



# OH!

## #Vacúnate

Los Tiempos

NO SE DETIENE

Cochabamba, Bolivia  
6 de noviembre de 2022  
N° 1220

### Entrevista

Carlos Diamond Rivero alerta sobre riesgos para la salud por desviaciones de la columna. **Pág. 2**

### Belleza

Adore presenta "Fresh Face" para la temporada. **Pág. 6**

### Obra

Yo, el nuevo libro de Gonzalo Lema. **Pág. 18**

# TARIQUÍA EN RIESGO

**A FONDO.** En medio de una polémica por los proyectos petroleros, expertos ambientalistas advierten sobre graves riesgos en los ciclos de lluvias y problemas de contaminación en Tarija. **Pág. 4**

Los Tiempos

#SomosParteDeTi

¿YA NOS SIGUES?



Instagram

**lostiemposbolivia**

Mantente informado en todas nuestras redes sociales



lostiempos



LosTiemposBol



lostiemposbol



LosTiemposBol



@lostiemposbol



Los Tiempos

## CASI TODO ES OTRA COSA



# Conducir por la vida con el freno de mano puesto



**JEAN CARLA SABA DE ALISS**  
Conferencista, escritora y life coach  
ethos.capacitaciones@gmail.com  
Facebook: Jean Carla Saba

Los tiempos están difíciles y lo están para todos los seres humanos que en este momento están respirando en cualquier rincón del mundo. Están difíciles para los niños porque reciben la caricia de la tecnología con mucha más frecuencia que la caricia de las manos de sus progenitores, esto hará que la calidez que esperamos que expresen cuando sean adultos no vaya a ser la que sus propios hijos, esposos o padres demanden, dado que nadie puede dar lo que no tiene o lo que no recibió. Debemos pasar de la creencia de que aprende-

rán solos cuando sean grandes a la convicción de que es nuestra decisión y responsabilidad formarlos a tiempo como seres humanos y no como quehaceres humanos.

Cualquiera puede hacer algún oficio muy bien de manera fría y mecánica tal cual una máquina; sólo un ser humano puede aportar a otro ser humano en la construcción de una autoestima saludable a través de un abrazo, una sonrisa, una mirada y, lo más importante, palabras de afirmación y reconocimiento que hagan que cada receptor se sienta lo que en realidad es: un ser único, diferente y valioso. Nótese que hablo de una autoestima saludable y no digo una autoestima alta, eso es intencional porque, si no lo hacemos así, corremos el riesgo de llevarlos a la soberbia. Quiero enfatizar en la importancia de la autoestima saludable porque veo mucha gente adulta que la tiene baja, eso lo transmiten a sus hijos y los hijos, por supuesto, lo harán con sus hijos, convirtiéndose en un problema generacional. "La autoestima baja es como conducir por la vida

con el freno de mano puesto", dice J. Maxwell y esto nos permite comprender por qué muchos no avanzan o lo hacen tan lento que parecería que la vida no les va a alcanzar para poder llegar a algún lugar.

Los tiempos también están difíciles para los jóvenes que encuentran cobijo en las ideologías que aparentemente expresan sus derechos pero que en el fondo atentan contra ellos, no contra los jóvenes propiamente aunque en muchos casos también, sino contra sus propios derechos. La información distorsionada o los discursos a medias son ejemplos de atropello, pues lamentablemente, cuando pasa el tiempo y viven experiencias que quisieran borrarla de su currículo, se dan cuenta de que fueron engañados, les arrebataron el derecho a decidir contando con la información clara y completa. Algunos ejemplos son los discursos políticos que no muestran toda la historia, cambian personajes o borran episodios transcendentales o también podemos hablar de la educación sexual sesgada, ella desvinculada de valores, de

moral y de principios hace que entreguen su cuerpo sin valorarlo, lo que por supuesto a la larga afecta a la autoestima, pues notan que los demás ya no los valoran como lo hacían al principio. Es tan importante valorarnos a nosotros mismos siempre porque, si nosotros no lo hacemos, el mercado no aumenta nuestro valor (esta verdad en la mayoría de los casos la constatan los jóvenes cuando ya es tarde).

Y qué podemos decir de los mayores, quienes, al igual que los niños o los jóvenes, también están viviendo tiempos difíciles, personas inmersas en el mundo laboral desde hace décadas, padres y madres de familia que viven absolutamente temerosos de dar el siguiente paso porque el temor al fracaso, a la pérdida, al qué dirán, al rechazo o cualquier otra cosa que les murmure en su mente que no pueden, que no tienen o que no valen hace que su autoestima se enferme cada día más, forzándose a seguir andando con el freno de mano puesto, corriendo el riesgo de fundir el motor de su vida y de quienes los rodean también.



## MODA

Elegancia y calidad de la mano de la línea Zagal de Almanza. **Pág. 10**

## Salud

Alcon llega a Bolivia bajo la representación de SAE. **Pág. 8**

## Medio ambiente

Reviven la tierra en Carcaje con un proyecto de producción de hortalizas. **Pág. 14**

## Destinos

Jinchu Muruni: la laguna escondida atrae por su extraordinaria belleza. **Pág. 16**

## STAFF

# OH!

### Director de Los Tiempos

Marco Zelaya

### Jefe de Redacción:

Luis Fernando Avendaño

### Editora de OH!

Geraldine Corrales Arandia

### Periodista:

Rafael Sagárnaga (La Paz)

### Fotógrafo:

Hernán Andía

### Diseño y fotocromía:

Rafael Sejas A.

Alison Salazar B.

mail: [oh@lostiempos-bolivia.com](mailto:oh@lostiempos-bolivia.com)

### Gerente Corporativa:

Gabriela Canelas Arze

### Gerente Comercial Nacional:

Yola Polo

### Impresión:

Editorial Canelas S.A.

### SEDE COCHABAMBA

PLAZA QUINTANILLA • CASILLA 525

Telf. piloto: 4254567

Gerencia: 4255835

Fax: 591 4 4254567

### Los Tiempos

e-mail: [webmaster@lostiempos-bolivia.com](mailto:webmaster@lostiempos-bolivia.com)

### OFICINA REGIONAL SANTA CRUZ

AV. SAN MARTÍN ENTRE 3 Y 4 ANILLO  
CALLE H.-EDIF. YOU-OF. 119

Cel.: 591 60706779 • 591 67792777

Fax: 591 3 335152

### OFICINA REGIONAL LA PAZ

EDIFICIO CÁMARA DE COMERCIO

PISO 13, OFICINA 1303

AV. MARISCAL SANTA CRUZ

Telf.: 591 2 2357142 • 591 61793777

Fax: 591 2 2357142

### Bolivia

### SÍGUENOS EN:



### Multimedia

Mira la galería de fotos en nuestra web:  
[www.lostiempos.com/oh](http://www.lostiempos.com/oh)



**ESPECIALISTA.** El terapeuta recomienda adquirir una disciplina postural en todo instante y especialmente en las actividades laborales. Advierte sobre los riesgos de acudir a personas no preparadas.

# Carlos Diamond:

## “De cada 2 mil personas, sólo una no sufre de dolores de columna”

**T**exto: Rafael Sagárnaga L.  
Fotos: Cortesía del entrevistado

**U**n problema de salud muy frecuente lo constituyen los diversos dolores y desviaciones de espalda. El especialista Carlos Diamond Rivero conversó con OH!, brindó consejos y advertencias.

—**¿Cuáles son los dolores o problemas más frecuentes en la espalda?**

—Son los de cintura, pero también se presentan las dorsalgias que se producen en la espalda media y cervical. En la parte cervical pueden causar dolores de cabeza, migrañas, trastornos del aparato vestibular, o sea, mareos y hasta que la persona pierda el equilibrio inclusive.

—**¿Cómo se producen estos problemas que se han vuelto tan frecuentes?**

—De cada 2 mil personas, sólo una no sufre de dolores de columna, o sea, tienen la columna totalmente alineada. No tienen dificultades y gracias a ello frecuentemente el organismo funciona perfectamente, los órganos internos trabajan bien. La columna no es como un palo; es una vara que siempre va a buscar equilibrar la cabeza. Buscará que la cabeza esté en una posición vertical y los ojos estén mirando en una forma horizontal. Tenemos tres ejes que son bien importantes: el eje de la cintura, el de los hombros y el eje de la columna.

Cuando pasa un tiempo de estar en determinadas posturas, por ejemplo, sentarse, sobre una pierna para estar más cómodos, se va desviando la columna. Tam-

bién la forma de pararse influye. Hacer más apoyo solamente en una pierna repercute en una basculación de la pelvis y las vértebras. Como las personas se han vuelto más sedentarias, ya no hay un trabajo de campo, los músculos están débiles para las vértebras. Volviendo al ejemplo de sentarse sobre una pierna, es como sentarnos sobre una billetera, en un determinado ángulo produce que una determinada fuerza muy sutil vaya rotando las vértebras.

Si la columna comienza a desviarse, entonces vamos a notar esa flexión en los hombros y en las caderas. Una cadera se hace más prominente que la otra, una clavícula, si uno se ve en el espejo, es más visible que la otra. Puede ser que ya una vez que ya esté afectando, la caja torácica empieza a rotar. Y en esa rotación ya está implicando al funcionamiento de los órganos, o sea, va desplazando algún órgano. Lo más común es que se desplace al lado izquierdo entonces la caja torácica del lado izquierdo,

—**¿Puede ampliar sobre otros efectos en los órganos?**

—Sí, por ejemplo, las costillas son más elevadas que las del lado derecho, en ese desplazamiento, presionan más sobre el hígado, sobre la vesícula biliar y ejerce cierta presión sobre el lado del corazón. También influye en el aparato digestivo y en las mujeres puede repercutir en el aparato reproductor y producir quistes en los ovarios.

—**Escuché que también hay problemas a partir del parto. ¿Qué tan frecuentes son?**

—Si es que la madre da a luz de forma natural y ella tiene una cadera más ancha



**TERAPEUTA.** Juan Carlos Diamond tiene más de 20 años de práctica en su especialidad.

que la otra, el niño al momento de salir se produce una rectificación en la parte lumbar. Es como una lordosis, como una cucharita. Entonces eso se rectifica, y hace que el coxis empuje al niño a través de la vagina para que salga y en la sínfisis púbica cuando hay una rotación se produce más o menos el sello: ese niño nace con la misma desviación que tiene la madre.

Si son partos secos, partos duros, entonces muchas veces las parteras lo sacan como desatornillando. Entonces le arruinan la vida al bebé. Pero la mayor parte de esas situaciones ya no existen, ya que se ha hecho del parto una especie de enfer-

medad porque ya no son partos naturales, son cesáreas. Entonces suelen surgir problemas después de la cesárea. Si el anestesista no le ha pillado bien el lugar al nervio, al anestesiarse el nervio ha dañado un poco el disco. Ese disco después está picado y va presionando sobre el nervio. Luego, habrá que tratar ese tipo de dolencias.

—**¿Qué tan frecuentes son las famosas escoliosis?**

—Son muy extrañas las personas que no sufren de escoliosis, una de cada 2 mil. Casi todo el mundo sufre. No tener dolores de espalda no significa no tener esco-



**TERAPIA.** El especialista en una de las sesiones con sus pacientes.



**CONSULTA.** Diamond realiza terapias tanto para superar dolencias como para corregir desviaciones de la columna.

liosis. Hay gente que ha crecido con desviación severa de la columna y no ha tenido dolores. Pasa que ha compensado, sus órganos ya se han acomodado, se han ubicado de otra forma, y no tienen dolores. Pero también son pocos casos, entre el 5 y 6 por ciento de la población mundial.

Hay dos tipos de desviaciones de la columna: en S y en C, ambas son nefastas. Todas las escoliosis siguen rotando. Por eso nosotros le decimos roto escoliosis. Es necesario acomodar. Recomiendo enfáticamente ir donde gente que haya estudiado, que tenga un certificado de estudios, que haya estudiado quiropraxis. No se debe probar suerte con los hueseros. Un quiropráctico sabe qué manipulaciones hacer.

**—¿Qué me dice sobre otro tipo de causas que afectan a la columna como el uso de mochilas o algunos hábitos y hasta oficios que lastimen la columna?**

—Hay muchos, por ejemplo, ahora, el manejo de celular. No tiene que ir la cabeza al celular, es el celular que debe ir a la al-

tura de la cara para que haya la menor inclinación posible de la cervical, para evitar migrañas. La gente que trabaja con computadora, por higiene postural, debe tener el monitor a la altura contra una ventana para no dañar la vista, cosa que pueden ver por encima del monitor, lejos y solamente bajar la vista, bajar los ojos y ver el monitor cerca.

En el caso de la mochila, al cargarla sobre un hombro, en general, el cargar pesos mal, el levantar mal los pesos. Otra causa, el estar en posiciones incómodas por ejemplo para trabajar. Siempre recomiendo acomodar bien su instrumento de trabajo en la posición más cómoda y que no le vaya a perjudicar. Siempre hay que llevar pesos similares. Si tienes que llevar una arroba de papa, por ejemplo, puedes dividir la arroba en dos bolsas, la mitad en cada lado, para mantener el equilibrio sobre la columna, para no dañarla.

**—¿Qué consecuencias trae el no tratarse estos problemas de la columna?**

—Una escoliosis mal diagnosticada, mal

tratada se puede hacerse más crónica. Con la edad, al no tener actividad física, la persona debilita sus músculos, y si piensa que utilizando fajas lo evitará, sólo va a debilitar más los músculos.

He visto un caso fatal por mal utilizar el corrector de postura. El corrector de postura sólo sostiene y se apoya en la estructura ósea. En Europa no te venden eso porque en la farmacia dice “no se use más de una hora a hora y media al día”. Es sólo para trabajos de fuerza, no la puedes comprar en cualquier calle.

Es necesario que alguien te recomiende; yo no recomiendo usar eso. Recomiendo tratar el problema. Otra cosa es que la escoliosis hasta hace 50 años era idiopática, de causa desconocida. Desde que conocí el instituto, es más, desde que a mí me trataron, entendí que la escoliosis no es idiopática; uno sabe de dónde viene.

Entre las consecuencias principales está el dolor, porque no se cura solo, no se va a pasar. Si alguien tiene algún dolor de espalda puede cambiar de sentido, se mueve la escoliosis, cambia el dolor como zigzag, a lo largo de la columna. Trabajan dos fuerzas: la de la gravedad y la de tu peso, son dos fuerzas sobre un mismo punto, y cada punto que no esté alineado se convierte en un punto de dolor. Es lo que agudiza y hace más dolorosa la molestia de la espalda.

**—¿Cuál es el tiempo promedio del tratamiento?**

—Cuando hay una desviación de la columna, yo trabajo para revertir para conseguir los resultados que tengo. Entonces tengo que trabajar y hacer tratamientos continuos de siete meses, de un año. A veces tuve pacientes de hasta cuatro años de tratamientos. Pero esa gente no viene porque le sobra la plata, sino porque va viendo los resultados a lo largo de las sesiones de tratamiento.

A propósito, lamentablemente, las autoridades no han contemplado la contra-

tación de terapeutas que traten estos problemas en los seguros sociales. Me parece que es una importante falencia.

**—¿Qué recomendaciones generales puede dar para evitar estos males?**

—Hay que hacer trabajo postural, por ejemplo, pararse recto en las dos piernas, no estar bailoteando, que se cansó la una o la otra pierna. Si aprendes a parte bien, no tienes ese cansancio sobre una pierna u otra. Si estás bien parado, el peso de la cabeza debe viajar a través de la columna vertebral asentándose, la séptima vértebra cervical baja a través de toda la columna y se asienta sobre el sacro. Eso es lo ideal, así está diseñado el cuerpo para que sea de esa forma.

Hay que cuidar la postura. Al sentarse, hay que hacerlo sobre los isquiones, como se sientan los asiáticos cruzando las piernas. Hay que sentarse al filo de la silla, nunca apoyarse sobre los codos, nunca si te apoyas en los codos cuando vas adelante, pero no tienes que usar los brazos para apoyarte en los sillones. Nunca recostarse sobre un sillón de costado o para ver la novela o las noticias, siempre mantener la postura.

Cuando cruzamos la pierna, al subir la rodilla sobre la otra se produce una retroversión de la pelvis, o sea, la pierna que siempre llevas encima de la otra, suele ser siempre una, no cruzas ambas piernas por igual, una te resulta cómoda y la otra incómoda. Crea una rotación que se llama retroversión del iliaco y eso es muy doloroso.

**—En este tipo de terapias hay gente que se asusta por los chasquidos, presiones y demás. ¿Son riesgosos?**

—Hay una teoría que hasta ahora prevalece que, cuando se hacen las manipulaciones, se hace “crack, crack”. Son bolsas de aire que hay en los discos, dicen que es eso; hay otra que, por ejemplo, puede ser los discos tienen una especie de tapita al girar eso que son los puntos de apoyo sueñan. Ninguna manipulación bien hecha podría causar severas consecuencias.

Una manipulación hecha por un especialista con estudios nunca debe repercutir mal. Hubo un caso en La Paz hace cinco años que varios muchachos se reunieron a practicar manipulaciones. Se ofreció una muchacha para ser objeto de la práctica, y la mataron. Fueron alumnos de fisioterapia y acabaron en la cárcel.

## Perfil



Juan Carlos Diamond Rivero es médico miembro de la academia Akahige del Japón.

Maestro del Instituto Internacional de Medicina Preventiva del Japón. Miembro cofundador de OMSI (Organización Mundial de la Salud Integrativa) con afiliados de más de 40 países. Miembro de Doctors Federation for the World.

**Emergencia.** Tras años de resistencia, las comunidades y activistas ceden terreno mientras alertan sobre graves peligros. Mientras tanto, las autoridades contradicen los ejes más destacados de su discurso político.

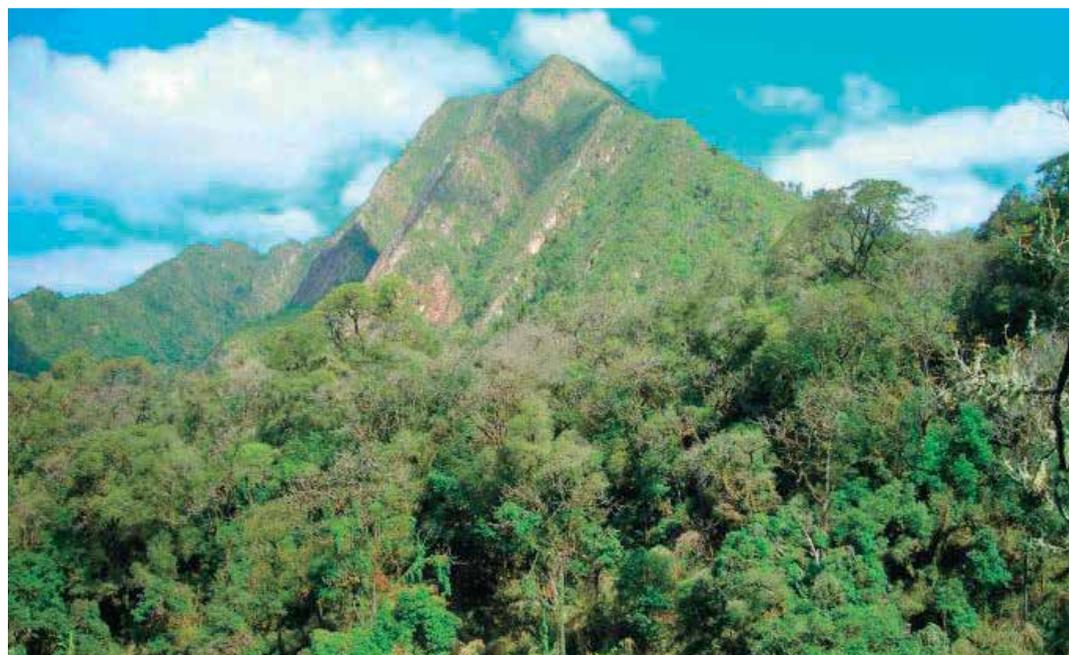
# TARIQUÍA: EL VIRTUAL ASALTO PETROLERO AL PULMÓN TARIJEÑO

📍 | **Texto:** Rafael Sagárnaga L.  
**Fotos:** Sernap y Rafael Sagárnaga L.

**V**isitar el Cajón de Tariquía equivale a ingresar a una piedra gigantesca de cuyo centro brota agua cristalina en abundancia. El entorno se halla adornado por miles de árboles que realizan su mejor presentación cuando florecen. El calor y la humedad que predominan han convertido las pozas naturales en el oasis de excursionistas. Es proverbial su fama entre los pescadores de Bolivia, Argentina y más allá porque centra nutridos cardúmenes de surubíes, bagres y gigantes robales. Pero en años recientes y con cada vez más intensidad crece la amenaza de que las aguas y la fresca neblina del Cajón se enturbien.

Esta megarroca que encajonó (de ahí el nombre) al río Tarija a 65 kilómetros al noroeste de la ciudad de Bermejo se halla en Tariquía. Y Tariquía es oficialmente la reserva nacional de flora y fauna, pero, técnicamente, además, está considerada una “fábrica de agua” y un pulmón regional: el “pulmón tarijeño”. De hecho, el Servicio Nacional de Áreas Protegidas (Sernap) justifica la creación de esta reserva bajo dos características centrales: “Conservar la biodiversidad del ecosistema de yungas andinos (bosque nublado) y de sus funciones ecológicas como la producción y purificación de agua de los ríos Bermejo y Grande de Tarija”. Sin embargo, nadie sabe si dentro de unos años la reserva seguirá cumpliendo sus valiosas funciones.

Las autoridades decidieron, contra todo reclamo y varias normas, buscar “el ex-



**BIODIVERSIDAD.** La cumbre de los alisos, otra de las notables áreas de Tariquía.

cremento del diablo”. Así llamaba a los hidrocarburos el venezolano Juan Pérez Alonzo, uno de los fundadores de la Organización de Países Exportadores de Petróleo (OPEP). “No es oro negro, es el excremento del diablo”, corregía, tal cual cuentan los estudiosos del tema. Por millonésima vez, ahora en la comunidad de El Cajón, ubicada a tres kilómetros a la megarroca y sus abundantes aguas se confirma que no se equivocó.

## MATONAJE PROGAS

“Les han cerrado el paso a los comunarios de El Cajón para no dejarles ingresar a su propia comunidad —denunció en abril María Teresa Rojas, representante de la Asamblea de Derechos Humanos—. Están contra las cinco familias que viven en la zona, incluso contra la fundadora de la comunidad. Y lo hacen

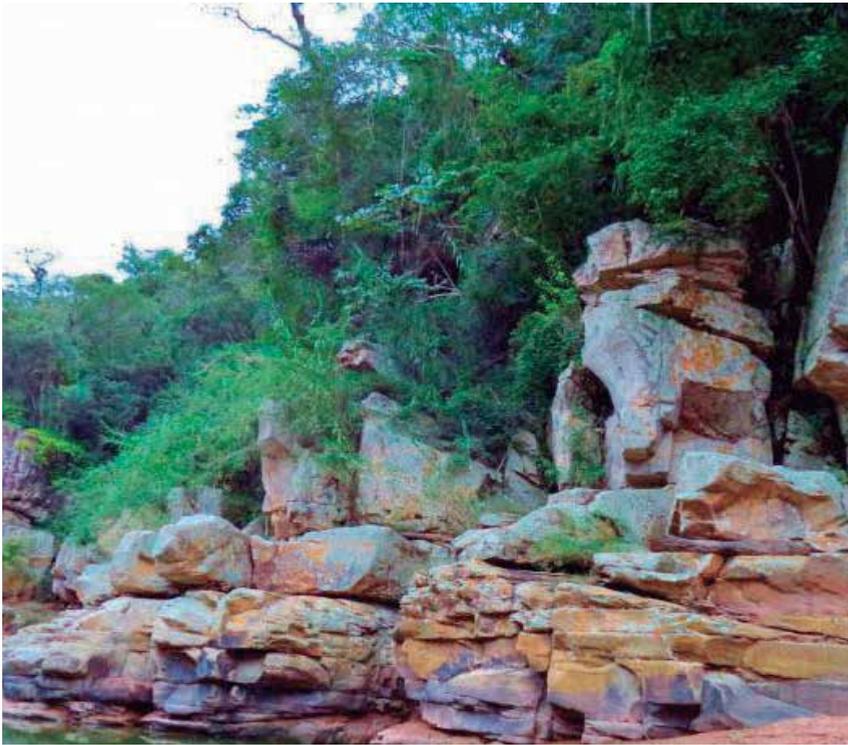
sólo porque estas familias están en contra del ingreso de las petroleras. Son personas ajenas a la zona que no tienen sus casas ahí quienes les agreden así. Vulneran derechos fundamentales”.

Los comunarios afectados mencionaron incluso presiones más violentas. Según el relato, los actos de matonaje contra cinco de las seis familias de El Cajón incluyeron golpizas e intimidaciones contra los comunarios. Asimismo, en lo que otrora era una comunidad apacible, incursionaron ladrones de ganado vacuno y porcino en unos casos. En otros, alguien simplemente disparó contra las vacas, haciendo que éstas se lesionen y quiebren patas en su huida. Los pobladores de El Cajón apelaron a las autoridades y diversas organizaciones humanitarias. Pero, poco a poco, parecen resignarse a las presiones.

“Mucho andamos queriendo defender y buscando ayuda de la gente y para que venga —relata Bernarda (nombre ficticio)—. Fuimos donde los activistas, como les llaman, pero casi ni se han movido. Apenas vienen, hablan, se sacan foto, me hacen hablar, me hacen propaganda en las redes sociales. Pero cuando volvimos a casa teníamos todo en contra y a nadie que nos apoye. Nos vimos como perros, a una de las comunarias más antiguas le llegó a dar preembolia. Así que dije: ‘Como no hay nadie que me defienda, me quedaré callada’”.

## MÁQUINAS EN EL BOSQUE

Desde septiembre, a menos de un kilómetro de donde habitan las familias de los comunarios, se empezaron a emplazar las instalaciones petroleras. La zona ha sido clasificada como el bloque Astille-



**EMBLEMA.** El Cajón es uno de los lugares más famosos de Tariquía.



**SINGULAR.** Diversas zonas de Tariquía son recorridas a caballo, su biodiversidad obedece al límite entre el Chaco y los valles andinos.

ro, donde se han iniciado obras civiles de lo que serán los pozos exploratorios. “Han abierto camino ancho como de ocho metros —dice Bernarda—. Hay una planchada aquí abajo y hay otras dos más arriba al otro lado, cantidad de movilidades están entra que sale. Parece que dos serán para perforar y una para campamento. Luego también le están saltando más allá, a Churumas. Si eso más hacen, adiós Tariquía”.

En Churumas ha sido ubicado otro bloque para la exploración de hidrocarburos. Según la zonificación establecida hace más de 20 años, los dos bloques —Churumas y Astilleros— se hallan en pleno núcleo de la reserva de Tariquía. Es decir, están ubicados en la “zona de protección estricta”, la que merece más cuidadosa preservación. La sola construcción de los caminos de ingreso y compactación de terrenos desarrolladas hasta la fecha suman una serie de irregularidades y violaciones a las normas. Llegan más problemas. De acuerdo al cronograma de la empresa YPFB Chaco, la perforación del primer pozo debe iniciarse en el corriente noviembre.

Para facilitarse las cosas, las autoridades realizaron una extraña y no del todo efectiva modificación. “Hubo un cambio del plan de manejo de la reserva, viciado de irregularidades, que hizo que un ter-

cio de la zona ‘núcleo’ forme parte de una zona de ‘uso moderado’ —explica el investigador Jorge Campanini, del Centro de Documentación e Información Bolivia (Cedib)—. Ahora señalan que, como no es zona núcleo, pueden operar. Pero, aun así, el Reglamento de Áreas Protegidas dice en las zonas de uso moderado no se puede realizar actividades extractivas. Hay una doble violación de la norma, evidente mala intención y más problemas”.

Aquellos cambios al plan, producidos en 2015, coincidieron con la notoria baja de la producción de gas y sucesivos fracasos en la búsqueda de nuevos reservorios. Luego, a partir de fines de 2016, los anuncios y primeros intentos de ingreso a la reserva desataron rechazos tanto de los comunarios como de otros sectores del departamento. Bloqueos, marchas y plantones que llegaron a enfrentamientos con fuerzas policiales y repercutieron en todo el país frenaron los planes hasta 2019. Tras dos años de conflicto y pandemia, las autoridades del nuevo Gobierno volvieron a la carga. Ahora sus objetivos comenzaron a cumplirse y se anuncia ya su plena consolidación.

#### ¿EL RIESGO MAYOR?

“De los cuatro bloques establecidos, uno de ellos, Astillero, ya entró en etapa de ini-

cio de operaciones —explica Campanini—. Para Churumas, tiene contrato con YPFB Chaco y se actualizó recientemente su licencia ambiental, es decir, se halla próxima a ser intervenida. San Telmo norte tienen contrato con Petrobras y, el 12 de septiembre, el Viceministro de Exploración dijo que está listo también para que se inicien operaciones. Mientras tanto, San Telmo Sur no tiene todavía actividad, pero sí un compromiso de que se negociará con la empresa YPF de Argentina. Es una situación de emergencia, los tres proyectos contra los que hubo tanta resistencia están en vías de materializarse, uno de ellos, en plena materialización”.

Así, en medio de una especie de desesperación extractivista, las autoridades lanzaron una de sus apuestas más caras. Según diversas voces, la incursión petrolera en la reserva nacional de flora y fauna no sólo pondría en riesgo esa riqueza más las aguas de importantes afluentes del Pilcomayo. Prevén que estaría en juego el “pulmón tarijeño”. Advierten que se arriesga “la fábrica de agua”, generadora de “ríos aéreos que convierten en valle florido, lo que, sin ellos, sería casi un desierto.

“La característica de este ecosistema es su gran cantidad de agua porque recibe vientos que prevalecen en un solo sentido —explica Alexis Solaris, activista de la organización Acción Humanista Revolucionaria (AUR)—. Los vientos llevan sus nubes hacia las montañas y como las nubes chocan se elevan progresivamente, entonces el agua se condensa y desata grandes precipitaciones. Además, siempre hay agua porque el tupido bosque, los miles de árboles, transpiran en todo momento. Tariquía está cerca del valle tarijeño, a algo más de 100 kilómetros, entonces lo fertiliza, lo que marca ese proceso maravilloso”.

Claudia Oller, miembro de la organización medioambiental Prometa, ha señalado a la publicación MongaBay: “A Tarija le favorecen los ingresos de frentes fríos y cálidos que provienen del Atlántico y que llegan de Tariquía e ingresan por el cañón del Angosto y chocan con la cordillera de Sama”. Solaris explica que es en ese momento, cuando las nubes chocan con la cordillera de Sama, que se encuentra al norte, que se completa el ciclo hidrológico en Tarija que crea las fuentes de agua. Advierte además que las consecuencias de su alteración afectarían a una zona mucho más vasta que el propio departamento de Tarija.

Las explicaciones de Oller y Solaris coinciden con las del experto alemán Stefan Cramer. El destacado hidrólogo germano alertó que existe el riesgo de una gran sequía en el Valle Central de Tarija si se deforesta el bosque de la reserva de Tariquía. Cramer, en un foro organizado por el Cedib, Cáritas y organizaciones campesinas, calificó a Tariquía como una “bomba de agua”. Explicó que el área protegida constituye un generador de lluvias que se infiltran en los suelos para recargar los acuíferos subterráneos que abastecen a las fuentes de agua.

#### LUZ VERDE A PETROLERAS

Pero, pese a las advertencias y a una todavía latente resistencia, la embestida petrolera, que ya anuncia trépanos, con-

tinúa. En declaraciones al diario *El País*, el viceministro de Exploración y Explotación, Raúl Mayta, criticó a quienes se oponen y los tildó de desinformados. Recordó además que las empresas aguardan el ingreso por una cláusula de fuerza mayor que se firmó en los contratos del año 2019.

“Esta fuerza mayor —del 28 de junio de 2019— es por el conflicto social de algunas cuantas familias que se oponen al trabajo que se está realizando —explicó—. Gente desinformada por externos, por ONG, gente violenta que no ha dejado realizar operaciones en el área bajo el argumento de que destruyen la fauna, la flora, el medioambiente”. Mayta luego explicó que las exploraciones no causarán daño ambiental porque se manejará el proyecto “con absoluta responsabilidad social y ambiental”.

Hasta el presente, las autoridades del área no han brindado entrevistas sobre el tema a prácticamente ningún medio. Recurrentemente han señalado que el área afectada no llega al 1 por ciento de la reserva. Sin embargo, el área comprometida por bloques, de acuerdo a los propios mapas presentados, implica a 128.083 de las 246.870 hectáreas que tiene la reserva.

#### MÁS INTIMIDACIÓN

Eso sí, la presión que se ha impuesto a los proyectos ha ido más allá de los propios comunarios. “Hace cuatro meses, fuimos varias parlamentarias, como Luciana Campero, Centa Reck, Luisa Nayar y activistas al sector sur de la comunidad El Cajón —cuenta la senadora Cecilia Requena—. Comprobamos una apertura significativa de la carretera para que entre maquinaria pesada al núcleo del parque, y sé que las cosas han ido empeorando. Entraron destruyendo todo a su paso, una deforestación marcada de la que hay fotografías. La empresa impuso trancas en la zona y aún los legisladores teníamos que darles explicaciones”.

No sólo eso. Lo más crítico, según relata Requena, vino después. Al salir de la inspección la comitiva fue objeto de amedrentamientos. “Empezó a llegar gente, así como grupo de choque, que no vive en la reserva, en decenas de motocicletas —recuerda Requena—. Se ha denunciado que es gente a la que le han prometido tierras dentro de Tariquía. Se apostaron a la salida, se acercaron y estaban como tratando de agredir a dos de las parlamentarias que iban el primer vehículo, nos intimidaron. Luego, en otro momento, la propia empresa hizo que nos detuvieran en una tranca y nos filmaron de manera ostentosa, como si fueran dueños del lugar”.

En 2018, cuando las protestas eran alternadas con negociaciones que planteaban las autoridades, una delegación tariqueña fue a recorrer el Aguara Güe. Visitó la zona donde hoy se agotan los megacampos gasíferos que se explotaron en los últimos 25 años. A su retorno, la resistencia se hizo más férrea. El balance se resumía en unas cuantas palabras que sintetiza Solaris: “Surgieron zonas contaminadas y hay gente muy pobre en diversas zonas del Aguara Güe. En toda Tarija, todos protestan porque no se sabe a dónde fue la plata del gas. ¿Y si ahora pasa lo mismo y, encima, le quitan el agua a Tarija, qué haremos?”.

**FRESCO Y NATURAL.** Para esta temporada se propone el uso de colores claros que mantengan la naturalidad del rostro.

# FRESH FACE, LA PROPUESTA DE ADORE

📍 **Modelos:** Ana María Gomes, Areli Gutiérrez y Mariela Boileve  
**Arreglo:** Adore/ Instagram: @make.up.adore  
**Peinado:** Jimena Núñez  
**Vestuario:** Iva Braga  
**Fotografía:** Raúl Ramírez

**A**dore, consue propues- ta denomi- nada Fresh Face, pre- senta para esta tem- porada la tendencia en tonos pasteles, monocolors, bicolors, ade- más de colores ahumados definidos con el objetivo de lograr un impacto minima- lista y original.

Entre los aspectos que des- tacan están las pestañas que juegan un papel importante, pues le dan a look volumen y definición.

En cuanto a la piel, se man- tiene la frescura y natura- lidad que exige la temporada. El color de los labios puede convertirse en el centro del maquillaje o bien acompa- ñar a la intensidad que se logra en los ojos.

Para completar el estilo, los peinados son fundamen- tales. La tendencia es lo natu- ral con mucho movimiento y suavidad.

Adore propone looks dife- rentes, pero sin dejar de lado los rasgos de las personas que buscan un buen maquillaje.

Por este motivo, también es importante que quienes se maquillen comuniquen las características del evento al que asistirán y el tipo de ma- quillaje que desean, en cuan- to a que sea más elaborado o algo más natural.



**MAQUILLAJES.**  
 Las propuestas para la temporada priorizan colores pasteles para las sombras en los ojos y rostros más naturales.



# ALTA TECNOLOGÍA, SEGURIDAD Y RESULTADOS DE LA MANO DE BODY AND BEAUTY

**B**ody and Beauty inauguró la semana pasada sus renovados ambientes para la atención personalizada, garantizada y con la mejor tecnología para el cuidado de la piel.

La propietaria Verónica González dijo que el emprendimiento nació hace casi seis años con la premisa de ser un centro integral de belleza que permita a hombres y mujeres mejorar su calidad de vida, estética y su salud a partir del tratamiento personalizado, con los mejores equipos y en ambientes adecuados.

A través de los años, Body and Beauty ha presentado innovaciones en el cuidado de la piel facial y corporal. El escáner facial y la depilación definitiva con láser 3D son los servicios más requeridos.

González recuerda que el emprendimiento se fue proyectando con el paso del tiempo y el uso de tecnología certificada y segura les otorgó un aval en la calidad de atención que ofrecen.

Esto permitió que Body and Beauty inaugure nuevos ambientes con nueve gabinetes construidos adecuadamente para la comodidad de sus clientes.

La propietaria valoró la importancia de que los ambientes y los equipos cumplan con las normas de higiene y salubridad que están establecidas para una óptima atención.

Su proyección

González que es dermatocosmiatra trabaja junto con un equipo de profesionales fisioterapeutas, especializados en dermatofunción, por lo que destaca la atención con calidad y calidez.

La apuesta de invertir en Cochabamba es sólo el inicio del trabajo de Body and Beauty, puesto que los planes de proyección están enfocados en la apertura de sucursales en el interior del país. En todo caso, la premisa es mantener el concepto de la empresa de mejorar la calidad de vida, salud, estética y autoestima de las personas.



**APERTURA.** La reinauguración de los nuevos ambientes de Body and Beauty.



## LOS SERVICIOS

- Depilación definitiva con láser 3D (Cristal 3D)
- Criolipólisis con criofusión (modelado corporal sin cirugía)
- Crioradiofrecuencia (tensado inmediato de la piel para mejorar la flacidez)
- Equipo de presoterapia (mejora la circulación, la retención de líquidos y celulitis)
- Sonoforesis 3D, fotobiodomodulación, electrolipólisis, vacuum led, mesoterapia virtual, ultracavitación, láser de baja potencia, ultrasonido, HiMfu, electro fortalecimiento australiano (mejoran el contorno corporal, eliminan la grasa, levantamiento de glúteos, mejoran la flacidez muscular y de la piel).

### Tratamientos faciales:

- Escáner facial (equipo europeo que permite el análisis preciso del estado de la piel para realizar tratamientos adecuados).
- Tratamientos de rejuvenecimiento de la piel
- Tratamientos para la hiperpigmentación
- Tratamientos para el acné y secuelas de acné
- Micropigmentación oncológica (reconstrucción de la areola mamaria para pacientes que superaron el cáncer)
- Micropigmentación de cicatrices y estrías
- GeneO (equipo Israelí para tratamientos faciales. Exfolia, oxigena y rejuvenece la piel con ayuda de ingredientes naturales)
- E-Pulse Bike (bicicleta con termoregulación que ayuda en la recuperación articular y muscular. Ayuda en la pérdida rápida de peso, disminuye la adiposidad y celulitis, promueve una buena circulación, acelera el metabolismo. Favorece también a deportistas, ya que mejora la resistencia y la tonificación.
- Ducha solar SMART solarium LED COLLAGEN (bronceado rápido con estimulación de producción de colágeno para evitar el envejecimiento de la piel)
- Tratamientos posquirúrgicos con profesionales especializados.



**Body & Beauty**  
Centro Integral de Belleza



Dirección: Calle Man Césped esquina Enrique Arce #309  
Celular: 76925175 - 62627909 - 77410068

Gerente administrativo: Renzo Espinoza

[bodyandbeautybolivia](https://www.facebook.com/bodyandbeautybolivia)

[bodyandbeautybolivia](https://www.instagram.com/bodyandbeautybolivia)

**Salud.** La empresa presentó productos quirúrgicos y para el cuidado de la vista como parte de su portafolio médico.

# ALCON: TECNOLOGÍA AVANZADA E INNOVACIÓN CIENTÍFICA PARA LA SALUD OCULAR

**S**egún datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en la actualidad, alrededor de 2.200 millones de personas en el mundo sufren algún tipo de discapacidad visual y eso implica que cada minuto una persona en el mundo queda ciega.

En Bolivia, las cifras son considerables, ya que al menos 1,3 millones de personas tienen problemas de visión. Frente a este escenario y a través de South American Express (SAE), ingresa al mercado el líder mundial Alcon. Con una oferta de soluciones de alta gama para el cuidado de los ojos, puede tratar las afecciones en cada etapa y así ayudar a mejorar la calidad de vida.

Alcon fue presentada a todos los médicos especialistas activos en la salud visual durante el Congreso Boliviano de Oftalmología, organizado por la Sociedad Boliviana de Oftalmología. En el evento se instalaron simuladores de última generación para el entrenamiento de cirujías oculares con la línea médica. Además, en el encuentro participó gerente general de Alcon para el cluster de América Latina, José María Burneo.

El ejecutivo explicó sobre la presencia de la empresa en el mundo y ahora también en Bolivia.

“Construimos nuestro liderazgo sobre una herencia que abarca más de 75 años ayudando a las personas a ver de manera brillante, que se basa en una profunda experiencia en el cuidado de los ojos y relaciones duraderas con los profesionales del cuidado visual”, afirmó.

Al mismo tiempo, dijo: “Bolivia al



ser un país de más de 11 millones de habitantes tiene la necesidad de contar con las soluciones visuales de tecnología más avanzada, por esto, Alcon decidió, hace algunos años, iniciar el proceso de lanzamiento que llega en este momento a través de la alianza con SAE para la distribución de nuestro portafolio en todo el país”.

#### SE UNEN POR LA SALUD VISUAL

Alcon llega a Bolivia de la mano de SAE, una alianza que permite unir la excelencia en la distribución y la alta tecnología para ofrecer las más

modernas soluciones para la salud visual con cobertura en los nueve departamentos y, de esta forma, asegurar una mejor calidad de vida para la población.

Con la representación de la marca, SAE reafirma su solidez, liderazgo y sus más de 37 años de experiencia en el sector de productos y equipos médicos, al mismo tiempo, que busca potenciar la industria en el país. Para el gerente general de SAE, Oliver Dueri, la introducción de Alcon a Bolivia significó una gestión de más de un año, por los procedimientos que estos productos

#### EQUIPOS. La presentación de los novedosos aparatos de la empresa Alcon.

demandan para su recepción en el país. En cuestión de la distribución, explicó que esta supone mayor tecnología tomando en cuenta las cadenas de frío para su traslado, entre otros importantes requerimientos que son cubiertos por la empresa líder en el mercado farmacéutico boliviano.

Respecto al aporte que generará la llegada de los productos Alcon al mercado boliviano, Dueri indicó que “desde SAE vimos la necesidad de poder contribuir a mejorar la salud visual de la población boliviana con tecnología de punta para tratar

diferentes patologías, como cataratas, síndrome de ojo seco. Ahora ya podremos hacerlo junto a la marca global más importante del tratamiento de la visión que ya se encuentra al fin en Bolivia”.

**DOS DIVISIONES, SURGICAL Y VISION CARE**

La compañía Alcon en líder del mercado mundial en el cuidado de la vista, actualmente posee el más amplio portafolio de productos con negocios complementarios en cirugía y cuidado de la vista (Vision Care). El primero se refiere a las mejores plataformas de equipos de su clase, lo que incluye equipos para cirugía de cataratas, vitreorretiniana y refractiva, así como lentes intraoculares de tecnología avanzada. El segundo llega con una amplia gama de lentes de contacto desechables, reutilizables y que mejoran el color todos los días, y una cartera completa de productos para la salud ocular. Se incluyen productos para el ojo seco, alergias oculares y cuidado de lentes de contacto, así como vitaminas oculares y calmantes para el enrojecimiento.

Burneo indicó que en la especialidad quirúrgica estarían ingresando alrededor de 2.100 unidades, las cuales pertenecen a las diferentes familias de productos registrados



**PRESENTACIÓN.** Ejecutivos representantes de SAE y Alcon.

para su venta comercial en Bolivia, como lo son lentes intraoculares y consumibles tanto para cirugías de retina como de catarata. Con res-

pecto a Vision Care, los productos que se esperan provienen de la familia Systane, lágrimas artificiales para el cuidado ocular.

**ACERCA DE ALCON**

Alcon es líder mundial en oftalmología. Según su portavoz, José María Burneo, esto se confirma con los países donde tiene entidad legal y/o distribución. “En Alcon, invertimos aproximadamente 842 millones de dólares, 673 millones de dólares y 656 millones de dólares en investigación y desarrollo en 2021, 2020 y 2019, respectivamente. Solo en 2021, lanzamos 11 nuevos productos. Tenemos más de 100 productos en proceso de desarrollo, incluidos 30 que lograron una prueba de concepto positiva o se encuentran en revisión regulatoria”, señaló.

**PRINCIPALES PATOLOGÍAS Y AFECCIONES OCULARES**

Se estima que 1,3 millones de personas en Bolivia presentan problemas de pérdidas de visión, a nivel general se pueden puntualizar los siguientes datos:

- Ceguera: 60.804
- Discapacidad visual moderada y grave: 438.952
- Discapacidad visual leve: 384.385
- Visión cercana: 444.901
- Proporción de mujeres: 53% (Fuente: The IAPB Visión Atlas 2020).

**ACERCA DE SAE**

South American Express (SAE) es la compañía líder en importación, distribución y comercialización de productos farmacéuticos, cosméticos, suplementos alimenticios y dispositivos médicos en Bolivia. Trabaja 37 años en el país y cuenta con más de 700 ítems de productos de las líneas genéricas, de marcas, de higiene oral y ahora apoya al campo de la salud ocular con Alcon. SAE no solo se ha destacado por construir toda una logística para la distribución y venta de productos de alta calidad, sino también por las importantes actividades de promoción médica que realiza para aportar al mejoramiento de la salud y bienestar de los pacientes. Para conocer más acerca de SAE en Bolivia, visite: [www.saebolivia.com](http://www.saebolivia.com).

# Incrementan los casos de ojo seco por uso excesivo de dispositivos móviles

Experto advierte que el uso excesivo de dispositivos electrónicos como smartphones y tablets ha elevado los casos de ojo seco en niños y adultos. Ante este escenario, especialistas en salud ocular traen a Bolivia una solución que promete aliviar los síntomas de la enfermedad.

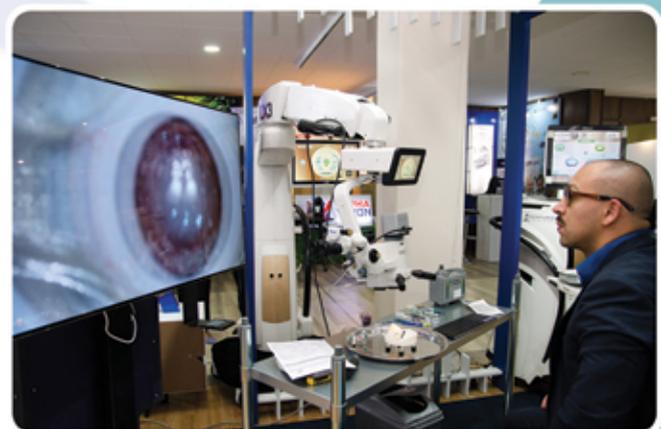
En el marco del XXIX Congreso Boliviano de Oftalmología el doctor Ivo Ferreira, oftalmólogo cirujano, explicó que el síndrome del ojo seco ha sido una patología bastante frecuente, sin embargo, actualmente se registra un incremento considerable, posiblemente debido, a que las personas están más tiempo observando sus dispositivos electrónicos, esto provoca que involuntariamente la frecuencia del parpadeo disminuya, como consecuencia la película lagrimal toma mayor tiempo en renovarse, y es cuando se produce la resequedad o inflamación de la zona ocular.

“Cuando uno está frente a una pantalla, parpadea cinco veces menos y eso es un gran problema; el ojo al parpadear cambia y mejora su lubricación, y si además le sumamos condiciones climáticas no favorables y mala higiene, es muy probable que se presenten síntomas del síndrome del ojo seco”

**Systane, una nueva lágrima oftálmica para la sequedad ocular**

El ojo seco es una enfermedad crónica que se puede tratar, y una de las soluciones para controlar esta afección es el uso de gotas humectantes. Para apoyar la salud ocular de las personas, South American Express- SAE, ingresa al mercado boliviano al líder mundial Alcon, con una oferta de soluciones de alta gama para el cuidado de los ojos, como los lentes intraoculares y consumibles tanto para cirugías de retina como de catarata. Por otro lado, la línea Vision Care contiene productos de la familia Systane, que son lágrimas artificiales para el cuidado ocular.

La tecnología avanzada de Systane ya está disponible para la población, bajo todas las normas de registro sanitario. SAE no solo se ha destacado por construir toda una logística para la distribución y venta del producto de alta calidad, sino también, por las importantes actividades de promoción médica que realiza aportando al mejoramiento de la salud y bienestar de los pacientes. Para conocer más acerca de SAE en Bolivia, visite: <https://www.saebolivia.com>



# ELEGANCIA Y CALIDAD PARA LAS GRADUACIONES

**OPCIÓN.** Te presentamos la mejor opción de nuestra nueva colección, ideal para aquel joven que es atrevido y aventurero, exactamente lo que los jóvenes de hoy pretenden ser.

**Estilo.** De la mano de Almanza, los jóvenes podrán elegir entre los diseños modernos que presentan para esta temporada.

**Modelo:** Gastón Asín  
**Fotógrafo:** Gustav Gegena  
**Vestuario:** Almanza  
**Producción:** Ivana Almanza - Dpto. Marketing  
**Locación:** El Cortijo

**E**l día de tu graduación es uno de los momentos más memorables en la vida, así que tu vestimenta debe estar a la altura de la ocasión. Como sabemos que la elección de los trajes de graduación es importante, presentamos Almanza Zagal. Esta línea se caracteriza por ser juvenil, elegante, de calidad y de corte entallado, además innova en el diseño y en los colores.

Los trajes Zagal son diseños modernos que te permiten tener todo el movimiento que necesitas, sin preocuparte de perder la comodidad y el look. Para consentirte, Almanza Zagal ha preparado la mejor selección de trajes para esta temporada.



**JUVENIL.** Un diseño de corte entallado es propio de la línea Zagal. Recuerda incluir accesorios que te darán un toque distinguido y elegante, por ejemplo, un pisa corbatas o mancuernillas.



**ELEGANTE.** Un traje confeccionado para la persona que quiere lucir impactante y que proyecta una gran personalidad.



**MODERNO.** La línea Zagal se caracteriza por vanguardista, ideal para los jóvenes que desean lucir su figura. Recuerda usar los accesorios exactos para que tu outfit sea perfecto.

**CLÁSICOS.** Los trajes Zagal son modernos y elegantes que permite realizar un combinado perfecto con los accesorios más compatibles con el look.



**VERSÁTIL.** Una prenda inspirada en el joven que quiere verse elegante y ligero, ya sea para un acontecimiento o para una reunión importante.



**PARA EL DÍA.** Si el acontecimiento será en la mañana, apuesta por tonos claros para un look casual. Algunas opciones que siempre funcionan son pantalones básicos color beige o azul, camisas lisas o con un estampado y un blazer casual.



**SALUD.** Una herramienta tecnológica basada en la Inteligencia Artificial permite medir en pocos minutos el nivel de estrés de una persona mediante el análisis de su voz.

# ESCUCHANDO EL ESTRÉS

📍 **Texto:** EFE  
**Fotos:** Cigna y Unsplash

**L**as causas del estrés son conocidas: cualquier hecho o pensamiento que nos haga sentir frustrados, furiosos o nerviosos. En la actualidad lo desencadenan sobre todo factores como el coste de la vida, la incertidumbre acerca del futuro, las finanzas personales y la alta carga de trabajo, según el estudio "Well-Being 360", de la firma en seguros de salud para empresas Cigna.

También se conocen los efectos de este trastorno consistente en la tensión física o nerviosa que experimentamos como reacción ante un desafío, demanda o situación agobiante, y que van desde reacciones psicósomáticas, o "manifestaciones físicas del dolor mental", hasta trastornos psicológicos severos como la depresión.

Sin embargo, diagnosticar el estrés, observando sus síntomas físicos y emocionales (inquietud, dolores de cabeza, falta de concentración, cansancio, problemas para dormir, malestar de estómago) y a través de cuestionarios y pruebas fisiológicas al paciente no siempre resulta sencillo, rápido y preciso.

Ahora, una nueva herramienta tecnológica, desarrollada por Cigna y considerada la primera de estas características, permitirá medir los niveles de estrés de una persona en pocos minutos analizando su voz y permitiendo visualizarlos en una pantalla informática, "haciendo visible este desorden invisible, que afecta al cuerpo y a la mente".

## LOS OÍDOS DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

"La herramienta 'Cigna StressWaves' (CSW) utiliza una tecnología innovadora que se basa en algoritmos informáticos y en el machine learning, una rama de la Inteligencia Artificial o IA, que permite que las máquinas aprendan sin ser expresamente programadas para ello", explica Ana Sánchez de Miguel, directora de Recursos Humanos de Cigna España.

El machine learning o aprendizaje au-



**INTELIGENCIA ARTIFICIAL.**  
Imagen representativa del registro y análisis de sonidos.

tomático, permite identificar patrones en grandes conjuntos de datos para hacer predicciones, clasificaciones e inferencias, y descubrir información clave, imitando la forma en la que aprenden los seres humanos, con una mejora gradual de su precisión.

En el caso del test CSW, esta tecnología de IA permite identificar patrones en los registros acústicos que se obtienen de una persona, requiriendo solamente que ésta hable ante un micrófono durante 60 segundos para poder captar y medir sus palabras, las pausas, la respiración y el tono de su voz, para realizar en base ello una lectura de su nivel de estrés, según De Miguel.

Señala que, para esta prueba, se le efectúan a la persona una serie de preguntas relacionadas con las causas que pueden estar produciéndole estrés, para ver cómo reacciona su cuerpo.

Son preguntas del estilo: "¿qué te ha estado preocupando últimamente?", "¿qué es lo que más te estresa ahora mismo?" o "¿cómo ha estado tu salud mental en las últimas semanas?".

## LA VOZ DELATA EL NIVEL DE TENSIÓN

Este sistema analiza la elección de palabras que utiliza la persona para responder y las detenciones que realiza al hablar.

"Tras completar la prueba del CSW, recibes por correo electrónico los resultados, así como una representación visual de tu nivel de estrés, el cual se puede encontrar entre uno de los siguientes cinco niveles: bajo, bajo-moderado, moderado, moderado-alto, alto", explica De Miguel.

Esta entrevistada señala que "aunque muchas veces no nos damos cuenta del nivel de estrés que estamos experimentando, esta tensión tiene efectos perjudiciales sobre nuestra salud".

Advierte que un elevado porcentaje de la población sufre niveles de estrés constantes que afectan a su salud y bienestar generándoles dolores físicos, fatigas, bajos estados de ánimo e irritabilidad, y que este problema va en aumento en el ámbito laboral, afectando cada año a más personas y elevando el riesgo de que sufran algunas enfermedades crónicas.

El estrés no sólo supone un problema de

salud para la sociedad que se refleja en la vida personal y en la laboral, sino que además es un importante enemigo para las empresas, según De Miguel.

En ese sentido, el nuevo test CSW puede ser una herramienta innovadora para que las empresas cuiden de modo proactivo la salud y la calidad de vida de sus empleados, utilizando la más alta tecnología para detectar, prevenir y mantener a raya los niveles de estrés nocivos, en opinión de esta directiva.

Para Sánchez de Miguel sería recomendable que las plantillas de trabajadores se hicieran la prueba del StressWaves "mensualmente, a principios o a finales de cada mes, para poder hacer un seguimiento adecuado de los niveles de estrés, aunque en algunos casos ese lapso podría ampliarse dependiendo del tipo de trabajo y empresa".

"Esto permitiría a las empresas ver cómo están sus empleados y tomar medidas en aquellos casos en los que se vea que los niveles de estrés se han disparado", concluye.



# FUBODE IFD, 25 AÑOS EN EL MERCADO FINANCIERO

da, el año 2008 inició su proceso de adecuación y luego de haber transcurrido 8 años, producto de la puesta en vigencia de la Ley 393 de Servicios Financieros, en Septiembre de 2016 obtuvo su licencia de funcionamiento como entidad financiera formando parte del sistema financiero boliviano.

Fubode IFD, desde sus inicios ha enfocado sus productos para servir a clientes que se encuentran en zonas vulnerables con el propósito de generar inclusión financiera en segmentos de la población más vulnerable de Bolivia, para cuyo efecto ha puesto a disposición de familias bolivianas una serie de productos y servicios financieros y no financieros adaptados a la realidad económica de sus clientes que residen en zonas rurales y periurbanas, contribuyendo de esta manera a impactar positivamente en sus clientes y sus familias.

“Consideramos que el acceso a servicios financieros y no financieros de clientes que se encuentran por debajo la línea de pobreza, puede marcar la diferencia para que sus familias tengan acceso a la salud, alimentación y educación” manifestó el Gerente General, Fernando Torrez.

## ¿Qué Ofrece Fubode IFD al Consumidor Financiero?

Fubode IFD ofrece una gama de créditos orientados al financiamiento de emprendimientos económicos, dentro de los cuales se encuentran: agropecuarios, comercio y servicio, mediante tecnologías crediticias especializadas como la Banca Comunal y el crédito individual, así mismo el cobro de más de 50 empresas de servicios básicos y comercios, además de Seguros de Vida y de Salud para toda la familia.

Así mismo, hace poco realizó el lanzamiento del producto de captación de depósitos del público; brindando a personas naturales y jurídicas la oportunidad de aperturar sus cajas de ahorro en dólares y bolivianos, con atractivas tasas de interés.

Toda esta propuesta de servicios está acompañada de procesos educativos orientados a la educación financiera, social y ambiental, que permita a la familia administrar sus recursos financieros con responsabilidad y diligencia.

## ¿Cuál es el Propósito y la Razón de ser de Fubode IFD?

Tal como está expresada en nuestra misión organizacional el propósito de nuestra entidad es el de proveer servicios financieros integrales a familias emprendedoras con acceso limitado a recursos, para contribuir la mejora de la calidad de vida

de niños y niñas bolivianos.

En ese sentido, Fubode IFD fue reconocida como la primera entidad financiera “Embajadora de la Ternura” en Bolivia, realizando actividades de sensibilización a la sociedad junto a Worldvisión Bolivia.

## Caminando por la ternura: “Familias Unidas por la NO Violencia”

El objetivo de la campaña es prevenir la violencia intrafamiliar y toda forma de maltrato infantil, es por eso que Fubode difunde estos conceptos por medio de su programa de Educación, teniendo en la gestión 2022, a 9.930 consumidores financieros capacitados en temas de Crianza con Ternura y ¿Cómo prevenir todo tipo de maltrato y violencia a nivel del núcleo familiar?, con el objetivo de tener familias libres de violencia.

Bajo esa premisa, está organizando la Caminata de la Ternura: “Familias unidas por la NO violencia”, que se realizará éste domingo 13 de noviembre, invitando a toda la población cochabambina a participar del evento de la Ternura, iniciando el recorrido a hrs. 09:30 desde la Plaza Tarija concluyendo en la Plaza de las Banderas, pasando por la Av. América y la Av. Libertador Bolívar. Si desea participar, venga con su familia y vístanse de naranja.



Fernando Torrez, Gerente General Fubode IFD

La Fundación Boliviana para el Desarrollo, Institución Financiera de Desarrollo, con sigla Fubode IFD, es una Institución Financiera, constituida en Cochabamba un 24 de abril de 1997, inicialmente como una ONG Financiera subsidiaria de WorldVisión International y VisiónFund International. Con el propósito de convertirse en una entidad financiera regula



ESTA ENTIDAD ES SUPERVISADA POR ASFI

Lanzamiento Campaña: “Caminando por la Ternura, Familias Unidas por la NO Violencia”

**INICIATIVA.** Un grupo de mujeres se organizó y forja su futuro sin ayuda de las autoridades. Ellas absorbieron conocimientos, descubrieron nuevas herramientas y lograron resultados de largo plazo. Hoy, luchan por competir en el mercado.

# CARCAJE, DONDE LA TIERRA RESUCITÓ GRACIAS A LAS MUJERES

**Texto y fotos:** Leonor Miroslava Fernández Guevara

**U**na estructura de metal se impone en el patio trasero de la casa de Inés Tola (39). Es un esqueleto erguido sobre la tierra amarillenta característica de la zona. Pronto será un vivero. Esta vez, Inés no estará sola para el armado como hace ocho años cuando plantaba dos variedades de verduras a cielo abierto. Esta vez, tiene compañeras organizadas y decididas a terminar el vivero que dio esperanzas a esta zona castigada por la sequía, granizadas y heladas.

El comienzo no fue fácil para todas, nos cuenta Inés, “amí me gustaban las plantas desde chica, pero hay otras compañeras a las que les costó. A veces cuando hay enfermedades en el cultivo no se puede controlar, y combatimos con cosas que preparamos orgánicamente. Las enfermedades son difíciles de manejar, entonces, ellas se frustraban cuando era más trabajo y se enfermaban sus plantas. Así varias compañeras se han rendido, porque era mucho trabajo y no podían progresar, para contrarrestar nos fortalecieron nuestros encuentros, reuniones para poder apoyarnos, eso ha sido lo que más nos ha dado fuerza para seguir adelante”.

La organización social de mujeres trabaja en el complejo Carcaje- Azirumani Bartolina Sisa que está a 20 kilómetros de la ciudad de Cochabamba, ubicada en pleno corazón de Bolivia. Forman parte 25 mujeres, de las cuales 11 se dedican, desde 2014, íntegramente a cultivar hortalizas, en una región conocida como el granero del país y que actualmente sufre por el cambio climático.

Según la Universidad Mayor de San Simón, en Carcaje la temperatura aumentó de 1,5 a 2 grados centígrados, en los últimos 20 años. La investigadora de la Facultad de Agronomía Dora Ponce Ca-



**LA ORGANIZACION COMUVA.** Carcaje reunida luego de la instalación de los tanques de cosecha de agua de lluvia.

macho explicó que en esta zona “la humedad desaparece rápido no solo por radiación solar, y el viento que hace que sus suelos estén mucho más secos, sino que tiene tendencia a ser desértico”.

Por ello, esta comunidad, situada en la región conocida como valle alto, acostumbra a producir maíz, trigo, papa, pero utiliza fertilizantes y químicos, lo que bajó los niveles de producción. “Desde el auge de la revolución verde de los años 70 y 80, esta mancha agrícola de producción convencional bajó su producción entre el 60 y 70%. Varias familias han tenido que ingresar a la técnica de huertos y agroecología”, dijo la investigadora.

En ese momento desfavorable, “ellas han logrado rescatar prácticas de la agricultura ecológica, recuperar la semilla y los ferti-

lizantes naturales”, comentó la responsable técnica de la Coordinadora de Integración de Organizaciones Económicas de Cochabamba (CIOEC) María Eugenia Flores.

Indicó que el cultivo es a pequeña escala y de la manera más sostenible posible. Para esto –dice– incluyeron una diversidad de técnicas agrícolas, como la cosecha de agua, el sistema de riego por goteo y el aprovechamiento diferente del espacio.

La adversidad climática fortaleció y tecnificó la producción en la zona. Hace unos ocho años, los pobladores sembraban a cielo abierto y recibían agua por inundación y en tiempo breve. Entonces, al ser una zona maicera primó el monocultivo y dio pocas ganancias.

Una vez organizadas las mujeres, señalan que lo difícil no fue empezar, sino hacerse

sostenibles, productivas y de autogestión. Las inconveniencias para producir y mejorar su economía de la forma tradicional las obligó a virar en su visión agrícola y a proyectarse solas porque, incluso, sus esposos se alejaron del trabajo de la tierra.

## DE LA TRANSFORMACIÓN A LA PRODUCCIÓN DE HORTALIZAS

En una primera nueva etapa, transformaban el maíz y el trigo en galletas, fideos y panes. No era suficiente. Luego, decidieron arriesgarse a la producción de hortalizas.

“El cambio era poder incrementar y diversificar la producción, y buscar una buena comercialización para mejorar su economía. Hoy producen pepinos, tomates, pimentones, lechugas, apios, cebollas



**PRODUCCIÓN.**  
Las mujeres que trabajan en el centro muestran sus cosechas.

con calidad organoléptica, de mejor sabor, textura, olor y color”, afirmó Freddy Elías Carvajal, ingeniero del CIOEC que supervisa a las mujeres en Carcaje.

La guía técnica ayudó a las mujeres a garantizar el autoconsumo como prioridad y a aplicar un sistema renovable, variado y con plantas que revitalizan el suelo. Por ejemplo, las leguminosas captan el nitrógeno de la atmósfera y lo dejan en el suelo para las hortalizas.

El trabajo disciplinado de las combatientes agroecológicas cambió la faz de Carcaje. Una vez que se vieron los resultados en una casa, el ejemplo proliferó en otras. Las asociadas son invitadas a enseñar a armar viveros artesanales, y a compartir sus conocimientos y experiencias con los vecinos.

#### UNA MANO INTERNACIONAL PARA ABRIR MERCADOS

Stefano Archidiacono, del Centro de Voluntariado Internacional de Italia, encontró a estas mujeres organizadas, eran parte de la Coordinadora de Mujeres en el Valle Alto (Comuva) desde 2008, que están dispuestas a experimentar cambios dentro sus concepciones ancestrales.

Uno de los principales problemas que enfrentaban estas productoras es la falta de espacios físicos para ofertar sus productos, ahí coadyuvó la CIOEC con una propuesta de comercialización asociativa y abordando la situación de manera integral, como tecnología, capacitaciones, calidad de producto, acceso a la información y fomento de redes de intermediación. De esa forma, se abren mercados para vender sus productos cada semana a través de Kampesino, una tienda agroecológica especializada.

La Fundación Abril les enseñó a cosechar agua de lluvia en el marco del proyecto Pachamama, el cual busca relevar el protagonismo femenino rural dentro la soberanía alimentaria en Bolivia, para un acceso equitativo y eficiente al agua para el riego y uso doméstico.

Bajo este paraguas institucional, estas mujeres desarrollaron competencias blandas, entre ellas: toma de decisiones, manejo de conflictos y planteamiento de objetivos estratégicos a largo plazo. Planifican sus cultivos por tem-



**ARMADO.** La construcción de los viveros en la zona de Carcaje.



poradas para su consumo y venta. Es más, aprendieron a producir con amor para su casa y para el mercado.

Inés Tola comentó que ve a las plantas como si fueran sus segundos hijos. “Las reviso hoja por hoja, veo si tienen bichitos, mosca blanca para reaccionar en el momento como cuando se enferman los niños. Tratamos de curar a las plantas con nuestra medicina propia (fertilizantes naturales) para que se curen”.

Las mujeres en el área rural se enfrentan a políticas de Estado en cuanto la producción de alimentos agresivos e insostenibles. Pero con el cúmulo de conocimientos y pasión que tienen, crearon EcoMujer como agricultoras, cuidadoras de la salud, transformadoras y comercializadoras, y así dejar de ser invisibilizadas, desconocidas y subvaloradas.

#### LA LIDERESA

Limbania Villagómez (26) es la lidereza del grupo. Ella las reúne cada semana en una casa, donde pesan la verdura, llenan planillas de control, hacen seguimiento a sus ganancias particulares y programan sus cosechas futuras, de acuerdo con la temporada y demanda del mercado.



**VARIEDAD.** Uno de los tipos de lechuga que plantan en la zona.

“Comenzamos solo tres productoras. Entregábamos verduras por amarros y precio: 2 bolivianos (\$us 0,29). Ahora, vendemos por peso y nuestras ganancias mejoraron. Por ejemplo, el tomate se vendía en chipitas (bolsas pequeñas) a 5 bolivianos (\$us 0,72). Entregaban al tanteo, dependía de la mano de cada una. Ahora, ya sacamos un precio seguro y tenemos un mercado para vender”, dijo Limbania.

Emiliana, Inés, Limbania, Placida son-

rien y bromean mientras terminan de armar el vivero. El ingeniero y uno de los esposos de las asociadas les ayudan, entre música, niños jugando y la olla común de comida preparada para celebrar esta reunión.

Estas mujeres se organizaron y forjan su futuro sin ayuda de autoridades. Absorbieron conocimientos, descubrieron nuevas herramientas y lograron resultados de largo plazo. Hoy, luchan por competir en el mercado.

**MÁGICO.** En Pongo, una laguna en medio de montañas atrae por su belleza y sus pintorescos paisajes.

**MISTERIOSO.**  
La laguna tiene un aire místico incrementado por la neblina y su peculiar color oscuro.

# JINCHU MURUNI: LA LAGUNA ESCONDIDA

📍 **Texto:** Alicia Cortés Soruco  
**Fotos:** Eduardo Salvatierra, Pablo Oh

**M**ontañas envueltas en neblina profunda, aire húmedo y frío, que sopla entre la oscura y verde vegetación. El agua del lago, quieta y tranquila, refleja perfectamente el paisaje maravilloso que lo rodea. El silencio solo se rompe con el sonido de algún habitante curioso y la brisa helada. Un paisaje que bien podría sacarse del famoso Distrito de los Lagos, en Inglaterra, o de las Tierras Altas escocesas.

Tal como esos icónicos destinos europeos, el paisaje que UGN se encuentra, con su ambiente tan misterioso y bello, lleva a imaginarnos cosas fantásti-

cas. ¿Qué podrá acechar bajo el tranquilo manto del agua? ¿Qué se esconde entre los altos y neblinosos picos? ¿Qué encontraremos entre las ramas y altos pastizales?

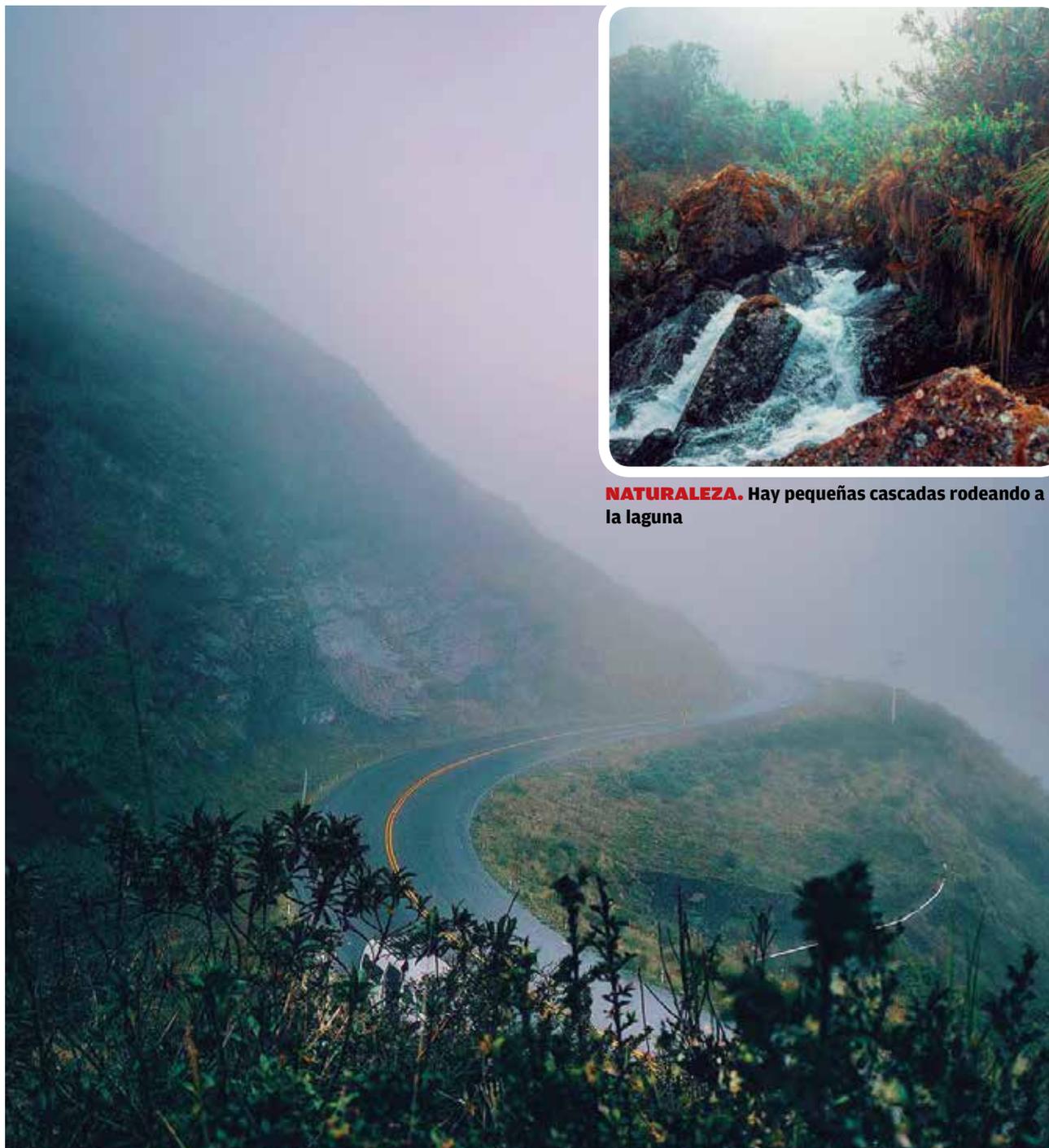
Pero hoy no escribimos sobre lugares en el Viejo Continente. Estamos hablando de lugares que están a dos horas o menos de nuestras ciudades, aquí en Bolivia. En el campo paceño, Una Gran Nación descubre un secreto celosamente guardado: la Laguna Escondida de Pongo, Jinchu Muruni.

Una zona de belleza etérea, de altos y delgados árboles que aparecen difusos sobre los escarpados cerros. La blanca niebla que se enreda entre los picos acariciando con suavidad todo el paisaje y otorgándole un brillo diáfano, mágico. Nos invade una sensación de estar siendo observados por entes gigantescos y antiguos: las sabias montañas, que se levantan firmes como guar-

dianes del valle. Los sonidos del viento que nos recuerdan que no estamos solos y la delicada lluvia, incansable y dulce. Y, por supuesto, la Laguna Escondida o Laguna Verde, un tranquilo y precioso cuerpo de agua cristalina y helada, pura como sólo la hay en los valles altiplánicos. Es, sin lugar a dudas, un destino único donde la hermosura de nuestro país encuentra un nuevo nivel.

Como todos los destinos bolivianos, además de tener una belleza única y riqueza natural impresionante, Jinchu Muruni tiene una historia profunda, atada a





**NATURALEZA.** Hay pequeñas cascadas rodeando a la laguna

la fuerte comunidad que todavía habita en la zona y se dedica a cuidar y proteger la laguna y sus alrededores.

Esta región fue un campamento minero durante largos años hasta que, en la década de 1960, la minería de Pongo encontró su fin. Esto nos ha dejado tanto con un legado muy potente: primero, el nombre que conocemos, Jinchu Muruni, es aimara y significa "Oreja Cortada". Se sospecha que el origen de este nombre proviene de una leyenda de la zona sobre el castigo que recibió un minero al tratar de abusar a una mujer: la comunidad decidió, por supuesto, cortarle la oreja. El contraste entre la belleza del lugar y lo macabro de su nombre solo hacen que su historia sea más interesante.

Segundo, nos ha dejado una comunidad bien establecida, que todavía mantiene su pasado colonial y republicano como también construcciones abandonadas y reclamadas por la vegetación. Casitas de piedra negra, cuyos únicos habitantes hoy son el musgo y las enredaderas que las cubren. Mimetizadas con el paisaje, estas construcciones sólo aumentan el hechizo de Jinchu Muruni. También la famosa y encantadora iglesia colonial del pueblo sigue siendo una atracción preciosa, con su exterior rupestre y antiguo, que ha visto tantos años pasar.

Es tal la magia y belleza de la zona, que se ha convertido en un destino predilecto de los jóvenes bolivianos, quienes han iniciado tendencias en redes sociales, mostrando sus viajes hacia Pongo y la Laguna Escondida. Los videos de Jinchu Muruni han inundado las plataformas sociales y ponen en relieve las maravillas ocultas que nos esperan en el campo boliviano.

Son estos destinos los que cada vez nos sorprenden y nos demuestran que Bolivia es un tesoro que nunca deja de dar. A cada paso, una maravilla nueva. En cada giro, algo nuevo por descubrir. Es en estos preciosos e importantes lugares que encontramos nuevamente nuestra misión: mostrar que todos nosotros, bolivianos, venimos de Una Gran Nación.

**LA LLEGADA.** La ruta de ingreso a la zona de Pongo.



ALMANZA®  
ZAGAL

COCHABAMBA - SANTA CRUZ - LA PAZ - SUCRE - TARIJA - POTOSÍ - ORURO

[almanza.com.bo](http://almanza.com.bo)

**NUEVA OBRA.** El escritor tarijeño presenta este jueves su nueva novela con un acto en el Club Social Cochabamba.

# Gonzalo Lema

## presenta su nueva obra *Yo*

**ESCRITOR**

El autor tarijeño, Gonzalo Lema, comenta sobre su más reciente obra que se presentará este jueves.



**Texto:** Geraldine Corrales Arandia  
**Fotos:** Cortesía

**E**l escritor Gonzalo Lema presenta este jueves su nueva novela titulada *Yo* en la que se traza un “amplio arco de historia nacional, desde el reclutamiento de los jóvenes para la Guerra del Chaco hasta el primer gobierno de Víctor Paz en 1985”.

La novela de 480 páginas será presentada en ambientes del Club Social, donde contará con el comentario de Roberto Prada Ramírez.

#### BREVE SÍNTESIS

Lema señala que para un escritor no es fácil sintetizar su obra, pero relata algunos pasajes de la obra que destacan por las precisas descripciones de lugares y momentos.

“La novela pasea por Mizque, la provincia del sur de Cochabamba, pasea por los paisajes del Chaco Boreal y todo ese camino, también está localizada en la ciudad de Cochabamba, en la ciudad de La Paz, en Charazani que es el centro de los kallawayas frente a la cordillera Apolobamba y en Ayacucho que es donde se origina el Sendero Luminoso”, detalla.

De acuerdo a Lema, uno de los personajes se desenvuelve hasta la guerrilla y su incorporación a la vida nacional en democracia, mientras que el otro personaje es un kallawayaya que camina por el altiplano, Mizque y otros sitios. Este kallawayaya, un hombre mayor, está cerca a vivir un siglo.

“Tiene personajes secundarios, los que luchan por la Reforma Agraria, otros que acompañan el tiempo histórico y una serie de situaciones propias de la vida cotidiana. Es una novela que viaja, tanto que el kallawayaya, por ejemplo, llega a París a impartir conocimiento sobre medicina natural, llega a curar a Brigitte Bardot, una diva de esos años”, añade.

Lema señala que se trata de una “novela visible con ambición narrativa, tiene 480 páginas y que pretende, y creo que lo logra tocar todo ese espectro de la vida en Bolivia en tres generaciones”.

#### EXPECTATIVAS

Lema comenta que concluyó este trabajo en 2016, pero durante los últimos seis años continuó trabajándola y ahora la presenta.

En 2019 presentó una colección de cuentos sobre la Guerra del Chaco titulada *Los muertos más puros*, mientras que en 2020 publicó la novela policial *Hola, mi amor*.

“Tengo 16 novelas y 10 libros de cuentos. Mi primer libro es de cuentos *Nos conocimos amando* es de 1981 cuando yo tenía 22 años y no he cesado hasta ahora que salió esta novela, por lo tanto, tengo 16 novelas y 10 libros de cuentos. Toda una carrera”, afirma.

Lema considera que va “cerrando el círculo de mi narrativa que se expresa en libros”. Una crisis de salud que tuvo en 2012 le mostró que su carrera estaba incompleta, pero diez años después afirma que está cerca del “círculo completo”.

## Capítulo \*

El sólido corazón y el ágil índice apachurraron un manajo numeroso de tiernas ramas de perejil mizqueño para lograr amalgamar una masa fina de olor ascendente y penetrante, una viscosa materia chorreante de esencia verde, maleable en sumo, que fuera de absoluto agrado de la vieja sabiduría kallawayaya. El hombre observó satisfecho

#### Milagros del perejil

el amasijo elevándolo a la altura de sus ojos coquejiles de cerro.

Jugueteó a penetrarla con los dedos. Lo hizo bola frotándolo entre ambas palmas de las manos y hasta lo arrojó por el frío aire del ambiente (unas pocas veces) con súbito e intrépido placer de malabarista. El denso aroma de la hierba medicinal se elevó lentísimo, en suave espiral, y comenzó a escarbarle la nariz como gallina, a picotearle los sentidos arrebatados.

Se sonrió pícaro. Los ritos se parecían a una actuación. Eran parte del teatro. Dejar de ser uno para ser otro. Había que crear el clima propicio y luego el convencimiento total, la hipnosis misma que permitiera hacer uso de la voluntad del enfermo para husmear en su profunda intimidad y buscar el mal con ayuda de los espíritus. Y desenraizarlo. Arrancarlo de cuajo para echarlo al fuego. O enterrarlo. O dejarlo irse por el mal aire. Y, en su lugar, sembrar salud. Esperanza. Renovar la vida, pero con el bien.

Eso mismo él empezaba a trabajar en la mañana con los campesinos e indígenas aquejados en presencia de sus alertas allegados.

El viejo sentado sobre cuatro adobes continuó con la boca abierta por instrucción del médico/chamán. Tenía las muy raleadas cejas suspendidas en marcado arco de asombro ante tanta sabiduría y seguridad. La expresión de respeto. De alma purísima. Los cabellos tiesos del cerquillo asomando por debajo del gorro de lana multicolor. Un hilo de saliva por la comisura de la pequeña boca. Imperceptible el temblor del nudo articulador de sus mandíbulas. Un pie quietísimo y el otro columpiando nervioso, a punto de derramar su abarca de tiro (roto) recubierta íntegramente de barro seco.

Apoyados contras las paredes de adobe, expectantes, los pacientes en espera y los varios curiosos, todos prestos a observar la santa curación.

-Abra bien la boca, don Aquilino. Un poco más. Ahora sí. Le quedan tres muelas agujereadas y negras como cuevas del zorro. Dos, tres, cuatro dientes. Toditos rotos. Toditos hediondos. No sirven para mascar maní. Pura papaya, nomás.

El viejo asintió sacudiendo la cabeza y el cuerpo entero, siempre con la boca abierta y repleta de saliva. Los expectantes festejaron la ocurrencia, cada uno por su estilo. Alguno se reacomodó apoyándose contra la pared de barro con puntas de paja, duras como espinas de cactus.

La curiosidad general creció notablemente.

-Es temporada de chirimoya, doctor -se burló una campesina-. Sólo tiene que chuparse, únicamente. La pepa se escupe.

-Mentira -protestó el viejo con mucha saliva en las palabras-. No hay chirimoya todavía.

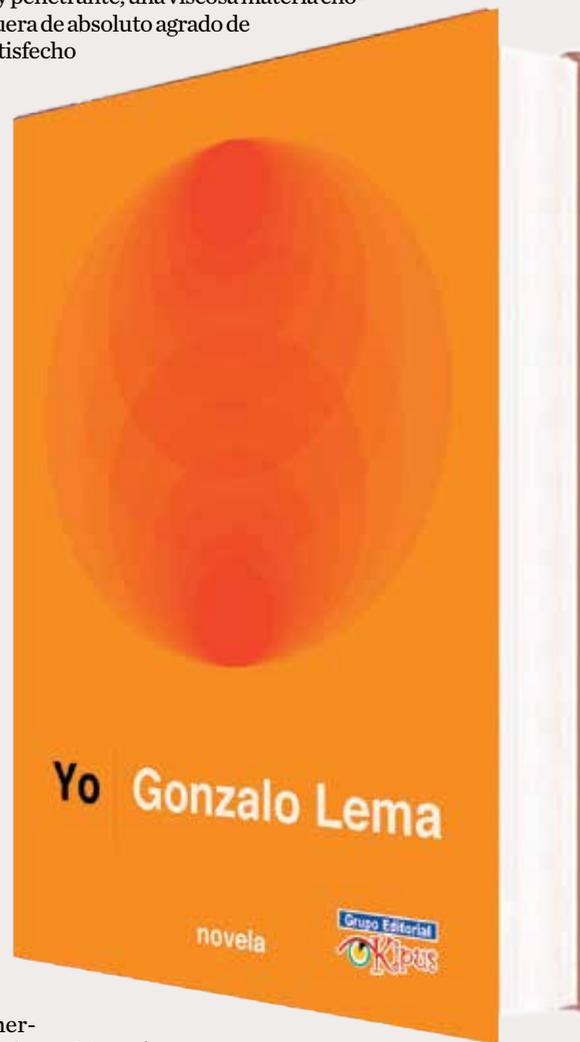
-Podemos importar -propuso pícaro el kallawayaya-. De los Yungas de La Paz.

Un campesino joven, con dolor inconstante debajo de las costillas flotantes en el flanco izquierdo, cerquita a la cadera y espalda, se carcajeó con queja. Los restantes se sonrieron con los ojos bien abiertos, porque se les había escapado el sentido cierto del español. Entendieron un poco. Sin embargo, se quedaron mirando a la espera de que alguien les contara el mismo chiste en quechua. No sucedió.

El kallawayaya retornó a la mesa de madera astillosa y limpió un tanto el centro con el dorso de la mano. Allí depositó el amasijo como si fuera un huevo sagrado. Miró en derredor (“Ahora nos vamos a callar un poquito”) y alzó las manos hacia el techo, aunque en realidad dirigiéndolas al cielo. Y comenzó a orar en un idioma muy extraño. Al cabo de la plegaria completa, caminó sus pasos hacia el viejo paciente y le vació la boca de saliva (con el agrio índice de paleta) arrojándola contra el piso de tierra. Sacudió fuerte el dedo. Se lo limpió en su pantalón de bayeta. Siguió mascullando palabras nunca oídas y retornó a la mesa con propia solemnidad de “elegido”. Alzó la bola de perejil empapada en jugos densos de su intimidad y pellizcándole trozos menudos procedió a rellenar las muelas y los dientes del hombre con un cuidado de albañil finista. Artista. Barroco. Sincretista.

Más de un rezo duró la faena. Pellizcaba de la bola del perejil y con la yema gorda del dedo principal rellenaba la muela. Advertía que la lengua debía quedarse quieta y no horadar, como era su natural costumbre. Ponía un tanto más y presionaba otro poco. El perejil convertido en argamasa, su jugo en medicamento. Luego avanzó a los dientes. También los rellenó con presión, pero además los forró dejándolos verdes, como de diablo potosino. Una máscara para el remoto carnaval andino. Fiesta de indios.

(\* Este texto corresponde a uno de los capítulos de la novela *Yo* del escritor Gonzalo Lema que será presentada este jueves en el Club Social Cochabamba.



**CLIMA.** La reducción de la emisión de este gas es importante porque es responsable del 25 por ciento del calentamiento global



# DISMINUYEN EMISIONES DE METANO, PERO ESTÁ LEJOS DE SER SUFICIENTE

**Texto:** IPS  
**Fotos:** Pnuma

**L**as empresas de petróleo y gas avanzan en reducir sus emisiones de metano, gas de gran impacto en el calentamiento planetario, pero son insuficientes tanto los volúmenes de la reducción como la calidad de las cifras sobre ese avance, de acuerdo con un informe presentado por el Pnuma.

Inger Andersen, directora ejecutiva del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (Pnuma), dijo que “las empresas están progresando, pero deben moverse más rápido y con más fuerza. Necesitamos que más empresas actúen, y deben ser más audaces”, en su programa de reducciones.

Más de 80 compañías de petróleo y gas en todo el mundo se han comprometido a medir y reducir sus emisiones de ese gas, según el informe compilado por el Observatorio Internacional de Emisiones de Metano, una entidad independiente que integra datos y hace seguimiento a los compromisos de empresas y gobiernos.

El metano (CH<sub>4</sub>), componente principal del gas natural, es responsable de más de 25 por ciento del calentamiento global, con un potencial 80 veces mayor que el del dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>) durante los 20 años si-

guientes a su liberación a la atmósfera.

Es responsable la mitad del crecimiento en la formación de ozono troposférico, un peligroso contaminante del aire, y se genera principalmente en la industria de hidrocarburos, en la actividad ganadera y arrocera, y también en la descomposición de residuos por parte de las bacterias.

El Pnuma considera que reducir drásticamente las emisiones de metano es la forma más rápida de abordar el cambio climático a corto plazo, ya que ese gas permanece en la atmósfera durante muchos menos años que el CO<sub>2</sub>.

El informe cubre el segundo año de progreso de la Asociación de Metano de Petróleo y Gas (OGMP en inglés), el mecanismo del Pnuma para ayudar a las empresas a enfocarse en acciones de mitigación y asignar capital de manera eficiente.

De sus más de 80 miembros, 60 están en el camino del “Estándar de oro” del programa, comprometidos a mejorar secuencialmente la calidad de los datos informados, y avanzan a estimados de emisiones de metano con base en mediciones.

Sin embargo, 12 empresas miembros no van por buen camino: dos perdieron su estatus “dorado” en comparación con el año pasado, siete no lo lograron en ninguno de los dos años, y tres informaron por primera vez en 2022 que no lo lograron.

Estudios publicados recientemente

calculan las emisiones globales totales de metano de la industria en 80-140 millones de toneladas por año, mientras que el rastreador de metano de la Agencia Internacional de Energía (AIE) estima las emisiones en el extremo inferior de este rango.

Las emisiones totales de los informes de este año de las empresas miembros de OGMP son 1,3 millones de toneladas de metano tanto para activos operados por ellas como por otros operadores.

Eso representa una gran discrepancia entre estimados de emisiones de la industria mundial y la parte proporcional informada por las empresas miembros de OGMP, por lo que el Pnuma insiste en mejorar la calidad de la información sobre el tema.

Para mantener el aumento de la temperatura promedio en 1,5 grados centígrados, el mundo necesita reducir urgentemente las emisiones de metano en aproximadamente un tercio, según el último informe de evaluación del Panel Intergubernamental sobre el Cambio Climático, publicado en abril de 2022.

El Acuerdo de París, adoptado en 2015 por casi todas las naciones del mundo, fijó las metas de que para el año 2050 la temperatura global no aumente más de 1,5 grados centígrados en relación con la era preindustrial (1850-1900), y que al final de la centuria no aumente más de dos grados.

La tesis del Pnuma es que si bien el

**CONTAMINACIÓN.** El metano, componente principal del gas natural, es uno de los grandes responsables del calentamiento de la atmósfera.

objetivo final es una transición rápida que abandone los combustibles fósiles, también es importante frenar las emisiones de metano durante la transición.

Andersen dijo que “mirando el panorama general, la mejor manera para que la industria del petróleo y el gas termine con las emisiones de metano, y todas las emisiones, es repensar por completo sus roles como compañías de energía”.

“Si la industria se toma en serio un futuro neto cero (cero emisiones de gases de efecto invernadero), como debe ser para brindar una oportunidad de salud, riqueza y prosperidad para todos, este debe ser el objetivo a largo plazo”, agregó Andersen.

El enfoque del observatorio del Pnuma se ha ampliado para cubrir otras categorías importantes de emisores, distintas de la industria de hidrocarburos, responsables colectivamente de 75 por ciento de las emisiones de metano en 2017.

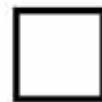
Incluyen el ganado (responsable de 33 por ciento), desechos y vertederos (más del 20 por ciento), minería del carbón (12 por ciento) y cultivo de arroz (casi 10 por ciento).

# AMBIENTES DISPONIBLES

- Eventos corporativos
- Conferencias de prensa
- Talleres y capacitaciones
- Reuniones de trabajo



Wi fi



Ecran



Data display



**Los Tiempos**

Informes al telf:  
**77900400**

# Los Tiempos

**Cada día**

**somos más**

únete a nuestra comunidad  
y mantente informado.

[www.lostiempos.com](http://www.lostiempos.com)



lostiempos



LosTiemposBol



lostiemposbol



LosTiemposBol



@lostiemposbol



Los Tiempos