

EL RUMBO

DE NUEVA YORK

P06 La Opinión del Director

P10 La Opinión de Carlos McCoy

P22 La Ansiedad de lo Insólito

P32 Reportaje de Portada

P36 El Español en tiempos
de Trump

P52 La Opinión del Doctor

P60 Los Knicks me deben

Yoselin Genao

Una estrella en ascenso permanente



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**



ROBLES MULTIMEDIA LLC
DBA / ELRUMBODENUEVAYORK.NET - ALTO NIVEL - PENSAMIENTOS PROPIOS SRL - EN ALTA VOZ

469 W 164st New York, NY 10032 - 21 Turf RD Levittown PA 19056

Av. Bolívar 353, Sto. Dgo. RD

PHONE (646) 342- 8676 elrumbodenuevayork@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

Elvin Tineo • Jonathan Frómata

Editor Deportivo

Francis Robles

Concepto Gráfico y Diseño

Kevin Paulino | kevin.paulino@gmail.com

Marketing

Elías Barrera Corporán

Fotografía / Caricatura

Ambiorix Hernández • Cornelio Olivo

Columnistas

Deyana Reyes • Mercedes Peralta

Maggie Cas • Dr. Roberto Fernández

Francis Robles • Eliezer Bueno



CONTENIDO

¿POR QUÉ LA IZQUIERDA ESTÁ PERDIENDO AMÉRICA LATINA?

En la Cumbre Progresista de Barcelona, líderes de varios países admitieron entrelíneas las razones por las cuales las derechas han avanzado. **Pág. 12**

NO HAY TANQUES EN EL GRAN DESFILE DE LA VICTORIA RUSA

El portavoz de Putin, Dmitry Peskov, ha hablado de la "amenaza terrorista" proveniente de Ucrania y el Ministerio de Defensa... **Pág. 18**

12



22



28



34



A LOS TRAIADORES

La dominicanidad no es oportunismo, es nacionalismo. Parecería que el orgullo se alimenta en la medida que el sistema nos lucra, de lo contrario, nos convertimos en opositores cuando no nos servimos del pastel del transfuguismo mercantil. **Pág. 24**

LA NUEVA CIENCIA DEL ENVEJECIMIENTO PUEDE PREDECIR TU FUTURO

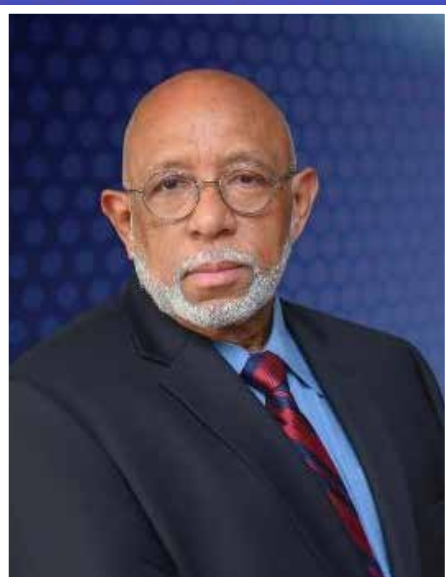
El más rigurosamente estudiado es el llamado reloj epigenético, una lectura de partes de nuestro ADN que puede extraerse de una muestra de saliva. Los nuevos análisis de sangre también pueden detectar signos tempranos de las tres principales enfermedades relacionadas con el envejecimiento. **Pág. 28**

MAYORÍA DOMINICANOS RESIDEN EN BARRIOS SEGREGADOS

La diáspora dominicana no eligió el gueto. El gueto la eligió a ella. **Pág. 34**

RESTO DEL CONTENIDO

Analizando el nuevo código penal..... 8
¿'Donnyland'? Vaya usted a saber.....16
Devocional Cristiano: La humildad.....25
La IA plantea posible división del Trumpismo.....38
La sangrienta "guerra civil" que los científicos registraron en un grupo de chimpancés.....46
El Zumbido de la Regla y el Viento en la Guagua: Memorias de La Normal "Presidente Trujillo".....52
El dilema del hijo bisexual.....58



EDITORIAL

El Día de las Madres Dominicanas

Sin embargo, en paralelo con este sentimiento amoroso, que raya en la veneración, se ha ido desarrollando en la cabeza de unos desquiciados mentales, una manifestación de odio contra la mujer -y por tanto contra las madres- ya que ser mujer es la condición primaria y esencial de toda madre.



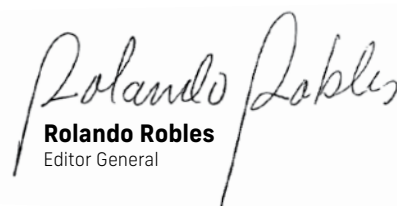
 El Rumbo de Nueva York
 @elrumbodenuevayork

El inicio exacto de la celebración se escapa a mi conocimiento; pero infiero que se trata de una costumbre importada desde la colonizadora España o de nuestra herencia africana y que se ha quedado entre nosotros por el respeto y la admiración que profesamos a la mujer que nos ha regalado la vida.

Sin embargo, en paralelo con este sentimiento amoroso, que raya en la veneración, se ha ido desarrollando en la cabeza de unos desquiciados mentales, una manifestación de odio contra la mujer -y por tanto contra las madres- ya que ser mujer es la condición primaria y esencial de toda madre.

Esta escalada de misoginia rampante, que es el denominado feminicidio, ha cobrado la vida de mas de treinta (30) damas a manos de amantes despechados o simples cobardes que no admiten rechazo, pues suponen que la mujer es una propiedad y que ellos son los dueños absolutos de sus vidas.

La gota que derramó la copa y genera esta protesta de nuestra revista es que precisamente en mayo, el Mes de las Madres, 7 mujeres cayeron, victimas de otros tantos malditos indeseables. ¿Hasta cuándo permitirá la sociedad esta barbarie?


Rolando Robles
Editor General

Muy cierto: llegó la hora de reencausar la UASD

REDACCIÓN: WWW.RUMBONY.COM

El Movimiento Renovador, generado en la Universidad del Estado UASD, a la caída de Trujillo, es el impulso mas importante que ha recibido la educación dominicana desde la aparición de Eugenio María De Hostos en las escuelas del país. Su bandera de lucha era la “democratización de la educación superior”, en una nación que había vivido gran parte de su vida independiente en regímenes de fuerza y negación del llamado “pan de la enseñanza”.

Algunos educadores dominicanos de avanzada, consideran que ese Movimiento Renovador, vertebrado en los inicios de la década de los 60's es la continuación de la “Educación Hostosiana” que nos legara el prócer puertorriqueño, hoy orgullosamente reconocido como Héroe Nacional nuestro.

Ese sentimiento Renovador, alentado por el pensamiento civilista y ético de Hostos y que ha estado presente en las aulas de la UASD durante seis décadas, recibe hoy un impulso mayor con la elección del Dr. Jorge Asjana David a la Rectoría, un maestro que educa para enseñar.

Bajo el lema de “Llegó la Hora”, el consagrado educador se propone fortalecer el espíritu renovador de la más alta casa de estudios dominicana y de América, al tiempo que garantiza la corrección de los dislates que en diferentes aspectos de la vida institucional se han aposentado en la UASD.

El Dr. Asjana viene con la encomienda de reencausar la universidad por los senderos de ética y eficiencia que el prócer Hostos planteara en su célebre obra “Moral Social” de 1888.

Su carrera como docente universitario



por mas de 40 años, augura un tratamiento de maestro consagrado al nuevo derrotero que seguirá la UASD, para asegurarnos que el futuro de la enseñanza universitaria se mantendrá siendo progresista y de profundo contenido civilista.

Hoy mas que nunca el país demanda una UASD progresista, sensible, eficiente y con respuesta certera a los desafíos del siglo XXI. Los profesionales que saldrán de sus aulas bajo la rectoría de este apasionado de la enseñanza superior, habrán de marcar un antes y un después en la encomienda de conducir el país.

Y justamente, ahí radica el gran reto del profesor Asjana. La universidad del Estado no puede seguir graduando profesionales que luego no encuentran donde trabajar y en consecuencia, emigran en busca de mejores escenarios en donde aplicar lo apren-

dido y satisfacer sus crecientes demandas de bienestar personal.

Esa “fuga de cerebros” es quizás, el mayor despilfarro involuntario de la primera escuela superior del continente. Y a corregir ese entuerto de los tiempos modernos, apunta el programa de trabajo del equipo que acompañará al doctor Asjana David en el próximo cuatrienio.

Pero sabemos que existen otras debilidades que ensombrecen el producto terminado que por mas de cinco décadas ha venido entregando la UASD a la Nación dominicana; y aunque no tienen -estas grietas institucionales- el mismo origen que la antes citada “fuga de cerebros”, su corrección es una de las metas más ingentes del Programa de Acción del profesor Asjana, que sin duda será el próximo Rector de la Primera Universidad del Nuevo Mundo.

MÁS DE 40 AÑOS

DE TRAYECTORIA ACADÉMICA Y GERENCIAL
UNIVERSITARIA.

LLEGÓ LA HORA

**DR. JORGE ASJANA
DAVID**

**¡UN MAESTRO EDUCANDO
PARA ENSEÑAR!**



ANALIZANDO EL NUEVO CÓDIGO PENAL



LIC. CESAR AMADEO PERALTA
ABOGADO

El nuevo Código Penal dominicano, que entrará en funciones en agosto próximo, promete corregir ciertas distorsiones en el ejercicio de la comunicación pública. Por tal motivo, esta revista presenta a sus lectores la interpretación de un experto sobre las consecuencias que arrojará su puesta en vigor.

Difamar o extorsionar podría costar de 4 a 10 años de prisión, la cancelación hasta de por vida del exequatur (si está en juego) y demandas en daños y perjuicios. Las sanciones pueden abarcar al medio donde se produzca la difamación o extorsión con el cierre definitivo o temporal.

Millones de dominicanos se han mantenido al margen de la creación de las leyes, tal vez no les interesaba o como dice una frase están “en Belén con los pastores”, les han metido varios strikes y ni cuenta se han dado con la aprobación del nuevo código penal, (ley 74-25), el cual a partir del seis 6 de agosto del año 2026 entrará en vigor, ya usted no le podrá decir ¡ladrón a ningún ladronazo!

Porque ese ladrón se va a ofender y si tú no tienes pruebas, entonces el ladrón se va a querellar y tratará de hacerte caer preso a ti, aunque tú sólo le digas la verdad, pero de la cual no tienes pruebas, ya que **todas las personas serán sujetos obligados de la ley cuando entre en vigencia el nuevo Código Penal en la República.**

Por un lado con grandes avances, retrocesos, aumentos de penas, la configuración de delitos nuevos, la figura del cúmulo de penas, una nueva modalidad de cumplimiento de las penas; entre otras novedades que el país aún desconoce y que

deberían saber, porque este código le va a dar muy duro a las personas, ya que trae penas bastante severas y será necesario construir varias cárceles nuevas porque las que hay no van a dar abasto.

Especialmente todas las personas dedicadas a los medios de comunicación deben leer este código, ya que una de las figuras nuevas que trae, lo constituye el hecho de que el artículo 208 del nuevo código penal, (ley 74-25), contempla penas de manera inicial de 2 a 5 años de prisión correccional y multas de 9 a 15 salarios, para todas las personas, más aún los que trabajan en medios de comunicación cuando sean acusados por el Ministerio Público de difamación, difamación extorsiva e injuria, cuando dispone lo siguiente;

“Artículo 208.- Difamación. Constituye difamación la alusión o imputación pública a una persona, física o jurídica, de un hecho preciso o concreto que le afecta en su honor o en su consideración, buen nombre, imagen, dignidad e integridad familiar, por cualquier forma pública, audiovisual o

escrito, radial o televisivo, streaming, electrónicos o en el ciberespacio”.

Párrafo.- La difamación será sancionada con penas de 2 a 5 años de prisión menor y multa de nueve a quince salarios mínimos del sector público, además de las penas complementarias y medidas socio judiciales correspondientes.

“Artículo 209.- Difamación extorsiva. Quien haga imputación pública a una persona, física o jurídica, de un hecho preciso o concreto que le afecta en su honor o en su consideración, buen nombre, imagen, dignidad e integridad familiar, por cualquier forma pública, audiovisual o escrito, radial o televisivo, streaming, electrónicos o en el ciberespacio, con el propósito de obtener para sí o para un tercero, un beneficio de cualquier naturaleza, o para que la víctima o un tercero realice, omita o tolere un acto que le cause un perjuicio, y con ello obligue o procure obligar a la víctima a ceder a sus exigencias, será sancionado con penas de 5 a 10 años de prisión mayor y multa de diez a veinte salarios mínimos del sector público”.

Párrafo I.- La misma pena se impondrá a quien para no materializar la difamación solicite un beneficio de cualquier naturaleza, o para que la víctima o un tercero realice, omita o tolere un acto que le cause un perjuicio, y con ello obligue o procure obligar a la víctima a ceder a sus exigencias.

Párrafo II.- Si la infracción es cometida por dos o más personas, sin importar que estos formen o no una asociación de malhechores se impondrá pena de 10 años de prisión mayor y multa de veinte a treinta salarios mínimos del sector público.

Artículo 210.- Injuria. Constituye injuria

el hecho de pronunciar públicamente contra otra persona, física o jurídica, una invectiva o cualquier expresión afrentosa o despreciativa, siempre que no contenga la imputación de un hecho preciso, por cualquier medio, audiovisual o escrito, radial o televisado, streaming, electrónicos o en el ciberespacio.

Párrafo.- La injuria será sancionada con penas de 15 días a 1 año de prisión menor o multa de uno a dos salarios mínimos del sector público o ambas sanciones.

Artículo 212.- Responsabilidad de las personas jurídicas en casos de difamación e injuria. Las personas jurídicas podrán ser declaradas penalmente responsables de

Por un lado con grandes avances, retrocesos, aumentos de penas, la configuración de delitos nuevos, la figura del cúmulo de penas, una nueva modalidad de cumplimiento de las penas; entre otras novedades que el país aún desconoce y que deberían saber, porque este código le va a dar muy duro a las personas, ya que trae penas bastante severas y será necesario construir varias cárceles nuevas porque las que hay no van a dar abasto.

las infracciones definidas en los artículos 207 al 210, (por cierto muy amplias), en las condiciones previstas en los artículos 8 al 11, en cuyo caso serán sancionadas con las penas dispuestas en el artículo 39.

Artículo 213.- Penas complementarias aplicables a las personas físicas imputables y jurídicas responsables. A dichas personas físicas imputables y jurídicas responsables de las infracciones definidas en los artículos 186 al 190 y del 198 al 210, se les podrá sancionar, además, con una o varias de las penas complementarias dispuestas en los artículos 30, 34, 38, 41 y 45.

Con esta nueva disposición el Ministerio Público podrá lograr la revocación parcial o definitiva del exequátur de cualquier persona acusada de cometer delitos graves y muy graves, etc., además del cierre parcial o definitivo del medio desde el cual se realiza la difamación, la difamación extorsiva o la injuria.

Ya que los artículos 30, 34, 39 y 41 del nuevo Código Penal (ley 74-25), establecen lo siguiente;

“Penas complementarias por infracciones leves, graves y muy graves. Las penas complementarias aplicables a las personas físicas imputables de infracciones muy graves son las siguientes”:

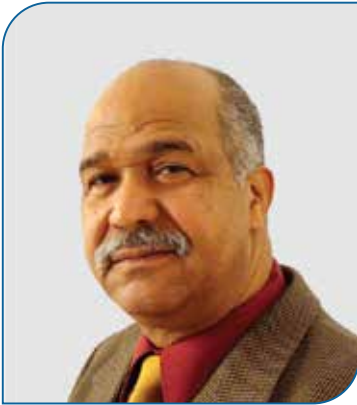
2. El cierre definitivo del establecimiento comercial o de la instalación involucrada directa o indirectamente en la infracción, o su cierre temporal por un periodo no mayor de tres años;

4. La inhabilitación definitiva para ejercer la función pública o actividad profesional o social en cuyo ejercicio se cometió la infracción que da lugar a la condena, o la inhabilitación temporal para ejercerla por un periodo no mayor de cinco años;

7. La revocación de la licencia o título público habilitante.

El autor de este artículo es el Lic. Cesar Amadeo Peralta, de la Oficina de Abogados Peralta & Peralta y Asociados, Abogados Consultores, S.R.L.
Email: amadeoperalta@gmail.com,
Teléfono: 809-710-2213,
Oficina dedicada a la persecución de crímenes y delitos económicos y financieros, todo tipo de falsificaciones.





LA OPINIÓN DE CARLOS MACCOY

CARLOS MACCOY (†)

El bulevar de la Duarte, con sus árboles y su aire señorial, fue devorado por el cemento, el asfalto y el pandemónium del comercio informal. Fueron tiempos convulsos. Recuerdo a los hermanos Travieso intentando controlar a una “turba” de adolescentes nerviosos mientras afuera estallaban las bombas lacrimógenas. Eran los días de las piedras contra los fusiles, de las consignas de la UER contra los socialcristianos.



Industrias en el noreste de Haití: Un modelo para la paz y el progreso

INTRODUCCIÓN

NO HAY SOLUCIÓN DOMINICANA AL PROBLEMA HAITIANO

El noreste de Haití representa una excepción en medio del caos generalizado que vive ese país. Mientras Puerto Príncipe enfrenta una profunda crisis de violencia, el departamento del Nordeste, particularmente la zona fronteriza con la República Dominicana muestra estabilidad y desarrollo.

Este contraste demuestra que la inversión puede ser una herramienta eficaz para lograr la paz social. En ese contexto, el parque industrial **Codevi** ha sido un pilar económico, atrayendo atención internacional como modelo replicable.

Codevi, acrónimo de **Compagnie de Développement Industriel**, fue inaugurado en 2003 por el **Grupo M**, un conglomerado empresarial dominicano. Desde entonces, se ha consolidado como uno de los mayores empleadores binacionales, brindando

trabajo a más de 20,000 personas, la gran mayoría haitiana. Su éxito no se mide solo en exportaciones, sino también en su impacto social.

SOLUCIONES SIN VIOLENCIAS

La actividad económica de esta empresa ha transformado por completo a **Juana Méndez (Ouanaminthe)**, Haití y Dajabón, República Dominicana fomentando la convivencia entre trabajadores de ambos países. A diferencia de otras regiones, aquí la frontera se percibe más como un punto de encuentro que una división. Esa interacción pacífica ha reducido tensiones históricas. El ejemplo de Codevi muestra que el desarrollo económico puede prevenir conflictos antes que intervenciones armadas.

LA OTRA CARA DE LA MONEDA

Puerto Príncipe, por contraste, ha colapsado institucional y socialmente. En esa ciudad, más del 80 % del territorio está con-



trolado por pandillas, y se estima que casi medio millón de personas han sido desplazadas internamente. La falta de empleos, servicios y educación son terrenos fértiles para el crimen. En el noreste, sin embargo, la inversión ha logrado contener fenómenos similares, ofreciendo una alternativa clara a la violencia estructural.

SEMBRANDO ESPERANZAS

Proyectos como este evidencian que crear empleos dignos, impulsar la infraestructura y fortalecer la educación pueden generar paz social sostenible. Haití cuenta con una abundante mano de obra joven que necesita oportunidades. Replicar ese modelo en **Gonaïves, Cabo Haitiano, Les Cayes o Petit-Goâve** permitiría descentralizar el desarrollo, reduciendo la presión sobre la capital y debilitando el poder de las pandillas.

BENEFICIOS COLATERALES

Además del parque industrial, el mercado binacional que opera dos veces por semana entre Juana Méndez y Dajabón proporciona alimentos a miles de familias haitianas. Esto es vital, dado que solo el 20 % de los productos alimenticios consumidos en Haití son producidos localmente. La agricultura, abandonada durante décadas, apenas sobrevive, por lo que el intercambio fronterizo se convierte en una red de apoyo crucial para la subsistencia de la población.

NI ODIOS NI MALQUERENCIAS

Otro aspecto destacable es la convivencia cotidiana entre haitianos y dominicanos. Al final de cada jornada, miles de empleados cruzan la frontera de regreso a sus hogares sin contratiempos. Esta rutina refleja una integración funcional que desmiente narrativas de enemistad perpetua. Esa parte de los límites fronterizo, lejos de ser una herida abierta, se ha convertido en un punto de cooperación informal y necesaria para ambas partes.

CERO VIOLENCIAS

El entorno de estabilidad en el noreste no es casual: es fruto de políticas empresariales de largo plazo, coordinación local y oportunidades sostenidas. En zonas como Puerto Príncipe, donde predomina la economía informal, el desempleo juve-



nil supera el 50 %, mientras que, en el departamento nordeste, el acceso a empleo formal ha reducido los riesgos de reclutamiento por bandas armadas. Esta diferencia es clave para entender el potencial de la inversión como antídoto a la violencia.

Frente a esta realidad, apostar por soluciones puramente militares parece insuficiente. Las intervenciones armadas, sin respaldo económico y social, rara vez producen resultados duraderos. Haití es el mejor ejemplo. Invertir en industrias, servicios básicos y educación técnica podría neutralizar las causas estructurales de la violencia. El empleo y la dignidad pueden hacer más por la paz que cualquier fuerza extranjera armada.

NO MÁS DÁDIVAS

La cooperación dominicana ha sido fundamental, ha mostrado un camino posible. Más que limosnas o ayuda humanitaria ineficaz, lo que Haití necesita son inversiones productivas, mucho más que planes binacionales. Son necesarios acuerdos internacionales que fortalezcan su capacidad interna. Seguir enviando recursos que terminan en manos de élites corruptas, ONGs con opacos intereses solo perpetúa la dependencia, la ineficiencia institucional y en consecuencia la miseria ancestral de ese conglomerado humano.

CONTINUAR POR ESE CAMINO

En varios lugares de la frontera dominico-haitiana coinciden ciudades de ambos países, divididas solo por un río o una calle: **Belladère-Comendador, Anse-à-Pitres-Pedernales, Malpasse-Jimaní**. Todos estos puntos podrían convertirse en nodos de desarrollo como Juana Méndez-Dajabón si se implementaran políticas similares. La geografía ya ofrece la ventaja; falta decisión política, visión estratégica y

apoyo financiero internacional.

EL SUEÑO O LA PESADILLA DE LA UNIFICACIÓN DE LA ESPAÑOLA

Las profundas diferencias históricas, culturales, lingüísticas y religiosas entre Haití y la República Dominicana hacen prácticamente imposible una unificación entre ambos países. La historia haitiana está marcada por su lucha contra la esclavitud y la colonización francesa, mientras que la República Dominicana tiene raíces españolas y una experiencia colonial totalmente distinta.

Culturalmente, Haití preserva tradiciones africanas y su lengua principal es el criollo haitiano, en contraste con la República Dominicana, donde predomina el español y hay una influencia cultural europea más significativa. La religión también es un punto de divergencia; Haití está influenciado por el vudú, mientras que la República Dominicana es mayoritariamente católica. Estas diferencias han forjado identidades nacionales únicas y han contribuido a tensiones que imposibilitan la integración. La alarma del reloj despertador histórico hace mucho que está sonando es hora de despertar de esa pesadilla.

EPÍLOGO

El modelo industrial representa una alternativa viable y concreta frente al colapso haitiano. En vez de insistir en soluciones militares externas y fantasías de unificación, Haití y sus aliados deben priorizar la inversión productiva, la creación de empleos y el fortalecimiento institucional. El noreste del país ya ha demostrado que la estabilidad es posible. Replicar esa experiencia es quizás la vía más realista hacia la paz y el desarrollo duradero.

CarlosMcCoyguzman@gmail.com

¿Por qué la izquierda está perdiendo América Latina?

En la Cumbre Progresista de Barcelona, líderes de varios países admitieron entrelíneas las razones por las cuales las derechas han avanzado.



VIRI RÍOS

[HTTPS://ELPAIS.COM/](https://elpais.com/)

Las izquierdas latinoamericanas son cada vez menos exitosas en las urnas. Su caída comenzó en el 2023 cuando Argentina eligió al libertario Javier Milei, y tanto Paraguay como Ecuador dieron un giro a la derecha.

A ello le siguió una cascada de victorias conservadoras: José Raúl Mulino en Panamá, Luis Abinader en República Dominicana y la llegada de derechistas a Bolivia, Honduras, Chile y más recientemente Costa Rica.

El consuelo de los gobiernos progresistas, hasta ahora, había sido que ellos gobernaban a la mayoría de la población latinoamericana. Sin embargo, esto puede cambiar en 2026. Las contiendas de Perú, Brasil y Colombia tienen partidos conservadores competitivos. Sin estos tres bastiones, la izquierda quedará reducida a México, Guatemala y Uruguay, es decir, a liderar apenas una cuarta parte de la población latinoamericana.

Es claro que dentro de la izquierda urge una autocrítica y la Cumbre Progresista de Barcelona proveyó de un espacio para lograrla.

Los resultados, sin embargo, fueron heterogéneos.

Quizá el problema más visible es que las izquierdas iberoamericanas parecen atoradas en diagnósticos superficiales. Por ejemplo, tanto Pedro Sánchez de España como Gustavo Petro de Colombia centraron una parte importante de su diagnóstico en quejarse de la ingobernabilidad digital y la información falsa.

En efecto, nadie puede negar que las derechas han sido astutas en aprovechar vacíos legales para criticar gobiernos progresistas con mensajes mentirosos y falaces. Sin embargo, si alguien debe hacerse

responsable por ello, es precisamente los gobiernos de izquierda que, por miedo, han evitado regular a los magnates digitales, implementar impuestos a la riqueza y financiar, con ello, el periodismo de calidad.

Sánchez, acertadamente, propuso avanzar en una agenda de regulación digital multilateral, pero lamentablemente, la Cumbre, como muchas otras, no permitió llegar a nada concreto. Por el contrario, en muchos foros a los izquierdistas se les percibió a la defensiva, como víctimas de una derecha que ha sido más capaz que ellos de usar la desinformación. Hay mucho que meditar sobre por qué.

De fondo, el problema es que las izquierdas deben aprender a aceptar que su debilidad proviene menos de la comunicación y más de la operación.

La izquierda pierde elecciones porque el progresismo, como Gabriel Boric, expresidente de Chile, mencionó a EL PAÍS, “solo puede aspirar a perdurar si es capaz de transformar las condiciones de vida de la gente”. Es la falta de resultados lo que empodera a las derechas y la izquierda que solo sabe echar culpas está condenada a la derrota.

Las noticias falsas y el lawfare existen y han afectado fuertemente a las izquierdas. Quizá los dos ejemplos más evidentes son Guatemala y Colombia, donde un poder judicial militante ha orquestado duros golpes hacia políticas progresistas.

Sin embargo, si estos fenómenos son visibles, las izquierdas deben moverse de la crítica a la acción. Basta ver a México, la izquierda más exitosa de Latinoamérica que, al ser víctima del lawfare, decidió reformar al poder judicial por completo.

Hoy, la nueva Suprema Corte mexicana, que opera desde 2025, enfrenta muchas críticas, muchas de ellas muy válidas, pero al menos, ya no puede decirse que sea un bloque ideológico constantemente luchando contra medidas progresivas.

Es precisamente por la relevancia de México para el progresismo internacional que se echó tanto de menos que la presidente mexicana tuviera una participación de fondo en la Cumbre Progresista. Claudia Sheinbaum dio un discurso tangencial, centrado en la grandeza cultural de México y no en lo que las izquierdas más necesita-

ban: una serie de consejos para entender qué ha hecho México para convertirse en una izquierda que gana elecciones.

El éxito mexicano se centra, sin duda, en sus resultados. La principal fuente de electores de Sheinbaum son personas que se beneficiaron con los incrementos al salario mínimo que promovió su partido desde 2018. La mandataria tiene una aceptación del 75% en gran medida gracias a su agenda social y a su forma de negociar con Trump, ambas ampliamente reconocidas por el electorado.

La izquierda pierde elecciones porque el progresismo, como Gabriel Boric, expresidente de Chile, mencionó a EL PAÍS, “solo puede aspirar a perdurar si es capaz de transformar las condiciones de vida de la gente”. Es la falta de resultados lo que empodera a las derechas y la izquierda que solo sabe echar culpas está condenada a la derrota.



México también está replanteando un cambio en su modelo de crecimiento económico, hacia uno enfocado en la política industrial, y ha implementado una política de seguridad nueva. La política industrial avanza lento y con errores, y a México le urge una reforma fiscal, pero en los últimos 18 meses, Sheinbaum ha ganado simpatía al lograr una reducción de los homicidios en 41 por ciento.

Inspirado por su propia experiencia y quizá en parte también en la experiencia mexicana, el brasileño Lula da Silva fue el más mordaz y articulado de los ponentes. Lula fue claro: la debacle de la izquierda latinoamericana se debe a que esta, con frecuencia, se ha convertido en “la administradora del neoliberalismo”.

Las izquierdas han tenido éxitos en avanzar la agenda de derechos laborales, género y raza, pero no en confrontar la ortodoxia económica. Por el contrario, mencionó Lula, en nombre de promover la gobernabilidad, las izquierdas han decidido no confrontar la desigualdad. De ese error se ha nutrido la derecha.

La próxima Cumbre Progresista tendrá su sede en México. Para entonces, la izquierda mexicana se encontrará disputando su mayoría en una elección federal y Latinoamérica, quizá, se haya derechizado aún más. La autocrítica será tan necesaria como ahora, pero más urgente.



PENSAMIENTOS
PROPIOS

Sábados a las 11:00 pm



Por



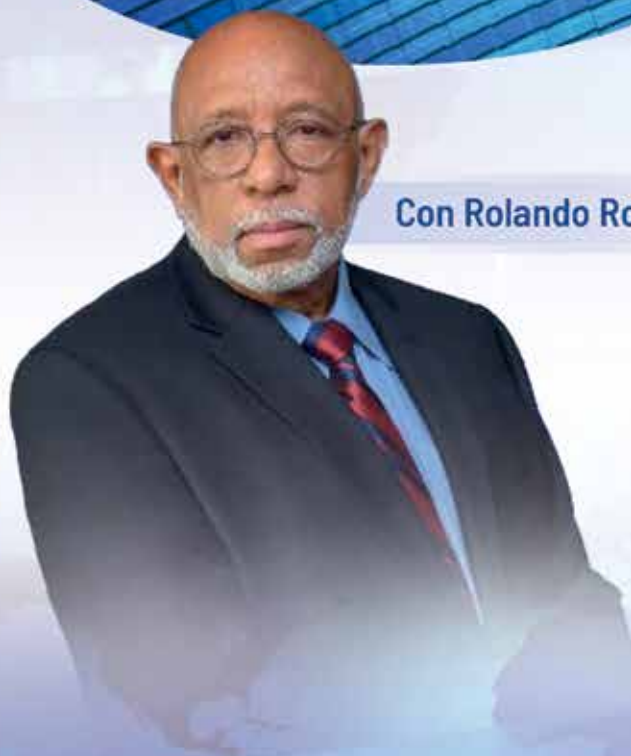
CANAL AMERICA

Canal 1014 **optimum.**

TELEVISIÓN DOMINICANA
PARA EL MUNDO

www.canalamerica.tv

Con Rolando Robles



Todas las noticias siempre de primera mano en
cada edición, visita nuestro Website



www.rumbony.com

La Vida es Rica

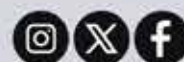


60
ANIVERSARIO

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

T. +1 (809) 563-7422

C. sciente@gruporica.com



@Ricacomunidad

¿‘Donnyland’?...

Vaya usted a saber

Ucrania propone rebautizar parte del Donbás en honor a Trump. La propuesta refleja una realidad global en la que los gobiernos apelan a la vanidad del presidente Trump para poner el poderío americano de su parte.

ANTON TROIANOVSKI Y
ANDREW E. KRAMER

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

Cuando Polonia pretendió establecer una base militar estadounidense en 2018, presentó la idea como Fuerte Trump.

Cuando Armenia y Azerbaiyán firmaron un compromiso de paz en la Casa Blanca el año pasado, llamaron al enlace de transporte que creaba la Ruta Trump para la Paz y la Prosperidad Internacionales.

Pero quizá el caso más inverosímil en que el nombre del presidente Donald Trump se ha asociado a un foco de conflicto geopolítico sea uno que ha permanecido oculto al público hasta ahora. En las conversaciones de paz sobre Ucrania en los últimos meses, funcionarios ucranianos han sugerido que la parte de la región del Donbás por la que Rusia sigue luchando podría llamarse “Donnyland”.

El nombre, una referencia a “Donbás” y “Donald”, fue descrito por cuatro personas familiarizadas con las negociaciones, quienes hablaron de ello bajo condición de anonimato debido al secreto que las rodea.

Cuando un negociador ucraniano mencionó por primera vez el término, en parte



en broma, lo hizo como parte de un intento de convencer al gobierno de Trump de que se opusiera más a las exigencias territoriales de Rusia, según tres de las personas familiarizadas con las conversaciones. El presidente **Vladimir Putin** ha prometido seguir luchando hasta que las fuerzas rusas alcancen una frontera administrativa clave en el límite del Donbás, la región industrial del este de Ucrania donde el Kremlin empezó a librar la guerra en 2014.

Que un nombre que evoca a **Disneyland** se haya aplicado a una zona despoblada y devastada de la región ucraniana del carbón y el acero podría parecer chocante mientras continúan los combates más mortíferos que ha vivido Europa desde la Segunda Guerra Mundial. Pero también refleja una realidad global en la que los gobiernos apelan a la vanidad de Trump para poner el poderío estadounidense de su parte.

Para Ucrania, el esfuerzo aún no ha

dado sus frutos. El término ha seguido utilizándose en las conversaciones, aunque no consta que esté escrito en ningún documento oficial. Los negociadores también han planteado la posibilidad de que la Junta de Paz de Trump desempeñe un papel en la administración de la zona, aunque ni Rusia ni Ucrania se han unido a ella hasta ahora, según cuatro personas familiarizadas con las conversaciones.

Pero Rusia no ha aceptado un acuerdo que sea viable para Ucrania. Eso ha dejado el destino de la zona que los ucranianos propusieron llamar Donnyland -de unos 80 kilómetros de largo y 60 de ancho- como uno de los principales puntos de fricción en las negociaciones.

Las conversaciones sobre Ucrania han avanzado entre bastidores en las últimas semanas, incluso cuando los principales negociadores estadounidenses -**Steve Witkoff**, amigo íntimo y enviado especial de Trump, y **Jared Kushner**, yerno

del presidente- han estado enfocados en la guerra con Irán. El presidente de Ucrania, **Volodímir Zelenski**, dijo este mes que esperaba que Witkoff y Kushner visitaran Ucrania pronto.

Pero una persona familiarizada con las conversaciones dijo que los americanos seguían esperando que se produjeran avances suficientes para justificar ese viaje y que también tenían intención de hacer otra visita a Rusia. "Ucrania está avanzando. Ojalá pudieran llevarse bien", dijo Trump la semana pasada a los periodistas. "Veremos qué ocurre. Están ocurriendo cosas allí".

Trump, por supuesto, prometió en su campaña presidencial que pondría fin a la guerra en Ucrania en 24 horas. Él y sus principales negociadores llevan ya más de un año intentando alcanzar un acuerdo de paz, con largas horas de conversaciones con Putin y la frustración de los funcionarios ucranianos, a quienes les parece que actúan más como mediadores que como defensores de Ucrania.

"Donnyland" fue una de las formas en que los ucranianos intentaron que Trump se pusiera más de su parte. Desde que Trump se reunió con Putin en Alaska el pasado agosto, su gobierno ha señalado que podría apoyar un acuerdo de paz en el que Ucrania se retirara hasta la frontera administrativa de la región de Donetsk, una de las provincias del Donbás, medida que los críticos consideraron una importante concesión al Kremlin.

Las autoridades ucranianas afirman que en este territorio viven actualmente unas 190,000 personas. Otras personas cercanas a las conversaciones afirman que la cifra real podría ser aproximadamente la mitad. Está tan cerca del frente que la principal autopista de acceso a la zona está cubierta de redes para protegerla de los drones rusos que explotan.

Queda poco de la economía local, aparte de una mina de carbón en funcionamiento y negocios que sirven a los soldados apostados en la zona, incluidas tiendas que venden globos y flores para que los soldados compren a sus esposas o novias cuando van de visita.

Ucrania insiste en que puede defender esta zona y que no la cederá. Sin embar-

go, en diciembre, Zelenski se mostró dispuesto a aceptar un acuerdo que estableciera una zona desmilitarizada o una zona económica libre que no estuviera bajo el control total de ninguna de las partes en conflicto.

Los ucranianos consideraron, aunque no aprobaron, propuestas para un administrador neutral o un órgano de gobierno que contara con representantes rusos y ucranianos, siempre y cuando Rusia no pudiera reclamar el territorio después de la guerra.

El Kremlin dijo que Rusia podría estar abierta a la formación de una zona desmilitarizada si se permitía que la policía rusa o los soldados de la guardia nacional la patrullaran, una medida inaceptable para Kiev.

Ucrania quería que el gobierno de Trump presionara a Moscú para que suavizara aún más su postura. Los negociadores ucranianos empezaron a llamar a la zona propuesta Donnyland, un área que no estaría totalmente controlada por ninguna de las partes y que se calificaría como un logro de Trump.

Samuel Charap, politólogo del laboratorio de ideas RAND Corporation que ha seguido de cerca las negociaciones, argumentó que tanto Moscú como Kiev han mostrado cierta flexibilidad sobre el futuro de esta parte del Donbás que Ucrania aún controla.

Para Ucrania, una preocupación clave es el riesgo de que ceder ese territorio, junto con las fortificaciones que Ucrania ha construido allí, facilite a Rusia retomar su invasión en el futuro. Charap dijo que Ucrania parecía ver un beneficio para su seguridad en el hecho de que el nombre de Trump estuviera vinculado a la zona.

"Tener el aval de Trump en una zona económica libre, creo que, probablemente, lo considerarían algo así como un elemento disuasorio", dijo Charap, en referencia a Ucrania.

Otra propuesta llamó al acuerdo de posguerra el "modelo Mónaco", una referencia a la Ciudad-Estado del Mediterráneo francés. Al igual que Donnyland, se refería a un posible Estado miniatura semiautónomo que se beneficiaría de su condición de zona económica extraterritorial. La frase "modelo Mónaco" aparecía en los borradores del tratado, mientras que Donnyland solo surgió en las discusiones, según una persona con conocimiento directo de las estrategias negociadoras de Ucrania.

Pero las conversaciones sobre la cuestión territorial se estancaron a finales de febrero, y la guerra de Irán absorbió la atención del equipo negociador de USA. El ministro de Asuntos Exteriores ruso, **Sergey Lavrov**, dijo que Rusia solo aceptaría el pleno control legal del Donbás. Y Zelenski restó importancia a las perspectivas de intercambiar territorio por paz, diciendo que hacerlo sería un "gran error".

Rusia y Ucrania no han cedido desde entonces en el control del territorio, incluso mientras continuaban las conversaciones sobre otras cuestiones, incluidos los compromisos de USA de garantizar la seguridad de Ucrania tras la guerra, según personas familiarizadas con las conversaciones.

Un negociador ucraniano creó una bandera para Donnyland -de color verde y dorado- y un himno nacional, utilizando ChatGPT, dijo la persona con conocimiento de las estrategias negociadoras de Ucrania. No está claro que la parte americana llegara a verlos.





No hay tanques en el gran Desfile de la Victoria Rusa

una señal de que la guerra con Ucrania no va bien.

STEVE ROSENBERG

Una palabra domina ahora mismo la Plaza Roja de Moscú: "Victoria". El término (se pronuncia "pobeda" en ruso), destaca en enormes pancartas rojas, aparece en pantallas de video. Cerca, la gente se toma selfies junto a una instalación artística que forma la palabra.

En la plaza, que está cercada con vallas metálicas, soldados ensayan para el desfile anual del Día de la Victoria que marca la derrota de la Alemania nazi. La idea nacional de Rusia construida bajo los gobiernos de Vladimir Putin se centra en la victoria de la Unión Soviética en la Segunda Guerra Mundial.

Es por ello que: el 9 de mayo se ha convertido en la fiesta nacional más importante de Rusia. Pero este año, el desfile se ha reducido. Por primera vez en casi dos décadas no habrá equipamiento militar en la Plaza Roja; ni tanques ni misiles balísticos. Solo soldados.

La forma en la que el Kremlin recordará

el pasado dice mucho sobre el presente. Es una señal de que la guerra de Rusia contra Ucrania no va según lo planeado, señala el diputado ruso Yevgeny Popov: "Ahora mismo nuestros tanques están ocupados, están combatiendo. Los necesitamos más en el campo de batalla que en la Plaza Roja".

"Pero con la guerra en Ucrania en su quinto año", le sugiero, "Rusia no solo no ha asegurado la victoria, sino que bajo presión de Ucrania están reduciendo el desfile. Algunos dirían que eso es vergonzoso".

"¿Qué otra opción tenemos?", responde Popov. "Los países de la OTAN, Ucrania y las armas de Gran Bretaña, su rey y su primer ministro, nos están amenazando".

EL FACTOR UCRANIANO

En febrero de 2022, la invasión rusa a gran escala de Ucrania fue una decisión de Putin. Más de cuatro años después, el Kremlin elige continuar la guerra mientras acusa a Occidente de avivar el conflicto.

Pero la guerra se está acercando a casa. El martes, dos personas murieron y más de

30 resultaron heridas en un ataque ucraniano con misiles de largo alcance y drones contra la ciudad rusa de Cheboksary.

La noche anterior, un dron penetró las defensas aéreas de Moscú y alcanzó un edificio residencial de lujo a 6 kms del Kremlin. No hubo víctimas, pero sí daños extensos en un piso superior. La amenaza de drones ucranianos sobre la Plaza Roja se ha utilizado para justificar la reducción del desfile de este año.

El portavoz de Putin, Dmitry Peskov, ha hablado de la "amenaza terrorista" proveniente de Ucrania y el Ministerio de Defensa ha advertido que puede lanzar un "ataque masivo con misiles en represalia" contra el centro de Kiev si Moscú es atacada el sábado.

Un cartel cerca de la Plaza Roja dice en grandes letras rojas "¡Pobeda!", que significa "Victoria!" en ruso. En una calle lateral cerca de la Plaza Roja, mido la reacción del público.

¿Les importa a los rusos la ausencia de tanques en el desfile del Día de la Victoria de este año? "Hay un problema de seguri-

dad”, admite Serguei. “Pero exhibir nuestro equipamiento militar muestra nuestra fortaleza en el escenario mundial. Tal vez deberíamos estar mostrando algo”.

Yulia, en tanto, da su punto de vista: “Entiendo que sería imprudente exhibir el equipamiento en caso de que algo ocurra durante el desfile; por otro lado, esto significa que tenemos miedo de algo. Y eso tampoco es bueno”, agrega.

“El desfile, por supuesto, es un símbolo, pero si las circunstancias no permiten que se lleve a cabo plenamente, tendremos que esperar un año para eso”.

MENOS DEL PUTIN “COMANDANTE EN JEFE”

Un desfile reducido también es un símbolo: el de un país que no ha logrado asegurar la victoria en Ucrania tras más de cuatro años de guerra.

En enero, el conflicto superó un hito: la guerra de Rusia contra Ucrania ha durado más que la lucha de la Unión Soviética contra la Alemania de Adolf Hitler, conocida aquí como la Gran Guerra Patria (1941-1945).

¿Hay consecuencias para Putin? Encuestas recientes -incluidas las de agencias estatales- sugieren que su aprobación interna está cayendo. Hacia finales del año pasado, el líder del Kremlin apareció varias veces en televisión con uniforme militar, rebotando de confianza, mientras hablaba sobre la guerra en Ucrania con sus generales.

Este año hemos visto mucho menos al Putin “comandante en jefe”. Por mis conversaciones con los rusos, parece que aquí crece el cansancio por la guerra en Ucrania, aumenta la preocupación por el costo de vida y hay una enorme irritación por las recientes restricciones estatales en internet.

Las autoridades rusas han advertido que el Día de la Victoria en Moscú habrá restricciones al internet móvil. Es por motivos de seguridad, insisten.

Funcionarios afirman que los apagones digitales, que han afectado a muchas ciudades y pueblos rusos en los últimos meses, están diseñados para impedir ataques con drones ucranianos y actos de sabotaje. Estas medidas son profundamente impopulares en todo el país, pero las autoridades no parecen especialmente preocupadas por eso.

“No es asunto suyo, con todo respeto, lo que hacemos con nuestro internet; es mejor no tener internet que morir por un misil o un dron ucraniano”, agrega Popov

“RUSIA ES UN PAÍS DE VENCEDORES”

En la localidad de Rublevka, cerca de Moscú, algunos escolares se han reunido alrededor del monumento local de la Segunda Guerra Mundial. Colocan claveles rojos en memoria de los habitantes caídos en la Gran Guerra Patria.

El desfile de la Plaza Roja puede haber-

se reducido, pero hay ceremonias en toda Rusia en recuerdo de los 27 millones de ciudadanos soviéticos que murieron en la guerra. Junto al monumento se encuentran dos hombres enmascarados con uniformes militares y medallas prendidas en el pecho.

Han estado combatiendo en lo que el Kremlin todavía llama la “operación militar especial”, la guerra de Rusia contra Ucrania.

Entablo conversación con uno de los combatientes, y él compara la guerra en Ucrania con la Gran Guerra Patria. Le señalo una diferencia clave: en 1941 Rusia fue invadida por la Alemania nazi; en 2022 Rusia invadió Ucrania.

“Rusia es un país de vencedores”, declara. “Siempre lo fue y siempre lo será”.

Sin embargo, a más de cuatro años del inicio de esta guerra, la victoria les sigue siendo esquiva.

El portavoz de Putin, Dmitry Peskov, ha hablado de la “amenaza terrorista” proveniente de Ucrania y el Ministerio de Defensa ha advertido que puede lanzar un “ataque masivo con misiles en represalia” contra el centro de Kiev si Moscú es atacada el sábado.



Punto de mira

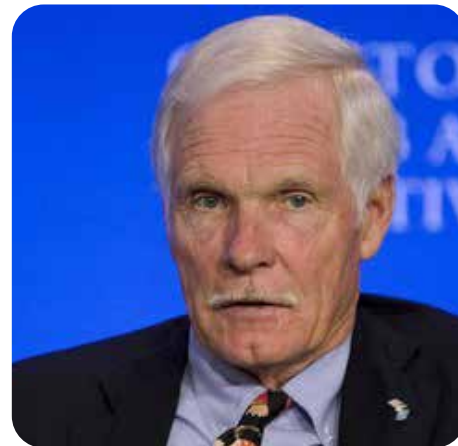
RESUMEN DE NOTICIAS RELEVANTES

JANE ASHER: 95 AÑOS Y SIGUE NADANDO Y COMPITIENDO

Jane es todo una historia; practica taichi, pilates y pinta, pero además, la británica no para de acumular medallas y galardones en natación. "Voy a seguir nadando todo el tiempo que pueda", afirmó sin mayor preocupación; **"es que después de nadar, sales del agua y sientes que puedes ir a cualquier parte"**, dice esta abuela que forma parte del Salón de la Fama Internacional de la Natación y ha recibido la **Medalla del Imperio Británico** por su dedicación a este deporte. Le reemplazaron ambas caderas, pero en marzo pasado logró su quinto récord mundial en las piscinas y se entrena para batir otro récord mundial en el próximo campeonato de Budapest.



FALLECE TED TURNER, FUNDADOR DE CNN



Ted Turner, creador de **CNN** y del ciclo de noticias de 24 horas, muere a los 87 años, escasamente un mes antes de que su obra maestra cumpliera 46 años. Este pionero de los medios de comunicación del siglo XX, dirigió un vasto imperio de que revolucionó los informativos televisivos en 1980 al presentar noticias a todas horas del día e inspirar con el tiempo a otros medios de a seguir su ejemplo. Sin dudas, **Turner ha sido uno de los "grandes influencers" del siglo** y probablemente nadie ha generado mas "views" en la historia.

LOS KNICKS DE NUEVO

Es la novena ocasión que llegan a las **Finades de la NBA**. Han ganado solo dos veces (1970 y 1973) y ha sido al mismo equipo de **Los Lakers** y en el mismo estadio, el Madison Square Garden. Todo Nueva York: el estado, la ciudad y cada uno de los 62 condados que componen NYS, esperan ese galardón que hemos acariciado por 53 años consecutivos. Si eso pasara y derrotan a los **San Antonio Spurs** en el MSG, seremos testigos de la mas grande fiesta de una ciudad en toda la historia, **¡Lets Go Knickerbokers!**





HANTAVIRUS Y ÉBOLA, DOS POSIBLES CRISIS DE SALUD GLOBAL

La desgracia acecha como vil demonio. Y el mundo, envuelto en su pequeño mundo de individualidades, parece no advertir el peligro. Es que eso sucede en otra dimensión, lejos de nosotros..., y no es así. Aunque África ha convivido con el Ébola por años y ciertamente parece que está bajo control, no deja de preocupar. Lo del Hantavirus es otra historia, mas reducida hasta ahora. Roguemos porque las vacunas aparezcan a tiempo.

GONZALO CASTILLO, JR PERALTA Y EL LAWFARE

Los abogados y especialistas callejeros de redes sociales dicen que la Honorable Juez Altigracia Ramírez cree que el Ministerio Público no pudo probar -a pesar de lo voluminoso del expediente- la culpabilidad de los acusados. Los políticos de uno y otro sector piensan que la sentencia es "conveniente y reparadora"; pero la gente común, que no es parte del show piensa que "hay de todo en el viña del Señor". Y hay algunos, de mucho más imaginación que entienden **estamos ante un gran acuerdo político de frente a las elecciones de 2028**. Solo el tiempo nos dará la luz.



Yeni, Gonzalo y Peralta



LATINOAMÉRICA Y EL MUNDO GIRAN HACIA LA DERECHA

Es evidente que la tendencia es global, pero a nosotros -que siempre hemos sido un tanto localistas- nos preocupa lo que sucede en el patio, en **América Latina**. En realidad, el asunto empezó en USA donde llegó al poder un outsider de la política, y de tendencia ultra conservadora: **Donald Trump**. En cascada le han seguido Argentina, Ecuador, Perú, El Salvador, Bolivia, Honduras, Costa Rica, Paraguay, Chile se espera que Colombia y Brasil. En Nicaragua, Cuba y Venezuela ha sido o será necesario la presencia del Amo del Norte.

EL FEMINICIDIO, UN MAL ENDÉMICO EN RD

Todos estamos de acuerdo en que las cuatro grandes pasiones dominicanas son: **la política, la pelota, las apuestas y el culto a la Madre**. Pero esta última, la única positiva de las cuatro, ya parece que va desapareciendo. Y no es que dejemos de sentir veneración por esa viejita que nos dio la vida y que idolatramos. El asunto es que estamos desarrollando un proceso de odio contra la condición básica de las madres, que antes que madre son mujeres; y las estamos matando por temporada. **El feminicidio es una maldición y hay que detenerlo por las buenas o por las malas**. Siete damas asesinadas en el mes de las madres es imperdonable.





NATIVOS DIGITALES

DEYANA REYES
reyes.deyana@gmail.com

Nos hace falta recuperar el derecho a ir más despacio. A escuchar una voz completa sin acelerarla. A tomarnos un café sin culpa. A mirar por la ventana sin sentir que estamos desperdiciando el día. A responder cuando podamos, no cuando la ansiedad ajena nos lo exija.



La ansiedad de lo inmediato

Cuando la urgencia de vivir rápido nos robó la calma.

Hace unos días recibí una llamada de alguien muy especial. En medio de una conversación aparentemente cotidiana, me dijo algo que se quedó dando vueltas en mi cabeza: **"La vida está demasiado rápida"**.

No lo dijo como una frase al azar. Lo dijo con cansancio. Con esa fatiga que a veces no se nota en el rostro, pero sí se escucha en la voz. Me contaba que ya casi no puede escuchar una nota de voz a velocidad normal. Tiene que acelerarla, ponerla en 1.5 o en 2, porque siente que no tiene tiempo.

No puede sentarse tranquilo a tomarse un café sin mirar el celular. No termina una tarea cuando ya aparece otra. No logra sostener una pausa sin que algo lo llame, lo interrumpa o le recuerde que hay algo pendiente.

Y mientras lo escuchaba, pensé que quizás esa no era solo su historia. Tal vez es la historia de muchos de nosotros.

Vivimos en una época en la que todo parece exigirnos rapidez. Las respuestas deben llegar de inmediato, los mensajes deben contestarse al instante, los procesos deben acelerarse, los resultados deben verse pronto y hasta la vida emocional parece medida por la velocidad de una notificación.

Nos acostumbramos tanto a lo urgente que empezamos a desconfiar de lo que toma tiempo. Si algo no ocurre rápido, pensamos que no está funcionando. Si una meta no se materializa enseguida, creemos que vamos tarde.

Si una relación no avanza al ritmo que imaginamos, dudamos. Si un sueño tarda demasiado, nos preguntamos si todavía vale la pena.

La inmediatez nos vendió una ilusión peligrosa: que todo lo importante puede obtenerse sin espera.

Pero la vida real no funciona como una aplicación. No todo carga en segundos. No todo se resuelve con deslizar un dedo sobre una pantalla. No todo proceso humano puede acelerarse sin romper algo en el camino.

Hay conversaciones que necesitan tiempo. Hay duelos que no se superan con prisa. Hay metas que requieren disciplina silenciosa. Hay vínculos que no se construyen desde la ansiedad. Hay versiones de nosotros mismos que solo nacen cuando dejamos de correr.

Nos hace falta recuperar el derecho a ir más despacio. A escuchar una voz completa sin acelerarla. A tomarnos un café sin culpa. A mirar por la ventana sin sentir que estamos desperdiciando el día. A responder cuando podamos, no cuando la ansiedad ajena nos lo exija.

A entender que estar disponibles todo el tiempo no significa estar presentes de verdad.

La ansiedad de lo inmediato nos ha hecho creer que todo debe suceder ahora, pero lo valioso casi nunca nace desde la desesperación. Lo que tiene raíz no siempre crece rápido, pero crece mejor. Lo que se construye con calma suele resistir más que aquello que solo se levanta para impresionar.

La vida no siempre avanza al ritmo que queremos, pero eso no quiere decir que esté detenida. A veces está trabajando en silencio. A veces está ordenando lo que no vemos. A veces nos está pidiendo paciencia, no velocidad.

En una sociedad que nos empuja a correr, elegir la calma puede parecer un acto pequeño. Pero quizás sea una de las formas más profundas de volver a nosotros mismos.



SEGURIDAD CIUDADANA

ELEAZAR BUENO

“Hay un país en el mundo
colocado en el mismo
trayecto del sol.

Oriundo de la noche.
Colocado en un inverosímil
archipiélago de azúcar y de
alcohol.

Sencillamente frutal, fluvial
y material. Y sin embargo..
sencillamente tórrido y
pateado.

Sencillamente triste y
oprimido. Sencillamente
agreste y despoblado”.

“ Hay un país en el mundo”.

Pedro Mir, 1949



Pedro Mir

1 949, en Guatemala y en el exilio, huyendo de la aún dictadura de más larga continuidad fuera de un reinado y con más seguidores que el planeta de AloFoke. Solo y sin ser ni camarada, ni cónsul o vicecónsul, ni compañerito, Pedro Mir escribió los versos que lo consagraron como el Poeta de la Patria, más adelante, en 1984.

Para contexto, en 1949 la República Dominicana tenía una población aproximada de 2.3 a 2.5 millones de habitantes, comparados con los 11 millones de hoy. Era un país todavía rural -más del 70% de la gente vivía en el campo- en pequeñas comunidades agrícolas dispersas por el interior del país.

Santo Domingo, que Trujillo había rebautizado como Ciudad Trujillo en 1936, era la ciudad más grande, con apenas unos 180,000 habitantes. Santiago de los Caballeros tenía alrededor de 50,000. El país era esencialmente campesino.

La esperanza de vida rondaba los 45-50 años. La mortalidad infantil era altísima. El analfabetismo superaba el 60% de la población. La medicina moderna era prácticamente inexistente fuera de las ciudades principales.

El azúcar era el país. Los ingenios azucareros -algunos de ellos propiedad directa de Trujillo o de sus allegados que los heredaron- generaban la mayor parte de las divisas extranjeras y empleaban a decenas de miles de trabajadores, muchos de ellos haitianos, traídos al país en condiciones que rozaban la esclavitud.

La infraestructura. El país tenía muy pocas carreteras pavimentadas fuera de los ejes principales. La electrificación era casi exclusivamente urbana, los campos vivían a la luz de velas y lámparas de kerosén.

El agua potable era un lujo en la mayoría de las comunidades rurales. Las comunicaciones eran lentas y controladas; Trujillo manejaba los periódicos, la radio, y cualquier medio de información.

Para entender la República Dominicana de ese año, hay que entender que no era simplemente un país pobre y agrario; era un país aterrorizado. El Servicio de Inteligencia Militar, el SIM, era omnipresente. Los vecinos se delataban entre sí.

Hablar mal de Trujillo en privado podría costarte la vida. El nombre del Perínclito estaba en las iglesias, en las escuelas, en las canciones obligatorias. Todos los hogares debían tener su retrato colgado en la pared, junto al del Papa.

El sol en la poesía de Mir no es solamente luz y vida, es también la fuente del calor que hace crecer la caña de azúcar que esclaviza a los campesinos. Es el mismo sol bajo el cual trabajan agotados los cortadores de caña, los que producen la riqueza que otros disfrutaban.

Entonces, “en el mismo trayecto del sol” es simultáneamente un himno de belleza y una denuncia velada.

Al momento en que Mir escribe ese poema -que es la radiografía del país del momento- está experimentando simultáneamente tres sentimientos que aún existen en los Dominicanos residentes en el Exterior:

- (1) un amor incondicional por su país,
- (2) una rabia profunda contra quienes lo gobiernan, y
- (3) una melancolía casi física por no poder estar ahí.

¿Suena familiar? Pedro Mir salió en busca de crecer en sus ideas. ¿Y Usted?





VOCES DESDE LA MEDIA ISLA

RICKY NOBOA

La dominicanidad no es oportunismo, es nacionalismo. Parecería que el orgullo se alimenta en la medida que el sistema nos lucra, de lo contrario, nos convertimos en opositores cuando no nos servimos del pastel del transfuguismo mercantil.



A los traidores

El carácter innegociable de la nacionalidad dominicana es un concepto que traspasa los intereses partidarios del universo político del país, para que así la defensa de la soberanía nacional sea la lucha por el legado de la identidad nacional de los fundadores de la patria. Los valores de la auto determinación que nuestra nación debe asumir para exigir el respeto a sus instituciones, es el nacionalismo a la no intervención en sus asuntos domésticos.

¿Me pregunto, dónde están las fuerzas vivas de la sociedad, la prensa comprometida, los herederos de los héroes que lucharon por nuestra libertad, los que se acreditan como intelectuales al servicio de la sociedad, los llamados revolucionarios de la defensa del pueblo y los siempre favorecidos "pasa facturas" al presupuesto de la nación?



En esta hora crucial, pensamos que el compromiso es la defensa de la dignidad de la sociedad que nos envuelve a todos, a deponer nuestros intereses particulares y repudiar todo acto de humillación con matices de traición, en detrimento de nuestra identidad nacional.

La dominicanidad no es oportunismo, es nacionalismo. Parecería que el orgullo se alimenta en la medida que el sistema nos lucra, de lo contrario, nos convertimos en opositores cuando no nos servimos del pastel del transfuguismo mercantil.

Los valores patrios se expresan a través de las instituciones, luchando por la identidad e institucionalidad que fortalezcan nuestras fronteras, para que se entienda que el respeto a la nación está por encima de cualquier intento de hegemonía, que afecte el legado de nuestra auto determinación.



LA HUMILDAD

Yo pues, preso en el Señor, os ruego que andéis como es digno de la vocación con que fuisteis llamados, con toda humildad y mansedumbre, soportándoos con paciencia los unos a los otros en amor, solícitos en guardar la unidad del Espíritu en el vínculo de la paz. Efesios 4:1-3

El Señor tiene propósitos específicos para cada uno de nosotros. Pero también objetivos establecidos que se aplican a todos los creyentes, como son: la búsqueda incesante, y de por vida de la humildad.

La humildad es más que una visión sana de nosotros mismos; es una actitud que reconoce nuestra dependencia del Señor. **«Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo».** Fil. 2:3

Como creyentes, hablamos bajo la convicción de amar a los demás, perdonar incondicionalmente y ser bondadosos. Pero la raíz de estas acciones es la humildad. Para poder amar y perdonar, debemos estar dispuestos a reconocer el valor de cada persona a los ojos de Dios y la magnitud de su compasión, amor y perdón. **«Sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo».** Efesios 4:32

Por tanto, el orgullo humano y la humildad de Cristo está en la llenura del Espíritu Santo. Cuando el Espíritu gobierna nuestra vida, nos recuerda que todo lo que somos y tenemos proviene de la gracia de Dios. Él nos capacita para reconocer nuestras limitaciones y depender de la fuerza divina. Si solo pensamos en cómo nos sentimos o lo que nos conviene, no demostraremos el amor de Cristo. Pero cuando la humildad es nuestra meta, entonces el amor, el perdón y la amabilidad crecerán a partir de ella.

Que la misericordia, el poder y la gracia del Señor te cubran día tras día, Amén.



El orgullo humano y la humildad de Cristo está en la llenura del Espíritu Santo. Cuando el Espíritu gobierna nuestra vida, nos recuerda que todo lo que somos y tenemos proviene de la gracia de Dios.

Lo útil Lo valioso



GUSTAVO MAS INALDE
CONTENIDO CONDENSADO

Las consideraciones que siguen nos vinculan con las cosas en particular y el mundo en general, con las posesiones materiales y la espiritualidad, con la forma en que desarrollamos nuestras actividades cotidianas y los criterios para ponderar, priorizar y asignar mérito. Algo que nos es útil sirve para un fin concreto, trae una comodidad, produce un provecho.

Algo que es valioso, en cambio, tiene una esencia diferente, una aptitud superior, respecto a lo que necesitamos y deseamos. Se relaciona con el poder que otorga y lo que concede y, rara vez, tiene relación con su precio o costo. Aunque la utilidad pueda diseñarla o definirla quien entrega el bien o el servicio, el valor lo asigna quien lo recibe y, siendo así, la va-

loración puede diferir para un mismo producto, prestación o relación.

Ambas nociones habilitan mayores capacidades de hacer y de ser. Las herramientas de trabajo son un buen ejemplo de utilidad ya que permiten hacer más y mejor. De otro lado, tener salud, es una condición que empodera y viabiliza todas las actividades humanas. Algo útil suele usarse y podría conservarse o desecharse una vez agotado. Algo valioso suele atesorarse, protegerse e inclusive admitiría ser legado. El propósito de apropiarse de esta distinción es alcanzar un discernimiento de significados que ilumine posibilidades antes no imaginadas.

NO SE COMPRA CON DINERO

Quizás la primera regla para distinguir lo valioso de lo útil es elaborar sobre aquellas cosas que tenemos y que no se compran con dinero. Al tope de ese enun-

ciado encontraremos probablemente la salud física y mental, el amor de pareja y filial, los momentos de felicidad y el tiempo con calidad para disponer junto a seres queridos. Otra prueba interesante de pasar es imaginar o recordar si has atravesado situaciones de carencia de alguno de estos pilares.

Podría ser el caso que, el aprendizaje de no tener, te haya conducido a repensar la valorización asignada. Si has enfrentado problemas de salud, por ejemplo, podrás confirmar que todo se pone de cabeza. No aparece nada antes que no sea resolver ese asunto y volver a una condición de vida normal. Lo útil, en cambio, admite una transacción, un intercambio.

Hace referencia a algo que podemos obtener, usar, conservar o descartar. No le resto mérito. Las personas vivimos en



un mundo cada día más conectado e interdependiente en el cual casi hay una oferta para cada necesidad. Algo nuevo o algo usado. Algo actualizado o algo viejo. Y la cuestión pasa a ser más material, en el sentido de evaluar si tienes lo que el intercambio requiere para hacerte de lo que necesitas.

A lo valioso se asocia más la protección, el cuidado, el atesoramiento. Podría ser que demos por descontado poseer ciertas cosas y, por tanto, no les prestemos atención. La realidad nos confrontará irremediablemente con los efectos negativos de esta actitud. Abre los ojos y el corazón para no olvidar la inmensa riqueza que posees. Todo aquello que no se adquiere con dinero, te hace rico y afortunado.

SATISFACCIÓN Y FELICIDAD

En el espacio de las sensaciones y las emociones radica otra fuente de esta distinción. La satisfacción, la sensación de estar satisfecho, es un estado que se relaciona más con la aplicación de elementos o la recepción de trabajos y, en ese sentido, se vincula directamente con la utilidad. Diseño y prestaciones tienen un lugar destacado. Inclusive aparecen cuestiones de precio o costo, calidad y tiempo oportuno.

De otro lado, la felicidad en particular, como emoción representativa de un estado de gracia, se relaciona más con los dominios de lo valioso, con momentos de plenitud. La disparidad podría ser sutil, pero resulta relevante. Otra forma de apreciar la distinción es prestar atención a la corporalidad, es decir, observar dónde, predominantemente, se reflejan más la satisfacción y la felicidad. Tal vez, nunca te lo hayas preguntado. Si la primera te aporta mayor alcance y poder, las extremidades, los músculos, tu cabeza y en particular la visión como sentido, resultan destacadas.

La segunda aparece más relacionada con el corazón, con el estómago, con gestos como sonrisas y relajación. Los dos estados tienen en común una duración limitada con lo cual, la meditación que cabe es cómo llegar a configurarlos. Si algo útil admite una transacción para ser incorporado, algo valioso podría asociarse a un mayor recorrido de construcción.

Si lo que te resulta útil puede extender sus efectos con cuidados y reinversión, vale la pena darle ese tratamiento. Prolongar estados de felicidad protegiendo lo que la genera también es posible y pasa, fundamentalmente, por un despertar, por tomar conciencia y no dar por sentado que las cuestiones que nos alegran permanecerán por siempre.

QUIEN POR QUIEN

Quien diseña y suministra un producto o servicio es quien define las condiciones de prestación y uso, es decir su utilidad. Además, establece en general, las condiciones del intercambio. A su vez quien recibe, suele ser quien asigna el valor. Valor es distinto de precio o costo. El precio o costo tiene carácter explícito,



mientras el valor se destaca por ser implícito y aunque pueda incluir al primero, acaba siendo más comprensivo. El entendimiento de las necesidades del otro es la clave y es también un factor común entre los dos conceptos. Una necesidad material podría vincularse más frecuentemente con algo útil. Una necesidad espiritual podría vincularse más comúnmente con algo valioso.

La interacción que permite a dos personas o empresas llegar a entender a cabalidad las necesidades, los ubica un paso al frente en el proceso de desarrollo de su relación. Los productos y servicios pue-

den diseñarse y ofrecerse para maximizar la satisfacción que producen. Del mismo modo, los vínculos, el tiempo que se entrega a construir una relación, la disposición a la escucha, el cariño o el amor y los apoyos para una vida más saludable desde lo físico o lo mental, resultan valorados si hacen parte de una entrega genuina, desinteresada, que coloca al otro en el centro.

En el devenir cotidiano de nuestras vidas, de qué lado queda cada cosa, el ofrecer y tomar o el dar y recibir, ayuda a entender las diferencias entre lo útil y lo valioso. La situación opuesta también permite confirmar este entendimiento: un error, una falla en el diseño o la débil adecuación a la necesidad, pueden afectar el desempeño de un producto o servicio y, en última instancia su utilidad.

Un comportamiento no acorde al vínculo, una ausencia, la falta de atención o simplemente un descuido en algo importante, puede impactar fatalmente un nexo y, a depender de la gravedad, tornar los efectos irreversibles.

APRENDER A VALORAR

Quizá el mayor desafío que enfrentamos madres y padres sea enseñar a nuestros hijos a valorar las cosas importantes de la vida. Ese sentido de valoración, esa sensibilidad especial, parecía ser un atributo destacado. El que nuestros hijos entiendan que nada que esté revestido de valor, que sea realmente importante, sucede por acaso, es un paso trascendental.

Aunque el foco, por momentos, pueda colocarse en cosas materiales, su utilidad y en el esfuerzo que conseguirlas conlleva, lo valioso va encontrando espacios notables. La presencia en momentos de necesidad, el ejemplo como aporte esencial al aprendizaje, la entrega desinteresada, la elección de una vida saludable y las manifestaciones de amor van haciendo de nuestros hijos las personas que alcanzarán un desarrollo integral el día de mañana. Quienes hemos pasado por estos momentos, sabemos que no es una tarea sencilla, que no hay recetas y que los tiempos cambian, es decir, la realidad va imponiendo condiciones diferentes a las que nosotros mismos hemos estado expuestos de niños.

LA NUEVA CIENCIA DEL ENVEJECIMIENTO PUEDE PREDECIR TU FUTURO

El más rigurosamente estudiado es el llamado reloj epigenético, una lectura de partes de nuestro ADN que puede extraerse de una muestra de saliva. Los nuevos análisis de sangre también pueden detectar signos tempranos de las tres principales enfermedades relacionadas con el envejecimiento.

DR. ERIC TOPOL

CARDIÓLOGO Y AUTOR DEL LIBRO:
AN EVIDENCE-BASED APPROACH TO
LONGEVITY.

El sueño de revertir el envejecimiento ha cautivado a los humanos durante siglos, y hoy la ciencia está más cerca que nunca de lograr ese objetivo. Es decir: todavía está muy lejos.

No es porque no lo haya intentado. Algunos investigadores están tratando de reprogramar las células para hacerlas biológicamente más jóvenes, lo que se ha demostrado que ha revertido los rasgos de envejecimiento en animales viejos.

Desafortunadamente, esto también puede provocar cáncer. Otros investigadores están estudiando fármacos llamados senolíticos, cuyo objetivo es eliminar las células envejecidas del organismo. Sin embargo, estos también pueden destruir otras células que el ser humano necesita para sobrevivir.

Las transfusiones de sangre de ratones jóvenes parecen rejuvenecer a los ratones viejos, pero las empresas que ofrecen este tratamiento no probado para humanos están cobrando mucho por una terapia potencialmente peligrosa.

Y aunque algunos entusiastas de la longevidad toman el fármaco rapamicina

porque los estudios han demostrado que ayuda a los animales a vivir más tiempo, también debilita el sistema inmunitario y no se ha demostrado que funcione en las personas.

Estos esfuerzos me parecen intrigantes y vale la pena seguir con ellos. Pero la mayoría de la gente no quiere simplemente vivir hasta los 110 años. Quiere prolongar el tiempo de vida libre de enfermedades graves, un concepto conocido como esperanza de vida saludable.

Por eso el planteamiento más sensato es reducir el número de víctimas de las tres principales enfermedades relacionadas con la edad: el cáncer, las cardiopatías y los trastornos neurodegenerativos, como la enfermedad de Alzheimer. Puede que sea menos llamativo, pero es más alcanzable que nunca.

Se calcula que al menos el 80% de los casos de enfermedades cardiovasculares, el 40% de los casos de cáncer y el 45% de los casos de alzhéimer se pueden prevenir. Incluso con un largo lapso de tiempo -cada una de estas enfermedades puede tardar 20 años o más en desarrollarse- los investigadores han tenido dificultades para definir con precisión el riesgo de una persona con la suficiente anticipación para intervenir de manera eficaz.

Claro que alguien puede someterse a

una prueba genética y saber que tiene un riesgo elevado de padecer la enfermedad de Alzheimer, pero ¿de qué sirve eso si no sabe si la enfermedad aparecerá pronto, cuando tenga 95 años o nunca?

En un futuro próximo, los médicos no solo podrán identificar si una persona tiene un riesgo elevado de padecer una enfermedad grave relacionada con la edad; también podrán predecir cuándo es más probable que se manifieste esa enfermedad y con qué rapidez podría avanzar. Varios descubrimientos recientes de la ciencia del envejecimiento están haciendo que esto sea cada vez más posible.

Desde la primera década del siglo XXI, los científicos han utilizado la secuencia genética de una persona para calcular su riesgo hereditario de padecer determinadas enfermedades. En los últimos cinco años, la cantidad de información que el campo médico puede obtener sobre la salud de una persona se ha disparado.

Además de las herramientas tradicionales, como los historiales médicos, los resultados de estudios de laboratorio rutinarios y el diagnóstico por imagen, los médicos pueden recurrir a una serie de relojes biológicos que ayudan a seguir la trayectoria del envejecimiento del organismo.

Por ejemplo, ahora los científicos pueden medir miles de proteínas de un solo



vial de sangre para generar lo que se denominan relojes proteómicos de los órganos. Estos relojes, recientemente descubiertos, pueden estimar el ritmo de envejecimiento del cerebro, el corazón, el hígado, los riñones y el sistema inmunitario.

Pueden revelar, por ejemplo, si el corazón de una persona está envejeciendo más deprisa que el resto de su cuerpo, como si un mecánico de coches descubriera que todo funciona como debería, excepto los frenos traseros. Otros relojes moleculares pueden calcular la edad biológica de una persona en comparación con su edad cronológica.

El más rigurosamente estudiado es el llamado reloj epigenético, una lectura de partes de nuestro ADN que puede extraerse de una muestra de saliva. Los nuevos análisis de sangre también pueden detectar signos tempranos de las tres principales enfermedades relacionadas con el envejecimiento.

La combinación de toda esta información biológica con los avances recientes en inteligencia artificial permite a los profesionales de la salud hacer predicciones cada vez más sofisticadas sobre la probabilidad de que una persona desarrolle una enfermedad.

Tomemos el ejemplo de una persona que quiere determinar su riesgo de pa-



Desde la primera década del siglo XXI, los científicos han utilizado la secuencia genética de una persona para calcular su riesgo hereditario de padecer determinadas enfermedades.

decir alzhéimer. Ahora puede someterse a un análisis de sangre para detectar una proteína que cuantifica la acumulación de placa en el cerebro asociada a la enfermedad.

Pronto un médico también podría utilizar un reloj proteómico de los órganos para evaluar si su cerebro parece envejecer más deprisa que el resto de su cuerpo o analizar una foto de su retina, una herramienta emergente que, combinada con la IA, puede ayudar a estimar la probabilidad de desarrollar la enfermedad de Alzheimer en los próximos cinco a siete años. Hay pruebas similares que pueden hacerse para evaluar el riesgo de cáncer y enfermedades cardíacas.

Este nivel de conocimiento puede marcar el comienzo de una nueva forma de abordar estas enfermedades: vigilancia

activa combinada con cambios agresivos en el estilo de vida. Una persona que se considere que tenga un alto riesgo de padecer alzhéimer podría someterse a evaluaciones periódicas e imágenes cerebrales, al tiempo que adopta medidas preventivas para reducir su riesgo.

Eso podría incluir reducir los alimentos ultra procesados, aumentar la actividad física y atender cualquier cambio en la pérdida de audición o visión, factores que pueden influir en el deterioro cognitivo. Los médicos también podrían recomendar dar prioridad al sueño, reducir el alcohol y el aislamiento social o vacunarse contra el herpes zóster, medida que recientemente ha demostrado reducir el riesgo de demencia.

Algunos también podrían considerar tomar agonistas del receptor **GLP-1**, fármacos para la diabetes y la pérdida de peso que parecen reducir la inflamación perjudicial en el cerebro y el cuerpo y se están probando en ensayos clínicos para prevenir el alzhéimer.

Reunir esta información médica y convertirla en planes individuales para prevenir enfermedades crónicas es diferente del enfoque actual. Los protocolos de detección del cáncer, por ejemplo, dependen en gran medida de la edad de la persona. Aquí es también donde los modelos de IA pueden beneficiar más a la medicina.

Estos modelos están mejorando en precisión y razonamiento, y algún día podrían incorporar datos de nuestros microbiomas intestinales o sistemas inmunitarios para hacer predicciones de enfermedades aún más precisas.

Conseguirlo requerirá más estudios e inversiones. No queremos agravar las desigualdades en la salud haciendo que este tipo de atención médica solo sea accesible para unos pocos ricos. Las importantes reducciones del gobierno de Donald Trump en el apoyo gubernamental a las investigaciones médicas reducirán estas perspectivas.

Ponerse una inyección de sangre joven o tomar el más reciente suplemento anti-envejecimiento de moda puede parecer un atajo hacia una vida más larga. Pero prolongar los años que vive la gente sin la carga de las principales enfermedades relacionadas con la edad es lo que debería ser una prioridad nacional.



- TEQUILA - CASCADA™ - 100% AGAVE AZUL -

ORGÁNICO

“El privilegio hecho tequila”

Tequila Premium

Producido de manera artesanal

Cocimiento en horno de mampostería

Destilación en alambiques de cobre



COMING SOON



Ana Ycela Montás

DIRECTORA ESCUELA
DE ARQUITECTURA
2026 - 2030

*Compromiso
Innovación
Visión*



¡VOTA!

17 DE JUNIO, 2026

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

YOSELIN GENAO

UNA ESTRELLA EN ★★★
ASCENSO PERMANENTE

REDACCION

WWW.RUMBONY.COM

Cuando se piensa en el **Universo** -y se contempla su grandeza- lo primero que nos llega a la mente es el elemento mas común en ese espacio infinito, que por motivo de lógica y contraste visual, solo alcanzamos a notar- lo al caer la noche.

Las estrellas, además de ser lo único que a simple vista podemos apreciar y solo si lo hacemos durante las noches, son tantas que se nos imposibilita contarlas. De hecho, a la luz del día no las distinguimos porque nos lo impide una de ellas -la

más cercana y fulgurante- la que hemos bautizado como **Sol**.

Esa majestuosidad del astro Sol -guardando la distancia conceptual desde luego- a veces la apreciamos en algunos seres humanos. Son esas personas que por razones de su entrega a los demás, hemos convenido en identificarlas como estrellas; y hoy quiero a hablarles de una de ellas.

Yoselin Genao es una de esas hormiguitas de la vida, que nunca se paran de trabajar, y que al margen de las circunstancias, siempre tienen tiempo para ayudar a quien lo necesita. Han organizado su vida alrededor del servicio público y después de 30 años ininterrumpidos de entrega a la comunidad, no encuentran manera de retirarse.

Por suerte para los newyorkers, Yoselin es una mujer joven y vigorosa, que todavía tiene mucho para entregar. Y su radio de acción es tan amplio como su concepción del trabajo comunitario. Por esa claridad de entendimiento es que ha sido tan exitosa en la organización sin fines de lucro, **Neighborhood Housing Services of Queens CDC**, donde empezó hace ya mas de 20 años y hoy es su **Directora Ejecutiva**.

¿Qué hace NHSQ CDC básicamente?

Esta gigantesca "non for profing orga-

nization" se dedica a facilitar la vivienda digna a los residentes de Queens, no solo en el sentido de que los caseros o landlords cumplan con sus obligaciones ante los inquilinos sino también, a defenderlos legalmente en las cortes cuando sea necesario. Además, NHSQ ejecuta un amplio programa de asesoría y respaldo económico a las familias que quieren comprar su propia vivienda.

¿CÓMO SE DEFINE LA MISIÓN HISTÓRICA DE NHSQ?

Siendo una agencia sin ánimo de lucro -como ya definimos- NHSQ fundamenta su trabajo de asesoramiento en el área de housing para todas las familias interesadas, facilitando el manejo administrativo a fin de que puedan calificar y acceder a los diversos programas disponibles que tiene el estado de Nueva York.

Siendo certificada por el **U.S. Department of Housing and Urban Development (HUD)**, NHSQ lleva casi 3 décadas sirviendo a los residentes del condado de Queens en todo lo referente a la vivienda. Preservando y revitalizando los barrios desfavore-





recidos del borough con mayor extensión de terreno en Nueva York.

Trabajamos en colaboración con el Gobierno y con las empresas relacionadas con la vivienda, al tiempo que estamos dirigidos por los residentes locales y guiados por las necesidades locales.

El área de captación de NHSQ incluye las Juntas Comunitarias 1, 2, 3 y 4, que están formadas por Long Island City, Astoria, Sunnyside, Woodside, Corona, Elmhurst, East Elmhurst y Jackson Heights.

UN VISTAZO A NUESTRA HISTORIA

En los últimos 7 años, NHSQ ha echado raíces profundas y muy sólidas como una organización 501(c)3 independiente, aprovechando años de servicio como parte de una organización paraguas más grande.

El aumento de la participación de los clientes y los resultados y el compromiso de ellos con los miembros de la comunidad en actividades como la Exposición de la Vivienda y el evento anual Spruce-Up, demostraron el valor de los servicios de NHSQ y la sólida confianza generada entre la organización y la comunidad.



Cinco demostraciones de la credibilidad que disfruta nuestra organización son: (1) la triplicación del número de contratos públicos; (2) la ampliación de los contratos con organizaciones como Center for NYC Neighborhood (CNYCN); (3) el apoyo financiero y el reconocimiento continuo de los oficiales electos; (4) el apoyo financiero continuo de bancos locales y otras entida-

des; y (5) la obtención de la certificación del HUD.

¿A QUIÉNES SERVIMOS?

Cada año, atendemos a miles de personas y familias que necesitan nuestros servicios en las áreas de: (1) educación a compradores de vivienda, (2) capacidades financieras, (3) asesoramiento certificado por el HUD, (4) prevención de ejecuciones hipotecarias y (5) préstamos de rehabilitación.

EL IMPACTO QUE CAUSAMOS

Solo en 2022, NHSQ tocó las vidas de 8,851 hogares. Más concretamente, educando y asesorando a 2,740 vecinos de ingreso de bajo a moderado, con respecto a la compra de vivienda, presupuestos, reparación de crédito, prevención de ejecuciones hipotecarias, rehabilitación de viviendas, asistencia de alquiler y desarrollo de la fuerza laboral.



Yoselin Genao es una de esas hormiguitas de la vida, que nunca se paran de trabajar, y que al margen de las circunstancias, siempre tienen tiempo para ayudar a quien lo necesita. Han organizado su vida alrededor del servicio público y después de 30 años ininterrumpidos de entrega a la comunidad, no encuentran manera de retirarse.



Mayoría dominicanos residen en barrios segregados

La diáspora dominicana no eligió el gueto. El gueto la eligió a ella.



JOHNNY TRINIDAD

EL AUTOR ES PERIODISTA, JEFE DE REDACCIÓN DE ALMOMENTO.NET. RESIDE EN NUEVA YORK.



Cuando se revisa el mapa de Nueva York, Boston, Lawrence, Providence o Madrid, el patrón se repite: Washington Heights, El Bronx, Jamaica Plain, South Lawrence, Tetuán. Barrios con códigos postales distintos pero con la misma lógica. Concentración, precios de renta bajos, redes de paisanos, escuelas sobrepobladas y una frontera invisible que separa a la comunidad dominicana del resto de la ciudad.

No es casualidad. Es el resultado de 60 años de migración en cadena, discriminación de vivienda, economía de supervivencia y decisiones políticas que nunca pensaron en integración.

EL COLCHÓN DE LA NECESIDAD

El primer dominicano que llegó a Nueva York en los años 60 no alquiló en el Upper



West Side. Alquiló donde le alcanzaba y donde alguien le traducía el contrato. Ese primer apartamento en Washington Heights se convirtió en base de operaciones. Luego llegó el primo, la hermana, el vecino de Villa Juana.

La migración dominicana no fue de profesionales con visas H-1B. Fue de obreros, amas de casa y jóvenes sin inglés que huían de la represión, el desempleo o la falta de futuro. Llegaron a limpiar, a coser, a manejar taxis, a trabajar en factorías.

Y en esa lógica, el barrio segregado no es una cárcel. Es un salvavidas. Ahí está la bodega que fía, el médico que habla español, el abogado que cobra en cuotas, la

iglesia que consigue trabajo, la marquesina que se convierte en colmado. Irse a un suburbio integrado significa perder esa red. Y para quien vive al día, la red es más importante que el código postal.

EL PRECIO DEL SUELO MANDA

Seamos claros: la segregación tiene un precio por metro cuadrado. Un dominicano recién llegado en 1985 no podía pagar renta en Astoria. Podía pagarla en Inwood. En 2025 no puede pagar en Jersey City. Puede pagarla en Paterson.

El mercado inmobiliario estadounidense empuja a las comunidades migrantes recientes hacia los barrios con vivienda vie-

ja, transporte público y dueños dispuestos a no pedir historial crediticio. Esos barrios ya suelen estar segregados porque antes los ocuparon puertorriqueños, afroamericanos o irlandeses pobres.

Así, la diáspora dominicana heredó el gueto que otros dejaron cuando ascendieron. Y repite el ciclo: llega, se estabiliza, ahorra, educa a los hijos y una parte se va. Pero siempre llega alguien nuevo a ocupar el apartamento que queda vacío. El barrio sigue siendo de entrada, no de permanencia para todos.

DISCRIMINACIÓN SILENCIOSA

El redlining formal se acabó en 1968. El informal sigue vivo. Se llama screening de inquilinos, credit score, "no aceptamos Section 8", "máximo dos personas por habitación".

Un apellido Rosario con acento y sin crédito en EE.UU. compite contra un Smith con 750 de puntaje. El resultado es predecible. Los corredores "aconsejan" ciertos vecindarios. Los bancos aprueban hipotecas en ciertas zonas. El dominicano termina donde el sistema le permite terminar.

En España pasa igual. Un dominicano en Madrid busca piso y escucha: "el dueño prefiere españoles". Termina en un piso compartido en Usera o en Parla. No porque quiera, sino porque es lo que hay.

LA POLÍTICA NO AYUDÓ A INTEGRAR

Ni República Dominicana ni los países



receptores diseñaron políticas de integración. Para RD, la diáspora fue remesa. Punto. Para USA, fue mano de obra barata. Nunca hubo programas masivos de vivienda, inglés intensivo o colocación laboral fuera del enclave étnico. Las escuelas del Alto Manhattan llevan 40 años con 90% de estudiantes latinos. Eso no es integración. Es contener el problema en un código postal para que no afecte el precio de la vivienda en otro.

Cuando el Estado se desentiende, la comunidad se encierra. Levanta su propia economía, sus propios medios, sus propias escuelas. Y eso refuerza la segregación.

EL COSTO DE SALIR.... Y DE INTEGRARSE

Quedarse en el barrio segregado tiene un costo: escuelas de bajo rendimiento, mayor exposición a violencia, menos acce-

so a empleos de calidad, estigma. Los hijos de dominicanos crecen escuchando que "los de Washington Heights" son así o asá.

Pero salir también tiene costo: perder la red, enfrentar racismo sin colchón comunitario, criar hijos sin que abuela hable español, pagar una renta que asfixia. Por eso muchas familias se quedan hasta que la segunda generación, con título universitario y mejor inglés, decide romper el círculo.

El problema es que cuando esa segunda generación se va a Nueva Jersey o a Florida, el barrio no se integra. Se vuelve a llenar con la siguiente ola de recién llegados. La segregación se recicla. La segregación no se rompe con discursos de "échale ganas". Se rompe con política pública, como:

Créditos blandos y programas de primer comprador dirigidos a comunidades migrantes para que puedan salir del alquiler perpetuo en el gueto.

Educación. Inglés como segunda lengua de calidad y escuelas imán que mezclen códigos postales, no que los aislen.

Programas de certificación y colocación que saquen al trabajador dominicano del nicho de bodega, construcción y taxi hacia sectores con movilidad.

Más dominicanos en juntas de planificación urbana, en bancos, en bienes raíces. Donde se decide quién vive dónde.

Mientras eso no pase, la diáspora seguirá haciendo lo que sabe hacer: sobrevivir. Y la supervivencia, en tierra extranjera, casi siempre empieza en un barrio segregado donde alguien te dice "llegaste, primo. Aquí nos ayudamos".

El gueto duele. Pero a veces, el gueto salva. La tarea pendiente es que dejarlo sea una opción real, no un salto al vacío.



El español en tiempos de Trump

La presencia de otras lenguas da poder a quienes las usan, y eso es intolerable para el presidente de Estados Unidos.

JUAN GABRIEL
VÁSQUEZ

[HTTPS://ELPAIS.COM/](https://elpais.com/)

No me sorprende que se hable tanto de Puerto Rico por estos días. Hace unas semanas estuve allí, reunido con un grupo de colegas para hablar de lo que le ocurre a la lengua española en los Estados Unidos de Trump, y pude constatarlo: en esa isla paradójica, nación y colonia al mismo tiempo, el lugar de nuestra lengua está en el centro de la conversación.

Lo está desde hace unas semanas, cuando, en el intermedio de un partido de eso que llaman fútbol americano, un cantante cuya música yo nunca había escuchado (y no he escuchado todavía, para ser sincero) convirtió esa pausa rutinaria, meditadamente diseñada para la inanidad y el más bobo consumismo, en una asombrosa declaración de

rebeldía.

Y, si me apuran, de coraje cívico: pues para hacer lo que hizo Benito Antonio Martínez Ocasio en esos pocos minutos se necesita un arrojo que no se encuentra con facilidad en nuestros días, porque requiere enfrentarse a fuerzas muy poderosas que cuentan con altavoces muy potentes. Que a uno le guste o no su música es, para todos los efectos, lo de menos.

En estos tiempos extraños, se me ocurre a veces, una de las medidas del valor de las cosas es la irritación que le causen a Trump: la posición de España sobre la guerra contra Irán, las declaraciones de sentido común del papa León XIV, la regulación de las plataformas digitales que propone Australia. Pues bien: si aceptamos esta regla, aunque sea con beneficio de inventario, habrá que convenir que Bad Bunny nos dejó una de las metáforas de nuestro tiempo.

Con su puesta en escena de cierta idiosincrasia latinoamericana (aunque fuera a punta de clichés: pero los clichés lo son porque cargan una verdad profunda que le importa a la gente), con su uso desacomplejado de un español impuro y callejero, y, sobre todo, con su recorrido cantado por los países del continente, Bad Bunny convirtió aquel intermedio anodino en una cifra del momento político, una defensa de la mezcla en tiempos de esencialismos y de la inmigración en tiempos de xenofobia, y un memorando de los poderes del arte -y de la ironía y la desfachatez- para decir cosas que de otra forma no se pueden decir. Y entonces vino la reacción de Trump.

"No se le entiende una palabra", dijo. "Es una cachetada a Estados Unidos".

Quería decir, como después nos aclararon sus seguidores, que el cantante había ofendido algo al cantar todo el tiempo en español, en su español idiosincrásico y boricua y reguetonero que ni yo mismo entiendo. Alguien



me mostró por esos días el comentario sin desperdicio de un seguidor MAGA: “Si la Biblia fue escrita en inglés, no había razón para que el Super Bowl no lo fuera también”.

No sé si le hayan explicado a tiempo que el rey Jacobo I no es en realidad el autor del Génesis, pero no importa: en las reacciones que provocó ese momento de rebeldía me pareció ver reflejado lo que está ocurriendo en USA, un país fundado sobre la inmigración que ahora se ha dedicado a la invención del inmigrante como enemigo.

Los bárbaros vienen de muchas partes (de los shithole countries o de ese Haití cuyos nacionales se comen a los gatos y los perros de la gente de Springfield), pero vienen sobre todo de América Latina. Y han sido tremendamente útiles para las campañas políticas del trumpismo. “¿Qué nos va a pasar cuando no existan los bárbaros?”, se pregunta el poema de Kavafis. “Esta gente siempre fue una solución”.

Sí, los latinoamericanos son una solución en el USA de Trump: permiten mantener viva la amenaza del otro; permiten mantener viva la paranoia del Gran Reemplazo; permiten que el movimiento MAGA se preocupe por el peligro que representa la lengua española, la lengua de los bárbaros, que invade los lugares -como el intermedio de un Super Bowl- tradicionalmente reservados al inglés. Es decir: hay un USA, el del trumpismo, donde el español introduce un elemento molesto, contaminante

y distorsionador.

Hace alrededor de un año la página web de la Casa Blanca borró su contenido en español, y la decisión fue toda una declaración de intenciones: queremos una sola lengua y una sola cultura, venía a decir el Gobierno, queremos construir un muro cultural que acompañe al muro real pero incompleto de la frontera mexicana, ese lugar que es, para una parte del imaginario trumpista, el lugar donde comienza el español.

Sólo debe existir una lengua, venían a decir, la lengua del poder político. Y yo lo entiendo bien, por supuesto, pues la presencia de otras lenguas da poder a quienes las usan, y se lo disputan por lo tanto al poder central: y eso es intolerable.

El problema es que la búsqueda de la supremacía de una lengua tarde o temprano acaba por buscar la supremacía de una raza. El otro problema -para los supremacistas- es que se trata de una guerra perdida. Los que recelan de las lenguas que no son la suya pueden censurar, pueden perseguir, pueden deportar, pero el lenguaje de los bárbaros siempre termina por quedarse.

“La infinita secuencia de significados de Gilgamesh o del Quijote”, dice Alberto Manguel en una vieja conferencia tan joven como todo lo que escribe Manguel, “abre reinos de significado sobre incontables asuntos -la identidad personal, la relación con el poder, los deberes y las responsabilidades sociales, el equilibrio de la acción- todos los cuales pueden implicar, en un momento dado, un cuestionamiento del poder y un llamado a la resolución de las injusticias”.

Es posible que eso haya sido exactamente lo que hizo Bad Bunny: no sólo una puesta en escena de una identidad, la de América Latina, sino un cuestionamiento del poder y un llamado a la resolución de las injusticias.

Durante el intermedio del Super Bowl no dejé ni por un instante de pensar en La guaracha del Macho Camacho, de Luis Rafael Sánchez: una maravillosa novela que se escribió tanto para ser leída como para ser escuchada, cantada con nuestra

voz interior y escuchada por nuestro oído interior; una novela que es música y nos enseña a oír distinto, a oír mejor. ¿A quién? Al otro: al otro que habla nuestra lengua. Pensé entonces que esas novelas y esos cuentos y esos poemas que escribimos son producto de siglos de influencias cruzadas.

Nuestra lengua común es menos común de lo que parece, pero en eso está su poder: es un material que asume las voces boricuas o náhuatl, árabes o lunfardas, y construye un territorio común, pero a la vez heterodoxo.

Nuestra lengua carga en ella siglos de historia, y la extraña magia de su funcionamiento está en el hecho de que la historia colombiana, por decir algo, se convierte, gracias a la lengua común, en parte del pasado de los españoles; y la historia de España, que ha quedado plasmada en la lengua española, se convierte también en parte de mi pasado colombiano. El pasado sólo existe cuando lo contamos o cuando alguien nos lo cuenta.

Si esto es verdad, y yo creo que lo es, habría que pensar en el pasado de España y América Latina como un espacio de lengua compartida: la lengua en la que lo contamos. También para esto se escriben novelas, me digo a veces: para abrir espacios donde quede en mi lengua el rastro de nuestra memoria, el archivo de nuestras emociones y el depósito de nuestras vivencias.



La Inteligencia Artificial plantea posible división del Trumpismo

Documento fundacional de la insurrección nacional-populista contra la IA, dirigido por Steve Bannon y los nacionalistas cristianos que pretenden formar una nueva coalición para transformar el movimiento MAGA en la era de la IA, lo que podría dar lugar a una posible escisión en el mundo de Trump.

En USA está surgiendo una nueva tendencia política: el **populismo de la IA**, que ahora cuenta con una variante **nacional-populista**. **Steve Bannon**, creador del movimiento MAGA y defensor de la doctrina **America First**, se muestra hoy convencido de que una nueva división está redefiniendo el panorama político: **el ser humano contra la máquina**.

Según él, el enfrentamiento que se acerca en torno a la IA será el pulso decisivo que sellará el futuro del movimiento que él mismo ayudó a lanzar y a moldear desde la victoriosa campaña de Trump de 2016, y que influirá en las elecciones de mitad de mandato de 2026, las presidenciales de 2028 y mucho más allá.

Al publicar recientemente esta carta abierta firmada conjuntamente por 60 seguidores del presidente **Donald Trump**, quiso «dar un paso más» en este enfrentamiento, definiendo de manera muy aproximada una nueva doctrina: **Humans First**.

Aunque el eco de «America First» es evidente y la identidad gráfica retoma los lemas y los sitios web oficiales de la administración de Trump, esta carta aboga por un cambio radical dentro del poder trumpista. Al denunciar el dominio de las élites de Silicon Valley sobre el proceso de toma de decisiones y la ideología neorreaccionaria que muchas de ellas profesan, propone, en realidad, que el movimiento MAGA recupere el control del segundo mandato de Donald Trump.

ESTA CARTA DEBE INTERPRETARSE A LA LUZ DE DOS DINÁMICAS CONVERGENTES.

La primera tiene que ver con el giro que ha dado el segundo mandato de Trump:

llevado al poder por una coalición que reunía a la vez a los americanos más pobres y a los más ricos; el ejercicio del poder presidencial se ha centrado, incluso en el plano retórico, en estos últimos.

El Presidente declaró, por ejemplo, que no le preocupaba «ni siquiera un poquito» la situación de la economía americana tras la guerra en Irán. Aunque sigue dominando el discurso dentro del movimiento MAGA, varios indicios apuntan a un creciente distanciamiento y enfado que se cristalizan, en particular, en torno a la cuestión de la IA.

La segunda dinámica se desarrolla en otro plano. A la aceleración de una inversión histórica de capital destinada al desarrollo de la IA responde el posicionamiento cada vez más explícito de la Iglesia católica. La próxima encíclica, que fue firmada el viernes 15 de mayo por el primer Papa americano, León XIV, estará dedicada a la revolución industrial digital y, más concretamente, a la IA, y parece destinada a impulsar, siguiendo su propia lógica, esa misma división. Su título, **Magnifica Humanitas** o «Magnífica Humanidad», ya lo deja claro.

Así, entre los principales firmantes de esta carta se encuentran representantes de la base populista antiliberal, como Steve Bannon, que se declara católico; figuras de la sociedad civil comprometidas con la defensa de la regulación de los gigantes tecnológicos; y también varios actores clave del nacionalismo cristiano evangélico, en particular numerosos pastores de Texas y Florida.

Carta de la coalición a favor del proyecto de decreto presidencial destinado a hacer obligatorias las pruebas previas a la implantación de sistemas de IA de última generación



Estimado presidente Trump:

Como firmes defensores del principio «America First», le escribimos para agradecerle que esté considerando la posibilidad de promulgar un decreto destinado a controlar los modelos de inteligencia artificial (IA) de vanguardia que puedan resultar peligrosos antes de su comercialización.

Bajo su liderazgo, USA ha guiado el mundo gracias a su fuerza y sabiduría, y no por imprudencia. Le instamos a que continúe por este camino y aplique este principio a la inteligencia artificial, tomando medidas decisivas para garantizar que los sistemas de IA más potentes del mundo estén debidamente controlados antes de que puedan amenazar nuestra seguridad nacional, a nuestros hijos, a los trabajadores americanos y al estilo de vida estadounidense.

Gracias a su liderazgo, los americanos saben que «America First» significa anteponer la seguridad, la libertad y la grandeza del pueblo estadounidense a los intereses de las élites corporativistas y globalistas.

La IA avanza rápidamente y ya va mucho más allá de los simples chatbots que se utilizan para ayudar con los deberes o para realizar búsquedas en internet. Los sistemas de IA de última generación son cada vez más potentes y podrían suponer graves riesgos para la ciberseguridad, las infraestructuras críticas, los sistemas financieros, la integridad de las elecciones, la bioseguridad e incluso nuestras capacidades militares y de defensa nacional si se implementan de forma imprudente o sin las garantías adecuadas.

USA debe situarse a la vanguardia de la innovación en materia de inteligencia artificial. Pero también debe liderar con firmeza, responsabilidad y sentido común, estableciendo las normas que seguirá el resto del mundo.

Ninguna empresa privada debería tener la facultad unilateral de implementar tecnologías que puedan tener un impacto profundo en la seguridad nacional y la estabilidad de USA sin una evaluación ni medidas de protección significativas.

Sin embargo, hoy en día, algunas de las mayores empresas mundiales de IA operan con escasa responsabilidad, al tiempo que se lanzan a una carrera desenfrenada



»

El Presidente declaró, por ejemplo, que no le preocupaba «ni siquiera un poquito» la situación de la economía americana tras la guerra en Irán. Aunque sigue dominando el discurso dentro del movimiento MAGA, varios indicios apuntan a un creciente distanciamiento y enfado que se cristalizan, en particular, en torno a la cuestión de la IA.

por construir sistemas cada vez más potentes. Algunas han hablado abiertamente de vender sus tecnologías más potentes al extranjero, incluso a naciones que no comparten nuestros valores ni nuestros intereses. Sabemos que no podemos confiar en que estas empresas se autorregulen.

Sin las garantías adecuadas, los sistemas de IA peligrosos podrían ponerse a disposición del público o ser utilizados por las propias empresas, con niveles de riesgo inaceptables. Ya hemos visto cómo se utiliza la IA para llevar a cabo ciberataques sofisticados, generar desinformación selectiva y automatizar el fraude a gran

escala.

La próxima generación de modelos de vanguardia presenta riesgos de una magnitud fundamentalmente diferente. Estos sistemas podrían ser explotados por delincuentes, terroristas, adversarios extranjeros u otros actores nacionales y externos que busquen desestabilizar a USA y socavar nuestro ejército, nuestras elecciones, nuestra economía y nuestras infraestructuras críticas.

Ya llevamos a cabo evaluaciones previas a la comercialización de tecnologías peligrosas en sectores que afectan la seguridad pública y la seguridad nacional. Los materiales nucleares están estrictamente controlados. Los sistemas aeronáuticos están sujetos a una certificación rigurosa. Los sistemas de IA más potentes, que ya pueden, o pronto serán capaces de, ayudar a diseñar armas biológicas, infiltrarse en infraestructuras críticas o manipular los mercados financieros, deben tratarse con la misma seriedad y rigor.

Por eso apoyamos las medidas propuestas que exigen pruebas obligatorias, una evaluación, una verificación y la aprobación gubernamental de los sistemas de IA avanzados y potencialmente peligrosos antes de su implementación. Ese es precisamente el tipo de liderazgo firme, basado en principios y pragmático que usted ha demostrado a lo largo de su presidencia.

Ha llegado el momento de tomar medidas decisivas para garantizar que la innovación esté al servicio del pueblo americano, y no al revés, y para velar por que nuestros derechos y libertades constitucionales estén protegidos frente a cualquier imprudencia.

LE FELICITAMOS POR PLANTEÁRSELO.

USA no se ha convertido en la mayor nación del mundo permitiendo que unas élites no elegidas realicen experimentos con la población sin garantías ni obligación de rendir cuentas. «America First» significa ante todo la fuerza americana, la seguridad americana y la protección de nuestro pueblo.

En numerosas ocasiones, ya han contribuido a la grandeza de esta nación gracias a su liderazgo. Los instamos a que lo demuestren una vez más.



Pharmacy
Farmacia Central Inc.
Prescriptions • Cosmetics • Vitamins • Vaccines
212-942-5050

102 Nagle Ave. New York, NY 10040
Phone: (212) 942-5050



LA SOLUCION TAX SERVICE

VERDADEROS PROFESIONALES

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

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



JACK DANIEL'S

Tennessee
HONEY

HONEY

750 mL





Recuerdos de una visita a Medellín

Parte II

Me voy para Medellín a la fiesta de las flores. Me voy a encontrar allí mis querencias, mis amores.



FELIPE KEMP

WWW.RUMBONY.COM

//////////

Un amigo y compadre, viajero incansable y también vendedor nato capaz de seducir al mismo diablo para que le compre algo, fue el que me vendió la idea de comprar un tour para viajar a la ciudad de Medellín, en un tiempo dominio casi exclusivo del infame Pablo Escobar y definida como la ciudad de la “eterna primavera”.....

.....En el año 2002, el presidente Uribe llevó a cabo la operación “Orión”, una intervención militar de naturaleza quirúrgica en la que miembros del ejército y la policía nacional, valiéndose de informantes que señalaban las casas en las que vivían presuntos pandilleros y narcotraficantes, intervenían violentamente en dichas casas y extraían a los presuntos delincuentes quienes eran ejecutados inmediatamente o desaparecidos para no volver a ser vis-

tos jamás.

Hoy día, muchas personas que residían en la Comuna 13 todavía esperan encontrar los cadáveres de familiares y amigos. Hay quienes todavía justifican la intervención del gobierno y otros que la censuran por el gran número de muertos ejecutados y por lo que califican como una violación de los derechos humanos de las víctimas.

Hoy día este barrio, en el que tanta sangre se derramó, ha sido grandemente pacificado, en parte por los mismos jóvenes que decidieron reunirse para detener la violencia gratuita y sin sentido que cobró tantas vidas. Abundan por doquier murales con las expresiones artísticas de muchos jóvenes que encontraron en el arte un escape a la ola de violencia que una vez arrojó como una plaga los callejones de esta sección de Medellín.





Fatigado, molido y extremadamente agotado por la larga caminata que había dado ese día, llegué al hotel con una sola idea en mente: lanzarme como un saco a la cama.

LOS SETECIENTOS PASOS

No se trata de una parodia de una de las primeras películas de Alfred Hitcock (*The 39 steps*). Me refiero a los setecientos o más escalones que hay que subir en otro de los lugares que constituye una parada casi obligada para los turistas que visitan Medellín: El peñón de Guatapé, una gigantesca piedra en cuyo interior se construyó una larga escalera cuyo ascenso constituye un verdadero desafío físico para quienes lo emprenden.

En la base de la piedra un amplio mirador ofrece una hermosa vista de la ciudad. Las alturas constituyen una de mis fobias, y la sola contemplación de la enorme piedra desde el mirador en el que nos encontramos me empezó a producir el vértigo que siempre producen en mí las alturas. En la base del peñón un amplio terreno repleto de tiendas y restaurantes ofrece al visitante una amplísima gama de productos y artesanías locales.

En lo que los otros miembros de nuestro grupo escalaban las desafiantes escaleras que conducían a la cima del enorme peñón, mi esposa, yo, mi hijastro y su esposa deambulamos despreocupadamente por el lugar deleitándonos con la multiplicidad

de objetos que se ofrecían a nuestra vista. Allá, en la distancia, un amplio lago de tersa superficie se extendía a nuestra vista.

En un tour, el tiempo es medido. El guía nos había advertido que teníamos que estar en el punto de encuentro a una cierta hora. Pero mi esposa, yo y mi hijastro, entregados a lo que hacen todos los turistas, que es tomarse fotos para tener recuerdos, nos olvidamos de regresar a la hora acordada.

Cuando regresamos al punto de encuentro, el autobús ya había partido. Nos comunicamos por teléfono con un miembro del grupo que nos dijo dónde se encontraban. Entonces tomamos un pequeño taxi similar a las margaritas que circulan por las calles de Montecristi.

Mientras el carrito se desplazaba por la polvorienta calle que nos condujo a un parque donde nos esperaba el resto del grupo, iban pensando para mí: “qué ironía. Yo quería pasear en una margarita por las calles de Montecristi, pero he venido a hacerlo aquí en Medellín”.

UNA VISTA A LA MANUELA

El tercer día incluyó una visita a “La Manuela”, una de las muchas haciendas del infame capo de la droga Pablo Escobar. Abordamos un bote con una pequeña sala de recepción y un bar en su primer piso, y, puestos los requeridos salvavidas, nos dirigimos a la parte alta desde donde pudimos contemplar un hermoso lago.

Y allá, a lo lejos, uno de los resorts de lujo que una vez fue uno de los lugares

de recreo de quien fuera en vida probablemente el delincuente más famoso del mundo. Hoy en ruinas, sus paredes carcomidas por la erosión causada por el tiempo y los elementos, las ruinas de este retiro todavía permanecen sobre una pequeña isla de unas veinte hectáreas.

El lugar fue concebido y construido con todos los lujos, comodidades y derroches para complacer a un hombre para quien el gasto de dinero no tenía límites. Pero a pesar de toda la extravagancia del lugar, Pablo Escobar no era un hombre libre, ni en esa hacienda, nombrada en honor de una de sus hijas, ni en ningún otro lugar.

A pesar de su lujosa piscina, de su cancha de tenis, de su campo de fútbol que al mismo tiempo fungía como un helipuerto, “La Manuela” no era un simple lugar de recreo para Escobar y su familia. Era al mismo tiempo una sofisticada fortaleza fuertemente custodiada por un pequeño ejército integrado por 120 guardias de seguridad que vigilaban el sitio segundo a segundo.

Pablo Escobar sabía que era un hombre asechado, cuyo rastro era constantemente vigilado por sus enemigos. William Jiménez, uno de los guardias de seguridad que trabajó en “La Manuela”, reveló que Pablo Escobar no dormía ni pasaba mucho tiempo en un lugar concebido como un retiro paradisíaco.

Sabía que a pesar de la extrema seguridad, a pesar de todos los lujos que instaló allí, sus enemigos lo asechaban buscando el momento preciso para asestarle un golpe mortal. Y un día, en efecto, enemigos de



Escobar penetraron este recinto de retiro a pesar de todas las medidas de seguridad que el capo de la droga había instalado en él.

La explosión de una bomba colocada en una de las habitaciones del lugar causó serios estragos a la lujosa villa del patrón del mal. Pablo Escobar sobrevivió, pero algo era evidente después de este violento incidente: era el principio del fin del reinado de un hombre que controló como un emperador a toda una nación.

UN PASEO EN "LA CHIVA"

La víspera de nuestra partida incluyó un paseo en un amplio autobús antiguo a quienes los colombianos llaman "chiva". Subimos a él por medio de una escalerilla. Sin cristales a los lados, con solo unas barandillas a través de las cuales penetraba el frío aire nocturno de la ciudad, con una amplia pista en su interior, con luces que se encendían y se apagaban y con un bocinón del que brotaban cumbias y reguetones, el autobús se convirtió en una especie de discoteca móvil.

El objetivo era ascender a una cúspide llamada el mirador. Lentamente, a ritmo de puras cumbias, iniciamos nuestro lento ascenso. A medida que avanzábamos, el aire se hacía mucho más frío. A lo lejos, el embrujador burbujeo de las luces de la ciudad, con su miríada de puntos multicolores. Después durante el cual ingerí varias cervezas, era natural que mi vejiga empezara a gritarme que la vaciara.

El asunto es que el autobús se movía



En un tour, el tiempo es medido. El guía nos había advertido que teníamos que estar en el punto de encuentro a una cierta hora. Pero mi esposa, yo y mi hijastro, entregados a lo que hacen todos los turistas, que es tomarse fotos para tener recuerdos, nos olvidamos de regresar a la hora acordada.

con la lentitud de una tortuga y el itinerario no contemplaba una parada inmediata. Pero si no descargaba mi vejiga, explotaría. Vencí mi vacilación, y, desesperado, me acerqué a la cabina donde estaba el chofer, una mujer y otro joven. Les expliqué mi apremiante situación.

Ellos accedieron a mi petición, detuvieron el autobús y detrás de un árbol, sintiendo el fríasimo aire de la ciudad congelar mis genitales, descargué con alivio mi vejiga. Acto seguido, regresé al autobús y proseguimos nuestro tour citadino.

Cuando llegamos al mirador, el aire se había vuelto no simplemente frío sino congelador. Pero el espectáculo era deslumbrante. Desde nuestra posición, mirando hacia abajo como cuando salimos del

aeropuerto, la ciudad se ofrecía a nuestra contemplación amurallada ahora por las siluetas de las montañas que la resguardaban como silenciosos guardianes nocturnos. Miles de bombillos hormigueaban en el pozo oscuro de la noche.

Era un hermoso espectáculo lumínico que valió la pena el frío que tuvimos que soportar para poder disfrutarlo. Lo mejor de Medellín es que es una ciudad de temperaturas siempre frescas en la cual no se desatan las horribles canículas típicas del Caribe. En los cuatro días que pasé en ella, nunca sentí al calor quemante que se desata en República Dominicana. Allí, en el Mirador, titiritando de frío y comiendo chorizos pasamos un largo rato. Luego iniciamos nuestro regreso al hotel.

No he intentado captar todo sobre Medellín en esta modesta crónica. Solo quiero terminar diciendo que en los cuatro días que pasé en ella tuve el grato sentimiento de no sentirme como un extranjero, sino el grato placer de sentirme como si estuviera en casa todo el tiempo. Hay ciudades que penetran en nosotros con un encanto embrujador. Medellín es una de ellas.

Al día siguiente, mientras nos dirigíamos al aeropuerto para regresar a República Dominicana, iba sintiendo la nostalgia de dejar una ciudad cuyas avenidas, bulevares, cafés al aire libre, restaurantes y amplias aceras invitan, como las grandes ciudades, al agradable vagabundeo ciudadano.



Doce años tratando y al fin embarazada



MICHAEL TEFERI

Una mujer ha dado a luz a quintillizos, un hecho poco común, en la región de Harari, Etiopía, tras 12 años intentando concebir.

Bedriya Adem declaró que ella y su esposo estaban “radiantes de alegría” por tener “la oportunidad de tener cinco hijos a la vez”. La mujer de 35 años dio a luz a cuatro niños y una niña, todos “perfectamente sanos”, en el Hospital Especializado Hiwot Fana, según informó el hospital.

“No puedo expresar mi felicidad con palabras”, declaró a la BBC, recordando cómo se sintió “triste y llena de dolor” hasta que sus oraciones fueron escuchadas.

El director médico del hospital, Moham-

med Nur Abdulahi, indicó que la madre y los bebés permanecen bajo observación médica en el hospital. Los recién nacidos pesaron entre 1,3 kg y 1,4 kg.

Según declaró a la BBC, los recién nacidos que pesan más de un kilogramo tienen una alta probabilidad de sobrevivir y de crecer sanos. El médico explicó que Bedriya concibió de forma natural, sin recurrir a la fecundación in vitro (FIV), procedimiento que el hospital no ofrece.

a FIV puede aumentar las probabilidades de un parto múltiple si se transfieren varios embriones.

Posibilidades: 1 entre 55 millones

La probabilidad de concebir quintillizos de forma natural es de aproximadamente una entre 55 millones. El médico indicó que

el parto se realizó por cesárea el martes 5 de mayo por la noche.

“Recibió seguimiento médico regular durante su embarazo y supo que esperaba más de un bebé. Recibió atención médica integral y adecuada durante todo el embarazo”, dijo Mohammed, describiendo su “emoción”.

Bedriya contó que inicialmente le dijeron que esperaba cuatro bebés, pero que al nacer, había uno más. “Recé por un hijo, y Alá me dio cinco”, dijo, describiendo lo que sintió durante su “larga espera”.

Esta joven madre explicó que su esposo ya tenía un hijo de un matrimonio anterior, que vivía con ellos. “Me dijo que con él era suficiente y que no me preocupara, pero en el fondo, sufría -psicológica y emocionalmente- porque todo el pueblo cuestionaba mi incapacidad para dar a luz”, dijo.

“Lo que viví en el pasado parece un sueño lejano, un sueño del que ni siquiera quiero hablar, pasé doce años sufriendo, escondiéndome y orando sin cesar por tener hijos; finalmente, Alá me escuchó”. Explicó que era agricultora de subsistencia y no sabía cómo mantendría a su creciente familia.

“Pero creo que Alá me proveerá, con el apoyo de mi comunidad y del gobierno”. Sus cinco hijos, a quienes llamaba “bendiciones”, se llamaban Naif, Ammar, Munzir, Nazira y Ansar.

El caso de embarazos quintuples es sumamente raro. No se puede precisar cuántos pudieran suceder en un año. Por ejemplo, en este año de 2026 se han registrado dos; éste, de Etiopía y uno en China en febrero. Pero, en lo que va del siglo XXI solo han ocurrido 10 casos, la mayoría de ellos en China. Los demás, en Corea, Brasil y Ucrania: uno en cada país. Bedriya Adem Naif, Ammar, Munzir, Nazira y Ansar.

La sangrienta “guerra civil” que los científicos registraron en un grupo de chimpancés

HAUSA KHALIL

[HTTPS://WWW.BBC.COM/](https://www.bbc.com/)

El grupo de chimpancés salvajes más grande del mundo se ha dividido y en los últimos ocho años ha estado inmerso en una feroz “guerra civil”, según los investigadores.

No está claro por qué la comunidad de chimpancés **Ngogo, del Parque Nacional Kibale de Uganda**, que supo estar unida ahora está en fragmentada. Desde 2018, los científicos registraron 24 muertes, incluida las de 17 bebés de chimpancé.

“Estos chimpancés que antes se tomaban de la mano, ahora intentan matarse unos a otros”, dice el investigador **Aaron Sandel**. El estudio publicado en la revista **Science** asegura que la intensidad y la duración de la violencia pueden dar cuenta sobre cómo se desarrollaron los conflictos humanos tempranos.

Sandel, antropólogo de la Universidad de Texas, USA, y codirector del **Proyecto Chimpancés Ngogo**, dice que los chimpancés son “muy territoriales” y tienen “interacciones hostiles con los de otros grupos”.

“Es miedo a los extraños”, dijo en el podcast de Science, aunque el investigador aclara que los casi 200 chimpancés Ngogo durante varias décadas habían vivido en armonía.

EL MOTIVO DE LAS DIVISIONES

Estos animales se dividieron en dos grupos, que los investigadores llaman Occidental y Central, pero que antes habían existido como un único grupo unido.

Según Sandel, fue en junio de 2015, cuando los chimpancés occidentales huyeron y fueron perseguidos por el grupo Central, que notó que por primera vez empezaban a competir entre ellos.

“Los chimpancés son algo dramáticos”, dice el investigador y explica que después de las discusiones en las que se “gritaban y perseguían” terminaban luego cortejándose y cooperando.

Pero después de la pelea de 2015, los investigadores vieron que hubo un período de seis semanas, con interacciones que se volvían más infrecuentes, en el que se evitaban entre los grupos.

Cuando ocurrieron, Sandel dijo que eran “un poco más intensos, más agresivos”. Tras la aparición de los dos grupos en 2018, los miembros de la facción Occidental comenzaron a atacar a los chimpancés del bando Central.

En 24 ataques provocados por esta división, al menos siete machos adultos y 17 bebés de los chimpancés centrales murieron, según el estudio, aunque los investigadores creen que el número de muertes es mayor.





La violencia entre chimpancés puede hablar sobre el origen de los conflictos humanos.

Los investigadores creen que esto puede ser consecuencia de muchos factores: el tamaño del grupo, la competencia por los recursos y la "competencia masculina-masculino" para la reproducción.

PERO DICEN QUE HUBO TRES POSIBLES CATALIZADORES

La primera fue la muerte de cinco machos adultos y una hembra adulta, por razones desconocidas, en 2014, lo que podría haber interrumpido sus vínculos y debilitado los lazos sociales entre los grupos.

Al año siguiente, un cambio en el macho alfa coincidió con el primer período de separación entre los grupos occidental y central. "Los cambios en la jerarquía de dominancia pueden aumentar la agresión en los chimpancés, así como la tendencia a evitarse unos a otros", explicó.

El tercer factor fue la muerte de 25 chimpancés, incluidos cuatro machos adultos y 10 hembras adultas, como resultado de una epidemia respiratoria, en 2017, un año antes de la separación final. Uno de los chimpancés adultos que murieron fue "uno de los últimos en conectar a los grupos", dice el estudio publicado en Science.

EL PELIGRO DE LAS FRACTURAS

Sandel y sus colegas dijeron que sus hallazgos llevan a repensar lo que la co-

munidad científica conoce sobre el conflicto humano y la guerra.

"En el caso de la división de Ngogo, los individuos (animales) que vivieron, se alimentaron, se cortejaron y vigilaron juntos durante años se convirtieron en blanco de ataques letales sobre la base de su nueva membresía grupal", dice el artículo.

Si los chimpancés, una de las especies más cercanas a los humanos genéticamente, podrían hacerlo sin construcciones humanas de religión, etnia y creencias políticas, entonces "la dinámica relacional puede desempeñar un papel causal más grande en el conflicto humano de lo que a menudo se supone", agregan.

James Brooks, investigador del **Centro Alemán de Primates en Alemania**, dice que es un "recordatorio del peligro que las

divisiones de grupo pueden representar en las sociedades humanas".

"Los humanos deben aprender, estudiando el comportamiento basado en grupos de otras especies, tanto en la guerra como en paz, mientras recuerdan que su pasado evolutivo no determina su futuro", comentó Brooks sobre el estudio de Science.

El grupo de chimpancés salvajes más grande del mundo se ha dividido y en los últimos ocho años ha estado inmerso en una feroz "guerra civil", según los investigadores.



La comunidad de chimpancés Ngogo de Uganda atraviesa una sangrienta fractura.

Los sencillos ejercicios físicos que pueden mejorar tu memoria

La memoria puede ser algo muy volátil.

MELISSA HOGENBOOM

[HTTPS://WWW.BBC.COM/](https://www.bbc.com/)

Ya sea al intentar recordar nombres de personas, una lista de cosas que necesitas comprar o mientras te preparas para un examen o una entrevista de trabajo, la información que estaba en tu mente un minuto antes puede desvanecerse al siguiente.

Pero hay una forma sencilla de darle un impulso inmediato a tu memoria mientras intentas aprender información nueva: súbete a una bicicleta estática durante unos minutos o da una caminata enérgica.

Las investigaciones muestran que podemos mejorar nuestra memoria haciendo ejercicio aeróbico, o cardio. Desde hace tiempo se sabe que el ejercicio mejora la cognición.

La actividad física mejora nuestro desempeño en tareas y fortalece áreas del cerebro vulnerables al envejecimiento, lo que potencialmente ralentiza el deterioro cognitivo.

Pero el ejercicio físico también puede fortalecer una zona del cerebro importante para la memoria: **el hipocampo**. Y es por eso que puede tener un efecto positivo en nuestros recuerdos. Por ejemplo, se ha descubierto que el ejercicio moderado varias veces a la semana aumenta el tamaño del hipocampo.

Otros estudios han demostrado que el momento del ejercicio también puede marcar una diferencia: salir a caminar cuatro horas después de aprender algo puede mejorar la retención y recuperación posterior de la memoria en comparación con hacer ejercicio inmediatamente después.



El hipocampo se encuentra en lo profundo del cerebro, pero desempeña un papel importante en la memoria y el aprendizaje.

Los ejercicios de estiramiento, en comparación, no proporcionaron ningún impulso a la memoria.

EL ROL DEL HIPOCAMPO

Hasta ahora, ha sido difícil para los científicos comprender los procesos involucrados. Un nuevo estudio de investigación intentó hacer precisamente eso.

Un grupo de neurocientíficos observa-

ron la actividad en el cerebro de 14 personas inmediatamente después de hacer ejercicio y vieron pequeñas ráfagas de actividad eléctrica que fluían entre las células cerebrales, o neuronas, que se sabe que son importantes para consolidar recuerdos.

Estas "ondas cerebrales" son un fenómeno en el que muchas neuronas se activan al mismo tiempo, dice **Michelle Voss**,



Científicos estudiaron cuál es la relación entre la actividad física y la fijación de recuerdos en la memoria.

neurocientífica de la **Universidad de Iowa**, que dirigió el estudio.

Las ondas desempeñan un papel clave en cómo el cerebro empaqueta y almacena recuerdos durante el sueño y en períodos de descanso tranquilo (los participantes de la investigación padecían epilepsia resistente a los medicamentos, pero el estudio se centró en partes del cerebro que estaban sanas y producían señales eléctricas normales).

El equipo monitoreó los cerebros de los participantes para ver qué sucedía después de una breve ráfaga de actividad. Encontraron que después del ejercicio hubo un aumento en las ondas en el hipocampo, así como en otras áreas conectadas a él.

Los investigadores creen que esto ayuda al cerebro a consolidar recuerdos. “Estos pulsos también estaban más finamente sincronizados con la actividad neuronal en el resto del cerebro”, afirma Voss.

Su equipo colaboró con neurocirujanos que monitorean la actividad eléctrica en pacientes sometidos a evaluación para cirugía de epilepsia.

Estos pacientes tenían temporalmente electrodos implantados en el cerebro, lo que permitió al equipo observar la actividad eléctrica antes y después de que hicieran ejercicio en una bicicleta estática.

Aunque los participantes no realizaron ninguna actividad de aprendizaje como parte del estudio, investigaciones previas habían indicado que las “ondas” podrían ser un candidato para fijar recuerdos.

Pero el ejercicio físico también puede fortalecer una zona del cerebro importante para la memoria: el hipocampo. Y es por eso que puede tener un efecto positivo en nuestros recuerdos. Por ejemplo, se ha descubierto que el ejercicio moderado varias veces a la semana aumenta el tamaño del hipocampo.

“Esto nos brinda una oportunidad única para comprender cómo funciona el cerebro humano con mediciones directas de las señales eléctricas, que son la unidad fundamental del funcionamiento cerebral”, explica Voss.

PROTEGER CONTRA EL DETERIORO COGNITIVO

Estas ondas ocurren demasiado rápido para ser detectadas por escáneres cerebrales estándar, lo que convierte a este estudio en el primero en mostrar cómo el ejercicio influye directamente en la actividad eléctrica del cerebro.

Voss cree que esta sincronía puede proporcionar una explicación biológica de por qué las personas suelen recordar mejor la

información si hacen ejercicio poco después de aprenderla.

Y solo se necesitó una breve ráfaga de actividad para aumentar las ondas cerebrales, lo que demuestra que incluso hacer ejercicio por períodos breves pueden beneficiar nuestra memoria.

Voss espera que este trabajo ayude a replantear los mensajes de salud pública sobre la actividad física y nos permita pensar mejor sobre el envejecimiento, especialmente porque fortalecer las áreas importantes para la memoria podría ayudar a proteger el cerebro del deterioro cognitivo.

Al mismo tiempo, sabemos que los episodios regulares de actividad nos brindan una variedad de beneficios inmediatos para el cerebro y el cuerpo.

La investigación muestra que un solo entrenamiento puede mejorar la concentración por hasta dos horas después, así como aumentar de inmediato los niveles de dopamina, la hormona “del bienestar”.

Otro estudio reciente descubrió que cuanto más ejercicio hacemos y más en forma estamos, mayor es el beneficio que obtiene el cerebro después de una sola sesión.

Cualquier actividad física es claramente beneficiosa, pero este nuevo estudio reveló que los beneficios cerebrales aumentan cuanto más activos somos.

Esto ocurre porque una mayor aptitud cardiovascular y masa muscular permiten que el cuerpo produzca más de una proteína vital para formar nuevas conexiones cerebrales, llamada **Factor neurotrófico (BDNF)** derivado del cerebro.

“Hay una razón para mantenerse activo, porque obtendrás más beneficios cada vez”, señala **Flaminia Ronca**, investigadora en fisiología del ejercicio en **University College London, UK**, quien dirigió este estudio.

“Si te mantienes haciendo ejercicio durante seis semanas, obtendrás beneficios mayores en cualquier sesión posterior”, agrega la experta.

El hipocampo se encuentra en lo profundo del cerebro, pero desempeña un papel importante en la memoria y el aprendizaje.



PENSAMIENTOS
PROPIOS

Sábados a las 11:00 pm



Por



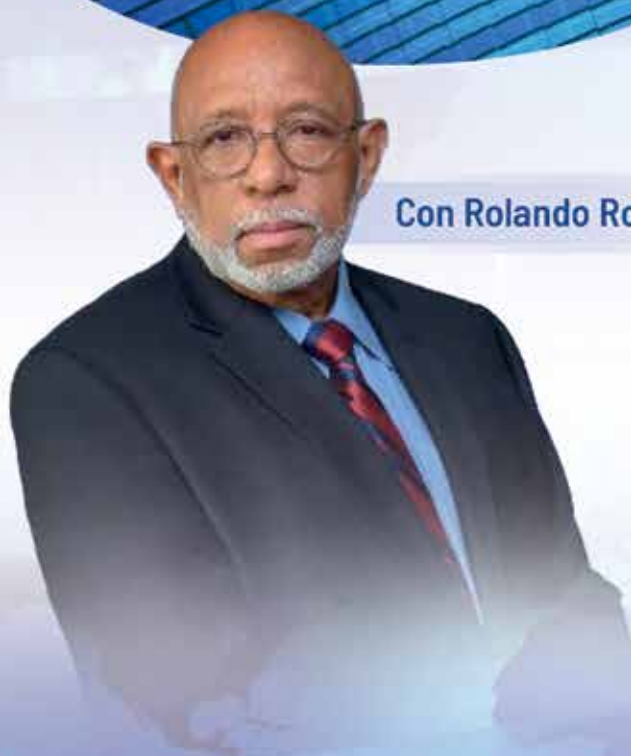
CANAL AMERICA

Canal 1014 **optimum.**

TELEVISIÓN DOMINICANA
PARA EL MUNDO

www.canalamerica.tv

Con Rolando Robles



Todas las noticias siempre de primera mano en
cada edición, visita nuestro Website



www.rumbony.com



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.

El bulevar de la Duarte, con sus árboles y su aire señorial, fue devorado por el cemento, el asfalto y el pandemónium del comercio informal. Fueron tiempos convulsos. Recuerdo a los hermanos Travieso intentando controlar a una “turba” de adolescentes nerviosos mientras afuera estallaban las bombas lacrimógenas. Eran los días de las piedras contra los fusiles, de las consignas de la UER contra los socialcristianos.



El Zumbido de la Regla y el Viento en la Guagua: Memorias de La Normal “Presidente Trujillo”

In memoria a los Hermanos Virgilio y Negro Travieso Soto.

Recién cumplía once años en aquel memorable 1961, un año en el que todo en Santo Domingo parecía estar a punto de estallar o de florecer. Llegábamos al liceo como quien conquista la ciudad: **encaramados en el segundo piso de una guagua Leyland inglesa de la Ruta A.**

Excepto los días de lluvia -cuando el refugio era la parada de la Padre Billini con Pina- nuestro grupo de “párvulos” libraba una batalla campal por los asientos delanteros del segundo nivel, que era completamente descubierto, sin techo.

Con nuestro uniforme de caqui, corbata y zapatos negros, allí estábamos: **Luis Ta-**

veras Lucas (hoy eminente neurocirujano), **Heriberto Rodríguez Bonet** (cirujano destacado y profesor), mi querido colega **Julio César Defilló, Petronio** y otros tantos rostros que el tiempo ha ido desdibujando.

Era un ritual de adrenalina: disfrutar la brisa fría en la cara mientras bajábamos la cabeza frenéticamente para evitar el “ramalazo” de los árboles en la isleta central de la Avenida José Trujillo Valdez (hoy la Avenida Duarte).

El trayecto era una postal de la época: la calle Isabel La Católica, el giro en la Benito González en Santa Bárbara, luego la Avenida Duarte y, finalmente, el desembarco en nuestro destino: el antiguo Liceo Presidente



Trujillo, que tras el tiranicidio fue rebautizado el Liceo Juan Pablo Duarte.

Al pisar tierra, la libertad del viento se terminaba de golpe. Nos recibía la voz de trueno de Don Virgilio, quien junto a su hermano José María "Negro", formaba la dupla de los "Hermanos Travieso Soto".

Paradójicamente, su apellido era lo opuesto a su oficio: conminarnos al silencio absoluto, hacer la fila en la explanada del liceo, para enhestar la bandera al toque de diana de la trompeta. A los pocos días ya se sabían nuestros apellidos de memoria; no había travesura que escapara a su radar.

Nos advertían que tenían "licencia" de nuestros padres para corregirnos. El miedo no era al golpe en sí, sino al "doble pley": el castigo en el liceo y la tanda de refuerzo que nos esperaba en casa.

El Liceo Duarte era, por entonces, el corazón intelectual del país. Sus aulas no solo dictaban materias, forjaban ciudadanos. Allí pontificaban maestros legendarios: **Zoraida de la Mota**, justa y temida, que lograba el milagro de que perdiéramos el miedo a las matemáticas;

Carlos Larrazábal Blanco, un gigante de la historia; el exiliado español **Fernando Sainz**, que nos inyectaba pensamiento crítico; y las profesoras **Ubiera y Ligia A. Melo** que nos enseñaron amar las ciencias y letras.

Pero el orden tenía sus guardianes. Los hermanos Travieso patrullaban los pasillos con sus inseparables reglas de una yarda de largo. Nadie quería conocer el zumbido de esa madera surcando el aire antes del fuetazo seco en las nalgas. Era un mecanismo de relojería pedagógica.

Al lado, el Play de La Normal (Oswaldo Virgil), servía de termómetro social: cuando había juego, la ciudad estaba tranquila. En los 50 había sido el centro de entrenamiento del Servicio Militar Obligatorio para



los muchachos de San Carlos, Villa Francisca y Villa Consuelo; en los 60, se volvió el puente hacia la modernidad.

Era un privilegio ver entrenar al "Gringo" **Torres** o a los **hermanos Angustia** en la única pista de atletismo de la ciudad. El estadio era el santuario del béisbol Doble A, inaugurado en el 1946, figuras como **Jackie**

Robinson y Roy Campanella juga-

ron con los Dodgers de Brooklyn, en el 1948 en el "Play de la Normal".

Con el final de la década, la ciudad cambió de piel. Las guaguas de dos pisos desaparecieron, víctimas de los cables eléctricos, las ramas descuidadas y la falta de mecánicos que entendieran el "idioma" de los motores ingleses.

El bulevar de la Duarte,

con sus árboles y su aire señorial, fue devorado por el cemento, el asfalto y el pandemonium del comercio informal.

Fueron tiempos convulsos. Recuerdo a los hermanos Travieso intentando controlar a una "turba" de adolescentes nerviosos mientras afuera estallaban las bombas lacrimógenas. Eran los días de las piedras contra los fusiles, de las consignas de la UER contra los socialcristianos.

La educación se volvió un acto de supervivencia; las clases se suspendían por seguridad, y muchos padres, aterrados por la violencia política, terminaron trasladando a sus hijos a otros centros.

Hoy, la nostalgia me devuelve a Don Virgilio y a Negro intentando imponer disciplina en medio del caos. Años más tarde,

el destino nos volvió a reunir con ellos en el deporte, en el Auditorio Eugenio María de Hostos.

Allí, entre canastas de baloncesto, siguieron educándonos con la misma rectitud, recordándonos que, aunque la ciudad se caiga a pedazos, la disciplina y el respeto son la única brújula posible.



Roy Campanella.



Jackie Robinson.

Cómo mantenerse fresco y seguro durante una ola de calor

El calor extremo del verano es cada vez más frecuente en todo el mundo, con olas de calor más largas y frecuentes. El aumento de las temperaturas puede exponer a muchas personas a enfermedades relacionadas con las altas temperaturas, como la insolación y el agotamiento por calor. A continuación, ofrecemos algunos consejos de expertos para mantenernos frescos durante el calor, incluso sin usar aire acondicionado.



MANTENTE FRESCO, AUNQUE NO TENGAS A/C

Mantenerse fresco e hidratarse con frecuencia son los dos factores más importantes para evitar los malestares y molestias cuando hace mucho calor. Si no cuentas con aire acondicionado, o si lo tienes pero aún así sientes calor, aquí hay algunos métodos para enfriar tu temperatura corporal y tu hogar:

- Refresca tu piel con un rociador de agua fría o templada.
- Bloquea las ventanas de tu casa -especialmente las que reciben el sol de la tarde- con una manta o una sábana más oscura durante el día para evitar que entre el calor.
- Si no tienes aire acondicionado, manten las ventanas abiertas y enciende los ventiladores para que circule el aire.
- Limpia tu frente con un paño frío.
- Evita el ejercicio vigoroso al aire libre, si es posible.
- Coloca cubos de hielo en tu botella de agua, especialmente si estás al aire libre.

- Si planeas hacer ejercicio o necesitas trabajar al aire libre, bebe un granizado de antemano o moja tu cabeza con agua fría. Las duchas frías también pueden ayudar a refrescarte.
- Si es posible, evita usar la cocina o el horno.

MANTENTE ATENTO A SÍNTOMAS DE AGOTAMIENTO POR CALOR

En el caso de los adultos, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de USA (CDC), recomiendan tener cuidado con los síntomas de agotamiento por calor que incluyen sudoración abundante; piel fría, pálida y húmeda; pulso rápido y débil; náuseas o vómitos; calambres musculares; fatiga; mareo o dolores de cabeza y desmayos. Si experimentas estos síntomas, toma sorbos de agua, ubícate en un lugar más fresco si es posible, aflójate la ropa y trata de tomar una ducha fría o coloca paños frescos y húmedos sobre tu cuerpo. Si vomitas o si esos síntomas empeoran o duran más de una hora, busca atención médica de inmediato.

IDENTIFICA LOS SÍNTOMAS DEL GOLPE DE CALOR

Según los CDC, los síntomas de este padecimiento incluyen una temperatura corporal alta (40°C o más); piel caliente, roja, seca o húmeda; pulso rápido y fuerte; dolor de cabeza; mareo; náusea; confusión y desmayos. Si alguien experimenta esos síntomas, llama al 911 de inmediato (o a los servicios de emergencia de tu localidad) e intenta trasladar a esa persona a la sombra o a una zona más fresca; usa paños húmedos o una ducha con agua fría para bajar la temperatura corporal. No se les debe suministrar líquidos.

Si sospechas que una persona tiene un problema con el calor, sé precavido e insiste en que se ponga a la sombra o en un lugar fresco. Haz que beba agua y que rocíe su cuerpo con agua fría o que se frote con hielo o un paño frío. Si no se enfrían rápidamente, busca atención médica.

A los niños se les debe indicar que si sus amigos comienzan a actuar de manera rara, confusa o si empiezan a tartamudear, deben alertar a un adulto.

MANTENTE HIDRATADO

No existe una regla única para determinar la cantidad de agua que se debe beber, dijo **Adriana Quiñones-Camacho**, cardióloga de NYU Lagone Health. Pero todo el mundo debería ingerir más agua de lo normal, y el acceso constante a los líquidos es clave. Bebe incluso cuando no tengas sed. Como perdemos electrolitos cuando sudamos, beber Gatorade u otras bebidas deportivas con electrolitos también puede ayudar, dijo la especialista. "Piensa en eso como si fuese un maratón, con lo mucho que se puede sudar en un día como hoy", dijo Quiñones-Camacho.

Para determinar la cantidad de agua que debes beber, "tienes que vigilar tu organismo", dijo **James Mark**, médico urgenciólogo en la Clínica Cleveland en Ohio. Si orinas con menos frecuencia de lo normal, o si tu orina se concentra y luce de un color amarillo oscuro o dorado, es una señal de que debes beber más líquidos. Si orinas con frecuencia y la orina se ve clara, es probable que estés bien hidratado.

Evita consumir bebidas alcohólicas o con cafeína, porque pueden deshidratarte.

INGIERE ALIMENTOS QUE TE AYUDEN A REFRESCARTE

Comer frutas que contengan agua puede ayudar a refrescarte, dijo la cardióloga. Si consumes alimentos salados, debes beber más agua para equilibrarlos. Evita los alimentos calientes que suben la temperatura del cuerpo, como la sopa.

CUIDA A LOS NIÑOS

Los niños pequeños son especialmente vulnerables al agotamiento por calor y la insolación. Los padres y las personas que cuidan de ellos deben estar atentos a su actividad durante el clima caluroso y planear actividades en las que tengan menos probabilidades de sobrecalentarse, como correr por donde hay aspersores de agua o jugar en una piscina. También asegúrate de que los niños lleven ropa liviana y de colores claros, usen protector solar y se hidraten con regularidad.

Si un niño está jugando fuera del agua, trata de mantenerlo en la sombra y considera llevar un rociador para humedecer su

piel (y la tuya).

Si el clima está húmedo y hay una temperatura de 32 °C o más, los niños no deben jugar afuera por más de ½ hora seguida. Mantén a los bebés menores de 12 meses fuera del sol tanto como sea posible.

Los adolescentes tienden a ser más activos que los adultos en el verano, dijo Mark, y deberían planificar para realizar sus actividades antes del mediodía, cuando el calor será menos intenso.

¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DEL AGOTAMIENTO POR CALOR EN LOS NIÑOS?

Si un niño tiene agotamiento por calor, puede comenzar a sentirse mareado y con náuseas, sufrir calambres musculares o comenzar a vomitar. Su piel puede sentirse fría y húmeda al tacto.

Si ves estos síntomas en un niño, llévala a un lugar más fresco; pídele que se siente o se acueste; quita el exceso de ropa; aplica un paño fresco y húmedo o agua sobre su piel y que beba agua.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE INSOLACIÓN O GOLPE DE CALOR EN LOS NIÑOS?

"En un golpe de calor la piel está caliente y seca en lugar de fría y húmeda, y el niño está somnoliento y tal vez confundido", dijo **Claire McCarthy**, pediatra del Boston Children's Hospital y profesora asistente de pediatría en la Escuela de Medicina de Harvard. Los niños con insolación también pueden tener fiebre alta o convulsiones.

El golpe de calor también puede afectar a los niños pequeños que no han hecho actividades que demandan esfuerzos.

"Llevan ropa demasiado abrigadora en un ambiente caluroso o los dejan en un carro caliente o en una habitación que no tiene circulación o están en la playa a pleno sol", dijo **Tony Woodward**, director médico de emergencia del hospital Seattle Children's.

Según el sitio web para padres de la Academia Estadounidense de Pediatría, HealthyChildren.org, la mitad de los niños con insolación no sudan.

Si sospechas que un niño tiene un golpe

de calor, llama al 911 en Estados Unidos o a tus servicios locales de emergencia e intenta enfriarlo hasta que llegue ayuda.

PROTEGE A LAS PERSONAS MAYORES DEL CALOR

"Lo más importante es mantenerse bien hidratado", dijo **Wayne McCormick**, médico gerontólogo de la Facultad de Medicina de la Universidad de Washington. Las personas de la tercera edad deben beber mucho de su bebida de elección: "Puede ser agua, puede ser limonada, lo que sea que esté fresco". Si la movilidad es un problema y alguien no puede llegar fácilmente a un lugar público fresco o a un espacio con aire acondicionado, como un centro comercial, McCormick recomienda que vayan al sótano de casa o que "bajen lo más posible" en su hogar.

DUERME PROFUNDAMENTE

Usa una sábana de algodón transpirable, dijo Mark. Puedes poner un ventilador cerca de tu cama y rociar la sábana con agua fría antes de dormir, o colocar las fundas de las almohadas y las sábanas en una bolsa de plástico y dejarlas en el congelador durante el día. Un baño o una ducha fría justo antes de acostarse también puede ayudar.



Niebla mental: hábitos diarios que hacen olvidar, distraerse y perder claridad

Expertos alertan sobre rutinas diarias que pueden afectar la claridad mental y el rendimiento diario.

MARTINA CORTÉS MOSCHETTI

[HTTPS://WWW.INFOBAE.COM/](https://www.infobae.com/)

Olvidos frecuentes, fatiga mental y dificultades para concentrarse son señales de lo que se conoce como niebla mental, un fenómeno que no constituye una enfermedad formal pero sí afecta el funcionamiento diario. Según la **Sociedad Española de Neurología**, hábitos como el descanso insuficiente y la multitarea intensifican estos síntomas, aunque existen estrategias cotidianas que pueden contribuir a recuperar la claridad mental.

La niebla mental se caracteriza por lapsos de memoria, baja concentración y sensación de confusión, con causas frecuentes en el estilo de vida: descansar mal, realizar varias tareas a la vez y mantener altos niveles de estrés. Identificar y modificar estos hábitos es clave para mejorar el rendimiento cognitivo y la calidad de vida.

Establecer rutinas de sueño regulares, limitar la multitarea, incluir pausas diarias

y priorizar el bienestar físico son acciones sencillas que, según expertos como la neuróloga de la **Universidad de Navarra**, **María Rojas**, mejoran la función cognitiva.

Dormir poco o tener mala calidad del sueño es uno de los factores más asociados al aumento de la niebla mental. La falta de descanso provoca problemas de memoria, menor atención y desánimo. Mantener horarios regulares, priorizar la relajación nocturna y evitar interrupciones ayuda a restaurar la función cerebral y aporta beneficios sostenidos a la mente.

CÓMO LA MULTITAREA AFECTA LA CLARIDAD MENTAL

La multitarea es uno de los hábitos más perjudiciales para la claridad mental porque, aunque parece aumentar la productividad, dispersa la atención y favorece los olvidos. Cambiar constantemente entre tareas, mensajes y aplicaciones reduce la concentración y aumenta la confusión mental. Revisión de estudios publicados en **Frontiers in Psychology** indica que quie-

nes recurren con frecuencia a la multitarea muestran mayor tendencia a la distracción y una memoria menos eficaz.

Establecer bloques de tareas, limitar las notificaciones y dedicar atención completa a una sola actividad son estrategias útiles para reducir el impacto negativo de la multitarea. Organizar diariamente las prioridades en una lista breve ayuda a evitar la dispersión mental, lo que mejora la eficacia en las actividades intelectuales.

Depositar ideas y pendientes en papel o en un sistema físico contribuye a aliviar la carga mental. Así, generar hábitos donde prime la atención plena facilita recordar mejor y experimentar mayor presencia en la vida cotidiana.

ESTRÉS CRÓNICO Y SU EFECTO EN LA FUNCIÓN COGNITIVA

El estrés crónico afecta de manera profunda la memoria y la flexibilidad mental, muchas veces sin que las personas lo perciban. Cuando el sistema nervioso permanece en alerta durante periodos extensos,



tas recomiendan incorporar pausas breves durante el día, ya sea con un paseo corto, ejercicios de respiración o relajando activamente la mandíbula y los hombros. Además, reducir la exposición a estímulos sensoriales intensos, como ruidos fuertes o luces brillantes, puede minimizar el agotamiento mental.

Adoptar técnicas de relajación muscular de forma rutinaria, incluso durante actividades diarias, contribuye a una recuperación más rápida del sistema nervioso. Así, manejar el estrés mejora la memoria y optimiza el rendimiento intelectual.

HÁBITOS FÍSICOS BÁSICOS PARA COMBATIR LA NIEBLA MENTAL

Descuidar necesidades físicas mínimas como la hidratación y el movimiento es otro factor importante en la aparición de la niebla mental. Incluso una deshidratación leve puede afectar la concentración y el recuerdo, según la **Asociación Médica Estadounidense**. Los síntomas de fatiga mental pueden ser la señal de que el organismo necesita más agua o descanso adecuado.

El sedentarismo también incide negativamente en la agudeza mental. Permanecer sentado por largos periodos se vincula con cambios en el cerebro que dificultan el recuerdo y disminuyen la lucidez. Estudios

aparecen dificultades para pensar con claridad y se incrementan los síntomas de niebla mental. La presión constante dificulta la organización y favorece la fatiga intelectual.

Frente a estos efectos, los especialis-



Registrar pensamientos en un sistema físico fortalece la atención plena y la concentración.



El estrés crónico provoca fatiga intelectual y reduce la flexibilidad mental, incrementando los síntomas de niebla mental en la vida diaria.



Establecer bloques de tareas, limitar las notificaciones y dedicar atención completa a una sola actividad son estrategias útiles para reducir el impacto negativo de la multitarea.

dios muestran que personas mayores con rutinas sedentarias presentan menor grosor cerebral en regiones esenciales para la memoria.

Hacer hábito el consumo de agua al comenzar el día, junto con las comidas y antes de tomar café, promueve una hidratación constante. Realizar pausas para moverse cada 30 minutos, así como optar por actividad física moderada cuando sea posible, estimula la circulación y revitaliza la mente, incluso en quienes tienen movilidad restringida.

TOMAR AGUA HIDRATACIÓN

La hidratación insuficiente tiene impacto directo sobre la concentración y el recuerdo, siendo clave para prevenir la niebla mental diaria.



AREK ZIAD

WWW.HTTPS://X.COM/

Cuando estaba en la universidad le confesé a mi madre conservadora que era gay, aunque no del todo -es decir, que soy bisexual- y eso era cierto y lo sigue siendo. Me atraen las personas de todo el espectro del género y salgo con ellas. Sin embargo, no imaginé que llegaría a arrepentirme de mi decisión. No la de haber salido del armario, sino de que al definirme como bisexual, le di a mi madre la impresión de que podía elegir una vida heterosexual. ¿Pero eso es en realidad posible en mi caso?

Pasé gran parte de mi adolescencia confundido por mis atracciones divididas. Tardé un tiempo en darme cuenta de lo que pasaba; en mi hogar religioso se reprimía toda sexualidad, no solo ser queer. Un ejemplo era cuando yo asistía a una fiesta en la playa o en la piscina, como era habitual con los preadolescentes de Florida. Si de alguna manera mi madre se hubiera enterado de que, al posar para una foto platónica de grupo, mi brazo desnudo podía haber tocado los hombros desnudos de una compañera de clase, habría sido un cuento de nunca acabar.

En la preparatoria me costaba entender por qué las sesiones de estiramientos en el equipo de fútbol me dejaban desorientado y acalorado. O las mariposas que sentí cuando, delante de nuestros casilleros, le pedí a una chica que fuera conmigo al baile de bienvenida como amigos, medianamente un diminuto cartel de cartón.

Sin embargo, no fue hasta la universidad cuando experimenté la agitación interpersonal conocida como salir con alguien. Fue a través de ese proceso que llegué a conocerme como bisexual, y todo hizo clic. Por suerte, estaba en Yale, donde ser gay era tan notable como estudiar humanidades (es decir, nada en absoluto).

Pero, en momentos tensos, esa etiqueta se usa en mi contra. Durante nuestras discusiones telefónicas, mi madre suele señalar que le molesta profundamente que yo salga con hombres, y cuando le

El dilema del hijo bisexual



digo que no puedo evitar ser quien soy, me contesta con algo parecido a: "Bueno, ¿no eres bisexual? Entonces podrías elegir estar con una mujer, por el amor de Dios. Te estás complicando la vida a propósito".

Para mi madre, mi bisexualidad mantiene abierta la opción de un camino "recto" en la vida, si tan solo renunciara a ser queer. Tal y como ella lo ve, se puede elegir; yo simplemente sigo eligiendo la opción equivocada. De joven, a menudo deseaba simplemente haberle hecho pensar que era gay. En nuestra guerra de

palabras, no habría ninguna "elección" que pudiera usar para atacarme. Pensaría que estoy condenado, obvio, pero al menos eso es sencillo.

El año pasado cumplí 27 años. Empecé a pensar en que me gustaría conocer a alguien con quien pudiera construir una vida. Empecé a pensar en qué pasaría si ese alguien fuera la persona de mi vida. Y en qué pasaría si esa persona fuese una mujer.

Si anunciara que tenía la intención de pasar el resto de mi vida con una mujer,

probablemente sería uno de los momentos más felices de la vida de mi madre. Pensar en su satisfacción y en el fanatismo de sus raíces me revuelve el estómago. Podría imaginarla arrodillándose, alabando al Señor y rompiendo a llorar de alegría. Quizá sería la peor sensación que podría experimentar al ver a alguien feliz por mí.

Pero me doy cuenta de que ella no solo celebraría mi alejamiento del "pecado". También se alegraría de que la vida de su hijo mayor se volviera más fácil. Alrededor de la inexcusable homofobia de mi madre existe una preocupación profunda por mí.

En un intento de apelar a mi pragmatismo, una vez me advirtió por teléfono: "Ten cuidado. Si la gente sabe que no eres heterosexual, eso podría dificultarte las cosas como actor".

LAMENTABLEMENTE, TENÍA ALGO DE RAZÓN.

Como artista, con cada chiste de personas gays que hago, pienso: "¿Habría algún director o productor que vea esto y solo me vea como una persona gay?". El año pasado, para una clase de actuación, hice un simulacro de entrevista con directores de casting. Después, la asesora de la clase me recomendó que fuera más "masculino" en mi vida profesional diaria, ya que en mi trabajo en las escenas vio que yo podría ser aceptado convincentemente.

Recuerdo cuando estuve de vacaciones en una playa de Tulum, México, con un novio de la universidad. Mientras compartíamos una toalla en la arena, me acusó de evitar su contacto. Lo terrible es que tenía razón. Estaba evitando tocarlo. Me preocupaba cómo nos recibirían en un lugar público extranjero. En esos momentos, mi miedo nos desinfló a ambos y eso hundió nuestro amor en el océano que teníamos enfrente.

Con cada nueva legislación anti-LGTBQ, mi seguridad se siente más inestable. Me acuerdo del día en que me puse un crop top al entrar en el tren J de Brooklyn. Me cayeron gotas de saliva en la mejilla cuando alguien se apeó. Cuando se cerraron las puertas, una transeúnte se quitó los auriculares. "Creo que te acaban de escupir", me dijo.

Siempre que tengo una cita con una



mujer, me sorprende lo agradable que resulta nuestro afecto para los que nos rodean. En la cubierta de un transbordador, me envolví a mí y a mi cita con una manta para protegernos del viento. Mientras ella cerraba los ojos, una pareja de ancianos nos miraba y sonreía suavemente. Sentí una extraña sensación de seguridad. Qué sencilla podría ser la vida si esta cita se convirtiera en el resto de mi vida. Tras innumerables roces con el odio como hombre queer, cada cita con una mujer me muestra un cambio con potencial para alterar el curso de mi vida.

Aparentar ser heterosexual hace la vida más fácil. Pero, ¿es una elección que pueda hacer honestamente? Y si en algún momento dejo de salir con hombres, ¿qué pasará con mis anteriores relaciones queer? ¿Quedarían de algún modo desacreditadas emocionalmente? ¿Podría construir una vida significativa en la intersección de mi deseo de vivir con sinceridad y el deseo de tradicionalismo de la sociedad?

En la era de las aplicaciones de citas, parece haber un enfoque claro sobre la elección. Con un filtro de configuración, podría autoinducirme una miopía romántica y limitar mis posibles parejas a solo mujeres (o, por supuesto, hombres). Pero casi todas las citas que tuve el año pasado fueron fruto de algún tipo de casualidad en persona.

En una ocasión, conocí a la presentadora de un pódcast que admiro en una fiesta poco iluminada. Tras una o dos copas para infundirme valor, crucé la pista de baile

para invitarla a salir. Otra noche, estaba cerca del dispensador de agua de un bar cuando una chica chocó conmigo. Se disculpó, empezamos a charlar y luego conocí al amigo que la acompañaba. Nos caímos muy bien. Al final descubrí que todo había sido una farsa. La actuación de la amiga, digna de un Emmy, como la típica chica torpe, logró que le diera mi número de teléfono al chico.

¿Cómo podía pretender elegir a quién amo en un mundo lleno de encuentros fortuitos? Me estaría privando de la verdadera belleza y alegría del romance, que es que nunca está bajo nuestro control.

Al estar con hombres, he estado expuesto a muchas encarnaciones distintas de la masculinidad, cada una de las cuales ha profundizado la comprensión de mi propia masculinidad. Con las mujeres, he tenido la suerte de experimentar un tipo de ternura que me ha cambiado la vida, redefiniendo cómo yo, a mi vez, cuido de los demás. Y con quienes están fuera del género binario he visto cómo se amplía mi propio sentido de la autoexpresión.

No quiero hacer mi vida más aburrida para hacerla más fácil. El único camino verdaderamente posible es disolver la dicotomía y dejar que el universo tome las riendas y me traiga a quien tenga que traer.

La atracción nos encuentra cuando quiere, sea cual sea su forma, nos lleva adonde quiere y nos enseña lo que le place. El amor llega como siempre: sin que nadie lo llame y más allá de toda negociación.



DEPORTES Y FANÁTICOS

IVÁN R. ROBLES
WWW.RUMBONY.COM

Mi pasión por los Knicks me arropó al final de los 70's, cuando alcancé los 10 años de edad y ya podía buscar información en los periódicos y en la TV. Todo lo que les he contado antes lo escuché de mi padre, que lo leía de un viejo librito que compró donde Macalé y que creo se titulaba "The NBA History". Era una joya y siempre me lamentó de haberlo perdido.



Los Knicks me deben, a mí y a todos los newyorkers

Me deben desvelos, apoyos silentes, respaldos no solicitados, esperanzas de celebraciones festinadas. En fin, están en deuda conmigo porque la mitad de mi vida la he pasado esperando esos títulos de la NBA que yo -como fanático fiel- siempre esperé que celebraría por todo lo alto y ancho de mi barrio en RD.

El culpable de mi frustración es mi padre, pero no le paso factura. Porque yo sé que él lleva mucho mas tiempo que yo "sufriendo callado". Yo nací en 1968, mientras que mi Viejo es un babyboomer. Y durante mi niñez escuché con placer infinito oírle hablar de los **Knickerbockers de Harlem**, aunque él no los conoció en sus inicios pues nacieron un año antes que viera la luz y le cortaran el ombligo.

Así fue como me enteré de los detalles sobre el inicio de los Knicks. Nacieron en

1946 con la recién formada **Basketball Association of America (BAA)** y su primer partido lo ganaron 68 a 66, enfrentando a los **Toronto Huskies**. En 1951 llegaron a su primera **Finales de la NBA**, perdiendo contra **Rochester Royals** 79 a 75. Eran los tiempos de **Carl Brown y Harry "el Caballo" Gallatin**, que de nuevo, los llevaron a los playoffs en 1955 y 1956.

Mi pasión por los Knicks me arropó al final de los 70's, cuando alcancé los 10 años de edad y ya podía buscar información en los periódicos y en la TV. Todo lo que les he contado antes lo escuché de mi padre, que lo leía de un viejo librito que compró donde **Macalé** y que creo se titulaba "**The NBA History**". Era una joya y siempre me lamentó de haberlo perdido.

Por la narrativa de mi Viejo supe que el primer negro en la NBA fue **Earl Lloyd** en 1950 y que el primero con lo Nicks fue **Nathaniel "Aguadulce" Clifton**. También me enteré de que **Elgin Baylor** de los Lakers nos anotó 72 puntos en 1960; que **Richy Guerrin** tuvo el record de 29 puntos por partido por más de 20 años con los Knicks, hasta que **Bernard King** lo tumbó en 1985; además supe que en 1990 **Pat Ewing** rompió otro record de Guerrin: el de más puntos anotados para el team y que había durado 30 años. Pero el record que mas me dolió cuando lo conocí, fue que **Wilt Chamberlain** nos anotó 100 puntos en un juego, en 1962 y perdimos de los **Warriors** 169 a 147.

Como ustedes entenderán, tengo mu-





chas razones para estar dolido con los Knicks y deseoso de que ganemos la final de 2026, aunque no somos los favoritos. **En 1970 ganamos el primer título de la NBA, venciendo a los Lakers**, pero eso me lo contaron porque yo tenía solo 2 años de edad. Al año siguiente estuvimos en la pelea, pero caímos ante los Bullets en los finales de conferencia y en 1972, avanzamos un poco más, perdiendo de los Lakers en las finales. Sin embargo, **en 1973 ganamos nuestro segundo título de la NBA, venciendo a los mismos Lakers**.

Fueron los tiempos de **"La Perla" Monroe, de Jerry Lucas, de Frazier, de Reed, de Barnett, de Bradley y DeBusschere**, todos ídolos recordados en el **M S Garden**.

Y justamente ahí empezaron mis lágrimas, que duraron mas de 10 años, hasta que en 1985 apareció Pat Ewing y la esperanza se renovó con este **"Novato del Año"**. Fue un período de altas y bajas, pero de optimismo y sueños. Cuatro años más tarde ganamos la división, después de casi 20 de sequía, pero perdimos ante los **Chicago Bulls** por el título de la conferencia.

Justo en ese pórtico de tiempo vinieron los cambios administrativos de nuevo y los entrenadores desfilaron al hilo: **Stu Jackson, John McLeod, y luego Pat Riley**, el veterano que con

su "gardeo pegado" nos puso en la pelea. Claro, los cambios en la plantilla ayudaron: **Charles Smith, Doc Rivers, Bo Kimble y Rolando Blackman** entraron al escenario y junto al joven **John Stark**, con su juego florido y convertido en el ídolo del Garden, nos condujeron otra vez a la final de conferencia. Caímos de nuevo ante los Bulls y luego en la final de 1994 perdimos de **Houston Rocketts**.

En 1995 se fue Pat Riley y vino **Don Nelson**, que desde los Warriors traía un "viejo quille" contra Stark, pero salieron de él a mitad de temporada y su asistente **Jeff Van Gundy** se hizo cargo de la tropa. En

1996 ficharon a **Allan Houston** y Stark se convirtió en un sólido "sexto hombre" -con título y todo- hasta que 2 años después fue devuelto a los Warriors, terminando la "Era Stark" para los Knicks.

En 1999, sin John Stark ni Charly Oakley, y Patrick Ewing lesionado, los Knicks, siempre a contra corriente, llegaron milagrosamente a la Final de la NBA, contra los mismos **San Antonio Spurs** que enfrentaremos en 2026. **David Robinson y Tim Duncan**, - aquella vez- resultaron demasiado contra los alicaídos Nicks y nos derrotaron en cinco partidos. **Pero esta vez la historia se escribe diferente; estamos en las finales, y no ha sido por puro milagro.**

De las nueve veces que hemos estado en la Finales de la NBA, perdimos cuatro como locales en el Nueva York, una en Rochester, otra en Houston y la otra en San Antonio. Pero hemos ganado en dos oportunidades en Nueva York (1970 y 1973) y la tercera la ganaremos también en New York en este 2026.

Hasta aquí es todo lo que me interesa recordar, a 40 años de haber empezado mi calvario emocional. Sin embargo, como cristiano que soy, espero que el milagro se materialice. Cuando suceda, me sentiré muy cómodo con los Knicks y satisfecho de haber cobrado esta vieja deuda que reclamamos mi Viejo y yo.

¡Lets Go Nickerbockers!



UN SUBMARINO NAZI PERDIDO EN LA SELVA BRASILEÑA

DELIA CRESPO

En el corazón de la vasta y enmarañada selva brasileña, se desarrolló una historia que se lee como una mezcla de thriller de la Guerra Fría y documental de History Channel.

Luis Martínez, un aventurero autodidacta e historiador aficionado de Manaos, fue noticia al afirmar haber descubierto los restos oxidados de un submarino nazi enterrado en las profundidades de la selva amazónica.

Martínez, un ex mecánico convertido en explorador de la selva, llevaba mucho tiempo fascinado por los persistentes rumores sobre la actividad alemana en Sudamérica durante y después de la Segunda Guerra Mundial.

Brasil, con su vasto interior y su significativa población de inmigrantes alemanes, ha estado durante mucho tiempo en el centro de teorías conspirativas sobre nazis fugitivos y secretos ocultos de la guerra.

Inspirado por décadas de especulación y armado con mapas antiguos, registros de la guerra y Google Earth, Martínez decidió seguir una corazonada.

Su viaje lo llevó a una zona aislada de la selva en el norte de Brasil, lejos de cualquier campo de batalla o ruta naval conocida de la Segunda Guerra Mundial.

Tras días de abrirse paso entre la densa vegetación, Martínez se topó con algo extraño: grandes estructuras metálicas que sobresalían del suelo del bosque, parcialmente cubiertas de enredaderas y lodo.

Al examinarlas más de cerca, descubrió remaches, ojos de buey y secciones oxidadas del casco, todo ello compatible con un



submarino alemán.

Al principio, los expertos se mostraron escépticos. ¿Cómo podía un submarino alemán acabar cientos de kilómetros tierra adentro? Pero los datos satelitales y los documentos históricos ofrecen una información intrigante, aunque circunstancial.

Durante la Segunda Guerra Mundial, los submarinos nazis estuvieron activos frente a las costas brasileñas, atacando las rutas marítimas aliadas. Varios se hundieron cerca de Recife y Salvador.

Ciertas teorías sugieren que algunos submarinos pudieron haber sorteado la detección y remontado sistemas fluviales como el Amazonas y sus afluentes, intentando ocultar o descargar carga o personal secreto.

El descubrimiento de Martínez cobró mayor relevancia cuando compartió fotografías y coordenadas GPS. Las marcas del buque, aunque degradadas, guardaban similitudes con los diseños de la Kriegsmarine, y su construcción coincidía con la ingeniería alemana de mediados de la década de 1940.

Historiadores y arqueólogos forenses han visitado el sitio y confirmado que se trata, como mínimo, de un antiguo subma-

rino de origen europeo.

Abundan las teorías. Hay quien cree que la tripulación pudo haber intentado llegar a enclaves nazis secretos que se rumorea que existen en Argentina o Paraguay.

Otros sugieren que el submarino fue abandonado y oxidado tras una emergencia o traición. Teorías más radicales imaginan oro nazi, archivos ocultos o incluso armas avanzadas dentro del casco corroído.

Martínez, sin embargo, ve la historia menos como una búsqueda de tesoros y más como una reivindicación de la curiosidad histórica. "Se rieron de mí", declaró a los medios brasileños, "pero la historia está llena de giros inesperados".

Las autoridades brasileñas han acordado la zona para realizar más estudios, y expertos internacionales trabajan para identificar con certeza el buque.

Queda por ver si el submarino esconde algún secreto oscuro o simplemente se oxidó en silencio. Pero gracias a la tenacidad de Luis Martínez, una de las leyendas más perdurables de la Segunda Guerra Mundial pudo al fin resurgir de las profundidades de la selva.



F E L I C I T A A

Jean Carlos Jiménez

Jean Carlos nació en Santo Domingo RD
Es hijo de Don Facundo Jiménez y
Doña Luisa Belkis Jiménez.

**Ha terminado su Maestría en Finanzas en
William Paterson University of New Jersey, USA**





República Dominicana

Lo tiene todo

BALNEARIO LA PLAZA, BARAHONA, R.D.
Raylin David | @sanrafaelsurfschool

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