

Gobernador Gorel impulsa acciones en reunión de trabajo con la ministra de la Mujer:

# PROTEGERÁN A POBLACIONES VULNERABLES



DEVIDA entrega con 234 blandonas a comunidades del Putumayo

# IMPULSAN PRODUCCIÓN DE FARINA



diario

EDICIÓN UCAYALI-SAN MARTÍN-LORETO-AMAZONAS

# ahora

RED AMAZÓNICA DE PRENSA

Director:

José Arias Sandoval

03

JUNIO

2026

Año XXXIX / 1071921

"Ha sido una decisión profundamente reflexionada"

# José Jerí renuncia a Somos Perú



BOTICA De FarmaMinsa en Lima Este



# Inauguran Área de Preparados Farmacéuticos



# AGROMERCADO LANZA LA 1ra. "COMBI QUESO"



# OSITRÁN INVITA A CONTAR HISTORIAS RUTAS DEL PERÚ

Emapa San Martín:

# SUSPEDEN SERVICIO POR AVERIAS EN VALVULA RESEVORIO



En el río Nanay

# ASALTAN SERVICENTRO FLOTANTE PETROAMERICA



# ONPE trasladada local de votación de la UNU al Tecnológico Suiza



# FUMIGAN 5 MIL VIVIENDAS CONTRA MALARIA



Policías y nativos pretendieron utilizar fuerza

# Fiscal suspende obra tramo apertura del canal Michuco

## En Naranjillo : Ronderos detienen abuelo acusado de violar a su nieta



Ronderos de CP de Naranjillo detuvieron abuelo presuntamente implicado en el delito de violación sexual en agravio de su nieta de 13

años de edad.

Se trata de Segundo Mejía Torres (55) quien habría cometido delito de violación sexual hasta en dos ocasiones en

agravio de su nieta menor de 13 años de edad.

La madre de la menor puso su denuncia en la base ronderil del CP de Naranjillo lue-

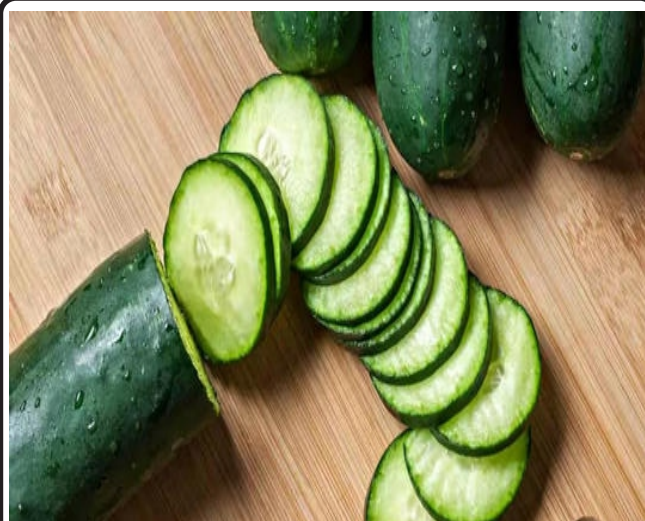
go que su hija delatara que su abuelo habría forzado para soltar sus bajos instintos y abusar de la menor.

Luego de conocer el hecho CEM de Naranjos y la policía de la comisaria de Naranjillo iniciaron las indagaciones preliminares trasladando a la menor al medico legista y sus declaraciones la menor dio detalles que en diciembre ultimo y en mes de enero del presente año el acusado habría forzado a la menor.

El presidente de la ronda campesina de Naranjillo Teofilo Pilco manifestó que hace dos semanas la madre de la menor dio a conocer los hechos de forma inmediata los ronderos procedieron a la detención del acusado.

Asimismo, hasta el momento se encuentra en los calabozos de la base ronderil hasta que el fiscal a cargo de la investigación programe las diligencias para que la menor pase en la cámara Gesell y se termine las responsabilidades.

El hecho se encuentra en el juzgado de Nueva Cajamarca según el expediente 366-2026-0-2207- GR-FT-02 en la modalidad de violencia sexual. (Colaborador M. Raymundo)



## Compuestos del pepino pueden prevenir el cáncer

Muchos creen que el pepino es una verdura, pero en realidad es una fruta y es pariente de las calabazas y melones. Su sabor no solo es refrescante, sino que sus compuestos tienen grandes beneficios para quienes lo consumen.

Propiedades del pepino para prevenir el cáncer

Los pepinos contienen dos tipos de fitonutrientes, los lignanos y las cucurbitacinas, que se han asociado con beneficios en la prevención del cáncer. En los últimos años, las compañías farmacéuticas han mostrado un interés especial en las cucurbitacinas, con la esperanza de emplearlas en el desarrollo de nuevos fármacos contra el cáncer. Un estudio publicado en el World Scientific Journal reveló que pueden obstruir las vías de señalización cruciales para la proliferación y supervivencia de las células cancerosas.

Adicionalmente, se ha constatado que las cucurbitacinas reducen el crecimiento de las células de cáncer de páncreas en un 50%. Por otro lado, los lignanos ofrecen protección contra el cáncer al interactuar con las bacterias

presentes en el tracto digestivo. Estas bacterias los transforman en compuestos como el enterodiol y la enterolactona, los cuales pueden unirse a los receptores de estrógeno y disminuir el riesgo de cánceres relacionados con el estrógeno, tales como los de ovarios, mama, endometrio y próstata.

Además, los pepinos aportan vitaminas esenciales, como la K, C y algunas del grupo B. Estas desempeñan un papel vital en la coagulación sanguínea, el sistema inmunológico y el metabolismo.

El pepino también es una fuente de vitamina D, la cual favorece el aumento de la densidad ósea y tiene un impacto positivo en el equilibrio del calcio.

### **Cómo consumir el pepino**

Agrega pepino a tus comidas cada vez que puedas, tendrás fibra, fresca y una textura crocante en tus comidas y en los meses de verano tendrás una extra-hidratación. Tomar jugo de pepino te calmará de los bochornos, regulará tu temperatura y te ayudará a la lubricación de las paredes intestinales y a reducir su inflamación.

Los trabajadores de la EPS EMAPA San Martín, realizaron una jornada laboral, consistente en la limpieza de su sede central en Tarapoto, así como las instalaciones de la planta de tratamiento de agua potable Ahuashiyacu en el distrito de La Banda de Shilcayo, reservorios de 520 m3 de la zona Nor Oeste en el sector Loma de San Pedro, así como en las oficinas zonales.

Estas acciones forman parte de los acuerdos establecidos en la Negociación Colectiva 2026 entre la EPS y los gremios sindicales SITAPASAM y SPTESAM, como parte del mejoramiento de las condiciones laborales.

Así mismo, durante esta jornada laboral, se realizó la eliminación de criaderos del Aedes aegypti, portador del virus del dengue y de la fiebre amarilla, así como de otras enfermedades, como la chikungunya, la fiebre de Zika y el Virus Mayaro.

Para esta acción se contó con el valioso apoyo de la

## TRABAJADORES DE EMAPA SAN MARTÍN REALIZARON JORNADA LABORAL



Municipalidad Provincial de San Martín quien facilitó el acceso al relleno sanitario para la disposición final de

los residuos sólidos eliminados, teniendo en consideración que Emapa San Martín, es una institución de prime-

ra línea en las acciones que desarrolla el Comité Provincial de Lucha contra el Dengue.

Emapa San Martín:

# SUSPEDEN SERVICIO POR AVERIAS EN VALVULA RESEVORIO

En horas de la madrugada del lunes 1 de junio de 2026, se reportó fallas técnicas en el vástago de la válvula de salida del reservorio 2800 m3 del sistema Ahuashiyacu, ocasionando con ello la suspensión imprevista del servicio de agua potable.

Sectores afectados: Todo el distrito de la Banda de Shilcayo y parte del Barrio Huaico (Desde el jirón Cuzco hacia abajo, entre el jirón Jiménez Pimentel y Jorge Chávez).

Como parte de las acciones de contingencia el personal técnico se encuentra en la zona ejecutando los trabajos correctivos para sustituir o reparar el componente dañado. Dado a que en el mercado actualmente no existe repuestos, por lo que se viene trabajando la reparación de la referida pieza en un taller de tornería. Así mismo, como parte de esta contingencia se viene atendiendo con camiones cisternas a los sectores

afectados.

El servicio de agua potable se normalizará de forma progresiva una vez concluidas las reparaciones técnicas y se logre recuperar los niveles óptimos de presión en las redes de distribución. EMAPA San Martín S.A., lamenta los inconvenientes causados y agradece la comprensión de los usuarios mientras se solucionan estos desperfectos en la infraestructura hidráulica.



## Día Mundial del Medio Ambiente

# JÓVENES UNIVERSITARIOS LIDERAN DEBATE FUTURO AMBIENTAL DE LORETO



Estudiantes presentaron propuestas y reflexiones sobre conservación, cambio climático y desarrollo sostenible en un espacio que promovió el liderazgo juvenil y la participación ciudadana.

Con entusiasmo, argumentos sólidos y un marcado compromiso con la conservación de la Amazonía, estudiantes universitarios partici-

paron en un exitoso Debate Ambiental desarrollado en el marco de las actividades por el Día Mundial del Medio Ambiente. El evento se consolidó como un importante espacio de reflexión y análisis, permitiendo que los jóvenes expresaran sus ideas y propuestas para afrontar los desafíos ambientales que enfrenta la región Loreto.

La actividad reunió a estudiantes de diversas instituciones de educación superior, quienes demostraron un profundo interés por la protección de los recursos naturales y la búsqueda de alternativas sostenibles para preservar la riqueza biológica de la Amazonía. A través de sus intervenciones, los participantes plantearon iniciativas

orientadas a fortalecer la conciencia ambiental y promover una ciudadanía más comprometida con el cuidado del entorno.

Durante el debate se abordaron temas vinculados al cambio climático, la conservación de la biodiversidad, la gestión sostenible de los recursos naturales y el rol de las nuevas generaciones en la construcción de un futuro ambientalmente responsable. Las exposiciones evidenciaron el talento, la capacidad de análisis y el liderazgo de los jóvenes universitarios loretanos.

La actividad fue organizada por el Gobierno Regional de Loreto (Gorel), a través de la Gerencia Regional de Recursos Naturales y Gestión Ambiental, en articulación con diversas instituciones comprometidas con la protección del ambiente. Entre ellas participaron el Colegio de Ingenieros del Perú, Conservación Internacional, el Instituto del Bien Común, la Sociedad Peruana de Derecho Ambiental, Naturaleza y Cultura Internacional, el SERNANP y las municipalidades distritales de San Juan Bautista y Punchana. Los organizadores destacaron la importancia de generar espacios de diálogo y par-

ticipación para que la juventud pueda involucrarse activamente en la búsqueda de soluciones a los problemas ambientales. Asimismo, resaltaron que la educación ambiental constituye una herramienta fundamental para fortalecer el compromiso ciudadano y fomentar prácticas sostenibles en la región. Este tipo de iniciativas permiten empoderar a las nuevas generaciones, fortaleciendo sus capacidades para convertirse en agentes de cambio y promotores de una cultura ambiental responsable. En ese sentido, se reafirmó el compromiso de continuar impulsando actividades que incentiven la participación juvenil en temas relacionados con la conservación y el desarrollo sostenible.

La jornada concluyó con un llamado a fortalecer el trabajo articulado entre instituciones, academia, sociedad civil y ciudadanía para enfrentar los retos ambientales que afectan a la Amazonía. Los participantes coincidieron en que la protección de los recursos naturales requiere del compromiso de todos los sectores y de acciones concretas que garanticen un futuro sostenible.

Con este tipo de actividades, el Gobierno Regional de Loreto continúa promoviendo espacios de formación, sensibilización y participación ciudadana, reafirmando su apuesta por una región más consciente, responsable y comprometida con la conservación de su invaluable patrimonio natural.

## SUSCRIPTORES

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



INFORMES: 918 684 169

# Estos 5 alimentos protegen la microbiota intestinal



La microbiota intestinal es un conjunto de microorganismos que habitan en los intestinos, principalmente bacterias. Es el más grande del organismo y desempeña un papel crucial en la digestión y en la protección del sistema inmunológico contra agentes patógenos. Por esta razón, es importante cuidarla alimentándola con alimentos ricos en prebióticos. ¿Cuáles son los 5 alimentos principales para preservar la microbiota intestinal?

Para recordar, los prebióticos, que son diferentes de los probióticos, no son digeridos por el cuerpo humano. Son mo-

léculas que sirven como alimento para las buenas bacterias que viven en el intestino. Los investigadores de la Sociedad Americana de Nutrición se han interesado en los alimentos que se deben priorizar para protegerlo y presentaron sus conclusiones en el Congreso de Nutrición realizado en Boston. Como resultado, los 5 alimentos más ricos en prebióticos son: Las hojas de diente de león.-La alchachofa.-El ajo.-El puerro.-La cebolla

Para lograr estos resultados, se revisaron más de 8600 alimentos. Los mejores alimentos para la microbiota son aque-

llos que tienen un alto contenido de fibra, como frutas, verduras y cereales. Comer de manera que promueva el bienestar intestinal mientras se consume más fibra puede ser más factible y accesible de lo que se piensa.

Por otro lado, los alimentos que contienen la menor cantidad de prebióticos son los productos lácteos, los huevos y la carne. Por eso, si quieres mejorar tu salud intestinal, es recomendable reducir el consumo excesivo de estos productos y priorizar alimentos vegetales, ricos en fibras y nutrientes.

Cada año, miles de peruanos enfrentan enfermedades asociadas al consumo de tabaco, una adicción que sigue siendo una de las principales amenazas para la salud pública. Aunque la mayoría de las campañas de prevención se enfocan en el cáncer de pulmón o las enfermedades cardiovasculares, los especialistas advierten que los efectos del cigarro pueden manifestarse mucho antes y en una esfera que suele generar preocupación entre los hombres: la salud sexual. Según información difundida por el Ministerio de Salud (Minsa), el tabaquismo está relacionado con más de 20 tipos de cáncer y puede generar daños incluso cuando se consume un solo cigarrillo al día. Asimismo, estudios citados por las autoridades sanitarias indican que los fumadores peruanos consumen en promedio hasta cinco cigarrillos diarios, pese a que la nicotina es considerada una sustancia con un alto potencial adictivo. Sin embargo, más allá de los riesgos oncológicos y respiratorios, existe un impacto menos conocido que cada vez lleva a más hombres a consultar al especialista: las alteraciones en la función sexual.

## La disfunción eréctil puede ser una señal de alerta temprana

Para Antonio Grandez, urólogo de Insalud, uno de los errores más frecuentes es considerar los problemas de erección como una condición aislada o exclusivamente relacionada con el estrés o la edad.

“El daño vascular producido por el cigarro suele manifestarse primero en la función sexual antes que en otros órganos. Muchos hombres llegan a consulta pensando que la disfunción eréctil es un problema aislado, cuando en realidad puede ser una señal temprana de deterioro circulatorio y riesgo cardiovascular”, explica el especialista.

La razón es sencilla: la erección depende directamente del adecuado flujo sanguíneo hacia los cuerpos cavernosos del pene. Cuando los vasos sanguíneos comienzan a dañarse, la circulación se vuelve menos eficiente y aparecen dificultades para lograr o mantener una erección.

Según Grandez, las arterias del pene tienen un diámetro menor que otras arterias importantes del organismo, como las coronarias. Por ello, suelen ser las primeras en evidenciar las consecuencias del deterioro vascular provocado por el tabaquismo. El consumo de tabaco expone al organismo a miles de sustancias químicas. Entre

# EL CIGARRO podría causar disfunción eréctil



ellas, la nicotina desempeña un papel clave en el daño vascular.

Los especialistas explican que esta sustancia favorece la inflamación de los vasos sanguíneos, incrementa el estrés oxidativo y altera el funcionamiento normal del endotelio, la capa interna que recubre las arterias. Como consecuencia, disminuye la capacidad de los vasos para dilatarse y permitir un flujo sanguíneo adecuado.

Con el paso del tiempo, este proceso puede traducirse en dificultades para la erección, disminución de la rigidez penénea e incluso pérdida progresiva de la función sexual. El impacto también alcanza a la fertilidad.

Los efectos del tabaquismo no se limitan a la circulación. Diversas investigaciones han encontrado una relación entre el consumo de cigarrillos y alteraciones en la salud reproductiva masculina.

“En pacientes con infertilidad masculina, dejar de fumar forma parte fundamental del tratamiento. El cigarro afecta directamente la calidad seminal y acelera procesos inflamatorios y hormonales que comprometen la capacidad reproductiva”, sostiene Grandez.

Entre las alteraciones más frecuentes se encuentran la reducción en la cantidad de espermatozoides, problemas en su movilidad y cambios en la calidad genética del espermatozoides, factores que pueden dificultar la concepción.

## Cada vez más jóvenes llegan a consulta

Durante años, los trastornos vasculares y sexuales fueron asociados principalmente al envejecimiento. Sin embargo, los especialistas observan un aumento sostenido de consultas en hombres menores de 40 años.

Detrás de esta tendencia suelen encontrarse hábitos poco

saludables como el tabaquismo, el vapeo, el sedentarismo, la mala alimentación, el estrés crónico, la falta de sueño y el consumo excesivo de alcohol.

“Muchos pacientes creen que por ser jóvenes no tendrán consecuencias vasculares, pero el daño puede iniciar silenciosamente varios años antes de que aparezcan síntomas importantes. La combinación de tabaquismo y estrés acelera significativamente el deterioro vascular y hormonal masculino”, advierte el urólogo.

## Síntomas que no deben ignorarse

Los especialistas recomiendan buscar evaluación médica si aparecen algunas de estas señales: Dificultad para lograr o mantener una erección.-Disminución de la rigidez penénea.-Menor deseo sexual.-Alteraciones en la eyaculación.-Disminución de las erecciones matutinas.-Dolor pélvico o genital.-Cambios en el semen.-Problemas de fertilidad.

La detección temprana puede ser clave no solo para preservar la salud sexual, sino también para identificar factores de riesgo cardiovascular antes de que evolucionen hacia enfermedades más graves.

“Muchas veces, el cuerpo empieza a mostrar señales mucho antes de que aparezcan enfermedades cardiovasculares complejas. Una evaluación temprana permite identificar alteraciones vasculares, hormonales o urológicas antes de que el daño avance y afecte de manera permanente la calidad de vida sexual y reproductiva”, concluye Grandez.

En ese sentido, dejar de fumar no solo protege los pulmones y el corazón. También puede ser una de las decisiones más importantes para preservar la función sexual, la fertilidad y la salud integral masculina a largo plazo.

Gobernador Gorel impulsa acciones en reunión de trabajo con la ministra de la Mujer

# PROTEGERÁN A POBLACIONES VULNERABLES

Encuentro permitió coordinar medidas de prevención y acceso a la justicia.

La articulación entre los distintos niveles de gobierno resulta fundamental para atender los desafíos sociales que enfrenta la Amazonía. Con ese propósito, el gobernador regional de Loreto, Dr. Jorge René Chávez Silvano, participó en una reunión de trabajo de alto nivel con la ministra de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, donde se abordaron acciones orientadas a fortalecer la prevención de la violencia y mejorar la atención a las personas en situación de vulnerabilidad.

La jornada permitió intercambiar propuestas y evaluar mecanismos que contribuyan a optimizar la respuesta de las instituciones encargadas de brindar protección y acompañamiento a la población, especialmente en territorios donde las distancias geográficas repre-



sentan una limitación para el acceso a los servicios del Estado.

Durante la reunión también se analizaron aspectos relacionados con la implementación del Sistema Nacional Especializado de Justicia para la Prevención y Sanción de la Violencia contra las Mujeres e Integrantes del Grupo Familiar (SNEJ), herramienta

que promueve una actuación coordinada entre las entidades responsables de atender estos casos.

La participación del Gobierno Regional de Loreto permitió trasladar a este espacio las necesidades y desafíos que enfrenta la región, así como la importancia de fortalecer el trabajo conjunto entre el Ejecutivo y los gobiernos

subnacionales para ampliar la cobertura de los servicios de protección.

Asimismo, se destacó la necesidad de consolidar estrategias que faciliten una atención más oportuna y eficiente en las provincias y distritos de la Amazonía, garantizando que los mecanismos de apoyo lleguen a quienes más lo requieren.

Por su parte, el gobernador regional precisó: "Las mujeres son un pilar fundamental para el desarrollo de nuestra sociedad y debemos trabajar para que cuenten con espacios seguros, oportunidades y el respaldo necesario para seguir contribuyendo al crecimiento de nuestras comunidades. La protección de sus derechos debe ser una tarea permanente y compartida por todos los niveles del Estado".

Esta agenda de trabajo permite continuar sumando esfuerzos en favor de una atención más integral a la población, promoviendo acciones que contribuyan a cerrar brechas sociales y fortalecer los mecanismos de protección para quienes más lo necesitan.

# A más de 3 mil escolares de Iquitos OSITRÁN INVITA A CONTAR HISTORIAS RUTAS DEL PERÚ



Visitó 11 instituciones educativas para promover la creatividad y el conocimiento sobre las infraestructuras de transporte.

Con charlas informativas en instituciones educativas de Iquitos, el Organismo Supervisor de la Inversión en Infraestructura de Transporte de Uso Público (Ositrán) continuó promoviendo la novena edición del concurso nacional de cuentos "Ositrán, contigo por las rutas del Perú", una iniciativa que busca fomentar la creatividad y acercar a los estudiantes al papel que cumplen las infraestructuras de transporte en la integración y desarrollo del país.

Representantes del organismo regulador visitaron 11 instituciones educativas de la ciudad de Iquitos, donde brindaron charlas informativas a más de 3000 estudiantes de secundaria. Asimismo, se entregó material informativo y se promovió la participación en esta iniciativa que busca fortalecer el vínculo entre educación, cultura e infraestructura de transporte.

Las actividades permitieron que los escolares conozcan el papel que cumplen las carreteras, aeropuertos, puertos, líneas de metro y ferrovías en la integración, conectividad y desarrollo del país. A través de ejemplos cercanos a su realidad, los estudiantes reflexionaron sobre cómo estas infraestructuras facilitan el traslado de personas, impulsan el comercio, conectan regiones y contribuyen a mejorar la calidad de vida de los ciudadanos.

Los estudiantes fueron invi-

tados a transformar sus experiencias, historias e imaginación en relatos que puedan participar en el concurso nacional de cuentos Ositrán, contigo por las rutas del Perú. "Las infraestructuras de transporte no solo conectan ciudades; también conectan historias. Queremos que escolares y docentes conviertan sus experiencias de viaje y conexión en relatos que inspiren", destacaron representantes de la institución.

La iniciativa despertó el interés de docentes y directivos de las instituciones educativas visitadas, quienes destacaron el valor formativo del concurso, expresando su disposición para promover la participación de sus estudiantes en esta nueva edición del certamen.

Las charlas en Iquitos forman parte de una campaña nacional que ya se desarrolla en diversas regiones del país. Recientemente, cerca de mil estudiantes participaron en actividades similares en Huánuco, mientras que en las próximas semanas las jornadas continuarán en Ayacucho y La Libertad.

La novena edición del concurso nacional de cuentos "Ositrán, contigo por las rutas del Perú" está dirigida a estudiantes de primero a quinto de secundaria y docentes de instituciones educativas públicas y privadas de todo el país.

Los participantes podrán presentar cuentos en español o lenguas originarias. Las obras deberán enviarse al correo: [concurso\\_cuentos@ositrان.gov.pe](mailto:concurso_cuentos@ositrان.gov.pe), hasta el 16 de agosto de 2026.

DEVIDA entrega con 234 blandonas a comunidades del Putumayo

# IMPULSAN PRODUCCIÓN DE FARIÑA

Equipamiento beneficiará a familias de 26 comunidades de Teniente Manuel Clavero y Rosa Panduro, quienes apuestan por actividades lícitas y sostenibles frente al narcotráfico.

La Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (Devida) inició la entrega de 234 sartenes tostadoras de acero inoxidable, conocidas localmente como blandonas para fortalecer la producción de fariña en 26 comunidades de los distritos de Teniente Manuel Clavero y Rosa Panduro, en la provincia del Putumayo (Loreto).

Este equipamiento permitirá mejorar el tostado técnico de la yuca, elevar la calidad de la fariña y fortalecer los ingresos de familias fronterizas que apuestan por acti-

vidades productivas lícitas y sostenibles.

La intervención forma parte del trabajo de desarrollo alternativo que impulsa Devida en territorios vulnerables a la influencia del narcotráfico. Con estas acciones, más familias amazónicas cuentan con mejores condiciones para sostener su economía lejos de actividades ilegales.

La entrega se realizó durante la Feria Agropecuaria Multisectorial "Frontera Productiva", organizada por Devida en la localidad de Soplín Vargas. El espacio reunió a productores acuícolas, avícolas, y de yuca y fariña, quienes comercializaron directamente sus productos.

Durante la feria se ofreció gamitana y paco fresco, huevos de gallina, gastronomía local



y productos elaborados por familias emprendedoras de la zona. También se realizaron degustaciones de ponche de fariña y fariña frita, preparaciones representativas de la identidad local.

La jornada incluyó concursos como el "Baile de la Yuca", "El Huevo de Gallina Más Grande", "El Mejor Disfraz de Gallo o Gallina" y "¿Cuánto sabes de piscicultura?", actividades que promovieron la participación de la población.

Asimismo, instituciones aliadas brindaron información y

orientación a la ciudadanía. Participaron la Municipalidad Distrital de Teniente Manuel Clavero, la Policía Nacional del Perú, el Sernanp, la ECA SEKO PAI, la Subprefectura Distrital de Manuel Clavero, entre otras entidades.

Con la entrega de blandonas y la feria "Frontera Productiva", Devida fortalece cadenas productivas sostenibles, promueve la articulación interinstitucional y acerca oportunidades económicas a familias fronterizas de la Amazonía peruana.

“No te hagas mala sangre”:

## Efectos poco conocidos del estrés en la salud

Las emociones negativas sostenidas en el tiempo deterioran el bienestar mental y también físico. Comprender esta conexión es clave para prevenir enfermedades inflamatorias

Las emociones negativas y el estrés crónico generan cambios bioquímicos que afectan la salud cardiovascular. El estrés prolongado incrementa sustancias inflamatorias como cortisol, fibrinógeno y proteína C reactiva en la sangre. La psiconeuroinmunología demuestra que el cuerpo reacciona esencialmente ante los conflictos emocionales.

Lo esencial: el estrés crónico no solo afecta el estado mental sino también el físico, en especial la salud cardiovascular. El aumento de sustancias inflamatorias desencadenan problemas graves de salud, desde insomnio y trastornos digestivos hasta infar-

tos y accidentes cerebrovasculares. El concepto de “mala sangre”, que suele usarse coloquialmente, tiene fundamento científico: las tensiones emocionales sostenidas perjudican la calidad de la sangre y, por ende, la salud general.

Por qué importa: los hallazgos en psiconeuroinmunología vinculan el estrés con enfermedades crónicas. La subjetividad y cómo cada persona enfrenta el estrés determina la magnitud del impacto físico. La salud mental y la percepción positiva de la vida pueden prevenir el daño inflamatorio.

La expresión “no te hagas mala sangre” podría parecer solo un consejo familiar para evitar preocupaciones. Sin embargo, investigaciones en el campo de la psiconeuroinmunología (PNIE) muestran que esta advertencia tiene una base científica

sólida. El cuerpo reacciona esencialmente a los conflictos emocionales, ya que las emociones negativas y el estrés crónico producen sustancias inflamatorias que circulan en la sangre.

Estos cambios bioquímicos pueden predisponer a enfermedades diversas, desde trastornos leves como insomnio o gastritis hasta condiciones graves como el infarto agudo de miocardio y el accidente cerebrovascular (ACV). Esta relación entre mente y cuerpo se ha vuelto cada vez más evidente en un mundo donde el estrés crónico y la tensión emocional son comunes. La ciencia confirma que nuestras respuestas emocionales afectan directamente nuestro sistema inmunológico y cardiovascular, y que la forma en que interpretamos la realidad juega un papel fundamental en cómo impacta el estrés a nuestro or-



ganismo. Los efectos bioquímicos del estrés crónico. Estudios recientes muestran que el estrés prolongado desencadena un aumento en diversas sustancias en la sangre, tales como el cortisol, el fibrinógeno y la proteína C reactiva. Estos elementos son marcadores de inflamación en el cuerpo, y su exceso está asociado con el desarrollo de enfermedades crónicas.

Además, el factor de necrosis tumoral alfa y las interleucinas proinflamatorias son algunas de las proteínas que el cuerpo libera como respuesta al estrés y emociones negativas prolongadas. Aun-

que son necesarios en situaciones de defensa inmunológica, su presencia constante debido a un estrés sostenido puede dañar los vasos sanguíneos, aumentando así el riesgo de padecer enfermedades cardíacas y problemas de circulación.

¿Qué es la psiconeuroinmunología (PNIE)? La psiconeuroinmunología es una disciplina que estudia cómo la mente (psico), el sistema nervioso (neuro), el sistema inmunológico (inmuno) y el sistema hormonal (endocrino) están interconectados y se influyen mutuamente. Su principal premisa es que el estado

mental afecta al cuerpo en diversos niveles, y viceversa. Según esta disciplina, el estrés y las emociones negativas sostenidas alteran el equilibrio inmunológico, lo cual contribuye a la aparición de inflamación crónica y problemas de salud como los trastornos cardiovasculares, digestivos e incluso algunos tipos de cáncer.

Por todo esto, es importante mantener una percepción positiva de la realidad, ya que la subjetividad influye en cómo reaccionamos al estrés.

Cada persona interpreta y responde a los estímulos externos de manera única, y esta percepción determina si una situación se convierte en una fuente de estrés.

\* El doctor Daniel López Rosetti es médico (MN 62540) de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires (UBA). Presidente de la Sección de Estrés de la World Federation for Mental Health (WFMH). Y es autor de libros como: “Emoción y sentimientos” (Ed. Planeta, 2017), “Equilibrio. Cómo pensamos, cómo sentimos, cómo decidimos. Manual del usuario.” (Ed. Planeta, 2019), entre otros.

## Cuídate de pulgas y ácaros si duermes con tu mascota



Compartir la cama con un perro o un gato es uno de los pequeños placeres de la vida para muchas personas. Esta cercanía reconfortante suele fortalecer el vínculo con la mascota. Sin embargo, según el veterinario Tom Mason, este hábito debe abordarse con ciertas precauciones para garantizar el bienestar de todos.

### Parásitos que pueden introducirse bajo las sábanas

Este es el primer punto que menciona el especialista: incluso una mascota muy querida y bien cuidada puede ser portadora de ciertos parásitos. Así, las pulgas, las garrapatas o los ácaros pueden acabar más fácilmente en la ropa de cama cuando un perro o un gato duerme en ella. El veterinario también nos recuerda que algunos parásitos internos pueden, en raras ocasiones, transmitirse a los humanos. El riesgo sigue siendo bajo, pero es mayor para los ni-

ños pequeños, las personas mayores o aquellas con sistemas inmunitarios debilitados.

Buenas noticias: con unos sencillos pasos ya se puede limitar la exposición. Limpiar las patas de tu perro con una toallita adecuada después de cada paseo, mantener al día los tratamientos antiparasitarios y lavar la ropa de cama con regularidad son excelentes hábitos.

### Un sueño que a veces resulta menos reparador

¿Tu perro cambia de posición con frecuencia? ¿Tu gato decide explorar el apartamento a las 3 de la mañana? Estos pequeños movimientos pueden interrumpir tu sueño sin que te des cuenta. Lo contrario también es cierto: los humanos también podemos perturbar el descanso de nuestras mascotas. Y al igual que nosotros, los perros y los gatos necesitan un sueño reparador para mantenerse sanos y equilibrados cada

día.

### Dormir con tu perro: una elección personal ante todo

¿Significa esto que debes prohibir la entrada de tu perro o gato al dormitorio? No necesariamente. Los expertos aconsejan principalmente ser consciente de los posibles inconvenientes para tomar una decisión informada. Si disfrutas durmiendo con tu mascota y funciona bien, no hay obligación, vergüenza ni drama en continuar. Cada pareja humano-animal encuentra su propio equilibrio. Para quienes prefieren una alternativa, colocar una cómoda cesta cerca de la cama permite mantener esa cercanía reconfortante minimizando algunas de las molestias. Lo más importante es priorizar la higiene, la comodidad y el bienestar de todos los involucrados. Al fin y al cabo, no existe una única manera correcta de ser un dueño responsable de un perro.

# MOYOBAMBA alista su 52.ª Semana Turística



La Dirección Desconcentrada de Cultura (DDC) de San Martín obtuvo la autorización del Programa de Investigación Arqueológica con Fines de Conservación Parque Nacional del Río Abiseo (PRIA 2026-2027), una iniciativa que permitirá fortalecer la protección, investigación y conservación de importantes sitios arqueológicos ubicados en una de las áreas patrimoniales más relevantes del

país y reconocida internacionalmente por la UNESCO. La autorización, otorgada por el Ministerio de Cultura, marca un nuevo avance en los esfuerzos de preservación del patrimonio cultural amazónico. El programa contempla la ejecución de acciones especializadas de investigación arqueológica, conservación preventiva y monitoreo permanente en diversos es-

pacios de alto valor histórico y cultural dentro del Parque Nacional del Río Abiseo. Entre los principales sitios incluidos en la intervención figuran Gran Pajatén, considerado uno de los complejos arqueológicos más emblemáticos de la cultura Chachapoya; Los Pinchudos, reconocido por sus singulares estructuras funerarias; y el tramo del Qhapaq Nan Mirador-La Playa, parte de la ex-

tensa red vial andina declarada Patrimonio Mundial. Estas acciones buscan generar información científica actualizada sobre las sociedades prehispánicas que habitaron la Amazonía peruana, además de contribuir a la conservación integral de los monumentos arqueológicos frente a los desafíos que representan el paso del tiempo y las condiciones ambientales propias de la zona. El Parque Nacional del Río Abiseo posee un valor excepcional al albergar una importante diversidad biológica y cultural, razón por la cual fue inscrito por la UNESCO como Patrimonio Mundial Mixto.

En este contexto, el desarrollo del programa PRIA 2026-2027 permitirá fortalecer los mecanismos de gestión y protección de los bienes culturales existentes dentro del área natural protegida. Con la puesta en marcha de este proyecto, la Dirección Desconcentrada de Cultura de San Martín reafirma su compromiso con la defensa, preservación y puesta en valor del patrimonio arqueológico regional. Asimismo, la iniciativa contribuirá a promover investigaciones sostenibles que amplíen el conocimiento sobre el pasado prehispánico de la Amazonía y garanticen la conservación de este legado para las futuras generaciones.

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

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



**Contactanos :**  
 PUCALLPA: Wander Corral : 961 908 849  
 CONTAMANA: Eleazar 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

**GERENCIA DE ACONDICIONAMIENTO TERRITORIAL**  
 Sub Gerencia de Formalización de la Propiedad  
 "Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia"

De conformidad con los establecido en el artículo 8° de la Ordenanza Municipal N°014-2007-MPCP modificado Ordenanza Municipal N°000003-2026-MPCP/ALC, la Municipalidad Provincial de Coronel Portillo ponen en conocimiento que la parte interesada se ha presentado ante esta entidad edil, con la finalidad de solicitar el RECONOCIMIENTO DE POSESIÓN INFORMAL que se detalla:

EXP. N°	SOLICITANTE	DENOMINACIÓN DE LA POSESIÓN INFORMAL	DENOMINACIÓN DEL PREDIO OCUPADO	PARTIDA ELECTRONICA	DISTRITO	ÁREA OCUPADA
0029100-2026	DIOMEDES ESCOLASTICO ARANCIAGA CAMPOS	ASOCIACIÓN DE MORADORES DEL ASENTAMIENTO HUMANO LIDERES DE 29 DE ABRIL	PARCELA 10C-2 DE LA PARCELACIÓN SOLEDAD B	11110222	CALLERÍA	36862.95 M2

Se deja constancia que los que se consideren afectados con la pretensión de la solicitante podrán formular la respectiva OPOSICIÓN dentro de los cinco (05) días hábiles, siguiente de efectuada la presente publicación, en caso contrario, la Municipalidad Provincial de Coronel Portillo expedirá la resolución que declara el RECONOCIMIENTO DE LA POSESIÓN INFORMAL DENOMINADA ASOCIACIÓN DE MORADORES DEL ASENTAMIENTO HUMANO LIDERES DE 29 DE ABRIL, conforme a la normativa municipal vigente.

Pucallpa, 22 de Mayo del 2026

**ANUNCIE VENDA MAS**

**918684169**

**DIARIO AHORA**

**Haga crecer su NEGOCIO**

**Anuncie aquí**



**ALQUILO CASA**

**02 HABITACIONES, 1 BAÑO, SALA COMEDOR, AMPLIO PATIO, ZONA CENTRICA**

**EN JR. LIBERTAD 157**

**WHAPSAP 980293635 – 961694812**

**SE NECESITA**

**PERSONA ATENDER ADULTO MAYOR PAGO 80 DIARIO INTERESADAS LLAMAR 912276182 SR. JAIME**

**PUBLICIDAD AVISOS TARAPOTO**

**AL CELULAR : 942425491**



En el río Nanay

## ASALTAN SERVICENTRO FLOTANTE PETROAMÉRICA

Durante la madrugada de ayer, delincuentes perpetraron un asalto en el servicentro flotante Petroamérica, ubicado en el río Nanay, generando gran preocupación entre trabajadores y transportistas fluviales de la zona.

De acuerdo con información preliminar, los sujetos llegaron a bordo de una embarcación y aprovecharon la quietud de la noche para ingresar al establecimiento, de donde sustrajeron una laptop, combustible y otros objetos de valor. Tras cometer el robo, los delincuentes huyeron con rumbo desconocido.

Los trabajadores dieron aviso inmediato a las autoridades, iniciándose las investigaciones correspondientes. Ante este nuevo hecho delictivo, los transportistas fluviales solicitaron a la Policía Nacional del Perú y a la Marina de Guerra intensificar las patrullajes en los ríos Nanay, Amazonas e Itaya, especialmente en las zonas cercanas a la confluencia de estas cuencas, donde constantemente se reportan asaltos cometidos por los denominados "piratas del río".

Policías y nativos pretendieron utilizar fuerza

## Fiscal suspende obra tramo apertura del canal Michuco



Fiscal de turno evitó enfrentamiento entre los propietarios

de terreno de la familia Cabanillas con policías y nativos

de Awajun que fueron contratados para forzar con

la apertura de canal de riego "michuco".

Esta mañana llegaron gran cantidad de nativos pintados su cara y efectivos de la policía al predio de la familia Cabanillas para obligar utilizando la fuerza para realizar excavación para continuar con el revestimiento del canal "michuco".

Se trata desvió del canal michuco por otra ruta ubicado frente a la carretera Nueva Cajamarca - San Fernando desde el año pasado el GORESAM y los dirigentes de la JUCAM no concluyeron el dialogo para resarcir económicamente a la familia lejos de utilizar el dialogo pretendieron la fuerza.

Ante este hecho la acción del fiscal fue suspender su ejecución hasta que las partes presenten los documentos legales y se evalúe la posible afectación de sus terrenos y el GORESAM indemnicé a favor de la familia Cabanillas.

Mañana miércoles se realizará la reunión a las 10 am en los ambientes de la JUCAM en cuyo lugar las autoridades y dirigentes logren el dialogo y se evite conflictos sociales. (M. Raymundo)

Para ofrecer becas a sus estudiantes destacados

## UTP firma convenio con la Universidad de Chicago



La Universidad Tecnológica del Perú (UTP) firmó un convenio de colaboración académica con la Universidad de Chicago, institución reconocida entre las mejores a nivel global. Este acuerdo permitirá que estudiantes destacados de la UTP accedan a becas para cursar un programa presencial de Economía en el campus de la Universidad de Chicago, ubicado en Illinois, Estados Unidos.

Jonathan Golergant, rector de la UTP, destaca la importancia de la nueva alianza estratégica. "Este convenio reafirma el compromiso de UTP con ofrecer a nuestros estudiantes experiencias académicas internacionales de la más alta calidad que potencien su formación profesional", afirma.

La Universidad de Chicago es una de las universidades más prestigiosas del mundo, conocida por su enfoque académico, su aporte a la investigación y avances en economía, negocios, ciencias, medicina y derecho, entre otras áreas del conocimiento.

La UTP consolida así su red de convenios con las mejores universidades del mundo, entre las que se encuentran la Universidad de

Pennsylvania (UPenn), UCLA, University of California - Berkeley, Purdue University, entre otras, reafirmando su compromiso con

dar acceso a educación de calidad y formar profesionales líderes con proyección internacional.

**¡VUELE LOS DOMINGOS!**

PUCALLPA ↔ ATALAYA  
TARAPOTO ↔ PUCALLPA  
TARAPOTO ↔ RODRÍGUEZ DE M.

☎ 942 694 483  
🌐 SAETAPERU.COM

**¡SU CARGA VUELA RÁPIDO!**

✉ <b>SOBRES</b> DESDE <b>s/ 8*</b>	📦 <b>PAQUETERÍA</b> DESDE <b>s/ 2.5*</b> 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

En Jaén:

## Piden crear Universidad Nacional de Bellas Artes del Marañón Nororiental



El presidente (e) del Congreso, Fernando Rospigliosi Capurro, recibió esta mañana al alcalde provincial de Jaén, José Tapia Díaz, quien solicitó poner a debate, en el Pleno, el Proyecto de Ley 12678

que propone la creación de la Universidad Nacional de Bellas Artes del Marañón Nororiental, con sede en la provincia de Jaén, en Cajamarca. La reunión fue promovida

por la congresista Silvia Monteza Facho (bancada AP), autora de la iniciativa legislativa, que tiene como fin formar profesionales de excelencia en las diversas disciplinas de las artes, la cultura y la crea-

tividad, promoviendo la investigación, la identidad cultural, la innovación y la difusión de las tradiciones del nororiente peruano, contribuyendo así al desarrollo educativo, social y cultural del país.

Tras el encuentro, la parlamentaria destacó la importancia de priorizar el debate y aprobación de la propuesta legislativa en la sesión del Pleno, al señalar que se trata de una demanda histórica de la población y de la comunidad artística de la región.

"Este es un proyecto anhelado por toda nuestra población y por nuestros artistas. No solo beneficiará a Jaén, sino también a provincias y regiones vecinas de Amazonas, Cajamarca, Lambayeque, Piura y San Martín. Permitirá brindar oportunidades a nuestros niños y jóvenes para acceder a la educación superior y desarrollar talentos vinculados al arte, la cultura y el teatro", manifestó.

Por su parte, el alcalde de Jaén, José Tapia Díaz, resaltó que la futura casa de estudios tendría un alcance macrorregional y contribuiría al fortalecimiento de la identidad cultural.



## De FarmaMinsa en Lima Este Inauguran Área de Preparados Farmacéuticos

El Ministerio de Salud (Minsa) a través de la Diris Lima Este, inauguró la primera Área de Preparados Farmacéuticos de FarmaMinsa en esta jurisdicción, con el objetivo de garantizar el acceso oportuno a medicamentos seguros, personalizados y de calidad.

Este logro beneficiará a miles de vecinos de los distritos que conforman todo Lima Este, en el marco de las disposiciones impulsadas por el ministro de Salud, Juan Carlos Velasco, para continuar fortaleciendo y brindando una atención digna, oportuna y de calidad a la población.

"Esta nueva área permitirá brindar medicamentos personalizados bajo estrictos estándares sanitarios, beneficiando principalmente a pacientes vulnerables que requieren tratamientos especializados", destacó el director general de la DirisLima Este, Dr. Norberto Yamunaqué Asanza.

Esta implementación permitirá la elaboración de preparados farmacéuticos individualizados para pacientes que requieren una dosificación personalizada, representando un avance importante para los servicios farmacéuti-

cos públicos de la zona de Lima Este.

Asimismo, la Q.F. Livia Goicochea Samanez, en representación del decano del Colegio Químico Farmacéutico del Perú, resaltó que esta innovadora obra dignifica la labor del químico farmacéutico. Además, destacó su impacto en el apoyo a personas de bajos recursos y niños con recetas especiales, felicitando la dosis a medida para pacientes con TBC como un modelo exclusivo que debería replicarse en todo el país.

### Sobre FarmaMinsa

Es la red de boticas públicas del Ministerio de Salud, creada para garantizar el acceso a medicamentos de calidad en todo el Perú. A través de una colaboración estratégica con los Gobiernos Regionales y Municipales, este programa busca acercar la salud a todos los peruanos, especialmente a aquellos con menos recursos.

El Minsa reafirma su compromiso de continuar impulsando servicios farmacéuticos más accesibles, seguros y humanizados, contribuyendo a mejorar la calidad de vida de miles de familias peruanas.

"Ha sido una decisión profundamente reflexionada"

## José Jerí renuncia a Somos Perú

El congresista y expresidente José Jerí anunció su renuncia irrevocable a Somos Perú, a través de una carta pública difundida en sus redes sociales. Por su parte, el partido indicó que Jerí Oré ya no pertenece tampoco a su bancada parlamentaria.

El expresidente José Jerí anunció este martes que ha presentado su renuncia irrevocable al partido Somos Perú, luego de 13 años de militancia. A través de una carta pública, difundida en sus redes sociales, el también congresista resaltó que su decisión fue "profundamente reflexionada".

"Quiero dirigirme a los militantes, amigos y a la opinión pública que he presentado mi renuncia irrevocable al

Partido Democrático Somos Perú, organización política en la que milité durante 13 años y donde inicié mi formación y trayectoria política", señaló.

"Esta ha sido una decisión profundamente reflexionada y, sin duda, una de las más difíciles de mi vida. Somos Perú fue mucho más que un partido; fue mi segundo hogar, el espacio donde conocí a personas extraordinarias, construí amistades sinceras y compartí sueños, luchas y objetivos comunes", agregó Cabe destacar que en la misiva, Jerí Oré no indicó los motivos que lo llevaron a su renuncia al partido fundado por el exalcalde de Lima Alberto Andrade Carmona.

"A todos los somistas, mi gratitud eterna [...] Me llevo los



mejores recuerdos de cada campaña, de cada reunión, de cada conversación y de cada momento compartido [...] Hoy cierro una etapa importante de mi vida con respeto, gratitud y cariño por la gran familia somista. Como ciudadano, seguiré trabajando con la misma convicción, compromiso y vocación de servicio por el Perú que todos anhelamos construir", sostuvo.

**Somos Perú aceptó la renuncia y precisa que Jerí**

### tampoco es parte de la bancada

Por su parte, el partido Somos Perú, a través de su cuenta oficial en X, indicó que José Jerí "ya no pertenece al Partido Democrático Somos Perú ni a la Bancada Parlamentaria".

"Su renuncia fue presentada, en la víspera, por su persona y aceptada de manera inmediata por nuestra organización", puntualizó la organización política.

# FUMIGAN 5 MIL VIVIENDAS CONTRA MALARIA

La lucha contra la malaria entra en una nueva etapa. Con el objetivo de reducir la transmisión de la enfermedad en las zonas con mayor riesgo, el Gobierno Regional de Loreto, a través de la Dirección Regional de Salud Loreto, inició las actividades de rociamiento residual intradomiciliario en 5 mil viviendas ubicadas en siete distritos priorizados de la región.

La intervención se desarrolla en Yavarí, Alto Nanay, Indiana, Mazán, Punchana, Andoas y Pastaza, jurisdicciones donde históricamente se registra la mayor concentración de casos de malaria. Las acciones forman parte de la estrategia sanitaria que busca disminuir el impacto de esta enfermedad y fortalecer la protección de las familias amazónicas. El rociamiento residual intradomiciliario consiste en la aplicación de insecticidas de acción prolongada en las paredes internas de las viviendas, una medida que ha demostrado ser efectiva para eliminar al mosquito transmisor y cortar la cadena de transmisión en comunidades expuestas al riesgo.

Para el desarrollo de estas jornadas, brigadas especializadas recorren las localidades priorizadas en coordinación con autoridades locales y líderes comunitarios, promoviendo además prácticas preventivas y una mayor participación de la población en las acciones de control de la enfermedad.

Las autoridades sanita-

rias exhortaron a los habitantes de las zonas intervenidas a brindar las facilidades necesarias al personal de salud durante las visitas domiciliarias, resaltando que esta estrategia constituye una de las principales herramientas contempladas en el Plan Hacia la Eliminación de la Malaria 2026.

La Dirección Regional de Salud Loreto informó que las intervenciones continuarán de manera progresiva hasta alcanzar los 23 distritos priorizados de la región. Con ello, se busca ampliar la cobertura de protección, reducir la transmisión de la enfermedad y consolidar los avances hacia la eliminación de la malaria en Loreto.

La Organización Meteorológica Mundial (OMM) confirma, tras meses de especulaciones, que El Niño ya se está gestando. Los últimos análisis corroboran que este fenómeno se está desarrollando en las aguas del Pacífico tropical y, con toda probabilidad, emergerá entre los meses de junio y agosto y se prolongará hasta como mínimo el mes de noviembre. En el mejor de los casos, se tratará de un evento moderado. Pero, por ahora, hay muchas posibilidades de que sea fuerte. Y esto, según advierten los expertos, podría incrementar aún más el aumento global de las temperaturas e impulsar una nueva oleada de extremos climáticos en todo el mundo. "Será como echar leña al fuego de un mundo que ya se calien-

ta", afirma el secretario general de Naciones Unidas, António Guterres, quien advierte de "impactos fuertes y que cruzarán fronteras con una velocidad devastadora". Los registros apuntan de forma muy clara a la pronta llegada de El Niño, un patrón climático natural que arranca con un calentamiento de las aguas superficiales del Pacífico ecuatorial y que, con el tiempo, provoca un aumento de la temperatura a escala global así como cambios en los patrones climáticos en distintas regiones del globo. En estos momentos, según constatan los análisis, las aguas profundas en la 'zona cero' de este fenómeno ya registran valores de hasta seis grados por encima de lo habitual y esto, en la práctica, sugiere que podríamos estar ante la formación de un fenómeno de gran intensidad. También se observan otros indicios atmosféricos asociados al desarrollo de este fenómeno y es justamente por eso que, tal como afirman los expertos, todo indica que El Niño está a punto de llegar. "Debemos prepararnos para un posible evento de El Niño intenso, que exacerbará las sequías y las fuertes lluvias en amplias regiones del mundo y que, además, incrementará el riesgo de olas de calor tanto en tierra como en el océano durante los próximos meses"

## Celeste Saulo

— Organización Meteorológica Mundial  
"Debemos prepararnos para un posible evento



de El Niño intenso, que exacerbará las sequías y las fuertes lluvias en amplias regiones del mundo y que, además, incrementará el riesgo de olas de calor tanto en tierra como en el océano durante los próximos meses", afirma Celeste Saulo, secretaria general de la Organización Meteorológica Mundial (OMM), quien también recuerda que la última vez que se registró un fenómeno de este tipo a escala global fue en 2024, un año que se saldó con hasta 151 desastres naturales "sin precedentes" y con el récord de temperatura más alta a escala planetaria desde que existen registros. Y todo ello porque, tal como recuerdan los expertos, El Niño es un amplificador de extremos climáticos ya que "un océano y una atmósfera más cálidos aumentan la disponibilidad de energía y humedad para fenómenos meteorológicos extremos como olas de calor y lluvias torrenciales".

## Medidas de preven-

## ción

Guterres afirma que estas previsiones deberían interpretarse como una "advertencia climática" sobre la urgencia de actuar. "La única respuesta eficaz es la acción climática a la altura de la crisis a la que nos enfrentamos. Y eso implica acabar con la dependencia de los combustibles fósiles, acelerar la transición a las energías renovables, proteger a los más vulnerables ante los impactos de los extremos climáticos y proporcionar sistemas de alerta temprana para todos", sostiene el mandatario. En esta misma línea se posiciona Saulo, quien explica que se están recabando datos para ayudar a "gobiernos, agencias humanitarias y sectores sensibles al clima" de todo el globo a anticiparse a los impactos de este fenómeno y, sobre todo, a reducir las eventuales pérdidas y daños. "Esto no tiene por qué ser una llamada al desastre. Si se toman medidas, aún estamos a tiem-

po de evitar los daños más graves", afirma.

## Seguir leyendo

Los expertos afirman que los impactos de El Niño varían en función de la región. En algunas partes del sur de Sudamérica, el sur de Estados Unidos, el Cuerno de África y Asia central, este fenómeno se asocia con un aumento del riesgo de lluvias torrenciales y de inundaciones. En otras, como en Centroamérica, el norte de Sudamérica, el Caribe, Australia, Indonesia y partes del sur de Asia, estos episodios suelen asociarse con condiciones de sequía. En España, como en el conjunto de Europa, no hay indicios claros sobre qué tipo de fenómenos podría impulsar el Niño. Pero si algo está claro es que, ante un aumento global de las temperaturas, zonas como el Mediterráneo se convierten en focos aún más intensos de calor y de fenómenos asociados como, por ejemplo, el riesgo de incendios.

Se suma a alianza internacional para reforzar la protección de la Amazonía

# Perú busca frenar la deforestación al 2030

El Perú oficializó su adhesión al Compromiso Intergubernamental sobre la Tenencia de la Tierra (ILTC), una iniciativa internacional que busca fortalecer la gestión de los territorios forestales y acelerar las acciones para detener y revertir la deforestación hacia el año 2030. La medida fue comunicada por el Ministerio de Relaciones Exteriores a la Secretaría de la Alianza de Líderes por los Bosques y el Clima (FCLP). Con esta incorporación, el país espera reforzar la protección de la Amazonía peruana, fortalecer la seguridad territorial de los pueblos indígenas y acceder a mayores oportunidades de cooperación internacional y financiamiento climático. La adhesión forma parte de los compromisos asumidos por el Estado para impulsar una

gestión sostenible de los bosques y enfrentar los efectos del cambio climático. Además, reconoce el papel clave que desempeñan los pueblos originarios y las comunidades locales en la conservación de uno de los ecosistemas más importantes del planeta. La incorporación del Perú al ILTC se implementará en el marco de la Estrategia Nacional ante el Cambio Climático y de las Contribuciones Determinadas a Nivel Nacional (NDC), instrumentos que orientan las políticas del país para enfrentar los efectos del calentamiento global.

Para ello, los ministerios del Ambiente (Minam), Desarrollo Agrario y Riego (Midagri) y Cultura (Mincul) trabajarán de manera coordinada en la elaboración de una hoja de ruta que permita fortalecer la

seguridad jurídica y territorial de los pueblos indígenas, considerada una condición fundamental para alcanzar los objetivos de conservación y desarrollo sostenible. Según informó el Ejecutivo, este proceso también involucrará a los gobiernos regionales y a las organizaciones indígenas, con el propósito de garantizar una implementación participativa y adaptada a las necesidades de los territorios amazónicos.

La directora general de Cambio Climático y Desertificación del Minam, Jessica Moscoso, indicó que la participación de diversos actores permitirá consolidar mecanismos más efectivos para la gestión de los bosques y la protección de las comunidades que dependen de ellos.

La adhesión adquiere especial relevancia debido a la di-



mensión estratégica de la Amazonía peruana, que alberga más de 68 millones de hectáreas de bosques. Esta extensa superficie no solo concentra una extraordinaria biodiversidad, sino que también cumple una función clave en la regulación del clima y en la captura de carbono, contribuyendo a mitigar los efectos del cambio climático a nivel global. En estos territorios habitan alrededor de 51 pueblos indígenas, cuyos

conocimientos ancestrales y prácticas tradicionales han permitido conservar amplias áreas forestales durante generaciones. Por ello, el fortalecimiento de sus derechos territoriales es considerado un elemento central dentro de las estrategias de protección ambiental impulsadas por el país.

Otro de los beneficios esperados de esta adhesión está relacionado con el acceso a nuevas oportunidades de

cooperación internacional y financiamiento climático. El Gobierno estima que la incorporación al ILTC permitirá atraer recursos destinados a fortalecer proyectos de conservación, restauración de ecosistemas y desarrollo sostenible en las regiones amazónicas.

Estas acciones estarán articuladas con el Paquete País del Perú: Acción Climática por los Bosques y la Naturaleza, una estrategia nacional orientada a acelerar la implementación de medidas para proteger los ecosistemas forestales y mejorar las condiciones de vida de las poblaciones amazónicas.

Con este paso, el Perú busca reforzar sus compromisos internacionales frente al cambio climático, al mismo tiempo que impulsa una gestión más inclusiva de los recursos naturales, colocando a los bosques amazónicos, la seguridad territorial indígena y la conservación ambiental como ejes prioritarios de su estrategia de desarrollo sostenible.

Midagri impulsa comercialización de quesos artesanales con ruta itinerante

## AGROMERCADO LANZA LA 1ra. "COMBI QUESO"



Ante la creciente demanda de quesos artesanales madurados de alto valor que muestra el mercado actual, Agromercado, del Ministerio de De-

sarrollo Agrario y Riego (Midagri), lanzó la "Combi Queso", una estrategia de promoción y articulación comercial orientada a conectar di-

rectamente con el consumidor urbano la oferta de plantas lácteas de la agricultura familiar y de la pequeña agroindustria.

La "Combi Queso" busca consolidarse como la primera gran ruta itinerante del queso artesanal peruano, que recorrerá distintos distritos de Lima Metropolitana, ofreciendo al consumidor urbano una variada oferta de quesos nacionales con alto potencial comercial. La dinámica de esta plataforma móvil de promoción, exhibición y venta directa consiste en presentar al público marcas regionales, fortalecer la identidad territorial, generar nuevos espacios de mercado y dinamizar el consumo de quesos artesanales peruanos.

La "Combi Queso" impulsará la comercialización de variedades emblemáticas como Paria, Peruano Especial, Andino, Regional e Innovación, así como quesos elaborados con leche de cabra y de búfala, priori-

zando los segmentos semi madurados y madurados, que presentan una creciente demanda y mayores oportunidades de diferenciación en el mercado.

Asimismo, ofrecerá una experiencia de compra, degustación y educación sobre el origen, las características y las propiedades de los quesos nacionales, al alcance de todos.

### Primeras paradas de la «Combi Queso»

La primera parada de la "Combi Queso" se realizó en el marco del Salón del Queso Peruano 2026, en el Centro de Convenciones de Lima. Su segunda presentación tuvo lugar durante la Feria de Productores por el Día Internacional de la Papa, en el Parque de la Exposición de Lima, donde acercó al público una combinación que repre-

senta lo mejor del campo peruano: papa nativa y queso artesanal.

Con esta propuesta, Agromercado busca contribuir también a la sustitución de importaciones de derivados lácteos, impulsando el consumo de quesos artesanales nacionales en un mercado que ofrece importantes oportunidades de expansión para productos diferenciados y con identidad territorial.

Con 388,450 productores a escala nacional, la cadena de quesos y derivados lácteos constituye una actividad estratégica para la economía rural. Miles de familias vinculadas a pequeñas plantas lácteas fortalecen calidad, innovación y diversificación de una oferta con mayor valor agregado y competitividad.

## Lima lideró con 32 410 empresas, Huánuco con 4 y Amazonas con 262 Sunarp inscribió a 526 empresas sin costo registral en Ucayali



Para fortalecer el proceso de formalización de unidades económicas no formalizadas en el país y continuar promoviendo la formalización empresarial de estas unidades, el Poder Ejecutivo, mediante Decreto Supremo N.º 008-2026-PRODUCE, prorrogó por tres años la vigencia de

la exoneración del pago de tasas registrales para la constitución de empresas a través de los Centros de Desarrollo Empresarial (CDE) autorizados por el Ministerio de la Producción. Desde la puesta en marcha de esta medida, en mayo del 2023, la Sunarp ha inscrito un total de 37 122 em-

presas al amparo de esta medida.

De acuerdo con el citado decreto supremo, la exoneración también comprende los actos de reserva de preferencia registral e inscripción ante el Registro de Personas Jurídicas administrado por la Superintendencia Nacional

de los Registros Públicos (Sunarp).

### Constitución de empresas

De acuerdo a la información de la Sunarp, de mayo 2023 al 15 de mayo 2026 se han constituido, a nivel nacional, un total de 37 122 empresas que se beneficiaron con la exoneración del pago de tasas registrales ante la Sunarp.

Este total se desglosa, según modelo societario, de la siguiente manera: 27 912 Empresas Individuales de Responsabilidad Limitada (EIRL); 7 415 sociedades anónimas (SA); y 1 795 Sociedades Comerciales de Responsabilidad Limitada (SCRL).

En Lima se constituyeron 32 410 empresas. Le sigue Arequipa (2 912 empresas), Ucayali (526); Ayacucho (275); La Libertad (271); Amazonas (262); Ica (119); Junín (119); Cusco (97); Ancash (50); Lambayeque (30); Piura (24); Tacna (8); Pasco (8); Puno (7) y Huánuco (4).

### EL DATO

Cabe precisar que la primera exoneración de esta índole se dio en el año 2017 y su posterior renovación en el 2020.

La Oficina Nacional de Procesos Electorales (ONPE), a través de la Oficina Descentralizada de Procesos Electorales (ODPE) Coronel Portillo, dispuso el traslado del local de votación de la Universidad Nacional de Ucayali (UNU) al Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Suiza para la segunda elección presidencial programada para el próximo 7 de junio, como medida preventiva ante la toma de las instalaciones universitarias por parte de los estudiantes, situación que se mantiene desde hace varios días. La entidad electoral informó que la reasignación busca garantizar la seguridad de los ciudadanos y asegurar el normal desarrollo de la jornada electoral. Asimismo, precisó que el cambio permitirá brindar las condiciones necesarias para que los electores ejerzan su derecho al voto sin inconvenientes, en un contexto marcado por las protestas que se desarrollan al interior de la casa superior de estudios.

## ONPE traslada local de votación de la UNU al Tecnológico Suiza



De acuerdo con la ODPE Coronel Portillo, en el Instituto Superior Tecnológico Público Suiza se habilitarán 56 mesas de sufragio para atender

a 16,334 electores, que inicialmente tenía asignada la Universidad Nacional de Ucayali como centro de votación. Las autoridades exhortaron

a la ciudadanía a verificar previamente su local de sufragio a fin de evitar contratiempos el día de las elecciones.

Dios quiere que leas su palabra y ores todos los días

## La Buena Semilla



No hay diferencia, por cuanto todos pecaron, y están destituidos de la gloria de Dios.

Romanos 3:22-23

Palabra fiel y digna de ser recibida por todos: que Cristo Jesús vino al mundo para salvar a los pecadores.

1 Timoteo 1:15

## ¿Qué me dice la Biblia?

La Biblia nunca fue tan difundida y traducida en tantos idiomas y dialectos como ahora. En muchos países está al alcance de todos los que desean leerla y escucharla. Pero, ¿cuál es nuestra actitud ante este Libro? ¿Qué tiene la Biblia más que otro libro?

A diferencia de todos los demás, nos pone directamente en contacto con Dios, quien se dirige así a cada lector. La Biblia nos revela la apreciación de Dios sobre nuestra vida. Declara que todos los hombres son pecadores y van hacia el juicio, hacia un futuro eterno lejos de él.

¿Qué debemos hacer al leer esto? Simplemente aceptar esta declaración de Dios, reconociendo que estamos en ese camino, que somos culpables ante él. Pero también debemos leer la continuación del texto para descubrir que Dios preparó el medio de salvación para nosotros, y creer simplemente en Jesucristo. Cada persona es responsable de aceptarlo.

Solo Jesús puede liberar del juicio a todo el que cree en él, y darle la vida eterna. Tomó nuestro lugar en la cruz, llevando el castigo que nosotros merecíamos debido a nuestros pecados. Jesucristo también nos dice: La voluntad de mi Padre es "que todo aquel que ve al Hijo, y cree en él, tenga vida eterna" (Juan 6:40). El amor de Dios quiso acercarse a mí. El poder de este mensaje y el impacto que tiene en mi vida me dan la convicción de que la Biblia es verdaderamente la Palabra de Dios.

Lectura: Números 32 - Lucas 9:1-20 - Salmo 87 - Proverbios 20:1

## <Receta> del Día

### Pescado con ajonjolí



### Ingredientes:

- cáscara de 2 limones
- 1/2 tz. ajonjolí tostado
- 3 cdas. jugo de limón
- 6 filetes de pescado
- ralladura de 1 limón
- 1/2 cda. sillao
- 1 cda. kion
- 1 cda. mostaza
- 4 cebollitas chinas, parte verde, picadas
- 2 cdas. margarina
- sal y pimienta

### Preparación:

Pique la cáscara de limón muy delgada, y blanquéela en agua hirviendo. Fría en margarina la cebollita china, la mostaza, el kion, el sillao y la ralladura de limón. Acomode los filetes de pescado en un recipiente refractario, sazónelos y báñelos con el jugo de limón. Vierta la salsa por encima y espolvoree el ajonjolí tostado. Lleve a horno medio por unos 10 minutos. Sirva con arroz blanco.

Se viste de Celeste

# Hernán Barcos será nuevo jugador de Sporting Cristal



Trato definido. Sporting Cristal y Hernán Barcos llegaron a un acuerdo para el atacante argentino defiende los colores del cuadro Celeste por

el Torneo Clausura de la Liga 1 Te Apuesto 2026. RPP pudo conocer que el jugador estará vinculado al equipo del Rímac hasta fina-

les de 2026, con opción a estirar un año más el contrato. El acuerdo se da luego de varias conversaciones entre el jugador y la institución. De he-

cho, se supo que Julio César Uribe, director general de fútbol de Sporting Cristal, buscó algunas referencias del Pirata durante su paso por LDU Quito.

De esta manera, Hernán Barcos vestirá su tercera camiseta en Perú, tras su paso por Alianza Lima y FC Cajamarca.

## Hernán Barcos confirmó su salida de FC Cajamarca

Terminó un ciclo. Hernán Barcos confirmó que no continuará en FC Cajamarca para el Torneo Clausura. En conversación con los medios, el atacante argentino indicó que ya habló con la dirigencia y que el partido ante Alianza Lima fue el último que disputó con el cuadro amarillo y azul.

"Mañana vamos a resolver la situación. Este fue mi último partido en FC Cajamarca. Ya lo hablé con la dirigencia", indicó Hernán Barcos en un primer momento.

"Creo que cumplí, hice mi trabajo. Vine por una razón, después en el camino cambiaron bastantes situaciones, pero siempre fui profesional y traté de dar lo mejor para apoyar al club. Me voy tranquilo", complementó.

# Haití golea 4-0 y devuelve a la realidad a Tim Payne y a Nueva Zelanda



Una goleada de Haití frente a una vibrante afición haitiana devolvió a la realidad a Nueva Zelanda y a su viral lateral Tim Payne, que en los últimos días pasó de ser un jugador más bien desconocido a un fenómeno de redes, tras caer por 4-0 en un partido amistoso de preparación para el Mundial 2026.

Payne se convirtió recientemente en el jugador más viral del Mundial tras una campaña en redes de un 'influencer' argentino que hizo que pasara de tener menos de 5.000 seguidores en Instagram a 4,5 millones en escasos días, por el simple hecho de dar a conocer a un jugador "poco conocido".

Pero esta fama inesperada no evitó que el lateral del Wellington Phoenix de la liga australiana saliera en la foto del primer tanto de Haití, que llegó por su banda a los doce minutos de encuentro y puso el 1-0.

El gol hizo bueno el optimismo de una afición teñida de rojo y azul por los colores de Haití, que se levantaba en masa de sus asientos cada vez que su selección cruzaba el medio campo, como una coreografía, y comenzaba a saltar y a animar como si esperaran la inminencia del gol.

Miami es sede de la mayor comunidad haitiana en el extranjero, un factor palpable en el encuentro que por desgracia para la selección cari-

beña no podrá replicarse durante el Mundial, en el que Haití disputará encuentros de la fase de grupos en esta ciudad.

El apoyo de la afición no fue interrumpido en ninguno de los 90 minutos, incluso cuando Nueva Zelanda imprimió más peligro tras verse por debajo en el marcador y gozó de varias ocasiones desbaratadas por el meta haitiano y la defensa.

Sin embargo, la segunda parte también perteneció al equipo caribeño, que el próximo 13 de junio volverá a disputar un Mundial tras más de medio siglo. Su última participación fue en Alemania 1974.

El recién ingresado al descanso Lenny Joseph dobló la ventaja al regreso de los vestuarios, y a la hora de partido Frantzdy Pierrot puso el tercero con un cabezazo que evidenció que a Haití no le falta talento arriba, pero que a Nueva Zelanda sí le falla la seguridad atrás.

El equipo caribeño podría haberse dejado ir, pero el apoyo incansable del público y la sensación de superioridad frente a otra selección mundialista le mantuvo con ganas de cazar una contra, como la que significó el cuarto y definitivo gol, a botas de Duke Lacroix, que puso el broche a la fiesta haitiana en el sur de Florida. EFE

## "Gracias por todo"

# Alianza Lima anunció la salida de Maricamen Guerrero

Se terminó un ciclo. Alianza Lima anunció la salida de Maricarmen Guerrero. A través de un comunicado, el cuadro de La Victoria despidió a la central, quien se coronó tricampeona con la institución. "Tres títulos juntos y una historia que quedará para siempre en la memoria blanquiazul. Gracias por ser protagonista de este camino, por tu compromiso dentro y fuera de la cancha, y por ayudar a construir triunfos que recordaremos por siempre.", indicó Alianza Lima en un primer momento.

"Hoy nuestros caminos toman rumbos distintos, pero el agradecimiento permanece. Te deseamos muchos éxitos en todo lo que venga. ¡Gracias por todo, Maricarmen!", complementó el tricampeón peruano.

## Alianza Lima y sus salidas confirmadas

Alianza Lima, luego del tricampeonato, empezó a anunciar varias salidas. La primera, y más llamativa, fue la de Facundo Morando, que



logró dos títulos con la institución. Luego, empezó el desfile de las jugadoras. La primera en

anunciar su no continuidad fue Maeva Orlé. Después fue la argentina Elina Rodríguez. Días después la colombiana

Doris González. Y por último la norteamericana Meegan Hart.



**BESOS INFECCIOSOS**

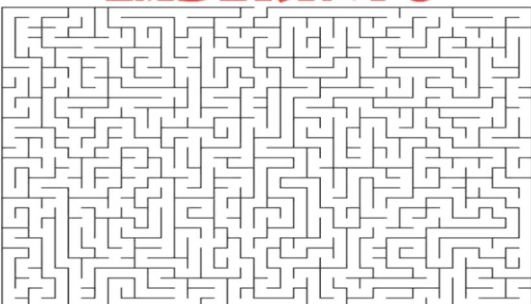
Quienes promocionan el beso, no sinceran los riesgos de contraer enfermedades que genera esta práctica afectiva. Conviene explicar los verdaderos riesgos para no correr riesgos que pueden resultar peligrosos. De tanto besar me contagiaron un mal que no quiero detallar. MARDONIO espera me explique todos los riesgos de esta práctica infecciosa.



**RESPUESTA:** Según los especialistas, en un beso íntimo de diez segundos se pueden transferir unos ochenta millones de bacterias. Aunque esto puede ayudar a algunas parejas de larga duración a diversificar sus bacterias bucales (incrementando su resistencia a otros microorganismos), el intercambio de saliva a menudo transfiere enfermedades.

El herpes labial es más comúnmente conocido como fuego en la boca. Se transmite por el contacto directo entre una zona infectada y una herida en la piel o una membrana mucosa. Un alto porcentaje de la población adulta tiene herpes oral, pero los síntomas no siempre son visibles. Los expertos estiman que cerca de un 20% de los nuevos casos de herpes genital están causados por esta cepa transmitida a través del sexo oral. Hay muchos tipos de virus que pueden causar meningitis viral, que es grave, pero no tanto como la meningitis bacteriana. La enfermedad se propaga de una persona a otra a través de las secreciones respiratorias. La polio es una enfermedad viral altamente infecciosa que afecta principalmente a los niños pequeños. El virus se propaga por el contacto oral o a través de comida o agua contaminadas. Las paperas son una infección viral que afecta a las glándulas salivales. Normalmente se propaga a través de la saliva de una persona infectada. La rubéola o rubeola es una enfermedad contagiosa causada por un virus transmitido a través de la saliva o la mucosa de una persona infectada. La gripe se transmite de una persona a otra, normalmente por la saliva expulsada al toser, estornudar o hablar. Una persona puede infectar a otra con el virus un día antes de mostrar los síntomas y hasta siete días después de contraer la enfermedad

**LABERINTO**



**< Une los puntos >**



**SUDOKU**

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

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



**MEDIOS DE TRANSPORTE**

- AMBULANCIA
- AUTOBÚS
- AUTOMÓVIL
- AVIÓN
- BARCA
- BARCO
- BICICLETA
- CAMIÓN
- CARRUAJE
- FUNICULAR
- GLOBO
- HELICÓPTERO
- LANCHA
- METRO
- MOTOCICLETA
- SUBMARINO
- TELEFÉRICO
- TRANVÍA
- TREN
- TRINEO

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

# ahora gramática



**ANUNCIE VENDA MAS**

**954949211**  
**976814796**

**DIARIO AHORA**

<p><b>ARIES</b></p> <p>Transitará una jornada realmente buena. Siempre y cuando sea optimista viendo el lado positivo a las cosas.</p>	<p><b>GEMINIS</b></p> <p>Necesitará aprovechar esta nueva etapa para llevar a cabo de forma exitosa los planes que tiene en mente hace tiempo.</p>	<p><b>LEO</b></p> <p>No de vueltas analizando tanto los problemas. Busque soluciones y aplíquelas de inmediato, de lo contrario, todo podría complicarse.</p>	<p><b>LIBRA</b></p> <p>Será el momento de abandonar las experiencias pasadas y pensar en transitar una vida diferente, sin miedos y rencores.</p>	<p><b>SAGITARIO</b></p> <p>Debería saber que lo primordial para alcanzar sus objetivos será estar siempre seguro de los deseos que tiene.</p>	<p><b>ACUARIO</b></p> <p>Durante la jornada, obtendrá la energía necesaria para poder emprender lo que siempre quiso. Vaya detrás del objetivo que más le interese.</p>
<p><b>TAURO</b></p> <p>Momento justo para cambiar la forma a su vida. Intente explorar lo desconocido y encontrará el sentido a su existencia.</p>	<p><b>CÁNCER</b></p> <p>La intuición que lo caracteriza lo guiará a la hora de tomar decisiones importantes. Siga sus impulsos y pronto verá los resultados.</p>	<p><b>VIRGO</b></p> <p>Será una jornada donde tendrá que poner toda la atención a las cosas que son importantes para su vida.</p>	<p><b>ESCORPIO</b></p> <p>Deje de sentirse frustrado y triste en su vida. Intente buscar lo positivo en cada situación que haya transitado.</p>	<p><b>CAPRICORNIO</b></p> <p>Hoy intente buscar la felicidad y la satisfacción en lo que hace. Si hay personas que lo estorban, trate de distanciarse.</p>	<p><b>PISCIS</b></p> <p>Probablemente en esta jornada se le presentará una situación y deberá buscar la solución a un conflicto. Trate de no involucrarse.</p>



## "Si está soltero, ¿por qué impedir las imágenes?": Magaly Medina responde a denuncia de Miguel Trauco

La conductora de Magaly TV, La Firme respondió públicamente luego de recibir una denuncia policial y dos cartas notariales enviadas por el futbolista, quien buscaba impedir la difusión de unas imágenes en las que aparece acompañado por una mujer durante una salida nocturna en Miraflores.

"No entiendo", señaló Medina al inicio de su programa tras leer parte de la denuncia presentada por el jugador. "No ha sido motivo de un acoso, ni seguimiento, ni reglaje, porque nos interesa tres pepinos lo que Miguel Trauco haga o deje de hacer", agregó. Pese al reclamo legal, el espacio emitió el reportaje. "Nosotros somos paparazzis y, si te encontramos en la calle haciendo algo que tú no quieres que yo saque, siendo una figura pública, pues te aguantas", afirmó la conductora antes de presentar las imágenes.

### ¿Por qué Miguel Trauco denunció a Magaly Medina?

Al inicio de su programa del 1 de junio, Magaly Medina informó que había recibido dos cartas notariales y una denuncia presentada por Trauco ante la División de Investigación Criminal (Depincri). Según explicó la conductora, el futbolista acusa al progra-

ma de presunta vulneración de su privacidad y de realizar un seguimiento constante a sus actividades personales.

"Nos dice, entre otras cosas, que no podemos pasar imágenes de él y que nos prohíbe difundir cualquier video grabado por nuestras cámaras", comentó Medina durante la emisión.

De acuerdo con la denuncia leída en el programa, Trauco sostiene que existe un seguimiento reiterado por parte del espacio televisivo desde hace varios años.

"El acoso de parte de ustedes es continuo, puesto que desde hace varios años vienen buscando sacar reportajes de acciones o conductas que pueda realizar como personalidad pública", señala el documento mostrado por la producción.

### La respuesta de Magaly Medina

La respuesta de la periodista no tardó en llegar.

Tras leer parte de la denuncia, Magaly Medina rechazó las acusaciones y aseguró que el futbolista deberá demostrar sus afirmaciones. "Yo reto a Miguel Trauco a que me demuestre que esto es así", respondió la conductora.

Además, explicó por qué considera que la denuncia no en-

caja dentro de la figura legal de acoso. "El acoso es una figura legal que tiene que demostrarse. Tienes que probar que existe un seguimiento sistemático y constante. También tienes que demostrar que ese supuesto acoso te ha causado un daño o una perturbación psicológica", afirmó.

Asimismo, cuestionó algunos de los argumentos presentados por el jugador respecto al supuesto seguimiento realizado por el equipo periodístico.

"Trauco miente cuando dice que nosotros lo hemos perseguido. También señala en la denuncia que lo seguimos desde su lugar de entrenamiento en el Callao. ¿Qué tiene? Ve fantasmas, está paranoico. ¿Qué nos interesará a nosotros Miguel Trauco?", sostuvo.

Finalmente, la conductora cuestionó la intención del futbolista de impedir la difusión del informe. "Si él dice que está soltero, ¿por qué tratar de impedir estas imágenes?", preguntó.

### Las imágenes difundidas por el programa

Según el informe emitido por Magaly TV, La Firme, Trauco fue captado durante la madrugada del domingo en Miraflores acompañado por una mujer.

Las imágenes muestran al futbolista llegando a una camioneta donde permaneció varios minutos antes de retirarse del lugar.

Horas antes de la emisión, Trauco publicó un mensaje en sus historias de Instagram en el que aclaró su situación sentimental.

"Ante cualquier información que pueda difundirse hoy, quiero aclarar que llevo tres meses soltero. Actualmente no mantengo ninguna relación sentimental y estoy enfocado en mi familia, mi carrera y mis proyectos personales", escribió.

El cantante Christian Domínguez y la conductora Karla Tarazona se dieron el 'Sí, acepto' tras contraer nupcias por civil en la notaría Rubi Vela Velásquez, ubicada en el distrito de San Borja, este martes, 2 de junio.

Para este evento, Karla lució un vestido corto blanco mientras que Domínguez vistió un saco plomo oscuro y pantalón negro.

Al matrimonio civil solo asistieron amigos y familiares cercanos.

Como se recuerda, previo a su unión, el conductor Rodrigo González, el popular 'Peluchín', cuestionó que la pareja haya decidido casarse un martes. "Los martes no te cases ni te embarques, pero ella sigue haciendo caso omiso (...). Bueno, ahora sí se casan de verdad", expresó.

### Las veces que Christian Domínguez y Karla Tarazona se casaron

## ¡Ya son esposos! Karla Tarazona y Christian Domínguez se casaron por civil: así fue su boda



En 2016, Domínguez y Tarazona habrían protagonizado una boda simbólica, que, como es de conocimiento, no tiene valor legal. En el caso de la conductora se trataría de su cuarto matrimonio. En 2008, se casó con el cantante Leonard León y tuvieron dos hijos, la unión llegó a su fin en 2013. En 2020, contrajo matrimo-

nio con Rafael Fernández y se divorciaron en 2023.

Por su parte, Christian Domínguez se casó por primera vez con Tania Ríos Ruesta en 2002. Años después, en 2006, volvió a casarse, esta vez con Melanie Martínez. Su tercer matrimonio sería con Tarazona.



LUZ

## SUSCRIPTORES

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



INFORMES: ☎ 918 684 169