

Gobernador de Loreto presente en la agenda global del clima**IMPULSA COOPERACIÓN INTERNACIONAL
EN LA COP30 RÍO DE JANEIRO**

diario

EDICIÓN UCAVALI-SAN MARTÍN-LORETO-AMAZONAS

ahora

RED AMAZÓNICA DE PRENSA

Director:

José Arias Sandoval

05 OCTUBRE 2025

Año XXXVIII / 1071754

Para participar debes tener más de 50 años e inscribirte por Internet.

**INEN REALIZA
CAMPAÑA EXAMEN
DE PRÓSTATA GRATIS****FICAFÉ inician
9 noviembre en
Chachapoyas****Emusap Chachapoyas
logra 22.7 diarias
continuidad de agua**

MIMP en Atalaya

**INSTALAN 1ra.MESA
PROVINCIAL DE LA
MUJER INDÍGENA**

Y a excontratista por colusión agravada en contrataciones sobrevaloradas

**PRISION PREVENTIVA
A EXADMINISTRADOR
MUNI TROMPETEROS**Delito de colusión
agravada

Sicarios, de 3 disparos en la cabeza, en San Alejandro

**ASESINAN
A MUJER
EN UN BAR**

Transportaban la droga en un congelador

**CAPTURAN A
PAREJA CON
47 KILOS PBC****LANZAN II
FESTIVAL DEL
COCO 2025**

En Tarapoto

En prueba de 80 metros con vallas de los juegos escolares 2025

**Estudiante ucayalina
logra medalla de oro**

En prueba de 80 metros con vallas de los juegos escolares 2025

Estudiante ucayalina logra medalla de oro



lares Deportivos y Paradeportivos 2025.

El destacado desempeño de la joven atleta representa un orgullo para toda la región Ucayali, demostrando que la disciplina, la constancia y el trabajo en equipo son pilares fundamentales para alcanzar los sueños.

Gracias a este importante logro, Laura Peralta ha sido seleccionada para representar al Perú en el Campeonato Sudamericano Escolar, que se desarrollará próximamente en Paraguay, donde competirá junto a los mejores exponentes juveniles del continente.

La comunidad educativa de Sudameriz, junto a sus familiares y autoridades locales, expresaron su alegría y reconocimiento a la deportista, quien se convierte en un ejemplo de superación y motivación para otros jóvenes ucayalinos.

El triunfo de Laura refleja los frutos de las políticas educativas y deportivas que promueven la inclusión, equidad y calidad, pilares fundamentales en la formación integral de los estudiantes de Ucayali. J.Castillo

Con talento, esfuerzo y una gran pasión por el deporte, Laura Peralta, estudiante de

la Institución Educativa Particular Sudameriz, se consagró campeona nacional al ob-

tener la medalla de oro en la prueba de 80 metros con vallas durante los Juegos Esco-

Lima, nov. 4. Los usuarios de WhatsApp Web reportaron una caída global, que incluye fallas de acceso a nuevas sesiones desde el Perú y otros países de América Latina.

Los seguidores de la Agencia Andina en la red social X confirmaron que no pueden ingresar a sus cuentas de WhatsApp Web, pero sí desde sus dispositivos móviles, tanto Android como iOS.

En una encuesta en nuestro canal de WhatsApp, el 30% señala que no puede usar la versión de computadora de la aplicación de mensajería.

En el Perú, WhatsApp es tendencia número 18 en la red social X, sumando 161 mil publicaciones en todo el mundo. Los usuarios de redes sociales señalan que sus chats desaparecen o que la conversación no termina de cargar desde el navegador web. Sin embargo, desde sus smartphones sí se puede chatear.

Por su parte, el sitio web oficial de Meta Status -que presenta la disponibilidad de los servicios de Meta, incluyendo WhatsApp- precisa que el

Usuarios reportan caída global de WhatsApp Web



API de WhatsApp Business está presentado fallas en su última actualización.

La caída de WhatsApp Web ha durado más de 45 minutos, y el servicio de mensaje-

ría se restablece de manera progresiva. (FIN) SPV

Adornos navideños producen 100 adultos mayores

Con entusiasmo y espíritu festivo, cerca de un centenar de adultos mayores vienen participando en el Taller Productivo Navideño, una iniciativa que busca fortalecer sus habilidades manuales, promover la creatividad y fomentar el emprendimiento en esta época del año.

Los participantes pertenecen a las asociaciones 9 de Octubre, Villa Rosario, Nuevo Magdalena, Ramitrans, Curva de Dios 2, Renato Saber, Zósimo Argümedo y a la comunidad indígena Santa Martha, quienes se reúnen periódicamente para desarrollar actividades de arte y pintura en un ambiente de integración y alegría.

Durante las sesiones, los adultos mayores pintan manteles, individuales y adornos decorativos, plasmando motivos navideños con técnicas sencillas pero llenas de color y significado. Estas creaciones no solo representan una forma de expresión personal, sino también una oportunidad de generar ingresos económicos mediante la venta de los productos elaborados.

El taller tiene como objetivo estimular la autoestima, fortalecer la autoestima y promover la inclusión social de las personas mayores, quienes muchas veces encuentran en estas actividades una forma de mantenerse activas y conectadas con su comunidad.

Asimismo, se busca revalorar el papel de los adultos mayores como transmisores de conocimientos, ya que muchos de ellos comparten sus experiencias y enseñan a otros compañeros técnicas aprendidas a lo largo de su vida.

La organización del taller destaca la importancia de crear espacios que integren a los adultos mayores en actividades productivas y recreativas, especialmente en fechas como la Navidad, época que simboliza unión, esperanza y renovación.

Con iniciativas como esta, se refuerza el compromiso de las instituciones locales con el bienestar y desarrollo humano de las personas de la tercera edad, brindándoles oportunidades para demostrar que el talento y la creatividad no tienen edad.

J.Castillo

■ Drogen vino de Iquitos, camuflada en 2 congeladoras, en embarcación fluvial "Haydee-IV"

Caen pareja con 47 kilos de PBC

Agentes antidrogas de la Dirandro-Ucayali, capturaron a una pareja (varón y mujer) quienes transportaban 46 paquetes tipo "ladrillo" conteniendo PBC, camuflados y acondicionados en dos congeladoras. La narco carga provenía desde Iquitos en una embarcación de servicio público conocida como "Los Rápidos".

Beto Cubas Sánchez de 37 años, y Elena Vásquez Barboza de 28 años, fueron detenidos ayer en horas de la madrugada en el puerto del Malecón Grau, distrito de Calleria, cuando acababan de llegar de viaje a bordo de la embarcación fluvial "Haydee-IV", trayendo su ilegal cargamen-

to.

Los 46 paquetes de color rojo y amarillo conteniendo cada uno de ellos pasta básica de cocaína, estaban bien acondicionados en los bordes de las congeladoras. En cada uno de ellas había 23 paquetes, que a simple vista estaban vacíos. Los perros antidroga no lograron detectar olfateando la droga. Los paquetes habían sido roseados con esencias de clavo de olor, pimienta, y sillao, esto según declaraciones brindadas por el representante del Ministerio Público, fiscal David Pérez Salinas, quien participó en la intervención.

Por su parte el Coronel PNP Godofredo Pérez Díaz, jefe

de la Dirandro-Ucayali, manifestó que dicho cargamento de droga iba a ser procesado a clorhidrato de cocaína en algún laboratorio de la región Ucayali, para luego ser exportado al extranjero, el cual se triplicaba su valor económico, que dicho sea de paso, tuvo un peso bruto de 47 kilos con 490 gramos.

Los dos detenidos Beto Cubas Sánchez, y Elena Vásquez Barboza, serán investigados quince días como establece el delito Contra la Salud Pública-Tráfico Ilícito de Droga, en la modalidad de "Burrier", en agravio del Estado Peruano y la Sociedad. (D.Saavedra)



Sicarios, de 3 disparos en la cabeza, en San Alejandro ASESINAN A MUJER EN UN BAR



De tres certeros disparos en la cabeza, "sicarios" acabaron con la vida de una joven, dentro

de un conocido bar, ubicado en el sector "Las Orquídeas" del kilómetro 109 de la carretera Fede-

rico Basadre, jurisdicción del distrito de San Alejandro. Por la modalidad del asesinato ejecu-

tado, el móvil sería por un presunto "ajuste de cuenta".

La víctima fue identificada como Cinthia Saldaña Trujillo de 27 años, ella fue atacada a balazos por el hampón quien apareció intempestivamente en la puerta del local. El crimen ocurrió ayer en horas de la madrugada en el establecimiento nocturno.

El local cuenta con cámaras de seguridad. En las imágenes se aprecia que el "sicario" llega caminando al recinto. En la puerta se para y en breve localiza a su objetivo que era la mujer. Inmediatamente saca de su cintura un arma de fuego y percuta los disparos a mansalva. Luego fuga corriendo para subirse a la motocicleta conducida por su cómplice quien lo esperaba a unos metros adelante.

Se conoció extraoficialmente que la víctima laboraba en dicho bar como administradora y tam-

bién en atención al público, ella domiciliaba en el distrito de Aguaytía, pero trabajaba en San Alejandro. Deja en la orfandad a dos menores hijos. Los videos serán de gran ayuda para la policía en poder visualizar las imágenes y así dar con la identificación de los criminales.

Según las primeras investigaciones, a cargo de la Divincri-Ucayali, el crimen de la joven Cinthia sería presuntamente "pasional", toda vez que la occisa habría sido amenazada de muerte por una mujer quien la

acusaba de haberla quitado a su marido y malogrado su hogar y familia.

Datos: El cadáver de la mujer asesinada Cinthia Saldaña Trujillo, recién fue levantada en horas de la tarde de ayer. Casi al caer la noche llegó a la morgue de la ciudad de Pucallpa donde le practicarán recién hoy por la mañana la necropsia de ley. Sus familiares ya podrán retirar su cuerpo para velarle y luego darle cristiana sepultura en el cementerio de la ciudad de Aguaytía. (D.Saavedra)

SUSCRIPTORES

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



INFORMES: ☎ 954949211

Leticia y Puerto Maldonado serán sedes de la segunda edición del Festival del Jaguar



El Festival del Jaguar celebrará este mes su segunda edición en dos ciudades amazónicas: Leticia (Colombia), del 14 al 17 de noviembre, y Puerto Maldonado (Perú), del 25 al 29 del mismo mes. El encuentro tiene como propósito generar conciencia sobre el valor ecológico y cultural del jaguar (*Panthera onca*), una especie clave en los ecosistemas de la selva tropical.

La iniciativa busca unir arte, ciencia y saberes ancestrales para destacar la importancia de este felino, considerado el más grande de América y el tercero del mundo. Según los organizadores, el festival promueve un diálogo entre comunidades locales, instituciones y colectivos amazónicos comprometidos con la conservación ambiental.

Un felino en riesgo

El jaguar cumple una función esencial en la regu-

lación de las poblaciones de otras especies, lo que contribuye al equilibrio ecológico de los bosques donde habita. Sin embargo, su supervivencia se encuentra amenazada por la pérdida de hábitat, la caza ilegal y la expansión de actividades humanas en la selva.

En los últimos años, los territorios indígenas que albergan poblaciones de jaguares se han reducido en un 50 %, lo que ha incrementado los encuentros con humanos y, en muchos casos, ha derivado en la muerte de estos animales.

De Lima a la Amazonía fronteriza

La primera edición del Festival del Jaguar se llevó a cabo el año pasado en Lima y en la comunidad de Padre Cocha, en Loreto (Perú). El evento reunió a más de 150 personas en la capital peruana y a más de 170 niños y jóvenes de los pue-

blos indígenas bora y kukama-kukamiria en la Amazonía.

En esta segunda edición, el festival se traslada a zonas fronterizas de la cuenca amazónica. La programación culminará el 29 de noviembre, fecha en que se conmemora el Día Internacional del Jaguar.

Organización y financiamiento

El evento es organizado por Renace, Samay Conservación y Travesía, junto con otras instituciones y colectivos amazónicos. Estas organizaciones trabajan de manera conjunta para promover la protección del jaguar y de los territorios donde habita.

Con el fin de asegurar la realización del festival y fortalecer los esfuerzos de conservación, los organizadores están recaudando donaciones entre quienes deseen apoyar esta iniciativa ambiental y cultural.

El alcalde provincial de Lamas, May Díaz Pérez, colocó la primera piedra para el inicio de la remodelación del estadio de Pamashto. La obra tiene una inversión de S/ 951,354.21 y beneficiará a toda la población del valle de Pamashto.

El burgomaestre llegó acompañado del regidor Willer Falcón Panduro y del equipo técnico de la Gerencia de

Una inversión de S/ 951,354.21 Remodelan el Estadio de Pamashto

Infraestructura, reafirmando el compromiso de la Municipalidad Provincial de Lamas con el mejoramiento de los espacios deportivos y el impulso del desarrollo local. Las autoridades y vecinos

del lugar expresaron su agradecimiento al gobierno provincial por hacer realidad esta importante obra que fortalecerá la práctica del deporte y la unión de toda la comunidad.



En Cacatachi y Tabalosos Confirman 2 casos de tosferina

El sector salud confirmó casos de tosferina en menores. Uno de los casos es de un menor del distrito de Cacatachi y el otro menor provie-

ne de una comunidad nativa del distrito de Tabalosos. Los más afectados son los menores de un año de edad. Los especialistas dicen, que

los mayores son los que transportamos la enfermedad con más frecuencia ya que solo presentamos los síntomas pero no son muy graves y se confunden con una gripe común. Pero, los niños si son más vulnerables por que no tienen algunos las vacunas, o porque sus defensas están muy bajas.

En los niños se recomienda completar la dosis de vacuna y al primer síntoma o sospecha acudir a un establecimiento de salud más cercano.

Tosferina

¿Cuáles son sus síntomas?

- Similar a un resfriado común.
- Los ataques de tos pueden llevar al vómito.
- En casos graves, lleva a neumonía o altera al cerebro del niño.
- Puede producir dificultad para respirar.

Importante: Los síntomas pueden agravarse y durar por semanas.

Y a excontratista por colusión agravada en contrataciones sobrevaloradas

PRISION PREVENTIVA A EXADMINISTRADOR MUNI TROMPETEROS



Delito de colusión
agravada

La Fiscalía Especializada en
Delitos de Corrupción de Fun-

cionarios de Nauta obtuvo 15
meses de prisión preventiva

contra Arildisom Gonzales,
el exadministrador y Gunther

Tuesta, el ex contratista de la
Municipalidad Distrital de
Trompeteros, investigados
por el presunto delito de colu-
sión agravada.

Según la investigación fiscal,
ambos habrían participado
en contrataciones notoria-
mente sobrevaloradas y frac-
cionadas de manera indebi-
da, relacionadas con la pre-
stación de servicios de imple-
mentación de sistemas de
control interno, así como
otros servicios innecesarios
e irregulares, ocasionando
perjuicio económico a la en-
tidad edil.

Asimismo, la investigación
comprende a Raúl Lozano,
actual alcalde de la mencio-
nada municipalidad, sobre
quien el Juzgado de Investi-
gación Preparatoria de Nauta
dispuso comparecencia
con restricciones. Dicha deci-
sión fue apelada por el Minis-
terio Público, al considerar
que existen suficientes ele-
mentos de convicción que
sustentan la solicitud de pri-
sión preventiva también en
su contra.

Promoviendo alianzas estra-
tégicas con Estados Unidos
para fortalecer la bioecono-
mía y la protección de los eco-
sistemas amazónicos.

El gobernador de Loreto, Re-
né Chávez, participa en la
COP30 que se desarrolla en
Río de Janeiro, Brasil, repre-
sentando a la Amazonía peru-
ana en uno de los foros
más importantes del mundo
sobre cambio climático y de-
sarrollo sostenible.

Durante su participación, Re-
né Chávez sostuvo una reu-
nión con Michelle Luján Gris-
ham, gobernadora de Nuevo
México (EE. UU.), y Jay In-
slee, exgobernador de Was-
hington (EE. UU.), con qui-
enes dialogó sobre coopera-
ción internacional en ser-
vicios ecosistémicos y bioeco-
nomía, con el fin de fortale-
cer el intercambio de expe-
riencias y promover inversio-
nes sostenibles en la región.

El gobernador destacó que
se busca impulsar la bioeco-
nomía, promover la econo-
mía circular y garantizar la
protección del medio am-
biente, integrando la conser-
vación con el desarrollo. "Pe-
dimos mayor vinculación y
cooperación con los gobier-
nos subnacionales para se-
guir avanzando en esta agen-
da conjunta", señaló Chávez.

Asimismo, recordó que en el
año 2024 Loreto se propuso
reforzar la conservación de
sus bosques y disminuir la de-
forestación, destinando cer-

Gobernador de Loreto presente en la agenda global del clima

IMPULSA COOPERACIÓN INTERNACIONAL EN LA COP30 RÍO DE JANEIRO



ca de 95 millones de soles a
las áreas de conservación re-
gional, una inversión sin pre-
cedentes en la historia am-
biental de la región.

Con su participación en la
COP30, René Chávez reafir-
ma el liderazgo de Loreto en
la acción climática, impul-
sando una visión de bioeco-

nomía que integra desarro-
llo, sostenibilidad y respeto
por la Amazonía y sus comu-
nidades.

En Tarapoto

Lanzan II Festival del Coco 2025



En conferencia de prensa
realizada en Tarapoto, se pre-
sentó oficialmente el II Festi-
val Regional del Coco Picota
2025. El evento que se desa-
rrollará del 28 al 30 de no-
viembre en el Polideportivo
de la ciudad de Picota.

El lanzamiento oficial del fes-
tival se realizará hoy en el Po-
lideportivo de Picota, donde
se presentará el programa
completo de actividades.

Esta celebración tiene como
objetivo promover el desa-
rrollo económico local y re-
valorizar el cultivo del coco co-
mo uno de los productos em-
blemáticos de la región San
Martín.

El festival contará con la par-
ticipación activa de product-
ores de los distritos de Pu-
cacaca y Picota, quienes se-
rán los principales protago-
nistas de las actividades cul-
turales, gastronómicas, co-
merciales y artísticas progra-
madas. El lanzamiento oficial
se realizará, hoy martes 04
de noviembre en el Polide-
portivo de Picota, donde se
dará a conocer el programa
completo del evento.

Cabe destacar que el Pro-
yecto COCO (PIP "Mejora-
miento de los servicios de
apoyo al desarrollo producti-
vo en el cultivo de coco"), eje-
cutado por el Gobierno Re-
gional de San Martín a través
del Proyecto Especial Hua-
llaga Central y Bajo Mayo

(PEHCBM), contempla una
inversión de S/ 23 millones
en un periodo de cuatro
años. Su componente co-
mercial prioriza la participa-
ción organizada de produc-
tores en ferias y espacios de
promoción, impulsando la
competitividad y sostenibili-
dad del sector.

Durante la presentación, la vi-
cegobernadora regional, Ro-
sa Olguita Celiz Cruz, reafir-
mó el compromiso del Go-
bierno Regional con el forta-
lecimiento de la cadena pro-
ductiva del coco, destacando
su gran potencial para dina-
mizar la economía regional y
generar oportunidades sos-
tenibles para los productores
locales. Asimismo, resaltó
que este tipo de eventos for-
talecen la identidad cultural y
el trabajo articulado entre los
distintos actores del territo-
rio.

En el evento también partici-
paron la gerente regional de
Desarrollo Económico, Mila-
gritos Ríos Chávez; el alcal-
de provincial de Picota, Pe-
dro García Ushiñahua; y el
presidente del comité de ges-
tión del festival, Roberto Ma-
rio Varillas Rengifo, quienes
coincidieron en destacar la
importancia del trabajo con-
junto entre autoridades, pro-
ductores y ciudadanía para
el éxito de esta segunda edi-
ción.

En Octubre del 2025

VARIACIÓN DE PRECIOS AL CONSUMIDOR FUE DE -0,08% EN PUCALLPA

El Instituto Nacional de Estadística e Informática ODEI-Ucayali dio a conocer que, en el mes de octubre de 2025, el Índice de Precios al Consumidor de la ciudad de Pucallpa se registró una baja de -0,08%, con una variación acumulada al décimo mes del año de 0,45%, y en los últimos doce meses (noviembre 2024-octubre 2025) de 0,83%.

En el Informe Técnico Sistema de Precios en la ciudad de Pucallpa, se precisa que el comportamiento de los precios estuvo influenciado por los menores precios registrados en las divisiones de consumo: Alojamiento, Agua, Electricidad, Gas y Otros combustibles (-0,68%), Alimentos y Bebidas no Alcohólicas (-0,19%), Comunicaciones (-1,28%) y Transporte (-0,02%).

Por el contrario, subieron los precios las divisiones Bebidas alcohólicas, Tabaco y

Estupefacientes (0,50%), Recreación y cultura (0,42%), Restaurante y Hoteles (0,15%), Muebles, artículos para el hogar y para la conservación (0,09%), Bienes y servicios diversos (0,07%), Prendas de vestir y calzados (0,03%), Salud (0,03%).

En la división Alojamiento, Agua, Electricidad, Gas y Otros combustibles, se observó una caída en sus precios de (-0,68%), debido a la disminución en combustibles para el hogar principalmente en el consumo de gas doméstico envasado (-1,9%), igualmente se registraron menores precios en las tarifas de consumo de electricidad residencial (-1,0%).

La disminución de precios que se registró en Alimentos y Bebidas no Alcohólicas (-0,19%) se sustenta en la baja de precios en pescados y mariscos como el boquichico fresco (-13,6%), bagre (-5,0%), boquichico pescado

seco y salado (-1,7%), también influyeron negativamente en hortalizas, legumbres incluye papas y otros tubérculos como el ají dulce (-20,2%), cebolla china (-15,2%), yuca (-14,0%) pepinillo (-13,6%), cebolla de cabeza roja (-13,3%), aceituna de botija (-8,9%), ajo entero (-6,2%), zanahoria (-6,0%), papa amarilla (-5,8%), frejol canario (-4,3%), frejol ucayalino (-4,2%), camote (-2,7%), arveja verde (-1,9%). También se registraron menores precios en otros productos como el culantro (-25,2%), aderezos hidratados (-5,9%), azúcar blanca (-2,5%), azúcar rubia (-2,5%). En la división Comunicaciones presento una variación negativa (-1,28%), en consumo telefónico móvil local (-2,5%).

En la división Transporte mostro una ligera baja (-0,02%), en la adquisición de vehículos como motocicleta



nueva (-1,5%).

Productos con mayor variación

Durante el décimo mes del año, de los 389 productos que componen la canasta familiar, 41 bajaron de precio, 71 subieron de precio y 277 no reportaron variación.

Los que marcaron mayor ba-

ja fueron: Culantro (-25,2%), ají dulce (-20,2%), mandarina (-19,2%), cebolla china (-15,2%), yuca (-14,0%), boquichico fresco (-13,6%), pepinillo (-13,6%), cebolla de cabeza roja (-13,3%), manzana corriente (-10,5%), manzana delicia (-9,9%).

Los productos que tuvieron

mayor incremento en sus precios fueron: maracuyá (49,6%), tomate italiano (19,8%), uva negra (18,6%), limón (15,8%), aguaje (13,9%), carachama fresco (11,6%), sandia (10,8%), menudencia de pollo (7,7%), lenteja (7,2%), palta fuerte (6,9%).

Para el desarrollo de los niños en la primera infancia

CUNA MÁS PROMUEVE LACTANCIA MATERNA



Desde el programa social del Midis se fortalece el vínculo madre e hijo en más de 277 036 familias usuarias a nivel nacional.

El Programa Nacional Cuna Más del Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social (Midis), por disposición de la mi-

nistra Lesly Shica Seguil, tiene como objetivo mejorar el desarrollo infantil de niñas y niños menores de 36 meses de edad, en localidades en situación de pobreza y pobreza extrema, para así contribuir a superar las brechas en su desarrollo cognitivo, so-

cial, físico y emocional.

Una de las formas para lograrlo, es promover la lactancia materna. A continuación, les damos a conocer algunos mitos y verdades sobre este importante tema:

Mito: el calostro (líquido espeso y amarillo producido en

las glándulas de los senos de la madre, es el primer alimento que recibe el recién nacido), no resulta suficiente para satisfacer al bebé.

Verdad: debemos indicar que la cantidad de calostro que brinda la madre a su hijo se ajusta perfectamente a la cantidad de nutrientes y líquido que este necesita.

Mito: cuando una madre dice "mi leche es mala y no sirve".

Verdad: la leche materna es de alta calidad, pues se ajusta a las necesidades de cada niño de acuerdo con su edad.

Mito: se debe dar de lactar cada tres horas y solamente 10 minutos de pecho.

Verdad: la lactancia materna exclusiva es a libre demanda. El niño lactará conforme a sus necesidades.

Mito: cuando una madre dice, "mi leche es aguada".

Verdad: la leche materna al inicio tiene una característica líquida, espesa y amarillenta, rica en proteínas, anticuerpos (inmunoglobulinas),

vitaminas, minerales y factores de protección para el recién nacido.

Mito: cuando una madre dice, "mi leche no le alcanza".

Verdad: en la mayoría de los casos es falso, la producción de leche se encuentra estrechamente ligada a la demanda del bebé: cuanto más succiona, más leche se produce.

Mito: cuando una madre dice, "¿si tengo senos pequeños, tendré poca leche?"

Verdad: el tamaño no tiene ninguna relación con la producción de leche materna.

Mito: cuando una madre pregunta, "¿se estropean los senos al dar de lactar?"

Verdad: los cambios en la apariencia de los senos durante y después del embarazo y la lactancia se deben principalmente a los cambios hormonales y al aumento de tamaño durante el embarazo, no a la lactancia en sí misma.

Mito: para producir más leche hay que tomar mucho líquido.

Verdad: la producción de leche materna depende principalmente del estímulo de succión del bebé y no de la cantidad de líquido que la madre consume.

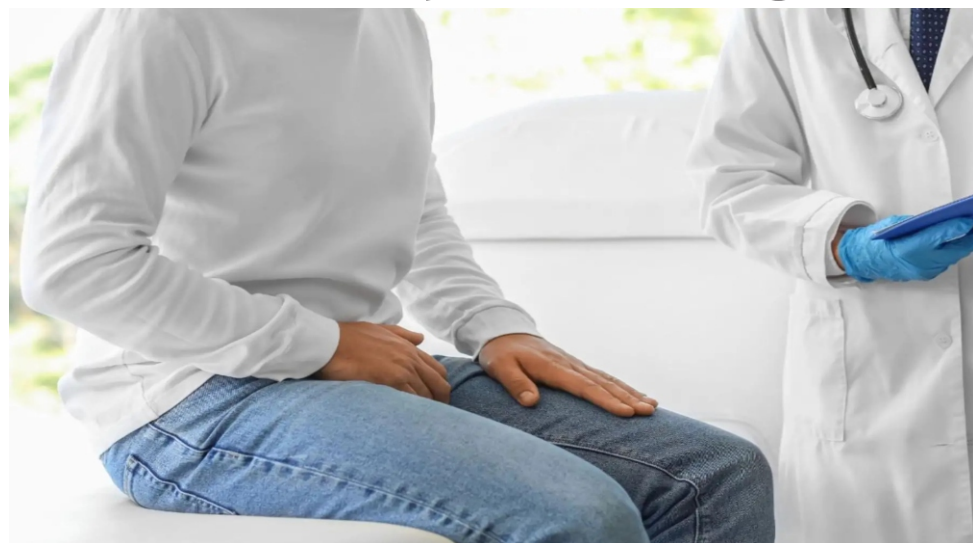
Mito: si estoy enferma, no puedo amamantar.

Verdad: de hecho, la lactancia materna es beneficiosa tanto para la madre como para el bebé, incluso cuando la madre está enferma, ya que la leche materna contiene anticuerpos que ayudan a proteger al bebé contra la enfermedad.

La leche materna contiene nutrientes perfectos en calidad y cantidad, de fácil absorción y que son específicos para el ser humano, posee anticuerpos que protegen contra las enfermedades inmunoprevenibles, infecciosas y también establece el vínculo madre-hijo, lo que constituye una experiencia especial e intensa. También protege la salud de la madre, la economía familiar y el medio ambiente.

Para participar debes tener más de 50 años e inscribirte por Internet

INEN realiza campaña examen de próstata gratis



Lima, nov. 4. El Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas (INEN) realizará este domingo 9 de noviembre una campaña gratuita de despistaje de cáncer de próstata y para participar solo debes registrarte vía Internet. Recuerda que detectar la enfermedad a tiempo salva vidas. El doctor Francisco Berrospi,

jefe del INEN, hizo un llamado a la población masculina a romper el miedo y realizarse un chequeo a tiempo, resaltando que el cáncer no avisa. "En el INEN y animamos a todos los hombres a participar en esta campaña gratuita". Este año, la meta es atender a 1.000 hombres, superando

los 700 chequeos realizados en 2024. La campaña está dirigida a hombres mayores de 50 años y a quienes tengan antecedentes familiares de cáncer de próstata desde los 40 años. Durante la jornada se realizarán pruebas de Antígeno Prostático Específico (PSA), un análisis de sangre para de-

teccionar posibles alteraciones, y un examen físico, procedimientos sencillos pero esenciales para la salud masculina, detalló la institución. Uno de cada siete hombres en Perú es diagnosticado con cáncer de próstata y en Neoplásicas se reciben en promedio 800 casos nuevos al año, de los cuales el 45% llega en etapas avanzadas. La detección temprana puede marcar la diferencia entre la vida y la enfermedad. Cabe señalar que el cáncer de próstata es el más frecuente entre los hombres peruanos, pero también que se puede curar si se detecta a tiempo. "Noviembre Azul busca romper mitos, generar conciencia y normalizar la prevención", precisó el INEI. Insíbete gratis línea

Los interesados en participar de la campaña pueden registrarse de forma gratuita a través del siguiente enlace: <https://plataforma.inen.sld.pe/despistaje-prostata/>

DATO: Durante la campaña de despistaje 2024, el 9% de las 700 personas alcanzadas fueron diagnosticadas con cáncer de próstata. (FIN) RAI/RRC

"SI SABES MUCHO ENSEÑA, SI SABES POCO APRENDE"

Jorge Abraham Isla Maldonado
ABOGADO
REG. CASM. N° 1001

- Experto en Derecho Notarial Registral e Inmobiliario.
- Titulamos Terrenos Urbanos y Rústicos con su -
- Inscripción Registral Vía Judicial y/o Notarial
- Asuntos Penales, Civiles y Administrativos.
- Se Redacta Contratos (Minutas) diversas de Compra - Venta.
- Tramito Procesos Hereditarios.
- Se Levanta Observaciones Registrales

jorgeabraham19@hotmail.com
jorgeisla.maldonado50@gmail.com
Jorge AbrahamIsla Maldonado

Oficina: Jr. Yurimaguas N°247 - "B"
Cel: 939 188 137 Telf. 042-781201
BANDA DE SHILCAYO

VUELOS DIARIOS
Pucallpa - Contamana

RED WING AVIATION

Contactanos:
PUCALLPA
Wander Coral : 961 908 649
CONTAMANA
Elexsar Alva : 941 897 361

LLP Abogados & Asociados

Luis Antonio León Pina
ABOGADO

950652088
(061)639954
Casilla Elec. N° 71677
luchopaz422@hotmail.com
JR. ATAHUALPA N° 178 - PUCALLPA

PUBLICIDAD AVISOS TARAPOTO
AL CELULAR : 942425491

HOTEL AMAZON GREEN

Alquilo Mini Departamentos
Habitaciones amobladas, con espacio para 2 camas y minisala, con servicios de baño propio, cable wifi, cochera, cocina y servicio semanal de limpieza.
PRECIO MENSUAL S/ 600
SERVICIO AIRE ACONDICIONADO: S/ 200
INFORMES: Jr. Arica 363 Cel. 942697277 - WASAP 954949211.
EMAIL jose_arias_47@hotmail.com

ALQUILO HABITACIONES EN SAN BORJA - LIMA

Para estudiantes y trabajadores en la Av. Las Artes Sur 417. Habitaciones desde 300 soles mensuales.
INFORMES Cel 942697277 - WASAP 954949211
EMAIL jose_arias_47@hotmail.com

Triplay Amazónico S.A.C. EN LIQUIDACION

AVISO DE REDUCCIÓN DE CAPITAL DE TRIPLAY AMAZONICO S.A.C. - EN LIQUIDACION
RUC No. 20128894889

Se comunica que por decisión de junta general de accionistas de fecha 15.07.2025, se acordó reducir el capital social de la empresa suscrito y pagado a la suma de S/11'915,600, conforme al Art. 216 numeral 2 de la L. G. de Sociedades. La reducción implica devolución de aportes a los accionistas.

Pucallpa, 18 de octubre 2025

Juan Antonio Villarrasa Cantón
C.E. N° 000441743
EL LIQUIDADOR

XF/(21,28,04.11.2025)

Por medio de la presente, yo, Cynthia Elizabeth Cangre Zegarra, en mi calidad de Liquidador designado de la empresa Lago Azul Inversiones y construcciones E.I.R.L, con RUC: 20601699509, solicito se publique en el Diario La Región - Iquitos - Maynas, el aviso de disolución y liquidación de la referida sociedad, conforme a lo acordado en la Junta General de Socios de fecha 30 de Octubre de 2025.

Por lo expuesto, solicito sirvan atender mi solicitud.

Atentamente,

Cynthia Elizabeth Cangre Zegarra
DNI: 41718104
Liquidador de Lago Azul Inversiones y Construcciones E.I.R.L

XF/(04 al 06.11.2025)

ANUNCIE VENDA MAS

954949211
976814796
DIARIO AHORA

Haga crecer su NEGOCIO
Anuncie aqui



Y Red de Caminos Inca para 2026

Destacan programación de venta de entradas a Machu Picchu

Lima, nov. 4. La Asociación Peruana de Agencias de Viajes y Turismo (Apavit) resaltó el anuncio del Ministerio de Cultura, a través de su titular, Alfredo Martín Luna Bribeño, en abrir el sistema de ventas de entradas para la Red de Caminos Inca y de la Llaqta de Machu Picchu para el año 2026, afirmó su presidenta Patricia Campos Cisneros.

Campos Cisneros afirmó que el dispositivo busca atender la demanda con anticipación y facilitar una mejor planificación a los visitantes nacionales y extranjeros.

La titular de Apavit señaló también que beneficiará a los operadores turísticos y a las agencias de viajes.

"Esta noticia representa un importante avance para la planificación de nuestras operaciones turísticas y la promoción de uno de los destinos más emblemático del Perú", subrayó Campos Cisneros, quien se refirió al Santuario Histórico de Machu Picchu. Por último, la presidenta de Apavit, Patricia Cisneros agradeció al Ministerio de Cultura por su gestión y compromiso con el sector. (FIN) NDP/MAO

Con agentes especializados

Denunciarán de oficio a congresista Lucinda Vásquez



La Comisión de Ética Parlamentaria aprobó con 7 votos a favor, uno en contra y una abstención, denunciar de oficio a la congresista Lucinda Vásquez Vela (JP-VP-BM), por presunta falta ética, tras lo revelado en un reportaje difundido el domingo 26 de octubre, en el programa Cuarto Poder.

Durante la sesión, presidida por el congresista Elvis Vergara Mendoza (AP), la parlamentaria Vásquez Vela se pronunció escuetamente sobre el caso y pidió que "siga su proceso de investigación, allí se verán las conclusiones". En tanto, la congresista Rosangella Barbarán (FP) sostuvo que el caso debería

ser abordado, "como un hecho de flagrancia y poder tomar la decisión en este pleno de forma inmediata", tomando en cuenta que los hechos denunciados han sido aceptados por ambas partes".

Refirió que estamos ante una situación que no solo golpea nuevamente la imagen del Congreso, sino que denigra a uno de los trabajadores que, además, como siempre se ha señalado, son de confianza, "pero cortarles las uñas a una parlamentaria, me parece una situación baja", subrayó. OTROS TEMAS

La comisión también abordó la denuncia de oficio contra la congresista Kira Alcarraz Agüero, por presunta falta ética

en agravio de la periodista Marycielo Del Castillo.

Puesta al voto, la denuncia contó con tres votos a favor, uno en contra y cinco abstenciones. "No hay acuerdo, el caso se verá en una próxima sesión", manifestó el titular del grupo de trabajo Elvis Vergara.

Seguidamente, se sometió a debate el informe de calificación recaído en el Expediente N.º 234-2025-2026/CEP-CR en la denuncia del congresista Roberto Kamiche, contra la legisladora Norma Yarrow Lumbleras, por un presunto acto de discriminación durante un incidente ocurrido en el hemiciclo, durante una sesión del Pleno,

en setiembre último.

El informe de calificación fue aprobado por mayoría (7 votos a favor y uno en contra), con lo cual se procederá a la investigación del caso, según precisó el titular de la comisión, Elvis Vergara.

En otro momento se realizó la audiencia relacionada con el Expediente N.º 213-2024-2025/CEP-CR, presentada por 16 congresistas en contra de la congresista Susel Paredes Piqué.

Participaron las parlamentarias Milagros Jáuregui, quien sustentó la denuncia, y Paredes Piqué, quien ejerció su derecho de defensa.

Con la audiencia se puso fin al proceso de investigación y el caso quedó expedito para la elaboración del informe final.

Finalmente, se realizó la audiencia recaída en el Expediente N.º 216-2024-2025/CEP-CR seguido en contra de la congresista Lucinda Vásquez Vela, respecto de la presunta contratación de tres sobrinos-nietos como personal de confianza en su despacho congresal; recorte de remuneraciones; préstamos personales de urgencia y otros.

La legisladora negó tener responsabilidad en los casos y consideró que las acusaciones en su contra son absolutamente falsas.

En la audiencia no se presentaron los denunciantes Walter Tello Ramírez y Natalia Vásquez Sangama, aunque ratificaron sus denuncias por escrito, según informó el congresista Vergara Mendoza.

El titular de la Comisión de Ética dio por concluida la audiencia y la investigación y el caso quedó expedito para su resolución.

SAETA PERU

¡VOLAMOS!
ida y vuelta

9 PUCALLPA
TARAPOTO

9 PUCALLPA
ATALAYA

10 kg Equipaje
¡GRATIS!

Vuelos Directos

¡Reserva ahora!
942-694483

WWW.SAETAPERU.COM

LA CHACRA DEL CHATO

Domingos y Reservas al:
Km 6 - Shirambari

942621976
996564205

Chacha Regional

Tacacho con coccina

Ayroz con Mariscos

Sudado de Doncella

Chacra Mixta

Exportaciones de madera alcanzarían \$100 millones



Lima, nov. 4. Las exportaciones totales de madera, en sus diversas presentaciones, alcanzarían los 100 millones de dólares al cierre del presente año, lo cual implicaría un crecimiento de 20.3% en comparación con lo registrado en el 2024, proyectó el director Ejecutivo del Servicio Nacional Forestal y de

Fauna Silvestre (Serfor), Erasmo Otárola. De acuerdo con la entidad, los envíos de este sector sumaron 83.1 millones de dólares en el 2024. Algunas de las presentaciones de la madera exportada son madera incluidas tabillas y frisos para parques, perfilada longitudinalmente.

También figura la aserrada, manufacturada, los muebles de madera y la madera contrachapada. Mercados Otárola destacó que el principal mercado de destino de estos productos es Estados Unidos. Le siguen diversos países de la Unión Europea (UE). También precisó que gran

parte de estos envíos se hace en productos con valor agregado con el envío de pisos y de muebles pre armados.

"Ello es resultado del desarrollo de la industria maderera en nuestro país. Están comprando maquinaria que permite hacer productos con mejor valor agregado", explicó. En este caso destacó los esfuerzos realizados por la mediana y gran industria maderera.

Procedencia

Otárola precisó que la madera exportada proviene de las concesiones y que en gran parte es madera certificada con FCS.

Cabe mencionar que madera certificada FSC proviene de bosques que se gestionan de manera responsable, protegiendo el medio ambiente, respetando a las comunidades locales y garantizando la viabilidad económica a largo plazo. "Por ejemplo, la madera exportada proviene de Madre de Dios, Loreto y de Ucayali. Están enviando pisos de muy buena calidad a mercados nicho de alto valor", dijo. (FIN) NDP/SDD/JJN JRA

Madres, en Banco de leche humana Donan leche materna a bebés prematuros



Lima, nov. 4. ¿Sabías que existen los bancos de leche materna? Un bebé prematuro que no se alimenta adecuadamente puede enfrentar riesgos como daño intestinal, retraso en el desarrollo físico y mental, o complicaciones respiratorias crónicas. Por ello, las madres que donan su leche materna a los pequeños nacidos con menos de un kilo y medio, regalan vida.

El Instituto Nacional Materno Perinatal (INMP) del Ministerio de Salud (Minsa) es pionero en la implementación de esta acción solidaria, que hoy permite a madres salvar a recién nacidos prematuros al garantizarles una alimentación segura y oportuna. Madres donantes como Sandra, quien aporta leche desde abril de este año, coinciden en que esta acción representa una muestra de solidaridad y amor. "Donar leche es dar esperanza a otros bebés y mamás. Imaginate estar del otro lado, con un niño tan pequeñito y no poder alimentarlo por complicaciones en salud; cuánto agradeceríamos que alguien pudiera ayudar", expresó.

Otra madre, Carolina, gracias a su alta producción de leche mientras amamanta a su bebé de cinco meses, puede recolectar hasta 20 frascos semanales para los neonatos del INMP. Por su parte, Massiel decidió convertirse en donante porque su primer hijo estuvo internado en la UCI de neonatología, y hoy elige entregar salud a otros

recién nacidos. La directora ejecutiva de Investigación, Docencia y Atención en Neonatología del INMP, Ylia Espinoza, señala que el servicio del Banco de Leche Humana cumple con tres procesos fundamentales: recolección, pasteurización y control microbiológico de la leche donada. En la primera etapa, conocida como Procura, personal especializado recorre todo Lima en el 'Leche Móvil' para visitar los domicilios de las mamás previamente programadas. Allí recolectan los frascos con leche materna y brindan capacitación sobre técnicas adecuadas de extracción, higiene y conservación. Tras la recolección, la leche pasa por una evaluación macroscópica para verificar que esté libre de partículas extrañas, seguida de un control de acidez para determinar si es apta para consumo. Luego se realiza la homogeneización y pasteurización, etapa clave que elimina microorganismos y asegura su inocuidad.

Finalmente, se realiza un nuevo control microbiológico: únicamente la leche que supera todas las pruebas es catalogada como "leche apta" y puede ser administrada a los recién nacidos. La coordinadora del proceso de procura del INMP, Liliana Berna, detalla que las madres interesadas pueden inscribirse a través de los números de WhatsApp del banco de leche: 990 622 760 - 977 839 003. (FIN) NDP/ICI

Chachapoyas, nov. 4. Todo se encuentra listo en la ciudad de Chachapoyas, capital de la región Amazonas, para la inauguración de la Feria Internacional del Café (Ficafé) Amazonas 2025 que se desarrollará del jueves 6 al domingo 9 de noviembre en la sede de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza.

Así lo confirmaron el gerente General del Gobierno Regional Amazonas, el director de Agromercado, el coordinador de la Ficafé, el gerente general de Central Café y Cacao, y el representante de la Mesa Técnica del Café, quienes resaltaron el compromiso conjunto para impulsar el desarrollo cafetalero de la región. En Ficafé se exhibirá la producción de cafés especiales de diversos valles del Perú. El certamen celebra el trabajo de los caficultores, impulsa la cadena productiva del café y conecta al Perú con el mundo.

Hasta Chachapoyas arribarán productores de San Martín, Piura, Huánuco, Cajamarca, Pasco, Junín, Cusco

FICAFÉ inician 9 noviembre en Chachapoyas



y Puno; además de Amazonas, quienes mostrarán lo mejor de sus variedades de café.

Durante cuatro días, Amazonas será el punto de encuentro donde se exhibirá lo mejor de nuestra región, del Pe-

rú y del mundo, con aromas, sabores y experiencias que enorgullecen a toda nuestra tierra. (FIN) NDP/MAO JRA

Lo revelan hallazgo de ductos prehispánicos en Ollape

Los Chachapoyas sí manejaban hidráulica

Lima, nov. 4. El reciente hallazgo de dos ductos en el sitio arqueológico Ollape, ubicado en el distrito de La Jalca Grande, provincia de Chachapoyas, en Amazonas, revelan nuevas evidencias que podrían transformar la comprensión del conocimiento hidráulico y ritual de los Chachapoyas, cultura prehispánica que se desarrolló en esta región.

El descubrimiento de estos ductos estuvo a cargo de un equipo de arqueólogos del Proyecto de Investigación Arqueológica Xalca Grande de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza (UNTRM), encabezados por Pablo Solís, quien precisó que los ductos prehispánicos estaban ocultos bajo los pisos de estructuras circulares de Ollape, lo que sugiere un avanzado manejo del recurso hídrico y una posible vinculación con prácticas ceremoniales.

En diálogo con la Agencia Andina, Pablo Solís precisó que la ubicación de los ductos, debajo de la superficie, indica que fueron construidos de manera intencionalmente subterránea y cubier-

ta, eso revela el avanzado conocimiento de ingeniería y arquitectura que poseían los Chachapoyas. "Estos ductos estaban dentro de los recintos circulares, no afuera. Servían para trasladar líquidos desde el interior hacia el exterior, con una pendiente que facilitaba su desagüe", aseveró.

Sostuvo que el hallazgo resulta especialmente relevante porque rompe con la idea tradicional de que los Chachapoyas no poseían conocimientos de ingeniería hidráulica. "Hasta ahora se pensaba que no tenían ductos ni canales. Este descubrimiento demuestra que sí comprendían cómo controlar y desalojar líquidos", agregó. El director del Proyecto de Investigación Arqueológica Xalca Grande explicó que los ductos se hallaron en un área que también contenía tres cabezas clavos (descubiertas en agosto de este año), que presentan una inclinación diseñada para facilitar el desalojo de líquidos desde el interior del recinto circular hacia el exterior.

Possible función ritual

El arqueólogo peruano mani-

festó que más allá de su función técnica, en la investigación realizada se han identificado posibles usos ceremoniales asociados a rituales del agua. "En uno de los ductos se hallaron pequeñas figuras líticas de camélidos, de unos cinco centímetros de tamaño, conocidas como conopas, tradicionalmente utilizadas en el mundo andino como ofrendas al agua o a la fertilidad de la tierra", subrayó.

"Estas conopas estaban asociadas directamente a los ductos. Todo indica que el agua pudo tener una connotación sagrada y que los Chachapoyas realizaban rituales vinculados a este elemento", detalló Pablo Solís a la Agencia Andina. "Si bien no se encontraron restos orgánicos por las condiciones climáticas de la zona, el contexto sugiere la práctica de rituales del agua dentro de los recintos", acotó.

Cronología y análisis en curso

Pablo Solís afirmó que por el momento no se ha determinado la fecha exacta de los ductos. Sin embargo, los investigadores ya han recolectado muestras de carbón



que serán enviadas a laboratorios especializados para realizar los fechados de carbono 14.

"Por la ubicación y las características arquitectónicas, todo indica que pertenecen al periodo de la cultura Chachapoya, que se desarrolló entre los años 900 y 1470 d.C.", explicó el arqueólogo. El equipo espera que los análisis permitan precisar con mayor exactitud la antigüedad de las estructuras.

Expresó que, tras concluir la fase de excavación hace dos semanas, el equipo se encuentra ahora en la etapa de conservación y análisis de laboratorio, procesando materiales cerámicos, líticos y orgánicos recuperados. Solís precisó que este proceso incluye el análisis de elementos cerámicos, líticos y ofrendas halladas en el sitio para entender mejor la vida y costumbres de los Chachapoyas. El investigador adelantó que

una nueva campaña de campo está prevista para mayo o junio del 2026, una vez finalizada la temporada de lluvias.

"Los hallazgos en La Jalca no solo son un testimonio de la ingeniería antigua, sino que también reflejan la importancia de preservar y estudiar el patrimonio arqueológico para fortalecer la identidad cultural y generar oportunidades turísticas en la región", aseveró.

Trabajo interdisciplinario y apoyo institucional

En otro momento, el investigador indicó que el proyecto arqueológico cuenta con la participación de la UNTRM, a través del Instituto de Investigación de Arqueología y Antropología Cuella (INAC), la Municipalidad Distrital de La Jalca Grande, y el apoyo financiero de la Cooperación Española (AECID). Además, colaboran estudiantes y profesionales de las universidades Pedro

Ruiz Gallo (Lambayeque), Nacional de Trujillo y San Marcos (Lima).

Valor patrimonial y proyección local

Pablo Solís resaltó que para los investigadores la importancia de estos hallazgos va más allá del ámbito académico. "Cada evidencia nos permite entender mejor el desarrollo técnico, ritual y simbólico de los Chachapoyas. Pero también fortalece el sentido de pertenencia y el amor por el patrimonio cultural de la población local", afirmó.

El trabajo en Ollape refuerza, además, la proyección de La Jalca Grande como un espacio clave para el turismo cultural y científico en Amazonas, región que sigue revelando aspectos desconocidos de una de las civilizaciones más enigmáticas de los Andes prehispánicos.

En ese sentido, Solís subrayó que la conservación del patrimonio arqueológico en Amazonas, y especialmente en La Jalca Grande, es crucial. "Los trabajos arqueológicos revelan registros de actividades tecnológicas y rituales que hasta ahora eran desconocidos. Esto no solo ayuda a comprender mejor el desarrollo de las civilizaciones andinas, sino que también fomenta el amor por el patrimonio cultural entre las comunidades locales, posibilitando su explotación turística como un recurso valioso", concluyó. (FIN) MAO JRA

Camino Inca a Machu Picchu es una de las rutas senderismo más bellas del orbe



Lima, nov. 4. El Perú es reconocido a nivel mundial como un destino ideal para la práctica del senderismo, excursionismo o trekking, gracias a su incomparable geografía de fascinante y variada belleza paisajística, natural y mo-

numental. Entre las rutas más aclamadas destaca el Camino Inca a Machu Picchu, calificado por Time Out, prestigiosa publicación británica especializada en viajes y turismo, como una de las mejores rutas de senderismo

del mundo.

En el artículo titulado "Las rutas de senderismo más bonitas del mundo", escrito por India-Jayne Trainor, se resalta la inolvidable experiencia de recorrer el célebre Camino Inca, en el tramo Piskakucho-Machu Picchu, que tiene una distancia de 44 kilómetros y demanda un exigente recorrido de cuatro días.

"Esta exigente caminata a través de los brumosos Andes hasta Machu Picchu, una de las siete maravillas del mundo, figura en la lista de deseos de muchos. Sin embargo, es una ruta difícil que requiere una excelente condición física", reseña la autora británico-australiana, quien indica que la mejor temporada para vivir esta formidable experiencia de viaje es entre los meses de mayo a octubre, cuando hay escasez de lluvias.

Trainor comenta que el sendero, alejado de las rutas turísticas habituales, atraviesa el exuberante paisaje del Valle Sagrado y cruza el río Urubamba, antes de un ascenso empinado por el paso cono-

cido como Warmi Wañusca, que en castellano significa Paso de la mujer muerta, que ofrece impresionantes vistas panorámicas de las montañas andinas. "Al llegar a la Puerta del Sol o Inti Punku, contemplar las ancestrales construcciones incas de Machu Picchu hará que el esfuerzo de aclimatación y el cansancio en las piernas valgan la pena", asevera.

"Consejo de Time Out: es indispensable contar con un permiso para recorrer el Camino Inca, el cual solo puede obtenerse a través de guías y empresas autorizadas. El sendero tiene un límite de 500 excursionistas por día, por lo que reservar con anticipación es fundamental. No olvide llevar su pasaporte", concluye la articulista. Tramo Piskakucho-Machu Picchu El tramo Piskakucho-Machu Picchu del Camino Inca tiene una dificultad moderada a desafiante debido a los cambios de altura, los altos escalones y el terreno irregular de la ruta. Se requiere una buena condición física y preparación previa para disfrutar la

experiencia al máximo. El recorrido demanda cuatro días en completar la ruta, y los kilómetros de cada día son: Día 1: 14 km. (8.7 millas) en 6 horas y media de caminata. Día 2: 16 km. (9.94 millas) en 8 horas y media de caminata. Día 3: 9 km. (5.6 millas) en 4 horas y media de caminata. Día 4: 5 km. (3.11 millas) en 2 horas y media de caminata. El punto más alto de esta ruta del Camino Inca está a 4,215 metros en el paso Warmi Wañusca o Paso de la mujer muerta.

La mejor época para recorrer el Camino Inca es entre mayo y octubre, durante la llamada temporada seca. En estos meses hay menos lluvias, los caminos están en mejores condiciones y los cielos suelen estar despejados, ofreciendo vistas espectaculares. Sin embargo, también es cuando hay más turistas, por lo que se recomienda reservar con varios meses de anticipación. Hay que recordar que el Camino Inca está cerrado en todo el mes de febrero debido a labores de mantenimiento.

¿Qué se debe llevar para la travesía por el Camino Inca?

Como son hasta cuatro días de largas y exigentes caminatas, es aconsejable llevar solo lo necesario. En primer lugar, es clave tener un mapa de la ruta y de la ciudadela inca para poder ubicar los lugares que se desean apreciar. Los elementos infaltables en la mochila de viaje para esta travesía son una o más botellas de agua suficientes para mantenerse hidratado, así como pequeñas raciones de alimento o raciones de marcha (fruta, barras energéticas y otros) para reponer energías durante la caminata.

Teniendo en cuenta que en la ruta hay mosquitos es necesario llevar un buen repelente. Por último, es fundamental portar bloqueador solar para proteger la piel del rostro, cuello, manos y otras zonas que pueden estar expuestas al caminar, unas buenas zapatillas y bastones de trekking para desplazarse con comodidad en terrenos que son agrestes. (FIN) LZD/MAO

Lidera ranking regional de continuidad de agua potable

Emusap Chachapoyas logra 22.7 diarias continuidad de agua

Chachapoyas, nov. 4. La empresa prestadora Emusap S.A. de Chachapoyas se consolida como la EPS con el mejor servicio de agua potable en la región Amazonas, al alcanzar un promedio de 22.7 horas diarias de continuidad.

Este resultado se da en el marco del apoyo técnico y financiero que le brinda el Organismo Técnico de la Administración de los Servicios de Saneamiento (Otass), que ha transferido S/ 6.95 millones para la ejecución de un plan integral de mejora. Bajo el Régimen de Apoyo Transitorio (RAT) desde el 2018, Emusap "ha logrado una notable transformación comercial y operativa, que incluye la rehabilitación de importante infraestructura sanitaria", detalló el Otass en una nota de prensa.

La EPS reporta, además, una cobertura de agua potable del 86.95% y una eficiencia de micromedición del 98.16%, la más alta de la región, reflejando una gestión comercial y técnica robusta. Asimismo, el índice de Agua No Facturada (ANF) se mantiene controlado en 20.2%, muy por debajo del promedio de otras EPS intervenidas. "Emusap es un ejemplo de trabajo articulado entre el Otass y las EPS. Hoy no solo tienen la mayor continuidad de servicio en la región, sino también proyectos estratégicos que garantizan agua de calidad para las futuras generaciones", señaló el presidente ejecutivo del organismo.

Los recursos invertidos se orientaron a mejorar la gestión comercial, operativa e

institucional de la empresa, acciones que comprendieron la elaboración del catastro comercial y adquisición de medidores, maquinaria, vehículos, equipos electrógenos y operacionales, entre otros componentes.

Fortalecimiento institucional La empresa ha recibido asistencia técnica especializada en reducción de morosidad, rebalanceo tarifario y planificación operativa, lo que ha permitido mejorar su autonomía financiera.

"Con una población atendida de más de 31,427 habitantes, Emusap avanza hacia un modelo de gestión sostenible, con proyectos que priorizan la calidad, la cobertura y la mejora del servicio", añadió el Otass.

La EPS tiene entre sus planes la ejecución de proyectos que garanticen la ampliación de la cobertura del agua



potable como la optimización de la línea de aducción Mogrovejo, y la IOARR para la construcción de la red de alcantarillado en los sectores Bocanegra y Chunchula, ésta última con un monto de inversión de S/ 1,893,600.71 y expediente técnico culminado.

Resalta también la articulación realizada por la entidad para efectivizar los procesos de integración de Luya, Lamud y Pedro Ruiz Gallo, que ampliará el servicio brindando agua segura a más de 14 mil habitantes. El respaldo del Otass continúa orientado a consolidar

estos logros y replicar el modelo de gestión de Emusap en otras EPS de la región, "demostrando que con inversión focalizada y asistencia técnica es posible brindar un servicio de agua digno y continuo a las familias peruanas". (FIN) NDP/CCH



Por más de S/ 1.5 millones, destaca el Minedu: Empresas donan equipamiento para colegios públicos

Lima, nov. 4. En el marco de la estrategia Abraza tu Cole, el Ministerio de Educación (Minedu) ha logrado el apoyo de 60 empresas privadas que han donado equipamiento y materiales valorizados en más de 1.5 millones de soles, en beneficio de 31,582 escolares de colegios públicos de 13 regiones.

Esta iniciativa promueve la colaboración entre el Estado, el sector privado y la sociedad para fortalecer la infraestructura educativa, el mobiliario escolar y las oportunidades de aprendizaje en todo el Perú.

Entre las empresas participantes figuran HP Perú, Samsung, Faber-Castell, AMD, Entel, Grupo Flesan, Beta Complejo Agroindustrial, AJE Group, Fundación Romero, Tai Loy, Universidad Norbert Wiener, Asociación

Cultural Peruano Británica, Grupo DC y Zest Capital.

Estas compañías, de los sectores de tecnología, minería, agroexportación, educación, finanzas y retail, canalizaron su apoyo mediante donaciones, programas de voluntariado y asistencia técnica que refuerzan la educación pública y promueven una cultura de responsabilidad social compartida.

El ministro de Educación, Jorge Figueroa, destacó que el esfuerzo conjunto del Minedu y las empresas ha permitido realizar más de 100 jornadas de voluntariado en colegios de Lima, Piura e Ica, que incluyeron trabajos de pintura de aulas, limpieza, instalación de mobiliario y talleres preventivos realizados por los trabajadores de esas organizaciones.

Como parte de ese esfuerzo,

el Grupo Flesan invirtió 4,000 soles en mejoras de infraestructura en la Institución Educativa Inicial Los Niños de Jesús, en San Juan de Lurigancho, mientras que el Complejo Agroindustrial Beta donó 62 baldes de pintura para el mantenimiento de la Institución Educativa 22354 de Ocucaje, labor que se realizó con la participación de alumnos, padres de familia y la comunidad educativa.

En noviembre, las empresas continuarán realizando intervenciones a través de sus programas de voluntariado en instituciones educativas de los distritos de Villa El Salvador y Ate, lo que contribuirá a mejorar los espacios escolares.

Hasta la fecha, el Minedu ha sostenido más de 80 reuniones con empresas y fundaciones para sumar aliados al Pacto Social por la Educación y consolidar una agenda compartida de responsabilidad social que une al Estado y al sector privado en la tarea de brindar mejores oportunidades para los niños y jóvenes del país. (FIN) NDP/ICI

Prorrogan ingreso de peruanos a China sin necesidad de visa



Lima, nov. 4. La Embajada de China en el Perú anunció hoy que el ingreso de ciudadanos peruanos a su país sin necesidad de visa ha sido prorrogado hasta el 31 de diciembre del 2026.

El anuncio fue dado a conocer a través de sus redes so-

ciales, en donde se detalla además que esta medida beneficia a ciudadanos de 45 países.

"A fin de seguir facilitando los intercambios amistosos entre ciudadanos chinos y extranjeros, China ha decidido prorrogar hasta las 24:00 ho-

ras del 31 de diciembre de 2026 (hora de Beijing) la política unilateral de exención de visado chino para ciudadanos de 45 países, entre ellos el Perú", indica el comunicado publicado en X, antes Twitter.

La embajada explica que los

ciudadanos con pasaporte ordinario que viajen a China por motivos de negocios, turismo, visita familiar, intercambio y tránsito, con una estancia que no exceda 30 días, podrán ingresar sin visado.

"Las personas que no cumplan con los requisitos para la exención de visado deberán obtener un visado para China antes de su entrada". ¿Qué otros países son los beneficiados?

Francia, Alemania, Italia, Países Bajos, España, Suiza, Irlanda, Hungría, Austria, Bélgica, Luxemburgo, Australia, Nueva Zelanda, Polonia, Portugal, Grecia, Chipre, Eslovenia, Eslovaquia, Noruega, Finlandia, Dinamarca, Islandia, Mónaco, Liechtenstein, Andorra, Corea del Sur, Bulgaria, Rumania, Croacia, Montenegro, Macedonia del Norte, Malta, Estonia, Letonia, Japón, Brasil, Argentina, Chile, Perú, Uruguay, Arabia Saudita, Omán, Kuwait y Barcin. El número de teléfono para consultas en la embajada de China es el 00511-422-8251 Correo electrónico Lima a v isa@csm.mfa.gov.cn (FIN) KGR

MIMP en Atalaya

INSTALAN 1ra.MESA PROVINCIAL DE LA MUJER INDÍGENA

Lima, nov. 4. El Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP) lideró la instalación de la Mesa Provincial de la Mujer Indígena de Atalaya, primer espacio creado a nivel regional para promover su participación y representación institucional en la toma de decisiones públicas.

La directora general de Igualdad de Género y No Discriminación del MIMP, Ana Alvarado Cueto, destacó este logro como "un paso decisivo hacia el empoderamiento y la participación de las mujeres indígenas en la construcción de políticas con enfoque intercultural y de igual-

dad". Durante la jornada, las participantes aprobaron dos instrumentos clave para el funcionamiento de la mesa: el reglamento interno y la agenda de trabajo, además de elegir y tomar juramento a la primera junta directiva. Según el reglamento, la mesa estará presidida por una representante elegida entre las organizaciones indígenas de la provincia. Además, define los ejes temáticos prioritarios centrados en liderazgo, participación política, salud intercultural y educación con pertinencia cultural. Compromiso La Mesa Provincial de la Mujer Indígena contará con la



participación estratégica de la Gerencia de Desarrollo Económico y Social de Atalaya, a fin de garantizar la articulación con la municipalidad provincial.

La ceremonia de instalación fue presidida por el alcalde provincial de Atalaya, Francisco Mendoza de Souza; el gerente de Desarrollo Económico y Social, Billy del Águila Soria; y el gerente de Presupuesto y Planeamiento, Alex Gonzales Torres. Asimismo, la sociedad civil

estuvo representada por Keyssa Tantte, de la ONG CESAL Perú, que consolida una alianza clave para el fortalecimiento de este espacio. Con esta iniciativa, el MIMP reafirma su compromiso de acompañar y brindar asistencia técnica a los gobiernos regionales y locales asegurando que sus políticas e intervenciones contribuyan a reducir las brechas de desigualdad entre mujeres y hombres, con especial énfasis en las mujeres indígenas. (FIN)

Dios quiere que leas su palabra y ores todos los días

La Buena Semilla

Jesús, quien nos libra de la ira venidera.

1 Tesalonicenses 1:10

No temas, cree solamente.

Marcos 5:36

Ni temáis lo que ellos temen, ni tengáis miedo.

Isaías 8:12

Libres del juicio

Las perspectivas económicas y ecológicas son alarmantes; los conflictos actuales hacen que la gente tenga miedo de otros venideros... ¡Sí, los temores de mucha gente con respecto al futuro son fundados!

La Biblia nos habla de acontecimientos todavía más terribles cuando los juicios de Dios caigan sobre la tierra. Pero lo más importante para cada uno de nosotros es esta palabra: "Está establecido para los hombres que mueran una sola vez, y después de esto el juicio" (Hebreos 9:27). ¿No le parece solemne? Todos los que durante su vida no hayan aceptado a Jesús como Salvador, tendrán que comparecer ante el Dios santo y justo para ser "juzgados cada uno según sus obras" y ser lanzados "al lago de fuego" (Apocalipsis 20:13, 15).

Hoy el deseo de Dios, quien ama a sus criaturas, es que cada uno reflexione sobre el futuro que él le ofrece, un futuro feliz en su presencia durante la eternidad. Mientras estamos en esta tierra, Dios nos apremia a aceptar sin tardar el medio para escapar de la condenación. Este medio es la fe en "Jesús, quien nos libra de la ira venidera". Para los que creen en Jesús, Dios hace mucho más que liberarlos de su ira: los adopta y hace de ellos sus hijos. Reciben su paz y su favor desde el momento en que depositan su confianza en su Hijo Jesucristo. Entonces pueden decir: "El Señor es mi luz y mi salvación; ¿de quién temeré? El Señor es la fortaleza de mi vida; ¿de quién he de atemorizarme?" (Salmo 27:1).

Lectura: Números 27 - Lucas 6:1-19 - Salmo 84:8-12 - Proverbios 19:18-19

<Receta> del Día

Pescado al horno con frejol chino



Ingredientes:

- 4 hongos chinos secos
- 4 filetes de pescado de 120 g cada uno
- 4 cebollas chinas
- 1 pimiento en tiras
- 1 tz. holantao en tiras
- 2 cdas. sillao bajo en sodio
- 1 cda. aceite de oliva
- 1 cda. kion rallado
- 2 tzs. frejol chino
- 1/2 cda. aceite de ajonjolí
- sal y pimienta

Preparación:

Sumerja los hongos en media taza de agua caliente y déjelos hidratar durante 30 minutos. Reserve el agua y córtelos en tiras. Sazone el pescado con sal y pimienta. Corte la parte blanca de la cebolla china en trozos de tres centímetros de largo. Pique la parte verde y reserve. Mezcle la parte blanca de la cebolla china con el pimiento, los hongos, el holantao, el sillao, el aceite de oliva y el kion. Sazone con sal y pimienta. Coloque en un recipiente refractario rectangular y vierta un cuarto de taza del agua de hidratación de los hongos. Ponga encima los filetes de pescado y cubra con papel aluminio. Lleve al horno a 200 °C durante 15 minutos. Retire del horno e incorpore el frejol chino y la parte verde de la cebolla china. Lleve destapado al horno durante cinco minutos. Retire del horno, vierta el aceite de ajonjolí y sirva.

¡Luis Díaz se volvió 'loco'!

La terrible falta del colombiano que provocó la lesión de Hakimi



Figura y señalado al mismo. Luis Díaz fue protagonista de una ruleta de emociones este martes en el duelo entre Paris Saint-Germain y Bayern Munich en Francia, por

la cuarta jornada de la fase liga de la Champions League 2024-25. El extremo colombiano condujo al Bayern Munich a irse al descanso arriba por 0-2 en

el marcador al firmar un doblete. A los 4' y a los 32' silenció la casa del actual campeón europeo, pero él mismo sería el responsable de borrarse del encuentro.

Con el tiempo cumplido y entrando a los descuentos, Achraf Hakimi logró robarle el balón a Luis Díaz y aprovechó su potencia para emprender un ataque. Cuando el marroquí aceleraba, el colombiano se lanzó con las dos piernas delante e impactó a su rival en una jugada que significó su expulsión. Luis Díaz, lesión a Hakimi y roja

Luis Díaz recibió la tarjeta amarilla, sin embargo, el árbitro Maurizio Mariani fue llamado por el VAR para revisar la acción. El juez cambió de decisión y expulsó al colombiano, que reaccionó sorprendido por la decisión.

La jugada de Díaz terminó atrapando el tobillo izquierdo de Achraf Hakimi, quien no pudo ponerse en pie por su cuenta y fue asistido para dejar el campo. El lateral marroquí no pudo contener las lágrimas y dejó su lugar para Mayulu.

Achraf Hakimi, quien este martes cumple 27 años, se suma a la lista de lesionados del PSG, ya que durante el primer tiempo tuvo que dejar el cotejo Ousmane Dembélé.

Shock en Orlando

Revelan la sorpresa que causó la salida de Pedro Gallese en el equipo de la MLS



No va más. Pedro Gallese no renovó contrato con el Orlando City por decisión del club y debido a ello es que tendrá un nuevo equipo a partir de la temporada 2026.

Es más, Pedro Gallese actualmente se encuentra en Lima tras su paso por Orlando City, en donde jugó seis años. A raíz de ello es que el periodista Alonso Contreras, especialista en la MLS, dio detalles de lo que la sorpresiva salida del 'Pulpo' del elenco púrpura del estado de Florida.

"Hubo una reunión entre el gerente deportivo Ricardo Moreira, el profesor Óscar Pareja y Gallese. El portero llegó preparado para negociar y ni bien se sentó las palabras fueron 'no queremos contar contigo esta temporada'. Esto puso en shock no solo a Pedro, sino a los trabajadores del club, cuerpo técnico, periodistas y trabajadores del club", indicó.

Gallese y lo que ocasionó en Orlando

Posteriormente, manifestó que más allá que en la interna destacaban las actuaciones del guardameta peruano, en el corto plazo optaron por no darle un nuevo vínculo.

"Nadie entiende esta noticia. Por qué ha sido, digamos, despedido. Tuvo un buen año y llegó a ocho vallas invictas y hasta las semifinales de la Leagues Cup. El cuerpo técnico habló bien de él. Los dirigentes aplaudían sus actuaciones", agrega.

Por último, mencionó cuál era la supuesta idea en relación con la continuidad de Pedro Gallese en Orlando City.

"Esto llevaba a entender que, pase lo que pase, iba a renovar. Más aún cuando renuevan a un ícono, este se convierte en imagen. Hacía pensar que así iba a ser su nuevo contrato. Todos pensaban que iba a renovar y días antes cambiaron de decisión", añadió Contreras en su canal de YouTube.

El futuro de Pedro Gallese

Pedro Gallese no descartó su llegada a la Liga 1 de cara al año 2026, ante un supuesto interés de parte de Universitario de Deportes.

"No le cierro las puertas a nadie. Álvaro Barco me tuvo en la San Martín y ahora es darme un tiempo para escuchar", dijo el último fin de semana.

Anfield es 'red'

Liverpool venció 1-0 a Real Madrid por la fecha 4 de la Champions League



El Real Madrid perdió este martes por 1-0 ante el Liverpool en la jornada 4 de la fase liga de la Champions League 2025-26, en un encuentro en el que el portero belga Thibaut Courtois fue el mejor con ocho paradas, muchas de ellas heroicas evitando una goleada, para sostener a su equipo ante un conjunto 'red' con mucha más energía y que encontró su merecido premio en el gol del argentino Alexis MacAllister.

El pleno europeo del conjunto merengue se cortó en tres victorias. Llegó la primera derrota de los pupilos de Xabi Alonso en esta Champions League, en su examen continental más exigente, incapaz de generar peligro a un Liverpool más enchufado y que demostró más ambición para llevarse un triunfo balsámico teniendo en cuenta la negativa racha con la que llegaba al partido.

Kylian Mbappé completó su peor partido de la temporada, desaparecido entre jugadores 'reds', y la carta de Eduardo Camavinga esta vez no funcionó a Alonso. De

hecho, el mejor del partido fue Courtois, salvador en varias ocasiones y al que solo pudo batir MacAllister en la

segunda parte con un testarazo en una falta lateral. El Madrid, decepcionante en ataque, no tuvo el día en el

peor escenario y se queda con 9 puntos, los mismos que un Liverpool que ya coge velocidad.



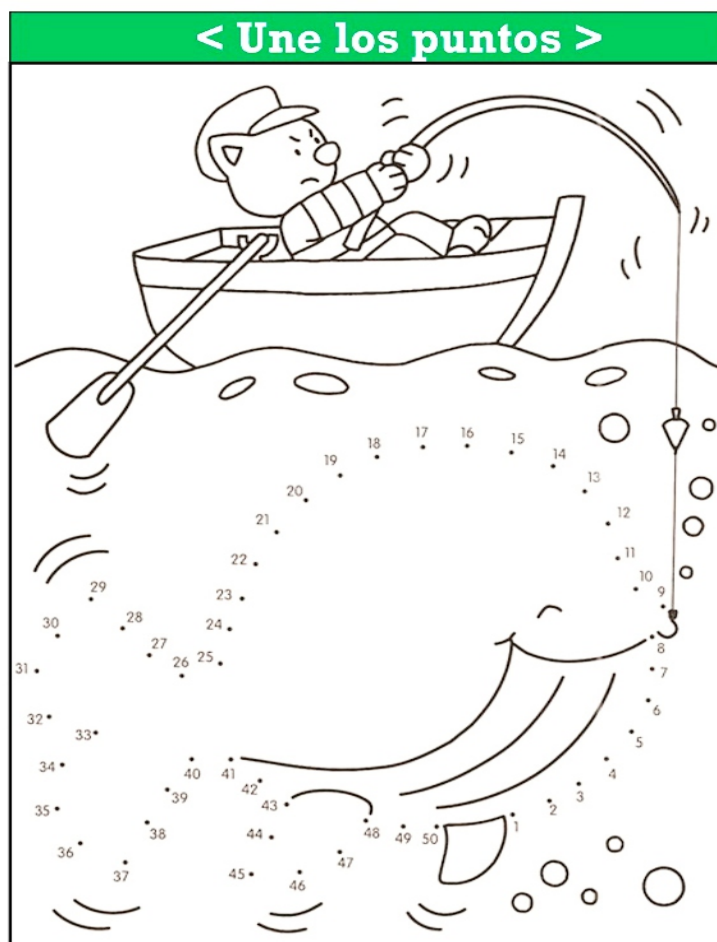
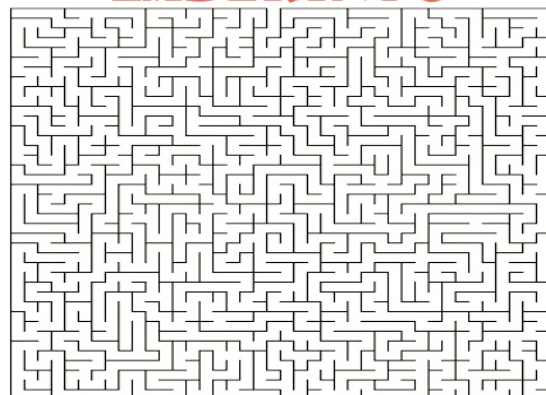
HAMBRE A LA MEDIA NOCHE

El hambre me viene a la media noche y estoy punto de reventar. Antes de esta mala costumbre tenía mi peso normal. ROXANA le ruega una receta urgente para no seguir engordando.



RESPUESTA: Según los especialistas, a veces el hambre llega en los momentos menos oportunos - como cuando te acabas de lavar los dientes o cuando te acabas de meter a la cama. Otras veces, el problema es que no te da tiempo de cenar temprano. Unos expertos llevaron a cabo un estudio acerca de los efectos que tiene sobre nuestro cuerpo el abrir el refrigerador y comer algo súper tarde. ¿Por qué importa la hora en la que comes?. Los expertos pensaban que lo QUE comes era más importante que CUÁNDO lo comes. Sin embargo, las cosas han cambiado mucho recientemente. Tu cuerpo tiene un reloj interno con un sentido innato sobre los momentos exactos del día en donde debe de llenarse de energía para realizar todas tus actividades diarias, cuando descargarse para descansar y cuándo debe repararse para seguir funcionando a la perfección. Aunque el cerebro es el que se encarga de regularlo todo junto con la luz u oscuridad del ambiente, comer cuando tu reloj corporal dice que debes estar durmiendo puede darle reset a los relojes de órganos en específico. El problema de esto es que los órganos funcionan mejor cuando trabajan en equipo. Los expertos piensan que comer muy tarde puede literalmente causar un desastre en tu cuerpo. Además hay consecuencias de corto y largo plazo que van desde aumento de peso hasta síndrome metabólico. Asimismo, el grupo de factores de riesgo incluyen problemas cardíacos, embolia y diabetes. Algunos investigadores definen "demasiado tarde" como comer tu última comida menos de dos horas antes de dormir, mientras que otros recomiendan no comer después de las 6 p.m para tener más beneficios de salud. Uno de los estudios citados involucró a mujeres que cenaban a las 6 p.m. y otras que cenaban a las 11 p.m. Al siguiente día, las que cenaban tarde tenían peor nivel de azúcar en la sangre, lo cual es un factor de riesgo de desarrollo de diabetes tipo 2. De cualquier manera, otros estudios simplemente sugieren restringir las horas de comida y evitar comer muy tarde, intentando cenar lo más temprano posible y luego desayunar lo más tarde posible para tener un ayuno de más o menos 12 horas diarias.

LABERINTO



SUDOKU

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

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

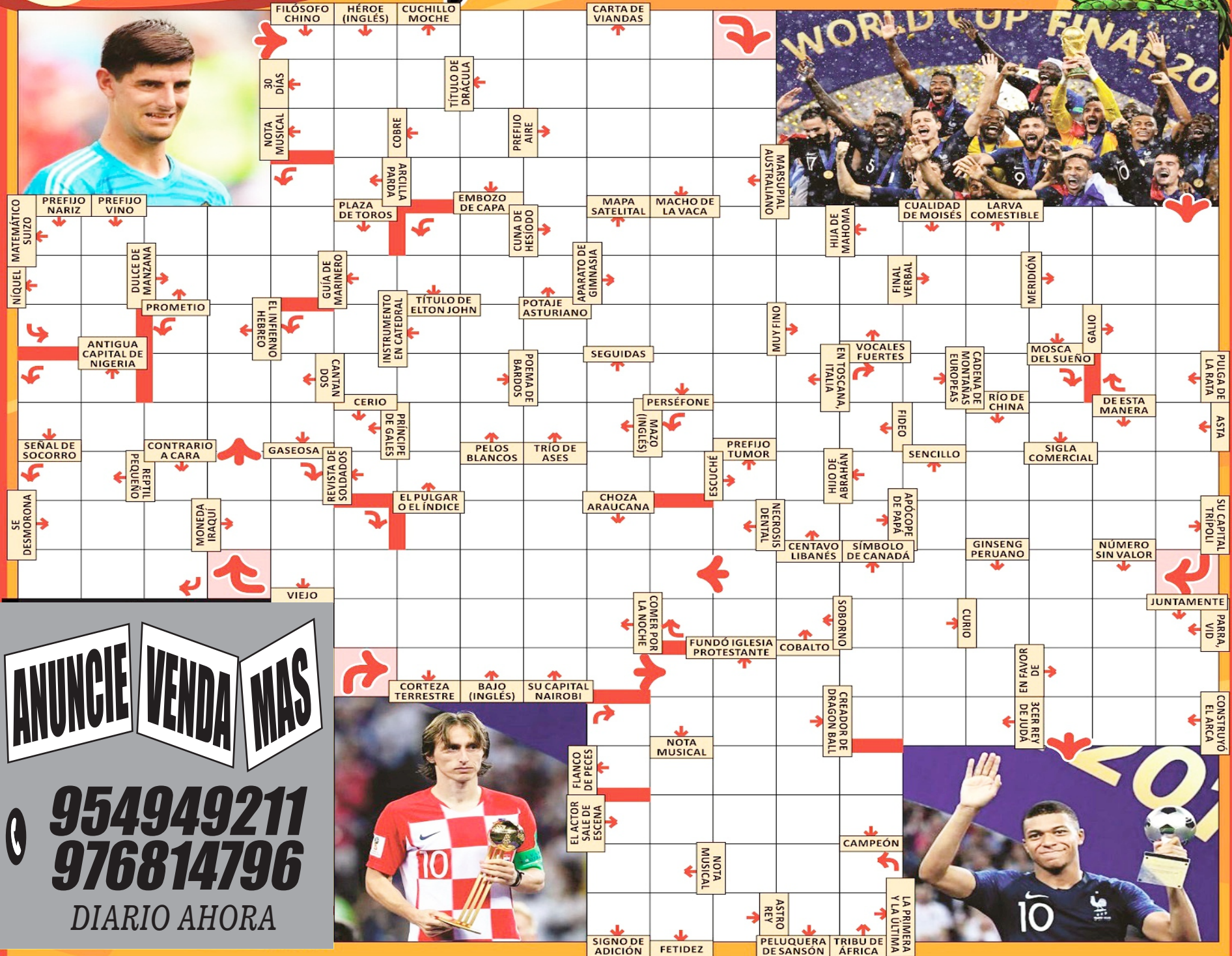


PARTES DEL LIBRO

- | | | |
|--|--------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ANTEPORTADA | <input type="checkbox"/> DEDICATORIA | <input type="checkbox"/> PARATEXTO |
| <input type="checkbox"/> BIBLIOGRAFÍA | <input type="checkbox"/> EPÍGRAFE | <input type="checkbox"/> PORTADA |
| <input type="checkbox"/> CAPÍTULO | <input type="checkbox"/> EPÍLOGO | <input type="checkbox"/> PREÁMBULO |
| <input type="checkbox"/> CITA | <input type="checkbox"/> GUARDAS | <input type="checkbox"/> PREFACIO |
| <input type="checkbox"/> COLOFÓN | <input type="checkbox"/> ÍNDICE | <input type="checkbox"/> PRESENTACIÓN |
| <input type="checkbox"/> CONTRAPORTADA | <input type="checkbox"/> LOMO | <input type="checkbox"/> PRÓLOGO |
| <input type="checkbox"/> CUBIERTA | <input type="checkbox"/> PÁGINA | |

C O N T R A P O R T A D A O L I P E C I T
A E P L O M U C O G E F B E O J U G O F P
N C A O F U G O E P Y A P I Y G B A L U A
T Y R G A C L U Y V B I E R B U O M O L G
E D A O F U I G A U G R N U O L F L F E I
P N T L T D R T F R C O A D N L I Y O F N
O I E I V A U N A I F T G O I B O O N R B
T P P P H G O F D G R A I F O C B G G I P
D A R E F L E E G O I C A P I T E L B R G
C F G E O B D U T F A I O F E R P L Y U A
Y O I C A F E R P T F D B L E P I L O C U
P R E A B M A F N E C E A P F O C U B I R
A S F G C C B E G U I D A T G O G B E F T
R G A B I O S U B G L G F R R Y N I F A E
A B Y D F E N I L O I B A D P O R T A D A
T A E X R G E T R O G F R I X V P N X U G
E D F P U A B P R F I A P R E S I E N T A
X I U G T E U X F A U B E U F G X B T I F
T B M A E R P G X G P O R T A D H A E N X
O X A F A T R E I B U C X P A R T E X T A

ahora *grama*



ANUNCIE VENDA MAS

954949211
976814796

DIARIO AHORA

H O R O S C O P E



ARIES

En este día el éxito brotará en todos los aspectos de su vida. Trate de aprovecharlo, muy pocas veces pasa.

**TAURO**

Hoy su natural optimismo se verá potenciado. Le aguardan grandes oportunidades, trate de no desaprovecharlas.



GEMINIS

Seguramente transite un día un tanto complicado, ya que podrían producirse cambios dentro de sus responsabilidades.



CÂNCER

Será una etapa en la cual deberá estar preparado para enfrentar algunos cambios fundamentales en su estilo de vida.



LEO

Deje de hacer las cosas de forma apurada. Entienda que la prisa y la desesperación no le aseguran nada. Tranquilícese.



VIRGO

Con la presencia lunar podrá aclarar viejas confusiones que tenía en sus pensamientos y sentimientos.



LIBRA

Si las cosas no salen como espera, En esta jornada se podrían presentar demasiados contratiempos, nada mejor que conservar la calma.



ESCORPIO

Durante esta jornada una persona cercana a usted le dará un consejo muy sabio que podrá aplicar en su vida.



SAGITARIO

Sepa que hoy todo se acelerará y sus éxitos se acercarán cada vez más. Mantenga su esfuerzo.



CAPRICORNIO

Momento para que empiece a prestar la debida atención a lo que pasa a su alrededor, ya que hay cosas que se le escapan.



ACUARIO

Prepárese, ya que transitará una jornada llena de contradicciones en todo lo que realice y podría sentirse desorientado.



PISCIS

La Luna en oposición, hará que esta jornada le resulte un poco compleja. En estos casos, lo mejor será que actúe de manera cuidada.



Korina Rivadeneira regresó a Venezuela y comparte emotivo reencuentro con su familia: "Después de 10 años"

Korina Rivadeneira regresó a Venezuela. La modelo y ex-chica reality dejó el Perú para viajar sola a su país natal luego de diez años y reencontrarse con sus amigos y familiares, quienes la esperaban en el aeropuerto metropolitano de la ciudad de Caracas protagonizando un emotivo momento lleno de efusividad y nostalgia.

Fue por medio de un video compartido en sus historias en Instagram que la esposa de Mario Hart mostró su reencuentro familiar. En las imágenes, Korina aparece sonriente llegando con su equipaje al Aeropuerto Internacional de Maiquetía Simón Bolívar donde estaba su hermana, su tía, su sobrina, y demás amigos y familiares de la exintegrante de Esto es guerra.

En el registro audiovisual se puede como Rivadeneira es abrazada por sus seres queridos dejando caer unas lágrimas de felicidad tras estar con ellos después de vivir tantos años en el Perú junto con

el piloto y padre de sus dos hijos.

"Llegué a Venezuela. Me reencontré después de diez años con mi hermana, abracé a mi sobrina, mi cuñado, mi tía, mi abuelito. Nos quedamos varados en Caracas. Gracias a eso me reencontré con mi mejor amiga de la infancia y seguimos", escribió la también personalidad de televisión.

Para la exactriz de Al fondo hay sitio volver a su país natal tuvo un significado especial mostrando una gran carga emocional de ver a los suyos tras salir del país llanero por la crisis política y social que vive hasta la actualidad. "Fue muy fuerte volver a casa después de tanto tiempo. Sentí que todo había cambiado, pero a la vez, que el amor de mi familia seguía intacto. No hay palabras para describir lo que viví al verlos nuevamente", mencionó Korina en diálogo con sus seguidores.

Korina Rivadeneira inició trámites documentarios en

Venezuela

Korina Rivadeneira compartió una última foto en sus historias en Instagram mostrando un carnet de identificación otorgado por la República Bolivariana de Venezuela.

Mostrando su rostro lleno de felicidad, la exactriz de Mi amor, el wachimán reveló el motivo por el cual tuvo que viajar a su país. "Al fin (...) Créanme, la cara no lo quieren ver (...) Ahora sí puedo empezar mis trámites", escribió la modelo en su publicación.

No obstante, no todo fue felicidad para Korina Rivadeneira durante su estadía en Venezuela. Horas antes, mostró las dificultades que viene pasando revelando que se fue la luz y mostrando las colas para que los ciudadanos puedan solucionar dicho percance. "Colas y colas (...) Ayer se fue la luz, espere-mos que no se vaya hoy. Es Venezuela", comentó Korina poniendo un emoji de la bandera del país llanero. Acto seguido, difundió otra imagen donde aparece su rostro a oscuras. "Se fue la luz", escribió mostrando su lamento.

Korina Rivadeneira reveló que fue diagnosticada con alopecia, una condición médica asociada a la caída del cabello. A través de un video publicado en Instagram, la actriz contó cómo empezó su preocupación y el proceso que siguió para recuperarse. La venezolana explicó que el problema comenzó hace cinco meses, cuando estuvo sometida a una fuerte carga laboral y con poco descanso.

Ya se escuchan campanas de boda para Cristiano Ronaldo y Georgina Rodríguez. Desde que se comprometieron en agosto, quedaba pendiente saber cuándo el futbolista y la modelo darían el siguiente paso. Bueno, las dudas se despejaron este martes: será después del Mundial de la FIFA 2026, o al menos eso es lo que el portugués anunció en una entrevista con Piers Morgan.

Dos años atrás, Ronaldo ya se había sentado con Morgan. En aquel entonces, sobre una posible boda con Georgina —con quien mantiene una relación de nueve años y tiene cuatro hijos en común—, el futbolista dijo: "No estoy pensando en eso ahora, pero puedo verlo en el futuro. Creo que lo merecemos, pero no está en mis planes por el momento".

Ahora, en una nueva entrevista con el periodista británico en su podcast Uncensored, Cristiano abrió su corazón —y las puertas de su hogar— para hablar sobre su vida, su familia y su relación con Georgina Rodríguez, la modelo argentina que le robó el corazón. "Sabía que era la mujer de mi vida", confesó.

¿Cómo fue la pedida de mano?

A mediados de agosto, las redes sociales se encendieron

Cristiano Ronaldo revela cuándo será su boda con Georgina Rodríguez y cómo quiere celebrarla

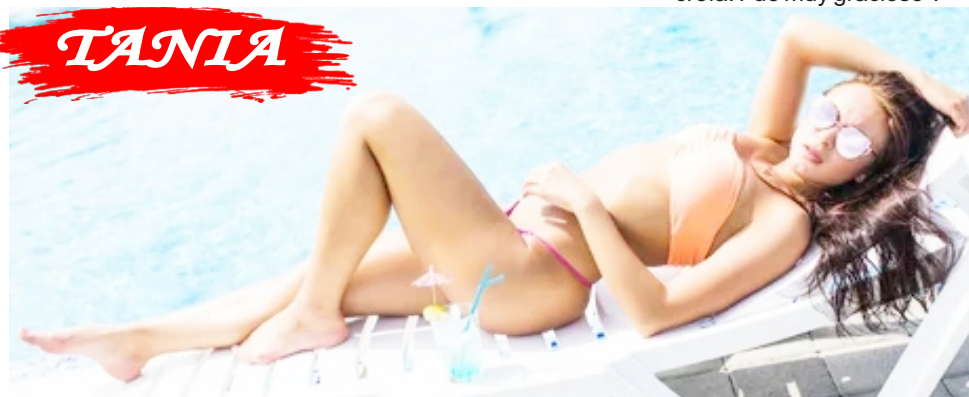


con un anuncio que nadie veía venir: una foto en la que Cristiano Ronaldo y Georgina Rodríguez se tomaban de las manos mientras ella lucía un anillo de compromiso, acompañada del mensaje: "Sí, quiero. En esta y en todas mis vidas". Ronaldo recordó cómo ocurrió el momento: "Era como la una de la madrugada. Mis hijas Alana y Eva dormían, y uno de mis amigos me pasó el anillo para ofrecérselo a Georgina. Entonces mis niñas entraron

y me dijeron: 'Papá, ¿le vas a dar el anillo a mamá?'. En ese instante supe que era el momento perfecto".

Aunque no se arrodilló, como marca la tradición, explicó entre risas: "No soy muy romántico. No soy de los que llevan flores cada semana... quizá una vez al mes. Pero fue un momento muy bonito. Sabía que ella era la mujer de mi vida". También contó que Georgina le preguntó si hablaba en serio: "No lo creía. Fue muy gracioso".

TANIA



GRUPO TOYO MOTORS

TALLER AUTOMOTRIZ MULTIMARCA

SERVICIOS COMPLETOS PARA TU VEHÍCULO

- 1 Mantenimiento en General**
- 2 Suspensión y Frenos**
- 3 Balanceo y Alineamiento**
- 4 Repuestos originales y alternativos**
- 5 Car Wash**

Contactos: 961501552

Jr. Iquitos N° 199 - Pucallpa

SUSCRIPTORES

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



INFORMES: 954949211