlo es clave para que quizás seas el que más termines comiendo. Razones varias: por decencia pocos te



Mientras otros olores a sancocho parecían tener más carne, esté con ese olor peculiar y añejado por el tiempo se guiso a su punto.

dicen que no pusistes nada, que probablemente has visitado varios altares siguiendo el mismo olor pero no te terminaron brindando, que termines diciendo que donde lo probaste antes no era tan bueno como ese, que es el mejor que has probado y hasta que tus oraciones por fin han sido contestadas después de primero atacarlos para que te brinden.

Cuando entonces por no joder contigo y salir de eso te brindan, entonces a través del espíritu santo les ilumina con la brillante idea de que quieres para llevar, que lo que te están sirviendo en el plato es suficiente solo para ti y que tienes otros a quienes por obligación deben comer al igual que los que invirtieron todo para la preparación. Mientras otros olores a sancocho parecían tener más carne, esté con ese olor peculiar y añejado por el tiempo se guiso a su punto.

Ese olor atrae a ciegos, a discapacitados, a mudos, a cualquier mortal que le fascine degustar de lo que a simple vista, tantos ingredientes independientes de cada uno, los condimentos y el agua los une y hace sabrosamente apetecibles. Ese olor es tan fuerte en su esencia, que a quienes se aparecen por el olor y no por el ruido de la cocina, les hace borrar el sentido común de quizás olvidar que los que cocinaron se acuerdan de los que pelaron la yuca, la cebolla, los plátanos para los bollitos, la auyama, y hasta quienes probaron a ver que le faltaba.

El maravilloso y atractivo olor del sancocho sigue atrayendo a los que de su sabor los cega, pero no oyen el ruido de la cocina cuando lo están preparando.



La Brutalidad Artificial

Las redes sociales, por su popularidad y libre acceso para todo el que disponga de un teléfono celular, es una fuente de información de poca credibilidad; sin embargo, se puede afirmar que es el contacto individual mas directo con el mundo, aun y cuando no tiene las formalidades de la escuela académica...

Esta nueva sección, “desde la profundidad de las redes” se dedicará a difundir esas joyas del conocimiento que nuestros amigos descubren y comparten con la redacción de esta revista. Los créditos serán para los colaboradores que nos hacen llegar esas escasas y desconocidas muestras del conocimiento.

POR CLAUDIO NAZOA

Me entero de que un tal Kim Peek, fallecido en el año 2009, tenía una extraña enfermedad: el «Síndrome del Sabio». El hombre se sabía de memoria 12,000 libros y podía leer y entender 2 libros al mismo tiempo. ¡Leía uno con cada ojo! ¡Qué enfermedad tan arrecha! Es exactamente lo contrario a la que yo tengo. Mi enfermedad se conoce como el «Síndrome del Bruto». Fíjense: yo, con los dos ojos, leo un libro en varios años y a medida que voy leyendo se me va olvidando lo leído. Cuando leo, debo taparme un ojo y mientras lo hago,

el ojo abierto se me cierra porque yo duermo de ese lado. Tengo, además, varias mujeres y no porque sea mujeriego, sino porque se me olvida la cara de mi esposa.

Eso de ser un genio está perdiendo importancia. Ya de nada vale estudiar como cuando yo lo hice. Recuerdo que amanecía en los pasillos de la UCV, sentado en una sillita de extensión y con un termo de café, sin celular ni laptop, porque no existían. Los estudiantes, nos peleábamos por unas pizarras que aún creo están frente a la Plaza del Rectorado. En esa antigua y milenaria época, había que saber de memoria la tabla de multiplicar, los

nombres de las capitales y los estados de Venezuela, los límites del país y, además, tener buena ortografía.

Era una época increíble, había que aprenderse los nombres de los huesos, de los músculos, de los órganos internos y sus funciones, los números romanos y los números de teléfonos de nuestros padres, novias, familiares y amigos, ¡todo de memoria! Era raro quien no sabía que Cristóbal Colón, Simón Bolívar y Rómulo Gallegos, no vivieron en una misma época. Todos habíamos leído Doña Bárbara, Las Memorias de Mamá Blanca, La Trepadora, Lanzas Coloradas, País Portátil, Casas Muertas, Cien Años de Soledad,

Historia de un Náufrago y Humor y

Amor. No existía el reguetón y para que una muchacha te hiciera caso, había que enamorarla. En fin, era una época realmente horrible.

Por raro que parezca, pasábamos toda la noche estudiando a la luz de faroles, bueno, a veces no estudiábamos nada, pero al menos lo intentábamos. En esa época, si presentabas un examen y no sabías nada, te raspaban y te daban sólo una oportunidad para reparar, para colmo, y esto es increíble, te bajaban puntos por cada error ortográfico.

En las casas de aquella terrible época existían las famosas enciclopedias que eran un montón de libros numerados por tomos, en donde estaba escrita toda la sabiduría humana, cosa que ahora da ganas de reír si lo comparamos con lo que sabe mi celular. Las enciclopedias se compraban fiadas y nuestros padres pasaban años pagándolas; la verdad es que nunca nadie las leyó. Sólo servían para que nos regañaran y nos mandaran a buscar allí si uno preguntaba algo.

¡Deja la preguntadera y abre esa

enciclopedia que no muerde! ¡Es que nunca las lees!

Y era verdad, crecimos y nadie nunca las leyó.

Mis hermanos y yo nos graduamos de toda vaina y jamás abrimos esos libros. En estos días, mi hermano Mario me dijo:

-Claudio, vamos a ver qué hacemos con esas enciclopedias llenas de polvo.

-Vamos a donarlas –le respondí.

-Ya lo intenté, pero nadie las quiere ni en las bibliotecas.

Así que decidimos llevarlas a un sitio en donde venden libros en la avenida Urdaneta, para ponerlas a consignación. Terminamos pagando para que las recibieran.

Me preocupa lo de la inteligencia en general, eso siempre ha sido muy peligroso, pero la artificial es más preocupante aún, porque uno, hoy en día, puede ser inteligente siendo bruto. Ya el cerebro es un adorno bastante feo que ahora sólo se encarga de los instintos básicos de supervivencia y reproducción, bueno, hasta el momento.

En esta época, nadie lee y nadie escribe. Todo tiene que ser de inmediato.



Eso de ser un genio está perdiendo importancia. Ya de nada vale estudiar como cuando yo lo hice. Recuerdo que amanecía en los pasillos de la UCV, sentado en una sillita de extensión y con un termo de café, sin celular ni laptop, porque no existían. Los estudiantes, nos peleábamos por unas pizarras que aún creo están frente a la Plaza del Rectorado.

Los mensajes en las redes y las publicaciones, deben ser muy rápidos porque nadie tiene tiempo para dedicarse a leer unos pocos caracteres, mucho menos para ver algo que se exceda de un minuto.

La prueba de lo que digo es que seguramente estoy perdiendo el tiempo con este artículo porque nadie ha llegado hasta aquí con esto que se me ha ocurrido escribir hoy.

Soy un anciano en etapa terminal, preocupado por cosas tan insignificantes como la Inteligencia Artificial y la Brutalidad Natural. Sé que todo tiempo futuro será mejor y que estamos a punto de que máquinas muy inteligentes se apoderen de nosotros, cosa que, quizás, no es una mala idea, dado el mal uso que los humanos hacemos con nuestro cerebro del siglo XXI. La brutalidad global nos rodea y nos gobierna.

Estoy harto de la poca inteligencia que tengo.

Ya es hora de echar mano de la Brutalidad Artificial, para intentar sobrevivir a tanta brutalidad natural.

@claudionazoa





Roberto Ángel Salcedo encabeza inauguración en New Jersey.

Propeep, Index y Cultura inauguran en New Jersey un Centro Cultural y de Innovación para dominicanos en el exterior

Según cifras del Instituto del Dominicano en el Exterior, se estima que cerca de medio millón de dominicanos residen en el Estado de Nueva Jersey, principalmente en los territorios Paterson y Perth Amboy.

NEW JERSEY

La Dirección de Proyectos Estratégicos y Especiales de la Presidencia, junto con el Ministerio de Cultura y el Instituto para Dominicanos y Dominicanas en el Exterior, inauguraron las instalaciones que albergarán la sede del Centro de Cultura e Innovación para Dominicanos en el Exterior (CIDEX) en la ciudad de Paterson, estado de Nueva Jersey.

El CIDEX es una iniciativa encabezada por estas tres instituciones con el objetivo de proveer un espacio donde dominicanos y dominicanas en el exterior puedan congregarse alrededor de

la innovación y sus expresiones culturales y artísticas.

El Sr. Roberto Ángel Salcedo, Director del PROPEEP, señala que la apertura del CIDEX en Nueva Jersey ejemplifica las políticas del Gobierno del Presidente Luis Abinader para apoyar a los dominicanos residentes en el extranjero, quienes aportan significativamente no solo a la cultura y el arte, sino también a aspectos sustantivos del país. Por esta razón, PROPEEP apoya estos proyectos a través de la iniciativa “Dominicana Cultural y Creativa”.

Al igual que en Nueva York, esta sede del CIDEX en Nueva Jersey operará como parte de la Dirección de Cultura

Dominicana en el Exterior, dependencia del Ministerio de Cultura. Milagros Germán, ministra de cultura, celebra la colaboración interinstitucional que hace posible estos programas en beneficio de generaciones de dominicanos que nos representan con dignidad en tierras extranjeras.

La inversión realizada en el CIDEX ha permitido la remodelación de los espacios de la DCDEX en Nueva Jersey, donde se albergará una galería para exposiciones de artes plásticas, un auditorio para obras artísticas y eventos, una biblioteca, un salón de clases y la reestructuración de las oficinas de la dirección de cultura y las oficinas administrativas y gubernamentales que operan en el Consulado General de la RD en Nueva Jersey, en el 150 Market Street, Paterson, NJ.

Según cifras del INDEX, se estima que medio millón de dominicanos conviven en el denominado Estado Jardín, siendo Paterson la ciudad con más dominicanos en número absoluto, mientras que Perth Amboy es la ciudad con la mayor proporción de dominicanos en los Estados Unidos. Los dominicanos impactan positivamente diversos aspectos sociales y económicos de la región. El Viceministro Carlos de la Mota, director del INDEX, destaca la importancia de esta institución en proyectos como CIDEX, uno de los muchos medios que el INDEX utiliza para alcanzar a los dominicanos en cualquier parte del mundo y asegurar que sientan el apoyo de las instituciones gubernamentales.



Roberto Ángel Salcedo director del PROPEEP.

ASÍ NACIÓ EL AMOR

Y aconteció que estando ellos allí, se cumplieron los días de su alumbramiento. Y dio a luz a su hijo primogénito, y lo envolvió en pañales, y lo acostó en un pesebre, porque no había lugar para ellos en el mesón. San Lucas 2:6

Pensar en la Navidad nos hace reflexionar en lo que pasó aquella noche especial y única que inspira esta época del año, el Hijo de Dios, el Amor mismo se hizo carne, nos sorprende en gran manera, ya que pensar que el único Dios verdadero quisiera hacerse hombre, viene en un frágil bebé. El propósito de Jesucristo en venir al mundo es sorprendente, pues saber que Dios quisiera nacer en un humilde pesebre conociendo que su propósito era vivir para enseñarnos el camino que nos conduce al Amor.

El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se

irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, mas se goza de la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta. 1 Cor. 13:4-7 y este es el amor con el cual Dios nos pide amar, pues gracias a Él ya podemos amar de esta manera.

Así como el Amor mismo se hizo carne, mostrando su gloria llena de gracia y de verdad, cada creyente por la fe depositada en Jesús El Salvador, puede experimentar también la personificación del amor en su vida, pues ese regalo se dio a la humanidad envuelto en pañales, así lo recibe todo creyente por el Espíritu Santo quien derrama el amor de Dios en su corazón, y así amarnos unos a otros

como Él nos ha amado. ¡Gloria a Dios en las alturas, y en la tierra paz, buena voluntad para con los hombres! Aleluya!!



Así como el Amor mismo se hizo carne, mostrando su gloria llena de gracia y de verdad, cada creyente por la fe depositada en Jesús El Salvador, puede experimentar también la personificación del amor en su vida...



UNA REFORMA FISCAL JUSTA Y EQUITATIVA

La República Dominicana se enfrenta a una urgente, necesaria e impostergable **Reforma Fiscal Integral**, que permita efficientizar el gasto público. Esta acción es esencial para abordar los desafíos económicos y sociales del país, así como para promover un desarrollo sostenible más justo y equilibrado.

Esta transformación ha sido aplazada durante mucho tiempo de manera imprudente por la clase política, ahondando el problema, dándole prioridad a intereses de conveniencia personal y partidaria, aludiendo a un costo político que podía costarle la elección sin importar el bienestar del país. Un verdadero líder político pone los principios por encima de los intereses, pero cuando pone los intereses por encima de los principios, entonces, ya no es política. Este comportamiento, anómalo y antipolítico, es muy propio de los que piensan siempre en la próxima elección, y nunca en la próxima generación.

De manera valiente, el presidente Luis Abinader y su gobierno, tienen decidido iniciar un amplio proceso de consulta y discusión con todos los sectores de la vida nacional, para consensuar la mejor propuesta de grandes reformas, a sabiendas de que muchas medidas a tomar serán impopulares pero necesarias, afectando tal vez su popularidad.

Actualmente, existen deficiencias en la asignación y ejecución de los recursos públicos, lo que resulta en una baja calidad de los servicios básicos, además, limita el impacto de las políticas



públicas. Una reforma fiscal permitiría identificar áreas de gasto ineficiente y redirigir los recursos hacia sectores prioritarios, como la educación, la salud y la infraestructura, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de la población. En tales circunstancias, **es necesaria una reforma para mejorar la eficiencia del gasto.**

Esto generaría una serie de beneficios económicos significativos como: el aumento de los ingresos fiscales, estímulo a la inversión y al crecimiento económico, reducción de la dependencia de la deuda externa, promoción de la igualdad y la inclusión social, fomenta la equidad en el sistema fiscal e impulsa el crecimiento económico, entre otros beneficios.

La reforma fiscal es crucial para fortalecer la capacidad del Estado dominicano de **generar ingresos de manera sostenible.** En la actualidad, la dependencia de fuentes de financiamiento externo y la evasión fiscal, limitan la capacidad del Gobierno para invertir en proyectos de desarrollo y programas

sociales. Mediante una Reforma Fiscal Integral, se pueden implementar medidas para aumentar la recaudación de impuestos de manera más justa y objetiva, promoviendo así un sistema tributario más eficiente y progresivo.

Otro aspecto importante es la necesidad de promover la **equidad en el sistema fiscal.** En la República Dominicana, existen brechas significativas en la distribución de la carga tributaria, donde algunos sectores empresariales y grupos de la población se benefician de privilegios fiscales desproporcionados. Una Reforma Fiscal Integral permitiría eliminar estos privilegios y establecer un sistema tributario más racional donde todos los contribuyentes cumplan con sus obligaciones de manera justa y proporcional, según su capacidad económica.

Asimismo, una Reforma Fiscal Integral puede contribuir a **mejorar el clima de inversión y fomentar el crecimiento económico sostenible.** Un sistema fiscal transparente, con reglas claras y predecibles, brinda confianza a los inversionistas, tanto nacionales como extranjeros. Al mismo tiempo, una reforma fiscal bien diseñada puede impulsar la competitividad de las empresas y estimular la creación de empleo, generando así un círculo virtuoso de desarrollo económico.

Solo a través de una Reforma Fiscal Integral se podrá sentar las bases para un desarrollo sostenible y equitativo en el país.

Coming Soon...



Lincoln Hospital

Una historia de grandeza

Lucha, entrega, participación, inclusión, excelencia; ¡Y vamos por más!



Cristina Contreras CEO NYC Health & Hospitals / Lincoln

El Bronx es un condado muy singular; y tiene características únicas que lo hacen muy diferente a los otros cuatro grandes barrios de Nueva York. Existe desde 1914 y es el que mayor número de latinos tiene, (54.4%) y el español es el idioma más hablado, los dominicanos lideran como el grupo más grande, representando casi la mitad de todos los latinos en el condado.

Este liderazgo demográfico destaca el impacto cultural, lingüístico y social de los dominicanos en el Bronx; y por ello, es orgullosamente denominado y reconocido como el **Condado de la Salsa y del Merengue**. Una fehaciente muestra de hasta donde ha penetrado nuestra autenticidad cultural y como hemos conectado la historia con nues-

tras raíces caribeñas. Este doble enfoque en el sentido étnico-demográfico es lo que nos permite mantener la especificidad cultural, mientras aumentamos la visibilidad.

Pero al mismo tiempo, somos el condado de mayor pobreza y tenemos registros estadísticos que muestran récords en enfermedades que se derivan del hacinamiento y la marginalidad. Esto explica el porqué sus valerosos habitantes y autoridades, periódicamente, hablan del **Renacimiento de El Bronx**; refiriéndose a los grandes acontecimientos que han cambiado la fisonomía del borough.

El Bronx “renació” en 1923 (con solo 9 años de fundado) cuando se erigió el Yankee Stadium; volvió a “renacer” en 1948 con la construcción del Cross Bronx Expressway, la primera autopista construida en medio de una ciudad su-

per habitada. Dos décadas más tarde, se registró otro “renacimiento”, pero esta vez bajo la tutela de dos inmigrantes católicos; uno dominicano, Astin Jacobo y el otro, italiano, el cura Louis Gigante.

Estos dos promotores del activismo social y comunitario, fueron los responsables de un impresionante número de soluciones habitacionales para los habitantes menos pudientes de la barriada.

Luego, bajo la presidencia de Rubén Díaz Jr. y desde los años siguientes hasta la fecha, se produjo otro importante periodo de construcciones en El Bronx, que bien pudiera definirse como un “gran renacimiento” -por su magnitud- y que cambiará definitivamente la imagen de “cenicienta en la construcción” que tenemos ante la muy imponente Manhattan.

Aunque estos altos edificios de apartamentos de lujo que bordean el río Harlem no están destinados a personas de escasos recursos, sino todo lo contrario, por igual cambian el paisaje y la imagen de “finca de descanso” para los





pular Mott Haven. Y ya que siempre he mostrado mi disposición de servicio y que también conozco el buen corazón de los políticos, activistas comunitarios y autoridades de todos los niveles que inciden en el escenario de este condado, me atreví a aceptar el desafío de hacer realidad este **nuevo “renacimiento” del Lincoln.**

Aunque no hay nada sobre natural en hacer que un hospital optimice sus servicios y que es asunto de la buena voluntad por parte de los profesionales envueltos en su operación, yo le llamo “milagro” porque quiero que la mano de Dios, el único que hace milagros, me guíe en esta

empresa, como lo ha hecho en los casi 30 años que llevo dedicada a estas labores; y que ustedes, la comunidad de South Bronx, me ayude a realizar este sueño.

La primera meta en el área de inversión es lograr el presupuesto para construir un edificio que aloje los consultorios médicos de las más de 25 especialidades que ofrece un hospital de su categoría; que recibirá miles de pacientes a la semana, buscando atención primaria y especializada, de forma que se puedan prever los internamientos.

El propósito es ofrecer servicio ambulatorio preventivo y eficiente, como se hace en cualquier país avanzado. Que los niños reciban sus vacunas a tiempo y conforme a un plan organizado, que nuestros envejecientes dispongan de los cuidados primarios y podamos reducir las visitas por motivo de urgencia. En fin, mi propósito y el del equipo que me acompaña es **alcanzar la excelencia anhelada** en la prestación de servicios médicos y hospitalarios.

Pero construir el edificio para consultorios -aunque es lo más importante ahora mismo- no es nuestro único objetivo inmediato. Hay otras prioridades que deben atenderse en paralelo con la construcción; y quiero aprovechar la oportunidad que me brinda esta valiosa revista para hacerlas de su conocimiento.

A mediano y largo plazo, nuestro equipo de trabajo tiene la atención puesta en un **Plan General de Desarrollo** para una institución que ha sido durante décadas símbolo de cuidado y compromiso con su comunidad. Ahora, bajo mi liderazgo, estamos comprometidos a llevar este legado al siguiente nivel, transformando al Lincoln en el hospital de preferencia para todos aquellos que buscan atención médica de calidad y confianza.

Nuestra visión es clara: elevar a Lincoln Hospital para que sea el lugar al que las personas acuden, no solo por necesidad, sino porque confían plenamente en la excelencia de los servicios que ofrecemos. Esta meta ambiciosa está respaldada por objetivos estratégicos cuidadosamente diseñados que abarcan desde la experiencia del paciente hasta la satisfacción de nuestros empleados y el fortalecimiento de la infraestructura.

OBJETIVOS CLAVES

Convertir a Lincoln en un Hospital Preferido por la Comunidad

Nuestra meta es clara: ser la primera opción para nuestra comunidad. Queremos que cada residente del Sur del Bronx piense en Lincoln como el lugar donde recibirá atención confiable, humana y de calidad. No competimos, lideramos. Este será el hospital que la gente elija porque sabe que aquí encontrará excelencia y compromiso.

Expandir la Atención Ambulatoria

Responderemos a las necesidades de nuestra comunidad. Aumentaremos

acomodados de Manhattan, que siempre tuvo El Bronx.

Si se mira al pasado con detalle y sin pasión, el Lincoln Hospital tiene una historia de lucha permanente, de valentía, de triunfos y conquistas en la búsqueda de la calidad del servicio que brinda a la ciudadanía de Mott Haven.

Hago este recuento, porque quiero llamar la atención de los acontecimientos que hoy gravitan sobre este centro de salud. **El Lincoln está “renaciendo” de nuevo**, como lo ha hecho desde 1914; y en esta ocasión apuesta a generar los cambios históricos que espera la comunidad de South Bronx.

Aun y cuando no se trata de logros en materia de transporte, deportes o de viviendas, los resultados serán de capital importancia, porque están dirigidos a optimizar el servicio de salud que se ofrece a los residentes de la zona más empobrecida de la ciudad.

El Lincoln es parte del sistema de hospitales de la ciudad de Nueva York y está enclavado, como dije, en el po-



nuestras clínicas especializadas y servicios integrales. Nadie debería esperar semanas para ser atendido. Queremos ofrecer acceso rápido, eficiente y adaptado a las diversas necesidades de nuestros pacientes. Porque el tiempo es salud, y la salud no espera.

Modernizar la Infraestructura

El futuro del cuidado de la salud en el Bronx comienza con la construcción de un nuevo edificio ambulatorio, moderno y funcional. Gestionaremos fondos para que esta visión sea una realidad. Además, invertiremos en tecnología avanzada que pondrá a Lincoln a la par de los mejores hospitales. Todo esto, sin que nuestros pacientes tengan que abandonar su barrio. Atención de primera, aquí mismo, en el Bronx.

Mejorar el Bienestar y la Satisfacción de Todo el Personal

Un equipo feliz y comprometido es un equipo imparable. Transformaremos el entorno laboral para que cada empleado, médico y administrador se sienta valorado. Les daremos razones para trabajar con orgullo y dedicación. Porque cuando ellos están bien, nuestra comunidad recibe un mejor servicio. Priorizar el bienestar del personal no es solo una meta, es nuestra estrategia para el éxito.

Fortalecer la Vinculación Comunitaria

Construiremos puentes con nuestra comunidad, no barreras. Trabajaremos con líderes locales para educar a los residentes sobre cómo usar el sistema



La primera meta en el área de inversión es lograr el presupuesto para construir un edificio que aloje los consultorios médicos de las más de 25 especialidades que ofrece un hospital de su categoría; que recibirá miles de pacientes a la semana, buscando atención primaria y especializada, de forma que se puedan prever los internamientos.

de citas y acceder a la atención primaria. Reduiremos el uso innecesario de emergencias, porque cuidar la salud empieza por prevenir, no solo tratar.

Optimizar la Experiencia del Paciente

Queremos que cada interacción con el hospital sea rápida, eficiente y positiva. Simplificaremos procesos y eliminaremos obstáculos para garantizar que todos reciban la atención que necesitan, cuando la necesitan. Nuestra misión es clara: un paciente que se sienta atendido, respetado y cuidado, es un paciente que confía y regresa.

ESTRATEGIAS FUNDAMENTALES

Para alcanzar estos objetivos, hemos diseñado estrategias centradas en el paciente, los empleados y la comunidad:

Atención Centrada en el Paciente

Garantizar que cada persona reciba el cuidado de calidad que merece y en el que pueda confiar plenamente.

Iniciativas para Empleados

Crear una cultura laboral positiva donde nuestros colaboradores se sientan valorados y comprometidos.

Educación y Alcance Comunitario:

Promover el uso de la atención primaria y reducir las visitas innecesarias a emergencias mediante la educación y el compromiso comunitario.

Simplificación de Procesos:

Mejorar los sistemas para ofrecer una experiencia fluida tanto para pacientes como para empleados.

Mejoras en Infraestructura y Tecnología

Invertir en instalaciones modernas y equipamiento avanzado para garantizar un cuidado médico de primer nivel sin necesidad de salir del Bronx.

Este es nuestro compromiso con el futuro de Lincoln Hospital:

Construir un espacio donde la atención médica de calidad, la confianza de la comunidad y el orgullo de nuestros empleados se conviertan en pilares de una transformación significativa.

Juntos, convertiremos a Lincoln Hospital en un modelo de excelencia en salud que refleje la fortaleza y el espíritu de El Bronx.



Reconocimientos recibidos por la Mejoría del Rendimiento

- American College of Emergency Physicians-Geriatric Emergency Department Accreditation (ACEP-GEDA) Bronze Level (2023)
- Stroke Gold Plus with Honor Roll Elite + Award 13 consecutive years
- CMS 5-star Quality of Hemodialysis Care Rating 2018 Performance Score in Health Outcomes in Hemodialysis
 - First Baby-Friendly Designated Hospital in the Bronx
- NICHE (Nurses Improving Care for Healthsystem Elders) Senior Friendly Facility Designation
 - TJC Advanced Palliative Care Certification since 2016
 - TJC Stroke Center Certification since 2017
 - TJC Advanced Thrombectomy Certification since 2022
 - TJC Advanced Certification in Perinatal Care 2023
 - TJC Pediatric Asthma Certification since 2019
- National Accreditation Program for Breast Centers (NAPBC) Certified
- Bronze certification in Patient Centered Care from Planetree International 2023
- American College of Surgeons' Committee on Trauma Verification as a Level I Trauma Center, 2020-2023
 - Lincoln Medical Intensive Care Unit Receives AACN Silver-Level Beacon Award for Excellence American College of Emergency Physicians

Logros en Materia de Seguridad del Paciente

- NYC DOH Honor Roll for best rates of vaccination in children
 - Gold Plus Award for CHF by AHA/ASA
 - Daily Organizational Safety Huddles since March 2016
- Zero Blood Transfusion Errors since 2008: 3,730 days and 35,747 transfusions
 - Marked reduction in the Standardized Utilization Ratio (SUR) for Central Line hospital-wide Daily Organizational Safety Huddles since March 2016
- Marked reduction in the Standardized Utilization Ratio (SUR) for Foley Catheter hospital-wide
 - Zero wrong site wrong patient surgery for more than 14 years
 - Staff Safety- Implementation of novel BHA model 100% BH staff trained in PMCS and debriefing techniques



Cristina Contreras

Liderazgo visionario que transformó el Desfile Nacional Dominicano

WWW.ELRUMBODENUEVAYORK.NET

El Desfile Nacional Dominicano (NatDDP) ha sido, por décadas, un símbolo de unidad, orgullo y celebración para los dominicanos en los Estados Unidos y en todo el mundo. Sin embargo, bajo el liderazgo transformador de Cristina Contreras, este evento icónico ha alcanzado niveles de impacto y relevancia nunca antes vistos. Su visión, compromiso y capacidad de ejecución han convertido al NatDDP en mucho más que un desfile: es una plataforma cultural, educativa y comunitaria que empodera, inspira y conecta.

Cristina Contreras: Una Líder Sin Igual

Cristina no solo lidera; redefine lo que significa liderar. Bajo su dirección, el NatDDP ha evolucionado para convertirse en un catalizador de cambio positivo, combinando tradición con

innovación, y celebrando la cultura dominicana mientras crea oportunidades reales para la comunidad. Su liderazgo no es reactivo, es visionario. Cristina ha demostrado ser una líder estratégica, apasionada y enfocada en resultados tangibles que beneficien a las generaciones actuales y futuras.

HITOS HISTÓRICOS QUE RESALTAN SU LIDERAZGO

1. Primera Participación de un Presidente en Funciones como Gran Mariscal

En 2023, Cristina logró un momento sin precedentes: un presidente en funciones de la República Dominicana marchó como Gran Mariscal del desfile. Este evento no solo reforzó los lazos culturales, sino que marcó un hito en la historia del NatDDP, mostrando al mundo la importancia de nuestra diáspora y su conexión con el país de origen.

2. Ampliación de la Audiencia a Través de PIX11

Por primera vez, el desfile fue transmitido en inglés por PIX11, un canal no hispano, permitiendo que la rica cultura dominicana llegara a una audiencia más amplia en los Estados Unidos. Este logro posicionó al NatDDP como un evento inclusivo, relevante y representativo en el panorama multicultural estadounidense.

3. Primera Transmisión en Vivo Propia

Cristina llevó la innovación un paso más allá al implementar la primera transmisión en vivo del NatDDP. Esto permitió que dominicanos de todo el mundo pudieran conectarse y celebrar en tiempo real, expandiendo el alcance del desfile y fortaleciendo el sentido de comunidad global.

4. Reconocimiento de Líderes y Figuras Culturales

Cristina ha destacado a figuras influ-



yentes como Pedro Brache, presidente de Grupo Rica, Jochi Santos y Nelson Javier “El Cocodrilo”, entre otros. Estos reconocimientos no solo celebran a los íconos de nuestra cultura, sino que también inspiran a las nuevas generaciones a soñar en grande.

Educación y Empoderamiento: Un Pilar Clave de su Gestión

Cristina entiende que la educación es poder. Bajo su liderazgo, el NatDDP ha organizado talleres y webinars en temas críticos como:

- Información sobre inversiones y jubilación.
- Derechos de vivienda para propietarios e inquilinos.
- Modernización de negocios con herramientas digitales.

Estos eventos no solo educan, sino que empoderan a la comunidad dominicana, ofreciéndoles herramientas prácticas para mejorar sus vidas y alcanzar sus metas. Además, Cristina distribuyó 500 becas profesionales de Google, muchas de ellas en español, reafirmando su compromiso con el desarrollo profesional de la comunidad.

Apoyo a Pequeñas Empresas y Compromiso Humanitario

El liderazgo de Cristina también ha impulsado a las pequeñas empresas, ofreciéndoles una plataforma para crecer y conectarse con recursos clave. Además, su compromiso con causas humanitarias, como el apoyo a fundaciones que ayudan a niños huérfanos

y clínicas en la República Dominicana, demuestra su capacidad para liderar con propósito y compasión.

Un Legado de Orgullo y Futuro

Cristina Contreras ha elevado el Desfile Nacional Dominicano a nuevas alturas. Su enfoque en la innovación, la inclusión y el impacto cultural la posiciona como la mejor líder que el NatDDP ha tenido en su historia. Bajo su dirección, el desfile no solo celebra

nuestra identidad dominicana, sino que también crea un futuro lleno de oportunidades para todos los que forman parte de esta comunidad.

Cristina no solo es una líder; es una arquitecta del cambio, una inspiración para todos y un modelo de lo que significa liderar con visión, pasión y propósito. El Desfile Nacional Dominicano es, gracias a ella, un testimonio vivo del poder de la cultura, la comunidad y el liderazgo excepcional.

Un Futuro Brillante

Con Cristina Contreras al frente, el NatDDP no tiene límites. Su legado ya está escrito en la historia, pero su visión para el futuro promete aún más: más inclusión, más oportunidades y más orgullo. La comunidad dominicana tiene en Cristina a una líder que no solo escucha, sino que actúa, no solo sueña, sino que hace realidad esos sueños.

El Desfile Nacional Dominicano no es solo un evento. Es un movimiento. Y Cristina Contreras es la fuerza detrás de su transformación.



¿Quién es realmente Cristina Contreras?

WWW.ELRUMBODENUEVAYORK.NET

Cristina Contreras es una ejecutiva del área de la salud con una destacada trayectoria en la transformación de instituciones médicas en USA. Como directora general de NYC Health & Hospitals / Metropolitan, convirtió esta instalación de East Harlem en un faro de excelencia dentro del sistema de salud pública más grande del país.

Con casi tres décadas de liderazgo progresivo, Cristina ha logrado resultados extraordinarios al implementar su visión estratégica para aumentar la eficiencia y optimizar la calidad de los servicios hospitalarios. Su capacidad para mejorar los resultados de los pacientes, la satisfacción del personal y la retención de médicos y enfermeras calificadas, ha contribuido significativamente a incrementar la rentabilidad del hospital.

Su formación académica incluye una licenciatura en Trabajo Social (BSW) de Herbert H. Lehman College, una maestría en Trabajo Social (MSW) de Fordham University, una maestría en Administración Pública (MPA) de Baruch College y el reconocimiento con un doctorado honorífico del NY College of Podiatric Medicine.

Contreras ha sido una firme defensora de la promoción cultural y el avance profesional de la comunidad domini-

cana, tanto en USA como en nuestra República Dominicana. Su labor sigue inspirando y promoviendo cambios significativos en la integración y el reconocimiento de los dominicanos en ambos países. Sus aportes al acceso a la salud pública y la justicia social para los ancianos a través de RAIN, junto a sus iniciativas con la Asociación de Alzheimer, han elevado la conciencia y el apoyo para el cuidado de los envejecientes en la comunidad, incluidos los de origen dominicano.

Bajo el liderazgo de esta incansable trabajadora, el Desfile Nacional Dominicano (NatDDP) ha alcanzado un profundo impacto en la comunidad, tanto en USA como en RD, a través de diversas iniciativas profesionales y educativas. La educación comunitaria es fundamental, ya que empodera a las personas con conocimientos que

mejoran la participación cívica y fortalece los lazos ciudadanos. Los talleres impartidos sirven como plataformas esenciales para distribuir información valiosa, permitiendo a los miembros de la comunidad tomar decisiones informadas, y mejorar sus vidas, tanto personal como profesionalmente. Algunos de los talleres más destacados incluyen:

- Información sobre Inversiones y Jubilación (abril de 2024)
- Derechos de Vivienda para Propietarios e Inquilinos (abril de 2023)
- Taller sobre los Derechos de la Cuarta Enmienda (mayo de 2023)
- Moderniza tu Negocio: Pagos Digitales, Tiendas Virtuales, Mapas, Seguridad (abril de 2022)
- Educación: Camino al Éxito (marzo de 2022)
- Presentando a Nuestros Comisio-



nados Dominicanos (octubre de 2021)

- Empoderamiento: Recursos, Negocios, Finanzas (marzo de 2021)

Además de los talleres, Cristina ha fortalecido varias iniciativas clave, tales como:

- **Redes de Contactos y Programas de Mentoría**

NatDDP facilita oportunidades de networking con líderes corporativos, creando programas de mentoría que incluyen prácticas en grandes empresas, ofreciendo experiencia actualizada y crecimiento profesional.

- **Reconocimiento de Íconos Culturales**

Contreras ha jugado un papel crucial en destacar figuras dominicanas prominentes, como Nelson Javier “El Cocodrilo”, y la participación histórica del presidente dominicano, Luis Abinader como Gran Mariscal en 2023, fortaleciendo el vínculo entre los dominicanos en USA y sus raíces culturales primarias.

- **Apoyo a Fundaciones Dominicanas**

En este renglón, ella ha estado involucrada activamente en el apoyo a fundaciones dominicanas que ayudan a niños huérfanos y proporcionan recursos para clínicas y escuelas locales, demostrando su compromiso con los esfuerzos humanitarios.

- **Promoción de Pequeñas Empresas**

A través del desfile y diversos eventos comunitarios, Cristina ayuda a las pequeñas empresas a ganar exposición y conectarse con actores clave, proporcionando una sólida plataforma para el networking y el crecimiento en el mercado estadounidense. Además, ha logrado conectar servicios esenciales como la banca, las remesas y otros servicios directamente con los dominicanos en los USA, facilitando el acceso a servicios financieros cruciales.

- **Ampliación del alcance del Desfile Nacional Dominicano**

Logrando que, por primera vez, el evento fuera transmitido en inglés a través de PIX11 durante más de tres horas, destacando la rica cultura domi-

nicana y presentando nuestra herencia a un público estadounidense más amplio. Además, ha distribuido 500 becas profesionales de Google, muchas de ellas en español, y ha lanzado programas educativos y comunitarios que se vinculan con nuestras raíces, promoviendo el orgullo cultural.



Con casi tres décadas de liderazgo progresivo, Cristina ha logrado resultados extraordinarios al implementar su visión estratégica para aumentar la eficiencia y optimizar la calidad de los servicios hospitalarios.



El liderazgo excepcional y el servicio comunitario de la señorita Contreras han sido ampliamente reconocidos con numerosos premios que destacan su profundo impacto en la comunidad. Ha sido nombrada una de las Mujeres de Poder de Manhattan por Schneps Media, recibió el Premio Trailblazer de la Asociación de Abogados Dominicanos, el Premio al Liderazgo en el Servicio Gubernamental de 100 Hispanic Women National, y fue honrada como Heroína de la Esperanza y Campeona de la Inclusión por la Cámara de Comercio Hispana de NYC. Su

influencia también ha sido destacada por prestigiosos medios como City & State NY, que la incluyó en la lista The Manhattan Power 100 en 2022, 2023 y 2024.

Además, ha sido reconocida por:

- City & State NY: The 2024 Manhattan Power 100
- El Diario NY: Mujeres Destacadas 2024
- El Diario NY: ¡Orgullo y Gratitude!
- Banreservas: Dominicanas de Voluntad en la Diáspora
- ABCNY7: Women's History Month: Hospital CEO inspires as trailblazer in Dominican community
- City & State NY: The 2023 Manhattan Power 100
- Dominican Bar Association: Community Trailblazer award
- City & State NY: The 2022 Manhattan Power 100
- Bronx Times: Power Bronx Woman reflects on life

Estos galardones reflejan su incansable dedicación a la comunidad y su impacto duradero en la diáspora dominicana, tanto en los EE. UU. como en la República Dominicana.

Cristina Contreras es un ejemplo brillante de cómo el compromiso y la dedicación pueden llevar a la excelencia en la salud, el liderazgo y el servicio comunitario, elevando la comunidad dominicana tanto en Estados Unidos, como en República Dominicana.



Cristina Contreras

MPA, LMSW, FABC

Cristina Contreras, MPA, LMSW, FABC, es una líder en el ámbito de la salud con casi 30 años de experiencia dedicada al servicio público y la gestión hospitalaria. Nacida en la República Dominicana, comenzó su carrera como trabajadora social y ha ascendido a lo largo de los años para convertirse en la Directora Ejecutiva de NYC Health + Hospitals/Lincoln, donde lidera esfuerzos para mejorar la calidad de la atención médica en una de las comunidades más diversas y vulnerables de Nueva York.

A lo largo de su trayectoria, ha trabajado incansablemente para ampliar el acceso a servicios de salud para comunidades inmigrantes y desatendidas, siempre con un enfoque en la equidad, la inclusión y la compasión. Con su liderazgo, ha implementado iniciativas estratégicas que han mejorado significativamente la experiencia del paciente, la satisfacción del personal y la calidad de los servicios médicos.

Cristina es una defensora apasionada de la justicia social y la salud pública. Posee una Maestría en Trabajo Social de Fordham University y una Maestría en Administración Pública de Baruch College. Su compromiso con el bienestar comunitario también se refleja en su labor como presidenta del Desfile Nacional Dominicano, donde promueve el orgullo cultural y la unidad comunitaria.

En lo personal Cristina disfruta de su tiempo en casa con un mecanismo de relajación y balance; confiesa ella que se dedica a la crianza y formación de sus hijos, ya que es madre a tiempo completo de cuatro joyas que le trajeron Dios. Dos chicas: Eileen y Samantha, y dos caballeros: Jonathan y Kevin.

Su historia es un testimonio de resiliencia, dedicación y liderazgo al servicio de la salud y el bienestar de todos.



Kevin, Samantha, Eileen y Jonathan.





PASTELERÍA
PERSONALIZADA PARA
ADULTOS Y NIÑOS

*Exquisitamente
Saludable*



 @mistysbakeshop • mistysbakeshop@gmail.com



Jairo Díaz Distribution
Tel.: 401.714.2965

46 Forest View Drive
North Providence, Rhode Island

Navidades y Año Nuevo: Fiestas de comilonas y bebentinas



DR. ROBERTO FERNÁNDEZ
DE CASTRO T.

La costumbre ancestral de nuestros progenitores de reunirse para comer grandes cantidades de alimentos y beber bebidas fermentadas alcohólicas es una práctica que se ha registrado en muchas culturas a lo largo de la historia. Las primeras civilizaciones en la antigua Mesopotamia, los sumerios elaboraban cerveza hace 5,000 años. Los egipcios, también consumían de cerveza y de vinos en los banquetes de eventos importantes.

Para los griegos y los romanos, en los simposios y banquetes se consumían grandes cantidades de vino, comida y se acompañaban de entreti-

mientos con música, danza y poesía. Los taínos en el Caribe precolombino celebraban los areítos, donde se ingerían grandes porciones de alimentos y bebidas fermentadas como la Chicha. En la Edad Media, el consumo de vino y cerveza eran comunes entre la nobleza europea, y se servían en grandes cantidades junto con una variedad de provisiones alimenticias.

La celebración de las fiestas de Navidades y año nuevo, fechas que se han convertido en las festividades más importante en el mundo, tienen un origen variado. Para las Navidades su inicio





se vincula a fiestas paganas, los romanos celebraban las consagradas al Dios Saturno que comenzaban del 17 al 24 de diciembre, coincidiendo con el solsticio de invierno. No fue hasta el 25 de diciembre del 336, durante el reinado del emperador Constantino que empezó a celebrarse el nacimiento de Cristo, borrando así las fiestas saturnales. La primera celebración de Navidad en el continente americano se remonta al 25 de diciembre de 1942, en La Hispaniola, por los españoles que construyeron el fuerte llamado “La Navidad”.

Otra referencia es la celebración de Navidad realizada con los indígenas en México durante el proceso de evangelización en el 1526, según refiere Fray Pedro de Gante en comunicación al Rey Carlos V. A partir del siglo XX, la Navidad cambió de ser una celebración religiosa a una gran fiesta social y familiar, dónde la ingesta de grandes cantidades de comidas y bebidas, con los intercambios de regalos de los Reyes Magos, sustituidos luego por Santa Claus o Papá Nicolás, en una sociedad cada vez más consumista.

La fiesta de Año Nuevo es una de las celebraciones más importantes y



Para las Navidades su inicio se vincula a fiestas paganas, los romanos celebraban las consagradas al Dios Saturno que comenzaban del 17 al 24 de diciembre, coincidiendo con el solsticio de invierno. No fue hasta el 25 de diciembre del 336, durante el reinado del emperador Constantino que empezó a celebrarse el nacimiento de Cristo, borrando así las fiestas saturnales.

universales del mundo, se celebra el 1 de enero en la mayoría de los países, marcando el inicio del año según el calendario gregoriano establecido en el 1582 por el papa Gregorio XIII. La tradición americana y europea integra a las familias, amigos y relacionados en reuniones maratónicas desde la noche antes, mientras se ingieren copiosas cantidades de alimentos y bebidas, acompañados de música, bailes

y espectáculos de fuegos artificiales multitudinarios, como el celebrado en la playa de Copacabana, en Rio de Janeiro, conocido también como el “Reveillon”, para recibir el nuevo año. La tradicional ingesta de las doce uvas, popularizada en España desde principios del siglo pasado, para augurar buena suerte en los próximos 12 meses siguientes.

Las festividades de Navidades y de Años Nuevo en Latinoamérica es una mezcla de nuestra diversidad cultural destacándose la influencia aborigen, europea y africana en nuestra cocina y en la variedad de licores y bebidas alcohólicas. Mientras en México las cenas incluyen tamales, bacalao a la vizcaína y ensaladas, ponche navideño, tequila y mezcal; en Colombia, incluyen el ajiaco (sopa de pollo con papas y maíz), natillas, buñuelos, además de ponche, cerveza y licores;

En Brasil, prefieren el “chester” (pollo grande), arroz con pasas, farofa, frutas, caipiriña y cerveza; en el Caribe (República Dominicana, Cuba y Puerto Rico) se prefiere el pollo, el cerdo asado en puya, moro de guandules, pasteles de hoja, lerenes, manicongos, buen pan, ensaladas, ponche crema, cerveza, vinos y ron. En Argentina, Chile y Perú se optan por los asados (barba-coas) de cordero, cerdo y pavos, acompañados de arroz y ensaladas, libados con cervezas y vinos.

Las fiestas de fin de año son opíparas: abundantes en comidas y bebidas alcohólicas que, eventualmente, pueden producir daño variado que, en ocasiones, puede ser grave, como la intoxicación alcohólica en los adolescentes y adultos jóvenes, y los variados estados de “indigestión” producto de los atracones de alimentos muy grasos y salados. Se recomienda cuidado extremo en las poblaciones de diabéticos, hipertensos, coronarios y con otras cardiopatías complejas.





¿Qué tan saludable es comer pavo?

He aquí lo que dicen los expertos sobre sus beneficios nutricionales y algunas recetas para disfrutarlo todo el año.

CAROLINE HOPKINS LEGASPI
WWW.NYTIMES.COM

Los estadounidenses engullen más de 46 millones de pavos en Acción de Gracias, según algunas estimaciones. Pero los expertos dicen que este amor por el ave no debe terminar cuando se acaban las festividades. Comer pavo con regularidad -ya sea en rebanadas en un bocadillo o molido en chili- puede mejorar tu salud en más de un sentido. He aquí lo que hace que el pavo sea especialmente bueno para ti.

Es rico en proteínas

Una porción de 85 gr de carne de pechuga sin piel contiene unos 26 gr de proteínas. Eso es casi la mitad de la cantidad recomendada que un adulto de 72 kg debe comer al día. Las proteínas son el principal componente básico del organismo, dijo Sander Kersten, director de la División de Ciencias de la Nutrición de la Universidad de Cornell. A medida que tu cuerpo forma y repara sus células, pierdes constantemente proteínas que hay que reponer con alimentos.

La gente suele asociar las proteínas con la masa muscular, dijo Teresa

Fung, profesora de nutrición en la Universidad Simmons y profesora adjunta de nutrición en la Universidad de Harvard. Aunque es cierto que las proteínas aumentan la masa muscular, esa es solo una de sus funciones.

Los anticuerpos de tu sistema inmunitario, que protegen contra bacterias y virus dañinos, están hechos de proteínas, dijo Fung. También lo están las enzimas que utilizamos en la digestión, junto con la hormona insulina, que regula el azúcar en la sangre. Además, “el corazón es básicamente una bolsa de proteínas que utilizamos para bombear la sangre”, dijo.

Las proteínas también te ayudan a sentirte lleno después de comer, dijo Joan Salge Blake, profesora clínica de nutrición de la Universidad de Boston.

Es bajo en grasas saturadas

Una porción de 85 gramos de pechuga de pavo blanco sin piel tiene solo medio gramo de grasas saturadas que aumentan el colesterol. Por eso, los dietistas consideran que el pavo es una fuente magra de proteínas. Incluso si optas por la carne oscura (la parte más grasa del ave) sin piel, solo consumirás 2.5 gr de grasas

saturadas. Las directrices dietéticas recomiendan comer menos de 20 gr al día.

Esto da al pavo una ventaja nutricional sobre otras proteínas animales como la ternera y el cordero, dijo Luis Rustveld, profesor asociado de medicina familiar y comunitaria de la Facultad de Medicina Baylor. Una hamburguesa de carne picada de 85 gr por ejemplo, tiene unos 7.5 gr de



grasas saturadas. El consumo excesivo de grasas saturadas puede elevar tu colesterol LDL, lo que puede aumentar el riesgo de infarto o ictus.

Su vitamina B12 ayuda a tus nervios y células sanguíneas

La carne oscura del ave tiene un alto contenido en vitamina B12, que solo se encuentra de forma natural en los productos animales. La vitamina B12 ayuda a tu cuerpo a generar células nerviosas, lo que a su vez mantiene agudos tu cerebro y tu memoria, dijo Fung.

También necesitas vitamina B12 para producir glóbulos rojos, dijo Kersten.

Una porción de 85 gr de carne oscura con piel contiene unos 1.4 mgr de vitamina B12, que es más de la mitad de lo que necesitan diariamente la mayoría de los adultos. Pero la carne blanca sin piel contiene menos: ni siquiera la mitad de un microgramo.

No te producirá somnolencia

El pavo es famoso por contener un aminoácido llamado triptófano, que ayuda al organismo a producir serotonina y melatonina, que regulan los ciclos de sueño y vigilia. Pero los expertos dijeron que no hay evidencias de que el pavo produzca somnolencia.

La cantidad de triptófano del pavo es demasiado baja para afectar al estado de alerta, dijo Rustveld.

“Se trata de un cuento de hadas que la gente se inventa para explicar por qué tiene sueño después de comer pavo”, añadió Kersten. La explicación más probable es que la gente come pavo como parte de una comida copiosa y pesada, a menudo con alcohol, que puede hacer que se sientan aletargados, dijo.

“Estás cansado porque has esperado todo el año para una fiesta, y luego te sientas en el sofá a ver el fútbol”, dijo Salge Blake. “No es el triptófano”.

Qué más hay que saber

Si comes pavo en embutido (ya sea precortado y empaquetado, o cortado en rebanadas en el mostrador), debes tener en cuenta algunas consideraciones de salud. Si la etiqueta contiene



ingredientes que normalmente no encontrarías en tu cocina, como almidón de maíz modificado, carragenina o colorante caramelo, eso suele significar que se trata de un alimento ultra procesado, dijo Kenny Mendoza, investigador postdoctoral de la Facultad de Salud Pública de Harvard. Comer habitualmente carnes procesadas puede aumentar el riesgo de cáncer colorrectal, diabetes y enfermedades cardíacas.

Los embutidos en rebanadas, incluido el pavo, también suelen tener un alto contenido en sodio. Para limitar la ingesta de sodio, Rustveld recomienda elegir una variedad asada al horno en lugar de una curada o ahumada.

Las sobras de pavo de Acción de Gracias se conservan frescas en el refrigerador durante tres o cuatro días. El pavo cocido congelado se conserva bien hasta seis meses.



La carne oscura del ave tiene un alto contenido en vitamina B12, que solo se encuentra de forma natural en los productos animales. La vitamina B12 ayuda a tu cuerpo a generar células nerviosas, lo que a su vez mantiene agudos tu cerebro y tu memoria, dijo Fung. También necesitas vitamina B12 para producir glóbulos rojos, dijo Kersten.

¿Por qué siento cansancio todo el tiempo?



ANA CUEVAS

El agotamiento crónico es bastante frecuente, pero también se puede tratar.

ANNA GIBBS

WWW.MAYOCLINIC.ORG

Duermo mucho, pero siento cansancio todo el tiempo. ¿Qué ocurre?

Encontrar el origen del cansancio suele requerir un poco de trabajo detectivesco, dijo Shannon Sullivan, especialista en medicina del sueño de la Universidad de Stanford.

Por un lado, puede que tu rutina de sueño solo necesite algunos ajustes. Pero también podría deberse a ciertos problemas de salud o a alguna medicación.

La buena noticia, dijo Sullivan, es que hay formas de identificar y tratar el origen de tu fatiga, lo que a menudo puede ayudarte a sentirte mejor.

“Es una parte de la medicina con muchas esperanzas”, dijo.

¿Duermes realmente lo suficiente?

Lo primero que debes hacer es revisar tus hábitos de sueño, dijo Sullivan. ¿Te has desviado recientemente de tu horario normal de sueño? ¿Has estado bajo mucho estrés?

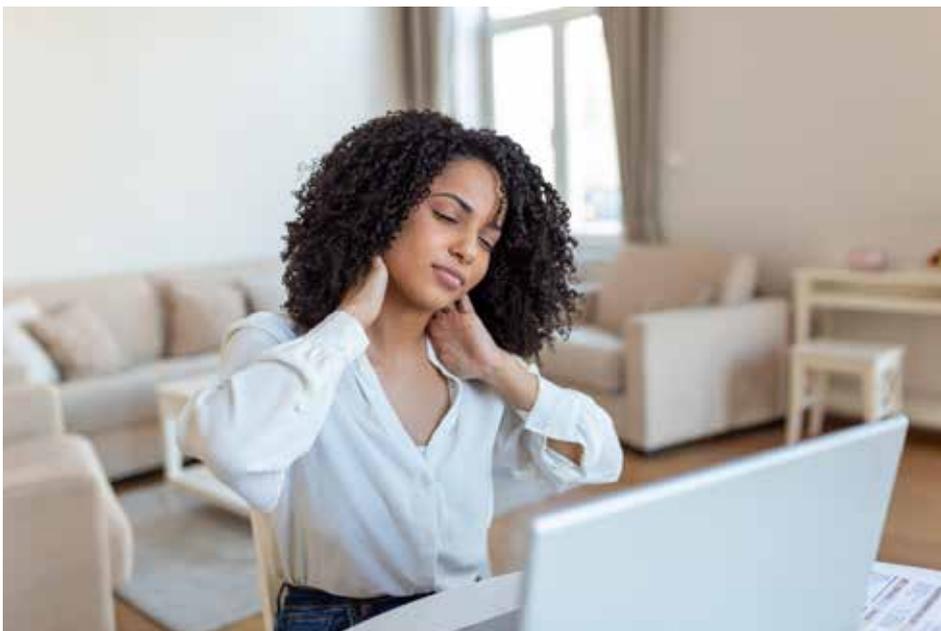
Si no es así, puede que tu rutina de sueño necesite algunos retoques. Asegúrate de dormir al menos siete horas cada noche (algunas personas necesitan más) e intenta acostarte y levantarte a la misma hora todos los días. Al igual que las siestas de un niño pequeño, tu sueño será mejor si es constante, explicó Sullivan.

Si sueles tomar un café por la tarde o una copa de vino por la noche, intenta dejarlo. Y evita desplazarte por la pantalla del teléfono o picar algo de comer justo antes de acostarte. Todas estas actividades pueden reducir la calidad del sueño. El horario de las comidas también puede influir; procura terminar de cenar al menos dos o tres horas antes de acostarte.

En cualquier caso, siempre es buena idea acudir al médico si tienes problemas de sueño, dijo Kara Dupuy-McCauley, neumóloga y especialista en medicina del sueño de la Clínica Mayo. Un especialista del sueño puede ayudarte a mejorar tus hábitos de sueño. También te preguntará por tus síntomas, historial médico y antecedentes familiares para saber si hay algo más que pueda estar mermando tu energía.

¿Podrías tener un trastorno del sueño?

Los trastornos del sueño son comunes, dijo Dupuy-McCauley. Pueden hacer que te sientas como si pudieras



quedarte dormido durante el día, así que si tienes problemas de somnolencia diurna, es probable que el médico considere lo siguiente.

Insomnio. Aproximadamente el 30 por ciento de los adultos de todo el mundo tienen problemas para conciliar el sueño o permanecer dormidos (o ambas cosas), lo que puede hacer que se sientan intranquilos e incapaces de concentrarse. El insomnio puede ser un problema a corto plazo causado por el estrés o el desfase horario, por ejemplo. Pero si estos síntomas se producen al menos tres veces por semana durante tres meses o más, podrías tener insomnio crónico.

El tratamiento dependerá de su causa, pero en muchos casos la terapia cognitivo-conductual puede ser más eficaz que la medicación.

Apnea del sueño. Otro trastorno frecuente es la apnea obstructiva del sueño, que se produce cuando los músculos de la garganta se colapsan mientras duermes, bloqueando el flujo de aire y haciendo que dejes de respirar periódicamente. Algunas personas podrían no tener síntomas, mientras que otras pueden roncar, despertarse jadeando o sentirse somnolientas durante el día. Los casos graves no tratados pueden provocar cardiopatías, derrames cerebrales y diabetes. Tu médico puede diagnosticar la afección con un dispositivo portátil de uso doméstico, y el tratamiento con una máquina CPAP (de presión positiva continua en las vías respiratorias) suele ser eficaz.

Síndrome de piernas inquietas. Este trastorno se caracteriza por una sensación de incomodidad en las piernas y una necesidad imperiosa de moverlas. Los síntomas tienden a empeorar por la noche y pueden empezar después de que te acomodes para descansar, lo que hace que conciliar el sueño sea difícil. Masajearse las piernas y reducir o evitar el alcohol y la cafeína son medidas que pueden ayudar a reducir los síntomas, dijo Dupuy-McCauley. Tratar la falta de hierro también puede ayudar, añadió.



En cualquier caso, siempre es buena idea acudir al médico si tienes problemas de sueño, dijo Kara Dupuy-McCauley, neumóloga y especialista en medicina del sueño de la Clínica Mayo. Un especialista del sueño puede ayudarte a mejorar tus hábitos de sueño.

¿Qué más puede causar fatiga?

Ten en cuenta que el cansancio, la fatiga o la falta de energía pueden deberse a muchas otras causas, dijo Sullivan. Por eso es importante descartar todas las posibilidades principales. He aquí algunas que el médico podría tener en cuenta.

Desequilibrios hormonales. Un problema hormonal frecuente relacionado con la fatiga es el hipotiroidismo, que se produce cuando la glándula tiroides no produce suficiente hormona tiroidea, afirmó Susan Samson, endocrinóloga de la Clínica Mayo. La buena noticia es que es fácil de detectar y tratar, agregó, aunque tal vez tengas que pe-

dir que te hagan pruebas durante tus análisis de sangre habituales.

Carencias de vitaminas o minerales. La deficiencia de hierro, más probable si estás menstruando o si sigues una dieta vegetariana o vegana, puede causar fatiga, al igual que los niveles bajos de vitaminas D y B12. Los análisis de sangre pueden revelar si tienes carencia de alguna de ellas, y los suplementos pueden ayudar, explicó Dupuy-McCauley.

Enfermedades crónicas. Muchas otras afecciones médicas, como la diabetes, la depresión, las afecciones gastrointestinales y la covid persistente, tienen a la fatiga como síntoma característico. El síndrome de fatiga crónica (también conocido como encefalomiélitis miálgica o EM/SFC) causa una fatiga debilitante y no tiene cura, aunque sus síntomas pueden controlarse.

Medicamentos. Una larga lista de fármacos, como los antidepresivos, las benzodiacepinas y los antihistamínicos, también pueden hacerte sentir cansancio.

Todo esto puede ser agotador solo de contemplarlo. Sin embargo, los expertos están de acuerdo en que, por lo general, determinar la causa del cansancio de una persona es posible. “Siempre es buena idea acudir al médico del sueño”, dijo Dupuy-McCauley.

EL ALZHEIMER Y EL SEXISMO ENTRE MUJERES

FUENTE: COMUNICADO DE PRENSA
UNIVERSIDAD DE COLUMBIA

El sexismo (discriminación de personas en virtud del sexo) es increíblemente tóxico para la vida de las mujeres, lo que resulta en un salario más bajo, menos oportunidades profesionales, una peor atención de la salud y un mayor riesgo de violencia. También puede ser tóxico para la salud de su cerebro, según un estudio reciente.

Las mujeres americanas nacidas en los estados más sexistas experimentan un deterioro de la memoria más rápido en los últimos años que las mujeres nacidas en estados con más igualdad de derechos, informaron los investigadores en la revista *Alzheimer's & Dementia*.

“Nuestros hallazgos sugieren que abordar las desigualdades sociales podría ser una forma poderosa de reducir la carga de Alzheimer entre las mujeres”, señaló en un comunicado de prensa de la Universidad de Columbia la investigadora senior, Justina Avila-Rieger, científica asociada de la universidad.

“El Alzheimer es un enorme problema social, sobre todo entre las mujeres, que conforman dos tercios de los estadounidenses con la enfermedad”, continuó Ávila-Rieger. “Es imperativo que obtengamos una mejor comprensión de lo que está causando esta discrepancia y qué se puede hacer al respecto”.

En el estudio, los investigadores analizaron datos de casi 21,000 mujeres que participaron en estudios de salud a largo plazo. Los estudios de sa-

lud incluyeron mediciones regulares de la función cerebral de las mujeres.

El equipo también compiló indicadores de racismo estructural para cada estado de USA, basados en la participación de hombres frente a mujeres en la fuerza laboral, los ingresos promedio, los niveles de pobreza, el compromiso político y el conservadurismo religioso.

Los resultados muestran que cuanto más sexista es el lugar en el que nace una mujer, más probabilidades tiene de sufrir un deterioro de la memoria relacionado con la edad. Este impacto negativo en la memoria fue más fuerte entre las mujeres negras, apuntaron los investigadores.

“Es probable que, para las mujeres racializadas como negras, el impacto interseccional del sexismo y el racismo cree una forma única de opresión que tiene mayor relevancia para la salud cognitiva que el sexismo o el racismo solos”, señaló en un comunicado de prensa la investigadora senior, Jennifer Manly, profesora de neuropsicología de la Universidad de Columbia.

Pero no está claro exactamente cómo el sexismo estructural contribu-

ye a este declive de la memoria, anotaron los investigadores.” Lo que sí sabemos es que las desigualdades estructurales dan forma a los resultados de salud individual al crear barreras a las oportunidades y los recursos que mejoran la salud”, dijo Ávila-Rieger.

“Eventualmente, estas exposiciones producen disparidades en las condiciones crónicas de salud física que influyen directamente en la salud del cerebro, el inicio del deterioro cognitivo y, en última instancia, la demencia”, continuó Ávila-Rieger.

En estudios futuros, los investigadores se centrarán en los efectos del sexismo estructural en las mujeres en diferentes etapas de sus vidas.

“Es posible que la exposición temprana a la vida sea un periodo crítico para la desigualdad estructural, con consecuencias directas o indirectas que se acumulan con el tiempo”, dijo Ávila-Rieger. “También tenemos que desentrañar qué aspectos del sexismo estructural tienen el mayor impacto en la salud cognitiva. Esto es importante en términos de hacer recomendaciones a los responsables de la formulación de políticas”.





Aunque “idiota” tiene un origen neutral en la Antigua Grecia, su transformación de significado a lo largo de los siglos refleja cambios culturales y sociales. La palabra ha pasado de un término para describir a alguien distante de la vida pública a un insulto usado para menospreciar la inteligencia o el juicio de una persona.

CIENCIA DE LA MENTE ARGENTINA CENTRO ARGENTINO DE CIENCIA DE LA MENTE

La palabra “idiota” tiene un origen interesante que se remonta a la antigua Grecia, donde su significado era muy diferente de lo que conocemos hoy en día. exploremos la historia y la transformación de este término a lo largo de los siglos.

Origen de la palabra Idiota

Origen en la Antigua Grecia

En la Antigua Grecia, el término “idiotas” (πολιτικός ἰδιότα) se usaba para describir a un ciudadano que se mantuvo fuera de la vida pública, alguien que no participaba en los asuntos políticos o sociales de la ciudad. Este ciudadano fue visto como alguien que solo se preocupaba por sus propios intereses privados, no contribuyendo a la sociedad. Así, el término “idiota” originalmente se refería a una persona ordinaria o privada, en oposición a alguien que era “pública” o activo en los negocios públicos.

En esencia, la palabra “idiota” no tenía una connotación necesariamente negativa. Era simplemente una designación para alguien que no jugó ningún papel en la administración o la política, algo que se vio como importante en la democracia ateniense. Sin embargo, el significado comenzó a cambiar porque, en la cultura griega, ser un ciudadano activo en la vida política se consideraba un deber y un signo de virtud; por lo tanto, los “idiotas” comenzaron a asumir una connotación de ignorancia o falta de sofisticación con respecto a los asuntos de la ciudad.

Evolución en la Edad Media

Cuando el término “idiota” fue adoptado por el latín medieval, comenzó a tomar un significado más negativo. En latín, el término evolucionó para referirse a una persona ignorante sin conocimiento técnico o erudito. Durante la Edad Media, el término se usó para describir a aquellos que no tenían formación formal en áreas como, filosofía

u otras ciencias que luego se enseñaban en universidades emergentes de Europa.

Significado moderno

En la transición al francés y otros idiomas europeos modernos, “idiota” ha llegado a ser utilizado para referirse a una persona con poca inteligencia, estúpida o carente de sentido común. En portugués, “idiota” tiene esta connotación negativa, en referencia a alguien con falta de discernimiento o que comete acciones estúpidas.

Leyenda y uso moderno

Aunque “idiota” tiene un origen neutral en la Antigua Grecia, su transformación de significado a lo largo de los siglos refleja cambios culturales y sociales. La palabra ha pasado de un término para describir a alguien distante de la vida pública a un insulto usado para menospreciar la inteligencia o el juicio de una persona.

Hoy en día, el uso de la palabra “idiota” es común en muchos idiomas y culturas, generalmente como una forma de insulto ligero, aunque continúa teniendo un tono despectivo.

Este cambio ilustra cómo el significado de las palabras puede evolucionar dramáticamente a lo largo del tiempo, dependiendo del contexto social e histórico en el que se utilicen. El viaje de la palabra “idiota” de una descripción neutral de un ciudadano privado a un insulto a la capacidad intelectual es un claro ejemplo del poder del lenguaje y la cultura en la construcción de significado.

HECHOS Y & OPINIONES

Con Samuel Sánchez E.

ENTREVISTAS, COMENTARIOS, SU BOLSILLO,
ORIENTACIÓN PARA NEGOCIOS, HISTORIA Y MÁS

DOMINGOS 11 AM POR TV QUISQUEYA USA
POR OPTIMUM 1027, VEGA TEVE PARA RD
CLARO TV CANAL 48 Y ALTICE CANAL 52



LA SOLUCION TAX SERVICE

VERDADEROS PROFESIONALES

- Personal Income Tax
- Preparación Tax Corporation
- Bookkeeping / Contabilidad de Negocios
- Registro de negocios / Centro de Capacitación Tributaria
- Otros servicios de Preparación de Documentos.

5030 Broadway suite 640, New York, NY 10034
212-544-0266 | Lasoluciontax1@hotmail.com

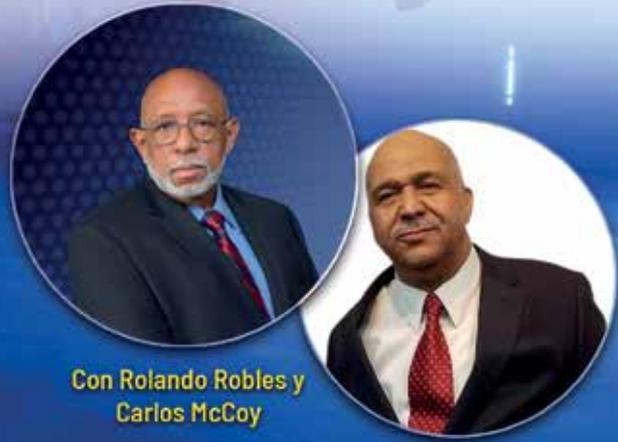




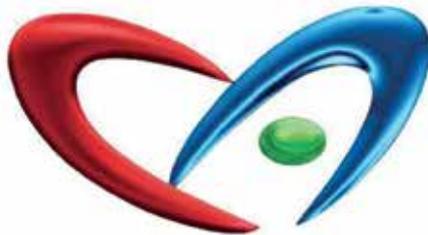
PENSAMIENTOS PROPIOS

La **verdad**
más allá del
interés particular

Los
sábados
a las
11:00 pm
por



Con Rolando Robles y
Carlos McCoy



CANAL // AMERICA
Canal 1014 **optimum.**



*Descubre por qué somos lo mejor de la Televisión Dominicana
en los Estados Unidos*

El Colibrí: otra maravilla de Dios

Estas diminutas avecillas tienen un estilo de vida extremo. Todo es especial en ellas: animación suspendida de noche, una dieta 95% azúcar, vuelan hacia atrás y durante 13 horas seguidas.

BOB KNOWABLE EN ESPAÑOL
WWW.ELPAIS.COM

A todo el mundo le gusta observar a los colibríes, pequeños seres de colores brillantes que revolotean alrededor de las flores y defienden a capa y espada el dominio sobre un comedero.

Pero para los científicos que los estudian, los colibríes son mucho más que un espectáculo. Su pequeño tamaño y su ardiente metabolismo hacen que vivan al filo de la navaja, a veces necesitando apagar su cuerpo casi por completo solo para conservar la energía suficiente para sobrevivir la noche o para migrar miles de kilómetros, en el océano.

Su dieta rica en néctar provoca niveles de azúcar en sangre que pondrían una persona en coma. Y su vuelo en zigzag a veces genera fuerzas tan altas, que harían perder el sentido a un piloto de combate. Cuanto más miran los investigadores, más sorpresas esconden sus diminutos cuerpos, los más pequeños del mundo aviar.

“Son el único pájaro del mundo que puede volar boca abajo y al revés” dice Holly Ernest, ecologista conservacionista de la Universidad de Wyoming.

“Beben azúcar puro y no mueren de diabetes”.

Ernest es uno de los pocos investigadores que estudian cómo los colibríes hacen frente a las exigencias extremas de su estilo de vida. Esto es lo que han aprendido sobre las singulares adaptaciones de los colibríes.

Poner manos a la obra

Durante años, los investigadores habían supuesto que los colibríes pasaban solo un 30% del día dedicados a revolotear de flor en flor engullendo néctar y descansando la mayor parte del tiempo. Pero cuando la ecóloga fisiológica Anusha Shankar se fijó con más detalle, descubrió que a menudo trabajan mucho más que eso.

Shankar, que trabaja en el Instituto Tata de Investigación Fundamental de Hyderabad (India), intentó averiguar cómo pasan el día los colibríes de pico ancho del sur de Arizona. Utilizando una combinación de métodos experimentales, midió la tasa metabólica de las aves durante diversas actividades y calculó su gasto energético diario total. Así, Shankar pudo calcular el costo energé-



tico por minuto de posarse, volar y revolotear, las tres opciones que tiene un ave para pasar el tiempo.

Luego dedujo el tiempo debían pasar alimentándose y cuánto posándose durante el día. Descubrió que es muy variable. Al principio del verano, cuando abundan las flores, las aves pueden satisfacer sus necesidades energéticas diarias con unas pocas horas de alimentación y pasar hasta el 70% del día posadas. Pero cuando las flores empezaron a escasear, por las lluvias monzónicas estivales, ciertas aves solo se posaban el 20% del tiempo y dedicaban el resto del día a alimentarse.

“¡Eso son 13 horas al día!”, dice Shankar. “Es imposible que yo pueda pasarme 13 horas al día corriendo. No sé cómo lo hacen”.

Bajar la temperatura

Los colibríes tienen un truco para no agotar sus reservas de energía: cuando un ave está en peligro de quedarse sin energía, puede volverse letárgica o tórpidamente por la noche, bajando su temperatura corporal casi hasta la del aire circundante, a veces solo unos pocos grados por encima del punto de congelación. Mientras está en torpor, el ave parece casi comatosa, incapaz de responder rápidamente a los estímulos y respirando solo de forma intermitente. Esta estrategia puede ahorrar hasta un 95 % de los costos metabólicos por hora durante las noches frías.

Eso es esencial tras días alimentados menos de lo habitual, como después de una tormenta. Shankar está estudiando ahora qué partes de su fisiología priorizan los colibríes durante el letargo, observando de qué productos genéticos no pueden prescindir. “Si eres un colibrí que funciona al 10% de su metabolismo normal, ¿qué es ese 10% que te mantiene vivo?”, se pregunta.

Un conjunto de genes que las aves parecen dejar intactos son los responsables de su reloj interno. “Es importan-

te que hagan las cosas en el momento adecuado cuando están en letargo”, afirma Shankar. Por ejemplo, para estar preparadas para afrontar el día, las aves empiezan a despertar de su letargo una hora antes del amanecer.

Lidiar con el azúcar

Para alimentar su altísimo metabolismo, los colibríes ingieren cada día cerca del 80% de su peso en néctar. Eso equivale a que una persona de 68 kilos beba 60 litros de sodas al día.

El intestino humano no puede absorber el azúcar con tanta rapidez, porque consumir demasiados refrescos o polvorones altera su estómago, explica Ken Welch, fisiólogo comparativo de la Universidad de Toronto, en Scarborough. Los colibríes hacen frente a la embestida con intestinos permeables, de modo que los azúcares pueden entrar en el torrente sanguíneo entre las células intestinales en lugar de solo a través de ellas. Así, el azúcar sale del intestino, antes de que pueda causar trastornos. Este transporte rápido, y probablemente otras adaptaciones, permite a los colibríes alcanzar niveles de azúcar en san-

gre hasta seis veces superiores a los de las personas.

Según Welch, aún no está claro cómo evitan los colibríes los problemas de la glicación, pero empiezan a surgir pistas. Un estudio, por ejemplo, descubrió que las proteínas de las aves contienen menos aminoácidos propensos a la glicación que las proteínas de los mamíferos, y los que quedan suelen estar escondidos en el interior de la proteína, donde están menos expuestos a los azúcares circulantes.

Otras estrategias aún desconocidas para hacer frente a los niveles elevados de azúcar en sangre podrían algún día reportar beneficios prácticos para el control de la diabetes en las personas. “Podría haber una mina de oro en el genoma del colibrí”, afirma Welch.



Su dieta rica en néctar provoca niveles de azúcar en sangre que pondrían una persona en coma. Y su vuelo en zigzag a veces genera fuerzas tan altas, que harían perder el sentido a un piloto de combate. Cuanto más miran los investigadores, más sorpresas esconden sus diminutos cuerpos, los más pequeños del mundo aviar.



Cambio metabólico

Al final de su ayuno nocturno, un colibrí casi ha agotado sus reservas de azúcar, lo que plantea un desafío metabólico opuesto. “¿Cómo se despierta y vuela?”, pregunta Welch. “No hay nada más que grasa disponible para quemar”.

Según él ha descubierto, los colibríes han evolucionado para cambiar su metabolismo de la quema de azúcar a la quema de grasa. “Esto requiere un enorme cambio en las vías bioquímicas implicadas”, afirma Welch, y ocurre en cuestión de minutos, mucho más rápido de lo que pueden hacerlo otros organismos.

Ahorrar agua, ¿o no hacerlo?

El azúcar no es el único reto que plantea una dieta rica en néctar. Al fin y al cabo, el néctar es sobre todo agua, y las aves que beben tanto líquido deben deshacerse de la mayor parte, sin perder electrolitos. Por ello, los riñones de los colibríes están muy adaptados para recapturar los electrolitos antes de excretarlos. “Orinan casi agua destilada”, afirma Carlos Martínez del Río, eco fisiólogo de la Universidad de Wyoming.

Pero eso conlleva otro problema: si un colibrí siguiera produciendo orina diluida, moriría de deshidratación antes de la mañana. Para evitarlo, los colibríes apagan sus riñones cada noche. “Entran en lo que, en un humano, se consideraría insuficiencia renal aguda” dice Martínez del Río. “Los colibríes tienen que hacer esto, o morirían meados”.



Para alimentar su altísimo metabolismo, los colibríes ingieren cada día cerca del 80% de su peso en néctar. Eso equivale a que una persona de 68 kilos beba 60 litros de sodas al día.

Volar alto (gradualmente)

Las exigencias metabólicas de un colibrí son suficientemente duras a nivel del mar. Pero muchas especies viven a gran altitud, donde el aire contiene menos oxígeno y ofrece menos resistencia al planear. Por ejemplo, el colibrí gigante, puede vivir en la cordillera de los Andes a más de 4,000 metros de altura, más de lo que pueden volar muchos helicópteros. Para hacer frente a estas condiciones, las aves han desarrollado una sangre más rica en hemoglobina, dice Jessie Williamson, ornitóloga de Cornell.

Pero algunas aves se enfrentan a un reto aún mayor, como descubrió Williamson. Los colibríes gigantes son lo bastante grandes como para que los investigadores puedan colocarles etiquetas de seguimiento satelital y geolocalizadores. Así que Williamson y sus colegas decidieron colocarles rastreadores. Tras miles de horas intentando capturarlos con redes, los investigadores consiguieron colocar rastreadores a 57 aves con arneses hechos a medida con cuerda elástica de joyería.

Aunque solo recuperaron datos de seguimiento de ocho aves, incluso esa pequeña muestra deparó una gran sorpresa: algunas de las aves vivían en las alturas de los Andes durante todo el año, mientras que otras -que resultaron ser una especie distinta, hasta ahora no conocida- migraban anualmente a los Andes desde las zonas de cría a lo largo de la costa de Chile. Esto significa que no solo se enfrentan a los retos obvios de una larga migración -un viaje de ida y vuelta de unos 8,000 kilómetros-, sino también a la necesidad de adaptarse a un aire menos denso durante el trayecto.

¿Su secreto? Hacerlo gradualmente.

“Se parece mucho a cómo los alpinistas logran llegar a la cumbre del Everest, con ráfagas de escalada y pausas para aclimatarse”, dice Williamson. “El viaje dura meses”. A medida que la tecnología de seguimiento se hace más ligera y barata, investigadores como Williamson esperan poder seguir también a especies de colibríes más pequeñas. Ello, junto con otros avances en la tecnología de investigación, puede deparar muchas nuevas sorpresas sobre la biología de estos diminutos y asombrosos pájaros.





Los Reyes Magos



Desde aquella infantil imaginación, los Reyes Magos iniciaban su largo recorrido en la madrugada, visitando casa por casa, en donde cumplían deseos y peticiones tras sus camellos comerse la porción de hierba colocada en un lugar visible de la casa. Todo sucedía mientras dormías.

La ingenuidad de la infancia encuentra la felicidad en sueños cargados de regalos, y esa leyenda bíblica de Melchor, Gaspar y Baltasar acompañó a muchos, aún descubierto el engaño, con el fin de seguir recibiendo los regalos de la madrugada del 6 de enero. Lo admito, fui ese niño canalla aniquilador de sueños primitivos que se encargaba de dismantlar la sutil mentirilla de los Reyes entre los amiguitos del barrio.

‘Los Reyes son papá y mamá’, les decía, sin pensar que en ese momento les provocaba la primera gran decepción de sus vidas. En esos asuntos, mi madre jamás se guardó misterios. Íbamos cada cinco de enero a buscar los juguetes deseados que estaban al alcance de su cartera. Por esa razón no tuve tiempo de sumarme al hermoso imaginario colectivo de esos tres astrólogos persas que visitaron Belén.

Con el paso del tiempo, los juguetes han ido evolucionando. Desde el trompo y la muñeca de trapo de nuestros abuelos, a los soldaditos, pistolas de mito y aro de nuestros padres, hasta los útiles deportivos de muchos de los que hoy peinamos las canas del medio siglo, época en la que los más privile-

giados mostraban sus bicicletas.

También ha ido cambiando la exigencia del niño de este tiempo. Impulsado por la era digital, muchos juguetes inducen al sedentarismo, sometiendo al niño a la dictadura del pulgar, sumergiéndolo en un submundo digital en donde no existen más que retos y batallas con figuras nacidas también de la imaginación de creadores de juegos virtuales que han construido una generación de niños sedentarios y esclavos de pantallas táctiles constructora de ermitaños.

Si me dieran a elegir, prefiero aquella época de madrugadas de pitos y cornetas tras despertar y descubrir la felicidad convertida en juguetes gracias al poder de la imaginación.

¿Era

SHAKESPEARE una mujer?

De nuevo, la herejía se reedita y los más mojigatos y respetados -incluidas las mujeres- se solazan embadurnando el medio literario contra la autora del “libro maldito” que pone en entredicho la personalidad del mas grande bardo de la historia.

ALONDRA FLORES SOTO
[HTTPS://WWW.JORNADA.COM.MX](https://www.jornada.com.mx)

William Shakespeare, el magnífico genio de la lengua inglesa, también representa un gran misterio. Su biografía es un agujero negro y la poca evidencia de sus manuscritos lo amplía. La experta en literatura **Elizabeth Winkler** lanza una provocadora interrogante en su libro *Shakespeare was a woman an other heresies (Shakespeare fue una mujer y otras herejías)*, donde se atreve a cuestionar a los eruditos sobre las teorías de que el hombre, nativo de Stratford-upon-Avon, no sería el real autor de las excepcionales obras

teatrales y sonetos que lo han hecho inmortal.

En el mundo secular, el autor de *Romeo y Julieta* es un dios, “tenemos una necesidad por lo sacro y él es una figura que satisface esa necesidad”, explicó la autora a un mes del lanzamiento de su libro, editado en inglés por Simon & Schuster.

El místico enigma lo envuelve porque se ha erigido como un superhumano que vio en el interior de los seres sus más atribulados sentimientos. Desmitificarlo le quita la figura de dios, por eso es un acto casi blasfemo cuestionar la autoría de sus obras, comentó la crítica literaria en una entrevista para la transmisión en línea *Significant*

Others acerca del gran tabú de la literatura, que se origina en la discrepancia entre el hombre y la obra. Winkler se sumerge en la herejía y va más allá todavía al decir que podría tratarse de una mujer.

En la tumba del autor, ubicada en la iglesia de la Santa Trinidad del mismo pueblito que lo vio nacer en 1564, se lee una desafiante advertencia: “Bienaventurado el que guarda estas piedras y maldito sea el que mueva mis huesos”. Hurgar en el pasado, nombre y estampa del más glorificado autor, parece uno más de los terribles atrevimientos.

“La teoría de que Shakespeare podría no haber escrito las obras que llevan su nombre es el tema más horrible, irritante e indecible de la historia de la literatura”, se lanza como anzuelo hereje sobre esta reciente publicación editorial, la cual hace una exhaustiva investigación alrededor de la vida del ser o no ser, una biografía del dramaturgo, poeta y actor que está bien documentada, pero ningún registro lo identifica inequívocamente como escritor.

Winkler “abre la cortina para mostrar cómo las fuerzas del nacionalismo y el imperio, la religión y la creación de mitos, la cuestión de género y clase han dado forma a nuestra admiración a lo largo de los siglos.”

Controversia ancestral

Ya desde el tiempo cercano a la vida del dramaturgo se hablaba de otros como los verdaderos autores; por ejemplo, se mencionó al filósofo **Francis Bacon** o al poeta **Christopher Marlowe**. Grandes ilustres, como **Mark Twain**, **Walt Whitman**, **Vladimir Navokov** o



Sigmund Freud, se sumaron a la controversia.

Winkler, periodista asentada en Washington, publicó en 2019 un ensayo en la revista literaria **The Atlantic** que cuestionaba el carácter femenino del gran bardo inglés. El texto fue premiado como el mejor ensayo en 2020 y desembocó en el libro de reciente publicación.

Uno de los argumentos de Elizabeth Winkler gira en torno a que hay algo feminista en Shakespeare, sobre todo en las mujeres de las obras teatrales, “Shakespeare no tuvo héroes, sólo heroínas”. Ellas son fuertes y se muestran contra la corriente masculina.

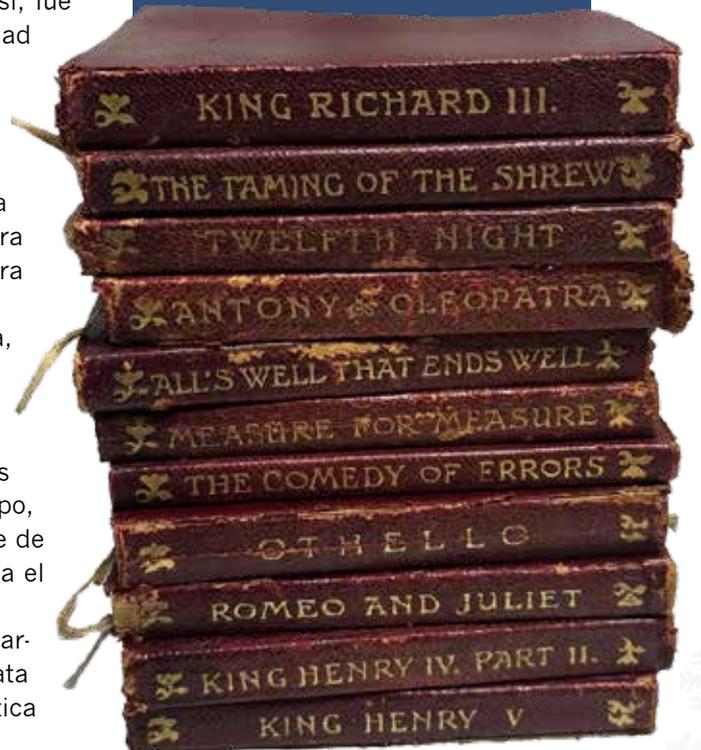
El dramaturgo genial, que toca los más profundos aspectos humanos, universal en el tiempo, ¿podría ser una mujer? En principio, de ser así, fue necesario esconder la identidad femenina tras un seudónimo en el periodo isabelino en el siglo XVII. “La opinión predominante ha sido que ninguna mujer en la Inglaterra del Renacimiento escribió para el teatro porque eso iba contra las reglas”, explica.

La periodista y crítica literaria, graduada de Princeton, ofrece dos nombres. El primero es **Mary Sidney**, condesa de Pembroke, una de las mujeres más educadas de su tiempo, poeta, traductora e integrante de un salón literario que animaba el Renacimiento inglés.

Enseguida ocupa gran parte de su ensayo otra candidata que le intriga más, “tan exótica

y periférica, como Sidney tenía pedigrí y prominencia”. Se trata de **Emilia Bassano**, de origen italiano, contemporánea de Shakespeare y nacida en Londres, que fue parte de la corte, por lo que bien pudo conocer de cerca ese mundillo que tan bien abordó el autor de **Hamlet y Macbeth**.

Winkler se sumerge en la herejía y va más allá todavía al decir que podría tratarse de una mujer. En la tumba del autor, ubicada en la iglesia de la Santa Trinidad del mismo pueblito que lo vio nacer en 1564, se lee una desafiante advertencia: “Bienaventurado el que guarda estas piedras y maldito sea el que mueva mis huesos”. Hurgar en el pasado, nombre y estampa del más glorificado autor, parece uno más de los terribles atrevimientos.



VIERNES 13: LA HISTORIA OCULTA DETRÁS DEL MITO

A lo largo de la historia, el número 13 ha causado inquietud. Desde leyendas nórdicas hasta traiciones bíblicas, sus supersticiones siguen vivas hoy. ¿Coincidencia o algo más?

FELIPE ESPINOSA WANG

WWW.DW.COM/ES

La Última Cena, con 13 comensales, incluida la traición de Judas, ha sido una de las principales fuentes de superstición alrededor del número 13 en la cultura cristiana.

En el corazón de muchas culturas y creencias del mundo, el número 13 ha sido temido y venerado a partes iguales. El mundo occidental, influenciado por diversas narrativas y tradiciones, ha desarrollado una particular aversión a este número, manifestada en el diseño de edificios sin una decimotercera planta y aviones sin la fila 13. Esta fobia, conocida científicamente como triscaidecafobia (miedo al número 13), encontró su apogeo en la temida combinación con el viernes para formar el "viernes 13" (parascevedecatriafobia), un día envuelto en supersticiones y folklore.

El temor al número 13 no es un fenómeno moderno, sino que tiene raíces en varias tradiciones y mitos antiguos. Aunque los historiadores dicen que es difícil determinar con exactitud cómo surgió el tabú, muchos apuntan a que, en la cultura occidental, el número 12 es considerado completo y armónico: 12 meses, 12 horas en el reloj, 12 apóstoles y, matemáticamente, el 12 es uno de los dos "números sublimes". El 13, por su parte, se ha percibido como una anomalía inquietante.

Otras explicaciones apuntan a la cultura nórdica, donde una cena en el Valhalla se vio perturbada trágicamente

con la llegada no invitada del decimotercer dios, Loki, el embaucador, que provocó la muerte de Balder, el dios de la alegría, lo que oscureció el mundo y convirtió el día en uno de infortunio.

El miedo al viernes 13 está vinculado tanto a la religión como al folclore, creando una paranoia moderna. El miedo al viernes 13 está vinculado tanto a la religión como al folclore, creando una paranoia moderna.

¿Por qué el viernes 13?

El viernes 13 no siempre ha sido una fecha temida. Según algunos historiadores, fue la combinación del número 13 con el viernes lo que llevó a esta creencia. En el cristianismo, el viernes arrastra su propia reputación sombría. Según la tradición cristiana, fue un viernes cuando Eva tentó a Adán, cuando Caín mató a Abel y, por su-

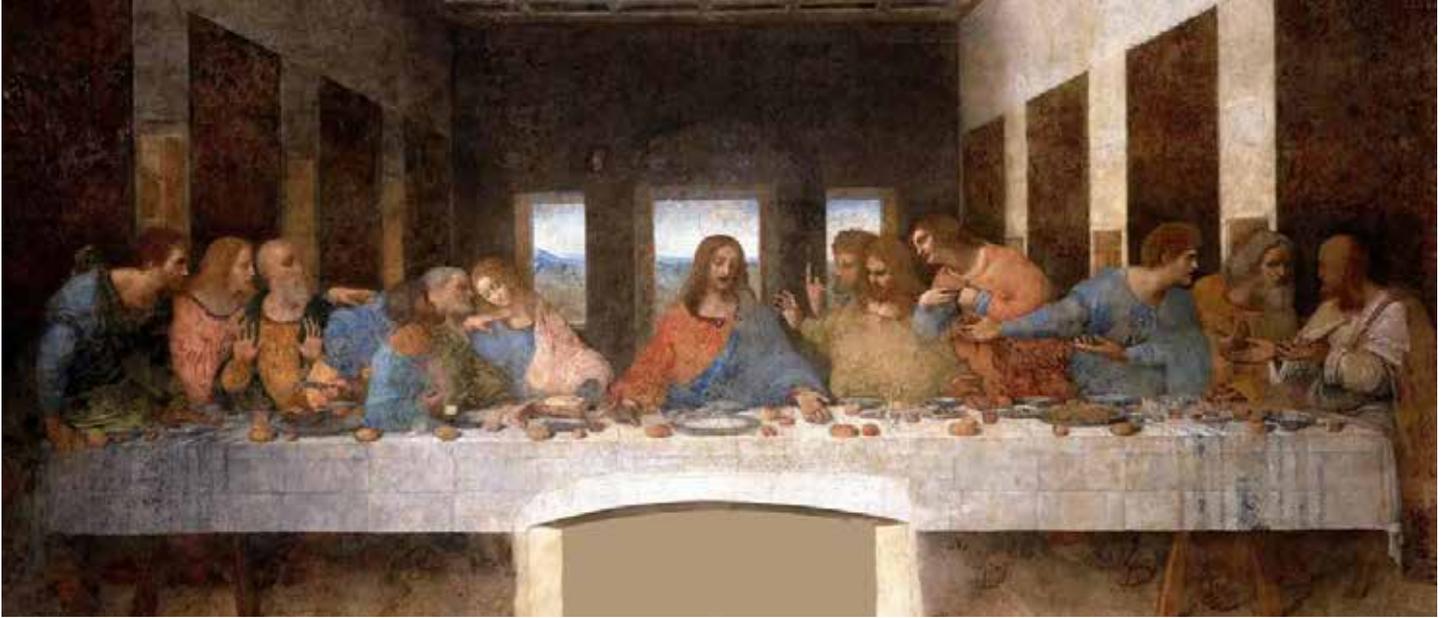
puesto, cuando Jesús fue crucificado. A este evento, se suma que la Última Cena contó con 13 comensales, siendo Judas Iscariote el traidor y decimotercer invitado.

La reputación siniestra del viernes 13 cobró más fuerza a lo largo de los siglos. En el siglo XIV, Geoffrey Chaucer mencionaba en Los cuentos de Canterbury que un viernes fue el día en que cayó la desgracia. Más tarde, el viernes 13 de octubre de 1307, los Caballeros Templarios, una influyente orden militar, fueron arrestados y sometidos a brutales torturas por órdenes del rey Felipe IV de Francia, un hecho que contribuyó a la caída de la orden y añadió un peso histórico significativo a la mala fama de esta fecha.

El miedo a este día no es solo un fenómeno antiguo. En tiempos más recientes, el compositor austriaco Arnold



El miedo al viernes 13 está vinculado tanto a la religión como al folclore, creando una paranoia moderna.



La Última Cena, con 13 comensales, incluida la traición de Judas, ha sido una de las principales fuentes de superstición alrededor del número 13 en la cultura cristiana.

Schoenberg, famoso por su sistema de 12 tonos, temía tanto al número 13 (el compositor tenía triscaidecafobia), que evitaba utilizarlo en sus composiciones. Irónicamente, murió un viernes 13, a los 76 años, cuyos dígitos suman 13.

En 1907, el financiero Thomas William Lawson publicó una novela titulada Viernes 13, sobre un corredor de bolsa que provoca el pánico en Wall Street en esa fecha. Esto ayudó a cimentar la asociación del día con la mala suerte en la cultura popular.

Pero fue en 1980 cuando el viernes 13 alcanzó su estatus de icono del terror. La película Viernes 13 inició una de las franquicias de cine de terror más exitosas de la historia, asociando permanentemente la fecha con asesinatos y horror. El miedo al viernes 13 está vinculado tanto a la religión como al folclore, creando una paranoia moderna.

¿Y el martes 13?

El miedo por el día 13 no es exclusivo de Estados Unidos o Europa. En algunos países de habla hispana, el temor se traslada al martes 13, debido a la asociación del martes con Marte, el dios romano de la guerra, según National Geographic. En estos lugares, el refrán “En martes 13, ni te cases ni te embarques” refleja la creencia de que esta combinación trae mala suerte.

A lo largo de los siglos, la superstición del viernes 13 ha influido en la



El viernes 13 no siempre ha sido una fecha temida. Según algunos historiadores, fue la combinación del número 13 con el viernes lo que llevó a esta creencia. En el cristianismo, el viernes arrastra su propia reputación sombría. Según la tradición cristiana, fue un viernes cuando Eva tentó a Adán, cuando Caín mató a Abel y, por supuesto, cuando Jesús fue crucificado.

arquitectura, con muchos edificios omitiendo el piso 13. A lo largo de los siglos, la superstición del viernes 13 ha influido en la arquitectura, con muchos edificios omitiendo el piso 13.

Impacto del número 13 en la vida cotidiana

La superstición del 13 ha dejado su huella en la sociedad moderna. Además de que muchos edificios “carecen” de piso 13, o que varias aerolíneas omiten la fila 13 en sus aviones, hay personas con paranoia suficiente para evitar hacer negocios o viajar en esta fecha. Según Donald Dossey, historiador del folclore, se estima que se

pierden entre 800 y 900 millones de dólares en negocios cada viernes 13, debido a que la gente evita volar o realizar transacciones comerciales.

Curiosamente, desde un punto de vista matemático y estadístico, el día 13 tiende a caer en viernes más frecuentemente que cualquier otro día de la semana, según un ciclo de 400 años del calendario gregoriano. Esta peculiaridad calendárica solo sirve para alimentar las supersticiones que rodean al viernes 13.

¿Realidad o ficción?

A pesar de toda la paranoia, no hay evidencia estadística de que el viernes 13 sea más propenso a la mala suerte que cualquier otra fecha. Según expertos, no se ha registrado un aumento de accidentes o incidentes trágicos en esa fecha. Como señaló el Dr. Simon Bronner, de la Universidad Estatal de Pensilvania, a la revista Smithsonian Magazine en 2017, el viernes 13 es simplemente un hito conveniente al que atribuir la mala suerte. Irónicamente, Arnold Schoenberg, atormentado por su miedo al número 13, falleció un viernes 13, a los 76 años.

Sin embargo, ya sea por verdadera creencia o por un guiño cultural, el viernes 13 sigue siendo una fecha que muchos marcan en sus calendarios, ya sea para evitarla o para celebrarla con una maratón de películas de terror.



CELEBRATE THE EVERY DAY.

Make it Gold





TRABAJANDO POR UNA MEJOR SOCIEDAD, PORQUE LA VIDA ES **RICA**

La Fundación Rica es una organización sin fines de lucro que procura dar servicio a la comunidad en general; tiene por objeto promover la salud, la educación, el medio ambiente y el deporte. Así como ejecutar proyectos que contribuyan a la realización de obras de interés social a nivel nacional.



D. C/ Eugenio Deschamps No. 34, 5to. piso,
Suite 501, Los Prados, Santo Domingo. R. D.

T. (809) 566-3939

C. frica@gruporica.com





¡Cristo viene! ¡El final se acerca!

Decía una señora de mediana edad esta mañana en el metro. No estoy seguro de la primera advertencia. De la segunda estoy convencido a medias. Esto tiene final, en lo que no concuerdo con la predicadora de errática dicción, es en el tiempo. Independientemente de la apasionante y catastrófica devoción que tenemos los terrícolas por ponerle punto final a nuestro breve paso por este planeta al que intoxicamos, existen otros factores externos a nosotros que serán los que ejecuten el llamado apocalipsis.

Pero aún hay tiempo para algunas cosas. Por suerte, la NASA ha manifestado que ningún asteroide impactará con nuestro planeta durante los próximos 100 años. Eso sí, esos mismos científicos han detectado algunos meteoritos de gran tamaño y velocidad que tienen

trayectorias que en algún momento del año 3275 pueden colisionar con la Tierra. Así que a hacer planes, comprar buenas gafas de sol y ubicar los mejores lugares VIP en alguna cima de una montaña para ver el posible impacto que puede significar el punto final de este efímero paso nuestro por este planeta.

Si sale ileso, aguante cómodamente otros 300 millones de años más para que sea testigo presencial del retorno de Pangea, ya que nuestros continentes se mueven a razón de diez centímetros cada año en su constante afán de volver a ser una sola masa de tierra como lo fue 200 millones de años antes. Durante ese recorrido aparecerán tornados, huracanes, erupciones volcánicas, terremotos y tsunamis sin paralelos en la historia.

Si logra llegar a conocer Pangea, le recomiendo buscar un confortable sillón reclinable (siempre con un Gin Tonic o su bebida preferida) para esperar el transcurrir de los restantes 4 mil 500 millones de años de vida que le quedan al Sol y ver su lento pero progresivo proceso de desgaste, ya que a su actual edad de adultez ha quemado un poco más de la mitad del hidrógeno de su núcleo.

Cuando se agote todo el hidrógeno, comenzará a quemar helio y ahí acelerará su transformación hasta convertirse en un extraño y oscuro planeta rojo arropado por el frío. Un final mas que infame -aunque no inmerecido- para un imponente Sol que alguna vez fue "la luz del mundo", alrededor de quien danzaron los 9 planetas que durante millones de años fueron su corte de acólitos.

Si aún sigue vivo, abríguese y busque refugio en algún cráter provocado por uno de esos meteoritos y soporte otros años más para que "disfrute" del inevitable choque que nuestra galaxia tendrá con Andrómeda (galaxia que viaja a 400 mil kilómetros por hora) o sea, dentro de unos 4 mil 700 millones de años nuestro planeta volverá a ser lo que una vez fue: polvo cósmico. Nada es para siempre. En eso la predicadora del metro tiene toda la razón.



Palmeral
PRODUCTS

Salami Premium

Jairo Díaz Distribution
Tel.: 401.714.2965

46 Forest View Drive
North Providence, Rhode Island



Event Packages

Custom Frame

Photo Restoration

Passport Photo

IMAGESFOTO
114 Nagle Avenue, New York N.Y. 10040

(212) 942-8696
info@imagesfoto.com
www.imagesfoto.com
Monday - Saturday, 10:00 AM - 6:00 PM
Sunday 11:00 AM - 4:00 PM



República Dominicana

Lo tiene todo

Río Partido, Saucedo, República Dominicana

MINISTERIO DE TURISMO DE REPÚBLICA DOMINICANA
156 W 56th St, New York, NY 10019