

ESTADOS UNIDOS

Cárcel o deportación: destino de pobres



p. 2

MÉXICO-FMI

Economía sin corrupción



p.4

CHINA Y CUBA

Raíces en Flora Fong



p. 8

BODAS

Ceremonia bajo las aguas



p. 7

Estados Unidos contra inmigrantes pobres

Por Diony Sanabia
Corresponsal/Washington

La regla anunciada por el Gobierno del presidente estadounidense, Donald Trump, con el fin de disminuir la inmigración legal de personas pobres, genera un creciente rechazo al igual que otras políticas del mandatario sobre este tema.

Hecha pública el pasado 12 de agosto y prevista para entrar en vigor 60 días después, la medida aumenta la capacidad de la administración de rechazar las tarjetas verdes (residencia permanente) de inmigrantes dependientes de ayuda gubernamental.

Bajo críticas de defensores de dichas personas, quienes se benefician de cupones para adquirir alimentos y programas sanitarios y de vivienda de bajo costo, la iniciativa define el concepto de "carga pública" en la Ley de Inmigración y Nacionalidad.

Esa norma concede al Departamento de Seguridad Nacional la autoridad para negar a los solicitantes las tarjetas verdes, las visas o la entrada a Estados Unidos si existe la posibilidad de que se conviertan en problemas económicos.

Reportes de prensa recordaron entonces que la mencionada clasificación se ha referido históricamente a alguien que depende principalmente de la administración para subsistir.

El Gobierno de Trump, empeñado en reducir la inmigración ilegal y legal, retrató la regla como una forma de promover la suficiencia y la independencia entre los inmigrantes, apuntó la publicación *The Hill*.

Según legislaciones vigentes desde 1996, "carga pública" incluye a quien necesita la asistencia gubernamental para recibir más de la mitad de sus ingresos.

De esa forma, expuso la cadena de televisión CNN, solo se contaban beneficios recibidos en efectivo, como la Asistencia Temporal para Familias Necesitadas o Ingresos de Seguridad Suplementarios del Seguro Social.

Ciertamente esperamos que las personas de cualquier ingreso puedan sostenerse por ellas mismas, afirmó el director interino de Servicios de Ciudadanía e Inmigración, Ken Cuccinelli, en una conferencia de prensa en la Casa Blanca.

Alguien pobre puede prepararse para ser autosuficiente,



La nueva medida atenta contra los que, según Trump, no puedan autosostenerse

así que no veamos eso como si todo fuera el final, agregó el funcionario.

Sin embargo, la recepción de uno o más de los beneficios públicos en 12 meses dentro de un período de tres años por cualquier no ciudadano se considerará un factor negativo para determinar si se convierten en una carga pública.

Además, la regla contiene una lista de otros elementos, como la edad, los cuales se evaluarán juntos para emitir una decisión.

Cuccinelli enfatizó que la determinación es una "prueba de la totalidad de las circunstancias", y la medida no sustituye la acción del Congreso ni socava la necesidad de reformas migratorias más amplias.

Para protectores de los inmigrantes, este paso discriminará a las personas provenientes de los países más pobres, mantendrá a las familias separadas y alentará a los residentes legales a renunciar a la ayuda pública que probablemente necesitan para subsistir.

También, estimaron, penalizará a quienes poseen visado de trabajo y demandan alguna asistencia pública de manera temporal.

Los inmigrantes de la tercera edad que obtienen

medicamentos recetados a bajo costo a través de programas subsidiados también podrían verse obligados a dejar esos apoyos o arriesgarse a ser considerados carga pública, y no se les permitiría mantener el estatus de residentes legales, advirtieron.

NACIÓN NO ACOGEDORA

Mientras, la Casa Blanca recordó que en 1996 el Congreso aprobó dos leyes bipartidistas "para ayudar a evitar que los extranjeros exploten los beneficios públicos".

Pero dicha medida, a juicio de sus críticos, va más allá de lo que pretendían los miembros del Capitolio y discriminaría a los inmigrantes de los países más pobres.

"La regla refleja una visión oscura de los Estados Unidos, como una nación poco acogedora que quiere alejar a las personas que buscan unirse a su familia, trabajar duro y ascender en la escala económica, basándose en la suposición errónea de que no contribuirán a nuestras comunidades", opinó Robert Greenstein, presidente del Centro de Presupuestos y Prioridades Políticas.

Marielena Hincapié, directora ejecutiva del Centro Nacional de Leyes de Inmigración, manifestó que la iniciativa tendrá el "impacto más profundo, amplio y a largo plazo" de todas las políticas migratorias implementadas por la administración de Trump.

Para el representante demócrata Jim McGovern, este paso "es cruel, inhumano y mezquino, e impide que los contribuyentes trabajadores de bajos ingresos que están aquí legalmente usen o incluso soliciten programas para los que califican".

Hasta el 20 de agosto, en medio del rechazo generalizado, una veintena de estados y el Distrito de Columbia presentaron tres demandas conjuntas contra la referida regla.

El último recurso jurídico fue introducido ese día en la corte federal de Manhattan por la fiscal general de Nueva York, Letitia James, a nombre también de Connecticut y Vermont.

Los colegas de James de California, Maine, Oregón, Pensilvania y esta capital llevaron el 16 de agosto otra demanda a un tribunal federal en la ciudad de San Francisco. 🌐



PRENSA LATINA

Agencia Informativa Latinoamericana S.A.

Al servicio de la verdad

Agencia multimediática con más de 40 corresponsalías y un centenar de colaboradores en todo el mundo

www.plenglish.com
www.prensa-latina.cu
facebook.com/AgenciaPrensaLatina
@PrensaLatina_cu

ORBE CIRCULA SEMANALMENTE EN CUBA Y COMO SUPLEMENTO EN:
México (La Jornada), El Salvador (Co Latino), Bolivia (Cambio), Venezuela (4F)

Periódico Internacional editado por Prensa Latina, Agencia Informativa Latinoamericana S.A.
Presidente: Luis Enrique González. **Vicepresidenta Editorial:** Lianet Arias Sosa. **Director Editorial:** Mario Hubert Garrido. **Editor jefe:** Frank Agüero Gómez.
Dirección de Arte: Anathais Rodríguez Soto. **Diseño:** Martha Iglesias Sierra. **Corrector:** Yailé Balloqui Bonzón.

Corresponsalías: Alemania, Angola, Argentina, Bolivia, Brasil, Qatar, Colombia, Chile, Costa Rica, China, Ecuador, Egipto, El Salvador, España, EE. UU., Etiopía, Francia, Guatemala, Haití, India, Italia, Líbano, México, Nicaragua, ONU, Panamá, Paraguay, Perú, Puerto Rico, República Dominicana, Rusia, Serbia, Siria, Sudáfrica, Turquía, Uruguay, Venezuela, Vietnam.

Redacción y Administración: Vicepresidencia Editorial de Prensa Latina. Calle 21 No.406, entre F y G, Vedado, La Habana. Cuba.
Telf.: 7832 8875. Correo electrónico: orbe@pubs.prensa-latina.cu

La lengua de Bolsonaro

Por Osvaldo Cardoso
Corresponsal/Brasilia

Con devoción fiel por la dictadura militar (1964-1985), el presidente Jair Bolsonaro desató nuevamente la polémica al cuestionar la legitimidad de la Comisión de la Verdad, que investigó los crímenes cometidos en ese oscuro periodo en Brasil.

Sin pensar, ni meditar en consecuencias, el político de extrema derecha fue capaz de declarar a periodistas que el desaparecido preso político Fernando Augusto de Santa Cruz Oliveira resultó ejecutado por un grupo armado de izquierda y no por los militares. Esto pese a que un documento secreto de Aeronáutica y la propia Comisión atestiguan que fue asesinado por las Fuerzas Armadas en 1974.

El gobernante aseguró que relataría al hijo del ejecutado, Felipe Santa Cruz, presidente de la Orden de Abogados de Brasil (OAB), cómo murió su padre.

“¿Quién es esa OAB? Si un día el presidente de la OAB quiere saber cómo su padre desapareció en el período militar, se lo cuento. No va a querer oír la verdad. Yo se lo cuento”, dijo Bolsonaro, quien nunca ha ocultado su adulación por el régimen castrense y desde su llegada al poder emprendió acciones destinadas a conformar un gobierno autoritario y conservador.

Cuando Fernando, funcionario público e integrante de la organización Acción Popular (AP), fue arrestado y desaparecido el 22 de

febrero de 1974, su hijo Felipe tenía dos años de edad. Bolsonaro contaba con 19 y estaba en la academia del Ejército.

Ante los desahogos del mandatario, Felipe Santa Cruz respondió que exigiría a la Corte Suprema para que se aclaren tales confesiones. Para éste, Bolsonaro actuó como un “amigo del sótano de la dictadura” y demuestra “rasgos de carácter graves en un gobernante: crueldad y falta de empatía”.

La OAB rechazó por su parte la declaración del jefe de Estado y remarcó que todas las autoridades del país deberían “obedecer la Constitución Federal”.

En ese mismo tono, Eugenia Gonzaga, presidenta de la Comisión Especial sobre Personas Políticas Muertas y Desaparecidas, calificó el discurso de Bolsonaro de “extremadamente grave”.

MÁS LEÑA AL FUEGO

Y para más leña al fuego, el mandatario volvió a soltarse para cuestionar nuevamente ante la prensa: “¿Crees en la Comisión de la Verdad? ¿Cuál era la composición de la Comisión de la Verdad? ¿Quiénes fueron las siete personas nominadas por? Dilma (Rousseff, expresidenta)”, se respondió.

“Queremos resolver crímenes. La cuestión de 64, hay documentos de asesinados, no asesinados, esto es una mentira”, agregó el presidente que llamó infundadas las pruebas oficiales sobre crímenes durante la dictadura.

Cuando se le preguntó si está dispuesto a proporcionar a la Corte Suprema la información



El presidente brasileño intenta desestimar el asesinato en 1974 del desaparecido preso político Fernando Augusto de Santa Cruz Oliveira.

que tiene sobre la muerte de Fernando Augusto de Santa Cruz Oliveira, indicó que no tiene registros escritos y su versión se basa en el sentimiento.

“Lo que sí sé es lo que te dije. No hay nada escrito que sea eso, eso fue todo. Mi sensación fue eso”, reiteró.

Sobre escritos para demostrar que el preso político fue asesinado por un grupo de izquierda, Bolsonaro se burló: “¿Quieres un documento para eso, Dios mío? El documento es cuando te casas, te divorcias”.

Bolsonaro intentó en marzo reivindicar la dictadura y exhortó a los militares a conmemorar el golpe militar de 1964, anuncio que causó una ola de repudio en la sociedad brasileña.

Casi todos los sectores denunciaron la irresponsabilidad del presidente, al intentar justificar el probado hecho y negar los actos criminales de la dictadura militar instalada que cobró más de 430 muertes.

El 31 de marzo de 1964, Brasil vivió uno de los periodos más oscuros y trágicos de su historia: el inicio del régimen castrense luego del complot que derrocó al presidente João Goulart, legítimamente elegido por el voto popular.

Historiadores señalan que la investidura de los uniformados, que se

extendió por 21 años, aconteció de forma orquestada y con indumentaria democrática.

Tras años sin distinción en Brasil, la fatídica fecha se hizo notable cuando Bolsonaro informó su propósito de evocarla en los cuarteles, noticia sobre la cual hasta la justicia se pronunció.

En la ocasión, el Ministerio Público apuntó que la actitud del mandatario “suena como apología a la práctica de atrocidades masivas y, por lo tanto, merece repudio social y político, sin perjuicio de las repercusiones jurídicas”.

Recalcó que “el golpe de Estado de 1964, sin ninguna posibilidad de duda o de revisionismo histórico, fue un rompimiento violento y antidemocrático del orden constitucional”.

Otras voces fustigan a quien intenta borrar la memoria histórica de un país desgarrado por la metralla en esos años que dejaron profundas huellas de la barbarie.

El reto de Vamos por una Guatemala diferente

Por Maitte Marrero Canda
Corresponsal/Ciudad de Guatemala



Alejandro Giammattei.

Los guatemaltecos amanecieron el 12 de agosto con nuevo presidente, Alejandro Giammattei, del partido Vamos, pero la marcada apatía que se vivió en las urnas deja otro sabor amargo para la historia del balotaje en este país centroamericano.

Giammattei llegó a la segunda vuelta aupado por las encuestas, que no se equivocaron en sus predicciones tanto el 11 de agosto como el pasado 16 de junio.

Vamos, por su parte, dio a su líder ganador anticipado y festejó en su bastión de la zona 10 capitalina la perseverancia de un hombre de 63 años y médico de profesión, que por cuarta vez buscaba las riendas del poder y lo lograba con un ventajoso 58,89 por ciento de las papeletas tras escrutarse el 95,33 por ciento de las mesas receptoras de votos.

Su rival, Sandra Torres, de la Unidad Nacional de la Esperanza,

desarrollo, progreso y justicia”, fueron sus primeras palabras ante sus seguidores.

Giammattei recordó que fueron varios años para llegar a la presidencia pero, aseguró, que no lo guía la ambición sino “la misión de servirlos a todos”, una promesa trillada, pero al fin y al cabo permisible.

El líder de Vamos por una Guatemala diferente llamó en principio a la unidad de todas las fuerzas a trabajar como país y a aprovechar los cinco meses de transición que por primera vez tendrá para asumir el poder, el 14 de enero de 2020, un periodo que no asume como traba sino a favor de un traspaso más ordenado.

“Le hemos dicho NO a la Corrupción y SÍ a la renovación, es el momento que nos unamos para trabajar y llevar a Guatemala a un sitio de honor”, puntualizó, una tarea que se avizora bien difícil en un país marcado por indicadores vergonzosos como más del 60 por ciento de su población en la pobreza y pobreza extrema.

Los retos para el futuro Gobierno de Vamos están a la vista y habrá que ver si el Plan de Innovación y Desarrollo propuesto será suficiente para atacar de frente la desnutrición crónica que padece alrededor de la mitad de los niños menores de cinco años, incrementar la actual cobertura educativa de 53 por ciento en preprimaria y un 25 por ciento en diversificado, sin entrar a debatir su calidad, actualmente muy cuestionada.

Analistas apuntan que otro desafío inmenso será mejorar la administración del gobierno, que deberá ser eficiente para que los servicios públicos lleguen a todos, en particular, a los más pobres y siempre olvidados.

Tampoco podrá obviar el tema de la migración, impuesto a última hora en el escenario electoral, y que ha llevado a miles de guatemaltecos a buscar en Estados Unidos el empleo que no encuentran en su país natal para el sustento mínimo de las familias.

Si bien estos fueron quizá los

comicios más tranquilos, también pasarán a la historia como los más apáticos, un llamado de atención permanente para el binomio Giammattei y el abogado Guillermo Castillo a la hora de sopesar el apoyo ciudadano.

Más que en Sandra Torres, el excandidato tuvo en el abstencionismo a su verdadero rival, pues supera el 40 por ciento preliminarmente y pasará a la historia electoral entre los más altos de la era democrática.

Será el sucesor de Jimmy Morales más de lo mismo o lo mismo con más, es una interrogante que tendrá respuesta muy rápida, pues resulta difícil pensar en un rechazo popular mayor al 80 por ciento y con varios señalamientos de corrupción, como acumula en sus cuatro años la administración del Frente de Convergencia Nacional-Nación.

Tras la resaca electoral, Guatemala tiene nuevo Jefe de Estado, pero sigue siendo un país tan rico y diverso como desigual e inseguro; financiado por las élites tradicionales.

MÉXICO

La IV Transformación frente al FMI

Por Luis Manuel Arce
Corresponsal/México

La IV Transformación que ejecuta el gobierno del presidente Andrés Manuel López Obrador encara de manera directa la esencia del Fondo Monetario Internacional (FMI) porque va contra el neoliberalismo, sustento teórico y práctico de ese organismo multilateral controlado por Estados Unidos.

El FMI bajó recientemente sus proyecciones de crecimiento en 0,9 por ciento para México en este año, aunque no es el primero que lo hace, pues las tres principales firmas calificadoras de riesgo: la Standard & Poor's, Moody's, y Fitch Ratings, han reducido también las suyas.

Tanto el FMI como las calificadoras apuestan a que el gobierno de AMLO, como se le dice popularmente, no logre estabilizar un crecimiento económico cercano al 4,0 por ciento en 2024, el último año de su mandato. Aseguran que eso es un imposible.

El mandatario cree todo lo contrario. Piensa que superado este primer año en el que admite un bajo crecimiento, las condiciones están creadas para un repunte sostenido de la economía que conduzca a ese nivel de incremento.

Su argumento más fuerte es que una vez eliminadas la corrupción y la impunidad, ya sin un gobierno neoliberal que las genere y encubra, los rendimientos de las inversiones no sufrirán mermas y no se alterarán los valores de la inversión. No habrá argumentos, al menos desde el punto de vista financiero, para justificar atrasos ni sobrecostos.



El presidente Andrés Manuel López Obrador encara con sus políticas inclusivas la esencia del Fondo Monetario Internacional.

Objetivos y obras que son la columna vertebral del plan de desarrollo nacional, como la rehabilitación de Pemex, los trenes Maya y Transistmico, las zonas libres fronterizas, el plan energético para la generación de electricidad, entre otros, se pueden terminar o tener un notable avance desde mediados del sexenio hasta el final del mandato, según López Obrador.

CONFIANZA EN INVERSIONISTAS

Liberarse del neoliberalismo —hasta ahora por decreto— significa romper con antiguas asociaciones políticas para hacer grandes reducciones del gasto público y de impuestos, disminuir la intervención del Estado en la sociedad y en una economía en favor del sector privado. Es, sobre todo, distanciarse

de un modelo mental con fundamento en ideologías y experiencias asociadas a la derecha o ultraderecha conservadora.

Ese rechazo tajante a las fórmulas neoliberales llevó a López Obrador a proclamar en la plaza pública que “el FMI no decidirá más sobre la agenda de México, eso se acabó ya”, y cuestionar su autoridad moral para opinar sobre las expectativas de crecimiento económico en el país.

Esto justo cuando hace solo unos días el FMI dio a conocer sus Perspectivas de Crecimiento Mundial, donde se advierte que México sólo crecerá 0.9 por ciento para este 2019.

Alejandro Werner, director del Fondo para el hemisferio oriente, resumió en una publicación que en el caso de México “el crecimiento se desaceleró debido a una subejecución

del presupuesto, huelgas de trabajadores y escasez de combustible”, sin hacer mención a los fracasos y daños que provocaron a ese sector los 36 años de vigencia del neoliberalismo.

En cuanto a las demagógicas preocupaciones acerca de la salud financiera y las perspectivas de Pemex, los hechos están demostrando que el gobierno de López Obrador marcha por el camino correcto y las reformas estructurales que lleva a cabo en la empresa más productiva del Estado, apuntan sin lugar a dudas a recuperar la capacidad de producción y llegar en el plazo establecido a la autosuficiencia.

Como dijo AMLO, los conservadores apuestan al fracaso del plan nacional de desarrollo y con él a todo el andamiaje económico y social de la IV Transformación, la cual prioriza al pobre y al Estado sobre el capital privado, aunque ni de lejos le cierra las puertas a este, sino todo lo contrario, lo cual queda demostrado con el compromiso establecido por 24 bancos para invertir cerca de 30 000 millones de dólares en el plan nacional de desarrollo, en la conclusión con todo éxito del proceso de licitación de la nueva refinería de petróleo de Dos Bocas cuya construcción a un costo superior a los ocho mil millones de dólares.

Un hecho más: la buena decisión de empresas extranjeras —y también nacionales— de participar en el programa de 20 nuevos pozos en tierra y aguas someras que ya comenzó, y la disposición de otras más de intervenir en la perforación en aguas profundas que también están contempladas en los planes de Pemex. 🗣️

Debate sobre el *fracking* se reaviva

Por Masiel Fernández Bolaños
Corresponsal/Bogotá

El acuerdo entre la estatal petrolera colombiana Ecopetrol y la multinacional Occidental Petroleum Corp para aplicar en Estados Unidos la fracturación hidráulica (*fracking*), reaviva el debate sobre un eventual uso de esa polémica técnica.

La organización No al *fracking* en Colombia ha insistido en advertir de los perjuicios a los ecosistemas que pueden derivarse del empleo de dicha técnica, pues considera que eleva la sismicidad y que afecta severamente la salubridad por la reducción y contaminación de los recursos hídricos.

Sin embargo, en fecha reciente trascendió que las mencionadas compañías acordaron la conformación de una “alianza estratégica”.

Ese acuerdo tiene la finalidad de ejecutar un plan conjunto para el desarrollo de yacimientos no convencionales en la cuenca Permian en el estado de Texas (Estados Unidos), refiere información divulgada en el sitio web de Ecopetrol.

Según el reporte, la alianza le permitiría a Ecopetrol una rápida incorporación de reservas probadas por cerca de 160 millones de barriles de petróleo (previsto para finales de 2019), lo que representaría un aumento aproximado del 10 por ciento frente a las reservas de 2018 y contribuiría a la sostenibilidad petrolera y financiera de la empresa.

Felipe Bayón, presidente de Ecopetrol, opinó que esa asociación significa una gran oportunidad para poder desarrollar el *fracking* en Colombia.

En entrevista con W Radio, Bayón puntualizó que esperan el pronunciamiento del Consejo de Estado, que determinará el momento en que el *fracking* se podrá empezar a desarrollar en el territorio nacional.

Hay ocho personas en Estados Unidos adquiriendo conocimientos en dicha técnica para poder implementarla aquí, apuntó. La cuestionada explotación de hidrocarburos por fracturación hidráulica quedó incluida en las bases del Plan Nacional de Desarrollo que aprobó el Congreso de la República el 3 de mayo último.

Una iniciativa apoyada por más de 60 congresistas de diversos partidos políticos que buscaban se prohibiera esa técnica en el país fue desestimada.

La representante a la Cámara Katherine Miranda, del partido Alianza Verde, y el congresista Julián Peinado, del partido Liberal, fueron los autores del citado texto y subrayaron cómo la promoción del *fracking* por el Gobierno contradice lo expresado por el presidente colombiano, Iván Duque, quien aseguraba que de ser elegido no se abrirían las puertas a esa práctica en el país.

“Tenemos una sobrexposición de ecosistemas diversos y complejos acuíferos subterráneos de enorme riqueza y unos



La polémica técnica puede traer consecuencias devastadoras al ecosistema colombiano

riesgos de mayor sismicidad por los tipos de suelo que tenemos. Por eso he dicho: en Colombia no se hará *fracking*”, prometió Duque.

Un estudio de la Contraloría General de Colombia dado a conocer en abril pasado calificó de catastrófica e irreversible la eventual explotación de hidrocarburos por la mencionada modalidad y alertó de las graves consecuencias derivadas del *fracking* en otros países, como derrames, roturas en tuberías y altos niveles de contaminación.

El documento de más de 200 páginas indicó que esa técnica está insuficientemente estudiada, por lo que el Estado no está preparado para usarla. 🗣️



La Vitamina E se encuentra principalmente en los frutos secos, especialmente en las almendras, nueces, pistachos y avellanas.

Vitamina E, importante antioxidante natural

Por Marnie Fiallo Gómez

La vitamina E es un importante nutriente que beneficia la visión, la reproducción y la salud de la sangre, el cerebro y la piel, pero su principal función descrita es la de antioxidante natural porque reacciona contra los radicales libres y protege el tejido corporal del daño causado por estas sustancias.

Del grupo de las liposolubles, fue descubierta en 1922 cuando se observó que curaba problemas reproductivos en ratas alimentadas con una dieta rica en aceites vegetales, de ahí que sea identificada como "la vitamina de la fertilidad".

Sin embargo, la sustancia química que causa estos efectos no se conoció hasta 1878, y se denominó tocoferol —"toco significa nacimiento, y ferol quiere decir producir o dar a luz".

Esta función antioxidante es fundamental para evitar la oxidación de las grasas, lo que se denomina "enranciamiento", y ocurre con mayor facilidad "en las grasas poliinsaturadas presentes en los alimentos de origen vegetal, como los aceites o los frutos secos".

Otra de las funciones de la vitamina E es la estimulación del sistema inmunitario, además de ayudar en su función a la vitamina K, anticoagulante, previniendo la formación de trombos; y a la vitamina A, evitando la oxidación de esta en el intestino.

Lo cierto es que el cuerpo necesita de la vitamina E para ayudar a mantener el sistema inmunitario fuerte frente a virus y bacterias que lo invaden pues interviene en la formación de los glóbulos rojos y en la construcción de los huesos y tejidos saludables a través de las proteínas.

Según describe el Instituto de Salud de Estados Unidos la vitamina E ayuda a dilatar los vasos sanguíneos, y a impedir que la sangre se coagule dentro de ellos.

Por su parte la Fundación Española de Nutrición comenta que juega un papel importante protegiendo a la vitamina A, a la vitamina C y a los ácidos grasos poliinsaturados de los alimentos de cambios no deseables, y producidos como consecuencia de la oxidación.

Mientras que la Fundación Española del Corazón subraya que puede ser útil para prevenir el desencadenamiento de algunas formas de cáncer, enfermedades del corazón y el hígado, la demencia y el accidente cerebrovascular, pero aseguran que para confirmar esto son necesarias más investigaciones

FUENTES Y DÉFICIT

En los productos animales se almacena en la grasa y en los vegetales, normalmente, en semillas y en las hojas verdes.

Cuenta con una amplia presencia en los alimentos, principalmente en los frutos secos —especialmente en las almendras, nueces, pistachos y avellanas—, en las semillas de girasol y calabaza, verduras, frutas —como el aguacate y mango— y hortalizas.

También se halla en los aceites vegetales de trigo, soja, de girasol y de oliva, en los garbanzos, las lentejas, los cereales —principalmente el trigo, la avena y el arroz integral— la mantequilla y el huevo.

Y además las frutas desecadas como los albaricoques, las pasas, el melocotón, los dátiles o los higos son muy ricos en vitamina E.

Las grasas animales como el aceite de hígado de bacalao, los pescados y las vísceras también son fuente, aunque en menor medida, de vitamina E.

¿QUÉ PASA CUANDO HAY DÉFICIT DE VITAMINA E?

Esto es poco común en las personas sanas, la mayoría de las veces está relacionada con ciertas enfermedades que causan una mala absorción o digestión de las grasas o por anomalías genéticas.

Según el Instituto Nacional de la Salud de México, "tener poca vitamina E en nuestro cuerpo puede causar daños en los nervios y en los músculos con la pérdida de movimiento corporal o la sensibilidad en los brazos y en las piernas, pérdida de control del movimiento corporal, debilidad muscular así como problemas en la visión".

Especialistas coinciden que las necesidades de vitamina E deben cubrirse a partir de fuentes alimentarias que la contienen de modo natural, sin necesidad de recurrir a suplementos o alimentos fortificados.

Los rayos del sol destruyen la vitamina E, por lo tanto, hay que intentar conservar los alimentos alejados de la luz. Y es que aunque tiene una elevada resistencia al calor y a la acidez, presenta una gran sensibilidad a la luz y al oxígeno, por lo que los alimentos que la contienen suelen envasarse en recipientes cerrados y oscuros para protegerlos de los radicales libres.

Piel en 3D para curar heridas... en Marte

Por Rachel Pereda Puñales

"Cualquier cosa que un hombre pueda imaginar, otro hombre la puede hacer realidad", escribió el legendario escritor francés Julio Verne. La ciencia logra convertir lo imposible en posible y transforma la imaginación en realidades insospechadas.

Sin embargo, aunque la tecnología avanza a pasos agigantados, esa gran bio-maquinaria que es el cuerpo humano todavía representa un desafío para los investigadores.

En este escenario, la fusión de la tecnología con la medicina ha logrado procesos curativos cada vez más acelerados. Pero, ¿se imagina usted una impresora 3D que es capaz de imprimir piel para curar heridas y quemaduras graves?

¿Y, si en vez de estar en la Tierra, con acceso a hospitales y equipos de expertos médicos, nos encontramos en Marte? Pues todas estas interrogantes tienen su respuesta en un proyecto auspiciado por la Agencia Espacial Europea (ESA) para atender emergencias médicas en un futuro viaje al planeta rojo.

"Un viaje a Marte u otros destinos interplanetarios implicará pasar varios años en el espacio", destacó Tommaso Ghidini, director de la división Estructuras, Mecanismos y Materiales de la ESA, quien supervisa la investigación.

Gracias a la capacidad de bioimpresión 3D se podrá responder a las urgencias médicas cuando surjan, resaltó Ghidini. "En el caso de quemaduras, por ejemplo, se podría bioimprimir piel nueva en lugar de injertarla desde otra parte del cuerpo del astronauta, lo cual provocaría una lesión secundaria que no sería fácil de curar en el entorno orbital", agregó.

Como parte del estudio, científicos alemanes del hospital universitario de la Universidad Técnica de Dresde (TUD) lograron producir muestras de huesos y piel bioimpresos. "Las células cutáneas se pueden bioimprimir empleando como biotinta rica en nutrientes, plasma sanguíneo humano, fácil de obtener de los tripulantes de una misión", explicó la investigadora Nieves Cubo.

Asimismo, para producir muestras de hueso se imprimieron

células madre humanas con una composición de biotinta similar, añadiendo un cemento óseo de fosfato de calcio como material de soporte estructural, el cual después se absorbería durante la fase de crecimiento, precisaron los científicos.

También en el caso de fracturas óseas, cuya probabilidad es mayor en la ingravidez del espacio o en la gravedad parcial de Marte, que es 0,38 veces la de la Tierra, podría insertarse hueso de sustitución en las áreas dañadas.

Para la Agencia Espacial Europea, estos resultados constituyen los primeros pasos de un ambicioso encaminado a convertir la bioimpresión 3D en una opción viable para el espacio.

El proyecto indaga en el tipo de instalaciones a bordo que serían necesarias en cuanto a equipos, salas quirúrgicas y entornos estériles, además de la capacidad de crear tejidos más complejos para trasplantes, cuyo objetivo a largo plazo sería la impresión de órganos internos completos.

Aunque la bioimpresión 3D avanza con rapidez en la Tierra, este proyecto es el primero en el que se aplica a misiones ultraterrestres. "En todos los casos, el material bioimpreso procedería del propio astronauta, por lo que no habría problemas de rechazo", aseguró Ghidini.

Todavía falta mucho para que el ser humano tenga la capacidad de regeneración de algunos superhéroes, pero en esta búsqueda constante de transformar lo imposible en posible, la ciencia y la medicina continúan la relación inseparable que representa convertir la tecnología en vida.



La Agencia Espacial Europea se prepara así para atender emergencias médicas en un futuro viaje al planeta rojo.

PACO IGNACIO TAIBO II

La huella de Che Guevara y nuevos proyectos literarios

Por Jorge Petinaud Martínez

Corresponsal/La Paz

El escritor mexicano Paco Ignacio Taibo II confesó en entrevista con **Orbe** que comprendió verdaderamente qué era hacer un libro cuando concluyó su obra *Ernesto Guevara también conocido como el Che*.

"Yo aprendí a escribir con la Historia de la Revolución española del 34, y el Che me enseñó a escribir un libro", declaró al referirse al conversatorio que junto al historiador boliviano Gustavo Rodríguez protagonizó en el hall de la Vicepresidencia del Estado Plurinacional durante su estancia en Bolivia.

En la plática organizada en el contexto de la XXIV Feria Internacional del Libro (FIL) de La Paz bajo el título de *Diálogo sobre el Che*, ambos investigadores de esta temática abordaron diversas facetas de la vida del héroe guerrillero argentino-cubano.

Gerente en la actualidad del Fondo de Cultura Económica de México (FCEM), país invitado de la FIL de La Paz, Taibo se refirió a las dificultades que afrontó durante la creación del libro en jornadas diarias de 14 horas en las que consultó cientos de fuentes.

En su criterio, la historia es un arte narrativo, y ese factor significaba una gran presión en busca de un estilo que resultara atrayente para los lectores.

Interrogado acerca de sus proyectos de carácter biográfico, el también autor de *Tony Guiteras, un hombre guapo* (1906-1935) que su próximo reto será una investigación sobre Mordejai Yanilevich, joven socialista judío que dirigió la insurrección del Ghetto de Varsovia contra los ocupantes nazis.

Taibo II publicó en 1976 su primera novela policial, *Días de Combate*, con el detective Héctor Belascoarán Shayne como protagonista.



El escritor mexicano Paco Ignacio Taibo II (izquierda) y el historiador boliviano Gustavo Rodríguez durante la XXIV Feria Internacional del Libro (FIL) de La Paz.

El éxito alcanzado como creador dentro de este género, lo llevó a fundar en 1986 la Asociación Internacional de Escritores Policiacos junto a su compatriota Rafael Ramírez, los cubanos Alberto Molina y Rodolfo Pérez Valero; el uruguayo Daniel Chavarría, el ruso Yulián Semionov y el checo Jiri Prochazka.

Otro de sus aportes fue la creación en 1988 del festival multicultural Semana Negra de Gijón, en España, que dirigió durante varios años, y en el cual han participado cientos de autores de novelas policíacas, históricas, de fantasía y ciencia ficción.

Sin embargo, Taibo II resalta también como escritor por biografías de héroes de la izquierda latinoamericana, entre

los que sobresalen las dedicadas a Ernesto Guevara, Pancho Villa y el cubano antimperialista Tony Guiteras.

Al margen de la creación de sus más de 50 libros, muchos de ellos traducidos a varios idiomas, el intelectual mexicano ha sido activista sindical y político, profesor universitario, director de series de televisión y de medios impresos.

INTEGRACIÓN Y LECTURA

No faltó en el diálogo la evocación al intelectual cubano y presidente de la Casa de las Américas recientemente fallecido Roberto Fernández Retamar, con quien Taibo II mantuvo una prolongada amistad.

"Lo conocí en circunstancias muy gratas en un encuentro de Casa de las Américas hace muchos años —evocó—, me tocó acompañarlo a una lectura de poesía en Casilda, en el centro de la isla, y leyó el famoso poema a su

padre, uno de los mejores que escribió, y a mí me dejó profundamente conmovido".

Nació así una simpatía mutua que se prolongó en el tiempo, pues Taibo II fue jurado dos veces del Premio Casa de las Américas, y también coincidieron en México, país al que fue invitado Retamar a realizar lecturas de poesía.

Para Paco Ignacio Taibo II, la lectura es un elemento integrador de los latinoamericanos, idea que en su criterio está en el corazón de Casa de las Américas.

Un ejemplo de esa integración ya en marcha es el proyecto del Fondo de Cultura Económica de México con Bolivia, que estará funcionando, con una librería en el centro de La Paz. 📖

Los Juegos de la equidad

Por Manuel Robles Sosa

Corresponsal/Lima

La igualdad de género estuvo muy presente en los Juegos Panamericanos de Lima 2019, y según la estadística publicada por el Comité Organizador, el número de deportistas mujeres participantes se acercó a igualar al de varones.

Las competencias que recién culminaron registraron un alto protagonismo femenino, como en el caso de Perú, cuya primera medalla de oro la ganó la fondista Gladys Tejeda, al imponerse en la prueba de maratón. Las cifras citadas indican que el total de atletas participantes fue de 6 452, de los cuales 3 480 (54 por ciento) fueron varones y 2 972 (46 por ciento), mujeres.

Por otra parte, el país con mayor presencia femenina defendiendo sus colores fue Paraguay, delegación integrada en 65,8 por ciento, seguido de Canadá (58,7) y Haití (57,1).

En el caso de Perú, hubo también una importante presencia femenina, pues de 593 deportistas, 282 (48 por ciento) fueron mujeres, mientras Estados Unidos tuvo 313, Canadá 281 y México 248.

Las cifras por deportes señalan al atletismo en primer lugar, con 296 féminas, seguido por la natación (156), fútbol (144), hockey (128), balonmano (112), voleibol (96), baloncesto (96), natación artística (80), levantamiento de pesas (62), voleibol de playa (32) y fisiculturismo (16).

En porcentajes, el karate tuvo 50,4 por ciento de mujeres, seguido del fútbol (50,2), voleibol, voleibol de playa, basquetbol y fisiculturismo (50), levantamiento de pesas (49,6), atletismo (47,1) y boxeo (32,8).

LA PRIMERA BRASILEÑA INDÍGENA

Dentro de esa diversidad, por supuesto, no faltaron otras notas de color como la aportada por la arquera brasileña Graziela Paulino dos Santos, quien tuvo el orgullo de ser la primera atleta indígena en la historia de su país que participa en unos Panamericanos.

"Soy el primer indígena en representar a Brasil en Panamericanos, me siento feliz y orgullosa por eso", afirmó la representante de la comunidad Nova Canaã en el río Cuieiras, cerca de Manaus, capital del estado de Amazonas.



Graziela Paulino dos Santos fue la primera atleta indígena en la historia de Brasil que participa en unos Panamericanos.

La joven de la etnia karapana vivió hasta los 17 años en una comunidad de 64 habitantes y ahora, a los 23, sueña con sorprender el mundo con un arco y una flecha en la mano, "algo con lo que jugué siendo niña", explicó.

Narró que "cuando era pequeña, siempre soñaba con ir a la universidad y tener un trabajo que viajara mucho. Con el deporte lo logré y mi ilusión de infancia se hizo realidad",

comentó la indígena, quien ha visitado varios países para participar en torneos de su disciplina.

Recordó que solía usar el arco nativo, común entre los karapana, "principalmente para sobrevivir, para llevar comida a casa. Pero con el tiempo surgieron otras formas de cazar, incluidas las armas, y comenzamos a usarlo por diversión. Es parte de la cultura de mi pueblo", añadió. 🏹

Bodas Submarinas

Por Abel del Valle

Contraer nupcias suele ser uno de los eventos más importantes y hermosos en la vida de las personas. Sonrisas, bailes y un inolvidable beso tienden a caracterizar tan encantadora conmemoración.

La cuestión es tratar de que ese instante sea totalmente diferente a cualquier otro. Es por eso que hoy en día la mentalidad de casarse al estilo tradicional es descartada por muchos y hay quienes optan por ceremonias más novedosas y memorables. Se han efectuado bodas en supermercados, en bicicletas, lanzándose en paracaídas, disfrazados de personajes de comics, etc. Pero sin duda, las que se realizan bajo el mar se pueden catalogar entre las más imaginativas.

¿Submarinas? Pues sí. Cada vez aumenta el número de enamorados que, en el afán de convertir ese día en el más representativo, optan por esta variante.

Estas festividades han estado realizándose en diferentes países del planeta. Cada vez que fotos o videos son colocados en medios de difusión, como por ejemplo en las redes sociales o la televisión, su popularidad aumenta.

La simpatía que ejerce en diversos públicos no ha pasado desapercibida para las grandes empresas. Muchas dedicadas a los negocios del entretenimiento, incorporaron esta opción a sus paquetes de ofertas.

Para la ceremonia, la pareja debe asistir con la ropa más cómoda posible. Algunas novias llevan vestidos muy ligeros y otros trajes de bucear. La mayoría usa velos y lleva consigo sus ramos.

Con el novio, por su parte, ocurre algo similar. Se le recomienda asistir sin usar sacos y con el cuello lo más desahogado



La ingeniosa modalidad de casarse se expande alrededor del mundo.

posible, por supuesto en caso de no querer vestir trajes de buzo.

La ceremonia tiende a durar un aproximado de 30 minutos. En su mayoría a estas asisten los felices pretendientes, fotógrafos, el casamentero y los invitados más osados. Antes de empezar la inmersión, los prometidos firman los respectivos documentos de legalización. Posteriormente, al zambullirse, llevan unas pequeñas pizarras en las cuales exponen ante el mundo sus decisiones.

Entre los lugares más utilizados se encuentran las playas españolas y la zona turística de Cancún, en México, donde se llevó a cabo la más grande hasta el momento debido a la cantidad de asistentes. En total unas 300 personas.

La provincia de Trang, ubicada en Tailandia, es otra de las regiones preferidas. Es precisamente en ese lugar donde se implantó en el año 2000 un record Guinness, pues fueron muchas las uniones concertadas. Más de 30 se entrelazaron con un "sí".

Estos acontecimientos también han ocurrido en Cuba. Las cálidas aguas caribeñas que rocían sus costas y rodeadas de una fabulosa vegetación y abundante fauna, han sido testigos de tal inolvidable suceso.

Uno de los lugares escogidos fue la bellísima playa de Guardalavaca, ubicada en la zona norte oriental de la isla. La unión se realizó entre un cubano y una joven extranjera, quienes hicieron de aquel santuario natural, el lugar mágico donde unir sus lazos.

Cada vez más amenazados

Por Alfredo Boada Mola
Corresponsal/Nueva Delhi

India perdió al menos 218 leopardos en los primeros cuatro meses de 2019, un aumento de más de 40 por ciento respecto al mismo periodo del año anterior, según la Sociedad de Protección de Vida Silvestre (WPSI, por sus siglas en inglés).

Unos 500 ejemplares de esa especie murieron en 2018 atrapados en pozos, golpeados o muertos a tiros, atropellados en el ferrocarril y en la carretera, de acuerdo con datos de la WPSI.

A medida que las muertes de este felino aumentan en la India a niveles récord, algunos expertos temen que esos animales estén ahora mismo en mayor riesgo de extinción que los tigres, fundamentalmente, por la caza furtiva.

Mientras se permiten proyectos de infraestructura en los hábitats, las muertes por tren o automóviles se incrementaron de 41 a 80, entre en 2014 y 2018.

Calificada de vulnerable, apenas por debajo de la amenaza de extinción, por la Lista Roja de la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza, la *Panthera pardus* (nombre científico del leopardo) está protegida por la ley india.

Los leopardos son los grandes felinos más extendidos en este país y una especie clave en las áreas que sustentan no solo la vida silvestre, sino también la economía nacional, según expertos.



La *Panthera pardus* está protegida por la ley india.

en broma

-000-

—Soy un tipo saludable—, afirma un señor de aspecto rollizo

—Seguro que comes vegetales y una dieta balanceada—, admite alguien en el grupo.
—La verdad, no; más bien es porque la gente me dice hola muchas veces por la calle.

-000-

En el hospital:

—Oiga, ¿el otorrino va por número?

—Van nombrando.

—Qué gran actor, pero no me cambie de tema.

-000-

Un niño se sube a un ómnibus y pregunta al chofer:

—¿Cuánto cuesta el bus?

A lo que este responde: veinte centavos.

La criatura con gran autoridad, mete la mano en el bolsillo al tiempo que ordena:

—A bajarse todos que lo compro.

-000-

Un trabajador expresa preocupado en su empresa:

—Jefe, este mes me ha pagado de menos.

—Pero el mes pasado le pagué de más.

— Sí, un error se entiende, pero dos...

-000-

Antes yo era indeciso, ahora no estoy seguro

-000-

— Mami, ¿a que no adivinas dónde estoy?

— Hijo, ahora no puedo hablar, llámame luego.

— No puedo, sólo tengo derecho a una llamada.

-000-

—Mmmm, ¡velas!, ¿qué celebramos?

—Que nos han cortado la luz....

-000-

Una esposa le dice a su esposo:

—Amor ¿Estoy muy flaca? su esposo le responde:

—No tienes un cuerpo común. !Comun palo!!

-000-

Una cereza se mira al espejo y dice... ¿Cereza?

-000-

—Cariño, tengo dos noticias, una buena y otra mala. He dejado las drogas, pero no sé dónde.

Flora Fong, la inspiración constante en sus raíces



Flora Fong llevó a China la serie *El Caribe Ming: imagen, caligrafía, verso*, en la que enlaza sus raíces cubana y china, acompañada cada obra con versos escritos durante dinastías como la Tang, Song y la Ming.

Por Yolaidy Martínez
Corresponsal/Beijing

Los artistas encuentran inspiración para sus obras en diversas fuentes y en caso de Flora Fong su origen familiar, y es la musa constante que la incentiva a visualizar emociones e inquietudes sobre temas como los actuales problemas medioambientales.

Fruto de esa creación surgió *El Caribe Ming: imagen, caligrafía, verso*, serie donde entremezcla los colores vibrantes y elementos muy típicos del paisaje de su Cuba natal con la simbología y poemas de cinco milenios de la escritura de China, que también corre por sus venas.

Por estos días una sala de la Biblioteca de la Capital es la vitrina donde el público de Beijing aprecia una colección de 20 piezas de variados formatos, acompañada de versos escritos durante dinastías como la Tang, Song y la Ming para acentuar la pertinencia de recurrir al conocimiento antiguo mientras se busca soluciones a fenómenos que agobian a la naturaleza.

En entrevista con **Orbe**, Fong explicó que se trata de una serie donde enlaza a los dos países y es resultado de sus propósitos desde hace años de ilustrar la belleza caligráfica de China.

Por ejemplo, la dinastía Ming es para ella un acercamiento y un contrapunteo de la esencia de la caligrafía, pero a la vez el encuentro con el mundo occidental y la necesidad de ponerse al día con el intercambio entre los pueblos.

"Todo eso me ha interesado mucho, lo plasmé en mi obra justamente porque hablan de los orígenes, de la belleza de la naturaleza", indicó.

La creadora aseguró que llevó a imágenes conceptos que definió "muy pegados a la tierra, pero muy sabios" para llamar la atención sobre el comportamiento y el impacto en la flora y fauna de fenómenos como los ciclones, cada vez más devastadores para Cuba y el resto del Caribe.

LA FORMACIÓN PATERNA

Confesó que cada estancia en la nación asiática le permite comprender más la formación recibida de su padre, así como su manera de ser, de pensar y actuar ante la vida.

"Las tradiciones chinas las he podido calcular, mirar en el tiempo y entenderlas un poco a través de él (...) el por qué nos enseñó sobre la austeridad, el respeto, la perseverancia,

el luchar por objetivos sanos, por la unión de la familia. Todas esas cosas de niña las supe (...) y estar aquí para mí es un homenaje a mi padre, a la tierra de mis ancestros", manifestó la artista.

Rememoró el apoyo permanente de él desde sus primeros años de vida para estudiar arte y vincularla a la comunidad china residente en Cuba.

Esto último despertó en ella el deseo de emprender proyectos mediante la cultura, a fin de estrechar cada vez más las relaciones entre dos naciones con una amistad de larga data.

"Para mí el intercambio cultural de Cuba y China es muy importante en estos momentos, tanto a nivel de país como internacional, porque permite que las personas se entiendan, que predomine lo más esencial del ser humano y sus valores", puntualizó.

La Premio Nacional de Artes Plásticas y relevante personalidad de la Mayor de las Antillas aseguró que de esa manera desea ayudar más a su país, máxime cuando atraviesa tiempos difíciles debido al recrudecimiento del bloqueo impuesto por Estados Unidos hace casi seis décadas.

No obstante, expresó convencimiento de que tal y como ha sucedido en situaciones anteriores, su pueblo sabrá seguir adelante frente a una arremetida que pretende asfixiar la economía cubana.

Finalmente, la pintora comentó sobre la inclusión de sus trabajos en la octava Bienal de Arte de Beijing, que transcurrirá del 26 de agosto al 23 de septiembre bajo el tema: *Un mundo colorido y un futuro compartido*.

Los lienzos de Fong estarán junto a cuadros y esculturas de colegas de un centenar de países de todo el mundo.

Ese espacio gana cada vez más reconocimiento como plataforma para mostrar la diversidad, el quehacer artístico contemporáneo y fomentar el diálogo igualitario entre las culturas. 🌍



La artista cubana estará exponiendo sus trabajos en la octava Bienal de Arte de Beijing en septiembre próximo.



Una colección de 20 piezas se expone en la Biblioteca de la Capital en la nación asiática.