



CMYK

S/ 1.00

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Denuncias al Whatsapp 998 766 090 - RPC 942 621 976

E-mail: graficanetuca@gmail.com

Oficina del diario Ahora: Jr. Fitzcarrald 382

Y centro de origen:

# Perú es tercer productor mundial cacao orgánico



Nos representará en Cayma - Arequipa

# Selección vóley Ucayali viaja con apoyo privado



diario

EDICIÓN UCAYALI - LORETO

# ahora

RED AMAZÓNICA DE PRENSA

En barrio "la Hoyada"-Calletería

# Detienen a mujer por inducir a menor a la fuga



Directora: Patricia Arias de Lozada

30 SETIEMBRE 2023

Año XXXIV / 10265

Juzgado ordena nueve meses de prisión preventiva



# Encarcelan al alcalde de Moyobamba

Les dan 12 meses de prisión preventiva

# ENCARCELAN AL ALCALDE N. REQUENA YA 2 EMPRESARIOS



Productos loretanos llamaron la atención en la Expoalimentaria 2023

# Asiaticos interesados en aceites amazónicos

Este 13 y 14 de octubre

# Realizarán EXPOCAN y vacunación



A todos los egresados de los Colegios de Alto Rendimiento (COAR) a nivel nacional



# UTP OTORGARÁ BECAS COMPLETAS



CMYK



Fuente: EL COMERCIO

## NO DESCARTEN TÍA MARÍA

Esta semana, se celebró la edición número 36 de Perumin en Arequipa. Se trata de un evento al que merece prestarle especial atención, pues gira en torno de uno de los sectores que más han abonado al crecimiento del país en las últimas dos décadas, que en un contexto en el que otros sectores (como la pesca o la agricultura) vienen sufriendo los estragos de los fenómenos climáticos se torna aún más importante, pero cuyas proyecciones para los próximos años, lamentablemente, no son nada halagüeñas.

Según explicó ayer en ese foro el presidente del Banco Central de Reserva (BCR), Julio Velarde, este año la inversión minera en el país caerá un 18% y el próximo volverá a hacerlo en 7,7%. Con esto, la inversión en el sector registrará tres años consecutivos de retroceso (recordemos que el año pasado el mismo indicador cayó en 5,5%), un panorama propiciado por la culminación de la fase de inversión del megaproyecto Quellaveco, en Moquegua, y por la ausencia de nuevos proyectos mineros de envergadura en el corto plazo.

En medio de este contexto, sin embargo, el Gobierno entró a una serie de contradicciones sobre la viabilidad de Tía María, un proyecto que desde el 2019 cuenta con la licencia de construcción aprobada, pero que aún no ha podido salir adelante por la resistencia de algunos ciudadanos que viven cerca de donde se erigirá la mina y —también hay que decirlo— por la desidia que las sucesivas gestiones han mostrado al respecto.

“Este es un proyecto muy importante para el país, los deseos que tenemos es que se realice, ya que genera mucho trabajo e inversión, pero eso tiene que ir acorde, como hemos dicho en nuestro mensaje, con el pueblo, que es el dueño del terreno”, afirmó el lunes el ministro de Energía y Minas, Oscar Vera. Al día siguiente, sin embargo, el jefe del Gabinete, Alberto Otárola, aseguró que, “sobre Tía María, no está en la agenda del Gobierno en este momento, tienen que solucionarse por consenso los problemas que ha tenido esta inversión”, liquidando, al parecer, cualquier posibilidad de que el proyecto vea la luz pronto. Aunque luego el ministro Vera intentó hacer como si no hubiera habido ningún tipo de contradicción (“en el Gobierno estamos todos en línea”, sostuvo), es obvio que la hubo y que justamente son este tipo de mensajes los que no ayudan a atraer inversiones a nuestro país.

El Ejecutivo no debería descartar Tía María. Como se ha dicho antes, se trata de un proyecto que representa una inversión de US\$1.400 millones, que en su etapa de construcción creará 3.600 puestos de trabajo directos y 5.000 indirectos, y que se estima que genere S/5.000 millones por concepto de canon y regalías que entrarían a las arcas de Arequipa. Esto, además, en un contexto en el que el precio internacional del cobre se mantiene alto y cuando nos acercamos al pico histórico de nuestra producción de este mineral el próximo año (con 2,8 millones de toneladas), luego del que se prevé una caída que, según la consultora Wood Mackenzie, permitirá que Congo nos supere en los próximos años como segundo productor mundial de cobre.

El Gobierno debería esforzarse por trabajar con las comunidades aledañas al yacimiento minero y ayudar a absolver las dudas que estas legítimamente puedan tener. De eso es, precisamente, de lo que se trata gobernar. Sin embargo, la presidenta Dina Boluarte y sus ministros parecieran más preocupados por no hacer ningún movimiento que pudiera agitar las aguas, quizá conscientes de la precariedad que acompaña a esta administración desde sus inicios.

Ello, por supuesto, es una pésima noticia, pues si esta será la dinámica de este Gobierno hasta el 2026, solo queda esperar malas noticias en el frente minero y, por extensión, en el económico.

Comunicarse al:  
980281579, 945288911  
955063773, 061441298

Nos representará en Cayma - Arequipa

## Selección vóley Ucayali viaja con apoyo privado



En rueda de prensa el presidente de la Liga de Vóley de Ucayali, Harry Bartra Paredes, hizo entrega de los uniformes que nuestras campeonas lucirán en sus encuentros del campeonato nacional de menores en el distrito de Cayma - Arequipa.

Bartra Paredes agradeció a la empresa BJR que les donó los uniformes para la primera etapa, y esta vez el ex alcalde pucallpino Antonio Marino, donó un juego de polos alternos, buzos y los pasajes vía terrestre para toda la delegación.

“Este tipo de apoyo de la empresa privada hay que resaltar, en otras regiones apoyan a sus deportistas, mientras que acá no se da. Hace 15 días cursé un documento a la región, solicitando el apoyo de indumentaria y pasajes para que la representación

ucayalina pueda viajar a Arequipa. Después de 10 días nos han hecho llegar un documento negando el apoyo”, expresó Bartra.

Agregó que “ante este rechazo regional hicimos las coordinaciones con Antonio Marino, quien amablemente nos dijo que va a proveer lo necesario para que la selección pueda ir a representarnos dignamente en Cayma”. El dirigente destacó la calidad de las jugadoras que están trabajando duramente para dejar en alto el nombre de la región Ucayali, tenemos equipo para hacerlo y traer la copa a nuestra región.

A su turno la ex autoridad edil Antonio Marino, dijo estar orgulloso de apoyar a nuestro equipo, por eso se vio conveniente de hacer todo lo posible para brindar el apoyo a nuestras campeonas. Ellas se merecen eso y mucho más, por eso hago el llamado a otras personas para que sigan apoyando, porque como deportistas necesitan una buena alimentación. “Estamos seguros que las chicas van a traer el título nacional”, expresó. J.Castillo

Les dan 12 meses de prisión preventiva:

## Encarcelan al alcalde N.Requena y a 2 empresarios



El Juzgado de Investigación Preparatoria ordenó prisión preventiva de 12 meses contra el alcalde de Nueva Requena, Humberto Banda Estela y dos empresarios que habrían vendido servicios y equipos sobrevalorados a la gestión municipal.

La Fiscalía Anticorrupción había presentado un requerimiento de 18 meses de prisión preventiva.

Los acusados que enfrentan esta medida son Humberto Banda Estela, alcalde de Nueva Requena; Betto Danelly Ramírez Gómez, gerente de Inversiones Múltiples Brago; Limber Jack Pfenning Fababa, gerente de Luxor Inversiones Manhattan EIRL; y Jorge José Torres Pérez, subgerente de Abastecimiento. Estos individuos serán internados de inmediato en el penal de Pucallpa.

La Fiscalía Anticorrupción ha formulado cargos de colusión agravada contra los acusados, alegando que habrían causado un perjuicio al Estado-Municipalidad Distrital de Nueva Requena por un monto aproximado de 185 mil soles. Se alega que esto ocurrió debido a irregularidades en las contrataciones del Esta-

do, que involucraron el fraccionamiento y la sobrevalora-

ción en la adquisición de pe-

casetas para tanques elevados.. (A. Segovia).



En barrio "la Hoyada"-Callería

# Detienen a mujer por inducir a menor a la fuga

Agentes del Área de Trata de Personas y Personas Desaparecidas, pertenecientes a la Divincri-Pucallpa, intervinieron y detuvieron a Bereniz Sajami Ayambo de 38 años, tras haber sido denunciada por el presunto delito Contra la Patria Potestad-Inducción a la Fuga de una menor de 12 años. La denuncia fue realizada por Sarita Pa-

redes Arana, de 42 años, quien es madre de la niña presunta agraviada. Bereniz Sajami fue detenida ayer cerca al mediodía en una vivienda, ubicada en la Mz-"250" Lt-"09" del jirón Arturo Bartra, barrio "la Hoyada", distrito de Callería, por encontrarse en flagrancia delictiva, en agravio de la menor de iniciales B.S.M.P(12).

Dicha intervención fue comunicada al representante del Ministerio Público (fiscal de turno). Bereniz Sajami Ayambo, fue conducida detenida a la dependencia policial para las diligencias de acuerdo a ley, e iniciarse las investigaciones por el presunto delito que lo incriminaba. (D.Saavedra)



Madre de Dios:

# Identifican más de mil corredores de conectividad ecológica entre áreas naturales protegidas



MADRE DE DIOS. Identifican más de mil corredores de conectividad ecológica por donde se desplazan especies amenazadas o en peligro de extinción entre tres áreas naturales protegidas (ANP) de Madre de Dios. Este es el resultado de un estudio hecho por la Fundación para la Conservación y el Desarrollo Sostenible (FCDS) y Usaid, a través del proyecto Prevenir.

El equipo científico (+40 coinvestigadores) encontró que entre el 2011 y el 2019 se han perdido casi 52 878 hectáreas de bosque. Este hallazgo se dio tras analizar más de 3 700 000 hectáreas en Madre de Dios. Las principales causas de la degradación y pérdida de coberturas naturales son la expansión agrícola y la minería ilegal. Cabe citar que la conectivi-

dad se refiere al movimiento sin obstáculos de las especies y el flujo de los procesos naturales que sustentan la vida y de los que dependen todas las poblaciones y actividades económicas. Por ello, la disminución del área boscosa impacta directamente en la disponibilidad de recursos para las especies y agrava la amenaza de extinción que enfrentan muchas de ellas.

**Especies en riesgo en los corredores**

El equipo técnico pudo confirmar más de 1000 registros de 185 especies de fauna que transitan por estos corredores de conectividad. Entre ellas el lobo de río, el maquisapa y el mono choro que están en peligro de extinción. Esto se registró combinando el uso de tecnologías (cámaras trampa e imágenes satelitales)

con la observación directa y entrevistas a pobladores. Además, dentro de los corredores se identificaron 147 especies de flora. Entre ellas especies maderables como el Misa amarillo y el Tahuari, catalogadas como Vulnerables. A ello se añade el Cumala de bajo, clasificado como En Peligro, según la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN).

El investigador principal y parte del equipo técnico de la FCDS, Samuel Otavo, dijo que identificar los corredores de conectividad ecológica contribuirá a la toma de decisiones de las autoridades para un uso más sostenible del territorio. Esto a través de estrategias de recuperación de áreas degradadas y de acciones restauración para mantener la conectividad.

**PARTIDOS - FECHA 10**

CAMPEONATO DE FÚTBOL FEMENINO SÁBADO 30

- |   |   |
|---|---|
| <p><b>ZONA - A</b></p> <p>NARANJAL VS SHAMBO P.<br/>S.P. JUANTÍA VS S.C. UCHUNYA<br/>DESCANSA U. PROGRESO</p> | <p><b>ZONA - B</b></p> <p>N. EDÉN VS S.J. TAHUAPOA<br/>SANJA SECA VS BAJO RAYAL<br/>KOKAMAS VS TRES ISLAS</p> |
|---|---|



**PARTIDOS - FECHA 12**

CAMPEONATO DE FÚTBOL MASCULINO DOMINGO 01

- |   |  |
|---|--|
| <p><b>ZONA - A</b></p> <p>S.P. JUANTÍA VS ESPERANZA<br/>S.C. UCHUNYA VS NARANJAL<br/>SHAMBO P. VS CARIBE<br/>DESCANSA U. PROGRESO</p> | <p><b>ZONA - B</b></p> <p>KOKAMAS VS BAJO RAYAL<br/>SANJA SECA VS ROCA FUERTE<br/>N. EDÉN VS S.J. TAHUAPOA<br/>LOS ÁNGELES VS TRES ISLAS</p> |
|---|--|





Para promover buenas prácticas agrícolas

## Sierra y Selva Exportadora recibió membresía



Lima. Sierra y Selva Exportadora, institución adscrita al Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego (Midagri), recibió hoy la membresía Global GAP durante la ceremonia de clausura de la Expoalimentaria 2023, que le permitirá promover buenas prácticas agrícolas y capacitar a las organizaciones de productores.

La titular del Midagri, Jennifer Contreras, recibió la membresía y destacó que Global GAP es mundialmente reconocida por promover y desarrollar buenas prácticas agrícolas en base a la cooperación de todos sus miembros.

Durante su exposición, resaltó “que el rubro agroexportador genera 10,000 millones de dóla-

res anuales y 1 millón de puestos de trabajo, directos e indirectos, y esta feria internacional [Expoalimentaria] hace que los productos peruanos estén en las vitrinas del mundo”.

Asimismo, reconoció el esfuerzo público privado en promover las exportaciones y reiteró su deseo de un trabajo conjunto y articulado para enfrentar al Fenómeno El Niño y sacar adelante a la agricultura, en la cual el Gobierno lleva adelante una labor multisectorial para mitigar el impacto del evento climático.

La membresía, que tendrá vigencia hasta el 31 de diciembre del 2023, permitirá a Sierra y Selva Exportadora, promover buenas prácticas agrícolas y capacitar a las orga-

nizaciones de productores en temas de inocuidad alimentaria, responsabilidad social y sostenibilidad ambiental, con el objetivo de mejorar la calidad y seguridad de sus productos, a fin de acceder a los mercados más exigentes.

Además, como miembro de Global GAP, Sierra y Selva Exportadora reforzará la especialización de sus profesionales y apoyar a las organizaciones de productores a cumplir con las normativas relevantes, que requieran la obtención de dicha certificación, la cual les permitirá colocar sus productos en el mercado europeo y, con ello, acceder a mejores ingresos económicos. (FIN) NDP/GDS/JOT

SELVA CENTRAL. En el límite entre el distrito de Pichari, en la región Cusco, y el distrito de Río Tambo, en Junín, se ubica la comunidad asháninka Catungo Quimpiri. Lugar del país donde existe una fuerte presencia del narcotráfico, la tala ilegal e invasión de tierras; economías ilegales que constituyen un alto peligro para estos ciudadanos.

Desde 2019, la Central Asháninka del Río Ene (CARE), organización que agrupa a 19 comunidades y 33 anexos de la cuenca del río Ene, viene trabajando para garantizar la protección de todos los miembros de esta comunidad nativa que solicita con urgencia al Gobierno poner en marcha la georreferenciación de su territorio.

Esto con el objetivo de reafirmar su seguridad jurídica para que las personas que realizan invasiones a sus tierras ancestrales tengan pleno conocimiento que su accionar constituye un delito. Pues, a pesar que la comunidad nativa cuenta con un título de propiedad inscrito en la Superintendencia Nacional de los Registros Públicos (Sunarp) su territorio es constantemente vulnerado.

Sobre ello, la abogada de CARE, Irupé Cañari y el presidente de la organización indígena, Ángel Pedro Valerio, y Clementina Shingueri Quispe, jefa de la comunidad Catungo Quimpiri, conversaron con Inforegión. “Catungo Quimpiri tiene serios problemas en cuanto a invasiones de colonos cocalleros dentro de su territorio y la mayoría de ellos son migrantes. Hay una deforestación masiva del bosque para realizar el cultivo ilícito de hoja de coca, incluso, se ha encontrado ya pozos de maceración en la zona”, advierte Cañari.

En esa línea, la defensa de CARE recordó que, desde hace varios años, la jefa de la comunidad asháninka, Clementina Shingueri Quispe, se encuentra amenazada de muerte por los grupos ilegales dedicados a estas actividades. La lideresa indígena, en octubre de 2021, solicitó protección al Estado por medio del Mecanismo Intersectorial, que brinda el Ministerio de Justicia para asegurar la vida de los defensores de derechos humanos. Sin em-

Vraem:

## Falta de diálogo entre autoridades locales de Cusco y Junín pone en riesgo a comunidad asháninka



bargo, Shingueri no ha tenido acceso a ninguna de las medidas preventivas hasta el momento.

“La jefa en la actualidad está siendo amenazada y hemos pedido la intervención del Ministerio de Justicia para que pueda estar inscrita en el Registro de Personas de Alto Riesgo. Ya hemos interpuesto muchas veces diversas denuncias ante el FEMA [La Fiscalía Especializada en Materia Ambiental – FEMAJ]”, indica la abogada.

“Ella no puede estar tranquila, tiene temor de que la puedan encontrar por ahí y la puedan desaparecer”, agrega Pedro Valerio acerca de la situación actual de la jefa de la comunidad nativa Catungo Quimpiri.

En total, desde el 2017, la comunidad nativa Catungo Quimpiri ha interpuesto 12 denuncias por delitos ambientales ante el FEMA del distrito de Ayna San Francisco, región Ayacucho. Como respuesta a ello, los grupos ilegales han presentado denuncias contra los miembros de la comunidad indígena luego que estos, como parte de sus actividades de patrullaje y vigilancia, incautaran algunos de sus objetos utilizados para talar sus bosques.

“Catungo Quimpiri ha hecho la incautación de motosieerras y diversas herramientas que le sirven a los colonos para la tala ilegal, pero, incluso, las personas que han hecho el patrullaje han sido denunciadas por hurto”, señala Cañari.

Ante la compleja situación y

el abandono del Estado, la autogestión y organización de CARE ha sido clave para proteger a esta y otras comunidades nativas del río Ene que se encuentran en riesgo permanente.

“Si bien existen nuestros comités de autodefensa, estos no están equipados y no tienen preparación en el tema de estrategias de poder enfrentar este tipo de problemas, pero estamos organizados y lo importante que tenemos es que aún existe el principio de solidaridad asháninka. Cualquier problema que haya nos convocamos y todos tenemos que ir a defender nuestros hermanos que están en peligro”, remarcó el presidente de CARE, Ángel Pedro Valerio.

Por todo ello, conseguir la georreferenciación de su territorio se ha convertido en una demanda urgente para garantizar su seguridad jurídica, reducir los conflictos territoriales y realizar la actualización de su plano con las coordenadas exactas. No obstante, hoy, existe la posibilidad que Catungo Quimpiri no pueda acceder al otorgamiento de este plano de propiedad localizado.

### **Punto de partida de la controversia**

En el país, la Dirección Regional de Agricultura (DRA) es la institución encargada de llevar a cabo el trabajo de georreferenciación, el cual debe realizarse bajo las normas, directivas y lineamientos dispuestos por la Dirección General de Saneamiento de Propiedad Agraria y Catastro Rural (Digespacr).



# A todos los egresados de los Colegios de Alto Rendimiento (COAR) a nivel nacional UTP OTORGARÁ Becas Completas



La Universidad Tecnológica del Perú otorgará becas completas a todos los egresados de los Colegios de Alto Rendimiento (COAR), a nivel nacional, para que estudien

una carrera universitaria en cualquier modalidad y campus de la UTP. A través de un Convenio de Cooperación Interinstitucional entre el Ministerio de Edu-

cación y la Universidad Tecnológica del Perú, ambas instituciones han establecido una alianza para implementar este programa de becas de la UTP que beneficiará a

más de 2,500 jóvenes anualmente.

Todos los egresados de los COAR, a partir de 2022, que aprueben el examen de admisión y presenten la documentación requerida, podrán acceder a este beneficio. El programa de becas de la UTP cubre el 100 % de los costos de admisión, matrícula, pensiones de enseñanza y seguro estudiantil durante todos sus estudios universitarios.

"Esta es una iniciativa desarrollada por la UTP como parte de su compromiso con dar acceso a educación de calidad a más jóvenes talentosos a nivel nacional. Muchos de ellos no necesariamente encuentran las oportunidades que requieren para seguir sus estudios. Por ello, muchas veces ven truncados sus sueños de desarrollo profesional y de un futuro mejor. A través de programas de responsabilidad social, como este, la UTP busca brindar más oportunidades y contribuir con la formación de profesionales que impulsen el desarrollo de nuestro país", declaró el Rector, Jonathan Golergant.

## Anunció Gobernador René Chávez en Rendición de Cuentas en Requena

# GOREL anuncia 30 obras en licitación



La segunda audiencia pública de rendición de cuentas llevada a cabo en la ciudad de Requena, fue liderada por el gobernador de Loreto Dr. René Chávez Silvano, quien a su arribo a esta ciudad visitó la zona donde la noche anterior se suscitó un dantesco incendio que dejó como saldo a 16 familias damnificadas, las mismas que ya recibieron las primeras donaciones. La autoridad regional anunció que ya está en camino la ayuda que el Gobierno Regional brindará a los afectados, como son: 36 camas plegables, 14 colchonetas, 108 calaminas, colchones, mosquiteros, baldes, entre otros. "Esta ayuda es necesaria para paliar en algo las necesidades de nuestros hermanos que han sido afectados por el incendio, sólo unidos podremos enfrentar cualquier emergencia o desastre" dijo el Dr. Chávez. En lo que concierne a la

rendición de cuentas, el gobernador regional dio a conocer la inversión que se ha hecho hasta el momento en el sector salud, educación, infraestructura, agricultura, apoyo social, así como los proyectos que se han ejecutado y los que están por ejecutarse. Como punto importante, se dio a conocer las obras paralizadas que fueron reactivados en los 9 meses de gestión e informó que hay cerca de 30 obras en licitación. La participación de los asistentes fue primordial para que el Dr. Chávez aclarara las interrogantes y dispusiera la solución inmediata de los pedidos que hizo la población. Asimismo, anunció que para el próximo año a través de Procompite se invertirán más de 40 millones de soles con la finalidad de dinamizar la economía en toda la región mediante diversas actividades como Artesanía, Agricultura, entre otras.

# Damnificados de Requena reciben ayuda

El gobernador regional de Loreto Dr. René Chávez llegó hasta la provincia de Requena para verificar in situ la actual situación de los damnificados por el incendio en Requena, donde brindó ayuda con calaminas, baldes, triplays, carpas, utensilios de cocina, mosquiteros, colchones, camas plegables, colchas y otros más. También se comprometió a apoyar con la construcción de viviendas, ya que este siniestro tuvo como resultado 9 casas consumidas por el fuego, lo cual perjudicó a un total de 16 familias.

Así mismo, el Dr. Chávez recorrió las instalaciones de la Compañía de Bomberos Voluntarios del Perú Salvadora Requena N°196, con el objetivo de conocer sus deficiencias y poder implementar con todo lo que necesitan para que estos héroes puedan seguir salvando vidas,



además la autoridad regional anunció que se tra-

bajará en la mejora de todas las centrales de bom-

beros en todas las provincias de la región.



## Comida chatarra y sedentarismo elevan mal en jóvenes

Lima. Los adolescentes que comen diariamente comida chatarra y pasan largas horas sentados frente a un dispositivo electrónico son más propensos a padecer en el futuro enfermedades del corazón, advirtió el doctor José Ercilla, vicepresidente de la Sociedad Peruana de Cardiología.

El especialista aseguró que existen ciertos factores de riesgo que aumentan la probabilidad de sufrir problemas cardiovasculares, como la hipertensión arterial, la diabetes, problemas de colesterol, tabaquismo, sedentarismo y la obesidad.

"Estos factores de riesgo se van asociando durante toda nuestra adolescencia y adultez, y van a predisponer al paciente que los padece a tener de adultos una enfermedad cardíaca seria, que puede

ser muy discapacitante o poco discapacitante, e incluso puede llevar a una muerte prematura", comentó a la Agencia Andina.

Estudios en autopsias o necropsias de jóvenes fallecidos a los 15 o 17 años hallaron muestras de placas de colesterol malo en sus arterias, lo cual está mayormente asociado a la carga genética y a los malos hábitos alimenticios, advirtió el galeno.

Por ello recordó que, en la actualidad, los adolescentes del mundo presentan dos grandes problemas en su estilo de vida que atentan contra su salud cardiovascular. El primero es el consumo de comida chatarra o productos ultraprocesados con alta cantidad de preservantes, nitratos de sal y grasas saturadas, los cuales elevan la presión arterial. Entre esos ali-

mentos están las frituras, los chocolates, las gaseosas, las bebidas energizantes, entre otros.

El segundo factor es el sedentarismo que, desde la pandemia por el covid-19, aumentó en los hogares del Perú como consecuencia de las clases virtuales y el teletrabajo.

### **Ejercicio y alimentación balanceada**

En el marco del Día Mundial del Corazón, que se celebra cada 29 de setiembre, el doctor Ercilla indicó que comer bien y hacer ejercicios es la mejor manera de prevenir males cardíacos en la población joven.

Por esa razón, aconsejó consumir como máximo dos cucharaditas de sal al día y reducir la proporción de azúcar, ya que contiene calorías que luego se transforman en



grasa corporal que no se necesita para funciones vitales. También se debe evitar comer frituras, fumar cigarrillos y beber gaseosas o licores.

### **Evitar pellejo de pollo**

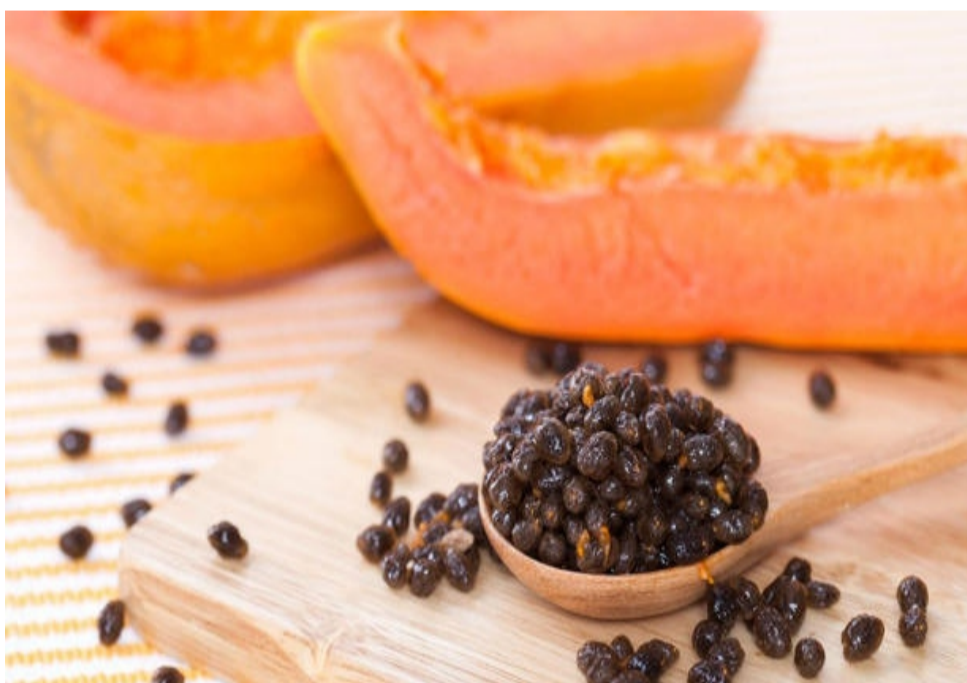
Además, recomendó no comer el pellejo de pollo si la persona está a dieta o presenta factores de riesgo coronarios, como problemas de

colesterol, diabetes, hipertensión.

Resaltó que las ensaladas son buenas para la salud cardíaca, al igual que las frutas bajas en azúcar. También se puede incluir en las comidas carnes blancas, pollo, pavo, cuy y pescados azules; éstos últimos contienen grasa buena, llamada omega 3.

Por último, recordó que los varones mayores de 40 años deben pasar por un examen coronario a fin de detectar alguna anomalía, sobre todo si existen antecedentes familiares. En el caso de las mujeres, los exámenes se practican a partir de los 50 años o después de la menopausia. (FIN) SQH/RRC

## Conoce beneficios de semillas de la papaya



El consumo regular de frutas se ha asociado con un menor

riesgo de enfermedades cardiovasculares, como enfer-

medades del corazón y accidentes cerebrovasculares,

debido a su contenido de antioxidantes y nutrientes que benefician el sistema circulatorio. Además, existen frutas que tienen grandes beneficios al cuerpo humano.

Las semillas de papaya pueden ser beneficiosas, deben consumirse con moderación debido a su sabor amargo y contenido de ciertos compuestos que pueden ser tóxicos en grandes cantidades. En la siguiente nota, conoce los beneficios de consumir las semillas de la papaya y obtener grandes resultados en poco tiempo.

### **¿Cuáles son los beneficios de consumir las semillas de la papaya?**

De acuerdo a la publicación del sitio web "Platano Lopez", estos son los beneficios de consumir las semillas de la papaya y cómo puede afectar a cada parte del cuerpo humano:

#### **Rica en nutrientes**

Las semillas de papaya son una excelente fuente de proteínas, grasas saludables, fibra dietética, calcio, magnesio y fósforo. También contienen pequeñas cantidades de vitaminas como vitamina A, vitamina C y vitamina E. Propiedades antioxidantes

Las semillas de papaya contienen compuestos antioxidantes, como flavonoides, fenoles y carotenoides. Estos antioxidantes pueden ayudar a proteger el cuerpo contra el daño causado por los radicales libres, lo que puede reducir el riesgo de enfermedades crónicas y el envejecimiento prematuro.

#### **Propiedades antiinflamatorias**

Los compuestos presentes en las semillas de papaya también tienen propiedades antiinflamatorias, lo que puede ayudar a reducir la inflamación en el cuerpo y aliviar ciertos síntomas asociados con afecciones inflamatorias. Beneficios digestivos

Las semillas de papaya tienen propiedades vermífugas, lo que significa que pueden ayudar a eliminar los parásitos intestinales. También se cree que tienen propiedades antihelmínticas, lo que significa que pueden matar o inhibir el crecimiento de gusanos y parásitos intestinales.

#### **Mejora la salud intestinal**

La fibra dietética presente en las semillas de papaya puede ser beneficiosa para la salud intestinal, promoviendo una digestión adecuada y previ-

niendo el estreñimiento.

#### **Posible efecto anticancerígeno**

Algunos estudios preliminares sugieren que los compuestos presentes en las semillas de papaya pueden tener propiedades anticancerígenas y podrían ayudar a inhibir el crecimiento de células cancerosas. Sin embargo, se necesita más investigación en esta área.

#### **¿Por qué es bueno consumir papaya?**

La papaya contiene enzimas digestivas, como la papaína, que ayudan a descomponer las proteínas y facilitan la digestión. Esto puede ser especialmente beneficioso para personas con problemas digestivos o digestión lenta. Los antioxidantes y la fibra presentes en la papaya pueden ayudar a reducir los niveles de colesterol y la presión arterial, lo que beneficia la salud cardiovascular.

La papaya es una fruta deliciosa y nutritiva que ofrece múltiples beneficios para la salud. Es una excelente opción para incluir en una dieta equilibrada y puede mejorar diversos aspectos de la salud general.





ANGR

# Conforma mancomunidad en minería e hidrocarburos



Arequipa. Los gobernadores, integrantes de la Asociación Nacional de Gobiernos Regionales (ANGR), conformaron una mancomunidad para abordar temas de minería e hidrocarburos, en el contexto de Perumin 36 Convención Minera, que se desarrolla en la ciudad de Arequipa.

Durante una sesión en la Ciudad Blanca, el presidente de la ANGR y gobernador de Arequipa, Rohel Sánchez, señaló que la mancomunidad debe generar un espacio para la reflexión y la acción en favor de la vinculación de las regiones con el desarrollo de los proyectos de extracción de

minerales, hidrocarburos, así como para apoyar en la solución de los conflictos mineros.

"A través de la mancomunidad buscamos que la capacidad institucional de los gobiernos regionales puedan estar orientada a lograr una


gestión armónica entre la producción minera, la producción energética y el desarrollo sostenible", afirmó Sánchez.

En la sesión eligieron como presidente de la mancomunidad al gobernador del Cusco, Werner Salcedo, quien destacó la importancia del nuevo organismo, dado que en 18 regiones se hace actividad minera y en tres hidrocarburos.

Por primera vez, los gobernadores regionales participan en la Convención Minera, que se desarrolla en Arequipa.

Derogatoria de ley Otro tema abordado en la sesión de los gobernadores regionales fue la derogatoria de la Ley 31876, que regula el proceso de ejecución de obras de administración directa.

Para las autoridades regionales, la norma es atentatoria contra la descentralización del país, porque limita a los gobiernos regionales y locales a ejecutar obras que pasen de los 250,000 soles de inversión. Los gobernadores acordaron hacer una protesta el 5 de octubre en el Congreso de la República para pedir la derogatoria de la referida ley. (FIN) RMC/JOT



**COMUNICADO**

**PROCESO DE RETIRO DE PADRÓN A DEUDORES**

Se hace de conocimiento a los miembros de la orden que, según acuerdos de consejo directivo de 6 de mayo y 14 de agosto de 2023, se pondrá en marcha lo estipulado en el artículo 17° literal b) de nuestro estatuto institucional, donde establece la **anulación del número de matrícula y retiro del padrón de miembros a los colegiados que hayan infringido la normativa institucional por adeudar más de veinticuatro (24) cuotas ordinarias.**

Agradeceremos regularizar su situación apersonándose a la oficina administrativa en nuestra sede institucional a efectos de obtener mayor información, teniendo como plazo máximo para ponerse al día hasta el **miércoles 11 de octubre de 2023.**

Asimismo, el presente comunicado será publicado en el diario de mayor circulación local para estar legalmente notificados.

Pucallpa, 26 de setiembre de 2023  
**Consejo Directivo 2022 - 2023**

PSJ. JOSÉ MARTÍ 137. CELULAR: 990 685 564. E-MAIL: CCPUCAYALI@CCPU.ORG.UPE

FE//2430(28 al 02.10.2023)

**MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE YARINACOCHA**

**EDICTO MATRIMONIAL**

Hago saber que don: MARIO FRANCISCO CASTILLO FERREYRA, de 35 años de edad, Estado Civil SOLTERO ocupación FOTOGRAFO Natural de HUANUCO-HUANUCO. Nacionalidad PERUANA domiciliado en JR. CALLERIA-MZ 67-LT-12-A - YARINACOCHA y doña: SAMMY CAROLAIN PALACIOS CABA, de 30 años de edad, Estado Civil SOLTERA, ocupación FOTOGRAFA natural de CALLERIA-CORONEL PORTILLO-UCAYALI nacionalidad PERUANA domiciliada JR. CALLERIA-MZ 67-LT-12 -A - YARINACOCHA. Pretenden contraer Matrimonio Civil, en esta Municipalidad Distrital de Yarinacocha, lo que conozca causales de impedimento, podrán denunciar conforme a ley.

**Puerto Callao, 28 de setiembre del 2023.**

Marco Antonio Alvarez Castillo-  
Registrador Civil

BE//2438(29.09.2023)

**SUCESIÓN INTESTADA**

Ante este oficio notarial sito en el Jirón Aguaytia N° 571, distrito de Manantay, se ha presentado doña Mercedes Alvarez Melendez Vda. de Cortez, solicitando la sucesión intestada, de quien fuera su señora madre doña Gloria Pastora Melendez Vda. de Alvarez, fallecida el día 23 de Diciembre del año 2022, en la Ciudad de Pucallpa, teniendo su último domicilio en Jirón Arturo V. Guerra N° 197, Parcela B, del distrito de Calleria, provincia de Coronel Portillo y Departamento de Ucayali, lo que comunico para que se presenten los que se crean con derecho a la herencia, ante mi oficio notarial Jr. Aguaytia N° 571 - Manantay por lo que se publica conforme a Ley .-

Manantay, 27 de Setiembre del 2023.-

FE//2429(28 al 06.10.2023)

**VILLA NUEVA REQUENA**

**VENDO TERRENO URBANO 426 m2**  
PRECIO: S/ 35,000  
TITULO DE PROPIEDAD.  
INFORMES AL CEL: 935061519

FE//2428(22 al 02.10.2023)

**VENDO TERRENO**

De 2 hectáreas en el km 14 de LA C. F. B en Pucallpa 100x200 excelente oportunidad de inversión con documentos en regla telf. 999039835

FE//2429(28 al 06.10.2023)

**AVISO DE ACUERDO DE DISOLUCION Y LIQUIDACION**

Se comunica que en Junta General de Accionistas del 25 de septiembre de 2023, se aprobó por unanimidad la disolución y liquidación de INVERSIONES DEL ORIENTE S.A., con RUC N° 20294338528, designándose como liquidador a Giovanna Mónica Ximena del Río Merino-Reyna, con DNI N° 07784388.

La Liquidadora

FE//2429(28 al 06.10.2023)

**SE ALQUILA**

**CASA 2 PLANTAS MATERIAL NOBLE TCHADO, 5 CUARTOS, 3 BAÑOS, 2 PATIOS, SALA COMEDOR, COCINA, LAVANDERIA. FONAVI MZ. K LT. 17 - CELULAR: 998511791 / 990738263**

BE//2431(26 al 04.10.2023)

**ALQUILAMOS ÁREAS PARA OFICINAS Y/O TELETRABAJO**

Alquilamos áreas para oficinas y/o teletrabajo de 17 m2. en promedio, en edificio ubicado a una cuadra y media de la plaza de armas de Iquitos.

El local está cerca a bancos, Bcp, Bbva, Scotiabank, Interbank, Notarías, Dhl, Serpost Incluye servicios de Internet, Luz, Agua, Mobiliario, Aire acondicionado, servicio higiénico, Mantenimiento.

Pago Mensual desde 600 soles

nformes T. 987587813 / T. 942697277 / T. 988338022

ADM

**VENDO O ALQUILO HOTEL EN IQUITOS**

**De 5 pisos en Jr Arica 363 A 1 cuadra de la plaza de armas con 30 habitaciones**

**Llamar al 942 697 277 - 998 766 090**

AMD

**ANUNCIE VENDA MAS** ☎ **942 621 976**  
DIARIO AHORA





Este 13 y 14 de octubre

## Realizarán EXPOCAN y vacunatón

La veterinaria "Leoncito", ubicada en la segunda cuadra del Jr. 28 de Julio viene programando una expo can y vacunatón para este 13 y 14 de octubre, donde atenderán a las mascotas con desparasitaciones, vitaminas entre otros tratamientos.

Los profesionales de la veterinaria Leoncito, dijeron que la ExpoCan y la Vacunatón, son eventos simultáneos, que servirán para prevenir enfermedades bastantes comunes que se tienen que luchar contra ellos y la prevención es parte este propósito.

Hicieron la invitación extensiva a los dueños responsables para que acudan con sus mas-

cotas para su tratamiento. Habrá sorteos y premios. El 14 realizarán un show canino entre los asistentes.

Por su parte la señora Regina Díaz, propietaria de la veterinaria hizo extensiva la invitación al público en general, a no dejar esta oportunidad de atender a sus mascotas a un costo simbólico, que va incluir la vacunación, limpieza de oídos, corte de uñas, antiparasitarios internos y la administración de vitaminas.

También la señora Regina dio a conocer que viene haciendo un aporte solidario con productos al centro canino municipal ubicado en el distrito de Manantay. J.Castillo

## Productos loretanos llamaron la atención en la Expoalimentaria 2023

# Asiáticos interesados en aceites amazónicos

Los aceites amazónicos elaborados a base de superfoods cautivaron el interés de compradores de Japón, Corea del Sur, España y Chile en la Expoalimentaria 2023 (EA), mostrando de esta manera que no solo son demandados para su consumo, sino también como insumos para la industria cosmética, señaló la especialista comercial del Proyecto Marca Loreto del Gobierno Regional de Loreto, Claudia Ramos.

Estos aceites hechos a base de sacha inchi, aguaje, coco, ungurahui y huasai tienen múltiples propiedades muy beneficiosas para la salud externa, teniendo gran potencial gracias a la tendencia actual por el skin care a nivel mundial, especialmente en los países asiáticos.

"Por ejemplo, el aceite de sacha inchi reestructura y protege la piel, el cabello y las uñas; el de aguaje rehidrata y humecta las células de la piel y suaviza el cabello; el de coco protege los labios y previene la celulitis; el de huasai es un excelente antioxidante por



sus vitaminas A, B3, C y E; y el de ungurahui es rico en Omega 9", explicó.

Otros productos fueron los atomizados de camu camu, aguaje y demás superfoods en presentaciones en polvo y cápsulas, los cuales llamaron la atención de compradores de Italia, Colombia y Panamá por su alto valor nutricional.

"El camu camu es una fuente importante de vitamina C y refuerza el sistema inmunológico, mientras el aguaje tiene una alta concentración de fitoestrógenos, ayudando a re-

ducir los efectos de la menopausia. En general, todos los insumos loretanos con los que se elaboran estos productos son 100% naturales, de la más alta calidad y, sobre todo, beneficiosos para la salud", agregó.

Esta comitiva regional está integrada por 5 empresas que exhiben lo mejor de su oferta exportable a los 1,200 visitantes internacionales de los 5 continentes que visitan la sede de la Expoalimentaria, la cual culmina este viernes 29 de septiembre en el Centro

de Exposiciones Jockey (Lima).

### Agroexportaciones

Los despachos agropecuarios y agroindustriales de Loreto superaron los US\$ 2 millones 315 mil entre enero y julio de este año, registrando un retroceso de -55.6% en comparación al mismo periodo del año pasado (US\$ 5 millones 215 mil). Su oferta estuvo conformada por reptiles, jugos y extractos vegetales, grasas y aceites vegetales, tara en polvo, entre otros.

Según cifras del Sistema de Inteligencia Comercial ADEX Data Trade, el principal destino de los despachos agrarios fue Hong Kong con US\$ 862 mil 245, seguido de India (US\$ 376 mil 200), Francia (US\$ 195 mil 511), China (US\$ 124 mil) y Taiwán (US\$ 118 mil 700). Completaron el top ten México, Reino Unido, Emiratos Árabes Unidos, EE.UU. y Japón.

Cabe destacar que la EA es la principal plataforma de negocios internacional del sector alimentos, bebidas, maquinaria, equipos, insumos, envases y embalajes, servicios, restaurantes y gastronomía más importante de Latinoamérica. Esta se constituye como el punto de encuentro internacional de empresas exportadoras y de compradores provenientes de los 5 continentes.

# 77.6% jóvenes usan métodos anticonceptivos



Lima. El 77.6% de adolescentes entre 15 a 19 años sexualmente activas ha tenido acceso a métodos anticonceptivos modernos, durante el año 2022, de acuerdo a los datos de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (Endes). Estas cifras reflejan el trabajo en la prevención del embarazo precoz en el país.

Entre los métodos anticonceptivos de mayor uso en este grupo es el condón masculino con un 36.7%, y el 5.4% se colocó el implante subdérmico.

Los embarazos adolescentes, en su gran mayoría, no son planificados, por lo que repercuten en el aspecto individual y social de la persona, conllevando a situaciones de abandono, morbilidad y

mortalidad de la adolescente y su bebé, dificultades de concluir con los estudios escolares, planes de vida y acceso a oportunidades de desarrollo.

Según Endes 2022, las regiones que presentan mayores tasas de embarazo adolescente son Ucayali y Loreto con 3%, Amazonas con 2.7%, Huancaavelica con 2.6%, Huánuco y Madre de Dios con 2.5%. Siendo el promedio nacional 1.9%.

Es en este marco que el Ministerio de Salud (Minsa), a través de las Direcciones de Redes Integradas de Salud (Diris) de Lima Metropolitana, así como de las direcciones y gerencias regionales (Dirisa/Geresa), viene realizando grandes esfuerzos para reducir dichas cifras, a través de actividades

preventivas como orientación en salud sexual y reproductiva para una adecuada elección de un método anticonceptivo eficaz, seguro y gratuito.

### Métodos anticonceptivos

En los diferentes establecimientos de salud del Minsa, las personas pueden encontrar de manera gratuita más de seis métodos anticonceptivos, entre los que destacan: - Dispositivos intrauterino DIU o T de cobre.- El implante subdérmico.- Pastillas anticonceptivas de uso diario.- SIU + LNG, condón femenino y masculino.- Inyectable hormonal con protección de un mes y tres meses. - Anticonceptivo oral de emergencia.(FIN) NDP/JAM





## Sunat con presunto destino para drogas Incauta 6.5 tons de insumos químicos

Lima. Agentes de la Superintendencia Nacional de Aduanas y Administración Tributaria (Sunat), intervinieron en la región Ucayali, en dos acciones de control, más de 6.5 toneladas de combustible tipo diésel, al ser un producto que podría ser utilizado por organizaciones al margen de la ley para la elaboración de drogas ilícitas o en la minería ilegal.

Voceros de la Sunat, informaron que la primera intervención se produjo cuando personal de la Intendencia Nacional de Insumos Químicos y Bienes Fiscalizados (INIQBF) realizaba un control operativo en el km. 4.5 de la carretera Fernando Belaunde Terry, para detectar productos que podrían llegar a zonas sensibles para el narcotráfico o minería ilegal. Como resultado de la acción, se confirmó que en un camión se transportaba, de manera irregular, cerca de 4 toneladas de combustible tipo diésel sin autorización, hacia el distrito



de Yuyapichis, en la provincia de Puerto Inca, departamento de Huánuco, considerada Zona de Régimen Especial para el Control de Insumos Químicos y Bienes Fiscalizados.

Ante la presunta comisión del delito de tráfico ilícito de insumos químicos fiscalizados, se convocó al representante de la Fiscalía Provincial Penal de la Jurisdicción y de la Policía Nacional.

Una vez en el lugar, el representante del Ministerio Público dispuso la incautación de la ilegal carga y del medio de transporte, así como la deten-

ción del conductor del vehículo, quedando bajo custodia de la Comisaría Von Humboldt.

Incautación en Padre Abad

En la segunda intervención, se detectó un volquete en la provincia de Padre Abad, en el departamento de Ucayali, que trasladaba de manera irregular hacia el distrito y provincia de Puerto Inca, en el departamento de Huánuco, más de 2.5 toneladas de combustible tipo diésel, sin documentación que la amparase, por lo cual la Policía Nacional intervino a su conductor, al medio de transporte y los insumos químicos.

Ante lo evidenciado, la Fiscalía Especializada dispuso la detención del conductor del medio de transporte y la incautación del ilegal cargamento, así como del volquete por la presunta comisión del delito de favorecimiento al tráfico ilícito de insumos químicos fiscalizados, quedando bajo custodia de la referida dependencia policial.

Con dichas intervenciones, se confirma que una de las modalidades para el traslado ilegal de insumos químicos fiscalizados para zonas sensibles para el narcotráfico y/o minería ilegal, es extraerlas de zonas consideradas de tratamiento común para su traslado a zonas de Régimen Especial para el control de Insumos Químicos y Bienes Fiscalizados, utilizándose rutas carrozables y tratando de burlarse los controles establecidos en las rutas fiscales.

Por último, la Sunat indicó que la Intendencia Nacional de Insumos Químicos y Bienes Fiscalizados (INIQBF) intensifica las acciones de control a nivel nacional y articulando intervenciones con otras autoridades, para el fortalecimiento de las acciones contra el tráfico ilícito de insumos químicos fiscalizados. (FIN) NDP/JCB/MAO

### Y centro de origen:

## Perú es tercer productor mundial cacao orgánico



Lima. Por décimo segundo año consecutivo, el Perú conmemora este 01 de octubre, el "Día del Cacao y Chocolate", una importante plataforma comercial para poner en valor el cacao, como producto originario y de amplia diversidad genética de la Amazonía Peruana, según informó el Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego (MIDAGRI).

El cacao peruano es centro de origen y reconocido a nivel mundial por sus características naturales, fino sabor y aroma.

El Perú es considerado uno de los principales productores y exportadores mundiales de cacao, siendo los principales mercados Países Bajos, Indonesia, México, Malasia, EE.UU. Italia, España, Alemania, entre otros

El Perú figura como tercer exportador mundial de cacao orgánico solo detrás de México e Indonesia, y es una de las diez naciones productoras y exportadoras en el mundo de cacao.

Además, el Perú posee una gran diversidad genética. Se cuenta con Cacaos Nativos, como el Cacao Blanco de Piura, el Cacao Nacional Puro de San Ignacio, el Cacao Marañón de Jaén, el Cacao Chunchu de Cusco, el Cacao Montaña de Junín, reconocidos como CACAO FINOS, entre otros, todos con alto valor comercial y sostenible en el mercado internacional.

Solo el año pasado, el MIDAGRI dio a conocer que se exportaron más de 65 mil toneladas de grano de cacao peruano por un valor FOB de más de US\$ 155 millones, lo que significó un crecimiento del 18 % en volumen y 8 % en el valor en comparación a lo exportado en el 2021.

Además, el cultivo del cacao

involucra aproximadamente a 90,000 productores principalmente de la agricultura familiar ubicados en 16 regiones del país y que en el 2022 lograron una producción de 170,300 toneladas.

Entre los años 2000 y 2020 la producción mundial de cacao creció un 72%. El Perú ha sido el segundo país que más ha crecido en este periodo.

Por su parte, el consumo per cápita de chocolate en el Perú llega a 500 gramos anuales, y la meta del sector es elevarlo a un kilo al año 2025. El mayor consumo se concentra en Europa, en países como Holanda, Suecia, Suiza con 8 kilos per cápita, así como Italia, España y Alemania entre 4 y 5 kilos, entre otros.

### Plan Nacional

Entre las principales regiones productoras destacan, San Martín que se ubica como el principal productor, seguido de la región Junín. También destacan Ucayali, Huánuco y Cusco. Las cinco regiones representan el 86% de la producción total. El rendimiento promedio nacional es de una tonelada por hectárea.

Por otro lado, se debe resaltar que mediante Decreto Supremo N.º 017-2022-MIDAGRI se aprobó El Plan Nacional para la Cadena de Valor del Cacao Chocolate al 2030 con la visión hacia el 2030, donde el Perú es reconocido por su alta oferta de cacao y chocolates de calidad, especialmente finos, de origen sostenible.

El Plan Nacional del Cacao es liderado por el MIDAGRI y constituye un instrumento de gestión que orienta las intervenciones de los sectores público, privado, la cooperación y la sociedad civil en busca de la competitividad de la cadena de cacao chocolate. (FIN) NDP/VDV/MAO

## Incendio arrasa 11 viviendas en AH Requena

Loreto. Al menos once viviendas fueron destruidas por un incendio urbano que se registró anoche en el asentamiento humano José Carlos Mariátegui, ubicado en la ciudad de Requena, distrito y provincia del mismo nombre, región Loreto, se informó.

El siniestro se inició alrededor de las 20:00 horas, el fuego comenzó a propagarse rápidamente por las viviendas del citado asentamiento humano, generando cuadros de pánico en la población ante el temor que afecte a un local que operaba centro de venta de combustible.

El incendio fue categorizado de mediana magnitud por la compañía de bomberos del distrito de Requena, debido a que afectó 11 viviendas y dejó como saldo 15 familias damnificadas, según el reporte del comandante de la XI Comandancia departamental de Loreto – Salvadora Requena 196, Brigadier Mayor, Jaime García Ruíz.

Durante la emergencia varios vecinos de la zona utilizaron baldes con arena y recipientes de agua para apaciguar el fuego de grandes proporcio-

nes. Asimismo, tuvieron que romper una matriz de agua para poder obtener el líquido y controlar la emergencia. Pobladores colaboraron en rescatar algunas pertenencias de las familias afectadas.

La operatividad de los bomberos de la localidad de Requena no fue suficiente, debido a que no cuentan con el equipamiento adecuado ni la logística para intervenir la emergencia. La compañía "Salvadora Requena" no cuenta con camiones cisterna de agua ni implementos de seguridad para atender incendios de grandes dimensiones.

El brigadier Jaime García, de la compañía de bomberos de Requena, refirió que luego de dos horas de intenso trabajo en conjunto con la población, el incendio pudo controlarse. Las familias damnificadas per-



manecen refugiadas en espacios alternos (lozas deportivas, colegios y locales) mientras reciban el empadronamiento de Defensa Nacional y del Centro de Operaciones de Emergencia Regional - COER Loreto, para la evaluación de

daños materiales. En tanto, varias organizaciones no gubernamentales realizan colectas para donar colchas, frazadas, viveres, entre otros productos de primera necesidad para las familias que lo perdieron todo. (FIN) ENR/MAO





Juzgado ordena nueve meses de prisión preventiva

## Encarcelan al alcalde de Moyobamba

Moyobamba. El Segundo Juzgado de Investigación Preparatoria de Moyobamba ordenó nueve meses de prisión preventiva para el alcalde provincial de Moyobamba, Ernesto Peña Robalino, quien es acusado por el Ministerio Público por los delitos de tráfico de influencia y cohecho.

La medida se dispuso tras una audiencia de dos días. El citado juzgado declaró fundado el pedido de la Fiscalía Provincial Especializada en Delitos de Corrupción de Funcionarios de Moyobamba. La orden de prisión preventiva alcanza también al ciudadano Osmar Torres

Díaz.

El fiscal adjunto Willian Fustamante Rafael sustentó la acusación y presentó los elementos de convicción para fundamentar la demanda de prisión preventiva para el alcalde de Moyobamba, entre los que destacan audios y conversaciones vía la aplicación WhatsApp, que evidenciarían la forma y tiempo en el que se cometió este delito.

De igual manera, demostró la existencia de otros presupuestos de ley necesarios para ordenar esta medida de coerción personal, tales como el arraigo domiciliario y la existencia de peligro procesal.

De acuerdo a la tesis fiscal, el alcalde de Moyobamba, Ernesto Peña Robalino, habría recibido la suma de 20,000 soles para favorecer a su coimputado Osmar Torres Díaz con la buena pro de la obra "Mejoramiento de infraestructura vial de la cuadra cinco del jirón Trujillo en Moyobamba", pese a que no contaba con los requisitos exigidos por ley.

Cabe destacar que Ernesto Peña Robalino, fue detenido en la mañana del 19 de septiembre por la Fiscalía Anticorrupción de San Martín - Sede Moyobamba, que ejecutó la medida de detención preliminar contra el burgomaes-



tre y otro ciudadano investigados por los presuntos delitos de tráfico de influencias, cohecho pasivo y otros.

En la diligencia y de manera simultánea se intervino las instalaciones de la Municipalidad Provincial de

Moyobamba, así como tres domicilios ubicados en los jirones Emilio Acosta, 25 de Mayo y la urbanización Vista Alegre. En el allanamiento se incautaron 263 expedientes de trabajo y otros documentos de interés para la in-

vestigación, que fueron encontrados en el despacho de la Alcaldía y las oficinas de Logística y Gerencia Municipal. Asimismo, se incautaron chips y cinco celulares, hallados en el domicilio de Torres Díaz. (FIN) JQC/MAO

## Cinco claves para una alimentación sostenible



Lima. El 29 de septiembre, se celebra el Día Internacional sobre la Pérdida y Desperdicio de Alimen-

tos, una llamada a la conciencia. Una fecha que propone sumar participantes en esta sinfonía de

sustentabilidad con armonía y respeto por la naturaleza. En esta nota, compartiremos claves para sa-

carle el máximo provecho a los desperdicios alimenticios.

Actualmente, la falta de información sobre preparación, conservación y disposición final es una de las principales causas del derroche alimentario. Esto, en parte, se debe a patrones de consumo arraigados. Algunos optan por consumir la manzana con cáscara, mientras otros la desechan.

Del mismo modo, hay quienes desechan el pellejo del pollo, desperdiciando una valiosa fuente de nutrientes. El arroz del día anterior, en lugar de ser aprovechado, a menudo se descarta sin consideración. Estos son solo algunos ejemplos que ilustran la necesidad de un cambio de paradigma en nuestra relación con la comida.

De acuerdo con el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (UNEP), el año

2021 presenció el derroche de más de 931 millones de toneladas de alimentos a nivel de hogares, comercios minoristas y el sector de la restauración. De este volumen, asombrosamente, 570 millones de toneladas procedían de nuestros propios hogares.

Esta pérdida y desperdicio de alimentos acontece en cada etapa de su cadena de valor. A nivel doméstico, sucede al adquirirlos, durante su preparación, su consumo y, en última instancia, al ser desechados.

Para combatir esta alarmante tendencia, es esencial tener en cuenta cinco consejos fundamentales a nivel doméstico: 1. Evitar excesos: Compre solo lo necesario, especialmente cuando se trata de alimentos perecederos. Calcule cuántos integrantes tiene su hogar y mantenga un registro de lo que realmente se consu-

me. 2. Aprovechar al máximo: Residuos como tallos, hojas, cáscaras o pepas pueden emplearse en la preparación de otros alimentos o como abono natural. Asimismo, considere consumir alimentos excedentes en lugar de preparar nuevos, siempre y cuando estén en buen estado. 3. Conservación segura: Proteja granos contra infestaciones, mantenga la cadena de frío en productos como carnes, lácteos y ciertas frutas, y mantenga los alimentos secos alejados de la humedad. 4. Priorizar lo próximo a vencerse: Si hay productos almacenados sin usar, dé prioridad a su consumo o, de lo contrario, cultive el hábito de compartir y donar. 5. Educar en el tema: Adquiera conocimientos sobre conservación, preparación y consumo que optimicen el aprovechamiento de los alimentos. (FIN) VDV/MAO



En plena tensión con China

## Taiwán presentó su primer submarino de fabricación local

Taiwán presentó este jueves su primer submarino de desarrollo propio, parte de un programa para modernizar sus fuerzas armadas en un momento de alta tensión con Pekín, que reclama la soberanía de la isla.

La presidenta taiwanesa, Tsai Ing-wen, afirmó en un discurso en la ciudad sureña de Kaohsiung, donde se presentó el sumergible, que el buque formará parte de los esfuerzos isleños para "proteger Taiwán".

En 2016, Tsai impulsó un plan para construir ocho submarinos de desarrollo propio que se unirán a los otros cuatro que ya posee la isla.

"Parecía una tarea imposible. Pero, hoy, un submarino diseñado y fabri-

cado por el pueblo de nuestro país ya está aquí, ante nuestros ojos", dijo Tsai, recoge la agencia taiwanesa CNA.

Agregó que el submarino jugará "un papel importante par fortalecer la marina" taiwanesa.

"No importa cuántos desafíos haya, Taiwán debe dar este paso y que nuestra política de defensa nacional autosuficiente crezca y florezca", señaló Tsai de pie frente a la embarcación.

Se espera que Taiwán bote al menos dos submarinos de desarrollo propio antes de 2027.

El submarino, con un precio de 49.360 millones de dólares taiwaneses (1.530 millones de dólares), utilizará un sistema de combate de Lockheed Martin

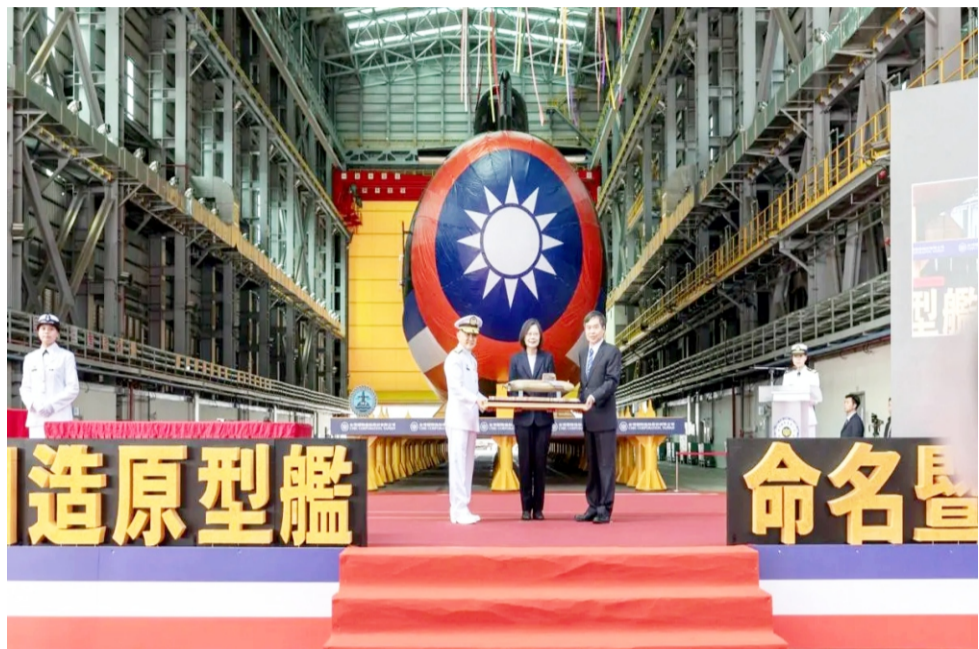
y llevará torpedos pesados Mark 48 de fabricación estadounidense.

Entrará en pruebas en el mar el próximo mes y después será entregado a la marina a finales de 2024.

### Tensión con China

Su presentación llega en un momento de tensión entre la isla y Pekín: el pasado 18 de septiembre, Taipéi llegó a notificar un número récord de incursiones del Ejército chino en sus inmediaciones, con la presencia de 103 aeronaves, mientras que el día 11 detectó más de 20 buques alrededor de la isla.

Según China, los ejercicios militares tenían como objetivo combatir la "arrogancia" de las "fuerzas separatistas", y avisó de que seguirá realizando manio-



bras "si no cesan las provocaciones".

El departamento de Defensa taiwanés aseguró que estas últimas maniobras chinas eran "anormales", mientras que el vicepresidente taiwanés, William Lai, indicó recientemente que "los intentos de Pekín de anexionarse Taiwán no han cambia-

do".

Lai lidera las encuestas para imponerse en las próximas elecciones presidenciales y legislativas de la isla, que se celebrarán el 13 de enero de 2024 para decidir la dirección de la política taiwanesa hacia China, en momentos de fuertes tensiones entre Taipéi y Pekín.

Taiwán se considera un territorio soberano con Gobierno y un sistema político propios bajo el nombre de República de China desde el final de la guerra civil entre nacionalistas y comunistas en 1949, pero Pekín mantiene que es una provincia rebelde e insiste en que retorne a la patria común.

## Nagorno-Karabaj: ¿el final de un conflicto congelado?



Tras una operación militar "especial" —teóricamente antiterrorista— de escasa duración, las tropas azeríes han logrado la rendición incondicional y la deposición de las armas de las precarias fuerzas armadas de Nagorno-Karabaj. Comienza, proba-

blemente, la desactivación definitiva de un conflicto que llevaba congelado, con virulentos rebrotes militares, desde el año 1988.

¿Qué ha cambiado para que se haya producido este abrupto giro de los acontecimientos? En primer lugar, el

desinterés hacia este enclave de las principales potencias con intereses regionales que podrían haber mantenido el apoyo a la autoproclamada entidad independiente de Artsaj y a su Estado-matriz, Armenia.

Francia, Estados Unidos y Rusia, como copresidencias del Grupo de Minsk en el marco de la Organización para la Cooperación y Seguridad en Europa (OSCE), no han conseguido ningún avance sustancial en la resolución político-diplomática del conflicto.

Desde que se creó en el año 1995, después de la Cumbre de Budapest de la organización regional, con el objetivo de supervisar el acuerdo suscrito por las par-

tes tras cesar el conflicto militar en el año 1994, Armenia consiguió "congelar" el conflicto hasta el año 2020. Todo ello, además, unido a las incumplidas resoluciones del Consejo de Seguridad de Naciones Unidas.

### La posición de Rusia

Un segundo elemento relevante se deriva de las consecuencias geopolíticas y estratégicas de la agresión de Rusia a Ucrania. Desde los primeros choques étnicos desarrollados entre representantes de la población armenia y azerí en el año 1988, las fuerzas armadas soviéticas y, con posterioridad, las rusas, han garantizado la interposición en el marco de las operaciones de mantenimiento de paz.

Especialmente tras el Acuerdo Trilateral de 2020 entre los tres estados implicados (Armenia, Rusia y Azerbaiyán) con las autoridades de Stepanakert, la capital de Nagorno-Karabaj, como observadores silentes de su suerte. Sin embargo, la diplomacia

"fluida" que Vladimir Putin mantiene con la Turquía de Erdogan —principal potencia regional que apoya incondicionalmente a Azerbaiyán—, sumado a las desavenencias importantes surgidas con Nikol Pashinián, primer ministro de Armenia, han propiciado que en este reciente episodio bélico el contingente ruso desplegado como fuerza de interposición se haya abstenido de intervenir conforme a su mandato.

### La proyección exterior de Armenia

La tercera variable está conectada con la evolución de la política interna de Armenia y su proyección exterior. El primer ministro de Armenia, Nikol Pashinián, se hizo con el poder tras una serie de revueltas ciudadanas contra Sargsián, que intentaba perpetuarse como primer ministro tras la jefatura del Estado. Sus primeras visitas oficiales las hizo al enclave de Artsaj y a Putin, como declaración de intenciones de su mandato.

Sin embargo, la guerra de las seis semanas (2020), que permitió recuperar a Bakú parte del territorio perdido en 1994, se tradujo en una alteración del conflicto muy significativa. Además de quebrar la confianza armenia en el Kremlin, el coste militar, económico y social para esta república fue muy elevado.

Rusia fue requerida por Ereván, capital de Armenia, para acudir en su ayuda militar en el marco del acuerdo militar bilateral que mantienen ambas repúblicas y, en paralelo, en el marco de la Organización del Tratado de Seguridad Colectiva, liderada por Moscú. Putin estaba preparando en el año 2020, al amparo de la conmoción internacional debido a la pandemia de la covid-19, la campaña militar contra Ucrania. Apoyando al régimen de Lukashenko como futuro cooperador necesario de la agresión y reformando la Constitución de la Federación Rusa para poder perpetuarse en el Kremlin.



## El alcohol provoca cáncer en 7 partes del cuerpo, según estudio

El alcohol puede causar siete formas de cáncer, incluyendo de hígado, de colon, de recto y de ma-

ma, según un estudio publicado en la revista científica *Addiction*.

"Hay una fuerte evidencia de que el alcohol provoca cáncer en siete sitios en el cuerpo y probablemente otros," explicó Jennie Connor, la autora principal del informe.

"Incluso sin un conocimiento completo de los mecanismos biológicos [de cómo el alcohol provoca cáncer], la evidencia epidemiológica puede soportar el juicio de que el alcohol causa el cáncer de la orofaringe, laringe, esófago, hígado, colon, recto y mama."

El verdadero fastidio con los hallazgos es que, de acuerdo con Connor, no hay evidencia suficiente para concluir que el con-

sumo de alcohol es una causa directa de cáncer. Sino que el nivel de riesgo de cáncer aumenta cuanto más se bebe. Incluso beber con moderación no puede hacer una diferencia.

Por el lado positivo, Connor encontró evidencia de que dejar el alcohol podría revertir el riesgo de algunos tipos de cáncer, con mejores resultados cuanto más tiempo una persona se abstiene.

Si la evidencia es correcta, tal vez es una buena oportunidad para que empieces a dejar de tomar alcohol.



## Estos son 4 de los alimentos más peligrosos para su pene

¿Tu pareja últimamente no ha tenido ánimos de tener sexo? Si él tiene problemas, es posible que el culpable sea la comida que ingiere.

Para los hombres, el deseo sexual depende de su nivel de testosterona, una hormona sexual presente tanto en hombres como en mujeres. Los niveles de testosterona disminuyen de forma natural cuando los hombres envejecen, pero la dieta y el ejercicio también juegan un papel importante en la forma en que el cuerpo produce esta hormona. Eso no es todo, las habilidades de un hombre también están en riesgo si tiene una predilección por

ciertos alimentos. Cada bocado de comida puede ayudar u obstaculizar la capacidad del hombre para producir esperma. Sigue leyendo para conocer los peores alimentos para el pene de un hombre.

### Carnes y embutidos

Malas noticias para los amantes del tocino. Un estudio de 2013 reveló una correlación entre el consumo de carne procesada y la mala calidad del esperma, según la American Society of Reproductive Medicine, los hombres que comían grandes cantidades de tocino y embutidos tenían bajo conteo de esperma.

Mientras que los hombres que comían pescado más oscuro (salmón y atún) tuvieron mejores recuentos de esperma. Sólo hubo 156 hombres en el estudio. Aún así, los investigadores encontraron una tendencia alarmante entre los amantes del tocino y las salchichas: sólo un trozo de tocino o salchicha por día se asoció con un 30% menos de esperma normal. De acuerdo a la OMS, los hombres con bajo conteo de esperma están en riesgo de infertilidad.

### Soya

Un estudio de 2008 de la Escuela de Salud Pública de Harvard descubrió que el consumo de soja se relacionó con una reducción en el recuento de espermatozoides. Con sólo 99 participantes, el estudio fue bastante pequeño. Pero los resultados son alarmantes si tu pareja prefiere el cereal con un chorrito de leche de soya. El estudio encontró que los hombres que tenían el más bajo recuento de espermatozoides, tenían una ingesta media de soja de la mitad de una porción.

### Los carbohidratos refinados

Las comidas con carbohidratos refinados (galletas, pasta blanca, papas fritas, etc.) aumentan la producción del triptófano, una hormona que hace que las personas tengan sueño. Además, los carbohidratos procesados como el pan blanco y arroz blanco son despojados de salvado y el germen, dos nutrientes que contienen fibra. Sin fibra, la digestión se hará lenta y provocará estreñimiento, también conocido como el peor enemigo del deseo sexual.

### Alcohol

Cuando un hombre ha consumido demasiadas bebidas alcohólicas, puede tener problemas de erección. El alcohol influye en la circulación de la sangre hacia el pene. Aunque no está exactamente claro cómo el alcohol dificulta la capacidad de un hombre para mantener la erección, la doctora Ashley Winter señaló que la mala coordinación debido a la embriaguez podría ser un factor. Ella dijo al sitio Thrillist que los problemas de erección se deben a la cantidad y no al tipo o la calidad del alcohol.



## Dios quiere que leas su palabra y ores todos los días

### La Buena Semilla

Jesús... anduvo haciendo bienes y sanando a todos los oprimidos por el diablo. Hechos 10:38

### 20 de julio de 1969

El 20 de julio de 1969, hace exactamente 48 años, por primera vez en la historia de la humanidad un hombre puso el pie en la luna. Refiriéndose a este suceso, el astronauta americano James Irwin escribió: «Lo importante no es que el hombre haya caminado sobre la luna, sino que en la persona de Jesús, Dios haya venido a caminar en la tierra». Ante esta proeza del hombre, la presencia de Dios en la tierra hace 2.000 años es un hecho de un alcance totalmente diferente.

En el instante en que Neil Armstrong puso el pie en el suelo lunar, todo el planeta vivió unos momentos de gran entusiasmo. Pero cuando el Hijo de Dios vino a la tierra, fue recibido con el odio y la hostilidad de su criatura. Los hombres, por naturaleza enemigos de Dios, rechazaron al Enviado del cielo: inmediatamente trataron de matar a Jesús.

El hecho de que un hombre llegase a caminar sobre la luna probó el alto grado de tecnología que hemos alcanzado. Pero Jesús en la tierra reveló a la vez la maldad del corazón humano y el amor de Dios con respecto a la humanidad perdida. Caminar sobre la luna halagó el orgullo del hombre. Pero la venida de Jesucristo a la tierra, su muerte en la cruz, su resurrección produjeron y demostraron su victoria resplandeciente, definitiva sobre el pecado y la muerte que dominan toda la humanidad.

Que el hombre haya caminado sobre la luna no cambia gran cosa en nuestra cotidianidad. Pero el hecho de que Jesús haya venido a esta tierra puede transformar totalmente la vida del que acude a él y lo acepta como su Salvador.

Lectura: 1 Crónicas 2 - Lucas 7:24-50 - Salmo 86:1-6 - Proverbios 19:24-25

## <Receta> del Día

### Higado Frito



### Ingredientes

480 gramos de hígado de res  
vinagre  
comino  
aceite  
sal y pimienta

### Preparación:

Adobar el hígado durante dos horas con vinagre, pimienta, comino y sal. Luego, freímos los hígados en aceite bien caliente, esperando que tomen un punto de cocido parejo. Servir acompañado de trigo o arroz. Se puede acompañar también con papas o yucas fritas.



A segunda división

# Municipal cayó 2-0 ante Sport Huancayo y volverá a jugar la Liga 2



Hay lamento en la tienda edil. Sport Huancayo le ganó a Municipal en el marco de la fecha 16 del Torneo Clausura 2023 de la Liga 1 Betsson.

El encuentro de Sport Huancayo ante el elenco del Deportivo Municipal se llevó a cabo en el Estadio IPD y con el 2-0 a favor del popular 'Rojo

Matador', el conjunto que dirige Santiago Acasiete perdió la categoría de manera oficial. Así, volverá a jugar en la segunda división.

La contienda fue un verdadero desafío para el Municipal. Y es que tan solo tenía 6 puntos en el Clausura en la previa debido a sus únicas victorias contra Unión Comercio y Cusco FC.

Era una obligación para la popular 'Academia' lograr el triunfo, pero sucedió todo lo contrario. A los 81', Ángel Pérez -quien había ingresado tan solo dos minutos antes- puso en ventaja al cuadro de la sierra peruana.

Ya en el tiempo de descuento apareció el delantero Ronal Huaccha, quien con un certero remate de derecha venció la portería que no pudo ser defendida a la perfección por el arquero Carlos Solís.

Con el resultado, 'Muni' se queda con 25 puntos en la Tabla del Acumulado (penúltimo) y matemáticamente ya no se puede salvar. Le restan tres cotejos para lavarse la cara y despedirse de sus hinchas de la mejor manera. En tanto, Sport Huancayo llega a los 53 puntos en la tabla general y sigue en carrera para tener un puesto en un torneo internacional como la Copa Sudamericana.

## "En modo superhéroe": Paolo Guerrero recibió elogios de la Conmebol tras su doblete en la Copa Sudamericana



Paolo Guerrero es el líder de LDU de Ecuador, que sueña con una nueva final de la Copa Sudamericana. El delantero peruano, de 39 años, tuvo una excelente actuación y anotó dos goles en el triunfo por 3-0 ante Defensa y Justicia, por la ida de la semifinal de la competencia.

A falta del choque de vuelta en Argentina, LDU dio un paso importante para lograr un boleto a la final de la Sudamericana. Guerrero anotó a los 17 y 42 minutos, mientras que el argentino Lucas Ezequiel Piovetti cerró cifras, al minuto 88, con un potente disparo desde fuera del área. La prensa ecuatoriana destacó la vuelta al gol del capitán de la Selección Peruana, mientras la Conmebol no pasó desapercibido su actuación mediante un mensaje a través de las redes sociales.

"Paolo Guerrero en modo superhéroe: dos goles en la semifinal de ida para Liga Deportiva Universitaria", fue el mensaje del máximo ente del fútbol sudamericano sobre el 'Depredador', que llegó a LDU proveniente del Racing Club.

Recordemos que LDU ya conquistó este campeonato en 2009, mientras que también fue finalista en 2011.

### La palabra de Paolo Guerrero

"Vamos a seguir trabajando con los pies sobre la tierra, porque esto no ha terminado, esto se cerrará en Argentina", afirmó Paolo Guerrero en declaraciones al término del partido, disputado en el estadio Rodrigo Paz Delgado, de Liga de Quito.

Paolo Guerrero abrió la ruta de la victoria con dos buenos tantos. El primero de cabeza y el segundo con un remate bien dirigido a un costado del arquero.

"Mis compañeros me facilitaron todo, por lo que me siento feliz de estar junto a ellos y muy orgulloso de estar jugando en un equipo que pone entrega y sacrificio", añadió el exjugador de Bayern Munich y Hamburgo.

El delantero se vinculó el pasado 20 de julio a Liga de Quito y el 3 de agosto debutó con el gol del triunfo sobre el Ñublense de Chile.

### Con Raúl Ruidíaz:

## Lionel Messi lidera el Top 10 de las camisetas más vendidas de la MLS

La fiebre por Lionel Messi en Estados Unidos sigue en aumento. Este viernes, se informó que el '10' de Inter Miami lidera la clasificación de las camisetas más vendidas de la Major League Soccer (MLS).

Pese que llegó a mediados de temporada, la MLS detalló que Messi es el futbolista que generó más ventas de camisetas del 1 de enero al 12 de septiembre de 2023.

Como se recuerda, la llegada de Messi causó una revolución también en el plano deportivo, dado que Inter Miami se proclamó por primera vez campeón en su historia al ganar la Leagues Cup.

Asimismo, se dio a conocer que Messi tiene como escolta al brasileño João Klauss, la estrella del St. Louis City. El podio lo cierra el alemán Hany Mukhtar, figura del Nashville, y que fue el mejor jugador y máximo goleador de la MLS en 2022.

Ruidíaz, representante peruano Raúl Ruidíaz volvió a reafirmar su importancia en la MLS. El delantero peruano



de 33 años se ubica en el puesto 7 de la lista de los futbolistas que más camisetas venden en la MLS. EL '9' peruano, que es considerado en referente en Seattle Sounders, milita en la MLS desde el 2018.

### Top 10 de los futbolistas

### que venden más camisetas

- Lionel Messi (Inter Miami)
- João Klauss (St. Louis City)
- Hany Mukhtar (Nashville)
- Sebastián Driussi (Austin)
- Carlos Vela (Los Angeles FC)
- Jordan Morris (Seattle Sounders)

- Raúl Ruidíaz (Seattle Sounders)
- Thiago Almada (Atlanta United)
- Eduard Löwen (St. Louis City)
- Cristian Roldán (Seattle Sounders)



**El Amigo Don Nahui**

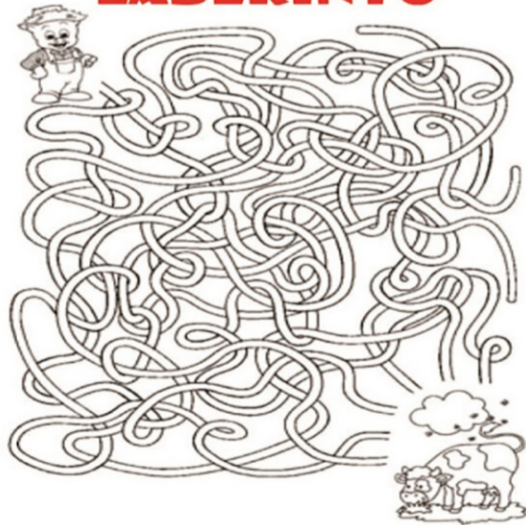
**¿SOBREVIVIRÉ COMO PADRE SOLTERO?**

Mi esposa se largó y me dejó con mi único hijo. He quedado solo, triste, abandonado y sin amor. Recorro a Ud. no para resolver mi soledad afectiva. Necesito orientación para administrar mi economía en este nuevo momento de mi vida. FRED, espera su consejo auxiliar.

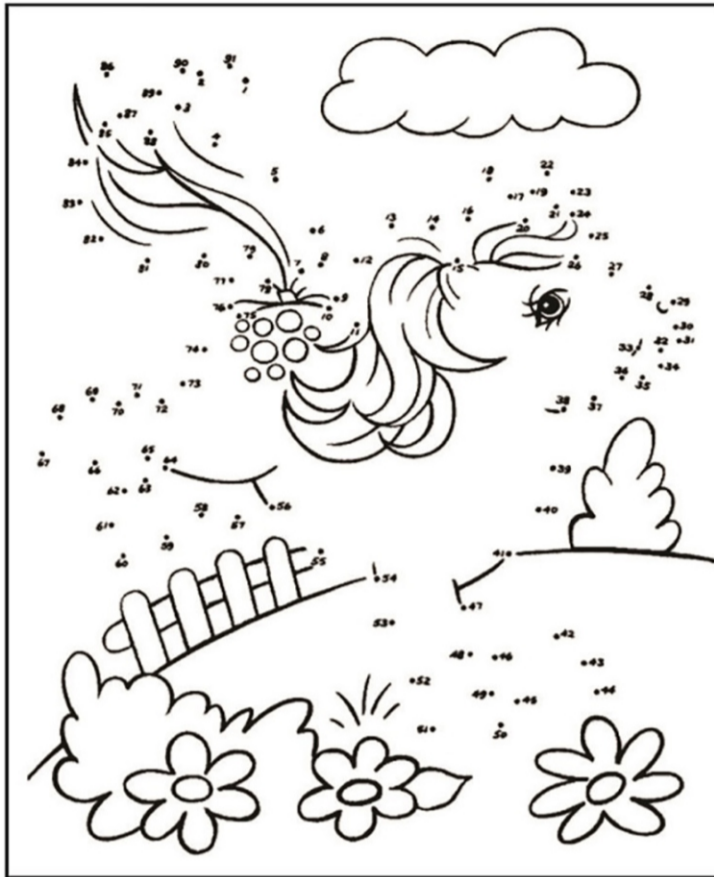


**RESPUESTA:** Penas aparte, necesitas organizarte para enfrentar esta nueva realidad. Sea por los motivos que fuere, actualmente existen muchas familias que se mantienen con los ingresos de un solo progenitor. Así que, aprovecha estos consejos para hacer los ajustes que creas conveniente con la finalidad de ahorrar lo máximo posible: 1. Actúa con un presupuesto. Con un solo ingreso en juego no puedes permitirte ningún desbalance. Calcula exactamente cuánto dinero ingresa y no caigas en deudas. También debes de tener un fondo de emergencia. 2. Busca flexibilidad. Si no puedes contar siempre con el apoyo de alguien de la familia, es probable que tengas que afrontar gastos de guardería o acordar un horario más flexible en tu centro de labores. Explícale a tu jefe por qué te vendría mejor un sistema más libre. 3. Escoge una casa más pequeña. El mantenimiento de una casa puede llevarse una gran parte de tus ingresos. Ten en cuenta las posibilidades de mudarse en caso tengan que hacerlo. 4. No tires la casa por la ventana. A todos los padres le encanta tener a sus hijos complacidos pero no por ello tienes que comprarles cada cosa que te pidan. 5. Involucra a tu hijo. Cuéntale a tu hijo cómo haces para manejar el presupuesto familiar. Es una forma de explicarles por qué no puedes comprarles tal o cual juguete.

**LABERINTO**



**< Unir los Puntos >**



**SUDOKU**

7			9		8	
		8		4		9
4	9		7	6		
	5				3	2
		9		2	1	
8		2		7		
2			5	9		1
			6		2	8
9			1	2		3

			5			
1						7
	4		8	1		3
7						2
		1			8	
	9	8	3		7	1
	1			3		2
		3	9		5	6
		4	1		6	7



**RELACIONADO A LA PLAYA**

- AGUA
- BAÑADOR
- BIKINI
- CÁMARA
- COOLER
- PROTECTOR SOLAR
- FLOTADOR
- BERMUDA
- HELADOS
- LENTES DE SOL
- PELOTA
- SANDALIAS
- CEBICHE
- CHICHA MORADA
- SHORT
- TABLA
- SOMBRILLA
- TOALLA

E	H	B	E	R	N	U	D	A	H	A	P	S	A	N	D	A	L	I	A	S
R	I	A	P	E	B	I	S	R	B	U	I	H	S	I	P	E	B	L	A	T
A	P	N	I	K	P	C	O	O	L	E	R	A	D	R	N	M	U	E	N	D
F	E	R	B	N	U	B	K	D	D	P	D	M	A	T	A	D	S	R	I	P
H	L	H	O	K	I	N	E	A	K	A	E	T	E	D	B	A	O	P	A	E
A	E	O	B	T	A	K	H	Ñ	L	D	L	S	B	C	U	I	M	L	D	H
I	R	L	T	R	E	K	I	A	K	O	D	E	O	M	U	M	B	I	A	T
B	O	P	A	A	I	C	K	B	E	E	P	O	H	I	R	A	R	B	R	O
H	D	M	B	D	D	R	T	P	S	R	L	R	K	A	T	K	I	E	O	A
E	A	N	H	A	D	A	R	O	M	A	H	C	I	H	C	E	L	P	B	L
C	T	A	P	G	A	L	L	I	R	I	B	M	O	S	D	B	L	D	A	L
B	O	H	I	U	B	E	R	B	N	S	T	R	O	M	E	U	A	M	H	A
H	L	K	P	A	H	U	H	E	I	R	O	A	C	E	B	I	C	H	E	P
K	F	A	T	O	L	E	P	M	O	P	B	L	H	A	K	P	I	T	I	D
E	B	H	N	A	I	K	N	H	A	A	D	U	A	B	H	D	B	A	H	H
P	R	O	T	E	C	T	S	O	L	A	R	H	E	R	T	M	D	B	C	I



<b>HOROSCOPO</b>	<p><b>ARIES</b></p> <p>Concluya con aquellos viejos proyectos que quedaron en el camino, ya que dispondrá de una gran energía y voluntad.</p>	<p><b>GEMINIS</b></p> <p>Sepa que sus palabras podrían ayudar a alguien que necesita de un consejo. Diga sin miedo aquello que tanto desea expresar.</p>	<p><b>LEO</b></p> <p>Intente buscar en este día la compañía de amigos y así podrá transformar sus penas en un placer compartido.</p>	<p><b>LIBRA</b></p> <p>Deberá poner en práctica su sabiduría para la autocrítica, así podrá darle a su futuro una orientación más afortunada y acertada.</p>	<p><b>SAGITARIO</b></p> <p>Procure prestar atención a las oportunidades que se le puede presentar. Despertará lleno de alegrías y sorpresas.</p>	<p><b>ACUARIO</b></p> <p>Trate de ser más prudente en cada paso, ya que el mundo está lleno de engaños.</p>
	<p><b>TAURO</b></p> <p>Vea que su inseguridad conspirará en contra de sus logros. Lo importante es que no se detenga y planifique las metas.</p>	<p><b>CÁNCER</b></p> <p>Como usted sabe sus proyectos parecen demorarse más de lo esperado. Le será propicio replantearse nuevamente sus objetivos.</p>	<p><b>VIRGO</b></p> <p>Le será conveniente esquivar las situaciones límites, si se le presenta alguna dificultad actúe con suma cautela.</p>	<p><b>ESCORPIO</b></p> <p>Deje de desmoralizarse si se encuentra con problemas. Ya en otras oportunidades ha superado dificultades peores.</p>	<p><b>CAPRICORNIO</b></p> <p>Necesitará controlar su enojo en esa reunión. La Luna en oposición puede jugarle una mala pasada en este día.</p>	<p><b>PISCIS</b></p> <p>Evite desperdiciar las oportunidades que puedan presentarse en esta jornada. La paciencia será la clave para encontrar el éxito que busca.</p>





## Arrestan tras 27 años a sospechoso del asesinato del ícono del hip hop Tupac Shakur

La Policía de Las Vegas ha logrado un avance sorprendente en uno de los casos más enigmáticos del mundo del entretenimiento, al detener a Duane "Keffe D" Davis, de 60 años, por el asesinato del icónico rapero Tupac Shakur en 1996, según informaron las autoridades. El arresto se produjo el viernes tras una búsqueda de 27 años que ha mantenido en vilo a los fanáticos del hip hop.

El hecho se produjo después de que un gran jurado del condado de Clark emitiera una acusación formal contra Davis por cargos de asesinato con el uso de un arma mortal. El rapero Tupac Shakur, de tan solo 25 años en ese momento, fue herido de gravedad el 7 de septiembre de 1996 en la famosa Strip de Las Vegas y murió el 13 de septiembre de ese año. El jefe del Departamento de

Policía Metropolitana de Las Vegas, Kevin McMahon, se defendió de las críticas que señalaban que el caso había sido olvidado, afirmando que su objetivo siempre fue "encontrar a los responsables del violento asesinato de Tupac Shakur".

El avance en la investigación se dio gracias al registro de la vivienda en Henderson (Nevada) de Paula Clemons, esposa de Davis. Clemons había afirmado en múltiples ocasiones que su sobrino, Orlando Anderson, estuvo involucrado en el asesinato de Shakur. Anderson, que negó su participación en el crimen, murió dos años después en un tiroteo entre pandillas en California.

El teniente Jason Johansson del Departamento de Policía Metropolitana de Las Vegas describió a Davis como "el líder y quien toma las decisiones" de la pandilla de California South Side Compton

Crips, que presuntamente ordenó la muerte de Tupac Shakur.

El asesinato de Tupac Shakur no solo conmocionó al mundo del hip hop, sino que también dio lugar a teorías conspirativas que han perdurado a lo largo de los años. Desde su trágica muerte, Tupac se ha convertido en un ícono del hip hop estadounidense.

### ¿Quién fue Tupac Shakur?

Nacido el 16 de junio de 1971 en Nueva York, Tupac Shakur creció en un entorno marcado por la pobreza y la violencia en las calles. Durante su adolescencia, ingresó a una escuela de arte en Baltimore (Maryland).

Comenzó su carrera musical con el álbum 2Pacalypse now en 1991, caracterizado por su estilo gangsta que abordaba la realidad de los guetos y el racismo, aunque también generó controversia por glorificar la vida de los criminales.

## Susy Díaz celebra 60 años en Miami y se prepara para el estreno de su película

La actriz peruana Susy Díaz celebró su cumpleaños número 60 en Miami (Estados Unidos), antes del estreno de Susy, una vedette en el Congreso. La película, que cuenta la historia de la elección de Susy como congresista y su lucha por hacer cambios en la política del país, se estrenará a nivel nacional el 26 de octubre.

Susy está muy emocionada por llevar su historia al cine y considera que es el mejor regalo de cumpleaños que podría haber recibido. Además, está aprovechando su estancia en Miami para comprar el outfit que lucirá en el avant premiere, que se realizará el 23 de octubre en el Mall de Santa Anita.

"Dios me ha bendecido. Celebro mis 60 años con algo maravilloso: el estreno de mi película. Es un regalo divino y maravilloso que una parte de mi vida llegue al cine, sobre todo cuando ingresé al Congreso. Por eso, estoy muy feliz", comentó.

Además, Susy Díaz compartió su alegría por tener más cerca que nunca a su hija Flor



y sus dos nietos. Mientras disfruta de su visita a Estados Unidos, ha dedicado un tiempo para realizar compras de moda y lucir espectacular en el gran estreno. "En un día ya me gasté más de mil dólares. He reventado mi tarjeta de crédito, pero es una fecha especial y quiero brillar".

### "Feliz cumpleaños, mamita"

La celebración también inspiró a su hija, Flor Polo, a compartir un emotivo mensaje en las redes sociales. Profundamente conmovida por los logros de su madre, Flor recordó la incansable tenacidad y dedicación que siempre ha caracterizado a Susy Díaz.

## AZUCENA



## SUSCRIPTORES

Se parte de nuestro grupo de suscriptores y te enviamos tu diario virtual

INFORMES: 942 621 976



LA CHACRA DEL CHATO

Atención: 11:am a 6:00pm  
De martes a domingos  
Km 6 - Shirambari

94262197

Chauza Regional, Tacacho con cecina, Arroz con Mariscos, Ciudad de Doncella, Chacra Mixta