

AÑO DEL CENTENARIO DEL COMANDANTE EN JEFE FIDEL CASTRO RUZ

elartemiseño

SEMANARIO DEL COMITÉ PROVINCIAL DEL PCC



PÁG 2
Como cada 26 de Julio, los Camilitos realizaron la Guardia de Honor en el Mausoleo a los Mártires de Artemisa



PÁG 8
En Bauta varias obras sociales se renovaron para el bienestar de sus habitantes

Homenaje a los héroes del Moncada

POR DANIEL SUÁREZ RODRÍGUEZ
danielsuarezrodriguez@gmail.com

● Amanecía en el oriente de Cuba. El calendario marcaba 26 de Julio de 1953, año del centenario del Apóstol. Se reinició ese día la lucha armada por la definitiva independencia de la Patria, con el asalto a los cuarteles Moncada, en Santiago de Cuba y Carlos Manuel de Céspedes, en Bayamo, acciones coordinadas y dirigidas por el joven abogado Fidel Castro Ruz. Cuarenta y dos artemiseños de siete de los 11 municipios de esta provincia, participaron en la epopeya.

En el recinto donde reposan sus restos, en el Mausoleo a los Mártires de Artemisa, iniciaron la Guardia de Honor la integrante del Buró Político, Primera Secretaria del Comité provincial del Partido, Gladis Martínez Verdecia y el gobernador Ricardo Concepción Rodríguez, junto a los principales dirigentes del municipio cabecera, combatientes, trabajadores de diferentes organismos e instituciones y representantes de organizaciones políticas y de masas.

No se planificó. Fue una coincidencia. A la distancia de 73 almanaques, también un amanecer de domingo, ahora en el año del centenario de Fidel; otros 42 hijos de esta tierra, hermosamente uniformados y después de 42 días de preparación, rindieron tributo a las semillas que germinan en los nichos del Mausoleo a los Mártires de Artemisa.

Fueron los protagonistas más vistosos de la solemne ceremonia: estudiantes de la Escuela Militar Camilo Cienfuegos de nuestro territorio. Finalizado el curso escolar, de manera voluntaria, ellos eligieron renunciar a una parte de sus vacaciones y prepararse para un asalto diferente: el homenaje a sus héroes. Con ellos, acompañándolos, más que dándoles órdenes, un grupo de oficiales del centro de estudios, encabezados por su director, el coronel Juan Carlos Solís Callamo.

No pasaron por alto para los presentes la disciplina, resistencia, destreza, marcialidad y elegancia de los nuevos moncadistas ni la emoción en sus rostros. Para Gabriela Camejo Travieso, de duodécimo grado, política alumna del Batallón, fue esta su segunda ceremonia en el Mausoleo. Algunos tuvieron su primera experiencia de este tipo, como Yolian Castillo Pérez y Rubí Rachel Ávila, ambos de oncenno grado. Coinciden en la nostalgia por los amigos y la familia, en la importancia de vivir el tributo sin que se lo cuenten, porque es bello el entorno y se recoge mejor el legado heroico de los patriotas.

Su participación entusiasta y contagiosa hizo feliz realidad el pronunciamiento de Fidel, en su alegato de autodefensa **La historia me absolverá**: "Mis compañeros, además, no están ni olvidados ni muertos...".

Jornada especial tuvo el Camilito Eddy Maykel Sánchez Peña. Celebró este día su cumpleaños 16. Inolvidable la experiencia, aunque lejos de su casa en Güira de Melena. Solo pidió como regalo, una foto junto a uno de los cuadros ubicados dentro del Cubo de la Victoria. Mey Jiménez Chirino, llegó desde Mariel, donde iniciará el noveno grado en la Escuela Secundaria Básica Urbana Maputo.

Tania Alfonso Torres, artemiseña de nacimiento, muchas veces ha visitado el monumento. Sin embargo, vive ahora en la capital y ahora fue diferente. Llevó a sus



FOTO: OTONIEL MÁRQUEZ

dos sobrinas: Aranís y Arianna, que agradecieron la visita y aseguraron el pronto regreso para participar en un recorrido guiado.

La tradicional Guardia de Honor a los héroes y mártires del Moncada, se hizo este año, a pesar de las difíciles condiciones por las que atraviesa el país. No

pudieron venir todos los que lo deseaban, pero ello no fue motivo para la ausencia de flores, ni reverencias menores o disminuidas. El pueblo valiente y heroico de la Villa Roja cumplió con el precepto martiano de que la capacidad de ser héroe se mide, primero, por el respeto que se tributa a quienes lo han sido.



Un 26 en Bauta, para unirnos y vencer : Crece nuestro ejército de batas blancas

POR YUDASIS MORENO BENÍTEZ

● A solo unas horas de celebrar el aniversario 73 del asalto a los cuarteles Moncada y Carlos Manuel de Céspedes, en Bauta se reunió, tanto como su pueblo, el heroísmo de aquellos jóvenes con la hidalguía de los de hoy, para seguir construyendo la Revolución de la Generación del Centenario.

Yamilé Mena Peña, secretaria del Partido en el costero municipio, sede de las actividades centrales del 26 de Julio en la provincia, al ser distinguida por los resultados, de manos de las máximas autoridades de la provincia, convocó a seguir trabajando con disciplina, constancia y exigencia.

Ahondó en logros, pero sobre todo en cuánto falta para seguir sumando entrega en cada obra, consejo popular, centro laboral, en cada pedacito donde interactuemos, pues la Patria se defiende, con la responsabilidad individual en escenarios colectivos, en los cuales la unidad deberá estar en primera línea.

Con más de 5 000 bautenses y otros artemiseños, en una improvisada plaza, el arte se hizo cómplice de la jornada matutina, que retoma la voluntad de un pueblo de que el Moncada es la Patria.

Gladys Martínez Verdecia, integrante del Buró Político del PCC y Secretaria del Partido en la provincia, reconoció el complejo escenario caracterizado por la intención manifiesta del Gobierno de los Estados Unidos de la asfixia económica contra pueblo cubano.

No obstante, dignificó a los bautenses por no quedarse inmóviles, por ser consecuentes con las transformaciones y juntar voluntades y quehaceres de trabajadores estatales y no estatales en función de la satisfacción popular.

No sin antes listar lo mucho por hacer en este municipio, a favor de integrar un sistema más exitoso en pos de la calidad de los servicios, la recogida de desechos sólidos, el abasto de agua y la efectiva comunicación con las estructuras de gobierno, en retroalimentación con el pueblo, instó a convertir las actuales 176 medidas en agenda diaria que propicien nuevas maneras de hacer con el ímpetu innato de Bauta.

El 26 de Julio del año del centenario de Fidel, el que Artemisa dedica al Comandante de la Revolución Ramiro Valdés, recién fallecido, y al único moncadista candelariense y artemiseño que nos sigue acompañando, Ramón Pez Ferro, lleva la heroicidad de varias generaciones y la apuesta por nunca vivir de rodillas. ■

TEXTO Y FOTO SAYLIS MENA SUÁREZ

● En un emotivo acto en el Teatro Juárez, de Artemisa, 142 estudiantes de las Ciencias Médicas, recibieron sus títulos de graduados de las carreras de Medicina, Estomatología, Licenciatura en Enfermería y Licenciatura en Tecnologías de la Salud, junto a sus respectivos técnicos superiores y medios.

La ceremonia, que contó con la presencia de Gladys Martínez Verdecia, integrante del Buró Político y Primera Secretaria del Partido en Artemisa, se desarrolló en un ambiente de exaltación de los valores de la Revolución y el legado del Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, en el año de su centenario.

Uno de los momentos más significativos fue la entrega del galardón al Mérito Científico, distinción que reconoce a los estudiantes con premios en eventos científicos y proyectos investigativos durante su formación. Este reconocimiento fue otorgado a los jóvenes Sheilianys Pluma Torres, Daniel Rodríguez Cantalapiedra y Jareimys Meneses Sauchay.

Asimismo, entregaron la distinción del Movimiento de Vanguardia Mario Muñoz Monroy, a los estudiantes con una trayectoria integral sobresaliente. Entre los merecedores se encuentran Nadia Yaniela Matos Sandoval, Jareimys Meneses Sauchay, Sol Jessica Gatos Hechavarría y Sheilianys Pluma Torres.



La excelencia académica y la integridad fueron los ejes del reconocimiento a los Vanguardias Integrales de la XVII Graduación.

La Presidencia del acto entregó obsequios a estudiantes destacados en disciplinas como Enfermería, Estomatología y Medicina. Entre ellos, Luis Alberto Pérez, Sol Jessica Gatos Hechavarría, Daniel Rodríguez Cantalapiedra y Jareimys Meneses Sauchay, quienes brillaron en las esferas deportiva, comunicacional y académica.

El máximo galardón, como Vanguardia Integral de la Graduación 2025-2026, recayó en la estudiante de Medicina Sheilianys Pluma Torres, quien además, leyó el discurso de graduación en representación de todos sus compañeros.

El Dr. Joaquín Laureiro González, decano de la Facultad de Ciencias Médicas del territorio, ofreció palabras de elogio a los nuevos profesionales, destacando el sacrificio y la perseverancia que han demostrado a lo largo de su formación. ■

Paneles solares facilitan operaciones bancarias

POR YUSMARY ROMERO CRUZ

● A fin de cubrir las necesidades del centro y asegurar la continuidad de los servicios brindados a clientes naturales y jurídicos, desde mediados de marzo la sucursal 1741 del Banco de Crédito y Comercio (Bandec) en Mariel cuenta con seis paneles solares que aportan igual número de kilowatts.

“Con anterioridad, cuando se iba la corriente solo podíamos aplicar plan de contingencia: recibir efectivo de forma manual, hacer todas las operaciones de esa manera y una vez que se restableciera el fluido eléctrico pasar a la contabilidad cuanto se había reci-

bido y las operaciones ejecutadas”, señala Liván Sánchez Rodríguez, director de la sucursal.

“En estos momentos, tenemos la posibilidad de conectar los paneles en caso de no estarlo, porque normalmente al llegar por la mañana al centro, están cargados al cien por ciento, y trabajamos con estos; pero, si no estuvieran conectados, lo hacemos de inmediato, y podemos operar sin ningún tipo de problema, siempre y cuando Etecsa esté brindando servicio”, especifica el directivo.

Al respecto, explica que, “de lo contrario, no tenemos conexión en el banco; no se pueden realizar, por ejemplo, extracciones en línea, ni podemos disponer del POS. Eso nos dificulta las operaciones”.

En el municipio, la referida empresa no dispone de paneles solares, “dependen del combustible asignado para el grupo electrógeno, que ponen determinado tiempo por las limitaciones actuales, y en ese período es posible realizar las operaciones,

pero si no está en servicio no podemos trabajar íntegramente, digamos.

“Se puede, por ejemplo, recibir depósitos, contabilizar a lo interno, pero no es posible ofrecer efectivo al cliente, a no ser por los cajeros automáticos, que hemos adoptado esa variante, siempre y cuando tengamos denominaciones para ofrecer en los cajeros, los cuales están conectados directamente a los paneles”.

Detalla que, tras la puesta en marcha del sistema fotovoltaico, que fue montado por una forma de gestión no estatal dedicada a esta actividad, “no ha presentado ningún problema hasta el momento: carga bien, lo mismo con la energía solar que con la corriente.

“Tenemos un nivel interno de consumo: ventiladores, refrigerador..., por ejemplo, que tratamos de no utilizar ante determinada situación, pero aun con estos funcionando podemos trabajar bien. Si hay buen sol, laboramos todo el período, sin dificultad”. ■

Compromiso de jóvenes soldados

TEXTO Y FOTO Y.M.B.

● En presencia del coronel Luis Antonio Corujo Estrada, jefe del Estado Mayor de la Región Militar Artemisa, jóvenes que cursan el Servicio Militar Activo en Artemisa, realizaron –ante la bandera de la estrella solitaria– el Juramento, de defender la Patria ante cualquier agresión militar.

Anyleidy Carmona Castro, del municipio de San Cristóbal, motivada por la oportunidad que le ofrece la Orden 18 del Ministerio de las Fuerzas Armadas Revolucionarias, para escoger una carrera universitaria se acogió por un año al Servicio Voluntario Femenino, y leyó el Juramento ante los más de 300 reclutas de la unidad.

La lealtad, disposición combativa, incondicionalidad ante la preparación militar y fidelidad a los



principios revolucionarios resumen lo jurado en masa compacta, por quienes culminaron –tras 15 días– la previa de este llamado al Servicio.

La teniente coronel Milagros Pérez Posada, política del Centro de Preparación Básica, refirió que los días de sacrificio para los jóvenes, la mayoría de 18 años de edad, constituyen un eslabón importante en su superación.

Obtienen herramientas elementales para asumir nuevas contiendas, incluso, para adaptarse a las unidades militares donde pasarán el año que le sucede, porque, la mayoría de los concentrados acá, son diferidos por tener carrera universitaria otorgada.

En nombre de los familiares, congregados en el polígono de la unidad para presenciar la ceremonia militar, Marlene Nomblas Chirino, madre de uno de los reclutas, alabó la preparación, agradeció los aprendizajes y ponderó la necesidad de todos estar preparados para defender el suelo patrio, lo cual fue refrendado con una firma de cada uno, ante sus compañeros y jefes inmediatos superiores. ■

UNA CONVERSACIÓN QUE NO DESEO A NADIE

«AL FINAL, MEJOR DICHO, AL INICIO DEL DÍA, LA DOCTORA SE PONE SU BATA BLANCA COMO SI NO ESTUVIERA DECEPCIONADA DEL SER HUMANO, DE ALGUNOS O DE MUCHOS, COMO SI LA CRISIS NO LE AFECTARA»

Opinión

Una conversación que no deseo a nadie

POR YEMMI VALDÉS RAMOS



—Buenos días, Doctora.
—Buenos días, me dice Odalys mientras carga como a un bebé un tanque de agua de cinco litros contra su pecho.

Y sin que dijera yo una palabra más, esta mujer noble que ha salvado miles de vidas y aliviado otras desde su especialidad de Medicina Interna, inició una conversación sobre las cosas que le preocupan en esta, nuestra cotidianidad.

Extraño, pero no llevaba su bata blanca, ni su estetoscopio, ni ninguna indumentaria habitual, porque nos encontramos en la calle, lejos de la institución donde es casi una heroína cotidiana.

Cada vez que me la encuentro recuerdo que no quería liberarme del ingreso cuando un dengue hemorrágico me alteró la rutina en 2022. La doctora me explicaba pacientemente por qué debía quedarme ingresada “aunque sea un día más”. Se toma su oficio con mucho rigor y se lo admiro, también se lo agradezco.

Ahora busca agua potable para llevar a casa, a su madre centenaria y prácticamente postrada, mientras ella está al límite de los 60 años y con grandísimos desafíos.

La doctora es ecuaníme y callada, saluda siempre con discreción y enfrenta la vida con decoro, sin reparar en tiempos duros, pero ahora me ha mirado a los ojos y ha sentido la necesidad de expresar con palabras que está decepcionada.

—Lo peor de la crisis es el egoísmo de las personas, eso es lo que más me preocupa. Y duele en los oídos de esta receptora tamaña confesión.

“La gente te vende hasta el agua, yo la he comprado”, agrega.

Sigue citando en breve conversación las actitudes de sus semejantes que le agobian y no se pueden creer por mucho que la realidad golpee.

Vender agua para tomar, un ratico de carga para el móvil o la lamparita de alumbrar las noches; el carbón para



martirena

cocinar a más de 3 000 pesos, la falta de empatía de individuos que van así por la vida y hasta de algunos servidores públicos, con un poco más de responsabilidad en el asunto. Su vecindario en el centro de la ciudad de San Cristóbal no recibe agua en meses, porque en la zona alta se hace complicado el bombeo.

Lo cierto es que si algo debería salvarnos ahora, es la solidaridad, que se alza como principal candidata. Es momento de tender la mano y aliviar la vida a quien podamos, con gestos simples de colaboración.

Al final, mejor dicho, al inicio del día, la doctora se pone su bata blanca como si no estuviera decepcionada del ser humano, de algunos o de muchos, como si la crisis no le afectara. Regresa a velar por la salud de sus pacientes. Con intransigencia controla los días de ingreso hospitalario a quien lo precisa, la práctica del tratamiento y la disciplina adecuada. No habrá de su parte venganza hacia ninguno jamás.

Quien aprendió a valorar la salud, el bienestar y la vida de otros seres, no se toma la justicia por sus manos, busca siempre el bien; aunque sí le duela la ironía de lo inverso, pues al otro lado de la cerca perimetral de un hospital al que ha entregado sus mejores años, la sociedad se está pareciendo más a un sálvese quien pueda, que al sitio donde amar al prójimo solía ir más allá de los preceptos de un cristiano.

Ojalá todos pudieran conocer a Odalys, una mujer cubana que camina mirando al suelo, no busca en otros la gratitud que merece, ni la pide; ensimismada y discreta ha ido siempre con amabilidad y sin ruidos. Pero no deseo a nadie que ninguno de los tantos que existen como ella, así de buenos y sencillos, le apunte a los ojos y con una sola palabra (decepción) le haga tambalear la fe en la humanidad que nos queda.



EL PUEBLO OPINA

A cargo de YUDASIS MORENO Y ANAIS GLORIA TAMAYO
yudaisismoreno@gmail.com

1 ¿32 AÑOS PERDIDOS?

Víctor Manuel Abad Hernández, vecino de calle 10, edificio 52, apto 1, entre 29 y 31, en Artemisa, con teléfono 49 364358, se personó en la redacción, en calle 33 esquina a 44, en Artemisa, para hacer pública su preocupación. Reclama su expediente laboral que “la cooperativa San León no le entregó. Hubo mal manejo con los documentos hasta su traslado, en un primer momento estaban en una oficina al lado de baños y después fueron trasladados para Acopio. “En el 2021 hice una reclamación a Fiscalía municipal y provincial, sin estar de acuerdo con la respuesta” explica. Tiene 32 años de trabajo perdidos, no consta como trabajador. Solo tiene una prestación de servicios indicada por instancia de La Habana y tiene dos hijos con problemas de salud. ¿Entonces?

2 TANQUES SÉPTICOS EN CAIMITO: NO DAN MÁS

Recibimos en nuestra redacción la opinión de Yanirys Pujo González, asistente fiscal de la Fiscalía Municipal de Caimito y vecina de Calle 47ª, entre 34 y 36 edificio 2, apartamento 1, frente al punto de gas, en Caimito,

Refleja la necesidad inmediata de destupir los tanques sépticos, ubicados detrás de los edificios, a los cuales están conectados tres multifamiliares, con más de 70 apartamentos, estos tienen registros instalados todos, unos a los otros, los cuales tributan a dichos tanques sépticos.

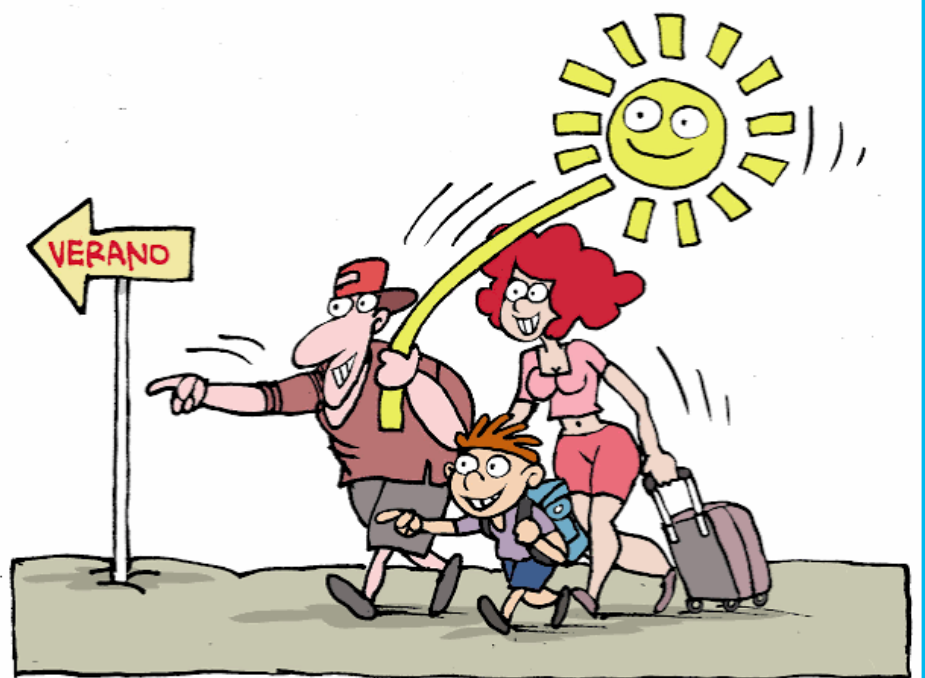
“Al estar tupidos por encima del nivel de desagüe, realizan un retorno de todas las aguas albañales que terminan en la fosa de mi vivienda, desbordando su contenido. Refiere que con estos tanques y aguas albañales corremos riesgos de contaminar el agua potable en una zona militar, donde habitan cientos de familias y niños pequeños, a los cuales debemos evitar más epidemias, virus y enfermedades.

La fosa del apartamento de Yanirys está ubicada, nos cuenta, frente a la puerta de la cocina, donde ella elabora los alimentos para consumir, hay un niño menor de seis años, por lo que tiene que mantener la puerta cerrada y con temor que, con las lluvias, esa pudrición entre para la cocina de su vivienda.

“Mientras más tiempo pase, mayor posibilidad de riesgo epidemiológico existe, por lo que temo por la salud de mi hijo y la de los niños que viven en esa zona, ya que la afectación es masiva”, concluye.



OPINIÓN GRÁFICA



martirena



Un compañero de crochet, para sanar y acompañar

TEXTO Y FOTOS DRA. YANET GARCÍA FERNÁNDEZ *

● Pequeños guardianes tejidos a crochet, traen tranquilidad al neonato hospitalizado en el Hospital General Docente Ciro Redondo. Una iniciativa que nació en Dinamarca, hoy humaniza los cuidados neonatales en Cuba, brindando consuelo y estabilidad a los recién nacidos más vulnerables.

Desde el mes de junio, y tras una revisión exhaustiva de la literatura para la realización de protocolos, donde se incluye el consentimiento de los padres para su utilización, en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales del centro hospitalario artemiseño, un pequeño pulpo tejido ha llegado para quedarse.

Se trata de los Pulpos de apego, muñecos tejidos a mano, cuyos tentáculos simulan el cordón umbilical, ofreciendo a los prematuros y/o bajo peso una sensación de seguridad, similar a la que experimentaban en el vientre materno.

Esta terapia ha demostrado beneficios clínicos significativos. Estos pequeños muñecos regulan la frecuencia cardíaca y respiratoria de los bebés, garantizan un sueño más profundo y de calidad, favorecen la ganancia de peso y el neurodesarrollo.

Pero quizás el beneficio más inmediato es el que perciben los padres a diario. Los tentáculos del pulpo ofrecen un punto de sujeción que activa el reflejo de presión y evita que el bebé tire accidentalmente de sondas, tubos o electrodos, elementos fundamentales para su recuperación.

¿Qué dicen los padres?

La pequeña Ailani es la primera bebé que goza de este acompañamiento en el centro asistencial. Para sus padres, Lorena y Juan Tomás, ha sido una tranquilidad en medio de la incertidumbre. “Para nosotros ha sido muy bonito”, asegura el padre, quien fue el primero en tener contacto con su bebé, pues su madre no podía por problemas de salud. “Ailani se quedaba tranquila cuando el pulpo estaba cerca de ella, no llora y se siente a gusto. Esperamos que otros niños puedan disfrutar esta experiencia y agradecemos que nuestra beba haya sido la primera en contar con este compañero durante su hospitalización”

A 28 días del nacimiento de esta pequeña guerrera, el pulpo se ha convertido en su compañero de batalla, impregnado con el olor de los padres, lo cual facilita el reconocimiento y la conexión afectiva, incluso cuando el contacto físico directo es limitado. Al estar más tranquila y sin estrés, mejora su oxigenación y ha favorecido su recuperación.

Tentáculos cumplen con el largo que indica la **normativa europea de seguridad** de un juguete

Ojos bordados no se desprenden

Al ser de algodón absorbe el olor de la mamá y la siente más cerca

Se cree que el contacto con los tentáculos les recuerda el cordón umbilical

Un trabajo en equipo

La implementación de esta técnica en Cuba llegó por intercambios entre médicos neonatólogos, en La Habana, con la participación del Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (Unicef). El Hospital General Docente Ciro Redondo García, se sumó a esta práctica que es recomendada por la Organización Mundial de la Salud como una medida de humanización en los cuidados neonatales.

Cada pulpo es único, personalizado, y acompaña al recién nacido durante toda su hospitalización. Los materiales con los que se realizan deben cumplir estrictas medidas de seguridad: hilo 100% de algodón, cabeza de entre siete y nueve centímetros, y tentáculos que no superen los 22 centímetros. Antes de ser colocados en las incubadoras, pasan por un proceso completo de esterilización.

Para los padres, estos pequeños héroes de lana representan mucho más que un simple juguete: son un símbolo de esperanza y compañía en un momento de vulnerabilidad. Como bien expresan, “es bueno para ella, para que pueda subir de peso”, y valoran el apoyo que reciben del equipo médico.

La iniciativa continúa extendiéndose, y la demanda es constante. Cada bebé merece su propio compañero de lana, y el equipo del Hospital Ciro Redondo trabaja para que ningún pequeño se quede sin este abrazo que tanto bien les hace.

A ustedes que están leyendo: Si sabes tejer a crochet, te esperamos en nuestro hospital. Pon tu granito para que nuestros neonatos prematuros puedan llevarse esta experiencia consigo.

*Jefa del servicio de neonatología del Hospital General Docente Ciro Redondo García





SIEMPRE CONTIGO
CADA MARTES EN VERANO
REGRESA LA PÁGINA VARIADA

Variada

A CARGO DE YUDASIS MORENO

¿Sabías que?



- La más cálida de las cuatro estaciones climáticas es el verano. Tiene lugar entre la primavera y el otoño, prevalecen los días largos y las noches cortas, con temperaturas elevadas, a causa de la inclinación del eje de la tierra y los rayos del sol inciden más directo en ciertas regiones.

Culturalmente, no solo en Cuba, se vincula con descanso y vacaciones, y coincide con un aumento de la actividad turística, al ser aprovechado para visitar campismos, otros destinos recreativos y disfrutar de esparcimiento.

Cómo hacerlo inolvidable guarda relación con tu persona. ¿Qué disfrutas? Compartir con amigos, cenas y visitas familiares, transformar el hogar, reverdecer tu jardín, organizar tu closet, jugar dominó, caminar, ir a la playa, al río... Escoge lo más cercano a tus posibilidades.



A lo natural

- Las vitaminas tienen un papel esencial en el buen funcionamiento del organismo, son imprescindibles para el desempeño normal de los órganos, tejidos y sistemas, participan en la función cerebral, la coagulación de la sangre o la síntesis de hormonas...

Son mediadoras entre los alimentos que ingerimos y la energía vital que nos mantiene activos, y en niveles bajos favorecen el cansancio, la caída del cabello, la sequedad de la piel, la dificultad para concentrarse o debilidad del sistema inmunitario.

El estrés crónico, el exceso de alcohol, tabaco, ciertas enfermedades digestivas o la falta de exposición solar en el caso de la vitamina D, alteran sus niveles. En estos casos, los complementos alimenticios, bajo prescripción profesional, apoyan cuando existe deficiencia o necesidad concreta.



Curioseando

TOP 5: PELÍCULAS MÁS TAQUILLERAS

1- Avatar (2009) Director: James Cameron

Esta espectacular película de ciencia ficción nos transportó al mundo de Pandora, con efectos visuales revolucionarios y una historia envolvente. En Latinoamérica, **Avatar** fue un éxito masivo, con salas llenas y una experiencia inolvidable en 3D.

2- Avengers: Endgame (2019) Directores: Anthony y Joe Russo

El cierre de una era en el Universo Cinematográfico de Marvel (UCM) dejó una huella imborrable en los fans. En países como México, Argentina y Colombia, las funciones agotadas y la locura por los boletos fueron prueba del enorme impacto de la película.

3- Titanic (1997) Director: James Cameron

Un clásico del cine que sigue conquistando generaciones. En Latinoamérica, **Titanic** fue más que una película; se convirtió en un fenómeno cultural, con su banda sonora sonando en todas partes y una historia de amor que aún nos hace llorar.

4- Star Wars: El Despertar de la Fuerza (2015) Director: J.J. Abrams.

El regreso de **Star Wars** a la pantalla grande emocionó a los fanáticos de la saga en todo el mundo. En países como México, Brasil y Chile, la fiebre galáctica se sintió con estrenos a medianoche y funciones especiales.

5- Avengers: Infinity War (2018) Directores: Anthony y Joe Russo.

La antesala de **Endgame** nos dejó con la boca abierta gracias al impacto de Thanos y su famoso chasquido. En América Latina, los cines se llenaron de fans que vivieron cada escena con emoción y sorpresa.



Si alguna vez te has preguntado qué películas han vendido más entradas, ya tienes la respuesta con este *ranking*. Estas no solo han sido éxitos en taquilla, sino que marcan generaciones y siguen siendo recordadas por el público en todo el mundo.

Interesante

- ¿Conoces el agua de mar? Cloro, sodio, azufre, potasio, calcio y magnesio, que benefician nuestra piel, pulmones y articulaciones, están en el mar, gracias a la quimiosíntesis, que permite que los minerales inorgánicos se conviertan en nutrientes, por la acción de las bacterias marinas, pasando al organismo antioxidantes y vitaminas.

¿Sabes de la talasoterapia?, definición de la Sociedad española de Hidrología Médica como "el uso con fines terapéuticos del agua de mar junto al clima marítimo". ¿Y el bioclima marino?, denominada helioterapia, ¿y la climatoterapia marina? usando la temperatura, humedad, vientos, presión atmosférica, los lodos y algas marinas, además de la arena y las demás sustancias de origen marino como el plancton...

Su uso con fines terapéuticos en enfermedades reumáticas, traumatológicas, dermatológicas, del sistema respiratorio o del sistema venoso y linfático venoso, entre otras, demuestra que la naturaleza puede hacer mucho por nosotros.

"No hay receta más simple: sol, silencio y felicidad en el mar. "

Manolo Escobar

Deporte

PRIMER ORO PARA CUBA CON SELLO ARTEMISEÑO
«LA RESIDENTE EN GÜIRA DE MELENA, DOMINÓ LOS 30 KILÓMETROS DE LA COMPETENCIA CONTRA RELOJ DE LA CITA CENTROCARIBEÑA»



Primer oro para Cuba con sello artemiseño



FOTOS: TOMADAS DE INTERNET

POR **CARLOS ENRIQUE RODRÍGUEZ**
carlosenriquerodriguez@gmail.com

• Con tiempo de 40.15.75, la artemiseña Marlies Mejías, logró el primer oro de la delegación cubana en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Santo Domingo República Dominicana.

La residente en Güira de Melena, dominó los 30 kilómetros de la competencia contra reloj de la cita cen-

trocaribeña y demostró una vez más su calidad competitiva y jerarquía en el área.

Marlies reeditó su hazaña de Barranquilla, Colombia, cuando también en igual fecha, logró el oro en la misma prueba del ciclismo femenino Centroamericano.

Aún restan otras competencias para la cubana donde también espera preseas. —

Torneo de ajedrez Ezequiel Herrera *in memoriam* en San Antonio de los Baños



TEXTO Y FOTO **C. E. R. G.**

• Una nueva edición del torneo de ajedrez Ezequiel Herrera *in memoriam*, inició en San Antonio de los Baños el Día de los niños, para estimular en los pequeños practicantes el amor por el juego ciencia, como alternativa de recreación y aprendizaje.

La justa se desarrolló en el Museo del Humor y está dividida en tres grandes grupos: iniciados, medios y avanzados.

El evento contó con buena participación de alumnos de la Academia

Municipal Ada María Salgado y niños de las diferentes escuelas del territorio, donde se realizaron simultáneas del juego ciencia, para elevar la masividad y calidad del deporte en la localidad.

La Dirección de Deportes en el Ariguanabo, apoyó la justa con presencia de glorias deportivas invitadas a cada jornada del certamen. El evento también sirvió de preparación para otras lides de nivel provincial y nacional como los torneos de Varadero, Villa Clara y La Habana. —

Gana Isbel Peguero maratón Andarín Carvajal

TEXTO Y FOTO **C. E. R. G.**

• El corredor ariguanabense Isbel Peguero ganó la edición XXIV de la maratón Félix “Andarín” Carvajal que se desarrolla en San Antonio de los Baños.

La justa, que saludó el aniversario 73 de los asaltos al Cuartel Moncada en Santiago de Cuba y Carlos Manuel de Céspedes en Bayamo, dio su arrancada a las 8:00 de la mañana y aunque contó

con poca participación de corredores, por la ausencia de transporte desde Mayabeque y La Habana, no dejó de ser emotiva y bien organizada.

El ganador dejó registro de (19,58) en 5 kilómetros y fue escoltado en la raya de sentencia por Dailon Guevara con (21,50) y Antonio Ortega junto a José Luis Cepero quienes estamparon tiempo de (24,06). —





MAIKEL Y LA INMENSIDAD DE LOS SUEÑOS

«LA VILLA DE RENÉ DE LA NUEZ Y EDUARDO ABELA, ESA QUE HOY ENGRANDECE, PASO A PASO, EL ADOLESCENTE QUE PINTA SUS SUEÑOS Y REFLEJA EN BLANCO Y NEGRO O A COLOR, LA REALIDAD DE SU ENTORNO»

Cultura

Ecos de ciudades, de la mano de Juan Carlos Izaguirre

TEXTO Y FOTOS **DANIEL SUÁREZ RODRÍGUEZ**
danielsuarezrodriguez1968@gmail.com

● De nuevo la Galería El Restaurador, en la sede provincial de la Uneac, como parte de la Jornada Arte fiel, abrió sus puertas a un representante de las artes visuales del territorio: Juan Carlos Izaguirre Hernández, a quien le acomoda bien el redundante refrán Nunca es tarde si la dicha es buena.

Su trayectoria académica y artística está marcada por hitos que para otros artistas de la plástica llegan más temprano. Se graduó de la Escuela Profesional de Arte en Pinar del Río con 27 años. A los 55 acaba de inaugurar su primera exposición personal **Ecos de ciudades**, encontrándose al igual por vez primera, según refiere, con algo verdaderamente suyo.

“He tenido participación en varias exposiciones colectivas, en Pinar del Río, en mi pueblo durante las festividades por el Día de la Candelaria y en San Cristóbal, que me premió en una edición de su Salón Murciélagos.

“Al inicio fueron los **Orishas** el tema de mis obras, luego **Ciudades imaginadas** y ahora **Ecos de ciudades**, resultado de un manantial de ideas que dieron como resultado una serie interesante. Esta vez expongo en óleos y técnica mixta en cartulina las resonancias, los ecos que no se ven pero se sienten dentro de los núcleos urbanos”.



A LA DERECHA, Juan Carlos Izaguirre junto a Jesús Gastell, curador de su primera expo persona

Izaguirre evoca agradecido el magisterio del cual se nutrió en la Escuela Profesional de Arte: Lisbet Baños, Marcos, su profesor de Grabado y Ronaldo Concepción, quien le enseñó Pintura. En cuanto a la visión de la paisajística, reconoce como principal referente al pinareño Domingo Ramos, por su forma tan particular de captar la luz del sol. En las dos etapas de ciudades, emplea la línea de pintura abstracta,

con otras dos referencias permanentes en los códigos de su obra: Pedro de Oraá y Carlos del Trillo.

Del segundo le interesa más el trabajo en la corriente matérica, dándole forma plástica a la idea desde la inclusión de papel, maderas, metal y otros objetos, para construir y transmitir un mensaje. De ahí, que al comienzo de las series de Ecos..., concibiera darle vida al proyecto con esta técnica, cuyos bocetos son fruto del confinamiento en la etapa de combate a la Covid 19.

Jesús Gastell Soto, presidente de la filial de Artes visuales de la Uneac provincial, con una obra consolidada, conocida, dentro y fuera de Cuba, es el curador de **Ecos...**

“Juan Carlos Izaguirre tiene formación profesional, una obra copiosa y sólida, es laborioso, ha hecho un recorrido muy largo por caminos muy diferentes y su primera exposición personal es para él, como un enfrentamiento con algo inédito, que tendrá continuidad, que lo motiva; es un encuentro consigo mismo, como si estuviera parándose por primera vez ante un espejo y reconociéndose. Es una exposición lograda y bonita. Debe abrirle nuevos caminos al artista”.

Ante tanta expectativa y una opinión tan autorizada como la de Gastell, vale la pena acompañar a Juan Carlos Izaguirre y mantenerse al tanto de los derroteros que en lo adelante siga su obra. —

Arte en la piel

POR **YUSMARY ROMERO CRUZ**
yusmaryromerocruz@gmail.com

● El 25 de julio la Galería de Arte Orlando Nodarse, de Guanajay, acogió la Exposición Colectiva Arte en la piel. Ocho artistas concluyeron en este espacio, tatuajes iniciados previamente.

Conocida por sus características como lienzo vivo, la expo unió en este empeño el quehacer de los tatuadores Thalía Rodríguez Aguilar, Lester Félix Roldán Prieto, Yordán Traviesas Castro, Gerlys Álvarez Chacón, Edriel Cruz Viera, Dayan Boza Jiménez, Carli Cruz Hernández y Leonardo Delgado Pérez.

La galería funcionó además, como espacio expositivo de la identidad de estos artistas, así como de

documentación e información sobre el mundo del tatuaje.

Aunque este tipo de certámenes se celebran a nivel mundial, y en La Habana, por ejemplo, también se han desarrollado, cuenta Gerlys Álvarez Chacón, uno de los protagonistas de la muestra, que en la provincia apenas tiene conocimiento de su organización en San Antonio de los Baños o Güira de Melena hace algunos años, y con anterioridad la Asociación Hermanos Saíz tuvo en proyecto una idea similar.

El tatuaje es muy popular, agrega, tanto para los clientes o el público, como para los propios seguidores, artistas y tatuadores, a quienes les llama la atención este mundo.

Nuestra intención es comenzar; quizás pueda crearse un precedente para la provincia y más adelante, convertirse en un evento, concluye. —



FOTO: CORTESÍA DE GERLYS ÁLVAREZ

Maikel y la inmensidad de los sueños

TEXTO Y FOTOS **CARLOS E. RODRÍGUEZ GONZÁLEZ**

● Cuando los sueños danzan en la inmensidad, Maikel Hernández de la Osa dibuja a lápiz y confecciona sus propias historias. Le da color con acuarelas y pinceles, cual si los ángeles regalaran sus encantos a orillas del Río Ariguanabo.

Vive inmerso en la ilusión de ser actor de teatro o pintor. Por eso, desarrolla sus habilidades en el taller de la Compañía de Teatro Infantil Los Cuenteros, que dirige la prestigiosa actriz Malawi Capote González.

No es Boligán, Quidiello, Villamil ni Portocarrero, pero lleva en sí mismo, el talento de artista tatuado en el alma, el de los colores que dan vida a sus obras. Los mismos que junta en su impresionante memoria. Los hace realidad en cartulinas, libros ilustrados y una versión casi perfecta de esa mirada de creador, tierna, infantil, serena y enamorada.

A sus catorce años, llega con el arte tejido por historias reales que visualiza cual cámara televisiva. Graba cada instante de su entorno y lo retrata. Luego lo convierte en trazos casi perfectos, donde sabe delimitar las distancias y los espacios. “De niño solo jugaba a dibujar todo lo que veía. También ocupaba espacio para contar historias, cual escritor de teatro”.



Así nos hace saber su mamá, Lisbet de la Osa. Sobre su capacidad como artista, Malawi expuso: “Es un niño impresionante y digno de admiración. Llegó a la compañía con sus dibujos, llenos de una realidad

increíble. En cada obra, reflejaba a nuestros actores y actrices en escena. Hoy es parte de nuestro taller de títeres y dice que en el futuro quiere ser un cuentero más del Ariguanabo. Su manera de interactuar con los otros niños, ligera pero segura, demuestra su gran memoria y el talento que desborda en cada una de sus expresiones”.

El 19 de julio, por coincidencia feliz, Día de los Niños, celebró su 14 cumpleaños y lo hizo de una manera diferente. Malawi y Los Cuenteros, le regalaron una fiesta especial. Junto a la exposición personal “Los sueños de Maikel”, que se exhibe en el Museo de Historia José Rafael Lauzán, disfrutó la alegría de otros niños que admiraron sus creaciones.

También recibió regalos de la compañía y un cake para disfrutar en casa. Alumno de la escuela Le Thi Rieng, en su natal San Antonio de los Baños, nuestro protagonista, participa en los matutinos y muestra sus pinturas para beneplácito de maestros y compañeros de grado. Viajar del sueño a la realidad, ya no es una quimera para Maikel. En la última obra, supo ilustrar a lápiz, la portada del libro La Edad de Oro.

Seguirlo, moldear su arte y acompañarlo en el futuro como artista plástico o teatrero, es deber de las autoridades culturales del Ariguanabo. En Maikel, se vislumbra otro creador de esta tierra. La Villa de René de la Nuez y Eduardo Abela, esa que hoy engrandece, paso a paso, el adolescente que pinta sus sueños y refleja en blanco y negro o a color, la realidad de su entorno. —

Bauta con sus mejores galas

POR SAYLIS MENA SUÁREZ

menasuarezsaylisgabriela@gmail.com

● Es cierto que en Cuba “siempre es 26”, pero este año Bauta tiene la sede provincial, y ese es motivo suficiente para sentir el orgullo artemiseño latir más fuerte que nunca.

En tiempos complejos como los actuales, toda acción de embellecimiento, construcción e incluso remodelación se convierte en tarea titánica. Sin embargo, en este municipio de la Villa Roja se juntaron muchas manos, para lograr lo que tal vez hace unos meses parecía utopía.

Es por esto que las máximas autoridades de la provincia llegaron en la tarde de este martes hasta la tierra de Ángel Silvestre, para conocer a profundidad los avances de las obras sociales, inauguradas o resaturadas en saludo al día de la rebeldía nacional.

El Hogar Materno Celia Sánchez es uno de los sitios que gana protagonismo en esta jornada, pues según comentan sus propias trabajadoras, mucho ha cambiado desde que los líderes de Helados Cid decidieron tomar el lugar como un espacio propio.

“Nosotros hicimos prácticamente una reparación capital. Con la ayuda de Helados Cid pudimos resolver todos los problemas eléctricos e hidráulicos. Ellos se encargaron de cada detalle para que las embarazadas se sientan un poco mejor. Los trabajadores del materno también cooperaron muchísimo por el bienestar de las pacientes.

“No tenemos problemas con el agua. Contamos con paneles solares desde el año pasado. Nos mantenemos al tanto de la alimentación de cada una de las ingresadas, así como de brindarles también apoyo y la mejor atención. Esta es la casa de las embarazadas de Bauta”, afirmó Aymée Díaz Gómez, la administradora.

La institución cuenta con 17 camas. Está dividida en tres cubículos: riesgo de prematuridad, adolescentes y posdengue, poschikungunya...

“Con esta restauración buscamos una mejor atención para nuestras embarazadas. Un lugar más acogedor, más familiar, que se sientan como en su casa”, aseveró el Dr. Emilio Lacosta Ramírez, director general de Salud Pública en el municipio.

Unir lazos entre el sector estatal y el privado

En Playa Baracoa varios espacios llaman la atención de los pobladores. Este es el caso de una nueva pizzería ubicada en el corazón de este consejo popular que alberga una de las playas más hermosas del territorio artemiseño.

Una alianza entre la Empresa de Alojamiento y el trabajador por cuenta propia (TCP) Maikol Linares Hernández, dio lugar a un nuevo espacio que será quizás el sitio de disfrute de las personas que llegan hasta Playa Baracoa en estas vacaciones.

Yosvany Linares Noa, director de la Unidad Empresarial de Base (UEB) Villa Victoria, explicó que habrá ofertas con una amplia variedad de pizzas, espaguetis, hamburguesas...

Manifestó que, a medida que puedan lograr la independencia energética necesaria, comenzarán a ofertar helados, cafés y diferentes cocteles y bebidas.

Según afirmó Linares Noa, el próximo sábado abrirá este espacio al público. Una fecha simbólica pues, además de ser un día de una cantidad de visitantes considerable, será también en vísperas de las celebraciones por el 26 de Julio.

Tentativamente, los precios, comentó el director, estarán por debajo de los negocios privados, siem-



FOTOS: OTONIEL MÁRQUEZ

pre pensando en los clientes, quienes le dan sentido a toda instalación de este tipo.

Yeimy López Pérez, directora provincial de la Empresa de Alojamiento, señaló que esta práctica, también implementada en el parque Ariguanabo y el parque Los Caballitos, ha sido de total beneficio para la empresa. “Se logra cumplir con el objeto social con una mejor calidad; brindamos el servicio con un aseguramiento estable y una buena aceptación por parte de la población”.

Algo similar ocurre en la cafetería La Panamericana, perteneciente a Palmares, donde establecen alianza con la mipyme Familia 10.

Su objeto social, explicó Yurenis Rodríguez Aguirre, representante de Palmares en la unidad, es recuperar a todo aquel cliente que una vez disfrutó de lo que fue esa instalación que ahora se renueva. “Hemos brindado servicios de comida criolla a la población con precios muy asequibles. Ha tenido una gran acogida”.

Un barco que ya no está anclado en la desidia

El barco es uno de esos lugares que durante años representó a Playa Baracoa. Mucho dolor habitaba en esa zona al ver el abandono que enfrentaba el sitio. Hoy tuvo un nuevo comienzo gracias a muchas manos y corazones que pusieron todo el empeño por lograr imposibles.

“Nuestro objetivo principal es rescatar, al menos un poco, la gastronomía que siempre representó a esta zona artemiseña. El local todavía no está abierto al público, pero ya tenemos un proyecto social con niños para impartir clases de buceo. Es un curso gratis para la población, todos los gastos los asumimos nosotros”, explicó Yuniel Peña Pupo, administrador del proyecto El Barco.

Ángela Rivera Rodríguez, coordinadora del Proyecto de Desarrollo Local (PDL) Por nuestro entorno, comentó que el objetivo principal del proyecto es rescatar la playa de Baracoa, reforestarla, pero siempre con la participación de la comunidad.

“Hemos avanzado mucho. Comenzamos muy pocos, unos cuatro en total. Ya hoy tenemos un grupo gestor consolidado, una brigada de chapeo de 15 hombres y una brigada de recogida de desechos compuesta por ocho compañeros.

“Contamos con un sistema de recogida por las casas que tiene horario; nadie puede sacar la basura de la vivienda si no es el horario en que pasa el carretón. En ese aspecto, hemos disciplinado a la población y así hemos logrado eliminar vertederos y mantenerlos limpios.

“Además, nosotros somos quienes autorizamos que los dueños de los quioscos que hoy están en la playa puedan establecerse o no. Ellos nos alquilan el espacio y de ahí reciben el salario varios trabajadores”, agregó.

Yamilet García Piedra, presidenta del Consejo de Defensa de Zona, expresó que la opinión del pueblo para ellos vale mucho. “Cada muestra de gratitud o apoyo es el premio al esfuerzo que hemos hecho”.

Gladys Martínez Verdecia, miembro del Buró Político y Primera Secretaria del Partido en la provincia y Ricardo Concepción Rodríguez, el gobernador, transmitieron su gratitud a los equipos de trabajo por lograr que estas obras no quedaran en simples palabras.

Nuevamente es 26. Bauta y su gente bien lo saben, pues se vistieron de gala para recibir una de las fechas más significativas para este país. La tierra roja sigue llenando de coraje y sonrisa cada página de la Historia de Cuba.



DIRECTORA
Yudaisis Moreno Benítez
SUBDIRECTORA DE INFORMACIÓN
Adriana Fernández Izquierdo
SUBDIRECTORA DE EDICIÓN
Giselle Vichot Castillo

DISEÑADORES
Otane González Martínez
Jimmy Goenaga Hernández
CORRECTORA
Grisel Martínez Loaces

SUBDIRECTORA ECONÓMICA
Lemaris Jiménez González
DIRECCIÓN
Calle 33, esquina a 44,
Artemisa CP 33 800
TELÉFONO 49 355200

CORREO ELECTRÓNICO
artemisadiario@cip.cu
IMPRENTA
EES Empresa de Periódicos
UEB Gráfica La Habana
SOYGRAF
IMPRESIONES UNICALES



Periódico Artemisa - Oficial

@DiarioArtemisa

Periódico Artemisa



28 jul. 2026
Edición 29