

# Este es el Plan de Gobierno de Roberto Sánchez



# Este es el Plan de Gobierno de Keiko Fujimori



diario

EDICIÓN UCAYALI-SAN MARTÍN-LORETO-AMAZONAS

# ahora

RED AMAZÓNICA DE PRENSA

Director:

José Arias Sandoval

18

MAYO

2026

Año XXXIX / 1071907

Tras casi una década de búsqueda

## Cae en Pucallpa presunto asesino de agente de la DEA



## Lima albergará el IV Salón del Queso Peruano



## Minsa monitorea casos complejos de tuberculosis



## Declaran al 5 de noviembre Día de la Orquídea



## Nuevo hundimiento afecta vía San José de Sisa y Agua Blanca

Amazonas y otras 9 regiones, Lima y Callao incluidos:

# EMERGENCIA POR BROTE SARAMPION EN UCAYALI Y LORETO



San Martín presenta mayor cantidad de distritos en riesgo

# CON FUERTES LLUVIAS HOY EL 2º FRIAJE



Pese a millonario presupuesto destinado por Ministerio de la Producción para dotar a escolares con útiles, buzos y otros.

## 25 mil alumnos en SM no reciben kits escolares



Amazonas:

## PJ emite resolución de prisión preventiva en lengua awajún



Tras casi una década de búsqueda

## Cae en Pucallpa presunto asesino de agente de la DEA

Casi diez años después del asesinato del suboficial de primera de la Policía Nacional del Perú, Edgar Wilber Quispe Rojas, quien realizaba labores para la DEA en el Vraem, agentes policiales capturaron en Pucallpa a uno de los principales investigados por este caso ocurrido en el año 2016.

El detenido fue identificado como Paul Gerson Laura Bautista, alias "Pollo", quien fue intervenido por efectivos de la comisaría de Pucallpa durante un operativo de control de identidad realizado en la cuadra 11 de la avenida Sánchez Carrión, en el distrito de Calleria.

Según informó la Policía, durante la verificación de sus datos en el sistema policial se confirmó que presentaba una requisitoria vigente por su presunta participación en el asesinato del agente antidrogas.

De acuerdo con las investi-



gaciones, Laura Bautista habría actuado como informante y habría conducido al suboficial Quispe Rojas hacia una emboscada organizada por presuntos narcotraficantes en el centro poblado San Cristóbal, distrito de Pichari, en la jurisdicción del Vraem. El crimen ocurrió el 16 de agosto de 2016, cuando el agente del Grupo Especial de Inteligencia Antidrogas

realizaba una operación encubierta relacionada con el tráfico ilícito de drogas. El suboficial se encontraba acompañado de un colaborador identificado como Walter Damiano Machacca, alias "Paisa".

Las investigaciones señalan que ambos fueron interceptados durante el operativo. Días después, el cuerpo de Quispe Rojas fue hallado en-

terrado, atado de pies y manos, y con evidentes signos de violencia.

Según las pesquisas, el policía había viajado a la zona tras recibir información sobre el presunto traslado de aproximadamente 350 kilos de droga hacia una pista de aterrizaje clandestina ubicada en Urubamba.

Las autoridades sostienen que la operación habría estado vinculada al clan liderado en aquel entonces por Efraín Bañico Quispe y que la información sobre la ruta habría sido proporcionada por el contacto conocido como "Paisa".

Con el avance de las diligencias, la Policía concluyó que el asesinato habría sido parte de una emboscada planificada contra el agente antidrogas, en un caso considerado como una traición dentro de la operación encubierta.

La Dirección Antidrogas informó que anteriormente ya fueron capturados otros presuntos involucrados en este crimen. Las investigaciones continúan para determinar la responsabilidad de todos los implicados vinculados al narcotráfico en el Vraem. J. Castilla



## Para segunda elección presidencial JNE FISCALIZÓ PRUEBA DE COLOR E IMPRESIÓN DE CÉDULAS DE SUFRAGIO

El Jurado Nacional de Elecciones (JNE) fiscalizó el acto público de la prueba de color e impresión de las cédulas de sufragio que serán utilizadas en la segunda elección presidencial del 7 de junio.

Los fiscalizadores del JNE verificaron que las cédulas de votación impresas en este acto público cumplan con las características técnicas especificadas en el catálogo de materiales aprobado por la ONPE.

En el acto, realizado en Ate, participó el presidente del JNE, Roberto Burneo, quien supervisó que el procedimiento se realice conforme a ley y con las garantías que exige el proceso democrático. Estuvo acompañado del jefe (i) de la Oficina Nacional de Procesos Electorales, Bernardo Pachas, así como de miembros del Pleno del máximo organismo electoral, del defensor del Pueblo, Josué Gutiérrez, y de observadores de la Unión Europea.

Igualmente, intervinieron representantes de la Subgerencia de Producción Electoral de la Gerencia de Gestión Electoral de la ONPE y del Registro Nacional de Identificación y Estado Civil (Reniec); además una notaria pública dio fe del acto.

También participaron los personeros legales del Partido Fuerza Popular y el Partido Juntos por el Perú, cuyos candidatos competirán en la segunda elección presidencial.

Cabe precisar que cada cédula de sufragio tendrá una dimensión de 21 centímetros de alto y llevará el símbolo de cada partido político participante y la fotografía de los respectivos candidatos.

Tras la firma del acta notarial de la prueba de color e impresión de las cédulas de sufragio, el titular del JNE señaló que se continuará en los próximos días con la fiscalización del ensamble, distribución y traslado del material electoral a los distintos puntos del país y del mundo.

Subrayó que se están implementando mejoras para fortalecer el trabajo de coordinación y supervisión del sistema electoral, así como los mecanismos de fiscalización. "Tenemos el compromiso de fiscalizar cada etapa del proceso electoral, garantizar que sea un proceso totalmente adecuado, y seguir trabajando para que la ciudadanía tenga la tranquilidad de que su voto será respetado, como lo ha sido", enfatizó. Por su parte, el jefe (i) de la ONPE manifestó que el sistema electoral trabaja de manera intensa en todos los aspectos para llevar a cabo un adecuado proceso electoral. La labor que realizó el JNE forma parte de su acción fiscalizadora durante la segunda elección presidencial 2026, cuyo propósito es garantizar el cumplimiento estricto de la normativa electoral.

El plazo máximo de postulación es el 24 de mayo y se puede hacer de manera virtual

El Jurado Nacional de Elecciones (JNE) abrió una convocatoria laboral a fin de incorporar a Fiscalizadores de Local de Votación (FLV) para la segunda elección presidencial de las Elecciones Generales 2026, que se llevará a cabo el domingo 7 de junio. Pueden postular ciudadanos mayores de 18 años que tengan como mínimo secundaria completa (indispensable) o estudios superiores (deseable). También deben contar con Registro Único de Contribuyente (RUC) 10 de persona natural y no estar afiliados a ninguna organización política.

Asimismo, deben tener el Certificado Único Laboral emitido por el Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo y certificado de antecedentes penales vigente y poseer celular móvil con sistema Android. Otro requisito es haber culminado el curso

Para los Jurados Electorales Especiales de todo el país

## JNE CONVOCA A FISCALIZADORES DE LOCAL DE VOTACIÓN



MOOC Elecciones Generales 2026 del JNE (deseable). Las postulaciones se recibirán hasta el domingo 24 de mayo y se podrán hacer de manera virtual, a través de los links que serán brindados

por cada Jurado Electoral Especial (JEE) instalado a nivel nacional. Cabe señalar que los FLV estarán exonerados del voto y no tendrán multa electoral.

El FLV es la persona encar-

gada de fiscalizar la legalidad de las acciones y conducta de los actores electorales durante el día de las elecciones en el local de votación que se le asigne, así como en la víspera.

Deja tres pequeños hijos en la orfandad

# Joven madre fallece por dengue

Alto Amazonas. Una profunda tristeza embarga a una humilde familia tras el fallecimiento de Katherine Paola Guzmán Tamabi, una joven madre de apenas 22 años, quien perdió la vida en el Hospital Santa Gema de Yurimaguas, a consecuencia de un cuadro de dengue hemorrágico.

Katherine, natural del centro poblado de San Lorenzo, había llegado hace algún tiempo a Yurimaguas junto a su esposo y sus tres menores hijos en busca de mejores oportunidades de trabajo. Ambos se dedicaban a labores agrícolas para sostener a su fami-

lia y sacar adelante a sus pequeños. Según relataron sus familiares y allegados, la joven fue internada de emergencia el martes 12 de mayo tras presentar severos síntomas, entre ellos fiebre alta, temblores y sangrado por la nariz, oídos y otras partes del cuerpo. Luego de los exámenes médicos correspondientes, los especialistas confirmaron que padecía dengue hemorrágico.

Pese a los esfuerzos del personal médico, Katherine falleció alrededor de las 3:30 de la tarde, dejando en la orfandad a tres niños de 6 años, 4 años y un bebé de

apenas 1 año y 7 meses, situación que ha generado conmoción y dolor entre quienes conocieron a la joven madre. Su esposo, Rider Magin Sisneros, de 23 años, atraviesa momentos de profundo dolor y además enfrenta serias dificultades económicas, ya que no cuenta con recursos para retirar el cuerpo de la morgue ni cubrir los gastos funerarios. La familia tampoco tiene parientes cercanos en Yurimaguas. Ante esta difícil situación, amigos y personas solidarias vienen solicitando apoyo económico y ayuda para la alimentación del menor de los hijos, quien necesita



fórmula PediaSure. Las personas solidarias y de buen co-

razón que deseen colaborar pueden hacerlo mediante Ya-

pe al número 916 587 872, a nombre de Juneth Arévalo.

## Declaran al 5 de noviembre Día de la Orquídea



San Martín. La representación nacional aprobó el dictamen recaído en el Proyecto de Ley 8482/2023-CR que propone declarar el

5 de noviembre de cada año como Día Nacional de la Orquídea, en reconocimiento al valor natural, cultural y económico de esta

especie. Al respecto, la presidenta de la Comisión Agraria, Jeny López Morales (banca Fuerza Popular) indi-

có que, además, la propuesta hace un llamado a las instituciones educativas públicas y privadas, empresa y sociedad civil para promocionar acciones de investigación, protección, conservación, recuperación de hábitat de las orquídeas ante el estado en el que se encuentra como especie amenazada en el país.

En ese sentido, manifestó que el Ministerio del Ambiente reconoce que, de las 3 000 especies de orquídeas reconocidas en el país, 301 se encuentran categorizadas como amenazadas y de las cuales 62 especies se encuentran en peligro crítico.

Agregó que el valor ornamental de las orquídeas y la importancia del uso del polen de las abejas para la producción de la miel, el aprovechamiento de los frutos en el caso de las vainillas, las perfumerías, entre otras características se ven amenazadas por:

-Una mayor incorporación de las áreas de producción agrícola de tipo migratorio y la extracción de madera en Cusco, Huánuco, Amazonas, Pasco, Junín y San

Martín.

-Extracción y comercio ilegal de las orquídeas en Huánuco, Amazonas, Pasco, Junín y San Martín.

Por ello, eventos promocionales como el Festival de la Orquídea en la ciudad de Moyobamba que se celebra la primera semana de noviembre contribuye a la conservación de las diversas especies y la preservación de la biodiversidad.

Además, la fecha propuesta (5 de noviembre) es la época en que inicia la floración de las orquídeas en nuestro país.

Finalmente, expresó el compromiso del Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego, el Ministerio del Ambiente,

gobiernos regionales y locales, quienes priorizarán acciones articuladas orientadas a la recuperación, protección y conservación de las zonas donde habitan en el marco de sus competencias. Cabe precisar que, con 92 votos a favor, la iniciativa fue exonerada de segunda votación.

Una de las principales impulsoras de este proyecto de Ley, fue la exMiss Orquídea 2023, Jocelyn Mabel Vela Varas, quien de manera constante promueve no solo el turismo, sino también la importancia de ser una de las ciudades con la mayor variedad de orquídeas en nuestro país y en el mundo.

### SUSCRIPTORES

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



INFORMES: ☎ 918 684 169

Pese a millonario presupuesto destinado por Ministerio de la Producción para dotar a escolares con útiles, buzos y otros.

## 25 mil alumnos en SM no reciben kits escolares



San Martín. La Contraloría General de la República alertó retrasos significativos en la distribución de kits escolares destinados a estudiantes de instituciones educativas públicas en situación de vulnerabilidad, entre ellas la región San Martín, donde aún no se concreta la entrega oportuna de materiales y prendas escolares.

El operativo de control inopinado fue encabezado por el contralor general César Aguilar Surichaqui, como parte del Servicio de Control Concurrente ejecutado al proceso de adquisición y distribución desarrollado por el Ministerio de la Producción, a través del programa "Compras a MYPE Perú".

El programa contempla la entrega de más de 1 millón de kits escolares a estudiantes de primaria y secundaria en 20 departamentos del país, priorizando instituciones ubicadas en los quintiles más bajos de pobreza. Cada kit incluye polos, buzos, cuadernos y mochilas, con el objetivo de garantizar condiciones adecuadas para el inicio del año escolar 2026.

Sin embargo, el Informe de Control Concurrente N.º 008-2026-OCI/5301-SCC reveló que 448 875 kits perma-

necen almacenados en depósitos del NEC Textil Confecciones, en Lurín, sin ser distribuidos por falta de presupuesto para el servicio de transporte hacia las regiones.

Entre las regiones afectadas se encuentra San Martín, además de Cajamarca, Loreto, Amazonas y Ucayali, donde miles de escolares continúan a la espera de los materiales educativos comprometidos por el Estado.

De acuerdo con la Contraloría, la principal causa del retraso no se encuentra en la producción de los kits, ya que las micro y pequeñas empresas cumplieron con la entrega total de los bienes. El problema se originó en el servicio de distribución, debido a un déficit presupuestal: mientras se asignaron S/ 16 millones para el transporte, el costo real superó los S/ 33 millones.

La situación afecta a más de 7 200 instituciones educativas a nivel nacional, generando preocupación por el impacto directo en estudiantes de zonas rurales y de difícil acceso, donde las condiciones climáticas y la pobreza incrementan la necesidad de estos recursos.

El contralor general advirtió

que la demora podría generar un impacto social significativo, especialmente en estudiantes de zonas vulnerables como San Martín, donde el acceso oportuno a materiales escolares es clave para garantizar la continuidad educativa y reducir el riesgo de desertión.

Asimismo, la Contraloría indicó que el Órgano de Control Institucional del Ministerio de la Producción ha emitido tres informes de advertencia previos; sin embargo, las observaciones no han sido subsanadas completamente.

En el caso específico de San Martín, existe un total de 25 mil 670 estudiantes afectados, de 232 instituciones educativas, quienes debieron recibir estos kits escolares, compuestos por mochilas, útiles escolares, buzos, polos, entre otros, que continúan en los almacenes del Ministerio de la Producción, en el distrito de Lurín, en la capital de la República.

Finalmente, la entidad de control otorgó un plazo prudencial para corregir las deficiencias detectadas. De persistir la situación, se iniciarán las acciones correspondientes para determinar responsabilidades administrativas y funcionales.

Un nuevo hundimiento viene generando preocupación en la provincia de El Dorado, esta vez en la carretera a la altura del kilómetro 2.5 de la vía que une los distritos de San José de Sisa y Agua Blanca. Lo que inicialmente eran pequeñas fisuras en el suelo se ha convertido en un evidente deslizamiento y hundimiento que pone en riesgo el tránsito vehicular y varios predios agrícolas ubicados en los alrededores.

Los vecinos del sector manifestaron su alarma debido a que el deterioro de la carretera avanza de manera progresiva, afectando especialmente a los conductores que circulan diariamente por esta vía. Indicaron que las grietas continúan expandiéndose y temen que parte de la plataforma vial termine colapsando en cualquier momento.

Asimismo, recordaron lo ocurrido hace varias semanas en el caserío Eladio Tapullima, donde sus habitantes tuvieron que ser desalojados tras el colapso del terreno. Señalaron que una situación similar podría registrarse en esta zona si las autoridades no ejecutan trabajos de emergencia de manera inmediata para estabilizar el área afectada.

## Nuevo hundimiento afecta vía San Jose de Sisa y Agua Blanca



tada.

Esta situación también podría afectar seriamente la conectividad de la carretera que une las provincias de El Dorado y Bellavista, una vía considerada importante para el traslado de productos agrícolas hacia los mercados locales. Los agricultores expresaron su preocupación debido a que un eventual cierre de la carretera perjudicaría la comercialización de sus cosechas y ocasionaría pérdi-

das económicas.

Ante este panorama, los pobladores solicitaron la intervención urgente de las autoridades locales y regionales para evaluar los daños y adoptar medidas preventivas que eviten mayores consecuencias. Además, exhortaron a restringir el tránsito pesado y colocar señalización en la zona para prevenir accidentes mientras se desarrollan las acciones correspondientes.

## SENAMHI ANUNCIA EL SEGUNDO FRIAJE DEL AÑO EN SELVA



El Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología del Perú (Senamhi) informó que desde el lunes 18 hasta el jueves 21 de mayo ingresará el segundo friaje del año a la

selva peruana, provocando fuertes lluvias, descargas eléctricas, ráfagas de viento y un marcado descenso de la temperatura. Especialistas indicaron que

esta masa de aire frío ingresará por la selva sur, afectando inicialmente a las regiones de Puno, Madre de Dios y Cusco, para luego desplazarse hacia la selva central y norte del país.

Durante esos días se esperan lluvias de moderada a fuerte intensidad acompañadas de tormentas eléctricas y ráfagas de viento superiores a los 45 kilómetros por hora. Además, habrá abundante cobertura nubosa y descenso significativo de las temperaturas tanto en el día como en la noche.

Según el Senamhi, las temperaturas nocturnas podrían llegar hasta los 15°C en la selva sur, mientras que en la selva central oscilarían entre los 18°C y 19°C. En la selva norte se registrarían valores entre los 17°C y 20°C.

Respecto a las temperaturas diurnas, estas alcanzarían valores próximos a 22°C en la selva sur, alrededor de 26°C en la selva central y cerca de 27°C en la selva norte.

Para la construcción del principal instrumento de gestión ambiental del área protegida

## FORTALECEN CONSERVACIÓN CON NUEVO PLAN MAESTRO ACR MEDIO PUTUMAYO ALGODÓN

El Gobierno Regional de Loreto (Gorel) inició el proceso participativo para la elaboración del Plan Maestro del Área de Conservación Regional (ACR) Medio Putumayo Algodón para el periodo 2026–2031, documento estratégico que orientará las acciones de conservación, gestión sostenible y protección de los recursos naturales en esta importante zona amazónica.

La iniciativa es desarrollada a través de la Gerencia Regional de Recursos Naturales y Gestión Ambiental, con el objetivo de fortalecer la conservación de la biodiversidad y garantizar una gestión articulada del territorio en coordinación con las comunidades locales y actores vinculados al área protegida. Como parte del proceso, se vienen desarrollando talleres participativos, reuniones técnicas



nicas y espacios de validación social con la participación de comunidades nativas, organizaciones indígenas, instituciones públicas y representantes de diversos sectores. Estas actividades buscan asegurar que el nuevo plan responda a las necesidades y realidades del territorio amazónico.

El ACR Medio Putumayo Algodón resguarda más de 283 mil hectáreas de bosques amazónicos considerados de alta importancia ecológica y cultural. En este espacio se conservan diversas especies de flora y fauna silvestre, además de importantes recursos hidrobiológicos que forman parte del patri-

monio natural de Loreto.

La Gerencia Regional de Recursos Naturales y Gestión Ambiental destacó que el nuevo Plan Maestro permitirá fortalecer los mecanismos de gobernanza, cogestión y participación comunitaria, promoviendo una articulación efectiva entre el Estado, las comunidades indígenas y las organizaciones involucradas en la protección del área.

Asimismo, se informó que este instrumento de planificación contribuirá a ordenar las actividades de conservación y aprovechamiento sostenible de los recursos naturales, garantizando la protección de los ecosistemas y el bienestar de las poblaciones asentadas en el ámbito del ACR.

El Gorel reafirmó su compromiso de continuar impulsando políticas y acciones orientadas a la conservación de la Amazonía loreta, promoviendo procesos participativos que fortalezcan la sostenibilidad ambiental y la protección de los recursos naturales para las futuras generaciones.

## Para la Segunda Elección Presidencial ONPE INICIA IMPRESIÓN DE MÁS DE 27 MILLONES DE CÉDULAS DE SUFRAGIO



La Oficina Nacional de Procesos Electorales (ONPE) inició este domingo 17 de mayo la impresión de más de 27 millones de cédulas de sufragio, incluyendo las de reserva, para la Segunda Elección Presidencial, programada para el 7 de junio.

Este documento electoral, aprobado mediante la Resolución Jefatural n.º 000008-2026-JN/ONPE, publicada en el diario El Peruano, tendrá una medida de 21.00 cm de ancho por 15.00 cm de largo, en orientación horizontal y consignará el nombre de la organización política, el logo del partido y la foto del candidato/a presidencial.

En el reverso aparecerá el nombre de la elección y los espacios para la firma obligatoria de los miembros de mesa y la firma opcional de los personeros que se encuentren presentes en el acto de instalación.

Cabe mencionar que el pasado 12 de febrero, mediante un sorteo público, siguiendo las instrucciones contenidas en la Resolución Jefatural n.º 000007-2026-JN/ONPE, se definió que la organización política que obtuviera la mayor votación en la primera vuelta deberá ocupar el lado izquierdo de la cédula de sufragio y la otra agrupación, el lado derecho.

De forma previa a la impresión de las papeletas, el organismo electoral desarrolló, desde el mediodía, la prueba de color, actividad que consistió en la verificación del diseño y nombres de las organizaciones políticas participantes.

Este acto se ejecutó en la imprenta Pacífico Editores S. A. C., ubicada en el distrito de Ate. Estuvieron presentes el jefe de la ONPE, Bernardo

Pachas; el presidente del Jurado Nacional de Elecciones (JNE), Roberto Burneo; miembros del Pleno del JNE; el Defensor del Pueblo, José Manuel Gutiérrez; representante del Registro Nacional de Identificación y Estado Civil (Reniec), personeros de Fuerza Popular y Juntos por el Perú, observadores internacionales y la notaría pública Ruth Ramos Rivas.

Una vez impresas, las boletas electorales pasan primero por un control de calidad manual y, luego, por una verificación electrónica. En la primera etapa, el personal asignado en la imprenta verifica que exista coincidencia en el diseño, tamaño, cantidad, formas y contenido de las cédulas impresas con los diseños previamente aprobados en la prueba de color. En una segunda instancia se verifica, mediante un sistema automatizado (lectura mediante un escáner), que la cantidad de cédulas de cada paquete sea exactamente igual a la cantidad de electores hábiles de la mesa de sufragio.

Posteriormente, las cédulas serán trasladadas a la Gerencia de Gestión Electoral, en Lurín, donde se realizará el ensamblaje de todo el material electoral para cada una de las 92,766 mesas de sufragio de sufragio. Para esta actividad se establecerán entre 4 a 6 líneas de producción.

Se prevé que el traslado del material electoral se realizará en tres etapas, primero hacia la Cancillería, para garantizar el voto de los peruanos residentes en el extranjero, hacia las oficinas descentralizadas de procesos electorales (ODPE) del interior del país y, finalmente, hacia los locales de votación de Lima Metropolitana y el Callao.

Segunda elección electoral se realizará el domingo 7 de junio

## JNE PROCLAMA RESULTADOS DE LA ELECCIÓN PRESIDENCIAL

El Pleno del Jurado Nacional de Elecciones (JNE) proclamó hoy los resultados de la elección de presidente y vicepresidentes de la República, en el contexto de las Elecciones Generales 2026 (EG 2026), y suscribió el acta general correspondiente en sesión solemne realizada hoy domingo. De acuerdo con el documento, los dos partidos con la mayor votación relativa son Fuerza Popular, que obtuvo 2 877 678 votos, y Juntos por el Perú, que alcanzó 2 015 114, por lo que ambos participarán en el proceso de segunda elección presidencial que se realizará el próximo 7 de junio.

De los 27 325 432 ciudadanos hábiles para sufragar,

emitieron su voto un total de 20 167 745. De esta cantidad de votos, 16 738 039 fueron declarados válidos, 2 372 895 en blanco y 1 056 811 nulos.

El acta de proclamación de resultados consigna la información proporcionada por los 60 Jurados Electorales Especiales instalados en todo el país, a través de sus respectivas actas descentralizadas de proclamación de resultados de cómputo, elaboradas y suscritas luego de haber resuelto todas las observaciones a las actas electorales.

La sesión solemne fue presidida por el titular del JNE, Roberto Burneo Bermejo, con presencia de los miembros del Pleno y funcionarios de



esta institución; el jefe (i) de la Oficina Nacional de Procesos Electorales (ONPE), Bernardo Pachas; el defensor del Pueblo, Josué Gutiérrez; Alexander Gray, jefe de la misión de observadores de la Unión Europea; representantes de la Asociación Civil Transparencia y personeros de las organizaciones políticas.

**Respeto al ordenamiento jurídico**

En posterior conferencia de prensa, el presidente del JNE aseguró que no existieron elementos que sustentaran

la nulidad del proceso ni la realización de elecciones complementarias.

“El proceso se ha conducido no obstante las dificultades, incidencias y demás hechos, respetando el ordenamiento jurídico. Cada decisión que hemos tomado ha sido garantizando el derecho de los ciudadanos y del voto en las urnas”, explicó.

Finalmente, formuló un llamado a los candidatos que van a la segunda elección y a la ciudadanía en general a mantener un clima de paz.

Según un experto

# Así es como duran realmente las parejas

Entre los ideales románticos y las realidades modernas, la longevidad de las relaciones sigue generando debate. Un estudio reciente aclara la situación y desmiente una idea errónea persistente. La pareja que resiste la prueba del tiempo... y del presente.

Ah, la pareja. Esa palabra que acelera el corazón, pero también sorprende. En las películas nos la venden como una aventura interminable, con una dulce banda sonora y un final feliz garantizado. Sin embargo, en la vida real, es un poco más complejo. Un estudio publicado por la plataforma Coopecare ha revolucionado las fantasías románticas: casi el 60 % de las parejas jóvenes rompen en los primeros años de relación. Esto cuestiona la famosa idea de que «el amor verdadero lo sobrevive todo». Sin embargo, esta cifra no significa que amemos peor ni con menos intensidad. Indica, sobre todo, que amamos de forma diferente.

**3 años, 7 años: estas etapas que ya no significan nada**

Probablemente hayas oído hablar de la "crisis de los tres años" o la "crisis de los siete años". Se supone que estos marcadores temporales anuncian vientos turbulentos en la relación. ¿Y si fueran principalmente heredados de una época en la que vivíamos, tomábamos decisiones y amábamos dentro de un marco mucho más rígido?

Hoy en día, las relaciones románticas son más fluidas. Las parejas a veces se forman muy rápido, se deshacen suavemente o explotan en pleno vuelo. Sin embargo, estas rupturas no siempre son tragedias: también son reveladoras. Demuestran que dos personas simplemente ya no pueden seguir en la misma dirección sin que esto los convierta en fracasos andantes.

¿Rompes después de 3 años? ¿Durante 10 años sin discutir, pero poco a poco te distancias? Esto no te hace inestable ni incapaz de amar. Simplemente te hace humano.

**Amor por menos tiempo, ¿pero mejor?**

Esta es probablemente la lec-

ción más importante de este estudio. La duración ya no es la única medida del éxito romántico. La autenticidad, la conexión y la precisión ahora importan. Incluso si solo dura unos meses.

¿Prefieres una relación corta pero intensa a una vida dedicada al aburrimiento? No estás solo. Como nos recuerda Boris Cyrulnik, los jóvenes priorizan la intensidad del presente sobre la promesa del futuro. Esto no es un repliegue en uno mismo. Es una búsqueda de coherencia entre lo que sentimos, lo que experimentamos y lo que construimos. Esto requiere, por supuesto, una buena dosis de lucidez. Y una renovada valentía: la de no conformarse con una relación simplemente por miedo a la soledad o la presión social.

**Menos estándares, más caminos únicos**

El modelo único de pareja con casa, hijos y un plan de jubilación ha terminado. Las formas de unión se están diversificando. Las parejas pueden ser monógamas o abiertas, cohabitar o vivir separadas, inseparables o a



distancia. ¿Lo importante? Que se ajuste a los deseos de ambos.

Cambiar de pareja varias veces en la vida ya no se considera un fracaso, sino un camino de exploración. De uno mismo, de los demás, de la vida. Cada relación se convierte en una etapa de construcción, a veces suave, a veces caótica, pero nunca en vano.

**La pareja de hoy: un contrato de convivencia**

No se trata de negar el romanticismo. Se trata de hacerlo más realista, más flexible, más vibrante. La pareja no desaparece; se reinventa. Se convierte en un espacio de diálogo, crecimiento y, a

veces, incluso negociación. Requiere escucha, respeto y, sobre todo, adaptabilidad.

Entonces, ¿cuánto duran realmente las relaciones? La respuesta es vaga, fluida, y eso está bien. Algunas durarán una temporada, otras una década, y otras toda la vida, y cada una de estas historias tendrá su legitimidad. Lo importante es recordar que la longevidad ya no es un objetivo en sí mismo. Lo que importa es la calidad de lo vivido y la capacidad de decir juntos: «Mientras tenga sentido, seguimos adelante». Y si un día deja de tener sentido, también podemos desprendernos de la ternura,

la dignidad y la amabilidad.

El mito del amor eterno es hermoso, pero a veces agobiante. El amor moderno no es menos profundo: simplemente es más consciente. Se permite durar menos, pero brillar con más fuerza. Se desprende de sus limitaciones para dar paso a historias verdaderas, ricas, a veces imperfectas, pero significativas. ¿Y si, en última instancia, la mejor prueba de amor no fuera prometer estar juntos toda la vida, sino comprometerse a elegirse el uno al otro... siempre que sea bueno, siempre que sea correcto? Vale la pena reflexionar sobre esa idea.

## Lima albergará el IV Salón del Queso Peruano



Lima, may. 16. El Perú volverá a convertirse en la capital del queso. Desde este jueves 21 hasta el domingo 24 de mayo, el Centro de Convenciones Lima albergará el IV Salón del Queso Peruano 2026, el evento más importante de la industria láctea nacional, que reunirá a cientos de productores, emprendedores, especialistas y amantes del queso en una verdadera celebración del sabor peruano. La presente edición regresa con un total de 200 stands de exhibición y venta, cifra que supera ampliamente la del año pasado (135), y confirma el auge que vive actualmente el sector lácteo nacional y la creciente demanda de los derivados lácteos de alta calidad.

**Queso peruano se fortale-**

**ce como motor económico**

La actividad láctea representa el sustento de más de 350 mil familias peruanas, por lo que este encuentro busca fortalecer la competitividad, innovación y posicionamiento de los productos lácteos peruanos.

El evento es impulsado por el Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego (Midagri), a través de la Dirección General de Desarrollo Ganadero, en articulación con CEDEPAS Norte. Los gobiernos regionales de Arequipa y Cajamarca apoyan este evento en calidad de coorganizadores.

Concurso nacional, catas, maridajes y experiencias gastronómicas

La programación incluirá rueda de negocios, talleres

especializados, demostraciones gastronómicas en vivo, charlas técnicas y experiencias de cata y maridaje que permitirán al público conocer la diversidad y calidad de los quesos peruanos.

Uno de los momentos más esperados será el Concurso Nacional del Queso, programado para el viernes 22 de mayo, donde competirán 90 productores ganadores de certámenes macrorregionales en busca del reconocimiento a los mejores quesos del país. El IV Salón del Queso Peruano se desarrollará en el Centro de Convenciones Lima, situado en la Av. De la Arqueología 206, en el distrito de San Borja, en el horario de 11:00 a.m. a las 9:00 p.m. La venta de entradas está disponible en Joinnus. (FIN) NDP/LZD

# Este es el Plan de Gobierno de Keiko Fujimori



## OPORTUNIDAD DE TRABAJO

Se solicita 2 cocineros de comidas criollas para trabajar en comedor en puerto sungaro y Von Humboldt km 86 disponibilidad inmediata se da hospedaje. 973868456 Wasap y 982278412 llamadas

XF/(13 al 20.03.2026)

## REMATO CHACRA Km 26 CFB

CP EL PORVENIR, PUCALLPA  
Con TITULO, Predial 2026, inscrito en RRPP, delimitado UTM en planos del MINAGRI.  
Con 4 Hitos de cemento y cerco. Único dueño.

Precio Negociable. Whatsapp 919533283

XF/(12 al 19.03.2026)

**ANUNCIE VENDA MAS**

**918684169**

**DIARIO AHORA**

Lima, may. 17. La candidata presidencial de Fuerza Popular, Keiko Fujimori, pasó a la segunda vuelta electoral que se disputará el próximo 7 de junio para definir al próximo gobernante que tomará las riendas del país los siguientes cinco años. Conoce aquí, el plan de gobierno que presenta la líder del fujimorismo. Entre las propuestas del plan de gobierno de la can-

didata Keiko Fujimori se encuentran el reducir al 2031 en 20 % la tasa nacional de homicidios mediante patrullaje integrado, prevención juvenil y recuperación de espacios públicos.

Asimismo, desarrollar la modernización de la Ley General de Minería para evitar la especulación mediante plazos obligatorios de exploración y producción; así como el aseguramiento de la independencia del BCR y el respeto a los contratos.

Además, establecer una Ventanilla Única Digital Nacional con IA y tercerización regulada, que permita realizar en línea al menos el 80 % de los trámites empresariales; y reducir la anemia infantil al 20 % mediante cobertura universal de vacunación, chequeos preventivos y servicios reforzados.

De igual modo, realizar laboratorios de innovación y aulas digitales en colegios públicos, especialmente en zonas rurales y amazónicas; y la ampliación del control concurrente real a todas las fases de ejecución presupuestal, protegiendo al funcionario honesto.

Si quieres ver el plan de gobierno de la candidata Keiko Fujimori Higuchi ingresa en el siguiente enlace. Para conocer el detalle completo de cada candidato y sus planes, visite: Plataforma Electoral - JNE. (FIN) JCC/CVC JRA

**Haga crecer su NEGOCIO**

**Anuncie aquí**

*"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](mailto:jorgeabraham19@hotmail.com)    Oficina: Jr. Yurimaguas N°247 - "B"  
[jorgeisla.maldonado50@gmail.com](mailto:jorgeisla.maldonado50@gmail.com)    Cel: 939 188 137 Telf. 042-781201  
 Jorge AbrahamIsla Maldonado    BANDA DE SHILCAYO

**VUELOS DIARIOS**  
**Pucallpa - Contamana**

**Contactanos :**  
PUCALLPA  
Wander Coral : 951 908 849  
CONTAMANA  
Elaazar Alva : 941 897 361

**LLP Abogados & Asociados**

*Luis Antonio León Pina*  
**ABOGADO**

950652088  
(061)639954  
Casilla Elec. N° 71677  
[luchopaz422@hotmail.com](mailto:luchopaz422@hotmail.com)

JR. ATAHUALPA N° 178 - PUCALLPA

MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE PUNCHANA  
**EDICTO MATRIMONIAL**  
(CODIGO CIVIL ART. 250 Y 251)

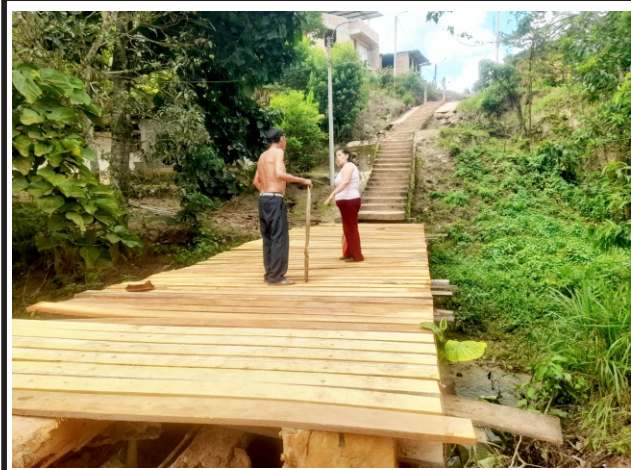
Se hace saber que Don PIERO LUIS PIZANGO SALINAS de 25 años de edad, Estado Civil SOLTERO, ocupación CHEF. Natural de IQUITOS, de nacionalidad PERUANA con DNI N° 61229203 domiciliado en CALLE 6 DE JULIO MZ. F LT. 28 DEL DISTRITO DE PUNCHANA Y Doña EVELYN CRISTINA AGUDELO MANIHUARI de 21 años de edad, Estado Civil SOLTERA, ocupación CHEF, natural de IQUITOS, de nacionalidad PERUANA, con DNI N° 78020770, domiciliada en CALLE 6 DE JULIO MZ. F LT. 28 DEL DISTRITO DE PUNCHANA.

Pretenden contraer Matrimonio Civil en esta Municipalidad. Quienes conozcan causal de impedimento podrán denunciarlos dentro del término de ocho(8) días y en forma que establece el Art. 253 del Código Civil.

Punchana 14 de MAYO del 2026

CONSUELO CAMPOS RODRÍGUEZ  
REGISTRADOR CIVIL DE LA OFICINA  
DE REGISTROS DEL ESTADO CIVIL

**PUBLICIDAD AVISOS TARAPOTO**  
**AL CELULAR : 942425491**



Con fondos propios de la Municipalidad distrital de Saucé

## SE EJECUTO LA RECONSTRUCCIÓN DEL PUENTE PEATONAL JUNTO AL RIACHUELO DE UPIANILLO

Una importante obra realizada en el marco de las celebraciones por el 90° aniversario de creación política del distrito.

El alcalde Ing. Jose del Aguila Garcia, junto a su cuerpo de regidores y equipo técnico municipal, dio inicio a los trabajos de reconstrucción de esta infraestructura que durante mucho tiempo fue solicitada por la población. Esta obra beneficiará directamente a los vecinos del barrio La Loma, así como a los ciudadanos que transitan hacia sectores cercanos como a la población

Gracias al compromiso de la gestión municipal y al uso responsable de los recursos propios, hoy esta obra se convierte en una realidad que mejora la transitabilidad y brinda mayor seguridad a la población.

Asimismo, las autoridades municipales anunciaron que próximamente se estaría colocando la primera piedra para la esperada pavimentación del jirón San Martín, una obra que continuará impulsando el desarrollo urbano del distrito de Saucé. Juan Arévalo Puyo

Amazonas y otras 9 regiones, Lima y Callao incluidos:

# Emergencia por brote sarampión en Ucayali y Loreto



El gobierno peruano decretó la emergencia sanitaria durante 90 días por el brote de sarampión con transmisión local confirmada en el departamento de Puno y el riesgo elevado de diseminación en Lima Metropolitana, el Callao y otras 12 regiones. La medida, publicada en el Diario El Peruano mediante el Decreto Supremo N° 008-2026-SA, busca contener la expansión del virus ante un escenario de alta vulnerabilidad poblacional y bajas coberturas de vacunación. La disposición oficial incluye a Lima Metropolitana, la Provincia Constitucional del Callao y los departamentos de Puno, Arequipa, Cusco, Huancavelica, Moquegua, Amazonas, Loreto, Tacna, Tumbes, Ucayali, Madre de Dios y Apurímac. El decreto detalla que la decisión responde al análisis del Comité Técnico del Ministerio de Salud (Minsa), que recomendó la declaratoria tras confirmar la transmisión local en Puno y advertir un elevado riesgo de propagación en múltiples regiones. Según el documento, la emergencia tiene como objetivo central reducir

el potencial impacto negativo del brote de sarampión en la salud de la población. El decreto encarga al Minsa, al Instituto Nacional de Salud (INS), a las Direcciones Regionales de Salud y a otras entidades del sector, la ejecución inmediata de acciones contempladas en el Plan de Acción adjunto al decreto. Atribuciones del Estado La decisión del Ejecutivo se fundamenta en los artículos 7 y 9 de la Constitución Política del Perú, que garantizan el derecho a la protección de la salud, y en la Ley General de Salud (Ley N° 26842), que establece la responsabilidad indelegable del Estado en la provisión de servicios de salud pública. El decreto también invoca el Decreto Legislativo N° 1156, que habilita la declaración de emergencia sanitaria ante situaciones de riesgo elevado o daño a la salud y la vida de las poblaciones. De acuerdo con el texto oficial, la emergencia se declara después de que, el 7 de abril de 2026, la Alerta Epidemiológica AE-CDC-N°005-2025 advirtiera sobre la transmisión local de saram-

pión en Puno y alertara sobre el peligro de expansión a otras zonas. La alerta instó a las instituciones prestadoras de servicios de salud públicas, privadas y mixtas a fortalecer la vigilancia epidemiológica y a cerrar brechas de vacunación, así como a intensificar campañas de promoción de la salud y organización de los servicios sanitarios. Diagnóstico de la situación El Centro Nacional de Epidemiología, Prevención y Control de Enfermedades del Minsa identificó un alto riesgo de diseminación del sarampión en Perú debido al acúmulo de personas susceptibles y a las bajas coberturas de vacunación en las edades analizadas, además de la presencia de brotes activos en otros países de la región. Esta evaluación, recogida en el Informe N° D00015-2026-CDC-DVSP-YBB-MINSA, sostiene que el escenario epidemiológico configura una emergencia sanitaria que requiere intervención urgente. Por su parte, la Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Sa-

lud Pública, mediante la Nota Informativa N° D001186-2026-DGIESP-MINSA, subrayó que, pese a las acciones de bloqueo vacunal y al incremento de la productividad vacunal en Puno, los resultados no permitieron recuperar la totalidad de personas susceptibles ni cerrar brechas históricas de vacunación en diferentes cohortes de edad. El documento advierte que persisten condiciones que limitan el control efectivo del brote. Plan de emergencia

El Decreto Supremo precisa que las entidades intervinientes deberán ejecutar las acciones inmediatas contempladas en el Plan de Acción para la atención de la emergencia sanitaria, orientadas al control del brote, la vigilancia epidemiológica, la vacunación extramural, la comunicación de riesgos y el enfoque intercultural en las estrategias de intervención.

Se dispone, además, la contratación prioritaria de bienes y servicios detallados en el Anexo II del decreto, destinados exclusivamente al cumplimiento de los fines establecidos. El financiamiento de la emergencia se realizará con cargo al presupuesto institucional de los organismos involucrados, en concordancia con las leyes anuales de presupuesto.

Al finalizar el periodo de emergencia, las entidades responsables deberán presentar un informe sobre las actividades realizadas y los recursos aplicados en el marco del plan.

Vigencia de la norma La emergencia sanitaria regirá por 90 días calendario y podrá prorrogarse si las condiciones epidemiológicas lo ameritan. Los anexos del decreto, que contienen el plan de acción y la relación de bienes y servicios requeridos, estarán disponibles en la Plataforma Digital Única del Estado Peruano y en la web institucional del Minsa el mismo día de la publicación de la norma en el Diario El Peruano.

La medida lleva la firma del presidente José María Balcázar Zelada y del ministro de Salud Juan Carlos Velasco Guerrero, y fue aprobada en sesión del Consejo de Ministros...

**¡VUELE LOS DOMINGOS!**

**PUCALLPA → ATALAYA**  
**TARAPOTO → PUCALLPA**  
**TARAPOTO → RODRÍGUEZ DE M.**

**942 694 483**  
**SAETAPERU.COM**

**¡SU CARGA VUELA RÁPIDO!**

✉ **SOBRES**  
DESDE

**s/ 8\***

📦 **PAQUETERÍA**  
DESDE

**s/ 2.5\*** por Kg

**CONTACTOS DE CARGA**

☎ **900 834 077** IQUITOS    ☎ **923 903 967** TARAPOTO    ☎ **942 977 805** PUCALLPA

\*CONSULTE LOS TÉRMINOS Y CONDICIONES DE CVR - 001 Y VD - 001

ahora

## Nueva campaña de desembalse quirúrgico en Chiclayo: 45 intervenciones quirúrgicas gratuitas en Hospital Belén



Chiclayo, may. 17. El Ministerio de Salud (Minsa), a través de la estrategia Salud en Acción de Minsa Móvil, desarrolla desde la víspera una nueva campaña de desembalse quirúrgico en el Hospi-

tal Belén de Lambayeque, que se extenderá hasta el 21 de mayo, a fin de fortalecer la atención especializada y reducir la lista de espera de pacientes que requieren intervenciones de cirugía general

en la región. Durante esta jornada médica se realizarán 45 intervenciones quirúrgicas gratuitas a pacientes entre los 18 y 65 años, quienes serán atendidos por patologías como lipo-

mas, quistes pilonidales, fibromas, entre otros procedimientos.

Las cirugías se ejecutarán en cuatro jornadas intensivas en horarios vespertinos, nocturnos y de madrugada, permitiendo optimizar el uso de las salas de operación y acelerar la atención de personas en lista de espera.

La campaña contará con la participación de un equipo multidisciplinario de Minsa Móvil integrado por cirujanos, ginecólogos, anestesiólogos y médicos generales, quienes trabajarán de manera articulada con los profesionales de salud del propio Hospital Belén de Lambayeque para garantizar procedimientos seguros oportunos y de calidad en beneficio de la población.

Con este despliegue, el Ministerio de Salud continúa fortaleciendo las estrategias de desembalse quirúrgico en distintas regiones del país, acercando equipos médicos especializados y ampliando el acceso a servicios quirúrgicos para quienes más lo necesitan. (FIN) NDP/TMC



ROBERTO SÁNCHEZ - MINISTRO DE COMERCIO EXTERIOR Y TURISMO

## Este es el Plan de Gobierno de Roberto Sánchez

Lima, may. 17. El candidato presidencial de Juntos por el Perú, Roberto Sánchez, agradeció el respaldo recibido en la primera vuelta electoral y sostuvo que su partido tiene ahora la tarea de construir una mayoría política y social de cara a la segunda vuelta presidencial prevista para el próximo 7 de junio.

"Agradecer a todo el pueblo peruano, en las comunidades rurales, altoandinas, los peruanos más pobres que, como dice la data, son los que nos han apoyado. (...) Estamos aquí ahora con la tarea de lograr una mayoría política, una mayoría social", señaló tras conocer la proclamación de resultados realizada por el Jurado Nacional de Elecciones (JNE), que lo pone en segunda vuelta.

Asimismo, indicó que el objetivo de dichas fuerzas políticas y sociales es levantar "un proyecto alternativo al autoritarismo, al pacto mafioso y al copamiento del sistema de justicia", en referencia al escenario político actual.

Debate presidencial En otro momento, Roberto Sánchez propuso que los debates presidenciales se desarrollen en el denominado "Perú profundo", mencionando Arequipa y Puno, siempre

que existan las condiciones necesarias. También planteó a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM) como una posible sede para estos encuentros.

"Creo que es importante que debata el equipo económico. Los candidatos presidenciales podemos tener de repente dos debates con diferentes temas", refirió. Añadió que uno de los debates podría abordar asuntos vinculados a democracia, justicia y reforma del Estado, mientras que otro podría centrarse en pobreza, exclusión y discriminación.

El candidato presidencial también informó que durante esta semana realizarán anuncios relacionados con el frente político que vienen constituyendo. En ese sentido, afirmó que ya cuentan con un equipo económico, un equipo especializado en reforma del Estado y otro enfocado en sociedad.

Además, confirmó que ambas organizaciones políticas que disputarán la segunda vuelta serán convocadas formalmente a una reunión de coordinación en el JNE para abordar la organización de los debates presidenciales. (FIN) ETA/CVC

## GRECIA AVALOZ NAVARRO FUE CORONADA COMO SEÑORITA AVIVERSARIO SAUCE 2026



En una emotiva ceremonia realizada el último fin de semana en el marco de las celebraciones por los 90 años de creación política del distrito de Sauce.

El evento contó con la presencia del señor alcalde distrital Ing. Jose del Aguila García, acompañado de su cuerpo de regidores, así como importantes autoridades invitadas, entre ellas el alférez PNP Willy Espinoza Huamán, representante de la Policía Nacional del Perú; la subprefecta del distrito, María Perla Rengifo Murrieta; además de representantes de la Escuela de Selva acantonada en Sauce.

Los jurados calificadores, provenientes de la región San Martín, tuvieron una difícil labor debido al gran nivel de las cinco candidatas participantes, quienes demostraron belleza, elegancia y desenvolvimiento en cada presentación.

Finalmente, el cetro y la corona de Miss Sauce 2026 fueron para Grecia Ávalos Navarro, representante de Casa Hotel Sauce. Asimismo: Miss Turismo 2026: María

Fernanda Ampuero Tiznado, representante del Centro de Salud de Sauce.

Señorita Simpatía 2026: Azumi Lynsay González González, representante de Vista Hermosa.

La ceremonia culminó apro-

ximadamente a la 1:00 de la madrugada, dejando a la población satisfecha y contenta con la transparencia de la elección.

Las actividades por el aniversario continúan con el desfile cívico-militar y la fiesta social

baileable con el conjunto musical GRUPO SOLAR DE ESLABON, cerrando así una importante celebración por los 90 años del turístico distrito de Sauce. JUAN AREVALO PUYO

# Cómo acceder al programa PADOMI

Lima, may. 17. Los adultos mayores asegurados a EsSalud cuentan con un valioso aliado para cuidar su salud sin salir de casa: el Programa de Atención Domiciliaria (Padomi), un servicio especializado que brinda atención médica integral en el hogar a personas con movilidad reducida o enfermedades crónicas, que prioriza su bienestar y calidad de vida. ¿Cómo acceder a este programa?. En esta nota te explicamos.

Este servicio está dirigido a personas mayores de 70 años que padecen enfermedades crónicas o tienen dificultades para desplazarse a centros de atención médica, con el objetivo de brindarles atención médica en su hogar y así mejorar su calidad de vida y bienestar. El Padomi cuenta con los servicios de medicina general, especialidades médicas, enfermería, terapia física, servicio social, nutrición, odontología, psicología y hospital en casa (internamiento, cuidados paliativos y alta precoz), además de Padomi para niños. También se ofrecen servicios de

apoyo como atención de urgencias, farmacia delivery, oxigenoterapia, laboratorio, ecografías, rayos X y call center.

## Evaluación del paciente

En la primera visita, el médico efectuará una evaluación general del paciente para diseñar un plan de trabajo personalizado, orientado a mantener su estabilidad y mejorar su calidad de vida. Si el galeño considera necesario, solicitará interconsultas con otras especialidades como cardiólogos, neurólogos o psiquiatras. Estas atenciones se programan en la sede central de EsSalud, con el fin de que se realicen las visitas correspondientes por parte de los médicos.

Cabe precisar que la visita inicial se realiza en un plazo máximo de 10 días. Es importante destacar que la visita domiciliaria se realiza, al menos, una vez al mes y es de carácter obligatorio.

## ¿Cómo me afilio al Padomi?

Para afiliarse al programa debe cumplir ciertos requisitos, como ser asegurado en EsSalud y presentar una referencia médica emitida por un

centro asistencial (que incluye diagnóstico, medicación, resultados de exámenes, dirección y teléfono del paciente). También se debe presentar el DNI del paciente y del familiar responsable.

En caso de tratarse de una persona con discapacidad, es necesario presentar el carné del Consejo Nacional para la Integración de la Persona con Discapacidad (Conadis). Asimismo, se debe entregar un croquis de cómo llegar al domicilio del adulto mayor. Además, se requiere asistir a una charla de inducción de Padomi y en el caso de no ser un familiar directo se requiere una carta poder simple que lo autorice responsable del paciente.

¿Quiénes pueden atenderse?.- Adultos mayores de 80 años con enfermedad pluri-patológica (varias enfermedades crónicas simultáneas), afiliados a EsSalud y con documentos en regla.- Adultos mayores de 70 años con discapacidad severa, que no pertenezcan a los centros asistenciales Kaelin o Barton.- Asegurados menores de 70 años con discapa-



cidad y certificado original de Conadis (carné amarillo).- Referencia médica emitida por tu centro asistencial, que cumpla los criterios de inclusión establecidos.

En todos los casos anteriores, el asegurado no debe estar adscrito a los centros Kaelin o Barton, ya que estos brindan atención médica domiciliaria directamente y no derivan pacientes a otros centros de salud. No obstante, si estás afiliado y no tienes todavía 80 años, solo en este caso, debes presentar la referencia de tu centro asistencial.

## Inscripción paso a paso

Afiliarse es muy sencillo: solo debe estar asegurado en EsSalud. A continuación, siga los siguientes pasos para adquirir los beneficios de este servicio.

1. Acudir a su centro de EsSalud.-Solicite una evaluación

médica con el doctor que conoce su historial médico. El especialista emitirá la referencia médica, que incluirá:- Diagnóstico; Medicación; Resultados de exámenes médicos; Dirección y teléfono del paciente

Una vez recibida la referencia médica acuda a la oficina que está ubicada en la avenida Arenales 1302, oficina 215, Jesús María. El horario de atención es de lunes a viernes de las 08:00 a 16:00.2. Diríjase a la Subgerencia de Atención Domiciliaria.

Tras recibir la referencia médica, deberá trasladarse a la Oficina de Referencias y Contrarreferencias donde se revisará y se evaluará su solicitud.3. Firmar el documento de compromiso.

Una vez aceptada la referencia, el responsable deberá firmar este documento en la

Subgerencia de Atención Domiciliaria.

## 4. Programación de la visita médica.

Para culminar con el proceso de inscripción, se procederá a coordinar la visita del médico responsable de brindar la atención domiciliaria.

## Regístrate en línea

En el caso que la persona no pueda ir a la oficina de forma presencial, puede registrarse en línea ingresando a la aplicación "Essi Paciente" desde cualquier dispositivo. Posteriormente, acceda a su perfil y seleccione la opción "Deseo inscribirme en Padomi". Luego, complete los datos obligatorios solicitados por el sistema.

Si no tiene cuenta, seleccione "Crear cuenta" y registre la información requerida. Le da enviar a su solicitud y el equipo de Padomi se comunicará con usted en un máximo de 72 horas para confirmar la inscripción y validar la información.

Otra opción es realizar la inscripción vía WhatsApp. Si prefiere el contacto por redes sociales, envíe un mensaje al 939 270 654 para iniciar el trámite. Para consultas sobre programación médica, entrega de medicamentos, atención de enfermería o servicios de laboratorio, comuníquese al 976 030 762.(FIN) DSC/ICI JRA

## En Chile y latinoamérica

# ODONTÓLOGA PERUANA ES RECONOCIDA ORTODONCISTA Y REFERENTE ACADÉMICA



La odontología peruana continúa destacando a nivel internacional gracias al trabajo y trayectoria de profesionales de excelencia como la Dra. Lourdes Vanessa Wang Kou, reconocida especialista en ortodoncia y referente académica en Chile y Latinoamérica.

Egresada de la Universidad de San Martín de Porres como Cirujano Dentista, la Dra. Wang Kou logró posteriormente el reconocimiento oficial de su título en Chile, consolidando una carrera marcada por el rigor científico, la innovación clínica y la excelencia académica.

Su destacada formación alcanzó uno de sus hitos más importantes al obtener el título de Especialista en Ortodoncia y Ortopedia Dento Maxilofacial en la Universidad de Chile, donde fue aprobada con distinción máxima.

Con más de dos décadas de experiencia clínica, ha desarrollado una sólida trayectoria en diversos centros de salud y clínicas especializadas, liderando tratamientos de alta complejidad y aplicando tecnologías avanzadas en ortodoncia, como alineadores, ortodoncia lingual, cirugía ortognática y anclaje esquelético.

Actualmente, cursa una Maestría en Metodología e Innovación en Ciencias de la Salud, desde la cual impulsa investigaciones orientadas a fortalecer la práctica clínica basada en evidencia y el desarrollo científico en odontología.

En el ámbito académico, la Dra. Wang Kou se desempeña desde 2016 como docente y coordinadora de programas de postítulo y diplomados en la Universidad de los Andes, institución donde ha contribuido activamente

a la formación de especialistas, la modernización curricular y los procesos de acreditación ante la Comisión Nacional de Acreditación de Chile.

Su permanente actualización profesional se refleja en más de 80 cursos, congresos y certificaciones internacionales realizados en distintos países, incluyendo Estados Unidos y Brasil.

Su producción científica también ha tenido importante reconocimiento internacional, con publicaciones en revistas indexadas como International Journal of Morphology y Journal of Oral Research, además de investigaciones presentadas en destacados encuentros académicos, entre ellos el Congreso Mundial de Ortodoncia 2025.

Sus estudios han abordado áreas como biomecánica, diagnóstico avanzado, cefalometría en poblaciones lati-

noamericanas y anclaje esquelético, contribuyendo significativamente al desarrollo del conocimiento ortodóncico en la región.

Más allá de sus logros profesionales y académicos, la Dra. Wang Kou representa además un ejemplo de equilibrio entre excelencia laboral y vida familiar. Casada y madre de dos hijos, ha sabido compatibilizar de manera ejemplar su rol familiar con una intensa actividad clínica, docente y científica, demostrando que el liderazgo profesional puede convivir plenamente con una vida personal sólida y armoniosa.

La trayectoria de la Dra. Lourdes Vanessa Wang Kou constituye hoy un motivo de orgullo para el Perú y una inspiración para las nuevas generaciones de profesionales de la salud en Latinoamérica.

Amazonas:

# PJ emite resolución de prisión preventiva en lengua awajún

Amazonas, may. 17. Bajo el enfoque de justicia intercultural, una resolución de prisión preventiva en lengua awajún emitió el Poder Judicial, a través del Juzgado Subespecializado de Investigación Preparatoria de Violencia en contra de la Mujer e Integrantes del Grupo Familiar de la sede Yutupis-Río Santiago, provincia de Condorcanqui, región Amazonas.

El referido órgano jurisdiccional procedió, con apoyo de un intérprete traductor, a transcribir la parte resolutive de su fallo al idioma awajún en atención a que el representante de la menor (padre) y el abogado del inculcado, presentes en audiencia, hablan el referido idioma.

Asimismo, la valoración de los elementos de convicción se realizó bajo el canon de la

"comprensión del contexto", al reconocer que los hechos ocurrieron en un entorno geográfico y social con dinámicas de parentesco y autoridades propias del pueblo awajún.

Cabe señalar que la justicia intercultural tiene como objetivo la resolución de conflictos respetando la pluralidad de los grupos sociales y es aplicada considerando la cultura legal que los identifica.

Prisión para inculcado

La resolución del referido órgano jurisdiccional de Condorcanqui, a cargo del juez James Roberto Polo Tocas, dictó seis meses de prisión preventiva contra Wilde Jempe Nugkum (33).

El fallo judicial tomó en cuenta las costumbres de las comunidades nativas awajún y wampis, propias de esta jurisdicción, con respeto a los

tratados y acuerdos de las comunidades nativas y en base a la Constitución Política del Perú. Ello, en el contexto del enfoque interculturalidad, que equipara la justicia comunal con la justicia ordinaria, y considera que, al tratarse una presunta violación sexual de una menor de edad, siempre prima el interés superior del niño o niña sobre toda norma ancestral.

"Se ha tomado en cuenta la declaración de la menor víctima (perteneciente al pueblo Awajún), cuya veracidad se analiza, entendiendo que el trauma en contextos indígenas puede manifestarse de formas distintas a los entornos urbanos", se señala en los presupuestos de la resolución.

El juzgado también ordenó la protección integral de la víctima, por lo que dispuso una



coordinación estrecha entre el Centro Emergencia Mujer (CEM) y las autoridades comunales de Yutupis para evitar cualquier acto de hostigamiento o estigmatización contra la víctima en su entorno social.

Además, estableció que el investigado sea tratado en su lengua materna (awajún) y que se informe a sus familiares, en Yutupis, sobre la situación legal que corresponde a través de medios de comunicación comunitarios.

La prisión preventiva es una medida coercitiva de carácter personal, que implica privar de la libertad al procesado con la finalidad de asegurar su presencia y evitar que obstaculice la averiguación

de la verdad, para garantizar una investigación exitosa y la futura ejecución penal.

**Contra violencia sexual**

Debe destacarse que, en enero pasado, el Poder Judicial, que preside Janet Tello Gilardi, implementó el Sistema Nacional Especializado de Justicia para la Protección y Sanción de la Violencia contra las Mujeres e Integrantes del Grupo Familiar (SNEJ), en Condorcanqui, para combatir delitos de violencia sexual.

Ello, en consideración a los informes que hizo el Poder Judicial al Ministerio de la Mujer y otras instituciones sobre la grave situación en que vivían las víctimas de violación, incluso contagiadas

con VIH sin recibir tratamiento alguno.

El SNEJ está conformado por diez órganos jurisdiccionales ubicados en cada distrito de esta provincia de Condorcanqui, el cual incluye tres juzgados de familia subespecializados en violencia contra las mujeres e integrantes del grupo familiar.

Estos están ubicados en Santa María de Nieva, otro en Yutupis y el tercero en Huampami, los cuales otorgan medidas de protección y medidas cautelares que soliciten las víctimas. El SNEJ también comprende juzgados penales subespecializados para juzgar y sancionar los procesos por delitos como feminicidio, lesiones, violación sexual, tocamientos indebidos y otros. Además, cabe recalcar que la institución judicial también puso a disposición de juezas y jueces de la jurisdicción, nueve deslizadores, para que puedan trasladarse con mayor rapidez a lugares remotos y resuelvan con mayor eficacia casos de violencia sexual. (FIN) NDP/TMC



Sostenibilidad en acción

## Cinco hábitos diarios que marcan la diferencia

En un contexto global marcado por el cambio climático, adoptar hábitos sostenibles en la vida cotidiana es una acción urgente y necesaria. Pequeños cambios en nuestras rutinas pueden generar un impacto significativo en el cuidado del medio ambiente.

Jasson Silva, docente de Ingeniería Industrial en la Universidad Tecnológica del Perú (UTP), recomienda algunas prácticas efectivas para implementar de forma constante en las rutinas diarias.

1. Reducir la utilización de plástico de un solo uso. Uno de los cambios más inmediatos consiste en reemplazar bolsas, botellas y envases descartables por alternativas reutilizables. Este simple hábito reduce significativamente

la cantidad de residuos que terminan contaminando ecosistemas, especialmente mares y ríos.

2. Comprar con conciencia. El consumo responsable implica planificar las compras, evitar el desperdicio y optar por productos locales o con menor impacto ambiental. Elegir bien no solo beneficia al planeta, sino que también promueve economías más sostenibles.

3. Optimizar el uso de la energía. Apagar luces innecesarias, desconectar dispositivos electrónicos y aprovechar la iluminación natural son prácticas cotidianas que contribuyen a reducir el consumo energético y las emisiones de carbono en el hogar.

4. Hacer un uso eficiente del agua. Acciones simples como cerrar el grifo mientras no se utiliza, tomar duchas más cortas o reparar fugas pueden generar un ahorro considerable de agua, un recurso cada vez más valioso.

5. Separar residuos y fomentar el reciclaje. Clasificar los desechos en orgánicos y reciclables permite una mejor gestión de los residuos. Este hábito facilita el reciclaje y reduce la cantidad de basura que llega a rellenos sanitarios.

"Estos hábitos, aunque son simples, permiten disminuir la huella ambiental y fomentar estilos de vida más equilibrados. La sostenibilidad no solo depende de grandes decisiones, sino de la constancia en acciones diarias. Adoptar estos cambios no solo beneficia al planeta, sino que también mejora la calidad de vida de las personas y las futuras generaciones", puntualiza el docente.

San Martín presenta mayor cantidad de distritos en riesgo

## CON FUERTES LLUVIAS HOY EL 2º FRIAJE



Lima, may. 17. Ante el anuncio del Senamhi sobre la ocurrencia de lluvias de moderada a fuerte intensidad, relacionados con el segundo friaje del año, del lunes 18 al miércoles 20 de mayo, existen 132 distritos de la selva en riesgo de verse afectados

por deslizamientos, huacos u otro tipo de movimientos en masa, advirtió el Centro Nacional de Estimación, Prevención y Reducción del Riesgo de Desastres (Cenepred), informó el Instituto Nacional de Defensa Civil (Indeci).

Según dicho escenario de riesgo elaborado por el Cenepred, San Martín es el departamento que presenta la mayor cantidad de distritos en riesgo muy alto, con 16, seguido de Amazonas (4), Ayacucho (2), Pasco (2) y Cajamarca, Junín y Loreto, con

1. En tanto, 105 jurisdicciones de estas mismas regiones, a excepción de Cusco, Huánuco y Ucayali, se encuentran en riesgo alto. Para conocer cuáles son los distritos involucrados, ingrese aquí:

[https://docs.google.com/spreadsheets/d/136oLuhKJj2OBMWRZjyqj\\_8yXEtyVqBku/edit?gid=1755029279#gid=1755029279](https://docs.google.com/spreadsheets/d/136oLuhKJj2OBMWRZjyqj_8yXEtyVqBku/edit?gid=1755029279#gid=1755029279)

Ante esta situación, el Indeci exhorta a las autoridades de los gobiernos locales y/o regionales revisar que las rutas de evacuación estén despejadas y debidamente señalizadas, para dirigir a la población hacia una zona segura y alejada del cauce de ríos o quebradas. También verificar la disponibilidad de los centros de salud, compañías de bomberos y comisarías en la jurisdicción en caso de presentarse una emergencia. Del mismo modo, recomienda a la población proteger y reforzar el techo de sus viviendas, así como establecer un sistema de alerta temprana usando silbatos, campanas, alarmas, sirenas o altoparlantes, en coordinación con las autoridades locales. (FIN) TMC

## Minsa monitorea casos complejos de tuberculosis

Lima, may. 17. El Ministerio de Salud (Minsa), a través de la Dirección de Prevención y Control de Tuberculosis (DPCTB), mantiene un monitoreo permanente de aquellos casos complejos de tuberculosis (TB), con el objetivo de fortalecer la atención oportuna y especializada de los pacientes, brindándoles servicios integrales. En ese marco, lideró una nueva sesión del Comité Nacional de Evaluación de Retratamientos (CNER), espacio técnico encargado de evaluar expedientes a nivel nacional y emitir recomendaciones. Este comité está conformado por médicos neumólogos

con formación y amplia experiencia en el manejo clínico y/o quirúrgico de la TB, del Hospital Nacional Hipólito Unanue, Hospital Nacional Dos de Mayo, Hospital Nacional Sergio E. Bernales, y del Instituto Nacional de Salud del Niño de Breña. También, del Hospital Regional de Cañete-Rezola, Hospital de Emergencias Villa El Salvador (Heves), Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión del Callao, Centro de Salud El Porvenir, Hospital Nacional PNP Luis N. Sáenz y Hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen de EsSalud, junto a los especialistas de la DPCTB. Durante la jornada presen-



cial, los expertos revisaron diversos casos clínicos complejos remitidos desde diferentes regiones del país, priorizando estrategias terapéuticas y acciones que contribuyan a garantizar una atención oportuna y de calidad. A través de estas acciones, el

Ministerio de Salud continúa fortaleciendo los mecanismos de evaluación especializada y articulación técnica para enfrentar la tuberculosis, una de las principales prioridades de salud pública en el país. (FIN) NDP/LIT

Dios quiere que leas su palabra y ores todos los días

## La Buena Semilla



Le he dado tiempo para que se arrepienta. Apocalipsis 2:21

## TODAVÍA UNA OPORTUNIDAD

Era lunes por la mañana; un compañero de oficina, muy impresionado, nos contó el accidente que había sufrido la víspera y en el cual había rozado la muerte. Su automóvil se había reducido a una masa de hierro, pero él y su familia habían salido sin daño alguno.

“Por poquito nos morimos... ¡tuvimos mucha suerte!”.

¿Suerte? No, fue Dios el que les prolongó la vida. ¡Cuántas veces Dios nos ha guardado de forma clara, hasta espectacular, incluso sin que nos demos cuenta! Entonces no sirve de nada decir de forma fatalista: “¡No era mi hora!”.

Reflexionemos más bien en la bondad de Dios, quien nos dio la vida y nos la ha conservado hasta hoy. Él tiene derecho a pedirnos cuentas por esos días que añadió a nuestra vida. “El Señor... es paciente para con nosotros, no queriendo que ninguno perezca, sino que todos procedan al arrepentimiento” (2 Pedro 3:9).

Para los creyentes, esta paciencia de Dios es una invitación a servirle con fidelidad y a vivir más profundamente la esperanza cristiana. ¿Cómo empleamos el tiempo que Dios nos da en la tierra?

Cada lector inconverso también puede hacerse esta pregunta: ¿Qué atención he prestado a “las riquezas de su benignidad, paciencia y longanidad”? Esta bondad de Dios me guía a arrepentirme (Romanos 2:4). ¡Ya me alargó el plazo!

Aún hoy me invita a asir su gracia: “Cree en el Señor Jesucristo, y serás salvo” (Hechos 16:31).

## <Receta> del Día

### Saltado de Habas



#### Ingredientes:

400 gramos de habas  
2 tomates  
2 cebollas  
2 huevos  
1 taza de leche  
aceite  
sal y pimienta

#### Preparación:

Ponemos a remojar las habas desde la noche anterior. Luego, las hervimos y pelamos. Con la cebolla, el tomate, el aceite y la pimienta elaboramos un aderezo. Cuando esta listo, añadimos las habas, un poco de agua, sal y dejamos hervir. Aparte, batimos los huevos con la leche y lo agregamos al preparado anterior. Dejamos cocinar a fuego lento hasta que se seque. Listo.

## Sorprendió en Matute Universitario venció 3-1 a Alianza Lima por el Torneo Apertura de la Liga Femenina



Universitario trepó al primer lugar. El cuadro Crema venció 3-1 a Alianza Lima por la fecha 7 del Torneo Apertura de la Liga Femenina 2026.

Karen Araya, María Oxandabarat y Adriana Lúcar anotaron los goles de la visita. El encuentro empezó con un golpe de autoridad. A los 2 minutos de juego, Karen Araya lanzó un tiro libre que sorprendió a Karla López, marcando el 1-0 de la visita. Ya cuando quedaba poco pa-

ra el final del primer tiempo, Adriana Lúcar aprovechó un error de la arquera Gabriela Borquez en salida para poner el 1-1. En el segundo tiempo, el dominio se extendió. A los 61', Luz Campoverde -quien recién había ingresado, llegó hasta la línea de fondo para lanzar un centro que fue muy bien aprovechado por María Oxandabarat, quien marcó el 2-0. A tres minutos del final, Pierina Núñez se encontró sola ante López y de un disparo cruzado marcó el 3-1 definitivo. Alianza Lima vs Universitario: alineaciones confirmadas

Universitario: Gabriela Borquez; Stephanie Lacoste, Daiana Fariás, María Espejo; Esthefany Espino, Cindy Novoa, Karen Araya, Valerie Gherson; Xioczana Canales, María Oxandabarat y Pierina Núñez.

Alianza Lima: Karla López; Yomira Tacilla, Tifani Molina, Neydi Romero, Manisha; Allison Azabache, Geraldine Cardona, Emily Flores; Alondra Vilchez, María Marquinez y Adriana Lúcar.

Vence a Casper Ruud y completa la colección de Masters 1000

## Jannik Sinner es campeón en Roma



Jannik Sinner es el hombre que rompe récords esta temporada. El italiano venció este domingo al noruego Casper Ruud por 6-4 y 6-4 para obtener el Masters 1000 de Roma.

El número uno del mundo, tras obtener el trofeo, completó así la colección de los nueve títulos del circuito en esta categoría, siendo el segundo en conseguirlo después de Novak Djokovic. Sin embargo, si es el jugador más joven de la historia en lograrlo, con apenas 24 años.

Los récords que ha conseguido Sinner tras ganar Roma no solo queda allí. El italiano también se unió a Rafael Nadal como el segundo jugador en ganar los tres títulos Masters 1000 sobre tierra batida en una misma temporada -Montecarlo, Madrid y Roma-, además de convertirse en el único en conquistar seis de forma consecutiva.

Adriano Panatta había sido hasta el momento el único italiano en ganar el torneo romano en 1976, pero finalmente Sinner terminó con esa larga sequía y le dio el título que es celebrado en el país transalpino.

### Una final histórica

El partido no fue nada fácil para el italiano este domingo. Casper Ruud tuvo un comienzo muy ilusionante tras conseguir un quiebre en el segundo juego del primer set, pero el número uno del mundo le dio vuelta a la situación para llevarse la primera manga por 6-4 con un enfoque muy ofensivo.

Sinner, con el apoyo del público italiano en las tribunas, donde estaban ministros, alcaides y hasta el presidente

del país, Sergio Mattarella, brilló en el segundo set. No concedió ningún quiebre frente a Ruud, tampoco se mostró tan fatigado como ante Medvedev el viernes en las semifinales, solo necesitó romper un servicio del noruego para cerrar su victoria en una hora con 45 minutos.

### Próximo objetivo: Roland Garros

El italiano Jannik Sinner, en conferencia de prensa, enfatizó que la prioridad principal ahora es recuperarse y desconectar del tenis para afrontar mejor su objetivo principal: Roland Garros en París.

"La prioridad principal es recuperarme todo lo que pueda en los próximos dos o tres días. No va a haber mucho entrenamiento. De tenis, seguro que cero. Y en lo físico tendremos que ver, pero quiero estar tranquilo. También quiero pasar un poco de tiempo con mi familia en este momento, desconectar del tenis", afirmó.

El actual campeón de Roland Garros, Carlos Alcaraz, está lesionado y no participará del torneo, es por ello que Sinner es el máximo favorito a ganar el torneo, el último Gran Slam que le falta conseguir.

Sinner insistió, más allá del buen momento que atraviesa, en que no quiere ponerse demasiada presión: "Tenemos que ir torneo a torneo. Lo más importante es lo que dije también en la cancha: físicamente estar bien. O sea, si físicamente no estás bien, no vas a ninguna parte", subrayó.

## Universitario anunció proceso disciplinario interno contra José Rivera

¿Se tomarán medidas? Universitario de Deportes anunció el inicio de un proceso disciplinario interno contra José 'Tunche' Rivera por patear su camiseta en el final del partido contra Atlético Grau por la fecha 15 del Torneo Apertura.

A través de un comunicado emitido en sus redes sociales, el cuadro Crema informó además que, mientras duren las "evaluaciones correspondientes", el jugador no será tomado en cuenta en el primer equipo.

"Universitario reafirma su compromiso con el respeto a nuestro símbolos, valores e identidad institucional, principios que deben ser representados y respetados dentro y fuera del campo por todos los integrantes del club", finaliza el comunicado.

### ¿Por qué se abrió proceso disciplinario contra José Rivera?

El proceso interno que se le seguirá a José Rivera está relacionado con las imágenes que se filtraron luego del partido ante Atlético Grau.

En ella, se puede ver al Tunche caminando, con una actitud de enfado por la derrota por 1-0, para luego sacarse la camiseta y patearla por los



aires. Esta acción fue muy criticada en redes sociales. De hecho, algunos hinchas no se mostraron de acuerdo con el proceder del jugador Crema.

algunos hinchas no se mostraron de acuerdo con el proceder del jugador Crema.

algunos hinchas no se mostraron de acuerdo con el proceder del jugador Crema.



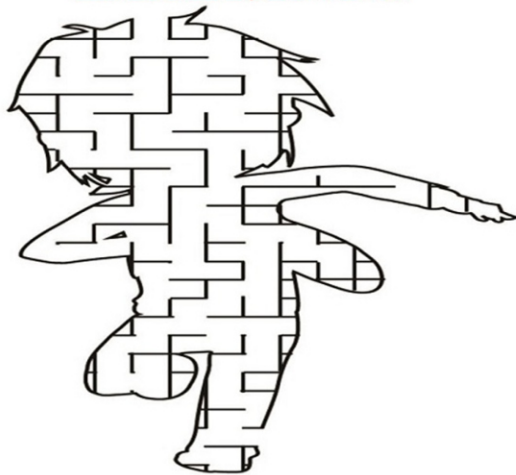
**LUCHO CONTRA LA SOLEDAD**

Estoy librando una guerra sin cuartel contra la soledad. NILSER espera con su ayuda entender este problema para sentirme mejor.

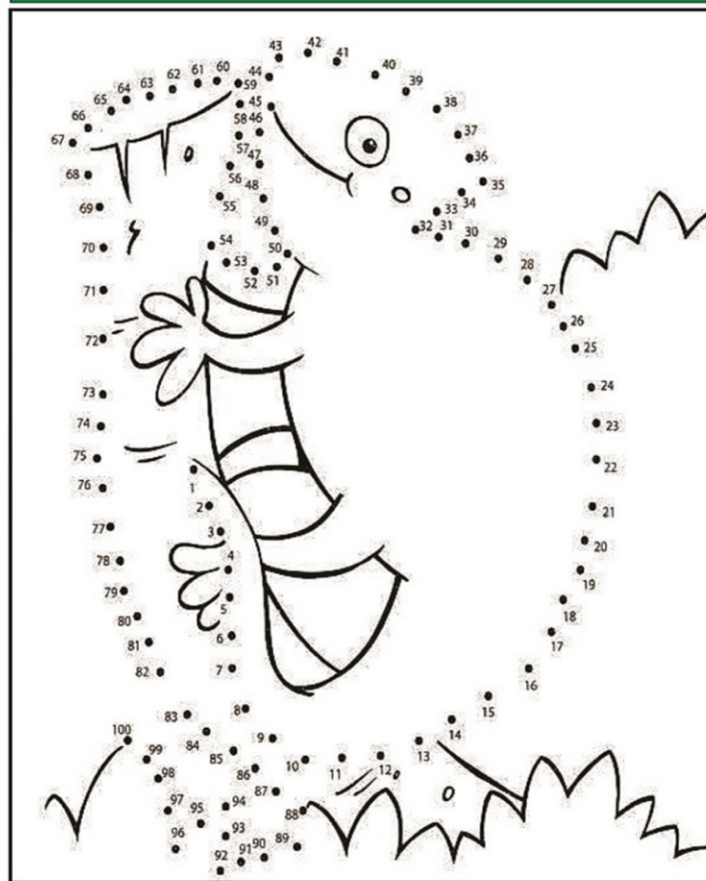


**RESPUESTA:** Los especialistas recomiendan que primero debes darte cuenta de que la soledad es un sentimiento, no un hecho.-Cuando te sientas solo/a será porque hay algo que ha desencadenado en tu memoria ese sentimiento, pero no es por lo que tú eres. No estás aislado/a y solo/a. El cerebro está diseñado para prestar atención al dolor y al peligro para poder sobrevivir. La soledad se caracteriza por el sentimiento de miedo y dolor. Por lo tanto, el cerebro prestará atención a la soledad que estás sintiendo, aunque no sea real. El cerebro trata de dar sentido a la sensación. Hazte algunas preguntas: ¿Por qué me siento así? ¿Es porque nadie me quiere o porque soy un perdedor? Las teorías acerca de por qué te puedes sentir en soledad pueden confundirte con los hechos reales. Si lo aceptas es probable que empieces a darte cuenta de que no es tanto como parece. Hay personas que confunden el sentimiento de soledad con pensamientos de que son perdedores o marginados. Es posible que si piensas así te quieras encerrar en ti mismo porque estos pensamientos y sentimientos harán que no te encuentres bien. Si anticipas la soledad es buena idea que cultives amistades, algo que te hará sentir mucho mejor que si estás triste y solo. Necesitas observar tus pensamientos desde fuera. Es posible que crees historias en tu mente cuando estés triste... pero la realidad puede ser bastante diferente. Es probable que busques pruebas que te muestren de que la vida es dura y difícil, y lo más seguro es que encuentres todas estas pruebas que buscas. Pero no te servirán para estar mejor. Si te empiezas a dar cuenta de que estás teniendo hábitos emocionales y mentales que te hacen sentir solo/a, entonces es muy importante que comiences un plan para lidiar con esa soledad. Puedes crear una sana interacción con tus amigos, hacer un esfuerzo por llegar a los demás, iniciar conversaciones con otros... incluso cuando más triste te sientas, puedes hacer un esfuerzo y descubrir los buenos resultados en tu estado de ánimo. Incluso aunque creas que estás en un callejón sin salida, podrás encontrar la luz al final del túnel. Pero si crees que no encontrarás esa luz y que la soledad te está afectando realmente a tu salud y a tu calidad de vida, entonces es muy importante que te pongas en manos de un profesional. Si lo haces, poco a poco verás las cosas mucho mejor.

**LABERINTO**



**< Unir los Puntos >**



**SUDOKU**

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



**CHARLTON HESTON**

- FUE UN RECONOCIDO ACTOR DEL CINE CLÁSICO ESTADOUNIDENSE SE HIZO POPULAR
- POR LOS PAPELES DE MOISÉS EN "LOS DIEZ MANDAMIENTOS" Y JUDAH EN "BEN HUR"
- GANÓ DOS ÓSCARES Y DOS GLOBOS DE ORO

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

**CAJAMARCA**

**Crucicrunch**

**CLUES:**

- ÁRBOL ENANO
- BARIO
- LUNARES
- DE ESTA MANERA
- VOCALES SEGUIDAS
- DIOSA DE LA TIERRA
- MIO (PORTUGUÉS)
- MISTER
- CONTRARIO A "ARRE"
- ALIMENTO NOCTURNO
- NOTA MUSICAL
- CARILLÓN
- DESPIADADO
- CONSTRUYÓ EL ARCA
- HECHO DE FUEGO
- ESTORNUDA
- ARTÍCULO NEUTRO
- NOMBRE (INGLÉS)
- TÍTULO DE DRAGÓN
- MOFA
- PAJO DE BÉISBOL
- SIN GUSTO DESAPRIDO
- NAVE
- LITIO
- MOFA BURLA
- INFLUJÓN PATAGÓN
- JUNTAMENTE
- ENFERMEDAD CUTÁNEA
- LADOS DE LA "F"
- REPTIL SONIDO
- JACKIE ... (ACTOR)
- CUALIDAD ESCUDO
- ADORNA A LOS BORDES
- INCA MANCO ...
- ISLA DE LA Sonda
- ESCUCHARÁ
- RÍO MAS LARGO DE PAKISTÁN
- INFLUJÓN CALIENTE
- PURIFICADOR DE AGUA
- GRUPO BANDO
- ADOPCIÓN DE LUDWIG
- TELA PARA TOLDO
- MENTOR DE HOGAR
- INCA MANCO ...
- ISLA DE LA Sonda
- DE NORUEGA
- ESCUCARÁ
- RÍO MAS LARGO DE PAKISTÁN
- ANTIGUA MONEDA PERLANA
- REPOLLO
- ISLA DE FILIPINAS
- PRESOS
- TELA PARA TOLDO
- MENTOR DE HOGAR
- INCA MANCO ...
- ISLA DE LA Sonda
- DE NORUEGA
- ESCUCARÁ
- RÍO MAS LARGO DE PAKISTÁN
- ESTATUA SIN CABEZA
- SIGNO DEL ZODIACO
- PREFEJO VINO
- CAPITAL DE COREA DEL SUR
- TEATRO CANTADO
- DIOSA DEL CAOS
- BADAL, PROTECTOR PARA LABRAR
- ARTÍCULO FEMENINO
- PALO DE KUNG FU
- WAFER PARA HELADO
- GANOSO
- SEÑOR DE LOS VIENTOS
- TIRO DE 12 PASOS
- BARCO DE LLO
- PUNTA AGUDA
- AQUELLA
- RES VACUNA DE DOS AÑOS
- CANTAN LAS RANAS
- HERRAMIENTA (INGLÉS)

**Horoscopo**

<p><b>ARIES</b></p> <p>No postergue sus impulsos artísticos. Gracias a esa persona, encontrará el camino para exponer su creatividad a través de la expresión.</p>	<p><b>GEMINIS</b></p> <p>Tenga cuidado con las palabras que utiliza para manifestar sus ideas. Sea más preciso, así los demás podrán comprenderlo.</p>	<p><b>LEO</b></p> <p>Intente concretar sus sueños. La jornada será ideal para que inicie esas actividades que había postergado hace tiempo.</p>	<p><b>LIBRA</b></p> <p>Momento ideal para que se fije nuevos objetivos y pueda ver la forma de no abandonarlos. Persevere en la vida.</p>	<p><b>SAGITARIO</b></p> <p>Trate de tranquilizarse y pensar bien cuando decida. En este día, algunas preocupaciones lo alejarán de sus objetivos.</p>	<p><b>ACUARIO</b></p> <p>Aprenda de las circunstancias que se le presentarán. Comprenda que no necesariamente lo inesperado es algo negativo.</p>
<p><b>TAURO</b></p> <p>En esta jornada, deberá enfrentarse a problemas imprevistos. Usted tendrá toda la fuerza para hacerlo exitosamente.</p>	<p><b>CÁNCER</b></p> <p>Deje de quejarse y enfrente las situaciones como debe ser, de lo contrario, nunca podrá obtener los resultados esperados.</p>	<p><b>VIRGO</b></p> <p>Esté precavido en estos días, ya que una persona externa a su vida podría alejarlo de sus objetivos más soñados.</p>	<p><b>ESCORPIO</b></p> <p>Sepa que reflexionar lo ayudará a dominar sus emociones. Vivirá momentos donde no le será propicio dejarse ganar por su impaciencia.</p>	<p><b>CAPRICORNIO</b></p> <p>Deje atrás todo aquello que es viejo y genera daño recordar. Ilumine su interior enfocando la mente en cosas positivas.</p>	<p><b>PISCIS</b></p> <p>Será una mañana para demostrar a los demás todas las fortalezas que lleva dentro. No dude ni un minuto si tiene que ponerlas en práctica.</p>



## "Ella no se aprovecha de mí": 'Melcochita' defiende su relación con joven de 22 años

El cómico Pablo Villanueva, más conocido como 'Melcochita', defendió su relación con Heydi Amado, una joven enfermera de 22 años, a quien el reconocido artista peruano presentó como su nueva pareja días atrás en el set del programa Magaly TV: La Firme.

En efecto, 'Melcochita', de casi 90 años, negó que sean ciertos los comentarios que deslizan que su actual pareja se esté "aprovechando de él" por su dinero y fama televisiva. "No es cierto que ella se esté aprovechando de mí, porque tiene más plata que yo", exclamó el también músico descartando cualquier interés de la joven.

"Ella tiene sus negocios en Gamarra y yo estoy trabajando para cumplir con mis hijas y vivir, nadie me está viviendo ni 'sangrando'. Más bien, cada día estamos mejor, nos entendemos en todos los sentidos", declaró Villanueva

en diálogo con Trome.

Por otro lado, Heydi Amado se refirió a las declaraciones que hizo su padre calificando de "payasada" su relación con el cómico. "Vi lo que mi papá dijo y puede que no esté de acuerdo, pero hemos conversado y respeta mi decisión", señaló.

"Soy una mujer adulta y tomo mis propias decisiones. Mis sentimientos hacia él son sinceros y también los suyos hacia mí, nos está yendo bien y no le hacemos caso a los malos comentarios", añadió Amado al mencionado medio de espectáculos.

'Melcochita' confirmó su relación con joven de 22 años Pablo Villanueva, 'Melcochita', pasó la página de su historia con Monserrat Seminario y oficializó su nueva relación con Heydi Amado, una joven de 22 años que asegura ser enfermera.

Ambos brindaron detalles so-

bre el inicio de su romance durante una entrevista para el programa Magaly TV: La Firme.

Durante la conversación, Heydi contó que fue amiga de Monserrat porque ambas vivían en el mismo condominio. Según relató, ella residía en el primer piso, mientras que la entonces pareja del comediante ocupaba un departamento en el séptimo.

Con el tiempo, la relación entre ambas se volvió más cercana y, de acuerdo con la joven, la expareja de Melcochita le ofreció quedarse en su vivienda luego de que le comentara que atravesaba problemas familiares. "Ella misma me dijo: 'Heidi, yo te abro las puertas de mi casa, puedes venir'", recordó.

La joven decidió quedarse en el departamento porque sentía que allí tenía más libertad. Una vez instalada, comenzó a colaborar con las labores del hogar. Según relató, Monserrat le pedía a Melcochita y ayudara también con sus hijas.

"Heidy, sirve el desayuno a Pablo", era uno de los pedidos más frecuentes. Yo me levantaba e iba y le servía el desayuno", comentó la joven.

Además, contó que apoyaba en el negocio de ropa de Monserrat Seminario realizando envíos, entregas y recogiendo a las niñas del colegio. Pese a todas esas actividades, dijo que nunca recibió un pago.

Said Palao sorprendió al revelar que viajó a Sudáfrica junto a su hija para reencontrarse con su esposa, Alejandra Baigorria. Esto, semanas después del polémico 'ampay' en Buenos Aires, Argentina, donde se le vio junto a mujeres en bikini en un yate y disfrutando de la compañía de otras chicas en el interior de un Airbnb.

Fue por medio de su cuenta de Instagram, el último sábado, que el integrante de Esto es guerra compartió un carrusel de fotografías en el avión con su hija, además de otras fotos en Sao Paulo, Brasil, ciudad donde hizo una parada más prolongada de lo previsto.

"El viaje empezó de una manera inesperada (...) perdimos nuestra conexión por temas climáticos y nos tocó pasar un día completo en Sao Paulo", relató el chico reality mencionando que al inicio fue "un estrés", pero que luego "aprovecharon su estadía al máximo". "Caminamos y conocimos un poco la ciudad, compartimos tiempo juntos y convertimos una escala inesperada en un recuerdo más del viaje", mencionó.

Seguidamente, Palao mostró otras imágenes de su llegada a un lujoso hotel en Sudáfrica, donde está hospedada Alejandra Baigorria.

"Finalmente, llegamos a Sudáfrica y nos reencontramos con mi esposa (Alejandra Baigorria). Desde ese mo-

## "Con mi esposa": Said Palao y Alejandra Baigorria se dejan ver juntos durante viaje a Sudáfrica tras 'ampay'



mento, todo ha sido una locura de experiencia increíbles, paisajes que parecen de película y momentos que realmente te recargaran el alma", sostuvo.

"Eso no es todo. Una última foto mostró a Said junto a la 'Rubia de Gamarra', su hija Caetana, y una pareja de amigos en común. "Viajar en familia siempre tendrá algo especial (...) porque más allá del destino, lo más bonito es vivir cada aventura juntos", concluyó.

Said Palao recordó su primer año de matrimonio con Alejandra Baigorria. Por medio de Instagram, el empresario compartió un post tras estar

en una competencia de alto rendimiento. Esto, a más de un mes de que fuera visto con mujeres en bikini en un yate, y posteriormente, en un Airbnb, en Buenos Aires, Argentina.

"Hoy crucé la meta de mi Ironman 70.3 (...) y no fue como lo había planeado. No hice el tiempo que quería", señaló el deportista con un carrusel de fotos con su hermano Austin Palao, su pequeña hija, amigos y familiares.

De igual manera, agradeció a su familia y "a todos los que estuvieron pendientes y lo empujaron cuando más lo necesitaba".



FRIDA

### SUSCRIPTORES

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



INFORMES: ☎ 918 684 169