

S/1.00



Perú, VIERNES 01 ABRIL DEL 2022

DIRECTORA: PATRICIA MEDINA

El Men

» El diario que lucha por tus derechos

AÑO XX N° 7873

GUÍA DE LA MEDICINA NATURAL

PITAHAYA: EL MILAGRO DE LA SELVA



¡POR FIN! MINISTRO DE SALUD SE VA DEL CARGO

Pleno del Congreso aprueba moción de censura contra Condori



@elmen_pe

elmen.pe



www.elmen.pe

Serán 185 000 los favorecidos



ANUNCIAN BONO DE ESCOLARIDAD PARA DOCENTES Y AUXILIARES

HOY RECLAMA TU LÁMINA N° 20 DE TU ÁLBUM EL CUERPO HUMANO



VÁLIDO SOLO EN EL NORTE CHICLAYO.



RECETA: HUEVO EN CANASTA

Este jueves 7 inician los pagos de abril y en breve anunciarán el incremento de pensiones

¡ATENCIÓN JUBILADOS!

LETRAS-APELLIDOS	MES	DÍA
A - C	ABRIL	Jueves 07
D - L	ABRIL	Viernes 08
M - Q	ABRIL	Lunes 11
R - Z	ABRIL	Martes 12

CHEQUEA CRONOGRAMA Y ESTE MES LOS AUMENTOS

PAG. 4

Reveló que constantemente la criticaba y le decía: "Estás muy gorda"

BAILARINA DESENMASCARA A YAHAIRA PLASENCIA



COLECTIVEROS COBRAN 150 SOLES POR CIERRE DE TERMINAL YERBATEROS

Se aprovechan de bloqueo de carreteras tras paro de transportistas



Desde el lunes 04 de ABRIL tu diario te trae



ALBUM DE CULTURA GENERAL GRATIS

Válido solo en ICA



PBO RADIO 91.9 FM



PBO con Phillip Butters

Lunes a Sábado 6am a 10am

El asesino ocultó durante tres meses el cadáver en un congelador

Empleado de banca italiano descuartiza a actriz "DE LA VIDA"

Davide Fontana, un empleado de banca italiano de 43 años, aficionado a la fotografía y autor de un blog sobre gastronomía y viajes, compró un congelador en Amazon a mediados de enero. También un hacha y una sierra para metales. En su historial de la plataforma constaría también un braseiro, que luego devolvió al no resultarle útil.

Un reguero de transacciones comerciales que tenían como fin una operación que duró tres días: congelar el cadáver de Carol Maltesi, una actriz porno de 26 años, descuartizarlo en 15 pedazos y deshacerse de él en medio de la montaña.

Se lo contó el martes a las tres de la madrugada a la policía, algo más de dos meses y medio después de matar a Maltesi, madre de un hijo de seis años y conocida en el sector como Charlotte Angie. Durante ese tiempo, y hasta que se deshizo de los restos, hace algo más de una semana, el asesino fingió ser ella respondiendo a los mensajes de texto de sus allegados.

Fontana y Maltesi eran vecinos en Rescaldina, un pueblo de la corona metropolitana milanesa, pero se habían conocido en un hotel de Milán en octubre de 2020, durante el pico de la pandemia.

¿CÓMO SE CONOCIERON?

"Trabajaba en un banco, pero me encanta la fotografía. La conocí a través de Instagram y le hice unas fotos en ropa interior. Vivía en Milán con mi mujer, luego decidí dejarla porque empecé a mantener relaciones con Ca-



rol. Manteníamos una relación abierta. Ella vendía películas porno y fotos en Onlyfans [un canal de suscripción usado a menudo por el sector porno para aumentar sus ingresos]", explicó ante los agentes.

Ambos comenzaron a rodar pequeñas escenas de porno extremo, hasta que en una fecha todavía por determinar —entre el 10 y el 11 de

enero—, Fontana la asesinó sin un motivo aparente. Ese día grabaron dos videos en la casa de la actriz. El primero, de carácter menos agresivo, todavía se conservaba en el iPhone del asesino.

El segundo, donde terminó con la vida de Maltesi, fue eliminado. "Ella estaba atada [en una barra de striptease], tenía una bolsa en la cabeza.

Empecé a golpearla con un martillo por todo el cuerpo, no muy fuerte. Luego, cuando llegué a la cabeza, comencé a golpearla con fuerza, no estoy seguro de por qué. No sé qué me pasó. Creo que ya estaba muerta, no sabía qué hacer y le corté el cuello con un cuchillo de cocina. Estuve media hora mirándola y luego me fui a casa".

El asesino intentó primero prenderle fuego sin éxito. Tras congelar el cuerpo y descuartizarlo con los instrumentos que había comprado por Amazon, recogió la casa. "Limpié el apartamento y lavé los trapos en la lavadora". Luego metió las cinco bolsas de basura con los restos en el congelador. Más de dos meses después, metió el cadáver troceado en el maletero del coche de la víctima y condujo 120 kilómetros hasta las montañas de Borno (Brescia), donde los abandonó. Ese día, volvió tranquilamente a su vida. "Cuento todo esto porque quería quitarme este



lastre y decir la verdad", aseguró en la madrugada del martes.

HALLAN SUS RESTOS

El 20 de marzo, un hombre de 60 años que paseaba por la zona encontró a Maltesi. Las distintas partes de su cuerpo estaban esparcidas, tenía el rostro quemado y en un estado de descomposición que dificultó enormemente la identificación por parte de la policía. Solo fue posible reconocerla por los 15 tatuajes que llevaba y que los Carabinieri publicaron para intentar obtener la ayuda de conocidos. Varios fans de la actriz llamaron para alertar de su identidad.

Fontana siguió usando el teléfono de la víctima, que también trabajaba como dependienta en una tienda del pueblo, y contestando a los mensajes que recibía. De hecho, pudo sortear las preguntas de los allegados hasta que recibió la llamada de un periodista, al que habían infor-

mado de la identificación del cadáver de la actriz, que no le creyó y quiso hablar al teléfono con ella para oír su voz. Fontana aguantó. Y también siguió usando su Fiat 500, como hacía habitualmente. El lunes, cuando se dio cuenta de que los investigadores estaban ya acercándose a él, acudió a la policía y denunció la desaparición de forma oficial. Pero durante la misma declaración, fue cuando se derrumbó y terminó confesando el crimen.

En Italia ha habido 25 feminicidios solo desde que comenzó el año. La propia Maltesi había publicado un video el 25 de noviembre denunciando los malos tratos psicológicos que a menudo sufren las mujeres y pasan más desapercibidos que los físicos: "Lo he vivido en mi pequeña realidad personal... Se habla mucho de la violencia física, pero también es importante la psicológica porque es la que te destruye".

Mototaxista es asesinado por sicarios en SJL

El cruce de las avenidas Los Postes y Santa Rosa, en el sector Santa Fe de Totorita, en el distrito de San Juan de Lurigancho (SJL), se convirtió en escenario del asesinato de un joven mototaxista. La po-

licía Nacional del Perú (PNP) identificó a la víctima como Abder Quijano Acuña (27), él fue asesinado a balazos por presuntos sicarios.

Los testigos en la zona relataron que la víctima llegó

hasta la citada intercepción para dejar unos pasajeros, tras lo cual aparecieron dos sujetos desconocidos a bordo de una motocicleta. Uno de ellos sacó una pistola y, sin mediar palabra, le disparó

varias veces al mototaxista. El hombre, aún con vida, pidió ayuda a gritos; pero murió a los minutos por la gravedad de sus heridas. La PNP no descarta un posible ajuste de cuentas.



Bruno Pacheco y sobrinos de Pedro Castillo incluidos en los más buscados



El Ministerio del Interior (Mininter) incorporó en el Programa de Recompensas a los cinco prófugos implicados en el caso Puente Tarata, entre ellos, el exsecretario general de Palacio de Gobierno, Bruno Pacheco; y dos exfuncionarios de Proviás Descentralizado.

La inclusión de estas cinco personas fue aprobada por

la Comisión Evaluadora de Recompensas contra la Criminalidad (Cecri). De esta manera, la lista de los más buscados contiene los nombres de Bruno Pacheco Castillo, Fray Vázquez Castillo, Gian Marco Castillo Gómez, así como los exfuncionarios de Proviás Descentralizado, Edgar Vargas Mas y Alcides Villafuerte Vizcarra.

MML y PNP intervienen hostales por explotación sexual



En un trabajo conjunto la Municipalidad de Lima y la Policía Nacional intervinieron dos hostales en el Jr. Chancay, en el Cercado, donde se registraban casos de explotación sexual.

Ingresaron de manera presurosa a los hostales Renzos y La Herradura, ubicados en la cuadra 9 de esta transitada vía, donde se intervino a 14 personas, entre mujeres y hombres, quienes se encontraban escondidos en diferentes zonas de los locales.

El personal de Seguridad del Estado de la PNP condujo a los intervenidos a la comisaría Alfonso Ugarte para las investigaciones respectivas. La comuna edil clausuró los establecimientos y colocó muros de concreto por desacato a la autoridad.

71 parlamentarios votaron a favor de la censura, 32 en contra y 13 en abstención

Hernán Condori no va más como Ministro de Salud



Tras el debate sobre la moción de censura contra el Ministro de Salud, Hernán Condori Machado, el Congreso de la República decidió aprobar la misma. Fueron 71 parlamentarios que votaron a favor, 32 en contra y 13 en abstención, cabe señalar que el pedido había sido presentado por el legislador Diego Bazán (Avanza País) y se sustentaba en la "manifiesta falta de idoneidad y capacidad" de Condori para el cargo.

La referida moción fue respaldada con las firmas de legisladores de las bancadas de Avanza País, Renovación Popular, Juntos por el Perú, Alianza para el Progreso, Somos Perú, Acción Popular, así como de congresistas no agrupados Carlos Anderson, Enrique Wong, Susel Paredes, Flor Pablo y Edward Málaga.

El oficio presentado por Bazán refiere que Condori "ejercía la profesión de manera inadecuada al promover la venta de Cluster X2 ('agua arracimada')

atribuyéndole propiedades medicinales que no se encuentran comprobadas y certificadas por autoridad oficial o académica alguna".

También se cuestionaba a Condori por promocionar un servicio de diagnóstico de cáncer de cuello uterino en un minuto, ya que no contaría con la especialidad de ginecología u oncología. El médico, quien se había aferrado al cargo pese a los múltiples cuestionamientos, deberá presentar su renuncia al presidente de la República, Pedro Castillo, aceptar la dimisión dentro de las 72 horas siguientes.



Menor de seis años es violado por secretario de colegio

INDIGNANTE. Una madre de familia denunció que su hijo, un menor de seis años, fue ultrajado por el secretario del colegio Inca Garcilaso de la Vega ubicado en Collique, Comas. La madre detalló que el hecho ocurrió cuando su hijo se quedó al cuidado de Jeanpaul Moisés Barrios

Zuñiga (24) porque ella no se enteró del cambio de horario de salida. Pensó que las clases terminaban a las 5:30 p.m., pero terminaron a las 3:30 p.m.

"Mi hijo se queda al cuidado de este hombre y tenía que orinar. Es ahí cuando va al baño y el secretario va detrás de él", cuenta. Una vez que el

menor le dice lo ocurrido días después, la madre acude al colegio, pero cuando este no le brinda soluciones es que acude a la Comisaría. La madre precisó que el menor pasó por el examen del médico legista y por la cámara Gesell donde se confirmó que había sido ultrajado.



Ministerio de Trabajo ya tendría lista la propuesta para los cálculos de los incrementos a las pensiones de los jubilados

Chequea cronograma de pagos de abril y este mes anuncian aumento

Los jubilados del DL 19990 se disponen a cobrar su pensión de abril de 2022. De esta manera, a partir del jueves 7 de abril se inician los pagos, según el cronograma anual de la ONP. Para los pensionistas con apellidos de la A a la C cobrarán este jueves 7 y para las personas con apellidos de la D a la L, el viernes 8. En tanto que para los apellidos de M a la Q, el lunes 11, y los apellidos de la R a la Z, el martes 12 de abril. **Aquí el cronograma del DL 19990 y de otras leyes:**

LETRAS- APELLIDOS	MES	DÍA
A - C	ABRIL	Jueves 07
D - L	ABRIL	Viernes 08
M - Q	ABRIL	Lunes 11
R - Z	ABRIL	Martes 12

DECRETO LEY N° 1990:

Tipo de pago: abono en cuenta bancaria: Banco de la Nación, BBVA, GNB Perú y Scotiabank.

Fecha de pago según primera letra del apellido paterno:

- A - C: 7 de abril.
- D - L: 8 de abril.
- M - Q: 11 de abril.
- R - Z: 12 de abril.
- Convenios internacionales: 13 de abril.
- Incluye pensionistas Ley N° 27803
- Pago a domicilio: del 13 al 22 de abril.

DECRETO LEY N° 18846:

Tipo de pago: abono en cuenta bancaria: Banco de la Nación, BBVA, GNB Perú y Scotiabank:

13 de abril.

• Pago a domicilio (Decreto Ley N° 18846): 16 al 22 de abril.

DECRETO LEY N° 20530 Y PENSIONES POR ENCARGO

• Abono en cuenta bancaria: Banco de la Nación, BBVA, GNB Perú y Scotiabank: 13 de abril.

• Pago a domicilio (pensiones por encargo): 16 al 22 de abril.

LEY N° 30003 PENSIONISTAS PESQUEROS:

Tipo de pago: abono en cuenta bancaria - Banco de la Nación: 13 de abril.

• Pago a domicilio: del 16 al 22 de abril.

LEY N° 26790 - PENSIONISTAS DEL SEGURO COMPLEMENTARIO DE TRABAJO DE RIESGO:

Tipo de pago: abono en cuenta bancaria - Banco de la Nación (cobertura supletoria, fondo minero y reaseguro): 13 de abril.

• Pago a domicilio: Del 16 al 22 de abril

LISTOS LOS AUMENTOS

En tanto, se supo que el Ministerio de Trabajo en cualquier momento anunciaría el incremento de las pensiones para los jubilados del DL 19990. Voceros del MTPE, manifestaron que el tema de los cesantes está por resolverse.

Más aún si recordamos que existe una sentencia del Tribunal Constitucional (TC) que le dio al Gobierno un plazo de 3 años para otorgar dichos aumentos, fecha que se vence el próximo 16 de abril.

Según los especialistas, el incremento más óptimo para la pensión de los jubilados sería nivelarlo al igual que la Remuneración Mínima Vital que asciende a S/930, ya que por muchos años sus pensiones estuvieron congeladas. Asimismo, dicho incremento podría producirse de manera gradual, pero con fechas a cumplirse y no seguir burlándose de jubilados como lo han hecho en todos los gobiernos.

En 139% en este 2022 creció pesca de anchoveta

El Ministerio de la Producción (Produce) informó que entre enero y febrero del 2022, la pesca de anchoveta de consumo humano indirecto en la zona sur del país ascendió a 81,700 toneladas métricas (TM), significando un incremento de 139% con relación a similar periodo del año anterior.

El titular del sector, Jorge Prado Palomino, explicó que los puertos donde se realizaron los mayores desembarques de anchoveta fueron: Ático con el 28.6% del total desembarcado, seguido de Matarani (25.8%), Mollendo

(21%), Pacocha (14.3%) e Ilo (10.3%).

“Estamos expectantes con los resultados de la pesquería de anchoveta en el sur del país, dado que generan más de 3,500 puestos de trabajo directos e importantes ingresos a la economía nacional”, comentó.

De acuerdo a la Oficina General de Evaluación de Impacto y Estudios Económicos de Produce, de enero a febrero del 2022 se habría registrado cerca de 32.8 millones de dólares de exportaciones de harina y aceite de pescado provenientes del sur del país.



El Último Carnaval pondrá nuestra cultura en escenario de talla internacional

Un evento que tiene como finalidad poner en el pedestal que se merece a nuestra cultura, es el denominado Último Carnaval, el cual se llevará a cabo este 2 de abril a partir de las tres de la tarde en el centro de conciertos “Arena Perú” de la Avenida Javier Prado Este 4406 en Surco.

Contará con 3 partes bien definidas. La primera de ellas será una demostración de las agrupaciones con gran trayectoria que se encargan año a año de bailar en la celebración de la Virgen de la Candelaria en Puno.

La segunda, un show en honor al bicentenario llamado “200 Años: He-

rencia de un imperio”; Un espectáculo con propuestas de la costa, sierra, selva y caballos peruanos de paso.

La última parte es un concierto de una de las bandas más reconocidas de música altiplánica, Golpe Latino. Todo el evento durará de 3:00 p.m. a 1:00 a.m. Se reconocerá a lo largo del evento a personajes e instituciones con gran trayectoria en la difusión cultural.



MEF brindará impulso a la inversión pública y privada

El ministro de Economía y Finanzas, Oscar Graham, informó ayer que se relanzarán los planes nacionales de competitividad y de infraestructura en los próximos meses.

Lo que se tiene que efectuar es la actualización del Plan Nacional de Competitividad, pues en estos dos años hubo muchos cambios, señaló. “Por ejemplo, el tema de salud es



prioritario y los objetivos de salud de hace tres años no son los mismos ahora”, anotó.

El equipo está trabajando en la actualización (del plan) y se debe tener la actualización en los próximos tres meses para luego relanzar esta agenda, manifestó.

Esto servirá de espacio de diálogo para interactuar de forma productiva y eficiente entre sector público y privado,

comentó en el evento “Competitividad: superando los retos actuales para impulsar el desarrollo en el Perú”.

A continuación, manifestó que a lo largo del país siempre hay pedidos de nuevas obras e inversiones, pero hay que tener visión en dónde poner los escasos recursos del Estado y dónde se tiene mayor eficiencia y encadenamientos productivos.

Consideran que el Perú debe retirarse de la CIDH



El legislador de Renovación Popular, José Cueto, señaló que el Perú debería retirarse de la Corte Interamericana de Derechos Humanos (Corte IDH) luego de que esta entidad ordenara al país que no libere al expresidente Alberto Fujimori, quien cumple condena por diversos delitos.

“Han liberado a todos los terroristas, pero ahí no han dicho nada, lo he dicho varias veces que deberíamos retirar-

nos de esta Corte que no nos aporta absolutamente nada”, dijo el parlamentario.

“Desde que se venció a los terroristas, se han dedicado a cambiar todo este tema cultural en los jóvenes, contándoles historias que no se ajustan a la realidad. Hay que acatar lo que dice el juez [del TC], a veces se acata de un día para el otro, y en otros casos se busca otras instancias”, agregó.

Los sobrinos se entregarán la otra semana



Luis Vivanco, abogado de los sobrinos del presidente Pedro Castillo, Fray Vásquez y Gian Marco Castillo, indicó que sus patrocinados no obedecen la detención preliminar dada por el Ministerio Público en el marco del caso Puente Tarata debido a que consideran que es arbitrario.

Además, explicó que evaluarán si se ponen a derecho la próxima semana o si esperan a que se solicite una prisión preventiva para exponer sus argumentos ante un juzgado. Asimismo, descartó que exista peligro de fuga.

“Estamos evaluando si es que corresponde o no corresponde ponerse a derecho. Mis patrocinados no acatan porque consideramos que es absolutamente arbitraria esta medida que no tiene sustento, más allá de los dichos de un colaborador”, indicó en conferencia de prensa.

“Si quisieran huir, no hubieran nombrado a un abogado, no hubieran querido ir a la audiencia. Solo que en el camino cambiaron las reglas. Si esto fue una sentencia en segunda instancia, entonces si serían prófugos, pero no ese ese caso”, agregó.

“Lo de Fujimori es cortina de humo para tapar a Castillo”

El parlamentario de Fuerza Popular Alejandro Aguinaga acusó al Ejecutivo de tratar de desviar la atención de los presuntos actos de corrupción en los que estaría involucrado el presidente de la República, Pedro Castillo.

En declaraciones a la prensa, el legislador expresó su indignación por el intento de las autoridades gubernamentales

de poner el foco en el caso del polémico indulto a Alberto Fujimori, con el fin de evitar que el jefe del Estado responda ante las múltiples denuncias.

Alejandro Aguinaga cuestionó, además, a los parlamentarios que votaron en contra de la moción de vacancia presidencial el pasado lunes, calificándolos de “socios y cómplices” del Gobierno. A su juicio, el país clama por

la destitución del mandatario “para que se enderece la economía y haya trabajo”.

“Hay que preservar la salud de Fujimori, próximo a cumplir 88 años y que padece de una serie de patologías, pero la patología más grande que lo agrava y lo complica es justamente la falta de autoridad en el país, la falta de hacer respetar nuestros derechos soberanos a la justicia”,



manifestó en referencia al pronunciamiento de la Corte Interamericana de Derechos Humanos (Corte IDH) sobre el caso Fujimori.

Expresidente no será excarcelado hasta lo que decida la Corte IDH el 6 de abril

El expresidente Alberto Fujimori no será excarcelado hasta lo que decida la Corte Interamericana de Derechos Humanos (Corte IDH) en su sesión del próximo 6 de abril, estimó su abogado defensor, César Nakazaki.

“En términos prácticos, para no hacer una explicación jurídica, si yo creo que el presidente Fujimori no va a ser excarcelado hasta lo que finalmente se decida el día 6 (de abril)”, señaló Nakazaki en declaraciones a RPP.

El letrado precisó que la Corte IDH discutirá mañana si proceden o no las medidas provisionales o cautelares, es decir si se tiene que suspender la ejecución de la sentencia del Tribunal Constitucional (TC) hasta la audiencia del 6 de abril.

Posteriormente, el próximo miércoles, se evaluará si el fallo del TC viola o no lo que la Corte IDH determinó en su último procedimiento de supervisión.

En opinión de Nakazaki, la Corte IDH se llevará una gran sorpresa al comprobar que el Estado no hizo lo que ordenó el 2018 cuando indicó que, a través de un proceso de amparo y con intervención de médicos, se revisara si Fujimori tiene enfermedades que justifiquen el otorgamiento

A ALBERTO FUJIMORI LE TOCA SEGUIR ESPERANDO

de un indulto humanitario.

En ese sentido, subrayó que el tribunal internacional lo único que puede señalar es que si se cumplió o no lo que dictó el 2018.

“Por un cúmulo de errores no se ha hecho, espero que la corte diga hagan lo que dispusimos el 2018”, expresó.

El abogado sostuvo que los

problemas de salud de su patrocinado y que motivaron el indulto el 2017, en la actualidad se han agravado y lo obligan a necesitar oxígeno todo el día.



Testigos de Kenji hablan por caso PPK

La Sala Penal Especial de la Corte Suprema informó que los excongresistas Carlos Ticlla y Maritza García declararán el próximo 6 de abril como testigos en el juicio contra el exparlamentario Kenji Fujimori y otros más por la

presunta compra de votos para evitar la vacancia del entonces presidente Pedro Pablo Kuczynski (PPK), en marzo del 2018.

Para dicha fecha también deberán brindar sus testimonios los peritos Carlos Quiche

y Arturo Lazarte.

Cabe mencionar que la fiscalía pidió 12 años de prisión contra Kenji Fujimori, quien es acusado por los presuntos delitos de cohecho activo genérico propio y tráfico de influencias agravado.



Sujetos se aprovechan del bloqueo de carreteras por el paro de transportistas

Colectiveros cobran entre 100 a 150 soles ante cierre de terminal Yerbateros

El paro indefinido que viene llevando a cabo el Gremio Nacional de Transportistas de Carga (GNTC), desde el pasado 28 de marzo, debido al alza del combustible, continúa afectando a la población. Decenas de pasajeros que se trasladan de Lima a las diferentes provincias del país, y viceversa han quedado varados por el bloqueo de las carreteras.

Ahora se ha sumado un nuevo problema, y es que el terminal terrestre de Yerbateros cerró sus puertas hasta nuevo aviso, a fin de salvaguardar la seguridad de los pasajeros y tripulantes. El terminal situado en el distrito de San Luis, cerró sus puertas y canceló la salida de buses



hacia la zona centro del país debido al paro indefinido de transportistas de carga pesada que se acata en distintas regiones.

"Vengo de Huancayo. Ha sido difícil. Se ha venido por

Cañete. Los manifestantes para poder pasar estaban cobrando cupos. He llegado a Lima en minivan y me han cobrado S/100 por mí y S/100 por mi hijo. Usualmente pagaba S/20 a S/25 en buses", comentó una

madre de familia.

En esa misma línea, otra pasajera comentó sobre el aumento de los colectivos y los abusos el alza de precios. "Me dirijo a Tarma desde las 6 a.m. estoy esperando, no hay carros. Me están pidiendo S/150. Es mucho, además no nos van a dejar en nuestro destino, por ahí nos van a botar. He venido de visita, me voy a volver a mi casa", manifestó.

Vacunación por 36 horas ininterrumpidas este fin de semana

Como parte de la campaña "Me vacuno Perú, completa tu dosis" del Ministerio de Salud (Minsa), este fin de semana habrá una jornada de inmunización de 36 horas ininterrumpidas en Lima Metropolitana, con el objetivo de que la población mayor de 12 años se ponga al día en sus vacunas contra la COVID-19. La atención iniciará desde las 7 de la mañana del sábado 2 de abril hasta el domingo 3 a

las 7 de la noche.

En Lima Centro, la jornada de vacunación de 36 horas seguidas se realizará en Campo de Marte (Jesús María), Videna (San Luis), Parque Zonal Huiracocha (San Juan de Lurigancho), mientras que en Lima Este fin en los estadios Municipal de Ollantaytambo (Ate), Estadio Chancas de Andahuaylas (Santa Anita) y Estadio Pachacútec (Chaclacayo). El público puede acceder al portal <https://www.gob.pe/centrosdevacunacion> para consultar los centros de



vacunación en Lima Metropolitana y Callao.

Más de 185 mil docentes y auxiliares recibirán bono de escolaridad

El ministro de Educación, Rosendo Serna, anunció que más de 185 000 docentes y auxiliares contratados de educación básica y técnico productiva accederán, por primera vez, a la bonificación por escolaridad de S/400 que perciben los trabaja-

dores del sector público como apoyo para cubrir los gastos generados por el inicio del año escolar. Esta se hará efectiva en el mes de junio del presente año.

Al respecto, explicó que para percibir esta bonificación, los docentes y auxiliares de educa-

ción contratados deben estar laborando al 31 de mayo del presente año o encontrarse de licencia con goce de remuneraciones o percibiendo los subsidios establecidos en la Ley de Modernización de la Seguridad Social en Salud.

Este sábado se completará el examen de admisión 2022-II

El sábado 2 de abril se llevará a cabo el examen de admisión presencial de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM) reprogramado para los aproximadamente 16,000 jóvenes que postulan a las áreas académicas que no fueron evaluadas en las respectivas fechas por la Oficina Central de Admisión (OCA).

Rendirán la prueba general los postulantes a la

Escuela Profesional de Medicina Humana; también los jóvenes inscritos en el área académica de Ingeniería y de Humanidades y Ciencias Jurídicas y Sociales. Para esta jornada de admisión se han dispuesto como sedes el estadio de San Marcos, explanadas y aulas de la ciudad universitaria, siguiendo medidas extremas de seguridad interna y externa



Feriatos movilizarán 80% de turistas que se registraban antes de la pandemia

El sector de Turismo fue uno de los más golpeados por la pandemia, y tras dos años de paralización ya está comenzando a recuperarse. A pocas semanas de celebrarse la Semana Santa, los gremios de turismo presentan proyecciones optimistas.

"En lo que respecta al turismo interno se acercaría a las

cifras de pre-pandemia", señala Gabriela Fiorini, presidenta del Gremio de Turismo de la Cámara de Comercio de Lima (CCL).

Para la Asociación Peruana de Operadores de Turismo Receptivo e Interno (Apotur), el movimiento de turistas nacionales para Semana Santa llegaría a un 80% de lo alcanzado en la pre-pandemia.



Este mal afecta al 1 por ciento de la población y debe ser tratado de inmediato

Personas con trastorno bipolar sufrieron más la pandemia y el encierro

El miedo a la infección y el aislamiento afectó directamente a las personas con trastorno bipolar, pues presentaron dificultades para afrontar situaciones estresantes debido a la pandemia y el confinamiento por el covid-19, señaló la médica psiquiatra María Carazas, de la Dirección de Adultos y Adultos Mayores del Instituto Nacional de Salud Mental "Honorio Delgado - Hideyo Noguchi".

Carazas explica que el trastorno afectivo bipolar es una enfermedad crónica que se caracteriza por alteraciones del estado de ánimo. Estos cambios anímicos pueden ir desde la exaltación afectiva y la euforia (manía) hasta la tristeza intensa y la desesperanza.

Por lo general, esta enfermedad aparece en la segunda década de la vida. Los síntomas más comunes son: tristeza, irritabilidad, exaltación afectiva, alteraciones en el sueño, alteraciones de conducta, locuacidad, dificultades de concentración y alteraciones en la conducta sexual.

En su etapa de euforia o manía el paciente se siente con aumento en energía,



aumento de la actividad, aumento de la locuacidad, con vitalidad, con aumento del interés sexual, se involucra en nuevos proyectos, no siente la necesidad de dormir, ni de comer, es más sociable, puede tener conductas imprudentes, dificultades de concentración. Incluso, llega a desconectarse de la realidad.

Estos episodios de cambios de humor duran de días a meses y también pueden estar asociados con pensamientos suicidas. Los síntomas de esta enfermedad repercuten en

la vida diaria de la persona, deteriorando sus relaciones interpersonales, dificultando el asistir a la escuela o universidad o mantener un trabajo. Esta enfermedad también puede ser peligrosa, ya que aumenta la probabilidad de muerte prematura por suicidio.

Ambos estados constituyen un riesgo para el paciente. En la fase depresiva el paciente llega a deprimirse tanto que se aísla y no se relaciona con los demás, incluso comienza a consumir algún tipo de drogas, y tiene un riesgo más elevado

de cometer suicidio.

Los pacientes que tienen hipomanía y luego manía, sienten que tienen mucha energía, que pueden realizar muchas actividades, que no necesitan dormir. Como están con la libido elevada, aumenta el deseo o el interés sexual y puede ocasionar que se involucren con diferentes parejas sexuales sin ningún método de protección.

Estos cambios anímicos irregulares y abruptos podrían llevar a la persona a consumir drogas en forma excesiva. "El



tratamiento permite que el paciente pueda estar estable y realice sus actividades. Pero a pesar de cumplir con la medicación, cuando se someten a niveles altos de estrés, el paciente se puede descompensar. Por ello es importante que la familia conozca sobre la enfermedad para que sea un gran soporte" acotó la especialista.

LAS PERSONAS CON TRASTORNO BIPOLAR PUEDEN PRESENTAR OTROS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

La especialista explica que las personas que padecen de trastorno bipolar pueden tener en ocasiones síntomas psicóticos, lo que revela la severidad de la enfermedad. La psicosis afecta los pensamientos, la conducta y las emociones, así como la capacidad de una persona para distinguir lo real de lo que no lo es, durante el tiempo que la presente.

La persona puede beber demasiado o consumir drogas o exponer su vida a situaciones de riesgo; así como incurrir en riesgos sexuales para su salud, debido a la impulsividad sexual

que presentan en algunas ocasiones.

RECOMENDACIONES:

Carazas Vera señala que, si una persona presenta varios de los síntomas descritos, es necesario acudir a un especialista para detectar la enfermedad.

Una vez diagnosticado el Trastorno Bipolar es muy importante seguir las siguientes recomendaciones: establecer rutinas para realizar las actividades diarias, hablar con sus familiares y amigos más cercanos, evitar el consumo de alcohol u otras drogas, consultar a su médico sobre cualquier síntoma nuevo, o efectos secundarios relacionados con los fármacos que toma, pero no suspender medicación o tratamiento sin indicación.

Además de la medicación, la psicoterapia y la psicoeducación, ayudan a las personas en su recuperación y continuar con su vida diaria.

DÍA MUNDIAL DEL TRASTORNO BIPOLAR

Su diagnóstico fue póstumo. Vincent Van Gogh, una de las figuras más importantes en la historia del arte, padeció trastorno bipolar. Por ello, y para rendir un homenaje a su figura, se dedicó la fecha de su nacimiento, el 30 de marzo, a la conmemoración del día internacional de una enfermedad que, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), es la sexta causa principal de discapacidad en el mundo. Tiene una prevalencia estimada de entre el 2 y el 3 por ciento a nivel mundial.



COLECCIONABLE

PITAHAYA: EL MILAGRO DE LA SELVA CONTRA EL CÁNCER

El consumo de esta fruta bloquea completamente los oxidantes del cuerpo logrando menos posibilidades de padecer un cáncer

La pitahaya, conocida también como la fruta del dragón por las espinas dispuestas en su cáscara, es una fruta originaria de Centroamérica, pero se encuentra también en nuestra selva peruana. La puedes encontrar de color amarillo o rojo, por fuera, y con pulpa blanca o roja por dentro, dependiendo la variedad. Proviene de un tipo de cactus el cual se caracteriza por florecer solo durante la noche y crecer en climas tropicales.

PROPIEDADES

La pitaya es un tesoro desde el punto de vista nutricional, contiene antioxidantes, mucílagos, ácido ascórbico, fenoles. Es rica en Vitamina C, también contiene vitaminas del grupo B, minerales como calcio, fósforo, hierro, y tiene alto contenido en agua y posee proteína vegetal y fibra soluble. Las semillas, que son comestibles, contienen ácidos grasos beneficiosos. Y una de sus propiedades más destacadas es su acción antiinflamatoria y antioxidante.

PITAHAYA PARA EL TRATAMIENTO DEL CÁNCER

Los diferentes tipos de cáncer se van a producir siempre por oxidación en el organismo, es la principal forma de producción de cáncer.

Una de las propiedades que tiene la pitahaya son "los antioxidantes", cuando nosotros utilizamos este producto (fruta) lo que vamos a hacer es bloquear completamente estos oxidantes y tener menos posibilidades de padecer un cáncer de mama, también en las personas que ya están presentando algún tipo de cáncer pueden utilizarla para disminuir esa carga cancerígena en el organismo.

En el caso de cáncer en los pulmones, la causa más frecuente de muerte en los hombres y la cuarta en mujeres en todo el mundo. Si bien la pitahaya es un poderoso antioxidante nos puede ayudar a combatir el cáncer o en personas que ya tienen cáncer a mejorar un poquito su salud. Es muy importante saber que la pitahaya es una fruta, no un medicamento por lo cual los efectos secundarios serán casi nulos.

Científicos del Instituto Politécnico Nacional (IPN) descubrieron que la pitahaya (*Stenocercus griseus* H) posee propiedades químicas que ayudan a eliminar las células cancerosas.

Los investigadores explican que obtuvieron un extracto a partir de la pulpa y la cáscara de la fruta, el cual se dejó macerar durante una semana; luego utilizaron una técnica denominada cromatografía mediante la cual aislaron el compuesto químico capaz de matar las células cancerosas. Pero ¿cómo descubrieron que este compuesto es efectivo? Lo añadieron a un cultivo in vitro de células de cáncer de pulmón, y el resultado fue sorprendente: entre 6 y 12 horas después de haber agregado el compuesto descubrieron que la mayoría de las células malignas habían muerto. Gracias a este descubrimiento podrían crearse nuevos medicamentos para combatir el cáncer.

Acción anticancerígena

La pitahaya tiene acción antitumoral, antioxidante y antiinflamatoria. Retrasa el envejecimiento celular y refuerza el sistema inmune. Su contenido de vitamina C, caroteno y licopenos propicia la prevención del crecimiento cancerígeno celular previniendo la formación de tumores.



RO DE LA NCER



OTROS BENEFICIOS

Reduce el colesterol

Esta fruta contiene ácidos grasos omega-3 y omega-6, y grasas poliinsaturadas que ayudan a prevenir el colesterol controlando los niveles LDL, también llamado "colesterol malo".

Actúa sobre el sistema digestivo

La pulpa del tallo contiene celulosa que es un material no digerible por el organismo, pero es importante incluirla en la dieta (fibra dietética) porque cuando se mezcla con las heces facilita la defecación y previene las enfermedades parasitarias del tracto digestivo ya que arrastran los huevos de los parásitos. La pulpa de la fruta también tiene efecto emoliente aportando una digestión suave evitando

el estreñimiento y el tránsito adecuado de las heces.

Interviene en los procesos diabéticos

Es una fruta baja en calorías y escaso aporte nutritivo, muy adecuada para las personas que tienen obesidad, síndrome metabólico, diabetes mellitus, ya que contiene sustancias que reducen los contenidos de glucosa en la sangre. Evita la rigidez aórtica que es muy común en pacientes diabéticos.

Efectos en el aparato cardiovascular

Puede prevenir los riesgos de arteriosclerosis y reduce el riesgo de sufrir infartos cerebrales y cardíacos, ya que contiene grasas insaturadas, omega-3 y omega-6 que mantienen el aparato circulatorio saludable.

Controla la anemia

Esta fruta tiene un alto contenido en hierro, magnesio y abundante vitamina C que evita o contribuye a eliminar la anemia.

Control del peso

Se sugiere para adelgazar, ya que la fruta del dragón contiene grandes cantidades de fibra alimentaria que aporta una sensación de saciedad evitando la ingesta abundante de otros alimentos.

Remedio para la artritis

Por su acción antiinflamatoria alivia los dolores de la artritis, estimula la producción del colágeno y coadyuva en las lesiones de las articulaciones, huesos y ligamentos.

Dientes y huesos fuertes

Por su alto contenido en calcio ayuda a aumentar la densidad ósea, combatiendo los trastornos de los huesos y ayuda en el fortalecimiento de las raíces de los dientes.

La función cerebral

La cáscara de esta fruta es rica en polifenoles que son micronutrientes con actividad antioxidante, previenen

y reducen los efectos de las enfermedades neurodegenerativas y cardiovasculares; se debe consumir en infusiones para prevenir enfermedades mentales y el Mal de Alzheimer.

Efectos en el sistema nervioso

La infusión de las flores combate afecciones del sistema nervioso, tales como ansiedad e insomnio, tiene un efecto sedante y analgésico para dolores leves y molestos, tales como dolor de cabeza y dolor dental.

CONSUMO

La pitahaya se puede consumir sola o incluirla en deliciosos batidos. Debido a su sabor suave y agradable que recuerda al de las peras, es una fruta que se puede comer en cualquier momento del día. Para seleccionar las mejores, presiona suavemente su cáscara. Si notas que se hunde ligeramente significa que está lista para consumir. Comprueba que su color sea uniforme y no presente ningún tipo de daño. Para que la pitahaya dure fresca durante varios días, déjala en un lugar templado.



Efectos en el sistema inmunológico

Previene múltiples enfermedades y retrasa el envejecimiento celular; tiene grandes cantidades de vitaminas esenciales y antioxidantes, que fortalecen el sistema inmunológico y actúa como un desintoxicante natural que evita el ataque de virus y bacterias. Evita además los problemas respiratorios y actúa en la regeneración de las células y tejidos.

UTILIZA MINERALES COMO PIEDRAS Y CUARZOS PARA ACTIVAR TU ESTADO FÍSICO Y EMOCIONAL

MEDICINA ALTERNATIVA: terapia con piedras o cristales para sanar tu vida



PRINCIPALES PIEDRAS QUE SE USAN (Usa las alternativas que no cuestan mucho)

- **Ágata:** Ayuda con los dolores musculares y de espalda.
- **Aguamarina:** Combate el estrés, jaquecas y dolor de cuello, mientras relaja el cuerpo y la mente.
- **Amatista:** Elimina toxinas y aumenta la función cerebral. Convierte energías negativas en positivas.
- **Cornalina:** Trata problemas sexuales.
- **Cuarzo:** Son variados, y dependiendo de su color, sus funciones son distintas. Sirven para amplificar la energía, la relajación y la digestión.
- **Esmeralda:** Mejora afecciones cutáneas y estimula el cerebro. Además, asegura la oxigenación de las células y sus procesos regenerativos.
- **Jade:** Es la piedra de la tranquilidad y el dominio de la espiritualidad, por lo que son usadas en diferentes lugares. Cada una simboliza distintas energías o estados espirituales.
- **Ojo de Gato:** Proporciona paz y serenidad. Ideal para quienes



realizan deportes o esfuerzos físicos. Reduce la tensión de músculos del cuello y parte superior de la espalda.

- **Topacio.** Es útil en el tratamiento de las enfermedades mentales; ayuda a combatir la depresión, fobia, y fortalece el "yo" interno.

La cristaloterapia se basa en buscar el equilibrio de nuestra salud aplicando cristales y piedras en nuestros chakras que resuenan con la energía de cada centro energético, devolviéndonos el equilibrio, librándonos de las cargas, y alejándonos del estrés que tanto nos molesta y deteriora nuestra salud.

BENEFICIOS

- Promueve la circulación de la sangre.
- Retrasa el envejecimiento de la piel.
- Se mejora la memoria y la

fatiga cerebral.

- Relaja el cerebro y aumenta el suministro de oxígeno a la cabeza, cuello, hombros.
- Ayuda a promover el sueño.
- Fortalece la función de los órganos.
- Elimina tensión, relaja el cuerpo y la mente.
- Reduce niveles de ansiedad y ayuda en procesos de depresión.

¿CÓMO FUNCIONAN LAS SESIONES DE CRISTALOTERAPIA?

Generalmente, estas comienzan con una revisión de los síntomas del paciente por parte

del especialista. Después, se encarga de efectuar una primera limpieza usando cristales negros. Estos, a continuación, son colocados sobre determinados chakras en función del diagnóstico.

La siguiente fase pasa por realizar un masaje con las piedras por aquellas zonas que el experto estime que sean recomendables. Finalmente, terminará situando los discos de ágata en los lugares adecuados para inducir un estado de armonía. Lo ideal es que, tras el tratamiento, el paciente pase, al menos, 15 minutos acostado.



FORMAS DE LLEVAR LA CRISTALOTERAPIA

- **De forma presencial:** Para reconectarnos con nuestro Ser Interior a través del trabajo de equilibrio de los chakras, sanando nuestro cuerpo físico, mental, emocional y energético.
- **A distancia:** para aquellas personas que no les sea posible venir a la consulta.
- **Terapia con los Sólidos Platónicos:** para aquellas personas que necesitan o desean reconectarse con la Geometría Sagrada.
- **Tratamientos con elixires vibracionales de minerales:** tratamientos para sanar emociones y patrones mentales, pueden ir o no acompañados con la terapia presencial o a distancia.
- **Aplicaciones de aceites y cremas vibracionales de**



minerales: la elaboración de estos productos es totalmente natural y artesanal.

- **Meditación con minerales:** Siéntate en un lugar tranquilo, sostén el cristal en tu manos, respira suavemente, siente y deja que la energía se expanda, que active todos tus centros de energía.

Conéctate profundamente a la Tierra, conecta profundamente al Cielo, y siente tu corazón es energía de amor puro, respira y siente el abrazo.

- **Mandalas con minerales:** El Mandala es un círculo que representa el todo en armonía, se trata de una figura sagrada.

Marco Rodríguez no mete las manos al fuego por Martín Arredondo pero sí lo considera una mala persona



NO ES UN SANTO

Comenzó narrando cómo fue retirado del programa.

"(Aldo Miyashiro) me dijo que le preguntó a Martín Arredondo el motivo (de que no estuviera) y este le respondió que ya no me quería porque yo ya no trabajaba igual, que tenía problemas con mi cuerpo, que olía mal, que iba a trabajar en un estado que parecía drogado o ebrio. No sé si sea un acosador. No me consta. Pero lo que me queda claro es que es una mala persona", escribió en Facebook.

Marco también señaló que se considera una persona muy cercana a Mónica Cabrejos y

desmintió que la ex vedette se haya animado a invitarlos al cine a Martín y a él, pues es casi imposible de que gaste tanto dinero en una de los cines más caros de Lima.

"Los amigos de Mónica sabemos que ella es devota de la virgen del puño y que es IMPOSIBLE que ella pague las entradas de tres personas un domingo (el día más caro) en el cine UVK de Larcomar (...) Esa tacañísima persona es la que ahora supuestamente pagaría la invitación en el cine más caro de Lima un domingo. Suena gracioso, pero es evidente que Mónica no lo haría", sentenció.

El libro de Mónica Cabrejos sigue dando de qué hablar, en él señala que un conocido productor la acosa y las pistas señalaron a Martín Arredondo como el supuesto acosador, el periodista lo negó y puso como testigo a su excompañero Marco Rodríguez, sin embargo él le da la espalda.

A través de sus redes sociales, Marco Rodríguez rompió su silencio y lejos de apoyar a Arredondo terminó señalando que no sería una buena persona, eso sí, no le consta que sea un acosador.

DESENMASCARAN A LA 'YAHA'

Una joven bailarina Kimmie Music reveló en sus redes sociales que fue parte del elenco de baile de Yahaira Plasencia. La bailarina contó cómo era el trato de la salsera con ella y aunque señala que la "Reina del toto" fue bastante exigente, eso le ayudó a mejorar.

Una de las cosas que más le incomodaban a Kimmie, era que cuestionaba su peso, diciéndole que estaba "muy gorda".



"Algunas veces en el escenario, antes que entrara alguna de las bailarinas, a mí me jo*** portodo, portodo, que si estoy muy gorda, que baje de peso, que si me equivoqué en una voz, de todo... Me jalaba del escenario y me decía 'deja de estar haciendo huev***', cosas así, a esto aumentar que yo tenía 18 años y recién empezaba en la música. Tendría mucho que decir, pero dentro de todo aprendí bastante", dijo.

Solo CREE EN SU PROMETIDO



La conductora está enamorada y decidida a casarse con el productor Julián Alexander, sin embargo no confía ciegamente en los hombres. Así lo confirmó la propia Ethel Pozo en su programa, según ella debido a todas las decepciones que sufrió su madre.

"Susy (Díaz), yo quiero que se pasas, yo no le creo en su mayoría a ningún hombre, yo he crecido frente a ver deslealtades que le pasó a mi mamá (Gisela Valcárcel). Yo soy bien incrédula, no tengo un pelo de tonta", confesó.

ESTE RITMO SERÁ LA SENSACIÓN

Chico de la Rosa y Heikel Valdés, exvocalistas principales de la Charanga Habanera, anuncian un nuevo tema que los traerá al Perú ahora como "Combinación Charanguera" la nueva agrupación de la que son parte y que está a punto de lanzar un nuevo tema: "El Palo De Perú".

Este dúo de increíbles artistas, fue durante mucho tiempo la voz detrás de la emblemática Charanga Habanera, sin embargo, hoy en día se encuentran avocados al 100% a un nuevo proyecto: "Combinación Charanguera".

El tema se unirá a otros grandes éxitos del grupo, que ya se han vuelto los favoritos de miles, tales como: "Somos lo que somos", "Por los pies", "Se siente mejor", "Dile a tu Jevito (feat The Yabo & Leamsy

La Figura) y "Mi cama huele a ti (versión salsa)".

El estreno de este nuevo tema servirá de antesala para un evento muy especial y es que este 25 de abril la

agrupación estará llegando a Perú para dar inicio a una ambiciosa gira que los llevará a través de numerosas presentaciones que se extenderán por más de un mes.



KATIA PALMA REGRESA CON TODOS SUS ROLLOS



Las vivencias de nuestra niñez y adolescencia nos convierten en los adultos que somos, pero si le agregamos grandes dosis de humor a esos años, el resultado es Katia Palma quien regresa con sus rollos de siempre elevados a la máxima potencia todos los miércoles a partir del 4 de mayo del 2022.

"Los Rollos de Katia", el desternillante monólogo que se ha convertido en un clásico moderno de la comedia en su género, se presentará por ocho únicas funciones en el Centro

de Convenciones Bianca, de Barranco (Avenida Grau 135, Barranco) a partir de las 9:00pm de la noche.

Los espectadores, además de carcajearse, podrán sentirse identificados con "Los Rollos de Katia" y las experiencias que toda persona atraviesa en ciertos momentos de su vida pero desde un punto de vista optimista y jocoso. ¿Cómo afrontamos los rollos que se nos presentan en la vida?: con una gran risotada. Las entradas están a la venta en Joinnus.

Full entretenimiento

Para el adulto mayor



HUEVO EN CANASTA

INGREDIENTES:

- 1 Huevo
- 1 rebanada de pan de molde. Tipo bimbo
- Una cucharada de mantequilla
- Sal

PREPARACIÓN:

Primero hacemos un agujero en el centro del pan de molde. Nos podemos ayudar de un vaso para ello. Ponemos la cucharada de mantequilla en una sartén anti-

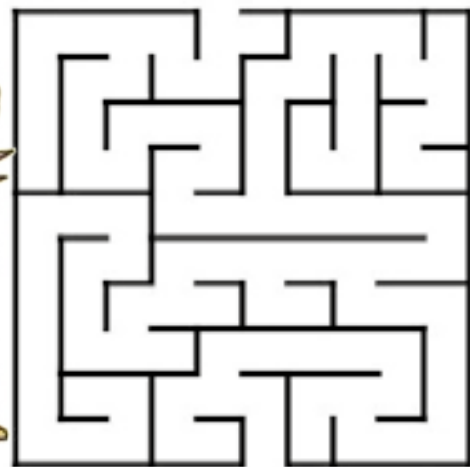
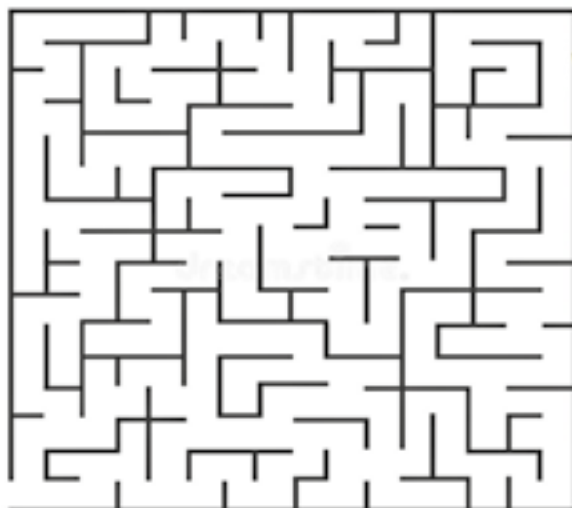
adherente a temperatura media. Cuando la mantequilla se haya deshecho metemos el pan de molde con el agujero ya hecho y cocinamos durante un par de minutos una de sus caras. Cuando se haya tostado un poquito, le damos la vuelta. Añadimos un huevo en el agujero. Dejar cocinar el huevo. Pasados unos 4 o 5 minutos, tendremos la clara cuajada, pero, la yema aún líquida. Servir.



COLOREAR



LABERINTO



SOLO ACEPTO EL PAGO SI QUEDAS CONFORME CON MI TRABAJO
ESPECIALISTA HACIENDO AMARRRES AMADEO

Donde muchos fracasan

YO TRIUNFO



981673146

A la persona mas rebelde y orgullosa, la pongo completamente rendida a tus pies sin importar lugar o distancia, si está lejos te buscará y si está con otra persona la dejará para estar contigo. Cientos de personas que resolvieron su caso garantizan la efectividad de mi trabajo. **CURÓ:** enfermedades desconocidas, florezco negocios, estudios, viajes a cualquier lugar del mundo.

Atención de Lunes a Sábado de 9:00 a.m. - 8:00 p.m.

Lima: Av. Abancay 149 Of.405 4to.piso Galería Congreso
 Piura: Jr. Junín 669 Of. 202 2do.piso Cel. 981673146



PUBLICIDAD EN IMPRESO Y DIGITAL

SERVICIO DE IMPRESIÓN DE 4, 8, 16 PÁGINAS FULL COLOR

— COTIZACIONES —
 PUBLICA TU ANUNCIO LLAMANDO O ESCRIBIENDO AL



993 433 014
952 965 001

fiorella.mejia@grupolarazon.pe

HUMOR

-EN MEDIO DE UNA CLASE, LA PROFESORA LE PREGUNTA A JAIMITO:
 -"A VER JAIMITO, ¿POR QUÉ EN INVIERNO LOS DÍAS SON MÁS CORTOS Y EN VERANO MÁS LARGOS?"
 A LO QUE JAIMITO LE RESPONDE:
 -"PORQUE EL CALOR EXPANDE LAS COSAS Y EL FRÍO LAS CONTRAE"



SOPA DE LETRAS



28

A	Q	O	R	E	T	S	E	I	F	O	T	N	E	I	M	A	P	I	U	Q	E	O	R	A	L	L	E	S	E
R	H	C	A	V	W	D	R	D	Q	U	E	R	U	B	I	C	O	B	J	U	D	I	C	A	R	E	S	P	I
A	V	P	C	E	Y	I	A	E	O	T	N	E	I	M	I	A	C	Q	U	I	M	A	L	A	I	C	I	M	O
C	L	A	S	N	X	M	Z	S	O	R	G	L	Y	W	M	U	G	A	D	F	N	N	O	V	I	C	I	A	D
O	S	R	I	D	Y	I	A	C	Ñ	F	O	R	J	A	D	O	R	G	P	I	O	V	M	U	D	E	J	A	R
K	E	A	H	I	V	A	L	A	L	A	C	I	M	A	H	C	T	E	D	U	V	G	E	S	D	R	R	C	L
R	C	L	P	R	I	R	E	S	O	L	L	I	P	A	S	X	S	O	L	E	R	U	E	S	O	A	A	D	C
A	R	E	R	A	N	I	R	C	M	D	K	Z	L	O	O	T	A	R	R	A	S	A	L	R	T	N	R	N	D
R	E	L	O	C	I	O	T	A	E	Ñ	V	O	D	P	U	R	A	E	I	V	T	D	G	B	I	E	A	M	
G	T	O	T	I	E	N	N	R	A	C	S	O	M	A	L	P	R	T	T	V	S	E	R	O	A	O	G	M	F
A	A	G	E	O	N	H	E	C	I	F	R	A	I	H	O	I	O	R	O	H	B	T	R	O	R	R	L	A	A
N	R	R	O	N	T	O	R	D	A	J	A	D	O	R	N	Z	S	A	P	S	I	A	A	P	P	S	M	T	R
I	I	A	Z	I	E	S	A	G	R	A	S	E	R	O	O	A	O	A	L	O	I	R	A	M	A	O	I	A	A
V	A	M	P	S	O	O	Ñ	G	R	O	R	A	P	A	Y	M	O	C	S	J	R	N	O	U	R	C	R	N	R
A	D	O	E	T	D	L	O	E	L	O	S	R	O	D	E	N	O	P	M	O	C	W	E	E	L	E	A	A	R
L	O	J	T	A	A	B	Z	A	T	S	I	N	A	I	D	E	M	O	Z	N	A	B	P	L	L	L	T	I	E
L	K	S	N	M	R	U	N	N	X	A	A	N	O	V	I	T	A	L	P	M	E	T	N	O	C	P	O	C	A
A	P	M	E	A	E	N	O	U	R	V	I	O	B	T	P	E	L	I	G	R	O	T	K	E	L	P	O	G	R
N	A	D	I	C	P	A	P	R	E	I	R	M	F	S	T	A	F	N	I	N	L	A	N	D	I	N	A	O	D
A	N	L	R	E	S	N	M	O	F	A	A	E	E	T	O	M	A	G	R	E	B	E	R	A	L	L	U	A	R
B	O	A	R	A	E	I	E	R	O	R	D	N	A	N	U	J	E	N	O	C	T	A	N	G	E	N	T	E	A
A	R	R	O	R	S	D	U	A	H	I	N	C	O	R	P	O	R	A	C	I	O	N	G	C	H	U	L	O	G
R	A	B	C	E	E	L	Q	V	C	J	A	L	E	U	N	A	M	E	S	O	J	E	P	L	A	N	C	O	R
R	M	E	A	T	D	O	I	O	E	T	N	A	C	O	H	C	F	L	A	S	P	A	V	E	N	T	A	R	E
A	I	R	T	N	C	P	A	N	O	C	I	T	A	M	G	A	R	P	L	J	U	E	V	E	S	Q	M	W	V
N	C	E	R	A	R	O	J	E	H	G	S	U	H	S	J	O	O	D	A	S	I	R	G	A	C	T	Z	H	N
C	A	C	O	P	A	E	R	R	K	Z	V	R	E	H	E	N	C	H	I	A	S	A	L	E	R	O	O	R	E
O	J	T	C	M	V	L	S	U	S	T	R	A	T	O	T	R	I	A	N	G	U	L	O	R	E	J	E	V	O
S	C	X	L	A	O	T	L	E	T	N	E	M	A	C	I	L	A	T	E	M	A	R	E	F	S	O	R	D	I
H	Z	I	P	L	G	W	F	A	L	D	R	I	Q	U	E	R	A	B	E	N	D	E	C	I	D	O	R	I	H

AGRISADO, ALLANABARRANCOS, AMOSCAR, ANDARÍAIS, ANDINA, ANURO, APURADOR, ARREAR, ASPAVENTAR, AULLAR, AVIAR, AVINAGRAR, BANZO, BARULLO, BENDECIDOR, BERGAMOTE, CAIMIEN TO, CEREBRAL, CHAMICAL, CHOCANTE, CHULO, CHÓFER, CIANITA, CIFRA, COARTAR, COMICIAL, COMPONEDOR, CONEJUNA, CONTEMPLATIVO, CORTACORRIENTE, CRAVO, DESCASCAR, DESESPERADO, DESTROPAR, DIMIARIO, DIVULGAR, EMPONZOÑAR, ENTRELAZAR, ENVERGAR, EQUIPAMIENTO, ESPÍA, FALDRIQUERA, FARAD, FIESTERO, FORJADOR, GRASERO, HIDROSFERA, HISCA, INCORPORACIÓN, INVESTIGAR, JAIQUE, JUDICAR, JUEVES, LAMPANTE, LENCA, LEOPOLDINA, LÓBREGO, MACEAR, MEDIANISTA, METÁLICAMENTE, MORATO, MORIONDO, MOTORISTA, MUDEJAR, NINFA, NOMENCLATURA, NOVICIADO, NUBLOSO, ORDEN, OVEJERO, PANORÁMICA, PARALELOGRAMO, PELIGRO, PEORAR, PLANCO, PLECA, PRAGMÁTICO, PREVALER, PROTEO, QUERÚBICO, QUIMA, RACIONISTA, REHENCHÍAS, RENOVAR, RESELLAR, RODAJA, SALERO, SAPILO, SAPOTE, SARROSO, SECRETARIADO, SOPLÓN, SUSTRATO, TANGENTE, TRIÁNGULO, TUPIZA, VENDÍ, VINIENTE, YAPAR, ÁMENOS

CRUCIGRAMA ANTERIOR

PBO 91.9 FM
RADIO



PBO con Phillip Butters

Lunes a Sábado 6am a 10am

Anuncia en tu diario



Apoya a su DT a pesar del fracaso



El jugador de la selección chilena, Arturo Vidal, le mostró su respaldo al técnico Martín Lasarte a pesar de no haber logrado la clasificación al Mundial.

“Fue duro este golpe, pero nos tenemos que levantar, pensar en el futuro y ojalá vengan cosas mejores. Han sido años muy lindos con las Copas Américas, Mundiales y esperemos que podamos ir para el siguiente”, dijo el volante.

Sobre la posibilidad que Lasarte no siga indicó: “Es una locura, una locura eso. Espero que siga el ‘profe’, que pueda la Selección estar bien, que analicen el nuevo proceso y que todo sea para mejor y en el beneficio del equipo”.

Finalmente prefirió no hacer un análisis sobre lo ocurrido con Chile en las eliminatorias. “No me compete. No me meto con los dirigentes, ya que cada cual tiene que hacer su trabajo y no es el momento para criticarlos. Estoy demasiado triste para pensar en ello. Ahora solo quiero pensar en mi carrera y volver cuando me toque a la Selección”.

El Barcelona y Ousmane Dembélé reactivan conversaciones para renovar

A COMENZAR OTRA VEZ

La puerta del Barça sigue abierta para Ousmane Dembélé. En las últimas horas, se ha producido una toma de contacto entre el club azulgrana y los agentes del extremo francés, que acaba contrato en junio de 2022 y todavía no ha renovado. Según ha podido contrastar la prensa española, ambas partes, club y entorno del futbolista, entienden que la situación ha girado, que se da el clima para reactivar conversaciones y se emplazan a seguir negociando en próximos días. Hace unos meses, la situación de Dembélé era delicada: no renovó con las condiciones a la baja que le ofrecía el Barça, no salió traspasado a pesar del interés de varios clubes y finalmente, tampoco acabó en la grada, entrando en los planes de Xavi Hernández, su gran valedor. Ahora ese escenario ha sufrido un giro.

Nada se pierde conversando. Aunque las posturas entre el Barcelona y los agentes de Dembélé siguen siendo distantes, porque no hay acuerdo en las condiciones económicas que persiguen las partes, todo parece indicar que la puerta del club sigue entreabierta para el “mosquito”. Xavi cree que Dembélé es un gran activo que el club debería replantearse, el vestuario arropa la continuidad del galo y desde el club quieren tender la mano para volver a intentar encontrar una solución positiva para una situación que sigue sin desbloquearse, pero que ya no

parece insalvable.

LE PONEN FE

Desde el club, parte de la ejecutiva sigue pensando que resulta difícil de creer que un jugador del nivel de Ousmane Dembélé siga sin haber firmado con algún club, mientras que los agentes del extremo insisten en que hay interés de varios equipos, pero no se han comprometido con nadie, a pesar de que el jugador es libre, desde el pasado 1 de enero, para poder negociar con otro club si así lo desea. Dembélé, que ha potenciado su autoestima en los últimos partidos y se siente útil en el equipo, ha trasladado a Xavi que quiere seguir siendo azulgrana. Tiene confianza ciega en las gestiones de su agente, cree que todavía puede quedarse

y aunque sabe que no será fácil, espera que todo se solucione en los próximos días. El entrenador está convencido del potencial del galo, cree que puede seguir evolucionando y considera que, si hay una posibilidad de continuar en el Barça, el club y los agentes del futbolista deben darse la oportunidad, al menos, de escuchar sus posturas para intentar sellar un acuerdo.

OLVIDO Y PERDÓN

Nadie olvida lo sucedido en el pasado, cuando el club reprochó a Dembélé y sus agentes no haber querido renovar con las condiciones que le ofrecían, ni tampoco salir, mientras que tanto el futbolista como sus agentes también están dolidos por el trato que se les dispuso por parte de algunos ejecutivos del club. El clima no fue agradable. Ni para el club, ni para el jugador. Sin embargo, ambas partes se emplazan a reactivar las conversaciones, explorar de nuevo el escenario y cuando menos, escucharse para verse encuentran un espacio para el acuerdo.



Perú enfrentará a Chile en el Grupo Mundial de Copa Davis



se desarrolle en la ciudad de Lima, en un escenario que debe ser confirmado en las próximas semanas.

Hay que recordar, que Perú se clasificó a esta instancia de la Copa Davis luego de haberse impuesto a Bolivia, en Lima, por un marcador de 3 a 1. Fue Juan Pablo Varillas el que dio el punto definitivo a nuestro país.

Se develó al próximo rival de Perú en el Grupo Mundial de la Copa Davis. Será Chile el que ponga a prueba a los jugadores nacionales, que buscarán seguir avanzando en el máximo torneo tenístico de selecciones.

El equipo nacional enfrentará a su similar sureño del 16 al 18 de setiembre en condición de local; lo más probable es que el partido

El equipo peruano tiene entre en sus jugadores más destacados, además de Juampi, a Nicolás Álvarez, Sergio Galdos, Conner Huertas del Pino y Jorge Panta.

Por su parte, Chile tiene como parte de su equipo a dos jugadores Top 100, como son Cristian Garín y Alejandro Tabilo. Asimismo, destacan Nicolás Jarry, Marcelo Barrios Vera y Gonzalo Lama.

‘El Balón No Tiene Fronteras’ llega a Surquillo

El deporte nos une. Por ello, desde el año pasado la Organización para las Migraciones -OIM, junto al Alto Comisionado para los Refugiados - ACNUR y el Programa de Naciones Unidas para los Asentamientos Humanos - ONU HABITAT, desarrolla la campaña “El Balón No Tiene Fronteras”. Este proyecto realiza actividades socio-deportivas para niñas, niños, adolescentes y sus comunidades en diferentes distritos de Lima Metropolitana, con el objetivo de promover la integración y cohesión social entre las

comunidades peruanas, así como refugiadas y migrantes venezolanas.

En esta nueva edición, “El Balón No Tiene Fronteras” llega por primera vez al distrito de Surquillo e invita a toda la comunidad a sumarse a sus actividades gratuitas. Niñas, niños y adolescentes entre 6 y 16 años, desarrollarán actividades deportivas y sociales a fin de potenciar habilidades y valores desde un enfoque de inclusión e integración, y las relaciones interpersonales donde se valore la diversidad cultural.



FIFA insiste con jugar mundial cada dos años

El presidente de la FIFA, el suizo Gianni Infantino, afirmó que el organismo futbolístico “no ha propuesto” un Mundial cada dos años, sino que “ha estudiado su viabilidad” y ha llegado a la conclusión de que “es viable”.

“Seré claro: la FIFA no ha propuesto el Mundial bienal”, dijo ante el 72 Congreso de FIFA, reunido en Doha en la



víspera del sorteo del Mundial Qatar 2022.

“El Congreso pidió que se estudiara la viabilidad. Pero la FIFA no ha propuesto nada. Y se llegó a la conclusión de que es viable y de que tendría ciertas consecuencias y ciertos impactos. Ahora”, continuó, “arranca la siguiente fase, la de consultas, la de debate, la de encontrar acuerdos y com-

promisos. Con las federaciones, las ligas, los jugadores”.

Gianni Infantino pidió que este debate llegue a una conclusión “que beneficie a todos”. “Lo importante de este debate es que hemos puesto de nuevo en nuestra agenda el fútbol mundial”, dijo, tras aludir a los años dedicados a poner orden en la gobernanza de la institución.

Solo hay que pensar en campeónar

Con varias semanas cumplidas vistiendo la camiseta blanquiazul y compartiendo entrenamientos con toda la plantilla de esta temporada de Alianza Lima, Cristian Benavente, habló acerca de su adaptación al club y los sentimientos que se han fortalecido con el paso de los días.

“Ya me siento bastante más



aliciasta. Puedo decir que no es lo mismo vivirlo desde adentro. Se hace especial ser parte de los entrenamientos y sobre todo vivir el ambiente en el estadio. A medida que paso más tiempo en el club, conociendo a los trabajadores y a mis compañeros, obviamente el sentimiento por Alianza es mayor”, confesó en una nueva edición de la Revista Digital del club.

Finalmente, el jugador nacido en España afirmó que uno de sus grandes objetivos es conseguir el campeonato nacional con Alianza Lima. “Si nos ponemos el listón alto, nuestro objetivo es volver a ganar la Liga y hacer una buena Copa Libertadores. Tenemos un muy buen grupo; hay que ir poco a poco, pero ser ambiciosos en el proceso.

‘Cheleros’ no creen en santos

Sporting Cristal y San Martín medirán fuerzas hoy viernes 1 de abril desde la 1:15 p.m. en el estadio Alberto Gallardo. Sporting Cristal está con nueve puntos en seis partidos, por lo que tiene hambre de más victorias. Si bien tuvieron un bajón en sus resultados, los mismos que lo han llevado a la casilla 11 de la tabla de posiciones. Por ello, el equipo está mentalizado en sumar de a tres para el cotejo de la jornada 8 y así nuevamente pelear en lo más alto. Por su parte, San Martín debe pelear cada partido por más

triumfos, pues se encuentra en el último puesto de la tabla con tres unidades en siete partidos. Si bien quedan más fechas por jugar, deberán acumular la mayor cantidad de puntos para así no estar en zona de descenso a finales de la temporada.

Ambos equipos darán lo mejor de sí por un triunfo en el Rímac, aunque una de las preocupaciones de los ‘celestes’ es asegurar victorias en el torneo local, pues se viene la fase de grupos de la Copa Libertadores, por lo que no dará espacio a errores.



Sport Huancayo recibirá mañana a Alianza Lima debido al paro de transportistas

Tras el parón de selecciones por las Eliminatorias Qatar 2022 volverá a entrar en curso la Liga 1 Betsson. Desde hoy viernes comienza la octava fecha del torneo Apertura, sin embargo, uno de sus partidos cambiará su programación inicial: Alianza Lima vs. Sport Huancayo.

Debido al paro de agricultores y por ende las carreteras bloqueadas en Junín, el encuentro entre el ‘Rojo Matador’ y Alianza Lima que se iba a disputar el viernes 1 de abril en el estadio IPD de Huancayo, pasará a jugarse el sábado 2.

La Liga 1 oficializó el cambio en la programación ante esta dificultad presentada, resolviendo pasar para un día después el cotejo y manteniendo el horario de las 7:00 p.m. Esto, no obstante, estará condicionado a que la situación se normalice.

Las maneras de llegar a Huancayo son por vía terrestre y por vía aérea hasta el aeropuerto



de Jauja, para después realizar un trayecto de 30 o 45 minutos hasta la ciudad de Huancayo.

El plantel de Alianza Lima tenía planeado tomar un avión rumbo a Jauja este jueves por la tarde. Sin embargo, la aerolínea LATAM dio a conocer que

el aeropuerto de dicha ciudad se encuentra cerrado por las manifestaciones locales.

Uno de los principales afectados ante esta situación es Alianza Lima, pues el club había solicitado adelantar su día de partido en la octava fecha del

Apertura debido a que en la semana siguiente debutará en la Copa Libertadores, el miércoles 6 de abril ante River Plate en Lima. Así, el conjunto a cargo de Carlos Bustos tendrá ahora un día menos para recuperarse con miras a su estreno internacional.

Esa espera lo desespera



Pedro Gallese, portero de la Selección Peruana, no ve la hora de poder jugar el repechaje contra Emiratos Árabes Unidos o Australia y pelear por llegar al Mundial de Qatar 2022.

“La espera para el repechaje será larga, pero hay tiempo para recuperarse, prepararse, observar el rival y estar pendientes de quién nos toque”, señaló Gallese.

El ‘Pulpo’ contó que “el equipo está preparado para el equipo que tengamos que enfrentar”.

Finalmente, el guardameta de la ‘Blanquirroja’ agradeció a la hinchada por el apoyo: “Es increíble la manera en cómo nos apoyan. Fuera del hotel, en el camino, dentro del estadio, aquí en el aeropuerto el cariño que recibimos es grande y lo de ayer es para ellos”.

Ni más arriba ni más abajo

Ayer jueves fue publicado de manera oficial el ranking FIFA previo a lo que será el sorteo del Mundial Qatar 2022. La ‘Blanquirroja’ mantiene su puesto con respecto a la anterior clasificación.

Luego de culminar las Clasificatorias y con el boleto al repechaje, Perú se mantiene en el puesto 22 del ranking, con 1562.32 puntos, apenas 1.13 puntos menos que la anterior clasificación.

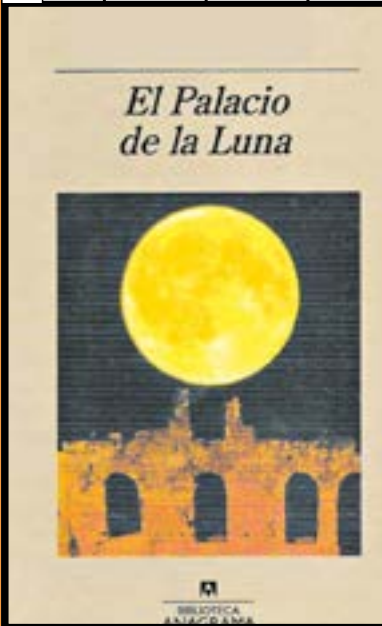
Recordemos que Perú cayó por la mínima ante Uruguay y venció a Paraguay por 2-0 en Lima cerrando las Clasificatorias.

Quien tomó la cima de la clasificación fue Brasil, quitándole el puesto a Bélgica. Francia, vigente campeón del mundo completa el podio. Mientras que el otro cambio en el Top-Ten fue el ascenso de México al noveno lugar.





	MODELO PERFECTO	"LA MUERTE EN VENECIA"	BOX, JUEZ PARA PELEA	SIMB. DEL ASTATO	ALEMANIA DEL ESTE	OTORGAR, CONCEDER		...OQUENDO ...MORALES	"ALIOCHA"	PREFIJO AMARILLEZ	REDONDEL, RUEDO	SU CAPITAL: KATMANDU	PREFIJO NUEVO	
ATAQUE EN ESCRIMA			"MUCHACHO MALO"		DORSAL 8 BARCELONA		SORRINO DE MOISES		TENERFE					ACUSADOS, INCUPLADOS
ENVIADO (INGLES)				DIOS NAZCA CREADOR					INFUSION			"LA CARTA ROBADA"		
...KOCISIS, FUTBOLISTA			MONEDA DE EEUU		2DA NOTA MUSICAL	BARATO								SIMB. DEL SODIO
ATADO, FARDO		VOCALES SIN O					1011 ROMANOS		COMIDA NOCTURNA					TEATRO JAPONES
"EL CAPITAN VENENO"				PREFIJO NUEVO										
	BRAZO (INGLES)				HACERSE CARGO			RIO PASA PORBERNA				SIRVEN PARA VOLAR		
				CAMPAMEN TO GITANO										
ZONA DE ARQUERO				DE ESTA MANERA										
SERPIENTE (QUECHUA)					DECRETO DEL ZAR		CANTINA, TASCAS							
														CAMISETA
				NIEBLA TOXICA										
				DT PERU M-1982		VOLCAN DE AREQUIPA		FALNCS DE LAO						
							ENROQUE LARGO							
				TERENO SIN LABRAR				ALA DE AVE SIN PLUMAS						
														VE SALUD MUNDIAL
				GORRA CON VISERA		HEMBRA DEL OSO								
								SIGNO DEL ZODIACO						
				TORMENTA (INGLES)										
				HERMANO DE SET										
														PUNTO EN EL DADO



HORÓSCOPO

- 
ARIES (21 mar - 19 abr)
 Reuniones y viajes de importancia donde conocerás a interesantes personas relacionadas con tu actividad laboral.
- 
TAURO (20 abr - 20 may)
 Es probable que tengas que tramitar importantes documentos o realizar gestiones judiciales o administrativas.
- 
GEMINIS (21 may - 20 jun)
 Hoy podría surgir una disputa. No sabrás organizarte durante tu vida cotidiana y podrás vivir pequeños problemas que molestarán.
- 
CANCER (21 jun - 22 jul)
 En el día de hoy no se prevé ningún sobresalto. Igualmente ten cuidado con los accidentes ya que estás propenso a que te ocurra uno.
- 
LEO (23 jul - 22 agos)
 Una y otra vez te sucede que tu magnetismo personal contribuye a que alcances el éxito y tus esfuerzos se vean coronados.
- 
VIRGO (23 agos - 22 set)
 Tendrás que tener cuidado con las amistades mentirosas e hipócritas, las cuales podrían aprovecharse de tu bondad.
- 
LIBRA (23 set - 22 oct)
 Si sigues con tu enfoque actual, una amistad corre peligro. Aunque no lo haces intencionalmente, tu amigo siente que lo descuidas.
- 
ESCORPIO (23 oct - 21 nov)
 Tendrás algunos problemas de salud, dolores de cabeza, infecciones e inflamaciones. Riesgo alto de accidentes.
- 
SAGITARIO (22 nov - 21 dic)
 Querrás tener tiempo para estar con un amigo que no has visto desde hace mucho. Recibirás una invitación a una reunión especial.
- 
CAPRICORNIO (22 dic - 19 ene)
 Hay fuerzas que retrasarán tu llegada a las metas propuestas. La situación presente corre el riesgo de desequilibrarse.
- 
ACUARIO (20 ene - 18 feb)
 No pierdas la paciencia y dejes que tu ímpetu arruine las posibilidades de iniciar una relación fructífera. Controla tus impulsos.
- 
PISCIS (19 feb - 20 mar)
 Surgirán cambios drásticos, que no tenías previstos. Trata de reacomodar tu vida a las nuevas situaciones, no desesperes.