

EL RUMBO

DE NUEVA YORK

P06 La opinión del Director

P08 Antes y después de Bad Bunny

P28 Anécdotas de
Gobernantes Dominicanos

P32 Reportaje de portada

P43 Trump aumenta los Aranceles

P52 La Columna del Doctor

P58 Energía vs. salud en USA

P60 El vino tinto dejó de
ser saludable

**ANA YCELA
MONTÁS**

ARQUITECTA | DOCENTE | VISIONARIA



CLIDEIMP

¡Implantando sonrisas!



Dra. April Robles



NUESTROS SERVICIOS



- 🦷 Clínica de Implantes
- 🦷 Regeneración ósea guiada
- 🦷 Prótesis sobre implantes dentales
- 🦷 Blanqueamiento dental con láser
- 🦷 Estética dental
- 🦷 Rotoque de sonrisa
- 🦷 Endodoncia (Root canal)
- 🦷 Periodoncia (Sangrado de encías)

CONSULTA
gratis
PRELIMINAR

Enviar vía correo electrónico.
Así como fotos y tomografías
de ser posible.

Av. Bolívar #353, Gazcue. Edificio Profesional
ELAMS II, Suite 4C. Santo Domingo, D.N.
draabrilrobles24@gmail.com



809.449.1401



Community family Health Center



**Dr. David
Lazala MD PC**
Humanos y Responsables...

**Dr. Alex
Gracia MD PC**



**Médicos a la antigua con
la más moderna tecnología**

 **126 Nagle Ave,
New York, NY 10040**

 **(929) 724-4300**
 **dr.lazalacfhc@gmail.com**



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

Junta Directiva

Dr. Radhamés A. Rojas | Presidente
 Roberquis Jiménez • Rolando Robles
 Sandy Montás • Dr. Albert Robles

Editor General / Director

Rolando Robles

Editores Asociados

Carlos McCoy • Jonathan Frómata

Editor Deportivo

Raúl Bretón

Concepto Gráfico y Diseño

Kevin Paulino | kevin.paulino@gmail.com

Marketing

Elías Barrera Corporán

Fotografía / Caricatura

Ambiorix Hernández • Teddy Peguero

Columnistas

Deyana Reyes • Mercedes Peralta • Maggie Cas
 Dr. Roberto Fernández • Leonardo Gil
 Samuel Sánchez • Francis Robles • Eliezer Bueno



CONTENIDO

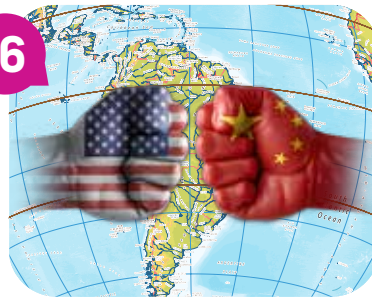
FISCAL GENERAL DE NYC ADVIERTE SOBRE ALGORITMOS EN LOS PRECIOS

Al rechazar los aranceles del presidente Trump, los seis jueces conservadores de la corte mostraron sutiles diferencias en su visión del Poder Ejecutivo. **Pag. 13**

AMÉRICA LATINA EN LA MIRA DE LAS GRANDES POTENCIAS

Quien observe la política exterior estadounidense a largo plazo percibe menos un cambio de rumbo que un retorno a la continuidad histórica. **Pag. 16**

16



CUANDO EL ESPAÑOL DESAFIÓ AL PODER EN EL SUPER BOWL

Mientras en Estados Unidos algunos sectores endurecen su discurso sobre inmigración y frontera, la industria del entretenimiento valida masivamente la identidad latina como parte central del relato nacional. **Pag. 22**

22



ANÉCDOTAS DE GOBERNANTES

Un domingo en la mañana, creo que en 1969, -acompañado de los corresponsales Temístocles Metz, de El Caribe, y José A. Tejeda, del Listín Diario- estuve en Pizarrete, Baní, donde Balaguer inauguraba una escuela. El anillo de seguridad ya nos conocía y permitía acceder a distancia de la mesa presidencial. **Pag. 28**

28



UN DÍA TÍPICO EN LA JUNGLA PUERTOPLATEÑA

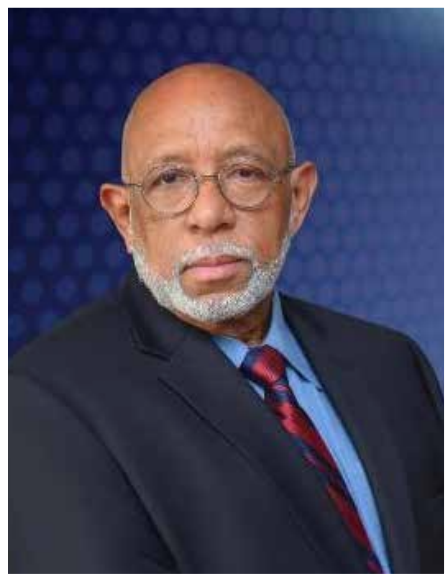
Previa invocación a los espíritus protectores y a mis ancestros ya desaparecidos para que alejen de mi camino a las bestias urbanas que pululan en la fauna de esta ciudad, emprendí con mi mujer el camino hacia el supermercado. **Pag. 38**

38



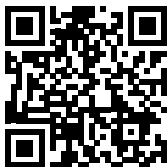
RESTO DEL CONTENIDO

Antes y después de Bad Bunny.....8
 El dedo corazón de Donald Trump.....18
 La Música y la Patria.....24
 Lealtad o sentido común.....27
 Trump aumentará el arancel al 15%.....42
 Viernes 13: Anatomía de un miedo colectivo.....48
 ¿Hay azúcares «menos malos» que otros?.....54
 Trump elimina norma climática.....58



EDITORIAL

Esta es una realidad que no hay forma de negarla pero, también es un tema tabú y hay que tratarlo con sumo cuidado, porque toca muy de cerca las bases de sustentación de nuestra fe religiosa y es posible que genere efectos contrarios al deseado, pero hay que tratarlo, ese es mi deber con ustedes.



 **El Rumbo de Nueva York**

 **@elrumbodenuvayork**

Día Internacional de la Mujer

La mujer como ente social, ha sido discriminada por el hombre desde el momento mismo de la Creación y él, en su afán por mantener el dominio concibe a Dios como “macho” y justo ahí se inicia lo que conocemos como “misoginia” o sea, el odio hacia la mujer por el simple hecho de ser mujer.

Esta es una realidad que no hay forma de negarla pero, también es un tema tabú y hay que tratarlo con sumo cuidado, porque toca muy de cerca las bases de sustentación de nuestra fe religiosa y es posible que genere efectos contrarios al deseado, pero hay que tratarlo, ese es mi deber con ustedes.

De todas maneras, en marzo celebramos con júbilo el Día Internacional de la Mujer y yo espero que en nuestro país dejemos de matar mujeres por el simple hecho de que no queremos compartirla; porque total, los hombres somos mas infieles y promiscuos que la mayoría de mujeres que conocemos.


Rolando Robles
Editor General

El sentido común — convoca al — pacto político



REDACCION

WWW.ELRUMBODENUEVAYORK.NET

El asunto surgió a la luz de las elecciones del año 2020, por lo menos para mí que seis años después, les escribo desde una ciudad cubierta por un manto blanco que solo deja espacio para la reflexión, junto al acompañante ideal, el apreciado tinto de mi greca, tostado al estilo “habanero expreso”, **Caliente, Amargo, Fuerte y Escaso**; como debe ser.

Nueva York, vestida de novia por obra y gracia de una “dichosa” tormenta invernal -que espero sea la última de la tempora-

da- invita a una visita al confesionario, que debe ser de manera pública. De seguro, a los beneficiarios de la sentencia que del sacramento se desprende, les va a resultar un tanto indeseado -aunque ineludible- aceptar sus términos.

Pero será solo al principio, porque una vez las partes conozcan y entiendan los hechos y sus consecuencias, el sentido común se va a imponer; claro, si es cierto que son políticos de profesión.

Amigo lector, le estoy hablando de la obligatoriedad de un pacto político-electoral entre el partido de gobierno, el **PRM** y el partido de oposición, el **PLD**. Aunque

los dos se van a oponer inicialmente -por aquello del fanatismo de sus militantes y dirigentes- se puede asegurar que ambas agrupaciones tienen motivos más que suficientes para analizar y tratar de implementar la propuesta.

¿POR QUÉ LOS DOS PARTIDOS DEBEN PACTAR?

Porque tienen un enemigo común, que es **Leonel Fernández** y si su partido gana las elecciones en el 2028, el PLD estará a un paso de desaparecer, debido a que los peledeístas -en buena cantidad- se moverán a la **Fuerza del Pueblo**, donde militan sus antiguos camaradas; y por su parte, el PRM sería desalojado del poder.

El posicionamiento actual del PLD le augura un modesto tercer lugar y aunque es muy temprano para definirlo, no se ve con claridad un candidato que pueda vencer a la FP y menos aún al PRM que, aun y cuando pasa por un momento un tanto incierto, es el partido de gobierno. Esto significa que si el partido moderno se mantiene cerca del 40% en la intención de voto -como muestran las encuestas- desde el Estado sí puede agregar ese 10% o 12% para ganar en primera vuelta.

Si no lo logra, todavía puede compactar una alianza ganadora en el balotaje, pues tiene de su parte mayores recursos de negociación. Pero cuidado, la apuesta debe ser **“ganar en primera vuelta desde el principio”**, porque el efecto emocional del votante en momentos de indefinición tiende a manifestarse contra el gobierno de turno.

¿QUÉ ALCANCE TENDRÍA ESTE PACTO?

La propuesta sería tentadora para el PLD -sobre todo- si se pacta públicamente en el orden congresual y municipal en unas 20 provincias y en 60 municipios por lo menos. Se trata de que los morados aseguren -con este acuerdo- sobre 15 diputados, 5 senadores, 25 alcaldías, y no imagino cuantos regidores, con el respaldo del PRM, que a su vez recibiría el apoyo del PLD en igual número de provincias y municipios.

El soporte de candidaturas de otros partidos de forma "no pública" es una práctica ampliamente conocida y dominada a la perfección por las tres organizaciones mayoritarias. Los partidos saben como hacerlo; solo hay que pensar en la forma que ganó **Omar Fernández** la senaduría del Distrito Nacional con los votos del PRM. De modo que no hay que hablar y mucho menos escribir sobre el asunto.

¿QUÉ GANA EL PUEBLO DOMINICANO CON ESTA ALIANZA?

El aspecto mas relevante y conveniente para los dominicanos es que desmitifica la falsa creencia de que un partido es bueno -si es el mío- y muy malo si es el tuyo. Esto nos ayudaría a entender que no hay diferencia sustancial entre los partidos del sistema, ni a la luz del discurso de campaña, ni en su accionar cuando llegan a manejar el Gobierno.

Cuando en una comunidad se presenta un candidato con el apoyo de partidos que se entiende son contrarios, el nivel de confrontación baja de inmediato, porque la gente lo percibe como un amigo de todos; y en consecuencia su ejercicio político en el cargo fortalece la imagen de que "**el Gobierno es para todos**", no como antes, "**que era solo para los de mi partido**".

Los ciudadanos que resultan elegidos representan a todos los votantes, incluidos los que no votaron por ellos, porque ese es el espíritu de la democracia: "gobernar para el pueblo, no para un grupo".

Este ejercicio de pluralidad hay que verlo en el contexto de la práctica política operante y en lo que parece ser la tendencia que en cada elección va imponiendo el votante común. Hoy día, el abstencionismo sostenido es la prueba inequívoca de que el ciudadano no está conforme con el



sistema partidario actual. Cada vez el número de ausentes en las urnas es mayor. Y por ello los gobiernos resultantes serán de minorías.

LA EDAD DE LOS GOBERNANTES EN EL MUNDO ACTUAL

La tendencia es hacia la gerontocracia, o sea, ser gobernados por ancianos. Solo en cincuenta años, la edad promedio de los gobernantes del mundo se elevó a casi una década -de 53 años en 1960 a 62 años en 2010- y se mantiene subiendo.

Pero con ello también han aumentado las grandes preocupaciones del mundo: **cambio climático, agresión al medio ambiente, posible guerra nuclear, inseguridad alimentaria, reparto del mundo por parte de la potencias, desigualdad y pobreza**; y además, una serie de daños colaterales que se desprenden de estas dificultades.

Solo como punto de referencia noten esta realidad: **Donald Trump, Vladimir Putin, Xi Jinping, Lula Da Silva, Friedrich Merz, Narendra Modi, Prabowo Subianto, Bola Tinubu, Mohammed Shahabuddin, Asif Ali Zardari, Taye Atske Selassie y Abdel Fattah el-Sisi**, son un grupito de viejos que no llegan a 15, con más de 70 años de edad c/u, gobiernan un puñado de países de los más ricos y de los más pobres del mundo, no alcanzan el 8% de las **Naciones Unidas** y tienen el 60% de la población del globo terráqueo.

CON ESE PANORAMA, ¿UD. CREE QUE TIENE SENTIDO SER GOBERNADOS POR VIEJOS?

Daniel Stockemer, profesor de Ciencias Políticas en Ottawa University nos grafica

el problema: "**la edad media de los líderes duplica la de la población mundial y ello evidencia un desfase estructural entre gobernantes y gobernados**".

En realidad esto no nos dice que los gobernantes ancianos traen más problemas y dificultades a la gente, pero sí sugiere que el papel ideal de nosotros -los que ya hemos acumulado siete décadas- no es estar al mando del Poder Ejecutivo sino al lado, asesorando a los cincuentones que deben ser los que gobiernen.

Yo sé que este razonamiento no tiene el rigor científico que mi generación siempre demandó. Los **babyboomers** nacimos, crecimos y moriremos exigiendo que nos rindan cuentas; y ese papel no lo vamos a abandonar porque estemos cerca de la tumba sino, por el contrario, "**encaminar y empoderar a la juventud es la única labor honrosa que podemos concebir, para despedirnos de la vida con dignidad**".

Para pausar esta conversación, solo quiero llamar la atención sobre el escenario nacional, que fue mi punto de entrada al tema. La motivación inicial de mi postura es sin duda un asunto de simple conveniencia política partidaria, aun y cuando yo no milito orgánicamente desde hace más de 20 años en partido alguno.

Pero fíjese usted amigo lector, como las piezas van encajando en este laberinto y empujándonos a conclusiones que de plantearlas inicialmente, hubieran resultado contaminantes. Si **Luis Abinader** apenas se acerca a los sesenta años, su sucesor debe ser alguien de su misma generación, la **Generación X**, no importa de cual de los tres partidos mayoritarios sea.

¡Vivimos, seguiremos disparando!

Seguimos aquí: antes y después de Bad Bunny

(1era. parte)

Los represores olvidan que lo latino es sustento del país de migrantes que es USA. El miedo que orilla tantas voces también da cauce a distintas formas de resistencia. De Minneapolis a El Paso, de Iowa a Nuevayol, la escritora mexicana Cristina Rivera Garza traza una cartografía de la pujanza cultural latina al norte del río Bravo.

CRISTINA RIVERA GARZA

DIRECTORA DEL DOCTORADO EN ESCRITURA CREATIVA EN ESPAÑOL
HOUSTON UNIVERSITY
[HTTPS://ELPAIS.COM/](https://elpais.com/)

Cada fin de semana había carnes asadas. Casi todas ocurrían en la parte posterior de las casas, las famosas backyards que obligaron a gran parte de los americanos de la segunda mitad del siglo XX a dirigir la mirada y la alegría hacia adentro, y no hacia fuera, por medio del porche. Aun así, el aroma y el sonido no reconocen fronteras.

La música norteña, los gritos de los niños, las carcajadas, y hasta los cuchicheos se saltaban las bardas, metiéndose en la estructura misma del barrio: los calles y los puentes, las ciclistas y los bayous, las tienditas de la esquina. Los olores a especias simples y a carbón ardiente se encaramaban al cielo y luego descendían, colgándose de las frondas de los encinos y las magnolias para anunciar que la riguro-

sa semana de trabajo había quedado atrás y se aproximaba, exuberante y menor al mismo tiempo, jacarandosa y puntual, la fiesta.

Todo eso desapareció este año. Para calibrar el impacto del concierto de Bad Bunny habría que hacer una pausa y escuchar en todo detenimiento el peso ensordecedor de ese silencio en el barrio. El miedo primero y la precaución después nos han conminado a cerrar las puertas y espiar por las mirillas.

El terror, cuyo objetivo inmediato es paralizarnos y dejarnos sin lenguaje, ha cumplido su tarea con eficacia, forzándonos a un esmero inusual en la selección del vocabulario. Incluso la mirada ha tenido que entrenarse para reconocer de lejos la

amenaza, que se aproxima.

El énfasis en la fiesta y la alegría que produce, en el baile y la carga erótica del roce de los cuerpos, en los nombres que nos nombran y por los cuales nos reconocemos, no es una cosa menor cuando la política pública insiste en borrarlos a nosotros en el presente y a nuestros ancestros en el pasado y nuestro legado en el porvenir.

Poco importa que el término América Latina sea otra maquinación colonialista europea cuando los que nos reconocemos como Latinos o Latines o Latinx en USA sabemos que, juntos, conformamos el sustento laboral y cultural de este país de migrantes. Poco importa si la hipersexualización de los cuerpos y los puestos de tacos y los negocios para arreglarse las uñas





Actuación del cantante puertorriqueño

Bad Bunny en el medio tiempo de la Super Bowl LX, en Santa Clara, California, el 8 de febrero del 2026.



("lo único más poderoso que el odio es el amor") con que cerró el Super Tazón se diseminó a gran velocidad a través de la red política y emotiva que han ido construyendo históricamente distintos movimientos sociales, más recientemente las protestas en las calles gélidas de Minneapolis.

Todos los hemos visto insistir una y otra vez a pesar de las bajas temperaturas y los gases lacrimógenos: es nuestro barrio, son nuestros vecinos, somos nosotros mismos. Y la utilización de ese primer pronombre del plural no es una cosa menor en una sociedad adiestrada en el más descarnado individualismo. Pero hay más, tanto en Minneapolis como en otros sitios: los que llevan comida a los que no pueden salir de casa, los que entretienen a niños encerrados por temporadas largas, los que cuelgan banderas mexicanas en las defensas de sus camionetas para distraer al enemigo. Cada gesto cuenta, y eso bien lo saben los escuadrones de la muerte que se dan a la tarea de perseguirlos sin cuartel.

Bad Bunny cantó en español, sin subtítulos y con orgullo, provocando el enojo de algunos y emocionándonos hasta las lágrimas a tantos. Pero hay que recordar que la lucha lingüística por el español no es cosa nueva tampoco.

El español, que al sur del Río Bravo ha sido sin duda una lengua del imperio, amparada por el Estado y protegida por su ejército, como dicen los lingüistas, se ha convertido en una herramienta de resistencia material y cultural al cruzar la frontera en los cuerpos y la memoria colectiva de tantos migrantes.

Los poderosos quieren denigrarla, llamándola una lengua de trabajo o una lengua de segunda, pero para los casi 60 millones de hablantes que la practicamos a diario en las entrañas del imperio sabemos que, con orgullo, además de ser una lengua de trabajo, es la energía comunitaria con la que producimos e imaginamos otras ciudades, otros mundos, otras maneras de seguir aquí.

y el niño que duerme sobre las sillas mientras la fiesta no cesa constituyen estereotipos que refuerzan papeles subalternos en la gran noche capitalista si es justo así, justo ahí, donde también ocurre la subversión cotidiana de donde sale la gasolina, dame más gasolina, para continuar.

Para calibrar el impacto del concierto habría que escuchar el silencio en el barrio. El miedo nos ha conminado a cerrar las puertas, pero el concierto de Bad Bunny, tan portentoso como ha sido, no se llevó a cabo aisladamente ni en un vacío social.

El miedo, que con toda justificación nos ha orillado al silencio y a la invisibilización forzada, también ha dado cauce a distintas formas de resistencia, unas más vistosas que otras. Ese mensaje de empatía radical

Por eso es la lengua con la que cantamos. Y también es la lengua con la que escribimos y publicamos. De entre las numerosas editoriales que han apoyado la producción literaria en español, rescato a la más longeva: Arte Público Press, que a través de proyectos de investigación no solo han rescatado autores de entre las páginas polvosas de los periódicos antiguos, sino que publican a autores que se mueven entre el inglés y el español para audiencias infantiles, juveniles y de adultos.

La existencia de programas de escritura creativa en español ha sido fundamental en el pasado y lo será en el futuro. Desde Iowa hasta El Paso, pasando por la Universidad de Houston, estos programas nos recuerdan que el español es un idioma vivo, mutante, alerta, en el que se reta el límite de lo imaginable, que es también el límite de lo posible.

Ahí se formaron escritores ahora reconocidos como Yuri Herrera, y autoras que apenas salen a dar la batalla, como Natalia Trigo, cuya primera novela, *El fin del Verano*, aparecerá pronto en España con la editorial Almadía, o como Raquel Abend, cuya novela *Bloat* aparecerá primero en la traducción al inglés de Lizzie Davies, con Graywolf Press.

No se pierda la Segunda Parte en la próxima edición....





División entre conservadores de la Corte Suprema podría poner a prueba la agenda de Trump

Al rechazar los aranceles del presidente Trump, los seis jueces conservadores de la corte mostraron sutiles diferencias en su visión del Poder Ejecutivo.

ANN E. MARIMOW
[HTTPS://WWW.NYTIMES.COM/](https://www.nytimes.com/)

La contundente derrota del presidente **Donald Trump** ante la Corte Suprema el viernes, se produjo porque los seis jueces conservadores discreparon sobre la legalidad de los aranceles de propuestos por el Presidente.

Esta división subrayó las diferentes visiones del poder presidencial y el papel del Congreso, y tiene implicaciones sobre la forma en que la corte podría abordar futuros casos relacionados con la agenda del presidente Trump.

El presidente del tribunal, **John G. Roberts Jr.**, redactó la opinión mayoritaria de la corte (6 a 3), que concluyó que el presidente se había excedido en su autoridad al usar un estatuto de emergencia para im-

poner aranceles exorbitantes a casi todos los socios comerciales de USA sin la aprobación del Congreso. El juez Roberts estuvo acompañado por los tres liberales de la corte y dos de los nominados por Trump: **Neil M. Gorsuch y Amy Coney Barrett.**

El juez **Brett M. Kavanaugh**, el tercer nominado por el presidente, disintió, junto con los jueces **Clarence Thomas y Samuel A. Alito Jr.**, ambos conservadores acérrimos.

La división parece deberse en parte a la deferencia que los jueces consideran se debe a un presidente, tras declarar un estado de emergencia y a su opinión sobre el margen de maniobra que el Congreso pretendía otorgarle para la gestión de los asuntos exteriores.

Jonathan Adler, profesor de derecho en William & Mary University, afirmó que

si bien era “tentador ver a un tribunal con una super mayoría conservadora como un monolito”, su fallo sobre los aranceles puso de relieve grandes diferencias entre los jueces.

La decisión fragmentada, incluyendo las opiniones escritas contrapuestas de los jueces conservadores, “refuerza la existencia de diferencias importantes y sutiles en la forma en que los conservadores entienden los límites del poder ejecutivo y su relación con el Congreso”, añadió el profesor Adler.

Las divisiones sugieren que -en casos relacionados con el poder presidencial- la administración Trump y quienes han cuestionado sus políticas en los tribunales, no pueden asumir que los jueces nominados por presidentes republicanos verán las cosas de igual forma.

La división también facilita que los liberales de la corte forjen coaliciones, en particular con el presidente del Tribunal Supremo y la juez Barrett, que podrían hacer que las acciones en la corte sean impredecibles en el futuro. La separación ha sido menos clara en otras interacciones recientes de la corte con Trump.

En los meses previos al regreso del Presidente al cargo, la corte se dividió ideológicamente al otorgarle a Trump inmunidad esencial frente al enjuiciamiento. Desde entonces, la mayoría conservadora de la corte ha aprobado la mayoría de sus solicitudes de emergencia, permitiéndole tem-

poralmente despedir a líderes de agencias independientes sin causa justificada, retirar a las tropas transgénero del ejército y eliminar las protecciones contra la deportación para cientos de miles de migrantes.

Esas órdenes no estaban firmadas, pero los miembros del bloque conservador rara vez manifestaron su desacuerdo con que Trump se saliera con la suya. Pero esas decisiones fueron provisionales. La decisión sobre los aranceles marcó la primera vez que la corte emitió un juicio definitivo sobre la legalidad de un aspecto de la agenda de Trump.

Y no será la última. La corte aún está sopesando la autoridad del Presidente para destituir a un miembro de la poderosa Junta de la Reserva Federal y si puede despedir reguladores independientes a voluntad, a pesar de las protecciones de la titularidad promulgadas por ley. El 1 de abril, la corte escuchará argumentos sobre si Trump puede eliminar la ciudadanía por nacimiento.

“Con tantos otros casos pendientes sobre cuestiones relacionadas con el Poder Ejecutivo, es muy pronto para declarar ganadores y perdedores en este mandato, en lo que respecta al presidente”, declaró **Gregory G. Garre**, quien se desempeñó como procurador general durante la administración de **George W. Bush**.

En una desafiante conferencia de prensa tras el anuncio de la decisión de la corte el viernes siguiente, Trump pareció dividir

a los jueces conservadores en dos bandos. Atacó a los jueces que fallaron en su contra. “Me avergüenzo de ciertos miembros de la corte, me avergüenzo profundamente por no haber tenido el coraje de hacer lo correcto para nuestro país”, declaró.

También afirmó que la incorporación de los jueces Gorsuch y Barrett a la mayoría fue “una vergüenza para sus familias. No quiero decir si me arrepiento de haberlos nominado; pero creo que su decisión fue terrible”.

El Presidente agradeció a los jueces disidentes por su nombre. En una publicación en redes sociales, escribió que tenían “fuerza, sabiduría y amor por nuestro país, que ahora mismo está muy orgulloso de ustedes”.

Hasta 2020, los jueces propuestos por presidentes republicanos contaban con una ajustada mayoría de 5 a 4. Esta mayoría se consolidó cuando Trump nominó a la juez Barrett tras el fallecimiento de la juez liberal **Ruth Bader Ginsburg**.

Sin embargo, la decisión del viernes rechazando la novedosa iniciativa económica de Trump rebasó las fronteras ideológicas. Pero incluso en la gran coalición de conservadores y liberales, hubo fuertes desacuerdos.

Los jueces expusieron su razonamiento en 4 opiniones concurrentes separadas, lo que podría indicar por qué la corte tardó más de 3 meses en emitir su fallo tras la presentación del caso a principios de no-



Los jueces de la Suprema Corte de Estados Unidos el 7 de octubre de 2022 durante una foto oficial de grupo en la Suprema Corte en Washington, DC, Estados Unidos.

viembre.

La opinión del viernes “desmiente la idea de que la Corte Suprema es controlada por el Presidente y, además, hace que su enfoque sobre cuestiones del poder presidencial en la era Trump 2.0 sea más claro y matizado”, dijo **Jack Goldsmith**, profesor de derecho de Harvard y ex abogado destacado del Departamento de Justicia durante el gobierno de George W. Bush, en su blog.

El mayor desacuerdo entre los jueces fue sobre si aplicar la llamada doctrina de las cuestiones importantes, y cómo hacerlo, que exige al Congreso utilizar un lenguaje claro para autorizar medidas ejecutivas con vastas consecuencias económicas y políticas.

El presidente del Tribunal Supremo, Roberts, afirmó que el presidente Trump no podía “señalar una autorización clara del Congreso para justificar su extrema afirmación de la facultad de imponer aranceles”. Invocó el mismo principio en 2023 para invalidar el programa de condonación de préstamos estudiantiles del presidente **Joseph R. Biden Jr.**

El presidente del Tribunal Supremo, Roberts, y el juez Kavanaugh, con trayectorias similares, suelen votar juntos y ambos son firmes defensores del Poder Ejecutivo. Los dos trabajaron como abogados en las administraciones de presidentes republicanos: Roberts, para **George Bush padre** y Kavanaugh, para **George Bush hijo**. Sin embargo, el viernes se distanciaron debido a la doctrina de las cuestiones importantes.

El juez Kavanaugh se ha adherido a decisiones que aplicaron doctrina en el pasado, pero ha afirmado que no se aplica en materia de asuntos exteriores, ni a la facultad del presidente para declarar una emergencia nacional, como hizo Trump al imponer aranceles.

“En el ámbito de los asuntos exteriores, los tribunales reconocen que el Congreso a menudo otorga deliberadamente flexibilidad y discreción al Presidente, para defender los intereses de USA”, escribió el juez Kavanaugh, junto con los jueces Thomas y Alito.

Esto coincidió con las opiniones del juez Kavanaugh como juez del Tribunal de



El presidente Donald Trump, a la izquierda, y el presidente del Tribunal Supremo, John Roberts, se dan la mano durante una sesión conjunta del Congreso.

El presidente del Tribunal Supremo, Roberts, afirmó que el presidente Trump no podía “señalar una autorización clara del Congreso para justificar su extrema afirmación de la facultad de imponer aranceles”. Invocó el mismo principio en 2023 para invalidar el programa de condonación de préstamos estudiantiles del presidente Joseph R. Biden Jr.



Apelaciones de los Estados Unidos para el Circuito de Washington DC y en su dictamen del año pasado en un caso que involucraba a la Comisión Federal de Comunicaciones, en el que afirmó que la doctrina de las cuestiones importantes “no ha sido aplicada por este tribunal en los contextos de seguridad nacional o política exterior”, porque “no refleja la intención ordinaria del Congreso en esas áreas”.

El asunto dividió incluso a la mayoría, ideológicamente diversa, en la decisión del viernes. La juez **Elena Kagan**, junto con los otros 2 liberales, afirmó que no era nece-

sario aplicar la doctrina, ya que el lenguaje de la Ley Internacional de Poderes Económicos de Emergencia de 1977, que Trump utilizó para imponer aranceles, conocida como IEEPA, claramente no le permitía hacerlo.

“En definitiva, el proceso legislativo ayuda a garantizar que cada uno de nosotros tenga un interés en las leyes que nos rigen y en el futuro de la nación”, escribió la juez en un dictamen concurrente de 46 páginas.

Y añadió: “Para algunos, el peso de esas virtudes es evidente hoy. Para otros, no parece tan obvio. Pero si la historia sirve de guía, la situación cambiará y llegará el día en que quienes se sientan decepcionados por el resultado de hoy apreciarán el proceso legislativo como el baluarte de la libertad que es”.

Aunque llegaron al mismo resultado, los jueces Barrett y Kagan cuestionaron por separado la opinión del juez Gorsuch sobre sus escritos.

El Sr. Garre declaró en un correo electrónico que, incluso con la diversidad de opiniones entre los jueces, “es difícil no ver la decisión, sin embargo, como una extensión, y quizás el paso más importante, de la renuencia del tribunal a inferir amplias concesiones de autoridad ejecutiva ocultas en el lenguaje estatutario habitual”. No obstante, la decisión del viernes de rechazar la emblemática iniciativa económica de Trump trascendió las ideologías.

Fiscal General de NYC advierte sobre algoritmos en los precios

La Fiscal General de NYC, Letitia James, emitió hoy un alerta al consumidor advirtiendo a los neoyorquinos sobre la fijación de precios algorítmica y animándolos a denunciar los casos de empresas que utilizan este sistema sin informarlo adecuadamente.

La fijación de precios algorítmica permite a las empresas ajustar automáticamente los precios basándose en los datos personales de los consumidores, cobrando a algunos más que a otros según factores como su ubicación, ingresos y hábitos de compra anteriores.

El 10 de noviembre entró en vigor la **Ley de Divulgación de Precios Algorítmicos de Nueva York**, que exige a la mayoría de las empresas que utilizan este sistema mostrar claramente un aviso notificando a los consumidores que los precios se establecen utilizando sus datos personales.

La Fiscal General James insta a los neoyorquinos que crean haber sufrido la aplicación de precios algorítmicos sin la debida información a presentar una queja ante la Oficina de la Fiscal General (OAG).

“La ley es clara: si las empresas utilizan la fijación de precios algorítmica, deben notificar a los consumidores, los neoyorquinos merecen saber si su información personal se utiliza para fijar los precios que pagan y si las empresas cobran precios diferentes por los mismos productos”; declaró la funcionaria.

“No dudaré en tomar medidas contra quienes intenten engañar a los neoyorquinos y utilicen su información personal para manipular los precios sin su conocimiento”.



Fiscal General de Nueva York, Letitia James.

Las empresas que implementan precios algorítmicos, también conocidos como precios de vigilancia, utilizan los datos personales de los clientes para establecer precios individualizados.

Estos sistemas de precios se utilizan con mayor frecuencia en las aplicaciones de las empresas o como parte de programas de fidelización, donde los consumidores pueden recibir un descuento individualizado que ofrece un precio diferente y personalizado.

Algunos ejemplos recientes incluyen clientes a los que se les cobra más por las habitaciones de hotel al reservar desde un código postal de altos ingresos y clientes de **Target** a los que se les incrementan los precios al navegar en línea dentro de una tienda Target.

Los neoyorquinos pueden seguir estos consejos para determinar si se les están

ofreciendo precios algorítmicos personalizados:

- Compare el precio que se le ofrece en línea con el precio que aparece para el mismo producto ofrecido a otros. Si se le ofrece un precio diferente, es posible que se haya establecido utilizando sus datos personales.
- Compare los descuentos que le ofrece una empresa, especialmente los que se ofrecen dentro de su aplicación o cuenta en línea, con los que se ofrecen a otros. Si recibes un descuento que solo tú puedes ver, es probable que sea personalizado y que se haya establecido utilizando tus datos.

- Compare el precio de un artículo antes y después de realizar una acción que la empresa donde compra pueda rastrear. Por ejemplo, si te ofrecen un precio diferente después de buscar el artículo en otro sitio web o comprar en una tienda nueva, podría ser una señal de que el precio se establece utilizando tus datos personales.

La Ley de Divulgación de Precios Algorítmicos de Nueva York exige que la mayoría de las empresas incluyan una declaración clara y visible cerca de los precios que diga: “Este precio fue establecido por un algoritmo, usando tus datos personales”

La Fiscal General James anima a los consumidores a presentar quejas ante la **Oficina del Fiscal General (OAG)** si se encuentran con precios algorítmicos que no se divulgan correctamente. Las empresas que no cumplan con la ley pueden enfrentar una multa de \$1,000 por cada infracción.



ORGANIC PRINCESS

Feel the magic of natural

Use our specialized face creams

Organic Princess Skin Care

Health / Beauty

Company dedicated to the production of natural and artisanal products for our care.



I Feel the magic of nature!



📍 621 E 29th St New Jersey, NJ 07504, United States

📞 **201-898-4195**

✉️ op@organicsprincess.com

📌 organic princess

🌐 www.organicsprincess.com



La Vida es Rica



60
ANIVERSARIO

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

T. +1 (809) 563-7422

C. sciente@gruporica.com



@Ricacomunidad

América Latina en la mira de las grandes potencias



Quien observe la política exterior estadounidense a largo plazo percibe menos un cambio de rumbo que un retorno a la continuidad histórica. Desde la Doctrina Monroe de 1823, Estados Unidos ha considerado el hemisferio occidental como un espacio central de seguridad.



CLAUDIA HERRERA PAHL

América Latina en una encrucijada. Rara vez la región ha estado tan intensamente atrapada entre la rivalidad de las grandes potencias, las tensiones políticas internas y una profunda reorientación económica como en 2026.

Lo que durante mucho tiempo fue considerado un espacio geopolítico secundario vuelve a situarse en el centro de la política internacional. Este 2026 podría convertirse en un año geopolítico decisivo para el continente americano. Así lo analizan y coinciden expertos alemanes reu-

nidos en la ponencia Latinoamérica entre tensiones políticas, estabilidad y seguridad, organizada por la Akademie für Politische Bildung (Academia de Educación Política) en Tutzing, Alemania.

EL RETORNO DE LA LÓGICA ESTRATÉGICA

Estados Unidos adoptó una postura claramente más firme hacia la región. Las cuestiones de seguridad dominan la agenda: migración, narcotráfico, control fronterizo y contención de tendencias autoritarias. Al mismo tiempo, la política comercial se utiliza cada vez más como instrumento geopolítico. Aranceles, renegociaciones de acuerdos y vinculaciones estratégicas recuerdan una lógica clásica de poder.

Quien observe la política exterior estadounidense a largo plazo percibe menos un cambio de rumbo que un retorno a la continuidad histórica. Desde la Doctrina Monroe de 1823, Estados Unidos ha considerado el hemisferio occidental como un espacio central de seguridad. Las intervenciones y la influencia política han formado parte de su práctica exterior. Lo novedoso hoy no es tanto el interés como el tono: más directo, menos normativo y más explícitamente estratégico.

En opinión de **Lisa-Marie Geltinger**, asistente de investigación en la cátedra de Política Internacional y Relaciones Transatlánticas de la Universidad de Ratisbona y miembro asociado del Centro para el Orden Medio y Global en Berlín (CMEG), la más reciente intervención de Estados Unidos en Venezuela con la captura de **Nicolás Maduro** "puede ser catalogada de ilegal según el derecho internacional, pero es políticamente legítima".

En el trasfondo se encuentra la rivali-

dad sistémica con China (e indirectamente también con Rusia). Las grandes potencias rara vez toleran competidores estratégicos en su esfera de influencia. Esta lógica pesa más que los argumentos morales en la configuración actual de la política regional.

“Si bien actualmente no existen bases militares operadas por China o Rusia en la región latinoamericana, sus vínculos económicos y su presencia en puertos clave podrían traducirse en una posible acción militar, transformando un riesgo, o incluso uno percibido, en una amenaza real”, sostiene Geltinger.

Esto también permite cierta proyección de poder. Y, naturalmente, Estados Unidos preferiría mantener esto bajo su control en lugar de depender de China, que es en última instancia su mayor competidor y rival en la actualidad.

CHINA COMO ACTOR ECONÓMICO ESTRATÉGICO

China ha ampliado de manera sistemática su presencia en América Latina. Inversiones en puertos, proyectos energéticos, infraestructura y explotación de recursos naturales generan nuevas dependencias. Especialmente relevantes son el litio y el cobre, recursos clave para la movilidad eléctrica, la digitalización y las tecnologías militares.

China se ha establecido como el principal socio comercial de la mayoría de los países suramericanos y superó desde hace tiempo a Estados Unidos en este aspecto.

Para muchos países latinoamericanos, el capital chino resulta atractivo por su rapidez y por la ausencia de fuertes condicionamientos políticos. Sin embargo, la presencia económica puede traducirse en influencia estratégica. Desde la perspectiva de Washington, esto representa un riesgo que va más allá del comercio.

Así, América Latina se convierte en escenario de competencia global no tanto ideológica como estructural.

MIGRACIÓN, DROGAS Y CRISIS ESTRUCTURALES

La migración sigue siendo un punto neurálgico. El endurecimiento de las políti-



El presidente de Estados Unidos, Donald Trump, saluda al presidente chino Xi Jinping antes de una reunión bilateral en la base aérea de Gimhae, en Busan, Corea del Sur.



cas de deportación y la externalización del control migratorio transforman las dinámicas regionales. Al mismo tiempo, el tráfico de drogas sintéticas como el fentanilo intensifica las tensiones de seguridad.

No obstante, ni la migración ni la economía de la droga pueden abordarse de forma aislada. Ambas reflejan desigualdades estructurales profundas, debilidades institucionales y dependencias económicas persistentes.

DEMOCRACIA BAJO PRESIÓN

A ello se suman tensiones políticas internas. En varios países se amplían las facultades del poder ejecutivo, aumenta la polarización política y las instituciones democráticas enfrentan desafíos crecientes. “En términos politológicos, la región atraviesa una ‘coyuntura crítica’: las decisiones actuales pueden definir trayectorias políticas de largo plazo”, advierte el profe-

sor **Günther Maihold**, de la Universidad Libre de Berlín.

“Las elecciones en grandes países como Brasil o Perú podrían adquirir, por ello, una relevancia trascendental. No está claro si se consolidarán sistemas democráticos estables o si se reforzarán tendencias autoritarias”, explica.

ENTRE INFLUENCIA EXTERNA Y AUTONOMÍA

América Latina enfrenta un año decisivo: 2026 podría convertirse en el año en el que se redefinan las orientaciones políticas y económicas de la región, con consecuencias que irían mucho más allá del continente. Por lo tanto, América Latina enfrenta un doble desafío: posicionarse estratégicamente en un mundo multipolar y al mismo tiempo fortalecer sus estructuras internas.

“Ni Washington ni Pekín determinarán por sí solos el futuro de la región. Será decisivo que los propios países latinoamericanos logren preservar su capacidad de acción”, sostiene Maihold.

El año 2026 podría ser algo más que un episodio adicional de tensión geopolítica. Podría marcar el inicio de una etapa en la que América Latina deje de ser una periferia y se consolide como un espacio estratégico clave del siglo XXI.

★ ★ ★ El dedo corazón de ★ ★ ★ Donald Trump



Trump reaccionó no solo haciendo un gesto obsceno, sino también diciéndole algo al hombre. No hace falta ser un experto en lectura de labios para entenderlo. Son solo dos palabras. Dos sílabas. La primera parece empezar con la letra F.

FRANK BRUNI

[HTTPS://WWW.NYTIMES.COM/](https://www.nytimes.com/)

Definimos a la mayoría de los presidentes por sus momentos más importantes: las decisiones difíciles y trascendentales, la legislación emblemática, los discursos que moldean la opinión pública, los tratados que transforman el mundo.

Pero son los pequeños gestos los que revelan la verdadera naturaleza del presidente Donald Trump, como el dedo corazón que levantó a un manifestante durante su visita a una fábrica de Ford en

Dearborn, Michigan.

Ese gesto obsceno mostró muchas de las características de Trump.

Para empezar, reflejó el constante triunfo de su mezquindad e inmadurez sobre cualquier comportamiento que se ajuste a las antiguas definiciones de “presidencial”. Trump ni siquiera intenta mostrar dignidad. Tiene sus rabietas en público, y sus aduladores presentan esos arrebatos como autenticidad o incluso valentía; según ellos, tiene la confianza y la honestidad para prescindir de las falsas cortesías y ser fiel a sus emociones: sin máscaras, sin modales.

Steven Cheung, director de comunicaciones de la Casa Blanca, respondió al arrebato de Trump en Michigan prácticamente elogiándolo. Publicó un comunicado en el que decía que un “lunático estaba gritando improperios a gritos en un ataque de ira, y el presidente dio una respuesta apropiada e inequívoca”.

¿Inequívoca? Sin duda. ¿Apropiada? Solo si crees que hay que responder a la fealdad con más fealdad, a la bilis con bilis, y solo si tu concepción del liderazgo es comportarse igual que cualquiera, pero permitiéndose rabietas y montando espectáculos desde un pedestal más alto, con un megáfono más potente.

Solo si crees que el antónimo -y el antídoto- del elitismo es la vulgaridad. Eso es lo que Trump y muchos de sus cómplices parecen pensar. O, mejor dicho, es la forma en que justifican comportarse como les da la gana.

Las imágenes de lo sucedido en Dearborn son crudas, pero al parecer uno de los hombres por los que pasó Trump mientras caminaba por la fábrica le gritó “pro-

tector de pedófilos”.

Trump reaccionó no solo haciendo un gesto obsceno, sino también diciéndole algo al hombre. No hace falta ser un experto en lectura de labios para entenderlo. Son solo dos palabras. Dos sílabas. La primera parece empezar con la letra F.

La palabrota es la idea que tiene Trump de un vocabulario contundente. Forma parte del acrónimo que acompañaba una imagen que la Casa Blanca difundió tras la reciente captura de Nicolás Maduro. Trump, con un aspecto sospechosamente joven y delgado, camina con paso firme hacia la cámara; debajo de sus rodillas, se lee: “FAFO”. Si no están familiarizados con esta amenaza, la primera letra corresponde a un verbo que rima con “joder”, la segunda es para “alrededor” y las dos últimas para “averiguar”. Añadan un “y” en medio, y tendrán el mensaje de Trump al mundo: no una llamada a la libertad, sino una orden de obediencia.

El dedo medio de Trump es el signo de exclamación que subraya su incapacidad para tolerar cualquier disidencia, aceptar cualquier crítica o ignorar cualquier insulto. Junto con esa actitud defensiva, existe una necesidad insaciable de afirmación y

adulación.

Se quejó tan pública y frecuentemente por no haber recibido el Premio Nobel de la Paz que la galardonada más reciente, María Corina Machado, le entregó el suyo durante una visita a la Casa Blanca el jueves. Ya, ya, señor presidente. Deje de llorar. ¡Puede compartir el mío!

Los responsables del Nobel previeron esta ridiculez y se sintieron obligados a intervenir y aclarar que Machado no tenía la autoridad para ceder la medalla ni dividirla en dos.

Steven Cheung, director de comunicaciones de la Casa Blanca, respondió al arrebato de Trump en Michigan prácticamente elogiándolo. Publicó un comunicado en el que decía que un “lunático estaba gritando improperios a gritos en un ataque de ira, y el presidente dio una respuesta apropiada e inequívoca”.



Pero eso no puso fin al berrinche de Trump, ni lo avergonzó lo suficiente como para rechazar cortésmente la generosidad de Machado. Posó para una foto con ella que conmemoraba su teatral pero insignificante transferencia del honor. Qué absolutamente mortificante. Qué típicamente Trump.

He leído que en realidad no escribe sus publicaciones coléricas en las redes sociales, pero si lo hiciera,

claramente lo haría solo con el dedo medio. Arremete e insulta a sus oponentes, incluso en días festivos. Sus reflexiones navideñas de 2023 incluyeron estos mensajes para los “matones enfermos” que lo acusaron de irregularidades: “que se pudran en el infierno”.

Canalizó el mismo espíritu generoso el mes pasado. “Feliz Navidad a todos, incluyendo a la escoria de la izquierda radical que está haciendo todo lo posible para destruir nuestro país”, escribió. Tomen un ponche de huevo y un ser querido. El presidente tiene reflexiones navideñas para ustedes.

Muchos de sus predecesores al menos fingieron preocupación por los americanos que no habían votado por ellos. Esos presidentes afirmaban comprender que representaban a todo el país y que debían a todos un mínimo de respeto. Hicieron llamamientos a la unidad y hablaron de puntos en común. Palabras vacías, quizás, pero importantes al fin y al cabo: reconocían un ideal.

Trump lo rechaza. “Odio a mi oponente”, dijo en septiembre en un homenaje a Charlie Kirk. Un mes después, en respuesta a las manifestaciones nacionales de “No a los reyes”, publicó un vídeo generado por inteligencia artificial en el que llevaba una corona, pilotaba un avión de combate con las palabras “Rey Trump” grabadas, sobrevolaba ciudades estadounidenses y arrojaba ríos de excremento sobre los manifestantes. Es una versión escatológica de María Antonieta. Que coman excremento.

Desde el asesinato de Renee Good a manos de un agente de ICE en Minneapolis, no ha hecho nada para reconocer el horror que sienten tantos americanos por lo sucedido, para convencerlos de que llegará a la verdad de los hechos ni para calmar el descontento.

Ha reprendido a los críticos por desobediencia, los ha tildado de enemigos del Estado y ha amenazado con usar aún más fuerza para someterlos. No puede tender la mano en señal de amistad. Uno de sus dedos está ocupado en otra cosa.



Punto de mira

RESUMEN DE NOTICIAS RELEVANTES

FEBRERO SE LLEVÓ MUCHOS DE NUESTROS RECUERDOS



Bill Mazerosky, segunda base de los Piratas y **Mickey Lolich**, pitcher de Detroit, fueron dos hombres que recordamos en el beisbol. **Jesse Jackson**, activista de los derechos civiles se encargó de que mantuviéramos presente ese gran sueño de **Martin Luther King**. **Robert Duvall**, el eterno consigliery

de los Corleone nos cautivó desde *To kill a Mockingbird* (1962) hasta *The Pale Blue Eye* (2022) (+100 filmes); **Willie Colón** se nos fue a destiempo, pero nos dejó 1,003 tonadas para tararear y finalmente **Neil Sedaka**, su piano y su voz nos deleitaron por casi un siglo.

OTRO PRESIDENTE EN PERÚ

Esto es como una novela de infinitos capítulos, y lo peor es que la clase política se siente muy cómoda con este maratón de "presidentes en funciones", una nueva modalidad de corrupción a la que todos parecen aspirar. La única explicación justa es que cada congresista espera que algún día le llegue su turno de ser millonario, **Pedro P. Kuczynski** 2018, **Martín Vizcarra** 2020, **Manuel Merino** 2020, **Francisco Sagasti** 2021, **Pedro Castillo** 2022, **Dina Boluarte** 2025, **José Jerí** 2026 y **José Ma. Balcázar**.



José Ma. Balcázar.



UN AYATOLÁ QUE VIENE Y OTRO QUE SE VA

El presidente Trump escogió el camino mas difícil para enfrentar la crisis de Medio Oriente: el ataque directo a Irán, y los primeros resultados parecen alentadores. La muerte del hombre fuerte **Alí Jameneí**, y el remplazo por su hijo **Mojtabá Jameneí**, aún no sabemos las consecuencias que tendrá a largo plazo, porque por ahora se impone un período de profunda reflexión en Persia; la simple venganza no es una opción lógica hoy día. Recordemos al Japón después de las 2 bombas atómicas de 1945.

ABINADER EN LA CUMBRE DE TRUMP

El presidente **Luis Abinader** estuvo presente -como todos esperábamos- en la Cumbre Escudo de las Américas, un instrumento diseñado para tratar asuntos de carácter regional, como por ejemplo: el narcotráfico, la migración desordenada y las actividades del crimen organizado, entre otros. La idea es reunir a gobiernos latinoamericanos considerados aliados de Washington y con afinidad política con la administración Trump. Mientras, están ausentes Colombia, México y Brasil.



EL CLÁSICO DE BÉISBOL ES UN ÉXITO

Evidentemente, el espectáculo de beisbol presentado en Miami es todo un éxito y los dominicanos nos hemos lucido en la actuación en el terreno y en la presencia en las graderías. El equipo nuestro es sencillamente grandioso, con capacidad de competir con cualquiera, pero no suponemos que somos los favoritos. México, Japón, Korea, USA son potencias y muy duros de matar. Personalmente espero que la final se discuta entre República Dominicana y Estados Unidos; y todos sabemos porqué.



LA DESTITUCIÓN DE KRISTI NOEM, UN PUNTO DE INFLEXIÓN EN LOS PLANES DE TRUMP

La salida de la polémica titular de la Secretaría de Seguridad Nacional (DHS) debe ser observada con mucha reserva por parte del Comité de Campaña demócrata ya que tiene lecturas y señales muy diversas. El presidente **Trump** quiere recomponer su imagen con miras a las elecciones de noviembre y va a mover fichas en uno y otro sentido. No es un signo de debilidad sino, de precaución

frente al escenario electoral. Solo fíjense que bombardeó a Irán, pudiendo abrir un compás de espera, que los iraníes habrían aceptado hasta complacidos: ¿por qué lo hizo?, esa es la pregunta del millón.



DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

El 8 de marzo se conmemora el Día Internacional de la Mujer, fecha oficializada por la ONU en 1975 para reconocer la lucha histórica, la igualdad de derechos, la participación social, política y económica de las mujeres, y la búsqueda de una sociedad sin violencia de género. Sin embargo, en República Dominicana, aun y cuando se siente el empoderamiento de las mujeres y todos contamos con que las féminas tiene una parte importante del pastel -debería ser la mitad- seguimos matando mujeres a diario y eso no puede continuar así.



LA COLUMNA DE LEO GIL

LEONARDO GIL
Consultor político y de gobierno

Lo ocurrido en el medio tiempo del Super Bowl no fue solamente un fenómeno cultural estadounidense. Fue una advertencia política para todo el continente. Cuando el espectáculo más poderoso del mundo occidental habló en español, quedó claro que la batalla por la identidad ya no se libra solo en las urnas, sino en el escenario cultural.

Bad Bunny no actuó como artista invitado. Actuó como representante de una realidad demográfica irreversible. Cuando la cultura cambia, la política tiembla y se evidencio en el corazón simbólico de Estados Unidos, el idioma que resonó fue el mismo que hablan más de 60 millones de hispanos dentro de su territorio y más de 600 millones en el mundo. Eso no es entretenimiento: es poder blando en acción.

La lección para América Latina, y particularmente para la República Dominicana, es estratégica. Durante años, nuestra región ha mirado el poder como algo exclusivamente institucional: presidencias, congresos, partidos. Sin embargo, la cultura está demostrando que puede adelantar procesos que la política se resiste a aceptar.

Mientras en Estados Unidos algunos sectores endurecen su discurso sobre in-

Cuando el español desafió al poder en el Super Bowl

migración y frontera, la industria del entretenimiento valida masivamente la identidad latina como parte central del relato nacional. La cultura avanzó donde la política duda. Y esa dinámica tiene implicaciones electorales.

En la República Dominicana vivimos un momento similar, aunque en otra escala. Las campañas electorales ya no se ganan únicamente con mítines y estructuras territoriales. Se ganan comprendiendo el lenguaje cultural dominante. La juventud no vota solo por propuestas; vota por identidad, narrativa y autenticidad. Ignorar esa transformación es un error estratégico.

El Super Bowl demostró algo crucial: la hegemonía no se pierde en una elección, se pierde cuando el imaginario colectivo cambia. Y el imaginario cambia a través de símbolos, música, redes sociales y representación cultural. La política llega después.

En América Latina, muchos liderazgos aún subestiman el poder cultural como herramienta de posicionamiento. Siguen creyendo que el discurso técnico basta. Pero las nuevas generaciones responden a códigos emocionales, estéticos y digitales. El artista entendió lo que algunos estrategas aún no comprenden: identidad coherente es capital político.

Lo que incomodó a ciertos sectores estadounidenses no fue la música urbana. Fue la constatación de que el centro cultural ya no pertenece exclusivamente a una tradición anglosajona. Esa incomodidad

es el mismo síntoma que vemos cuando estructuras tradicionales sienten que pierden control sobre la narrativa pública.

Para los procesos electorales latinoamericanos de los próximos años, la advertencia es clara. Quien no entienda el nuevo lenguaje cultural quedará desconectado del electorado emergente. La política que no conversa con la cultura termina hablando sola.

El espectáculo fue breve. Pero el mensaje es profundo. La cultura puede anticipar el desplazamiento del poder antes de que las urnas lo confirmen.

La pregunta que deben hacerse los líderes en la República Dominicana y en toda América Latina no es si este fenómeno es pasajero.

La pregunta es si están preparados para competir en un terreno donde la identidad cultural pesa tanto como la estructura partidaria tradicional.





NATIVOS DIGITALES

DEYANA REYES
reyes.deyana@gmail.com

Cuando los medios tratan estos temas como curiosidad extravagante, alimentan un ciclo que vuelve a la sociedad más frívola. Se amplifica el contenido, se dispara la burla, se polariza la conversación, se pierde el matiz. Y al final regresa el efecto boomerang: una cultura que aprende que lo diferente se sanciona con risa.



Viralidad sin empatía

Hay días en que creemos que avanzamos porque todo es más rápido: más tecnología, más inmediatez, más facilidades que hace poco parecían ciencia ficción. Incluso hay herramientas que ya compiten con tareas humanas. Pero la pregunta incómoda sigue ahí: ¿estamos avanzando como sociedad?

Lo digo porque he visto algo que debería preocuparnos más de lo que nos entretiene. En lugar de preguntarnos qué hay detrás de ciertas conductas o tendencias, la reacción automática suele ser la misma: hacerlo meme y convertirlo todo en contenido.

Estos días, en el ecosistema digital circulan videos, burlas y comentarios alrededor de una palabra que mucha gente acaba de descubrir: therian. Se usa para describir a personas que afirman identificarse (a nivel psicológico o espiritual) con un animal. Para algunos, es una vivencia íntima. Para otros, una forma de expresión. Para muchos, el lugar donde por fin encuentran pertenencia.

Lo inquietante es que estamos normalizando una manera de mirar al otro cada vez más dura y más superficial. Hoy es therian. Mañana será otra cosa. Cualquier diferencia puede convertirse en blanco y cualquier vulnerabilidad, en espectáculo. Se comparte porque hace reír, se comenta porque “está raro”, se replica porque genera “me gusta”.

Detrás de estas tendencias casi siempre hay algo más grande que el video viral. Hay soledades. Adolescentes buscando identidad en un mundo que les exige definirse demasiado pronto. Personas intentando nombrar sensaciones internas que no saben explicar. Necesidad de comunidad en una época donde, paradójicamente, estamos

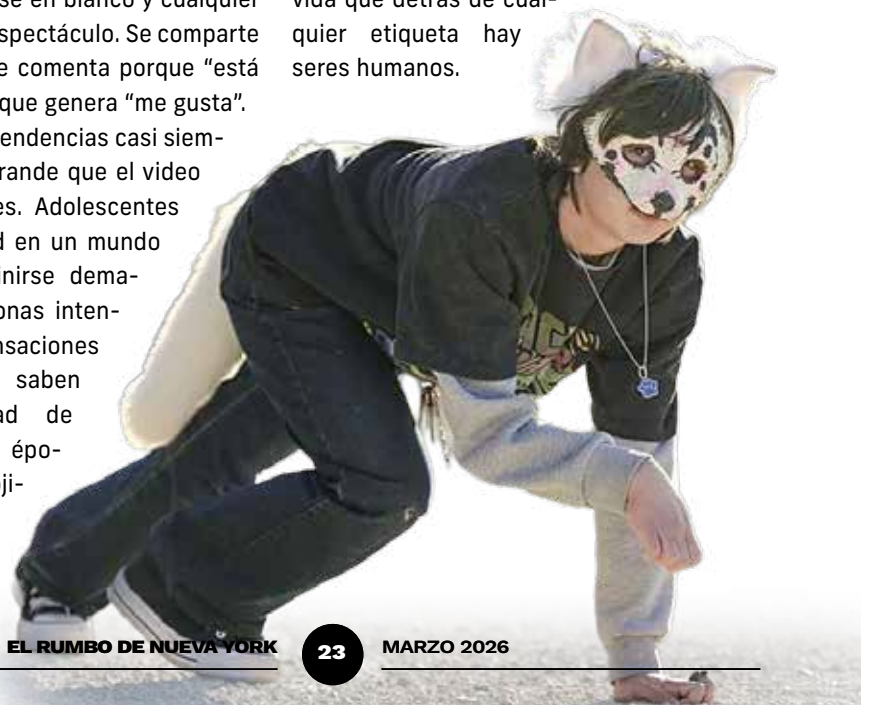
cada vez más conectados y cada vez más solos.

Y aunque no todo el mundo viva el fenómeno de la misma manera (algunos se acercan por moda, estética o juego), lo mínimo que deberíamos tener es la decencia de preguntarnos: ¿qué está pasando aquí?

Aquí entra otro tema delicado: el rol de los medios. No es que no deban cubrir lo que sucede. Claro que deben. Si no se cuenta, no se entiende. Pero una cosa es cubrir con contexto y tacto, y otra es cubrir desde el ángulo del morbo, como si el objetivo fuera ponerlo en vitrina para que el público se ría.

Cuando los medios tratan estos temas como curiosidad extravagante, alimentan un ciclo que vuelve a la sociedad más frívola. Se amplifica el contenido, se dispara la burla, se polariza la conversación, se pierde el matiz. Y al final regresa el efecto boomerang: una cultura que aprende que lo diferente se sanciona con risa.

La sociedad retrocede cuando confunde viralidad con relevancia. Cuando cree que “lo que da clics” merece ser contado sin responsabilidad. Cuando olvida que detrás de cualquier etiqueta hay seres humanos.





VOCES DESDE LA MEDIA ISLA

RICKY NOBOA

El lenguaje del espíritu cantó su gloria en la soledad, movió el corazón de los reyes y las delicadas flores las colocó a merced de los vientos. El trino de los pájaros nos despierta al amanecer y esta melodía alcanza su sublimidad cuando el aire hace que las flores del campo hablen a los árboles y el murmullo de los arroyos nos brinde la tranquilidad que solo ellos pueden dar.



La Música y la Patria

A través de la música se escuchan los suspiros del amor y desamor; y en sus notas se plasman no solo los amoríos, sino aquella familia o aquellos amigos que nos irradian su amor en el tiempo.

La música es el lenguaje del espíritu y su melodía la brisa juguetona hace temblar las cuerdas, llamando a la puerta del sentimiento los recuerdos expresados a través de ella. Sus matices provocan melancólicas nostalgias que hasta nos hacen llorar por un ser querido, o sonreír por la paz que Dios nos brinda.



El lenguaje del espíritu cantó su gloria en la soledad, movió el corazón de los reyes y las delicadas flores las colocó a merced de los vientos. El trino de los pájaros nos despierta al amanecer y esta melodía alcanza su sublimidad cuando el aire hace que las flores del campo hablen a los árboles y el murmullo de los arroyos nos brinde la tranquilidad que solo ellos pueden dar.

Las olas del mar tocan las playas delicadamente; la música de la lluvia cae sobre las hojas y nos tocan la ventana. Su música nos hace conciliar el descanso. El sonido musical es una simbiosis del alma y la naturaleza, cuando conversan sin necesitar las palabras. La música interpreta el corazón humano cuando emana el fruto del dolor, pero igual, la alegría.

La música del himno nacional dominicano encontró en la musicalización de José Reyes la devoción por la identidad nacional, innegociable de la soberanía dominicana. La música de la patria se lleva y se siente eternamente en nuestros corazones.





ANTHONY PEÑA
Presidente y propietario de:
AWP Tax Preparer

El gran y hermoso proyecto de Ley de Donald Trump

Firmada en julio de 2025, esta legislación constituye una iniciativa promovida por el presidente Trump, orientada a realizar ajustes fiscales mediante un extenso paquete de reconciliación presupuestaria que incluye recortes en Medicaid, SNAP y modificaciones en el sistema migratorio.

Estos son algunos de los cambios propuestos y aceptado con la firma de esta ley. No todos los cambios están nombrados, pero si los más populares para nuestra comunidad.

1. En el marco de esta reforma fiscal, se establece la exención de impuestos sobre las propinas recibidas en restaurantes y empleos del sector de hospitalidad, hasta un monto de \$25,000.00, durante el periodo comprendido entre 2025 y 2028. Asimismo, se aplican beneficios tributarios a los pagos realizados por horas extras.
2. La deducción estándar se ha incrementado para los siguientes estatus:
 - Casados declarando conjuntamente o viudos/as: \$31,500
 - Solteros/as o casados/as declarando por separado: \$15,750
 - Jefes/as de familia: \$23,625
3. La Deducción Estandard adicional:
 - Para el personal no vidente era de \$1,600.00 y fue incrementada a \$2,000.00.
 - Y para las personas que puedan ser reclamadas como dependiente por otra persona, la deducción no puede exceder la cantidad mayor de \$1,350.00 o la suma de \$450.00 y el ingreso no puede exceder el crédito.
 - Además, se eleva el límite de deducción SALT (State and Local Tax) a \$40,000 para personas casadas pre-

sentando declaración conjunta y a \$20,000 para quienes declaran por separado, superando el límite previo de \$10,000. Esta medida resulta especialmente favorable para contribuyentes con propiedades y otros gastos deducibles superiores a ese umbral, como sucede en regiones donde los impuestos sobre la propiedad exceden dicha cantidad.

• Se introduce una nueva deducción de \$6,000 para personas mayores de 65 años y de \$12,000 para parejas casadas que presentan declaración conjunta, permitiendo reducir el ingreso sujeto a impuestos del Seguro Social.

- Adicionalmente, se establece una deducción máxima de hasta \$10,000 por intereses pagados en la adquisición de vehículos comprados después del 31 de diciembre de 2024, siempre que dichos vehículos sean ensamblados en Estados Unidos y pesen menos de 14,000 libras.
- Finalmente, para los niños nacidos entre el 1 de enero de 2025 y el 31 de diciembre de 2028, se crea un incentivo de \$1,000 bajo una iniciativa del presidente Trump, el cual podrá reclamarse ante el IRS mediante el formulario 4547 o a través del portal del IRS en el verano de 2026, para su inversión en las bolsas de valores. Los padres podrán aportar hasta \$5,000 anuales a esta cuenta, cuyos fondos estarán disponibles para el menor al cumplir los 18 años. Si bien los niños nacidos antes de esa fecha podrán abrir la cuenta, con las mismas iniciativas excepto que no calificarán para recibir el incentivo de \$1,000.



AWP Tax Preparer

NO DEJES PARA MAÑANA EL DINERO QUE TE PERTENECE HOY

Personal Tax Preparation

IRS e-file

Don't forget, Tax season is here! For accurate and reliable service contact:

646.796.7929
awp_taxes@hotmail.com

Anthony Peña

EL CORDERO DE DIOS

El siguiente día vio Juan a Jesús que venía a él, y dijo: He aquí el Cordero de Dios, que quita el pecado del mundo. Este es aquel de quien yo dije: Después de mí viene un varón, el cual es antes de mí; porque era primero que yo. San Juan 1:29

La Biblia nos da diferentes nombres a Jesús: Mesías, Señor, Cristo, Rabí, Maestro, pero el que quizás sea menos familiar para el mundo moderno es el «Cordero de Dios». La mayoría de nosotros tenemos un entendimiento limitado de la historia y cultura del pueblo judío, por lo que puede que no comprendamos esta designación. Sin embargo, los israelitas de esa época entendían su significado: los corderos eran para sacrificio.

Dios siempre ha tratado con el pecado por medio de sacrificios. Por ejemplo, cuando Adán y Eva pecaron, un animal fue sacrificado para cubrir su desnudez y vergüenza. Más tarde, en la primera Pascua, cada casa cubrió el umbral de la puerta con sangre sacrificial. Después, se sacrificaba un animal para la expiación de toda la nación. En San Juan 1:29, vemos el sacrificio supremo: **el Cordero que quita los pecados del mundo.**

Así como animales inocentes murieron en lugar de los culpables, Cristo dio su vida por la humanidad pecadora. Asumió la responsabilidad por todos nuestros pecados y tomó el castigo que merecíamos. Mientras colgaba en la cruz, el juicio y la ira de Dios fueron derramados sobre Él en vez de sobre nosotros. Alabemos y demos gracias a Jehová Todopoderoso por este regalo.

Jehová te bendiga, te de paz y llene de amor tu casa en este día, Amén.



Así como animales inocentes murieron en lugar de los culpables, Cristo dio su vida por la humanidad pecadora. Asumió la responsabilidad por todos nuestros pecados y tomó el castigo que merecíamos.



SEGURIDAD CIUDADANA

ELEAZAR BUENO

En una sociedad donde cada uno pueda costearse su existencia y avanzar de acuerdo al acceso que sus conocimientos adquiridos le permitan -delo por seguro- allí, tanto el clientelismo, como los bonos se convierten en “motas” o “palmitas”, las monedas de uso a principio de siglo, los 1900’s pelao.



Lealtad o sentido común

Nada que ponga la lealtad por encima del sentido común va a funcionar, menos aún un país como el nuestro. Cada 4 años quienes dirigen el país o por democracia o por de-docracia, terminan poniendo en problemas a quien parece los selecciona a estar en esa posiciones de autoridad solo por lealtad a el dinero que donaron o los votos que trajeron. La fórmula no falla, y en cada proceso se repite, no importa el bando que haya ganado las elecciones.

Parece increíble que al mayor activo que produce nuestro país, sus profesionales pensantes -residan o no en la isla- les parquean sus conocimientos y experiencia gerencial por no pertenecer a los anillos de lealtad.

Por otro lado, los que ni siquiera la Inteligencia Artificial les ayuda a hacer un correo electrónico coherente, tienen la fortuna de lograr subir al tren del poder. ¿Como? Con más lealtad que capacidad o sentido común.

En otro sentido, históricamente, los puestos en el Estado dominicano se han visto como recompensa por la lealtad en campaña (el famoso la famosa regla aquella: “nombrar a los míos”). Cuando la lealtad ciega desplaza al sentido común, se llenan los ministerios con personas que tienen el mérito de “ser compañeros”, pero no los conocimientos para gestionar salud, educación, seguridad o cualquier otro elemento de las políticas públicas.

La lealtad mal entendida protege al compañero de partido incluso cuando comete actos ilícitos, lo cual choca frontalmente con el sentido común de funcionalidad.

Cuando se delega en posiciones de poder a personas por sentido común, se elige capacidad, y las instituciones sobreviven a los cambios de gobierno.

Un ejemplo positivo son las áreas técnicas, como el Banco Central de la República Dominicana, donde la continuidad técnica suele primar sobre el vaivén político.

Las naciones que no han conseguido prosperar -más que enseñando solamente el aumento de un Producto Interno Bruto en menos del 5% de su población- son las que no han sido capaces de generar la armonía majestuosa que las civilizaciones avanzadas han podido, el espacio para la desigualdad. Digamos, a establecer diferencias claras entre la posibilidad y el acceso.

En una sociedad donde cada uno pueda costearse su existencia y avanzar de acuerdo al acceso que sus conocimientos adquiridos le permitan -delo por seguro- allí, tanto el clientelismo, como los bonos se convierten en “motas” o “palmitas”, las monedas de uso a principio de siglo, los 1900’s pelao.

Las oportunidades no deben ser automáticas ni innatas a las sociedades, deben ser el producto deseado de un proceso progresivo personal y colectivo de enriquecimiento en conocimiento profesional.

La lealtad, ni siquiera a las ideologías es clientelista. El clientelista aplaude y otorga atributos como la inteligencia, el honor, la experiencia y el sentido común, a los titulares que fuera de sus puestos de poder -y a través de la demagogia- podrían quizás vivir de la caridad.

Los últimos escándalos de corrupción parecen el capítulo siguiente de una serie de NETFLIX interminable. Prepárense para el próximo capítulo, donde otra vez a los que le dieron el poder por leales -por no tener la azotea amueblada- caen por querer tener el mismo penthouse que el vecino. Pobre sentido común....

ANÉCDOTAS DE GOBERNANTES



JOSÉ PIMENTEL MUÑOZ
PERIODISTA E HISTORIADOR

Las anécdotas de los gobernantes abundan en todas partes del mundo y reciben buena acogida, especialmente si provienen de testigos directos.

Cuando hace diez años preparaba la biografía titulada "Héctor Mateo: inmortal de la cardiología", este renombrado médico, ya fallecido, me contó que el dictador Rafael L. Trujillo Molina acostumbraba a

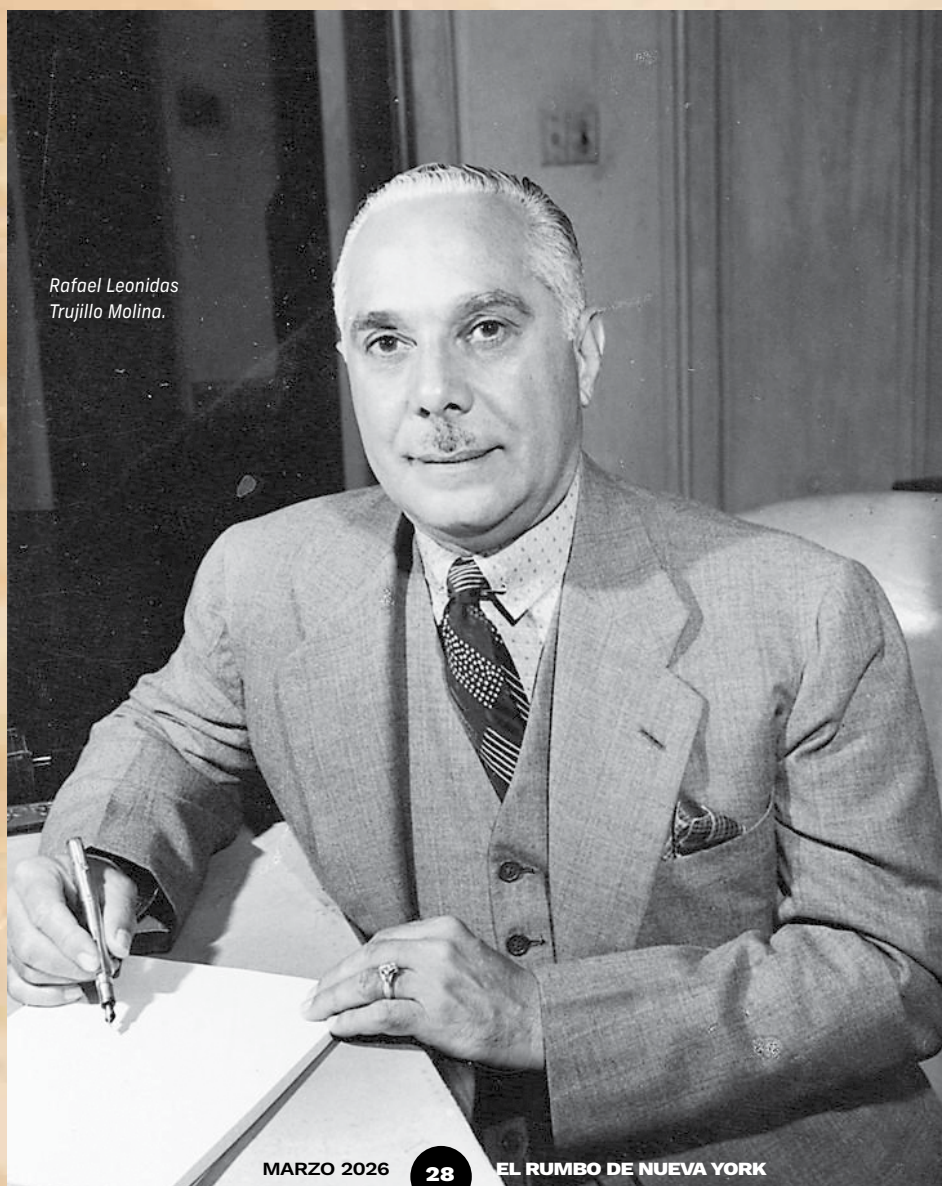
recetar medicamentos a los trabajadores de su hacienda Fundación.

Por esa época, entre 1953 y 1961, Mateo se desempeñaba como jefe del Servicio de Cardiología del hospital Juan Pablo Pina, de San Cristóbal, ciudad rodeada por la finca kilométrica del hombre fuerte dominicano.

Mateo me comentó que, con frecuencia, algunos de los trabajadores de la hacienda que iban al hospital le preguntaban, en la intimidad de la consulta, si podían tomar pastillas que le había recomendado el Jefe, quien, según distintos autores, gustaba presentarse como entendido en medicina.

"Desde luego que yo les daba mi aprobación", confesó Mateo, dejando claro que por razones de seguridad personal daba esa respuesta sobre las recetas de Trujillo, quien se mantenía al día de las noticias sobre los avances médicos. Y rememoró: "en una ocasión Trujillo publicó un aviso en el periódico, haciendo constar que tenía una oficina especial en el palacio de gobierno para orientar a las personas que solicitaban ir al exterior por razones de salud".

Hace poco más de diez años César Medina produjo en el Listín Diario algunas historias cortas sobre Joaquín Balaguer y anunció: "Las cosas que vengo escribiendo de Balaguer forman parte de una compi-



Rafael Leonidas Trujillo Molina.

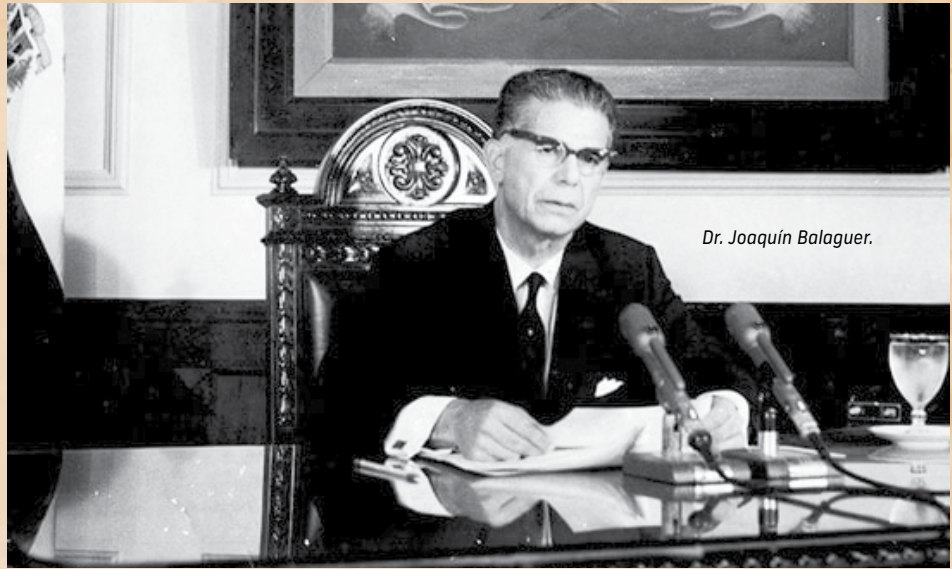
lación histórica que publicaré en un libro titulado *El Presidente Ciego* y que saldrá este mismo año con edición en España”.

Medina, mi buen amigo, informó que sería un libro anecdótico, pero falleció en septiembre del 2018 sin publicarlo, ignorándose si logró terminarlo.

Juan Manuel García, periodista de buen ejercicio, alejado de los medios en los últimos años, tiene en fase final un voluminoso libro que titulará *El cadáver de la democracia*. Le cuestionamos sobre el contenido y explicó: “Mi libro es un trabajo de crónica analítica sobre el proceso democrático que hemos testificado desde que Rafael Trujillo fue asesinado, hasta la fecha de disolución del Partido de la Liberación Dominicana (PLD), el cual tiene como protagonista fundamental a Juan Bosch, con énfasis en las características de la personalidad singular de este cuentista-político”. Habla de disolución refiriéndose a la etapa de Leonel Fernández.

Percibimos, a la distancia, que en el fondo será un libro crítico a Bosch, ya que García observó: “Hay numerosas anécdotas y referencias a la vida de Bosch y su familia, desde su salida del país por circunstancias de su vida que no tenían nada que ver con el anti trujillismo”. La obra todavía tardará un tiempo en aparecer.

El ejercicio del periodismo por largo



Dr. Joaquín Balaguer.

tiempo y en diferentes escenarios permite acumular un mundo de anécdotas de mayor o menor importancia.

A finales de 1965, pasada la revuelta constitucionalista en Santo Domingo, comencé a ser corresponsal del diario *El Caribe* en San Cristóbal. En 1968 fui llamado a la Redacción del periódico en la Capital para actuar como reportero.

Un domingo en la mañana, creo que en 1969, -acompañado de los corresponsales Temístocles Metz, de *El Caribe*, y José A. Tejeda, del *Listín Diario*- estuve en Pizarrete, Baní, donde Balaguer inauguraba una escuela. El anillo de seguridad ya nos conocía y permitía acceder a distancia de la mesa presidencial.

Al final, cuando Balaguer aceptaba pre-

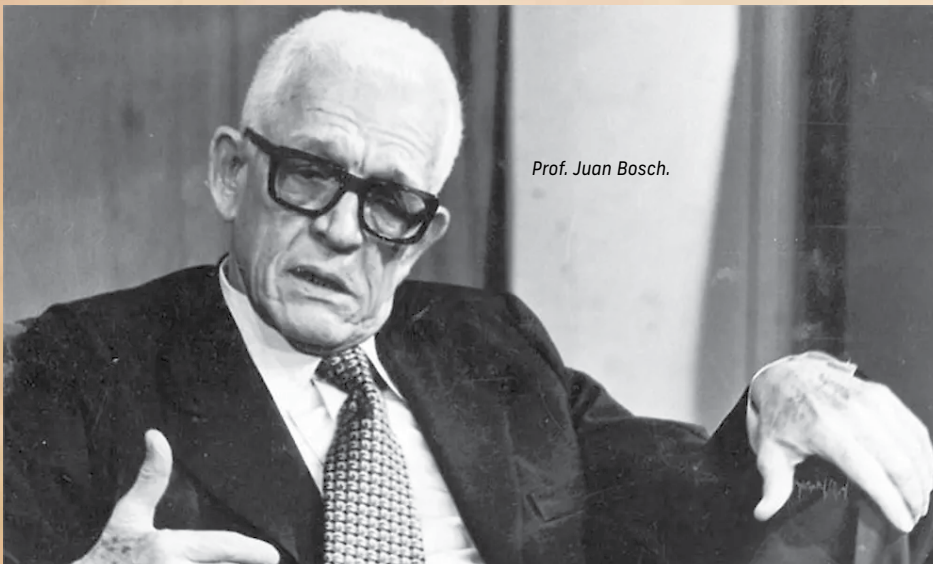
guntas de periodistas y reclamos y peticiones directas de los dirigentes políticos y comunitarios, se acercó a él Viterbo Álvarez Corporán (Pechito), figura conocida en San Cristóbal, agente del SIM en las postrimerías del régimen de Trujillo.

Pedía al Presidente trabajo en el gobierno alegando, con razón, que era simpático suyo y se había sumado activamente a la campaña para llevarlo al poder. Balaguer, de buen tono, audible a los que estábamos cerca, le dijo: Viterbo, lo que pasa es que tú estás sub júdice. (Había sido involucrado en el caso de las hermanas Mirabal y fue libertado bajo fianza antes de 1965 sin todavía haber culminado formalmente el proceso).

Ante la insistencia de Pechito -apodo que adquirió de muchacho- Balaguer llamó a su jefe de seguridad, mayor general Santos Mélido Marte Pichardo, quien vestía de civil, y le dijo: Mélido, mira a Viterbo. Ponle algo por abajo”.

Fue la primera vez que escuché la expresión “poner algo por abajo”, que todo el mundo sabe lo que significa en el ambiente político y nos impresionó escucharla de viva voz del parco gobernante.

Tiempo después Álvarez Corporán fue designado en una posición pública y una veintena de años más tarde fue muerto a tiros, en un punto concurrido de San Cristóbal, sin que nunca se atrapara a los culpables.



Prof. Juan Bosch.

CASCADA

CONCERT SERIES



TONO
ROSARIO
en vivo

TRIBE RESORT, EN PLAYA JUAN DOLIO

Habitaciones Disponibles

MAR
28

HORA: 8- PM

INVITAN:



SUKIL
ELITE VODKA

RESERVACIONES E INFORMACIÓN: (829) 267-9036

Ana Ycela Montás

DIRECTORA ESCUELA
DE ARQUITECTURA
2026 - 2030

*Compromiso
Innovación
Visión*



¡VOTA!

17 DE JUNIO, 2026

**¡JUNTOS DISEÑEMOS EL FUTURO
DE NUESTRA ESCUELA!**

ANA YCELA MONTÁS

ARQUITECTA | DOCENTE | VISIONARIA

Para un hombre de mi época, hablar de un chica perteneciente a la Generación X -la edad de mis hijos- resulta un tanto dificultoso, por aquello de las diferencias de enfoque y por un asunto de simple cautela. Pero se trata de Anny, ciertamente una muchacha fuera de serie y sumamente enfocada en la agenda que define una de las reocupaciones de la juventud progresista de hoy: la convivencia del género humano con el medio ambiente.

Anny siguió los pasos de su hermana Sandy, ambas cultivan la exigente profesión de Arquitectura; pero en ese contexto, Anny se ha inclinado por la docencia, lo que le permite jugar un papel más determinante en la formación de los estudiantes que cursan la carrera de Arquitectura e Ingeniería en la más antigua academia del Nuevo Mundo, la Universidad Autónoma de Santo Domingo.

Ella ha estado formateando -con las herramientas del conocimiento analítico- a los jóvenes profesionales que se encargarán de diseñar y construir los espacios que garanticen armonía e integración entre el individuo y su hábitat; sin que se pierda la calidad de vida del ciudadano común, ni se degrade el alrededor donde el mismo convive.

Oyendo hablar a esta chica -tan apasionada como detallista- sobre un tema que siempre me pareció propio de envejecientes, se me ocurre pensar que la rueda del tiempo parece estarse moviendo con una aceleración gravitacional, y que estamos aireando hoy, las preocupaciones que suponíamos aparecerían en días futuros.

Sí, reconozco que me siento un tanto disminuido cuando me dice -sin un ápice de duda o indecisión- "Viejo, quizás yo no lo puedo explicar como debiera, pero en estos asuntos de la interacción entre el hombre y la naturaleza, hay que admitir de entrada, que el arquitecto es un ente ergonómico, que solo debe concebir ideas



que acomoden el ser humano al medio ambiente natural, sin producir daños que los afecten mutuamente”.

Ahí me vi en la necesidad de cambiar el rumbo de la conversación, sabedor de que esta muchachita, además de locuaz, es una excelente expositora. Le propuse que me ilustrara un tanto sobre un tema que ella había tratado en un artículo de la revista del pasado mes.

En realidad, ella fue bastante explícita, pero yo quería más detalles sobre esa visión tan novedosa que expuso. De modo, que procedí a interrogarla sometiéndole seis (6) preguntas puntuales sobre su vida de docente universitaria, sobre el daño que producen las lluvias en la Capital y sobre cuál es la forma -que supone ella- se debe enfrentar este gravísimo problema:

1. ¿CUÁNTO TIEMPO LLEVAS FORMANDO PROFESIONALES DE LA ARQUITECTURA?

La verdad don Rolando, más que contabilizar años en el calendario, mido mi trayectoria por la huella de los arquitectos que hoy están transformando nuestra realidad. Mi vocación no se limita a transmitir conocimientos en un aula; se trata de la oportunidad sagrada de formar la sensibilidad de quien diseñará los hogares, las calles y los espacios públicos del mañana.

Cada profesional que hoy ejerce esta profesión y que en algún momento estuvo conmigo en una de mis clases, lleva germinada la semilla para impactar positivamente en su ejercicio, el que sin dudas, se

verá reflejado en nuestras ciudades, y esa es mi mayor responsabilidad y orgullo.

Mi camino en la docencia ha sido una búsqueda constante por humanizar la técnica. Hoy, esa experiencia me da la madurez para entender que no solo estamos graduando técnicos, sino líderes capaces de impactar vidas a través de espacios dignos y sostenibles.

Mi compromiso es con esa transformación: pasar del plano a la realidad, tocando la vida de la gente en cada rincón que mis alumnos intervengan, formándolos como profesionales que serán las vías de desarrollo para nuestra sociedad.

En suma, no cuento años, cuento historias de éxito y de transformación social, arquitectónica y urbana, que comenzaron con una idea en el aula y hoy son el refugio de miles de personas y motor de movilidad social.

2. ¿QUIÉN ES EL RESPONSABLE DE LAS INUNDACIONES, LA NATURALEZA?

De ninguna manera Sr. Robles, la naturaleza no es la responsable de las inundaciones. Las lluvias, los ríos y el clima son fenómenos naturales, pero las inundaciones son consecuencia directa de nuestras decisiones como sociedad.

Aunque el estado juega un papel muy importante, la solución no está solo en obras físicas, sino en formar una ciudadanía consciente, corresponsable y crítica. Necesitamos educar desde los hogares, las escuelas y universidades; para dar una respuesta participativa

que mueva a la acción y que dejemos de ser espectadores de nuestras ciudades y pasemos a ser sus arquitectos colectivos.

Lo que sucede es que nadie ha enfrentado el problema seriamente. Hay quienes explican -de modo muy caricaturesco por supuesto- que esos trabajos se rehúyen porque no se ven, debido a que quedan bajo tierra y por tanto no generan votos en las elecciones. Yo no he oído a ningún político diciendo esta barbaridad, pero me luce que es terriblemente cierto.



3. CON FRECUENCIA LOS IMBORNALES SE TAPAN CON DESPERDICIOS Y MATERIALES PLÁSTICOS; A ¿QUIÉN SE DEBE ATRIBUIR ESOS HECHOS?

Es una responsabilidad Compartida, que desde mi opinión está conformado por Tres Eslabones. Atribuir este hecho a un solo actor es simplificar un problema complejo. Lo que vemos cuando un imbornal se tapa es el colapso de una cadena de responsabilidades que involucra tres niveles fundamentales:

La Responsabilidad Ciudadana (Lo cual desde mi óptica es "El Origen")

No podemos ignorar que el plástico no llega solo al imbornal. La falta de una educación ciudadana profunda hace que todavía veamos la calle como un "agujero negro" donde los desperdicios desaparecen. Cada botella lanzada desde un carro o cada bolsa de basura sacada a destiempo es un sabotaje directo a nuestra propia seguridad. Aquí es donde la conciencia colectiva falla: no hemos entendido que el imbornal de la esquina es, literalmente, el pulmón por donde respira nuestra calle.

El Diseño y la Infraestructura

Desde la arquitectura y el urbanismo, también hay una cuota de responsabilidad. Muchos de nuestros sistemas de drenaje fueron diseñados para una ciudad que ya no existe, con menos asfalto y menos suelo que infiltre.

El error de diseño: A veces, las rejillas de los imbornales no tienen el diseño hidráulico adecuado para filtrar sólidos sin obstruirse.

La oportunidad: Como arquitectos, nuestro papel es proponer soluciones de arquitectura regenerativa, como jardines de lluvia o pavimentos permeables que ayuden al imbornal a no trabajar solo.

La Gestión Municipal

El ayuntamiento y las autoridades tienen la obligación del mantenimiento preventivo. Un imbornal no debería limpiarse cuando ya está tapado y la calle inundada; debe limpiarse en tiempo de sequía. La falta de un calendario riguroso de limpieza y de un sistema de recogida de basura efi-

Anny siguió los pasos de su hermana Sandy, ambas cultivan la exigente profesión de Arquitectura; pero en ese contexto, Anny se ha inclinado por la docencia, lo que le permite jugar un papel más determinante en la formación de los estudiantes que cursan la carrera de Arquitectura e Ingeniería en la más antigua academia del Nuevo Mundo, la Universidad Autónoma de Santo Domingo.



ciente en las cuencas altas provoca que, ante la primera lluvia, todo ese material rueda hacia los puntos bajos.

4. ¿CUÁL SERÍA EL PAPEL DEL ARQUITECTO EN LA SOLUCIÓN DE ESTE PROBLEMA?

Bueno, a decir verdad, señor Robles, la responsabilidad del arquitecto en este caso del drenaje pluvial es hacer que -exteriormente- las obras de ingeniería armonicen con el medio ambiente, facilitando que la gente disfrute con seguridad de su uso; como se hace con las soluciones que se han dado a las cañadas, plantas de tratamiento de aguas y las estaciones de manejo y disposición de desperdicios.

El papel del arquitecto es recordarnos que la ciudad es un organismo vivo. Si las

arterias se tapan que son los imbornales, entonces, el cuerpo que es la ciudad se enferma. Tal vez, no es proponer mayor diámetro en las tuberías, es proponer un cambio de conciencia.

El compromiso es llamar a la acción para crear vías que respiren, a ser los guardianes de esos pulmones urbanos. Porque la solución definitiva no está solo en la escoba del barrendero o en el plano del arquitecto, sino en el respeto que cada uno de nosotros le tenga al borde de su propia acera, o cuando decide no tirar la botella plástica desde la ventanilla de su vehículo.

5. EXPLÍCAME ESE CONCEPTO DE "CONSTRUIR CON INTELIGENCIA ECOLÓGICA".

El concepto de "construir con inteligencia ecológica" se refiere a diseñar y levantar edificaciones que no solo sean funcionales y estéticas, sino que también estén profundamente alineadas con el cuidado del medio ambiente y la sostenibilidad. Es una forma de pensar la arquitectura como parte de un sistema vivo, donde cada decisión busca reducir impactos negativos y potenciar beneficios colectivos, es pensar más allá del edificio, es diseñar ciudades que sean resilientes, inclusivas y conscientes de su impacto en el planeta y en las generaciones futuras.

6. EN LO PERSONAL ¿ESTÁS CASADA, SOLTERA, EN ESPERA?.....CUÉNTAME

Estoy en una etapa de plenitud personal que me permite volcar toda mi energía y experiencia en este proyecto, y más allá de mi estado civil, me encuentro en un momento de 'espera' muy especial: estoy esperando la oportunidad de transformar nuestra Escuela.

Mi compromiso hoy es con esa gran familia académica que somos todos, y mi energía está puesta al 100% en construir ese futuro que nos une que es "Diseñar juntos un mejor futuro para nuestra Escuela."

CASCADA

CONCERT SERIES



TONO
ROSARIO
en vivo

TRIBE RESORT, EN PLAYA JUAN DOLIO

Habitaciones Disponibles

MAR
28

HORA: 8- PM

INVITAN:



SUKIL
ELITE VODKA

RESERVACIONES E INFORMACIÓN: (829) 267-9036



SALUD MENTAL

HENRY MONTERO
Alquimedez Mental Health Counseling
Para El Rumbo de New York

La comunidad latina en Estados Unidos enfrenta múltiples frentes: desde el temor a deportaciones y separaciones familiares, hasta la discriminación estructural y las limitaciones de acceso a servicios esenciales. En este panorama, el rol de un congresista comprometido es crucial. La labor de Adriano Espaillat se percibe como la de un defensor de los derechos civiles y humanos de los latinoamericanos...



Adriano Espaillat: Una voz latina imprescindible en el Congreso y un aliado clave para la Salud Mental Comunitaria

En una ciudad como Nueva York, donde conviven historias de migración, sacrificio, trabajo duro y resiliencia, la representación política no es un concepto abstracto: es una necesidad concreta. Para la comunidad latina, contar con líderes que comprendan nuestras realidades y utilicen su posición para abrir puertas, defender derechos y elevar prioridades comunitarias marca una diferencia tangible. En ese contexto, la figura del congresista Adriano Espaillat se ha consolidado como una presencia de enorme importancia para nosotros: una voz que no solo ocupa un asiento en el Congreso, sino que encarna la experiencia de la diáspora y la convierte en acción pública.

REPRESENTACIÓN CON PROPÓSITO: DEL BARRIO AL CONGRESO

Espaillat representa algo que la comunidad latina reconoce de inmediato: un liderazgo con raíces. Su trayectoria conecta con miles de familias que han vivido el reto de comenzar de cero, de construir estabilidad en un país nuevo y de enfrentar barreras de idioma, de acceso y de oportunidades. Su labor como legislador se siente cercana porque no es distante ni simbólica: se expresa en su capacidad para articular necesidades reales y en su consistencia al defender causas que afectan a los más vulnerables.

En tiempos en que la incertidumbre migratoria, la desigualdad social y la polarización incrementan la presión sobre nuestras familias, su voz adquiere un valor adicional: el de quien no se desconecta del dolor comunitario y comprende que la política no puede ser indiferente cuando están en jue-

go la dignidad, la reunificación familiar, el acceso a servicios y la estabilidad emocional de nuestros hogares.

DEFENDER DERECHOS: UNA AGENDA QUE PROTEGE A LOS MÁS NECESITADOS

La comunidad latina en Estados Unidos enfrenta múltiples frentes: desde el temor a deportaciones y separaciones familiares, hasta la discriminación estructural y las limitaciones de acceso a servicios esenciales. En este panorama, el rol de un congresista comprometido es crucial. La labor de Adriano Espaillat se percibe como la de un defensor de los derechos civiles y humanos de los latinoamericanos, utilizando su posición en el Congreso para:

- Respalda a las comunidades inmigrantes y visibilizar sus necesidades.



- Reafirmar la importancia de la protección a los trabajadores, las familias y los estudiantes que buscan estabilidad.
- Promover políticas y conversaciones que fortalezcan el acceso a servicios y oportunidades para quienes más lo necesitan.

No se trata únicamente de una postura política: es un mensaje de respaldo para la gente que vive con miedo, con incertidumbre o con cargas que no siempre se ven, pero se sienten en la vida diaria.

SALUD MENTAL: LA URGENCIA SILENCIOSA DE NUESTRA COMUNIDAD

Hay un tema que durante años fue empujado a la periferia en nuestras conversaciones comunitarias: la salud mental. Sin embargo, la realidad actual nos exige tratarla como lo que es: una prioridad de salud pública. En la comunidad latina, los factores de riesgo son claros y están presentes de forma constante:

- Estrés migratorio y trauma por separación familiar
- Duelo por pérdidas a distancia y rupturas de vínculos
- Presión económica y jornadas laborales extenuantes
- Discriminación, miedo institucional y desconfianza por experiencias previas
- Barreras de idioma y acceso limitado a tratamiento.

Todo esto puede traducirse en ansiedad, depresión, crisis familiares, consumo problemático de sustancias, violencia intrafamiliar o dificultades escolares y laborales. Y aun así, muchas personas continúan en silencio porque “eso no se habla”, porque “no hay tiempo”, o porque pedir ayuda se interpreta como debilidad.

Aquí es donde la política pública y la representación importan de manera decisiva: la salud mental se trata también con sistemas, no solo con buena voluntad. Se necesita inversión, acceso, cobertura, prevención, educación comunitaria, cam-



pañas culturalmente competentes y modelos de atención integrados en entornos donde la comunidad ya confía: escuelas, centros comunitarios, iglesias, clínicas primarias y programas de apoyo familiar.

Cuando líderes como Adriano Espaillat respaldan agendas comunitarias y promueven conversaciones sobre bienestar, equidad y acceso, abren espacio para que la salud mental deje de ser un tema invisible y se convierta en un asunto legítimo, atendible y priorizable.

DE LA VISIBILIDAD A LA ACCIÓN: UNA VISIÓN QUE DEBE AMPLIARSE

Para avanzar de forma real, el enfoque en salud mental debe traducirse en acciones sostenibles que respondan a la realidad latina, incluyendo:

- Programas de prevención en escuelas y comunidades, con enfoque en trauma e identidad cultural
- Mayor apoyo a servicios bilingües y proveedores culturalmente competentes
- Fortalecimiento de modelos de atención integrada (salud física + salud mental)
- Estrategias de educación pública para reducir el estigma y promover el acceso temprano
- Protecciones comunitarias para perso-

nas en situaciones de alto estrés migratorio o social

En Nueva York y Nueva Jersey, donde la diáspora dominicana y latina sostiene sectores enteros de la economía y la vida social, estas medidas no son un lujo: son una inversión directa en la estabilidad familiar, la productividad, la seguridad y la cohesión comunitaria.

UNA VOZ QUE IMPORTA, UNA PRESENCIA QUE PROTEGE

La presencia de Adriano Espaillat en el Congreso se ha convertido en un punto de referencia para los latinos: por su consistencia, por su conexión comunitaria y por su disposición a utilizar su plataforma para amplificar las necesidades de quienes, durante años, no tuvieron suficiente representación. Su trabajo fortalece una verdad esencial: cuando los latinos están en la mesa donde se decide, nuestras comunidades dejan de ser un tema secundario y se convierten en prioridad.

Hoy más que nunca, necesitamos liderazgos que entiendan que defender derechos también es defender bienestar, y que hablar de salud mental no es “un tema suave”: es hablar del futuro de nuestras familias.

Porque cuando una comunidad está protegida, se atreve a sanar.

Y cuando una comunidad sana, progresa.



VOCES DESDE LA PATRIA CHICA

FELIPE KEMP

Retomamos el camino de regreso y llegamos a otro de los puntos álgidos de esta ciudad: la intersección frente al hospital Ricardo Limardo. Cuando uno descende hacia la Manolo Tavarez en esta intersección, doblar hacia la Eugenio Kunhard es arriesgarse a ser chocado por uno de los conductores que vienen detrás y a quien poco le importa que uno encienda las luces direccionales.



Un día típico en la jungla puertoplateña



Enero es ya una memoria. Acaba de irse con un déficit de sol y lluvias esporádicas cediéndole el paso a un febrero que se inauguró con lluvias torrenciales y mañanas intensamente frías. Como lo hago siempre al principio de cada mes, he tenido que participar, acompañado de mi mujer, en ese rito a veces irritante que es ir al supermercado a hacer la compra del mes.

Antes de salir todos los días a las calles, ejecuto, como un guerrero que se prepara mentalmente para una batalla, un pequeño ritual de preparación psicológica con el que busco condicionar mi mente para enfrentar los agravios que, con mucha probabilidad, sé que encontraré en esta ciudad.

Rezo cinco padres nuestros, invoco la protección de varios santos y hasta pienso, eventualmente, salir con un resguardo, ya que en un país donde el roce accidental de un vehículo puede mover al conductor afec-

tado a salir empuñando un arma de fuego, uno debe aceptar toda la ayuda que pueda encontrar.

Previa invocación a los espíritus protectores y a mis ancestros ya desaparecidos para que alejen de mi camino a las bestias urbanas que pululan en la fauna de esta ciudad, emprendí con mi mujer el camino hacia el supermercado. Eran poco más de las nueve de la mañana, y ya las calles de Puerto Plata ardían con el fragor de una batalla campal en la que participaban trogloditas al volante tratando de adelantárseles a otros conductores en una loca carrera que me recordó a los aurigas romanos en las competencias del coliseo.

El día era un primor de belleza. Un sol renovado descendía suavemente en tibios rayos sobre el asfalto de la Eugenio Kunhard. Pero nadie se detenía, como antaño, a saborear en silencio esas primeras luces de la aurora. Todo el mundo era víctima de

la aceleración que les proporcionaba su automóvil, el cual no parecía ser lo suficientemente veloz para llevarlos a tiempo a sus destinos.

Al contemplar aquella debacle citadina desde el interior de mi vehículo no pude dejar de preguntarme, como en otras ocasiones, ¿y es esto vivir? Al llegar a la intersección de la veintisiete con Eugenio Kunhard, a pocos metros del hospital, un motorista -espalda encorvada, mentón casi tocando el velocímetro, agazapado como fiera al asecho lista para el ataque- aceleró bruscamente por mi lado derecho forzándome a hacer un violento viraje para evitarlo.

Cambiamos de planes y enfilamos hacia Jumbo. De pronto, otro motorista apareció repentinamente detrás de mí, ganó terreno velozmente y poseído por fiebre de la velocidad, levantó su motor y lo sostuvo sobre una rueda por varios segundos como si jineteara un caballo encabritado. Se alejó velozmente, dejando detrás tras de sí una ensordecedora estela de ruido.

Después de terminar nuestra diligencia en Jumbo regresamos al carro y nos preparamos para el siguiente desafío: sobrevivir al cruce de la rotonda frente al Palacio de Justicia. Cada vez que me toca abordar este lugar, me pregunto qué mente retorcida concibió el diseño del mismo.

Cruzar este paraje es como enfrentarse a las corrientes de un río en crecida. Varias líneas de vehículos confluyen en esta intersección en una alocada carrera en la que nadie quiere cederle el paso a nadie. Llegué al centro de la intersección, mirando nerviosamente a todos lados, viendo cómo se acercaban peligrosamente a mi vehículo automovilistas que, con mucho colmillo y agallas, avanzaban agresivamente.

Era como encontrarse en medio de una batalla de aviones de caza donde cada piloto teme ver llegar hacia él el misil destructor que, en segundos, lo puede convertir en un remolino de polvo que se dispersa en el aire. De nuevo, sin pensarlo, sin temer ni remotamente que podía derrumbarlo, un motorista cruzó por mi derecha ejecutando un temerario movimiento que me hizo temer, por unos segundos, en la posibilidad de derribarlo.



Retomamos el camino de regreso y llegamos a otro de los puntos álgidos de esta ciudad: la intersección frente al hospital Ricardo Limardo. Cuando uno desciende hacia la Manolo Tavarez en esta intersección, doblar hacia la Eugenio Kunhard es arriesgarse a ser chocado por uno de los conductores que vienen detrás y a quien poco le importa que uno encienda las luces direccionales.

En segundos doblé y enfilé hacia la Eugenio Kunhard. Al llegar a la intersección formada por esta calle y la Veintisiete de Febrero, un conductor detrás de mí tocaba airadamente la bocina de su vehículo, aun cuando, frente a mí, la luz roja del semáforo estaba encendida. Sin pararle a esto, el conductor se adelantó, aceleró con furia su automóvil y me pasó de lado cuando la luz roja todavía permanecía encendida.

Entonces comprendí el motivo de su furia: quería que yo me le quitara del frente para que él pudiera avanzar aun cuando se lo prohibía la luz del semáforo.

En mi cotidiano periplo citadino, me dirigí hacia la Imbert Barreras. Descendía por esta avenida, convertida en un madero diario de automovilistas iracundos, cuando, de pronto un motorista, como un proyectil teledirigido, pasó por mi lado, levantó su cuerpo sobre el asiento del motor mostrando su trasero casi desnudo y solamente cubierto por unos pantaloncillos claramente visibles por encima de su pantalón, y como si estuviera preso de un paroxismo inducido por el alcohol o por alguna droga, gritó a pleno pulmón para que lo oyera todo el mundo: “¡Vivan las mujeres cuernúaaas!”

Sin pensar en la posibilidad de caerse y perder la vida en un segundo, se tongoñé sobre el motor como un jinete del viejo oeste y siguió hacia abajo de la avenida hasta perderse en la vorágine de carros que circulaban por ella.

No quiero abrumar a mi lector con otras escenas que vi aquel día y que me hacen pensar que Puerto Plata, otrora una villa tranquila y apacible, se ha convertido en una especie de manicomio urbano. A mi lado, mi mujer, que ya ha visitado otros países donde se respeta sagradamente al peatón, sacudida por lo que habíamos visto aquel día me dijo: “Esta ciudad parece una selva”. Me volteé hacia ella, la miré y en tono incrédulo y le pregunté:

¿Parece?



HECHOS Y OPINIONES

ACTUALIDAD / HECHOS HISTÓRICOS RECIENTES

PRODUCTOR Y CONDUCTOR:
SAMUEL SÁNCHEZ E. DOMINGO 8-AM



sling

dish
LATINO

optimum



YouTube



LA SOLUCION TAX SERVICE

VERDADEROS PROFESIONALES

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

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



JACK DANIEL'S

Tennessee
HONEY

HONEY

750 mL



JACK DANIEL'S

ORIGINAL RECIPE

Tennessee
HONEY

35% ALC. BY VOL. (70 PROOF)

Trump afirma que aumentará el arancel global al 15%

Esta medida indicó que el presidente seguirá adelante con fuertes impuestos globales a las importaciones a pesar del revés legal de la Corte Suprema.

TONY ROMM Y ANA SWANSON

[HTTPS://WWW.NYTIMES.COM/](https://www.nytimes.com/)

El presidente Trump anunció que aumentaría su nuevo arancel global al 15%, un día después de tomar medidas para replicar algunos de los aranceles punitivos que habían sido anulados por la Corte Suprema.

Trump anunció el repentino cambio en una publicación en redes sociales y afirmó que la política entraría en vigor de inmediato, indicando que seguirá adelante con su agresiva estrategia comercial a pesar de sufrir un importante revés legal.

Para algunos países, como Gran Bretaña y Australia, el nuevo arancel del 15% de Trump será, de hecho, más alto que las tasas que se aplicaban anteriormente a sus exportaciones a Estados Unidos. Para otros, como China, Vietnam, India y Brasil, la nueva tasa será significativamente menor.

El conjunto anterior de aranceles fue invalidado el viernes 20 de febrero, después de que la mayoría de los jueces de la corte determinaran que el presidente carecía de la autoridad para imponerlos.

Trump había fijado inicialmente su tasa global de reemplazo en el 10 %, utilizando un acápite de una ley -nunca antes invocada por un presidente- que le permite imponer un arancel generalizado durante



150 días, a menos que el Congreso acuerde extenderlo. Su disposición, indicó que entraría en vigor después de la medianoche del 24 de febrero.

La ley limita la tasa al 15 %, lo que restringe la capacidad del presidente para volver a levantarla, aunque Trump ha señalado que planea utilizar otras facultades comerciales en el futuro para añadir más impuestos a las importaciones.

“Como presidente de los Estados Unidos de América, aumentaré, con efecto inmediato, el arancel mundial del 10% a países que, muchos de ellos, han estado estafándonos durante décadas, sin represalias -¡hasta que yo aparecí!, al nivel totalmente permitido y legalmente comprobado del 15%”, escribió el presidente en Truth Social.

“Durante los próximos meses, la Administración Trump determinará y emitirá los nuevos aranceles legalmente permisibles,

que continuarán nuestro extraordinario exitoso proceso de **Hacer a Estados Unidos Grande de Nuevo** -¡Más Grande que Nunca!”, agregó.

Algunos miembros del personal de la Casa Blanca se sorprendieron por el aumento, según informaron fuentes familiarizadas con el asunto. Este se produjo menos de 24 horas después de que el presidente anunciara su tasa del 10%.

Desde la decisión, Trump ha criticado duramente a los jueces de la Corte Suprema que fallaron en contra de sus aranceles y amenazó con imponer aranceles aún mayores al resto del mundo.

El fallo extiende un período de incertidumbre para empresas y países, que han tenido dificultades para enfrentar las agresivas y fluctuantes amenazas arancelarias del Presidente desde que inició oficialmente su ofensiva comercial la primavera pasada.

Esta arriesgada política ha tensado alianzas, sacudido los mercados globales y desafiado la economía americana, al tiempo que ha obligado a las empresas y a los consumidores locales a asumir parte de los costos de los impuestos aplicados a sus importaciones.

El presidente Trump también ha aprovechado la amenaza de los aranceles para obligar a otros países a llegar acuerdos comerciales favorables a USA. Muchos de esos acuerdos se consolidaron mediante aranceles emitidos bajo la Ley de Poderes Económicos de Emergencia Internacional (IEEPA), un enfoque que la Corte Suprema invalidó el viernes 20 de febrero.

Aun así, el Presidente ha advertido a otras naciones que deben apegarse a los acuerdos comerciales que negociaron durante el último año o se arriesgan a ser afectados por nuevos aranceles. "Algunos se mantienen, pero otros no, y serán reemplazados por los nuevos aranceles", declaró en una desafiante conferencia de prensa después de que los jueces emitieran su fallo.

Sin embargo, la repentina eliminación de los aranceles de emergencia -que había alentado a otros gobiernos a hacer concesiones comerciales a USA- es probable que genere dudas entre los líderes extranjeros sobre si mantienen los acuerdos previos.

Algunos gobiernos han enfrentado críticas internas por las concesiones realizadas a USA, como en India, donde los agricultores han condenado la iniciativa del primer ministro Narendra Modi de abrir los mercados agrícolas. Indonesia acababa de firmar su acuerdo comercial con USA el jueves, adoptando aranceles cero para los productos americanos, a cambio de un arancel de 19% para las exportaciones.

La administración Trump ha indicado que utilizará otras fuentes legales, como la Sección 301

«Como presidente de los Estados Unidos de América, aumentaré, con efecto inmediato, el arancel mundial del 10% a países que, muchos de ellos, han estado estafándonos durante décadas, sin represalias -¡hasta que yo aparecí!-, al nivel totalmente permitido y legalmente comprobado del 15%», escribió el presidente Trump en Truth Social.



de la Ley de Comercio de 1974, para imponer aranceles a países individualmente en función de sus prácticas comerciales.

La administración también ha sugerido que podría ampliar los aranceles relacionados con la seguridad nacional que ha impuesto a diversas industrias, como el acero, los minerales y los automóviles, en virtud de la Sección 232 de la Ley de Comercio de 1962. Pero, la preparación de estas medidas llevará tiempo.

Mientras tanto, las exportaciones de todos los países se enfrentarán ahora al arancel del 15 %, independientemente de sus prácticas comerciales o de las concesiones que hayan realizado. Algunos expertos en comercio afirmaron que la tasa fija podría acabar beneficiando a productores con menores costos en lugares como China y otras naciones asiáticas, cuyos productos serían relativamente baratos incluso después de un impuesto de importación del 15 %.

El nuevo arancel global incluye ciertas exenciones. El viernes 20, por la noche, el Presidente decidió excluir además, algunos productos, como la carne de res y otros rubros agrícolas, que antes había excluido de los impuestos de importación más elevados, para evitar el aumento de precios.

La nueva tasa tampoco afectará a productos como los automóviles y el acero extranjeros, que ya están sujetos a aranceles impuestos por motivos de seguridad nacional.

El presidente Trump mantuvo una política que respeta los términos de un acuerdo comercial que negoció previamente con Canadá y México, permitiendo que las importaciones cubiertas por el pacto permanezcan libres de aranceles. También añadió algunas nuevas exenciones a los aranceles, por ejemplo, para los países centroamericanos incluidos en un acuerdo comercial firmado en 2004.

El viejo orden mundial ya no existe

En la Conferencia de Seguridad de Múnich, el canciller de Alemania, Friedrich Merz, aboga por una Europa fuerte y por un nuevo acercamiento a Estados Unidos.

Friedrich Merz, durante el discurso de inauguración de la Conferencia de Seguridad de Múnich 2026.



NINA WERKHÄUSER
[HTTPS://P.DW.COM/](https://p.dw.com/)

El canciller alemán, **Friedrich Merz**, inauguró la 62.ª Conferencia de Seguridad de Múnich con una sobria constatación: el orden mundial basado en reglas se ha desmoronado, y Alemania y Europa deben reorientarse. “Este orden, por imperfecto que fuera incluso en sus mejores momentos, ya no existe”, subrayó Merz.

Merz lleva décadas asistiendo como invitado al foro internacional más importante sobre política de seguridad. En esta ocasión, habló por primera vez como canciller.

Según el canciller, el pasado reciente ha traído consigo cambios profundos. La “brutal guerra de Rusia contra Ucrania”, su “violento revisionismo”, la pretensión de China de moldear el mundo y la reacción de Estados Unidos ante ello son ejemplos de una nueva política de grandes potencias que Merz critica como “un juego peligroso”. Con ello, el canciller dejó entrever el creciente distanciamiento de USA bajo la presidencia de **Donald Trump**.

Pero, ¿qué consecuencias tiene esto para los alemanes y, en general, para los europeos? Friedrich Merz pide que se reconozca esta nueva realidad, pero sin aceptarla como un destino inalterable. “No estamos a merced de este mundo.

Podemos darle forma. Y lo podemos hacer mediante una Europa libre, segura y competitiva. Una Europa soberana es nuestra mejor respuesta a los nuevos tiempos. Unir y fortalecer Europa es hoy nuestra tarea más importante”.

Europa debe convertirse en un factor político mundial, con su propia estrategia de seguridad: “Esta Europa es hoy más valiosa que nunca para nosotros”.

BERLÍN QUIERE REFORZAR SU PODER MILITAR

Merz analiza con autocrítica la política exterior alemana de las últimas décadas: “A menudo ha advertido, exigido y reprendido. Pero no se ha preocupado lo sufi-

ciente por la falta de medios para remediar la situación”, sostiene, y promete que esto va a cambiar.

Ya en mayo de 2025, el mandatario se fijó el objetivo de convertir al Ejército alemán en el más fuerte de Europa. Y así lo ha reafirmado en la Conferencia de Seguridad de Múnich, en la que este año participan más de 60 jefes de Estado y de Gobierno.

“Hemos hecho nuestros deberes, hemos aumentado enormemente nuestro presupuesto de defensa”, comenta el ministro alemán de Defensa, **Boris Pistorius**, en el marco de la Conferencia de Seguridad de Múnich. “Ahora hemos llegado a los 108,000 millones de euros para 2026. Hemos hecho lo que hemos podido”. Se trata de la cifra más alta desde el final de la Guerra Fría. Según Pistorius, Estados Unidos también lo sabe y lo ha reconocido.

¿Quiere Alemania entonces participar en el juego de las grandes potencias? «No», dice el canciller en su discurso. «Los alemanes nunca más volveremos a actuar en solitario. Esta es una lección permanente que nos ha enseñado nuestra historia».

En su discurso, Merz destaca lo que Alemania ya está logrando en colaboración con sus socios de la OTAN. Por ejemplo, la creación de una brigada en Lituania. “Es la primera vez en la historia de las Fuerzas Armadas alemanas que se establece una gran unidad fuera de nuestro propio territorio”.

La Bundeswehr está creando allí la brigada blindada 45, como respuesta a la amenaza de Rusia. Se prevé que la brigada,

compuesta por 4,800 soldados, esté plenamente operativa en 2027. Este viernes, 13 de febrero, un portavoz del Ministerio de Defensa desmintió las informaciones aparecidas en los medios de comunicación, según las cuales el Ejército alemán no encuentra suficientes voluntarios para formar la brigada.

¿UN NUEVO COMIENZO CON EE. UU.?

Merz se esfuerza por demostrar que Alemania y Europa también defienden los intereses de USA. Para ello, se refiere a los primeros aviones de combate alemanes del tipo Eurofighter, que acaban de ser trasladados a Islandia. La OTAN quiere disuadir a Rusia y China en el extremo norte, una preocupación que el presidente estadounidense, Donald Trump, ha expresado en repetidas ocasiones.

A continuación, Merz cambia al inglés y se dirige directamente a los “queridos amigos” de la delegación estadounidense con un “Dear friends”: “En tiempos de rivalidad entre grandes potencias, ni siquiera Estados Unidos será lo suficientemente poderoso como para hacerlo todo por sí solo”, les dice. Y agrega que formar parte de la OTAN no solo es una ventaja estratégica para Europa, sino también para Estados Unidos. “Por eso es necesario reparar y revitalizar la confianza transatlántica. Europa está contribuyendo a ello”.

En la Conferencia de Seguridad de Mú-

nich del año pasado, el vicepresidente estadounidense, **J. D. Vance**, causó revuelo con una dura crítica a Europa. “Tenía razón”, subraya Merz, aludiendo a la brecha entre Estados Unidos y Europa que Vance describió en aquel momento.

Después, aclaró en qué aspecto difiere de Vance: “No creemos en los aranceles y el proteccionismo, sino en el libre comercio. Nos mantenemos fieles al acuerdo climático y a la Organización Mundial de la Salud”. Esto provoca una ovación en la sala de conferencias del hotel Bayerischer Hof.

Este año 2026, el secretario de Estado estadounidense, **Marco Rubio**, encabeza la delegación del Gobierno de USA. Hay gran expectación sobre si en su discurso del sábado 14 de febrero habrá reproches a los europeos por depender demasiado de USA en cuestiones de seguridad, o si optará por un tono conciliador.

En su discurso, Merz destaca lo que Alemania ya está logrando en colaboración con sus socios de la OTAN. Por ejemplo, la creación de una brigada en Lituania. “Es la primera vez en la historia de las Fuerzas Armadas alemanas que se establece una gran unidad fuera de nuestro propio territorio”.





Trump dice que quiere cancelar las elecciones, pero aquí está la verdadera amenaza

SEAN MORALES-DOYLE

DIRECTOR OF BRENNAN CENTER'S VOTING RIGHTS AND ELECTIONS PROGRAM.

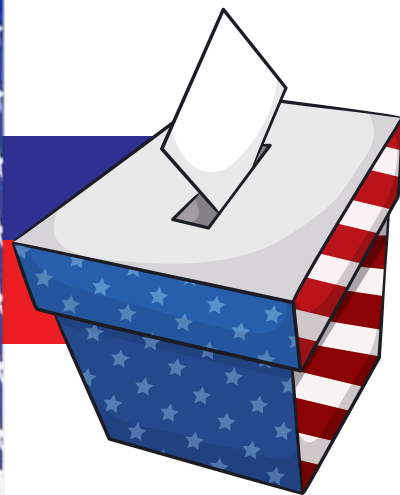
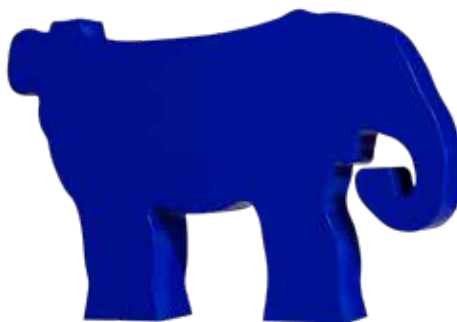
El presidente Trump ha dado pistas sutiles sobre su deseo de cancelar las elecciones de noviembre.

“Tenemos que competir contra esta gente”, dijo en un discurso el mes pasado. “No diré que cancelen las elecciones; deberían cancelarlas”. “Pensándolo bien, ni siquiera deberíamos tener elecciones”, reflexionó luego.

Estos comentarios han causado una preocupación entendible, pero son amenazas vacías. El poder del Ejecutivo depende de la apariencia de ganar las elecciones, y él lo sabe. Está obsesionado con convencer al mundo de que ganó en 2020. Pero el control sobre las elecciones está repartido entre miles de funcionarios en todo el país, lo que hace imposible la cancelación.

Más concretamente, es la subversión electoral, no la cancelación, la verdadera maniobra autoritaria. El objetivo es mantener las elecciones en marcha, pero sin derrocar a quienes ostentan el poder.

Miren alrededor del mundo. Vladimir Putin no ha cancelado ninguna elección. Irán tiene elecciones regulares. En el siglo XXI, el lema del juego es “autoritarismo competitivo”, en el que las instituciones y elecciones democráticas persisten, pero son socavadas por gobernantes autoritarios. Las elecciones, incluso si están amañadas,



otorgan legitimidad a los gobernantes.

El llamado del presidente Trump la semana pasada a “nacionalizar” las elecciones, argumentando que los republicanos deberían “tomar el control” de la votación, refleja con mayor precisión cómo podría subvertir el sistema electoral.

El Presidente no tiene autoridad legal para tal toma de control: **según nuestra Constitución, los estados y el Congreso establecen las reglas que rigen las elecciones.** Según nuestras leyes, los funcionarios estatales y locales gestionan nuestras elecciones.

Aun así, su administración ha tomado docenas de medidas para socavar las elecciones que, en conjunto, demuestran que un intento de “tomar el control” electoral podría estar en marcha.

Por ejemplo, su orden ejecutiva de marzo pasado, intenta instituir una regla de “mostrar sus documentos”, exigiendo a los

americanos presentar un pasaporte o un documento similar al registrarse para votar.

Tal política bloquearía el voto de millones de ciudadanos que carecen de acceso inmediato a dichos documentos. Una versión de esta norma es la base de la **Ley SAVE**, que el Presidente está impulsando a sus colegas en el Congreso para que la aprueben.

Están los esfuerzos del **Departamento de Justicia** para obtener información personal de los votantes y forzar purgas. El gobierno federal carece de los conocimientos, las herramientas y la autoridad legal para llevar a cabo dichas purgas, lo que crea un riesgo real de que los votantes elegibles sean eliminados del censo.

Además, están los ataques a la **Agencia de Ciberseguridad y Seguridad de la Infraestructura**. El año pasado, la administración despidió o desvinculó a su perso-

nal de seguridad electoral y descapitalizó sus operaciones de seguridad electoral, de las que los funcionarios estatales dependían para obtener inteligencia y apoyo cruciales. Esto elimina una línea de defensa básica contra las ciber amenazas, que evolucionan constantemente.

Y por supuesto, el Presidente preparó la campaña de interferencia desde el primer día de su administración al indultar a los responsables del ataque al Capitolio del 6 de enero, enviando un mensaje claro a los posibles subversivos electorales de que los respaldará. Tenemos motivos de sobra para esperar más acciones como estas en los próximos meses.

Hace unas semanas, el Sr. Presidente reiteró sus amenazas de enjuiciar a los funcionarios electorales que dirigieron las elecciones de 2020. Apenas unos días después, agentes del FBI confiscaron papeletas y registros electorales de 2020 en el condado de Fulton, Georgia.

A medida que los funcionarios federales recopilan datos personales de votantes de los 11 estados que han acordado compartir sus listas de registro de votantes, es probable que escuchemos a funcionarios afirmar, falsamente, que hay multitud de extranjeros en las listas.

Y existe un creciente temor de que el Presidente intente desplegar ilegalmente fuerzas federales para interferir en las urnas en noviembre.

Pero también hay abundante evidencia del último año que demuestra que tenemos el poder de contraatacar, si no nos dejamos disuadir por las amenazas del Presidente de cancelar las elecciones. Hasta el momento, tres tribunales diferentes le han bloqueado el requisito de "mostrar sus documentos" en la orden ejecutiva, junto con otras disposiciones que suprimirían la votación o amenazarían la integridad electoral.

Si bien algunos estados han accedido a las solicitudes de información electoral del Departamento de Justicia, los funcionarios electorales de ambos partidos de 27 estados y el Distrito de Columbia se han negado y, hasta el momento, los tribunales han aprobado dichas denegaciones.

A nivel estatal y local, los funcionarios ya se están uniendo para llenar el vacío dejado por el desmantelamiento de la Agencia de Seguridad de Infraestructura y Ciberseguridad. Los intentos del presidente Trump de enjuiciamientos retributivos han fracasado en gran medida.

Y no solo existen leyes claras que prohíben la presencia de agentes de ICE en las urnas y la interferencia de agentes federales en las elecciones, sino que los recientes acontecimientos en Minneapolis sirven como recordatorio de que las protestas pacíficas y la movilización pública pueden obligar a la administración a cambiar de rumbo.

Y la Ley **SAVE**, que pretende implementar la regla de "mostrar los papeles" del presidente Trump mediante legislación, aún puede detenerse. La primera versión del proyecto de ley fracasó en el Senado el año pasado tras generar una amplia resistencia pública. Debería correr la misma suerte este año.

El Congreso, a diferencia del Presidente, sí tiene la autoridad para regular nuestras elecciones. Pero el fracaso del proyecto de ley ilustra perfectamente por qué los fundadores de nuestra nación pusieron ese poder en manos de un cuerpo legislativo bipartidista y no en manos de un solo actor partidista.

Aún faltan nueve meses para las elecciones, pero parece

que cada día recibimos un nuevo titular relacionado con las elecciones de esta administración. No es una casualidad.

La campaña para manipular nuestras elecciones está en marcha. Ya estamos viendo la eficacia de la gente al oponer resistencia, ya sea en las calles de Minneapolis o en los foros públicos organizados por sus representantes en el Congreso. Nos corresponde a todos -funcionarios electorales, defensores, fuerzas del orden estatales y votantes- ver los esfuerzos de la administración tal como son y contraatacar.

El Presidente no tiene autoridad legal para tal toma de control: según nuestra Constitución, los estados y el Congreso establecen las reglas que rigen las elecciones. Según nuestras leyes, los funcionarios estatales y locales gestionan nuestras elecciones.



Viernes 13: Anatomía de un miedo colectivo



REDACCIÓN EXPOSICIÓN MEDIÁTICA

Cada cierto tiempo el calendario activa una alarma simbólica. Basta que coincidan un día y un número -viernes y 13- para que resurjan advertencias, bromas nerviosas, cancelaciones de vuelos anecdóticas y titulares ligeros que insinúan fatalidad.

La pregunta, sin embargo, exige rigor: ¿qué ocurrió realmente un viernes 13 para

que la fecha haya sido etiquetada como sinónimo de mala suerte?

La respuesta es menos espectacular de lo que la tradición sugiere y, al mismo tiempo, más reveladora sobre cómo se construyen los miedos colectivos.

EL HECHO HISTÓRICO QUE SUELE CITARSE

El episodio más mencionado ocurrió el viernes 13 de octubre de 1307. Ese día, el

rey Felipe IV de Francia ordenó el arresto masivo de los miembros de la Orden del Temple en territorio francés.

Los templarios eran una estructura militar, religiosa y financiera de enorme influencia en Europa. Felipe IV, endeudado con la orden, impulsó acusaciones de herejía y corrupción que hoy los historiadores consideran políticamente motivadas.

Muchos caballeros fueron torturados para forzar confesiones. El último Gran Maestre, Jacques de Molay, sería ejecutado años después. El dato es verificable. La fecha también.

Lo que no es verificable es que ese viernes 13 haya sido percibido en su tiempo como el nacimiento de una maldición. La asociación sistemática entre la fecha y el infortunio aparece siglos después.

Aquí comienza el fenómeno cultural.

LA SUMA SIMBÓLICA: VIERNES + 13

La superstición no surge de un único acontecimiento, sino de la convergencia de dos cargas simbólicas previas. El número 13 arrastra, en la tradición judeocristiana y europea, connotaciones de ruptura del orden. Doce representa totalidad estructurada (meses, apóstoles, signos zodiacales). El trece excede esa armonía.

El viernes, por su parte, estaba asociado en la tradición cristiana al día de la crucifixión. En la Edad Media también fue jornada frecuente de ejecuciones públicas.

Cuando ambos elementos coinciden, el imaginario popular encuentra una narrativa lista para ser activada.

No se trata de causalidad histórica, sino de construcción simbólica acumulativa.

EL PAPEL DE LA MODERNIDAD

Paradójicamente, el miedo al viernes 13 no se consolida en la Edad Media, sino en la modernidad. A inicios del siglo XX, la novela *Friday, the Thirteenth* (1907) de Thomas W. Lawson popularizó la idea de una conspiración financiera ocurrida en esa fecha.

La prensa sensacionalista amplificó el relato. Más tarde, el cine terminó de convertir el viernes 13 en una marca cultural del terror. La superstición no fue heredada intacta desde 1307. Fue narrada, repetida y comercializada.

MARTES 13: EVIDENCIA DE ARBITRARIEDAD CULTURAL

En el mundo hispanohablante, la fecha ominosa tradicional es el martes 13. La explicación remite al dios romano Marte, asociado con la guerra y la destrucción.

El refrán popular lo resume con crudeza: "En martes, ni te cases ni te embarques".

Este contraste demuestra que el miedo no depende del calendario en sí, sino del contexto cultural que lo interpreta. Lo que en un país es viernes, en otro es martes. El mecanismo es el mismo: atribuir significado negativo a una combinación simbólica.

CÓMO SE CONSTRUYE UN MIEDO COLECTIVO

El viernes 13 es un caso de estudio sobre la psicología social del temor.

1. Selección de un evento histórico llamativo (arresto de los templarios).
2. Carga simbólica previa (viernes y número 13).
3. Repetición narrativa en literatura y prensa.
4. Amplificación mediática y cultural.
5. Internalización social del símbolo.

La repetición consolida la percepción. Y la percepción, cuando es colectiva, se vuelve tradición. No importa que no exista una cadena comprobable de desgracias asociadas sistemáticamente a esa fecha. La narrativa basta.



EL MERCADO DEL MIEDO

Como ocurre con otras fechas simbólicas, el miedo también puede ser rentable. Cine, entretenimiento, contenidos virales y campañas publicitarias han explotado la etiqueta del viernes 13.

La superstición se transforma en producto cultural. El fenómeno es revelador: incluso el temor puede convertirse en activo comercial cuando logra posicionarse en la memoria colectiva.

¿REALIDAD O EXPECTATIVA?

Estudios en psicología han observado que, cuando una fecha es percibida como negativa, las personas tienden a interpretar incidentes cotidianos bajo ese prisma. Un retraso se convierte en presagio; un error trivial se amplifica.

Es un sesgo cognitivo clásico: la confirmación selectiva.

El calendario no cambia el comportamiento del universo. Cambia nuestra predisposición a interpretarlo.

SÍNTESIS: EL PODER DE LA NARRATIVA

No existe evidencia de que el viernes 13 sea el aniversario de una catástrofe fundacional que justifique su reputación global. Existe, sí, un episodio histórico relevante en 1307. Pero su transformación en símbolo de mala suerte es resultado de siglos de reinterpretación cultural.

El viernes 13 no es un hecho histórico traumático universal. Es un ejemplo de cómo las sociedades construyen significados a partir de símbolos, los repiten hasta naturalizarlos y terminan otorgándoles una fuerza casi tangible.

El miedo colectivo rara vez nace de un solo acontecimiento. Nace de la narrativa que decidimos creer.



PENSAMIENTOS PROPIOS

La **verdad**
más allá del
interés particular

Los
sábados
a las
11:00 pm
por



Con Rolando Robles y
Carlos McCoy



CANAL / AMERICA
Canal 1014 **optimum.**



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



Community family

Health Center



**Dr. David
Lazala MD PC**
Humanos y Responsables...

**Dr. Alex
Gracia MD PC**



**Médicos a la antigua con
la más moderna tecnología**

 **126 Nagle Ave,
New York, NY 10040**

 **(929) 724-4300**
 **dr.lazalacfhc@gmail.com**





LA OPINIÓN DEL DOCTOR

DR. ROBERTO FERNÁNDEZ
DE CASTRO T.

Estos consejos son aplicables tanto en atención primaria como en medicina especializada y pueden evaluarse tras 8 a 12 semanas para medir su impacto, antes de iniciar farmacoterapia en muchas situaciones clínicas (salvo condiciones urgentes).



Consejos de gran impacto en salud... y poco cumplidos

Con frecuencia iniciamos medicamentos sin haber aplicado primero medidas sencillas que pueden transformar profundamente nuestra salud. No se trata de oponerse a los fármacos -muchos salvan vidas- sino de entender que funcionan mejor cuando el organismo ha recuperado cierto equilibrio básico.

La mayoría de las enfermedades crónicas actuales -hipertensión, accidente cerebrovascular, infarto, diabetes tipo 2, obesidad, deterioro cognitivo- comparten un terreno común: inflamación crónica de bajo grado, resis-

tencia a la insulina, alteraciones del sueño, estrés persistente y daño progresivo en los vasos sanguíneos.

No son fallas aisladas de un órgano; es un sistema completo que ha perdido armonía. La evidencia científica en salud cardiovascular, cerebral y metabólica converge en algo sorprendente: un pequeño grupo de hábitos cotidianos puede reducir significativamente la mortalidad y los eventos mayores. Sin embargo, son precisamente los menos cumplidos.

ESTOS SON SIETE CONSEJOS DE ALTO IMPACTO.

1. Muévase todos los días: No hablamos de entrenamientos extremos, sino de movimiento diario constante. Caminar entre 7,000 y 8,000 (no 10,000) pasos al día o realizar al menos 150 minutos semanales de actividad moderada puede reducir la mortalidad total entre 30% y 50%, según grandes estudios poblacionales. La actividad física mejora la sensibilidad a la insulina, reduce la presión arterial, disminuye triglicéridos, baja la inflamación sistémica y favorece la salud cerebral. Regla práctica: no permanezca sentado más de 60-90 minutos seguidos. El sedentarismo prolongado es un factor de riesgo independiente, comparable al tabaquismo.

2. Dormir bien es medicina: Dormir 7 a 8 horas reales cada noche regula presión arterial, hormonas, metabolismo y memoria. Dormir menos de 6 horas se asocia con mayor riesgo de hipertensión, eventos cardiovasculares y diabetes tipo 2. El sueño fragmentado eleva el cortisol



y promueve inflamación. Recomendación sencilla: Evitar pantallas al menos una hora antes de dormir. Mantener horarios regulares. Dormitorio oscuro y fresco. No utilizar alcohol como inductor del sueño. Ningún medicamento corrige completamente el daño metabólico del mal dormir.

3. Comer comida real: Más que hacer dieta, se trata de elegir alimentos naturales y mínimamente procesados: Verduras y frutas enteras, legumbres, pescados, huevos, aceite de oliva y frutos secos. Debe limitarse el consumo de ultra procesados, bebidas azucaradas, harinas refinadas, grasas trans y exceso de sal. El problema no es solo el colesterol; es la inflamación y la resistencia a la insulina que generan los patrones alimentarios industriales. Estudios como PREDIMED demostraron que la dieta mediterránea reduce eventos cardiovasculares mayores en prevención primaria.

4. Vigile la cintura, no solo el peso: La grasa abdominal actúa como un órgano inflamatorio activo. Produce sustancias que favorecen la aterosclerosis, la diabetes y la disfunción vascular. Una persona puede tener un peso "normal" y aun así presentar alto riesgo si acumula grasa visceral. La circunferencia abdominal (normal menos de 35 en mujeres y menos de 40 pulgadas en hombres) ofrece una medida más útil que el índice de masa corporal en muchos casos. Reducir la adiposidad central disminuye significativamente el riesgo de diabetes tipo 2, insuficiencia cardíaca y accidente cerebrovascular. Si vas al gimnasio (o haces ejercicio) y bajas 1-2 pulgadas, funciona, si no hay cambio, no funciona.

5. Controle el estrés crónico: El estrés

persistente mantiene el cortisol elevado, favorece inflamación y aumenta el riesgo de hipertensión, infarto, arritmias, deterioro cognitivo y depresión. Las relaciones sociales sólidas, la convivencia familiar, la actividad comunitaria y técnicas simples como la respiración lenta y consciente son protectores reales. La soledad prolongada también es un factor de riesgo en salud.

6. Tabaco y alcohol: cuanto menos, mejor: No existe consumo seguro de tabaco. En cuanto al alcohol, la idea de un beneficio cardiovascular ha sido cuestionada por análisis más recientes. El balance global muestra aumento del riesgo cardiovascular, neurológico, metabólico y oncológico con su consumo regular. Reducir o eliminar estos hábitos tiene un impacto



mayor que pequeños descensos aislados de colesterol.

7. Exposición solar con prudencia: Una exposición diaria moderada al sol (15–20 minutos, evitando quemaduras) favorece niveles adecuados de vitamina D, asociada con mejor salud metabólica y vascular. No sustituye otros hábitos saludables, pero los potencia.

Estos consejos son aplicables tanto en atención primaria como en medicina especializada y pueden evaluarse tras 8 a 12 semanas para medir su impacto, antes de iniciar farmacoterapia en muchas situaciones clínicas (salvo condiciones urgentes).

Sus implicaciones son amplias: mejor adherencia a tratamientos necesarios, reducción de polifarmacia, mayor costo-efectividad en sistemas de salud y mejor calidad de vida.

Los fármacos no sustituyen hábitos; funcionan mejor cuando el terreno biológico ha sido corregido. Si tuviéramos que resumirlo en cinco acciones esenciales:

- Caminar todos los días
- Dormir bien
- Comer alimentos reales
- Reducir la grasa abdominal
- Manejar el estrés fortaleciendo vínculos humanos. La medicina más poderosa, muchas veces, sigue siendo la más sencilla.

1. Visseren FLJ et al. 2021 ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention. *Eur Heart J*. 2021.
2. Lloyd-Jones DM et al. Life's Essential 8. *Circulation*. 2022.
3. Estruch R et al. Primary prevention of cardiovascular disease with a Mediterranean diet (PREDIMED). *N Engl J Med*. 2013.
4. Yusuf S et al. INTERHEART Study. *Lancet*. 2004.
5. Cappuccio FP et al. Sleep duration and cardiovascular outcomes. *Eur Heart J*. 2011.
6. Lee IM et al. Physical activity and mortality. *Lancet*. 2012

¿Hay azúcares «menos malos» que otros?

Preguntamos a los expertos si los edulcorantes como la miel, la miel de maple y el néctar de agave son mejores opciones.

CAROLINE HOPKINS LEGASPI

P: Estoy tratando de limitar mi consumo de azúcar, pero me encanta lo dulce. ¿Los edulcorantes “naturales” como la miel y el jarabe de agave son alternativas más saludables que el azúcar de mesa?

Probablemente sabes que los azúcares presentes en las frutas, verduras y otras plantas son mucho mejores para la salud que los azúcares añadidos que suelen encontrarse en alimentos procesados como refrescos, barras de chocolate y muchos productos horneados.

Pero dentro de esa categoría de azúca-

res añadidos, hay una serie de edulcorantes que a menudo se consideran más “naturales” o saludables que otros. La miel, el jarabe de maple y el néctar de agave, por ejemplo, se promocionan habitualmente como sustitutos del azúcar común que son “mejores para ti”, y se utilizan en muchas recetas de repostería saludable y en las redes sociales.

¿ES CIERTO QUE SON MÁS SANOS?

Hemos pedido ayuda a tres expertos en nutrición para aclararlo.

¿Por qué el exceso de azúcar es tan perjudicial?

El azúcar de una manzana está compuesto por los mismos elementos básicos (como la glucosa y la fructosa) que el azúcar de una barra de chocolate. Pero la forma en que el cuerpo procesa ese azúcar difiere según cómo esté contenido en un alimento, dijo Karen Della Corte, profesora adjunta de ciencias de la nutrición en la Universidad Brigham Young de Utah.

Cuando se come una fruta o verdura entera, por ejemplo, la fibra que también está presente ralentiza la digestión, lo que evita picos perjudiciales en el azúcar en sangre, dijo Kimber Stanhope, investigadora en nutrición de la Universidad de California, Davis.

Cuando consumes azúcares añadidos, como el azúcar refinado o el jarabe de maíz con alto contenido en fructosa, estos



entran en el torrente sanguíneo más rápidamente, y a menudo en mayores cantidades, lo que provoca un aumento drástico del azúcar en sangre. (Lo mismo puede ocurrir después de beber jugos de frutas o verduras, incluso si no contienen azúcares añadidos, advirtió Della Corte. Esto se debe a que los alimentos pierden su fibra beneficiosa cuando son procesados para convertirlos en jugo).





Cuando estos grandes picos de azúcar en sangre se producen repetidamente a lo largo del tiempo, las células pueden volverse menos sensibles a la hormona insulina, lo que se conoce como resistencia a la insulina y, con el tiempo, puede derivar en diabetes tipo 2.

El consumo excesivo de azúcares añadidos también puede hacer que el hígado convierta parte de ese azúcar en grasa, que puede acumularse en ese órgano y aumentar el riesgo de padecer enfermedad hepática esteatótica asociada a disfunción metabólica (MASLD, por su sigla en inglés), una afección crónica que puede provocar cáncer de hígado e insuficiencia hepática. El exceso de grasa del hígado también puede entrar en el torrente sanguíneo y obstruir las arterias, lo que aumenta el riesgo de sufrir un infarto o un derrame cerebral, según Robert Lustig, endocrinólogo y profesor emérito de pediatría de la Universidad de California en San Francisco.

Por eso, las autoridades de salud federales de Estados Unidos recomiendan limitar el consumo de azúcares añadidos a no más de 50 gramos al día. La Asociación Americana del Corazón establece unas directrices más estrictas: no más de 36 gramos al día para los hombres y 25 gramos para las mujeres.

EL VEREDICTO SOBRE SI LO 'NATURAL' ES MEJOR

A pesar de su abundancia en las tiendas de alimentos saludables, los edulcorantes como la miel, el jarabe de maple y el néctar de agave siguen considerándose azúcares añadidos y pueden ser perjudiciales si se consumen en exceso, según Stanhope.

El cuerpo no es capaz de reconocer si el azúcar proviene de la miel, del azúcar de mesa o del jarabe de agave, explicó Della Corte. "Lo descompone en las mismas moléculas".

Pero, ¿hay algunos "menos malos" que otros? La mayoría de los estudios que

han intentado responder a esta pregunta han recibido financiación de la industria, dijo Stanhope, por lo que es difícil saber hasta qué punto se puede confiar en sus conclusiones.

En 2024, por ejemplo, un estudio financiado por la industria del jarabe de maple sugirió que este producto era mejor que el azúcar de mesa para los niveles de

55 adultos bebieron agua mezclada con miel, jarabe de maíz con alto contenido en fructosa o sacarosa (azúcar de mesa) todos los días durante dos semanas. Cada bebida contenía 50 gramos de azúcares añadidos. Los investigadores no encontraron diferencias en los niveles de glucosa en sangre, colesterol o inflamación, lo que sugiere que la miel no era mejor —ni peor— para los participantes que el jarabe de maíz con alto contenido en fructosa o el azúcar de mesa.



azúcar en sangre y la salud cardíaca. Pero existía la preocupación de que el método de análisis haya hecho que el jarabe de maple pareciera mejor de lo que realmente mostraban los datos, dijo Stanhope.

Sin embargo, un pequeño estudio de 2015, aunque contó con cierta financiación de la industria de la miel, estaba bien diseñado y no parecía haber puesto en peligro los resultados, dijo Stanhope. En él, 55 adultos bebieron agua mezclada con miel, jarabe de maíz con alto contenido en fructosa o sacarosa (azúcar de mesa) todos los días durante dos semanas. Cada bebida contenía 50 gramos de azúcares añadidos. Los investigadores no encontraron diferencias en los niveles de glucosa en sangre, colesterol o inflamación, lo que sugiere que la miel no era mejor —ni peor— para los participantes que el jarabe de maíz con alto contenido en fructosa o el azúcar de mesa.

Si te apetece utilizar edulcorantes artificiales como el aspartamo (NutraSweet, Equal) o la sucralosa (Splenda), o edulcorantes de origen vegetal o frutal como la stevia o la fruta del monje, debes saber que los investigadores aún están desentrañando cómo pueden afectar, o incluso perjudicar, tu salud.

Cuando se te antoje algo dulce, piensa en formas de satisfacer ese antojo sin recurrir a azúcares añadidos o edulcorantes artificiales. Prueba frutas y verduras con dulzor natural, como bayas, manzanas o camotes horneados. Si eso no funciona, un poco de azúcar, como un chorrito de miel sobre rodajas de manzana, puede ayudar, al igual que comer un poco de chocolate negro, que suele tener menos azúcar añadido que el chocolate con leche.

5 conversaciones que debes tener con tus padres cuando envejecen

Muchas familias posponen estos temas. Pero hablar de ellos ahora puede conducir a un mejor cuidado en el futuro.



SIMAR BAJAJ

[HTTPS://WWW.NYTIMES.COM/](https://www.nytimes.com/)

Los americanos viven más años y a menudo lidian con múltiples enfermedades crónicas. Pero muchos hijos adultos no saben realmente qué pasa con la salud de sus padres, hasta que sucede una caída, un viaje en ambulancia o una estancia en el hospital.

Esta falta de comunicación perjudica a todos, dijo **Louise Aronson**, geriatra de la Universidad de California en San Francisco y autora de **Elderhood**. En una emergencia, los hijos adultos pueden no saber qué hacer, tener un conflicto con sus hermanos y sentirse culpables durante mucho tiempo por la posibilidad de no haber tomado la decisión correcta. Para los padres, el silencio puede significar que no se entienden sus deseos y que sus hijos sufren innecesariamente el estrés de tener que adivinar.

Para evitar estas situaciones, hemos preguntado a los expertos qué necesitas saber sobre tus padres de edad avanzada antes de una crisis, y cómo abordar estas difíciles conversaciones.

“Da la sensación de que los estás haciendo pasar por algo difícil, pero estás evitando algo que es mucho, mucho peor”, dijo Aronson.

1. CONOCE SU PUNTO DE REFERENCIA

En caso de urgencia, los médicos solo tienen una instantánea del estado de salud de tus padres, por lo que hacerse una idea de su funcionamiento diario puede ayudarlos a diagnosticar y tratar a tus padres con eficacia.

Primero, pregúntales por sus rutinas. A continuación, hazles preguntas más concretas sobre su movilidad y cognición, dijo **Sabrina Taldone**, jefa de medicina interna general de University of Miami Health.

Pueden ser temas delicados, así que pide permiso para hablar de ellos y explica por qué lo preguntas: “Porque me preocupo por ti y quiero asegurarme de que puedo apoyarte en caso de emergencia”, afirmó Taldone.

A veces lo mejor es hablar del tema indirectamente. En lugar de preguntar si se ha caído o tiene problemas de memoria, intenta preguntar si hay situaciones que evita (como las escaleras, los paseos largos o conducir de noche) o si hay algo que antes le resultaba fácil y ahora le cuesta más esfuerzo (como gestionar las facturas o llevar un registro de las citas).

Taldone dijo que es útil volver a plantear estas preguntas al menos una vez al año, o después de cualquier acontecimiento trascendental relacionado con la salud, como una hospitalización o una intervención quirúrgica. Esto es especialmente importante si no vives cerca y no ves los cambios graduales de primera mano.

2. PREGUNTA POR SU HISTORIAL MÉDICO

Empieza por recopilar una lista de los medicamentos que toman tus padres, junto con los nombres y números de teléfono de sus médicos, alergias y operaciones anteriores, dijo **Namita Seth Mohta**, profesora adjunta de medicina en la Facultad de Medicina de Harvard y antigua directora de Ariadne Labs.

Esta lista es especialmente útil en caso de urgencia, porque indica al médico qué enfermedades subyacentes padece el paciente, si un fármaco puede estar contribuyendo a la situación y qué medicamentos deben continuarse o evitarse en el hospital, sostuvo Mohta.

Si es posible, anota los suplementos que toman tus padres o los medicamentos que no toman con regularidad, ya sea por su

costo, por sus efectos secundarios o por olvido.

Apunta también el nombre y el número de su farmacia para que, en caso de urgencia, el médico pueda llamar para verificar qué medicamentos han recogido, dijo Mohta. Esto es especialmente importante si tus padres prefieren no compartir contigo su lista de medicamentos.

Puedes guardar toda esta información en forma de archivo o foto en tu teléfono, pero también vale la pena que guardes una copia en la cartera por si te quedas sin batería.

3. ACLARA QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE

Durante una crisis de salud, hay innumerables decisiones que los padres o hijos adultos pueden tener que tomar. Aunque no es posible anticipar todas, hablar de objetivos y valores por adelantado puede ayudar a los padres a sentirse más preparados para una emergencia y a mantener a los hijos adultos en la misma línea.

“No se trata solo de lo que quieres al final de tu vida”, dijo Mohta, “se trata de cómo quieres que sea tu vida” a medida que envejeces.

Explora qué aporta alegría y significado a tus padres, sus mayores preocupaciones, sus prioridades en cuanto a tratamiento médico y lo que quieren evitar. Por ejemplo, un padre o madre puede decir que quiere pasar el mayor tiempo posible en casa, que quiere hacer todo lo posible por sobrevivir o que no quiere que le mantengan con vida las máquinas de la unidad de cuidados intensivos.

“En una urgencia, tomas decisiones de forma apresurada; es algo emocional”, dijo Mohta. “Se trata de una oportunidad para reflexionar con antelación”.

También puedes intentar tratarlo como una actividad de grupo: dedicar tiempo a esto durante una reunión familiar y pedir a todos que compartan lo que les importa, dijo Mohta. Esto puede evitar que tus padres se sientan señalados y, al avisar con antelación, da tiempo a todos para que se preparen, en lugar de sentirse emboscados.

4. HABLEN DEL ENTORNO EN EL QUE VIVEN

Uno de los principales motivos por los que la gente acaba en hospitales o centros de cuidados es la falta de adecuación entre sus capacidades cotidianas y el entorno doméstico, dijo Aronson.

Por lo tanto, habla con tus padres sobre la posibilidad de hacer cambios en casa para ampliar su independencia. Por ejemplo, a medida que empeoran su visión y equilibrio, puede ser útil retirar las alfombras sueltas y el desorden, e instalar mejor iluminación, una silla de ducha y pasamanos. Una caída puede llevar a una hospitalización, una temporada en rehabilitación e incluso el traslado a una residencia de ancianos, así que enmarca estos ajustes como una forma de ayudar a tus padres a mantener el control de su vida cotidiana.

También vale la pena hablar de dónde vivirán tus padres a largo plazo, dijo Aronson, no para animarlos a mudarse, sino para conocer sus preferencias. ¿Querrían tus padres quedarse en casa a cualquier costo? ¿Estarían dispuestos a mudarse a un lugar más pequeño? ¿Considerarían la posibilidad de contratar ayuda, mudarse con la familia o probar la vida asistida?

Tener estas conversaciones de manera previa puede ayudar a maximizar las opciones de tus padres, ya que las listas de espera de los centros pueden ser largas y algunos lugares no pueden atender enfermedades más graves.

A veces es una negociación, dijo Aronson: los hijos adultos pueden dar prioridad a la seguridad, y los padres a su independencia. “La idea es encontrar algo que ofrezca un poco de cada cosa”.

5. NOMBRA A UNA PERSONA ENCARGADA

Cuando un padre o madre está demasia-

do enfermo para hablar por sí mismo, sus seres queridos pueden tener que intervenir. Pero si el grupo no está alineado o no sabe quién está al mando, los cuidados pueden retrasarse, los mensajes pueden confundirse y los deseos del padre o madre pueden perderse, confirmó Aronson.

Por eso los hijos adultos deben preguntar explícitamente a sus padres quién será responsable de la toma de decisiones médicas, y asegurarse de que todo el mundo lo tiene claro. Tener esta conversación es lo mínimo, dijo Taldone, pero también puede ayudar a rellenar un documento de voluntad anticipada y un poder notarial para la atención médica, que explicita los deseos de asistencia médica y designe formalmente a una persona para que tome decisiones en caso de urgencia.

Recuerda que no se trata de elegir a un favorito, dijo Taldone, sino de elegir a la persona que tiene las mejores condiciones para hacerlo. Considera a alguien que esté cerca o estrechamente implicado, que entienda lo que quiere el padre o madre y que pueda seguir esos deseos aunque otros no estén de acuerdo, explicó. En otras palabras, podrías ser tú o uno de tus hermanos, pero también la pareja, un amigo cercano o un hermano o hermana de tu padre o madre.

“A menudo, la familia toma las decisiones conjuntamente, pero al final hay una persona que es la responsable”, confirmó Taldone.



Trump elimina norma climática: energía vs. salud en USA

La administración Trump revocó un hallazgo científico que ha sido fundamental en la lucha contra el cambio climático en Estados Unidos.

MARTIN KÜBLER

[HTTPS://P.DW.COM/](https://p.dw.com/)

En lo que la Casa Blanca ha descrito como “la mayor medida desreguladora de la historia de Estados Unidos”, el presidente Donald Trump ha anulado un hallazgo científico clave que ha sido la piedra angular de los esfuerzos de USA para combatir el cambio climático durante más de 16 años.

En una declaración realizada el jueves 2 de febrero en la Casa Blanca, el presidente revocó oficialmente una declaración gubernamental de 2009 conocida como “Dictamen de peligro” (Endangerment Finding). Esta ha sido una parte fundamental de las

políticas ecológicas introducidas posteriormente a ese año por los expresidentes demócratas Barack Obama y Joe Biden.

¿QUÉ ES EL DICTAMEN DE PELIGRO DE 2009?

El histórico hallazgo científico, publicado por la Agencia de Protección Ambiental (EPA) en diciembre de 2009, fue el marco legal que permitió a la EPA regular las emisiones que calientan el planeta y que se consideran una amenaza para “la salud pública y el bienestar de las generaciones actuales y futuras”.

Una sentencia anterior del Tribunal Supremo otorgó a la agencia la autoridad para promulgar políticas dirigidas a las

emisiones que retienen el calor: dióxido de carbono, metano y otros contaminantes. Las políticas se centraron inicialmente en los gases de automóviles y camiones, y más tarde se ampliaron para incluir las emisiones de las centrales eléctricas de carbón y gas y de la industria del petróleo.

La administración Trump ha cuestionado la base científica del “Dictamen de peligro” de 2009, argumentando que los efectos de las emisiones en la salud humana son indirectos, y que la regulación estadounidense es insuficiente para abordar un problema global.

Sin embargo, científicos y expertos en medioambiente han respaldado ampliamente la conclusión, y la organización

El “Dictamen de peligro” (Endangerment Finding) ha desempeñado un papel importante en la protección de la salud humana frente a las emisiones industriales.



sin ánimo de lucro American Geophysical Union ha afirmado que “se basa en décadas de rigurosa ciencia climática revisada por pares”.

ENERGÍA MÁS BARATA

Trump y su administración han argumentado que la conclusión de la EPA otorgaba demasiado poder al Gobierno federal, frenando a las empresas y la innovación, y aumentando los precios. “Muchas partes interesadas me han dicho que la EPA de Obama y Biden tergiversó la ley, ignoraron los precedentes y distorsionaron la ciencia para lograr sus propios fines”, afirmó el administrador de la EPA, Lee Zeldin, en julio de 2025. Señaló también que los costos relacionados con las regulaciones sobre gases de efecto invernadero para automóviles y camiones habían sido una “amenaza real para el sustento de los estadounidenses”.

La Casa Blanca aseguró, por su parte, que la derogación de la regulación medioambiental ampliará el acceso a una energía asequible y fiable y ahorrará a los estadounidenses hasta 54.000 millones de dólares en costes anuales. Aunque no ha proporcionado detalles sobre cómo se hará.

¿QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA LOS ESFUERZOS CLIMÁTICOS DE USA?

Con la eliminación del “Dictamen de peligro”, la EPA perderá su capacidad para utilizar la Ley de Aire Limpio de 1963 para regular los gases de efecto invernadero.

“Esto representa un alejamiento total de Estados Unidos de las energías renovables y la eficiencia energética en favor de la producción y el uso ampliados de combustibles fósiles, incluidos el carbón, el petróleo y el gas natural”, declaró Barry Rabe, profesor de Política Pública y Medioambiental de la Universidad de Michigan, a DW, en julio de 2025.

La derogación del “Dictamen de peligro” ralentizará los esfuerzos para exigir a la industria automovilística estadounidense que venda coches y camiones menos contaminantes, al tiempo que reducirá el apoyo federal al creciente sector de los vehículos eléctricos. La anterior administración Biden había fijado como objetivo que los vehículos eléctricos representaran al menos el 50 por ciento de las ventas de



Durante su campaña, Trump reveló sin tapujos sus planes de perforar buscando más petróleo en su segundo mandato.

La administración Trump ha cuestionado la base científica del “Dictamen de peligro” de 2009, argumentando que los efectos de las emisiones en la salud humana son indirectos, y que la regulación estadounidense es insuficiente para abordar un problema global.



Los científicos tienen en claro el vínculo entre el aumento de las temperaturas y los fenómenos meteorológicos extremos, como las inundaciones causadas por el huracán Milton en Florida en octubre de 2024.

coches nuevos en 2030.

Los grupos ecologistas han afirmado que esta medida también corre el riesgo

de extenderse a una reducción de los límites de emisiones de carbono y otros contaminantes de las centrales eléctricas y la industria de los combustibles fósiles. Como resultado, el aumento de los contaminantes podría empeorar la calidad del aire y contribuir aún más a los efectos peligrosos del cambio climático: olas de calor mortales, inundaciones destructivas y tormentas extremas.

ALEJAMIENTO DE LA PROTECCIÓN CLIMÁTICA

La decisión de Trump de eliminar el “Dictamen de peligro” es el ataque más reciente de su Administración a las regulaciones climáticas y medioambientales de Estados Unidos.

Desde que comenzó su segundo mandato, en enero de 2025, el presidente estadounidense ha retirado a Estados Unidos de los compromisos internacionales sobre el clima, incluido el Acuerdo de París, ha recortado las protecciones medioambientales, ha suprimido la investigación climática y ha impulsado la industria de los combustibles fósiles.

Esta misma semana, Trump ordenó a las bases e instalaciones militares estadounidenses que compraran su electricidad a centrales eléctricas alimentadas con “carbón limpio y bonito”, alegando la falta de fiabilidad de las energías renovables.

Los detractores de la decisión de Trump, entre ellos, el Fondo de Defensa Ambiental, han manifestado su intención de impugnar la medida ante los tribunales, llevando el caso finalmente hasta el Tribunal Supremo. Pero eso podría llevar años, y, hasta entonces, la declaración de peligro -y todas las políticas que ha generado- dejarán de ser aplicables.

Así fue cómo el vino tinto dejó de parecer saludable

Durante una gloriosa década o dos, la bebida fue elogiada como buena para el corazón. ¿Qué ocurrió?

ALICE CALLAHAN

[HTTPS://WWW.NYTIMES.COM/](https://www.nytimes.com/)

En un segmento de 1991 de 60 Minutos, el corresponsal de CBS **Morley Safer** preguntaba cómo podía ser que los franceses disfrutaran de alimentos ricos en grasas como el paté, la mantequilla y el queso Brie triple crema, y, sin embargo, tuvieran tasas más bajas de enfermedades cardíacas que la gente en USA.

“La respuesta al enigma, la explicación de la paradoja, podría estar en esta copa tentadora”, sostuvo Safer, levantando una copa de vino tinto a los espectadores.

Los médicos creían, dijo Safer, que el vino tenía un “efecto de lavado” que impedía que las células formadoras de coágulos se adherían a las paredes de las arterias. Esto, según un investigador francés que aparecía en el segmento, podría reducir el riesgo de una obstrucción y, por lo tanto, el riesgo de un ataque cardíaco.

En aquel momento, varios estudios habían apoyado esta idea, dijo **Tim Stockwell**, epidemiólogo del Canadian Institute for Substance Use Research; mientras que los investigadores descubrían que la dieta mediterránea -que tradicionalmente fomentaba beber una copa o dos de vino tinto con las comidas- era una forma de alimentación saludable para el corazón, añadió.

Pero no fue sino hasta que se emitió el



segmento de 60 Minutos que la idea del vino tinto como una bebida saludable virtuosa se hizo “viral”, dijo. En el año posterior a la emisión del programa, las ventas de vino tinto en USA aumentaron un 40%. Tomaría décadas para que el resplandor del halo saludable del vino se desvaneciera.

CÓMO HA EVOLUCIONADO NUESTRA COMPRENSIÓN DEL ALCOHOL Y LA SALUD

La posibilidad de que una copa o dos de vino tinto pudieran beneficiar al corazón era “una idea encantadora” que los investigadores “acogieron”, sostuvo Stockwell.

Encajaba con el cuerpo más grande de evidencia que en los años 1990 vinculaba el alcohol con la buena salud.

En un estudio de 1997 que siguió a 490,000 adultos en USA durante nueve años, por ejemplo, los investigadores hallaron que quienes reportaron tener al menos una bebida alcohólica al día tenían de un 30% a 40% menos probabilidad de morir por enfermedades cardiovasculares que los que no bebían. También tenían 20% menos chance de morir por cualquier causa.

Para el año 2000, cientos de estudios llegaban a igual pronóstico. “Pensé que la ciencia se había pronunciado”, declaró Stockwell.

Pero algunos investigadores habían estado señalando problemas con este tipo de estudios desde la década de 1980 y cuestionaban si el alcohol era responsable de los beneficios que veían.

Quizás los bebedores moderados eran más saludables que los no bebedores, porque eran más propensos a ser educados, adinerados y físicamente activos, y era más probable que tuvieran seguro de salud y comieran más verduras.

O tal vez, agregaron, era porque muchos de los “no bebedores” en los estudios, eran en realidad ex bebedores que dejaron el alcohol por haber tenido problemas de salud.

Kaye Middleton Fillmore, investigadora de California University en San Francisco, estaba entre aquellos que instaban a un mayor escrutinio de la investigación. “Es deber de la comunidad científica evaluar cuidadosamente esta evidencia”, escribió en un editorial publicado en 2000.

En 2001, Fillmore convenció a Stockwell

y a otros científicos para que la ayudaran a examinar los estudios anteriores y volver a analizarlos de maneras que pudieran tener en cuenta algunos de estos sesgos.

“Voy a trabajar contigo en esto”, recordó haberle dicho Stockwell a Fillmore, quien falleció en 2013. Pero “era realmente escéptico de todo el tema”, dijo.

Resultó que el equipo halló un resultado sorprendente: en su nuevo análisis, los beneficios previamente observados del consumo moderado habían desaparecido. Sus hallazgos, publicados en 2006, llegaron a los titulares por contradecir el saber popular: “Estudio pone un corcho en la creencia de que un poco de vino ayuda al corazón”, informó Los Angeles Times.

“Esto molestó a mucha gente”, dijo Stockwell. “La industria del alcohol tomó grandes medidas y gastó mucho dinero para contrarrestar este mensaje bastante incómodo que estaba surgiendo”, agregó. Al cabo de unos meses, un grupo financiado por la industria había organizado un simposio para debatir la investigación, e invitaron a Fillmore.

En notas que Stockwell conservó, Fillmore escribió que la discusión fue “acalorada e intensa, tanto que sentí que necesitaba quitarme el zapato, y golpearlo sobre la mesa”.

Y cuando dos organizadores de la conferencia publicaron un resumen del simposio que decía que “el consenso de la conferencia” era que el consumo moderado de alcohol estaba asociado con una mejor salud, Stockwell dijo que Fillmore “estaba furiosa” de que sus puntos de vista no estuvieran representados.

Desde entonces, muchos más estudios, incluyendo uno que Stockwell y sus colegas publicaron en 2023, han confirmado que el alcohol no es la bebida saludable que una vez se creyó.

En 2022, otros investigadores informaron noticias aún más graves: no solo no había beneficio cardiovascular al beber alcohol, sino que incluso podría aumentar el riesgo de problemas cardíacos, dijo **Leslie Cho**, cardióloga de Cleveland Clinic.

Hoy día, más y más investigaciones muestran que incluso una bebida al día

puede aumentar las posibilidades de desarrollar condiciones como presión arterial alta y ritmo cardíaco irregular, y que ambos pueden llevar a un derrame cerebral, insuficiencia cardíaca u otras consecuencias para la salud, dijo.

Y las conexiones del alcohol con el cáncer son claras, algo en lo que la Organización Mundial de la Salud ha estado insistiendo desde 1988. Ese es un mensaje muy diferente del que los pacientes podrían haber escuchado de sus médicos durante años, reconoció Cho. Pero el consenso ha cambiado.

No hay cantidad de alcohol que sea segura, han dicho la OMS y otras agencias de salud, independientemente de si está bebiendo vino, cerveza o licor.

ENTONCES, ¿EL VINO ESTÁ DESCARTADO?

Cuando asesora a sus pacientes con cáncer, **Jennifer L. Hay**, científica conductual y psicóloga de la salud en el Memorial Sloan Kettering Cancer Center de NYC, dijo que muchos están “absolutamente sorprendidos” al saber que el alcohol, incluido el vino, es un carcinógeno. En un estudio de 2023, los investigadores encuestaron a casi 4,000 adultos americanos y encontraron que sol% sabía que el vino podía dar cáncer, en comparación con el 25% que sabía que la cerveza podía tener ese efecto y el 31% que sabía que el licor podía ser carcinógeno.

Los pacientes de cardiología de Cho a menudo se sorprenden cuando ella sugiere que reduzcan el consumo de alcohol, incluido el vino. “Se quedan como, ‘¿qué? Pensé que suponían que protegía contra las enfermedades cardíacas’”, dijo.

El vino tinto contiene compuestos llamados polifenoles, algunos de los cuales pueden tener propiedades antioxidantes y antiinflamatorias. Pero ningún estudio -incluyendo décadas de investigación sobre un polifenol llamado resveratrol, ha vinculado de manera definitiva las cantidades que se obtienen del vino tinto con la buena salud, dijo Cho.

Y no hay evidencia sólida de que el vino sea menos dañino que otros tipos de alcohol, agregó. “Eso puede ser realmente difícil de escuchar”, reconoció Hay.

Siempre que le dice a la gente que estudia los riesgos del alcohol, “cae un humor sombrío en el ambiente”, dijo. Pero Hay y otros investigadores no sugieren una “prohibición” del alcohol, añadió. Solo quieren que la gente esté informada sobre los riesgos.

Y para la mayoría de las personas, está bien disfrutar de una copa de vino de vez en cuando, dijo Cho. Pero no ayuda a su corazón, dijo. “Es hora de abandonar esa creencia”.

Los médicos creían, dijo Safer, que el vino tenía un “efecto de lavado” que impedía que las células formadoras de coágulos se adherían a las paredes de las arterias. Esto, según un investigador francés que aparecía en el segmento, podría reducir el riesgo de una obstrucción y, por lo tanto, el riesgo de un ataque cardíaco.



COMER PICANTE PROTEGERÍA EL CORAZÓN Y EL CEREBRO

Un estudio realizado en la provincia central china de Sichuan detectó una posible relación entre el consumo habitual de alimentos picantes y una menor incidencia de enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares.



TEXTO DE [HTTPS://WWW.DW.COM/ES/](https://www.dw.com/es/)

Un estudio realizado en Sichuan, China, sugiere que comer alimentos picantes con frecuencia podría reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares.

Un estudio realizado en la provincia central china de Sichuan detectó una posible relación entre el consumo habitual de alimentos picantes y una menor incidencia de enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares.

La investigación, publicada recientemente en la revista *Chinese Journal of Epidemiology*, analizó durante 21 años datos de más de 50,000 habitantes del municipio de Pengzhou, en Sichuan, una provincia de China conocida por su gastronomía rica en chiles.

El equipo de investigación, compuesto por expertos del Colegio Médico de Chengdu, capital provincial, y varios centros de

prevención de enfermedades de la región, partió de encuestas iniciadas en 2004 y evaluó factores como la frecuencia de consumo de guindilla, el grado de picante preferido, las formas habituales de consumo y la edad a la que se incorporó el picante de manera regular a la dieta.

Reducción en enfermedades del corazón y el cerebro

Según el estudio, las personas que consumen picante seis o siete veces por semana presentan un 11% menos de riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares que quienes rara vez lo incluyen en su alimentación.

Los datos sugieren, además, una reducción del 14 % en la probabilidad de padecer cardiopatías isquémicas, un 12% menos de riesgo de enfermedades cerebrovasculares y un 1% inferior

en el caso de ictus isquémicos.

En cuanto al nivel de picante, quienes prefieren un sabor moderadamente picante tendrían, según el análisis, un 14% menos de probabilidad de desarrollar estas enfermedades, frente al 9% de los aficionados al picante intenso y el 7% de los que optan por sabores suaves.

No obstante, se observó que los beneficios aparecen independientemente de la forma en que se consuma la guindilla, ya sea fresca, seca, en aceite o en salsas.

El estudio coincide con estudios previos en el gigante asiático que destacaban el papel de la capsaicina, compuesto activo del picante, en la dilatación de los vasos sanguíneos y la reducción de la presión arterial.

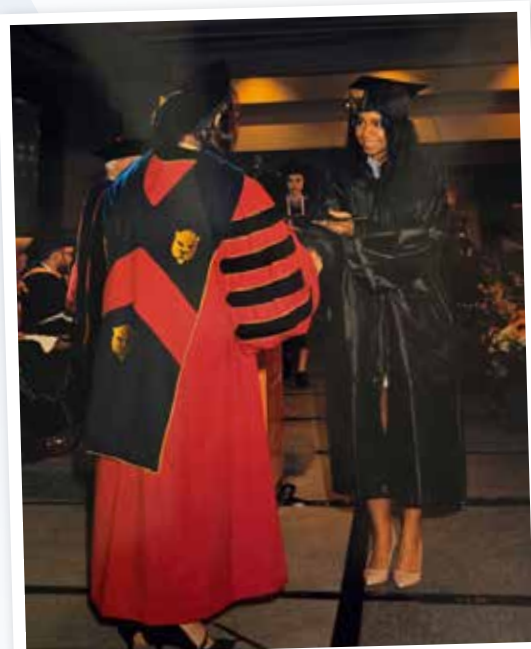
Los investigadores puntualizaron que no se han identificado aún con certeza los mecanismos detrás de estas asociaciones, en parte por la falta de datos sobre cantidades exactas consumidas, frecuencia diaria o tolerancia individual al picante.





FELICITA UNA DOMINICANA GRADUADA

Crystal Arlette Hernández



AMERICAN INSTITUTE OF ARCHITECTS (AIA)

Wentworth Institute of Technology,
Boston, MA

Crystal es hija de José Anibal y Yuverkis Montás.

Ella nació y creció en Lawrence, MA y se educó en Central Catholic High School antes de asistir a Wentworth Institute of Technology.





República Dominicana

Lo tiene todo

BALNEARIO LA PLAZA
Barahona, P.R. / Foto: Alex Contreras

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