

LA LOA

Edición No. 143 • Colombia

CARIBE

CLAVES PARA
EL ÉXITO EN
EL 2021

Adiós a
**Lola
Salcedo**

Bolívar en
Barranquilla

**Carlos
Castellanos**
entre canarios
y trofeos

Barranquilla
imparable

LA LOA
EN CASA

TITANES
campeones
por tercera vez

LA 'REINA' DE LA
MODA CARIBE

**CAROLINA
SEGEBRE**





Nuevos bríos

Comenzamos el 2021 con nuevos bríos: el perfil de una ejecutiva líder e inspiradora: María Olga Salazar Senior, gerente regional de Protección. La moda refrescante y cómoda de la Reina del Carnaval 2019 Carolina Segebre, quien lanzó una colección especial para estos tiempos de crisis. También destacamos a Fernando García y Laura Kim, directores creativos de Oscar de la Renta, quienes presentan algo “divertido”, para vivir nuestra nueva realidad. Barranquilla es la invitada de honor en este nuevo año: primero recordando el paso del Libertador por nuestra ciudad; disminuido física y anímicamente; en una interesante crónica escrita por Adlai Stevenson. Nicolás Renowitzky, uno de los contados cívicos, hace un repaso de los últimos años que ha vivido la ciudad hasta lo que le espera bajo la alcaldía de Jaime Pumarejo por una ‘Barranquilla imparable’. La Loa de los Reyes Magos de Baranoa, que está a un paso de ser declarada patrimonio nacional, se reinventó. El evento fue grabado, sin público, y será visto en la comodidad de nuestras casas a través de canales y

plataformas digitales. Barranquilla tiene muchos personajes que comenzaremos a destacar a partir de este año. Empezamos con una autoridad mundial en cría, educación y concurso de canarios de canto: el abogado Carlos Castellanos, campeón del mundo en Pordenone, Italia, en 1989. Hasta la fecha sigue siendo el único colombiano en lograr este premio con el famoso canario ‘Caruso’, bautizado así por la prensa italiana. Registramos con beneplácito a los estudiantes de medicina de la Universidad Simón Bolívar que para el recuerdo posaron en el estudio de Enrique García con sus batas blancas, una simbolización de que ya empieza la parte clínica de la carrera. Empecemos el año dándole un toque diferente a nuestra vivienda: un nuevo color para las paredes, un adorno, el tapizado de los muebles... No podían faltar los nuevos propósitos del psicólogo Roque Herrera para deseárselos un nuevo año a nuestros innumerables lectores. 

Claves para abordar con éxito el 2021

por **Roque Herrera Michel**

Siempre que el ser humano comienza un nuevo día, una nueva semana o un nuevo año lo hace lleno de energías renovadas y nuevos propósitos. Es por eso que... ¡En este 2021 hay que ir con todas las energías, pues lo que comienza bien termina aún mejor! Este inicio de año es una nueva oportunidad que da la vida para desandar el camino ya transitado con fines de redoblar esfuerzos para dirigir los pasos hacia novedosos horizontes y metas superiores. Resulta oportuno reinventarse y enfrentar con mayores bríos la vida con la seguridad de que, suceda lo que suceda, el destino de cada uno dependerá de la actitud con la que se encaren los próximos 365 de este incipiente ciclo anual. A todas luces resultan recomendables esta serie de sugerencias:

1- Renuévase... Propóngase nuevas metas. No se conforme ni entre en una "zona de confort" con los logros ya alcanzados... No pase brillando "medallas viejas". Eso es ya

pasado. Las personas más optimistas y longevas son aquellas que se preocupan más por el futuro que por el pasado... pero eso sí... ¡sin dejar de vivir el presente! Debe construir nuevos objetivos y propósitos...inventarse nuevas estrellas que alcanzar. Lo bueno de renovar las metas a futuro es que lo mantienen ilusionado y lo ayudan a olvidar tanto los éxitos y fracasos del pasado como las dificultades que pueda tener en el presente.

2- Crea en usted mismo. Está convencido de que es capaz y que posee en su interior las potencialidades y talentos para alcanzar lo que se proponga. No se crea menos que nadie. Fortalezca su autoestima y esté seguro de que se merece un mejor destino. Valore lo que tiene tanto en su interior (capacidades, conocimientos, actitudes) como a su alrededor (personas que lo apoyan y le aportan energías positivas)

3- Prepárese. Busque la forma de actualizarse y capacitarse en aquello que usted se desempeña. No se conforme con lo que sabe. Entérese y fórmese en las novedades sobre procedimientos, tecnologías, etc. que han surgido en su



campo de acción. Pula sus armas para enfrentar las nuevas exigencias del mercado laboral en esta nueva normalidad.

4- Desarrolle su capacidad de resistencia. Disciplínese para soportar los momentos difíciles que siempre se dan cuando se está detrás de una importante meta. Tenga paciencia, perseverare... no desista ni "tire la toalla" antes de tiempo... no se desespere si aún no se ven los frutos de aquello por lo que está luchando. Fortalezca su paciencia y capacidad de espera.

5- Las oportunidades. Siempre se presentan, pero hay que estar "con los ojos abiertos" pues ellas surgen inesperadamente y sin avisar. No se preocupe porque no aprovechó en el pasado algunas oportunidades pues siempre existen segundas, terceras y cuartas oportunidades... pero

hay que estar concentrado. Es importante tener en cuenta que estos cinco propósitos mencionados están sincronizados entre sí... Recuerde que por más oportunidades que se presenten nunca las podrá aprovechar si usted no cree en si mismo o no se preparó ni se capacitó o si no pudo pacientemente resistir las dificultades que se le presentaron en el camino. En síntesis, este nuevo año hay que enfrentarlo con positiva fe en usted mismo, en su familia, en las otras personas que laboral y socialmente lo rodean... y en Dios que sin dudas le facilitará el camino hacia el éxito y la felicidad. ¡Este es su año! 🎯

roquehmicel@hotmail.com

The ICON es una realidad!!!



ALC Constructora es una firma con varios proyectos inmobiliarios en Bogotá y Barranquilla; en esta última le ha apostado a la construcción de un rascacielos de 42 pisos, 4 sótanos y 76 apartamentos, el cual será un ícono para la ciudad. Está ubicado en uno de los sectores más exclusivos y de mayor valorización de la ciudad: Villa Country.

Actualmente ya se encuentra totalmente terminada toda la estructura de 42 pisos. En The ICON estamos un paso cerca del cielo. En este exclusivo proyecto contamos con apartamentos desde 178.58 m² hasta 485.59 m² de área construida, con acabados perfectos y una distribución pensada en una inmejorable calidad de vida. En los pisos 1 y 2, The ICON ofrece

una generosa zona social con más de 1.437,25 m² de área construida, en donde sus habitantes e invitados podrán disfrutar de gimnasio y spa con jacuzzi, sauna y baño turco, salón social, zona cyber, parque infantil, teatrino, piscina, salón múltiple y un amplio lobby, y en nuestro piso 42 una increíble terraza con zonas BBQ y Sky Bar. El proyecto se caracteriza por su diseño bioclimático y se destaca por el empleo de materiales innovadores como el ladrillo de arcilla blanca, importado de España, de uno de los centros de producción de Cerámicas La Paloma. Por su localización y diseño, el proyecto será un referente de la arquitectura contemporánea en Barranquilla.



HAZ PARTE DEL ICONO DE BARRANQUILLA
42 PISOS DE BUEN GUSTO



ESTAR EN ICON
ES TENER UN CLUB EN CASA

Lobby tipo hotel • Zonas verdes • Salón social • Piscina y Zona spa • Skybar • Teatrino



APARTAMENTOS
Desde 178.58 m² hasta 485.59 m²
área construida



SALA DE NEGOCIOS:

Cll. 78 No. 57-35 / Tel: (5) 369 0145 / Cel: 315 576 3214
www.alconstrutora.com / ventas2@alconstrutora.com / Barranquilla - Colombia



VISITE APARTAMENTO MODELO



María Olga Salazar Senior

Gerente regional de Protección
Una líder inspiradora



Bastan unos minutos de conversación con María Olga Salazar Senior, gerente regional de Protección, para descubrir a una persona llena de valores, sensible, amorosa y sobre todo dueña de un liderazgo y un gran poder de convicción para impactar en los demás. Es una responsabilidad manejar equipos de trabajo. A lo largo de sus 15 años en cargos gerenciales ella ha demostrado un liderazgo en el que priman la confianza y la inclusión. "Los cargos van y vienen, pero la huella que una deja en los equipos es lo más gratificante. Por eso, todos los días me levanto con el mismo entusiasmo, para que a través del ejemplo pueda construir un legado para mi familia, mis hijos y mi equipo de trabajo". Para ella, el éxito no es casualidad o suerte. "El éxito es un conjunto de experiencias, fracasos, disciplina, positivismo, constancia y fe en Dios. Es tener la mente clara de que todo lo que nos proponamos en la vida, se puede lograr y somos nosotros los responsables de hacer que las cosas pasen". María Olga no puede referirse a sus éxitos profesionales sin antes hablar de dónde viene: "Nací en un hogar muy lindo. Mi padre, Mario Salazar Londoño, paisa, falleció hace 12 años, fue mi mentor desde pequeña; y mi mamá, Luz Helena Sénior, mi adoración, mi polo a tierra; es

bella por fuera y por dentro. Soy la menor de tres hermanos". Después de cuatro años de noviazgo, se casó a los 25 años con Michel Bancelin Salzedo, "con quien tengo un hogar maravilloso; su seguridad, su capacidad de trabajo y su generación de empleo en estos tiempos de crisis hacen que lo admire más". Llevan trece años de feliz matrimonio, y dos hermosos hijos: Adrian, de 11 años, y Amelie, de 5 años, "quienes sin duda hacen de mí una mejor persona cada día. Son mi fuente de inspiración, mi mayor tesoro". María Olga estudió en el Colegio Marymount de Barranquilla, "donde me ayudaron a formar mi carácter y mi fe en Dios, características esenciales que hoy me permiten afrontar los retos que se me presentan en la vida". Es ingeniera industrial de la Universidad del Norte e hizo diplomado en Gerencia Comercial en la Universidad de Los Andes. Siempre ha tenido cargos gerenciales. Jamás olvida que su primer trabajo fue Gerente de la Oficina Seminario del Banco Davivienda. Con 21 años y certificado de egresada decidieron apostar en ella, por su espontaneidad y capacidad de relacionamiento. Una oficina que estaba con indicadores muy bajos y ella con ese espíritu luchador que la caracteriza logró con



su equipo, al poco tiempo, ocupar los primeros lugares en captación, colocación y libranza. Jamás imaginó que ese trabajo sería el inicio de “una carrera profesional muy linda, que me ha permitido conocer gente valiosa, que me ha enseñado muchísimo, pero sobre todo, me ha permitido realizarme como profesional, esposa, madre y miembro de familia. Lo primero para ella es su familia; y asume los retos laborales con la misma entrega y dedicación. “Combinar ambos mundos siempre es posible si logramos tener claras nuestras prioridades. También he tenido la fortuna de tener trabajos que me permiten desarrollar ambas actividades sin problemas. Así como contar con una madre y una suegra incondicionales, que me apoyan”. A pesar de su juventud tiene una gran experiencia gerencial. Después de cuatro años en Davivienda, aceptó la Gerencia Regional Costa Retail en Citibank. “Allí perfeccioné el manejo de equipo de ventas. Llevamos al equipo de ventas junto con mis gerentes a lograr las metas propuestas. También se me dio la oportunidad de ser Corredora de Bolsa, donde

aprendí mucho sobre el mundo de valores e inversiones. En poco tiempo y aún sin cumplir 30 años, me ofrecieron la Gerencia Regional Caribe de Casa de Bolsa (Firma Comisionista del Grupo Aval), donde tuve que formar una mesa, corredores y ratifiqué que trabajar con equipos en el área comercial es un privilegio y la confianza ganada de los clientes es un honor que cuido inmensamente”. Después le ofrecieron la Gerencia Regional Costa de Fiduciaria Bogotá, trabajo en el que amplió sus conocimientos financieros y afianzó su liderazgo. “Fueron cinco años maravillosos que me permitieron seguir haciendo lo que me gusta: atender, llegar a la vida de miles de personas, conocer e interactuar con grandes empresarios de la región. Lleva tres años y cuatro meses en Protección S.A (Empresa del Grupo SURA), al frente de la Gerencia Regional Caribe, donde cuenta con un equipo profesional que la acompaña a materializar los sueños de millones de colombianos. “Hemos reído y llorado, nos hemos reinventado, hemos





avanzado con esfuerzo y dedicación para obtener logros importantes: crecimiento en ventas por encima del 30%, presencia en las cinco ciudades principales de nuestro Caribe y ser líderes en inversión a través de pensión voluntaria". A sus 39 años se siente feliz, con muchas ganas de seguir

dando lo mejor de sí en cada cosa que hace, construyendo un legado para sus hijos. "Mi padre es un ángel que recuerdo todos los días de mi vida. Sus enseñanzas quedaron tatuadas en mí, y trato de replicarlas en cada paso que doy. Mi madre, mi mano derecha, la mujer que me enseña a diario

con su ejemplo lo que es ser una madre dedicada y sabia. Mi esposo me apoya de manera incondicional y me hace sentir la más inteligente esposa y madre. Mis hijos hacen que me esfuerce todos los días por ser una mejor persona. Mis hermanos son parte esencial

de mi vida. Y mis amigos me hacen la vida más alegre. Mi padre decía: No existe obstáculo más grande, que tu propia mente. ¿Qué quieres ser? ¿A dónde quieres llegar? ¡SÍ SE PUEDE!".

fotos **archivo particular** tomadas por **Natalia Ochoa**

Clínica Portoazul

se suma a la Red de Clínicas Auna

Clínica Portoazul ha dado un importante paso que le permite continuar trabajando permanentemente por el cuidado de la salud y la vida de la Región Caribe. Desde diciembre de 2020 la marca está integrada a la red de Clínicas Auna, la cual tiene presencia actualmente en Colombia y Perú. En esta edición hablaremos con Pablo José Cervera Escobar, Gerente General de Clínica Portoazul Auna, quien nos explica qué significa ser parte de esta red a nivel

Latinoamericano y qué se espera para la Región Caribe Colombiana. "Ser parte de Auna significa crecimiento, evolución y fortalecimiento de nuestros servicios de salud de alta calidad para Barranquilla y la Región Caribe, al ser parte de Auna tenemos el objetivo de posicionarnos a nivel internacional, con altos estándares de calidad, servicio y humanización, de igual manera reforzaremos el concepto preventivo en salud para nuestros pacientes y sus familias". Este fue el diálogo con Pablo José Cervera, Gerente General de Clínica Portoazul Auna



¿Qué se espera para el sector de la salud en la Región Caribe con esta integración?

- Se espera un impacto positivo para el sector salud de la Región Caribe Colombiana, ya que nos permite continuar avanzando. Al ser parte de Auna tendremos la oportunidad de fortalecer nuestro patrimonio y desarrollar proyectos que potencializarán nuestro nivel de servicios en salud e infraestructura clínica, que estarán a disposición no solo de los barranquilleros y atlanticenses sino también de toda la Región Caribe. Continuaremos brindando beneficios que se traducen en bienestar y salud para todas las familias de la región. Nos encontramos desarrollando un plan de inversiones en infraestructura, en tecnología, en capacitación de personal, para brindar especialidades que hoy en día no se encuentran en la ciudad. También crearemos un centro de radioterapia único en el Caribe colombiano, porque la realidad que hoy viven muchos pacientes con cáncer es que deben trasladarse a otras ciudades como Bogotá, Medellín, Bucaramanga o fuera del país. Nuestras buenas prácticas se potencializan y adicionalmente se refuerza la integralidad de algunos servicios, como hemodinámica e intervencionismo y todos los servicios ambulatorios.



¿Qué se espera para los usuarios y el cuerpo médico con esta integración?

-Los usuarios van a contar con una clínica mucho más fuerte, segura y cercana. Los médicos seguirán desarrollándose y creciendo en la ciencia. Las compañías aseguradoras continuarán confiando en nosotros como un espacio de excelencia para sus afiliados, donde brindamos soluciones integrales de salud con oportunidad, calidad y un servicio cercano. La idea es fortalecer nuestra misión de cuidar la vida de cada paciente con un servicio seguro y humanizado. En cuanto a la academia, queremos fortalecer mucho la educación de los médicos. Vemos que es una

oportunidad muy grande en la región. Queremos que se capaciten, que estén a la vanguardia.

¿En qué consiste la integración de la Clínica Portoazul?

-La idea es unificar para Colombia los estándares de Auna a nivel regional. En Perú ya tienen un modelo de servicio y atención que es muy maduro. Y la intención es que ese servicio se replique tanto en Medellín, el oriente Antioqueño, donde también tenemos presencia, y ahora en Barranquilla. Si un paciente asiste a una clínica Auna en Medellín, Arequipa, Lima o Barranquilla, sentirá que los servicios, la atención y los protocolos son de la misma calidad. El reto es

adaptar e implementar el modelo de cultura y servicio Auna a la región. Algo muy importante para resaltar es que, si bien queremos y vamos a implementar el modelo de trabajo de Auna, la compañía ha sido y será, muy respetuosa respecto a lo que ya está construido y exitosamente implementado en Clínica Portoazul. Y si hay cosas que hay que mejorar, se tomará ese camino. Pero continuamos siendo una zona franca en salud, eso no cambia. Trabajamos día a día en tener una visión más integral de la atención en salud. Queremos ser disruptivos, innovadores, y tener una clínica adaptada a una nueva realidad donde la atención presencial, las estrategias digitales al servicio de la salud y alternativas híbridas se complementen entre sí y nos permitan brindar al paciente y su familia experiencias seguras y humanizadas. Entendemos que el sector salud evolucionó y la pandemia nos deja importantes aprendizajes y nos trajo muchas oportunidades que hemos logrado capitalizar y que nos han servido para el desarrollo de soluciones que aportan bienestar a cada uno de nuestros usuarios y pacientes. En Clínica Portoazul Auna cuidamos la vida a cada instante, con la misión de transformar el cuidado de tu salud, guiados por nuestros valores de colaboración, integridad, innovación, excelencia y empatía. Cuidamos la vida para vivirla mejor, siempre.



Lola Salcedo

La pluma brillante
que pasó por
LA OLA CARIBE

Fue fugaz su paso por la revista.

Como las olas del mar Caribe que vienen y se van, las que la reconocida periodista Lola Salcedo Castañeda siempre veía en su último hospedaje en Puerto Colombia.

Le dijo adiós a esta tierra por voluntad propia.

Parecía feliz en su nuevo hábitat... haciendo y enseñando yoga. La prueba fue que nos mandó una reseña para que se la publicáramos en la revista y ahí aparecía ella sentada en una escalera y en posición de loto; y con una sonrisa de oreja a oreja. Siempre aguerrida e irreverente, no se quedaba con nada en su interior porque sentía que se ahogaba si no expresaba su pensar.

Últimamente parecía que se había tomado la vida con más serenidad. Bueno... estaba en los 70 años... un poco cansada de la vida, buscando tranquilidad.

No mostraba interés en contradecir, en polemizar y le bajó de tono a lo que escribía. Cuando hablaba sentía que quería 'caer bien' y lo lograba porque Lola manejaba a las mil maravillas cualquier tema de conversación, desde el más trivial hasta el más filosófico. Se fue a otro mundo. Sí... el que ella buscaba afanosamente en esta vida y no lo encontraba. Fue su decisión y hay que respetarla. Dejó un escrito en el que lo anunciaba pero nadie lo presintió.

Fue muy valiente al irse a otra vida por su voluntad.





Eucaristía

Chao Lola, te vamos a extrañar mucho

Tus compañeras de pupitre y de la vida invitamos a una eucaristía por tu despertar en el otro plano espiritual

Fecha: Enero 7
Hora: 5:00 pm
Parroquia Santa María de la Esperanza
Vía Facebook

foto tomada de zonacero.com

'Derecho a morir como se quiera'
Así tituló una columna que publicó en El Heraldo. Comenzó diciendo: "Morir dignamente significa a mi entender poder irse cuando se siente que ya está de más, o cuando la enfermedad lo aniquila y sabe que no hay vuelta atrás – aunque quede una supervivencia muy dura a punta de paliativos, jodido y jodiendo a los familiares—, o cuando ya ni uno mismo está confortable dentro de sí, por las razones que sean. Creo que es un derecho inalienable que no tiene por qué ser discutido y reglamentado por los congresistas, ¡válgame Dios!, personas del común elevadas a

la altura de filósofos y científicos en honor de unos votos muy seguramente comprados, en su mayoría, lo que los inhabilita para toda discusión ética". En un tiempo Lola sacaba espacio de su agenda para asistir a las reuniones de la Fundación Compañía de Amigas y hasta la vimos con polleras y maquillada en las Fiesta de Polleras que organiza la revista LA OLA CARIBE a beneficio de la Fundación Compañía de Amigas. Era otra Lola, la alegre, la amiga incondicional... Pero un día dijo adiós a ser voluntaria para dedicarse a enseñar yoga e irse a vivir cerca al mar. La Fundación Compañía de Amigas y LA OLA CARIBE, la

revista, y esa ola del mar que siempre admirabas te despiden con esta oración. "Gracias por todo lo que compartimos, por todos los momentos felices y por todo lo que aprendimos juntas. Ahora ya nada mas tienes que hacer aquí, tu función en este mundo ha terminado, puedes irte en paz, pues ya hiciste todo lo que tenías que hacer y siempre hiciste lo mejor que podías, nada te queda pendiente. Ahora otras personas se encargarán de que las actividades materiales que en algún momento realizabas, continúen funcionando normalmente. Sigue tu camino hacia el mundo maravilloso de la luz que está esperando por ti.

No mires para atrás, no mires para abajo, mira solamente hacia arriba, busca la luz de Jesús que te guía hacia la morada del Padre. Llénate de felicidad, y tómate de las hermosas manos de tus padres y hermanos que han venido a recibirte, observa sus rostros felices y radiantes de verte llegar, te estaban esperando, y ahora te reciben con infinita alegría. Entrégate totalmente a tu nuevo mundo y regocíjate con la presencia de Jesús. Ahora inicias una experiencia de paz, de amor y de valoración de todo lo que has comprendido. Descansa en paz en el amor de Dios".

¡Calabaza, calabaza, todo el mundo para su casa!

Por **Lola Salcedo Castañeda**

Frasede que todos hemos pronunciado en algún momento de nuestro cotidiano, en especial cuando se está terminando la reunión o la fiesta y, como anfitriones, la soltamos para sacar a la calle a los invitados renuentes, especialmente cuando son menores de edad y avanza el amanecer, porque ahora la vida social juvenil se inicia a partir de las once de la noche. Y ahí comienza el viacrucis de los padres modernos, los mismos que adoptaron el "no traumatizar" como regla fundamental y han terminado manipulados por adolescentes y, a veces, niños y niñas de siete, que "empoderados" (odio esa inexistente palabreja pero sirve) por los derechos subrayados para evitar el abuso intrafamiliar, los paralizan cuando van a dar una nalgada correctiva o una amonestación mediante un lapso de tiempo de inmovilidad: "te denuncio".

También perdieron el control sobre los menores porque no han estado a su lado durante el crecimiento sino escasas horas o momentos del anochecer o el despertar, tiempo sin calidad ni beneficio que se convierte en presentación de quejas de los cuidadores y petición de aclaraciones con

reparto de sanciones, o peor, recriminaciones culpabilizantes en nombre de "todo lo que hacemos para que tengas una vida mejor". Así le exigen a los privados de afecto y cuidado paternal, que asuman su

que tienen que combinar con sus quehaceres domésticos la educación de los hijos de los patrones.

En los sectores de menor ingreso, donde ambos salen a buscar el pan, también los

mamá, ese que provee seguridad absoluta, pero ¡ambos estaban ocupadísimos! Y así llegamos a la raíz del asunto: ¿por qué tienen hijos, si su proyecto de vida excluye la paternidad y maternidad, que

requieren como fundamento de crecimiento los neonatos hasta que, al menos, alcanzan uso de razón? Si sus intereses van en contravía, para que traer hijos y convertirlos en problema psiquiátrico solo porque no les da la gana de cumplir las obligaciones contraídas? ¡Ah! Se tienen hijos porque es parte del proceso social, una confirmación de que ambos son sanos y potentes, una demostración de poder, una forma de socializar a través de ellos y obtener



tristeza y desconcierto ante la ausencia casi permanente de los padres. Quienes abandonan el cuidado familiar y paternal en aras de hacer más dinero, poseer más estatus social, ubicar a sus hijos entre una clase social más alta para que tenga mayores oportunidades, competir económicamente con sus pares en una confrontación consumista, no tienen el menor derecho a pedir cuentas ni imponer castigos, porque están siendo criados y enseñados por personas de menor conocimiento y sin preparación específica,

abandonan, pero en manos de parientas: tías, primas, abuelas que terminan convertidas en madres o van a guardería oficial. Desde luego, les va mucho mejor a éstos, que a los pelaos de clase alta que van con chofer y aya en cuatro puertas climatizadas: he visto en un consultorio al hijo de prestante médico dar alaridos porque su mamá no estaba con él a la hora de entrar a la consulta y a la niñera sin lograr calmar ese pánico ancestral que brota ante la palabra: doctor. Ese niño de seis años sólo necesitaba el abrazo de papá o

nuevas relaciones. No tuve hijos por decisión personal y lo advertí a aquellos que quisieron convivir conmigo: no tenía tiempo ni disposición para dedicarme a cuidarlos, pechicharlos y educarlos hasta los siete años, justo al lado mio, siendo yo quien les alimentara, bañara, vistiera y acompañara en su primera exploración de la vida, para así protegerlos y enseñarles a respetarse y respetar al otro. Creo que es mucho más sano, equitativo y decente con quienes no piden venir a este mundo. 🌐



Betsy Fernández de Pizarro cuando cortaba la cinta acompañada por Julio Salas, Secretario de Salud Departamental del Magdalena, y Enrique Luis Toscano, Secretario de Salud Distrital de Santa Marta



Gloria Latorre y el Dr. Willian Baquero



Directivos de la Clínica Mar Caribe acompañados del equipo humano del Centro Oncológico del Caribe 'Julio Pizarro'



Julio Salas, Secretario de Salud Departamental del Magdalena; Betsy Fernández de Pizarro, representante legal de la Clínica Mar Caribe de Santa Marta; Enrique Luis Toscano, Secretario de Salud Distrital de Santa Marta; Dra. Ana María Pizarro, Irina Pizarro y el sacerdote John Trujillo



El Dr. Willian Baquero, radioncólogo acompañado por el equipo humano del Centro Oncológico Del Caribe 'Julio Pizarro'



Juanita Molina, Patricia Cantillo, Irina Pizarro y Susy Carbó



Mauricio Barros y Ana María Pizarro

En Santa Marta En la Clínica Mar Caribe inauguran centro oncológico del Caribe 'Julio Pizarro'

En diciembre se inauguró el Centro Oncológico del Caribe 'Julio Pizarro'. El acto se realizó en las nuevas instalaciones adjuntas a la Clínica Mar Caribe de Santa Marta, reconocida como una de las mejores instituciones prestadoras de servicios de salud del Departamento del Magdalena en la Costa Caribe colombiana. El evento contó con la presencia de directivos de la clínica encabezados por doña Betsy Fernández de Pizarro, representante legal de la Clínica Mar Caribe, quien fue la encargada de realizar el corte de la cinta acompañada por las autoridades civiles del Departamento y del Distrito en el sector salud, Julio Salas y Enrique Luis Toscano, respectivamente.

El sacerdote John Trujillo en representación del clero fue el encargado de la bendición en un evento enmarcado con los debidos protocolos y medidas de bioseguridad acordes al momento que atravesamos por Covid- 19.

En una ceremonia transmitida a través de las redes sociales corporativas, Clínica Mar Caribe continúa honrando el legado y la memoria de su fundador Dr. Julio Pizarro, con su lema "creciendo para servir" con un nuevo servicio dotado de alta tecnología, una infraestructura moderna y recurso humano idóneo.

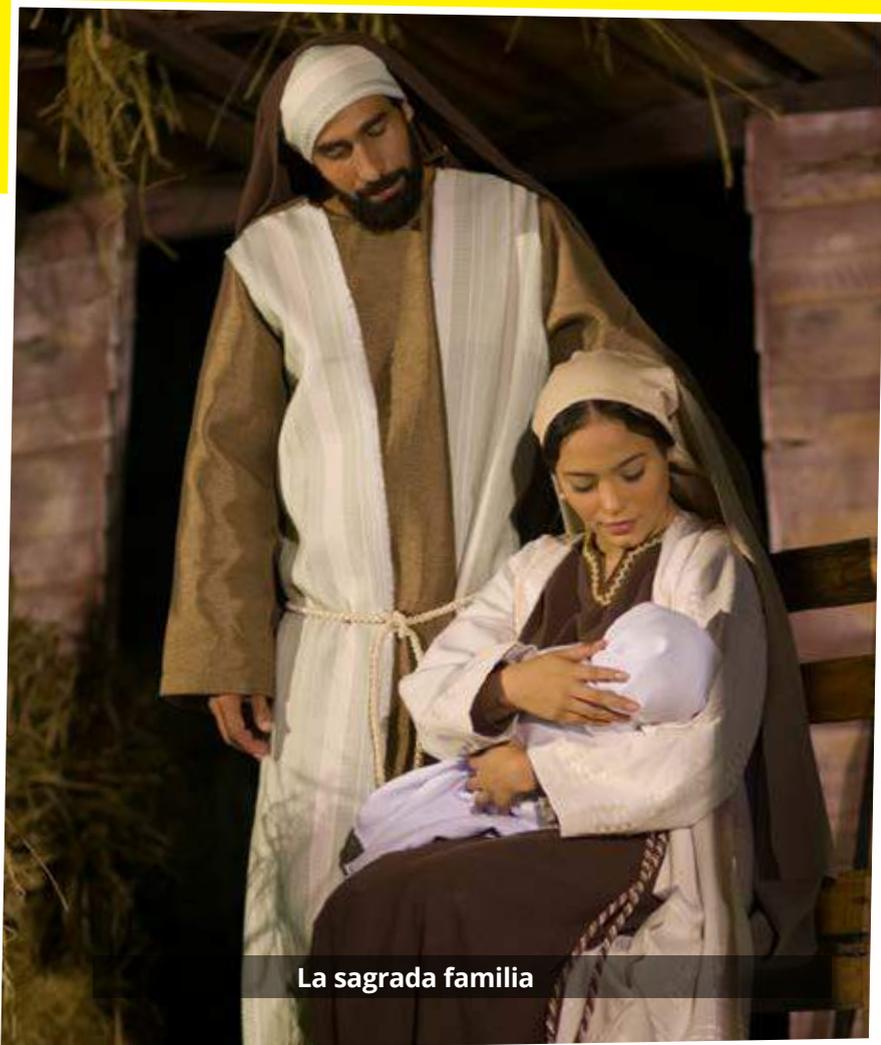
Loa de Reyes de Baranoa se reinventó

por **Roque Herrera Michel**

El primer puente del año comienza con la celebración de los santos Reyes Magos. Representa la transición religiosa obligada que sirve para despedir la mágica época navideña y fiestas de fin del año, dando formal inicio a los 365 días del nuevo ciclo anual.

En la región Caribe hay un evento de repercusión nacional e internacional que conmemora la sagrada visita de esa trilogía de Reyes de oriente (Gaspar, Melchor y Baltazar) que, guiados por una brillante estrella, llegaron a adorar y dar regalos al recién nacido niño Jesús.

Esa magna celebración de la Epifanía es la Loa de los Santos Reyes Magos de Baranoa la cual está a un paso de ser declarada patrimonio nacional. Este tradicional evento, que por más de 140 años ha sido representada, fusiona la actuación, la danza y la música. La obra original de la Loa (veneración y alabanza) data de la época medieval y vino desde España a mediados del siglo XIX. Esta dramatización teatral está basada en la narración del apóstol Mateo y se divide en dos principales partes: el encuentro de los tres Reyes Magos con Herodes y la posterior búsqueda del Niño Jesús, guiados por la mítica estrella en el desierto. >> *seguir leyendo página 18*



La sagrada familia



Los Reyes Magos adorando al niño Jesús en el portal de Belén

vetta

m a r m o l



GRANITO



LAMINAM



MARMOL

3215672663 3145160641
Vía 40 #70-62 - Barranquilla, Colombia

DESIGNED BY
AMPLIFY



Herodes con una de sus esposas



El recién nacido niño Jesús

Loa versión 2021 Este año pasará a la historia como una Loa con sustanciales cambios en la forma de ser representada, mas no en su contenido. Desde hace 5 meses un gran equipo encabezado por la Alcaldía de Baranoa, el Museo Histórico encargado de la Producción y un destacado grupo de coreógrafos, músicos y actores del terruño han tenido que reinventarse para hacer una edición 2021 inédita: sin público, pregrabada cinematográficamente y proyectada a Colombia y el mundo a través de canales y plataformas digitales. En todo momento esta histórica representación ha contado

con el apoyo de la Gobernadora Elsa Noguera, la saliente Secretaria departamental de Cultura Marcela Dávila y el Alcalde del municipio Roberto Celedón.

En esta especial versión ha sido escogido como director escénico el conocido periodista y actor baranoero George Coba (quien en anteriores ediciones ha personificado al Rey Baltazar), y como director musical a Iván Balza. El director de Arte es Beto Sarmiento y el director ejecutivo Emmanuel de la Cruz.

La coreografía en manos de Lina Acosta Algarín

La dirección coreográfica fue asignada a la gestora cultural Lina Acosta Algarín, quien ha tenido múltiples experiencias en el mundo de la cultura y las artes a nivel departamental.



Pastores representados por músicos de Baranoa



Además de ser hija de los gestores culturales Alonso Acosta y Mariana Algarín, creadores y directores del 'Carnaval del Recuerdo' de Baranoa, Lina es bailarina, coreógrafa y directora de grupos dancísticos en colegios de Barranquilla y municipios del Atlántico. Hoy dirige la Fundación cultural 'Barrio Arte' que ha desarrollado con la Alcaldía municipal el ingenioso proyecto de la prevención del contagio de Covid-19 a través del teatro.

Ella conoce los tejemanejes del dramatizado religioso de la Loa de Reyes porque su mamá, Mariana, fue por años una de sus coreógrafas y en tres ocasiones participó como bailarina.

La directora coreográfica de la Loa anota que "para esta versión se realizó un casting presencial respetando las medidas de bioseguridad (con controles de la Secretaría de Salud) y se escogieron ocho bailarines que cumplieran con los requisitos establecidos por el director George Coba, quien junto con el director musical Iván Balza, les dieron importancia a los ritmos árabes de cuatro tiempos. En danza trabajamos por primera vez con música árabe en vivo con artistas del municipio. Las grabaciones se realizaron en diferentes locaciones teniendo en cuenta el tema de la escenografía".



Un Ángel durante la representación de la Loa



La directora coreográfica Lina Acosta cuando hacía ajustes al vestuario de las bailarinas

Los ensayos del dramatizado religioso se desarrollaron en extenuantes jornadas de lunes a domingo durante los últimos cuatro meses de 2020. Los actores seleccionados se sometieron a una rigurosa disciplina que incluyó una preparación física y cuidadosos ensayos de cada una de las escenas. Las grabaciones oficiales se realizaron desde el 20 de diciembre 2020 hasta la primera semana de 2021. Lo importante de esta versión 150 de la Loa es que, a pesar del duro momento que atraviesa la humanidad con esto de la pandemia, no se pierda esa ferviente tradición religiosa que, junto a las Fiestas de Santa Ana, el corredor gastronómico, la Banda departamental, el Carnaval del Recuerdo y los festivales de la ciruela y del guandú, identifican las tradiciones de ese importante municipio atlanticense. roquehmichel@hotmail.com



Equipo de producción: Goerge Coba, director escénico; Lina Acosta, directora coreográfica; Iván Balza, director musical; Beto Sarmiento, director de arte; Emmanuel de la Cruz, director ejecutivo; y Jacny Arce, asistente de dirección. Los acompaña el Alcalde de Baranoa Roberto Celedón

SCORE DE CALCIO:

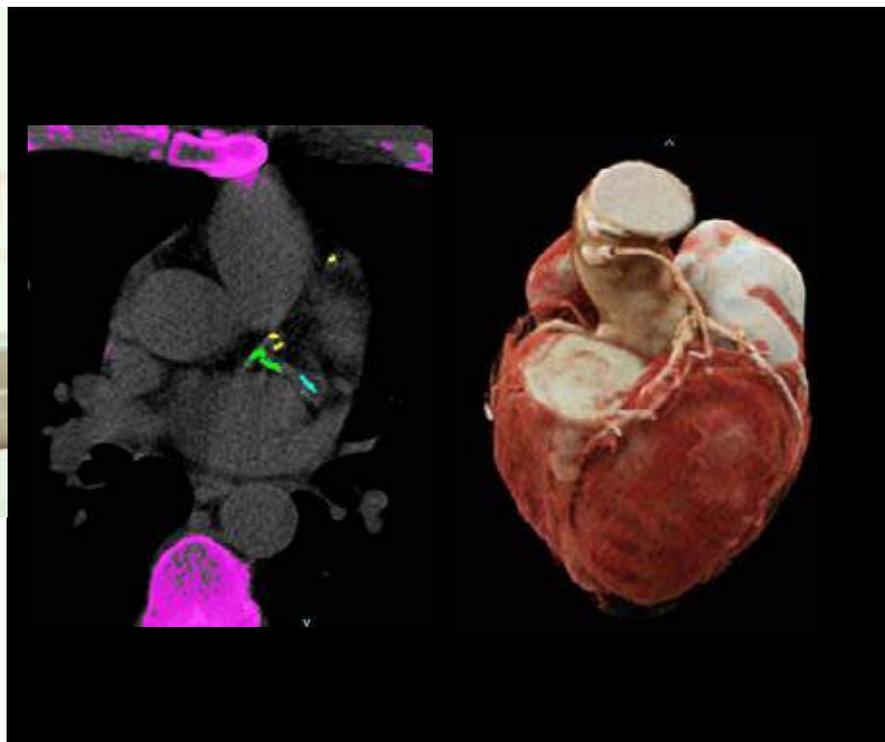
Detección temprana de la Enfermedad Coronaria



Dra Carolina Díaz Ángulo
Médico Radiólogo



Dr. Juan Camilo García Domínguez
Cardiólogo - Ecocardiografista



Se trata de un estudio no invasivo por Tomografía Computarizada, con baja dosis de radiación, que se puede realizar en 8 segundos y no requiere medios de contraste. Permite detectar el calcio en las arterias coronarias para así predecir el riesgo de eventos coronarios. La presencia de calcificaciones en las arterias coronarias, es un fuerte predictor de eventos cardiacos mayores (infartos), independiente a los factores de riesgo tradicionales (hipertensión arterial, diabetes, hipercolesterolemia). La ausencia de calcificaciones coronarias en pacientes asintomáticos, confiere un margen de seguridad por 5 años, en los cuales la posibilidad de presentar un evento es muy baja (de un 0.1%).

¿En quién está indicado?

El estudio está indicado en pacientes asintomáticos con un riesgo intermedio de eventos coronarios a 10 años y en los pacientes asintomáticos con riesgo bajo, que tenga antecedentes familiares de enfermedad coronaria prematura.

¿En qué consiste el procedimiento?

El paciente será ubicado en la mesa del tomógrafo donde se le colocaran unos electrodos para detectar el ritmo cardiaco y sincronizarlo para la obtención de las imágenes, las cuales tardaran 8 segundos en adquirirse, sin necesidad de aplicar medios de contraste. Posterior a la toma de las imágenes, se utilizará un software para calcular el calcio en las diferentes arterias del corazón y obtener así un score total y un percentil según edad, sexo y grupo étnico, que permitirá saber el riesgo de cada persona para un evento coronario en los próximos 5 años. No se requiere de preparaciones antes del procedimiento ni de cuidados después.

¿Por qué realizar el estudio?

La enfermedad cardiovascular es la principal causa de muerte en el mundo, por lo que la detección a tiempo de un alto riesgo de evento coronario te permitirá tomar las medidas de prevención necesarias para disminuir su riesgo.



Calle 78 No. 57 - 215 Unidad Médica Villa Country
3554711 - 3643300 - 3174006249 - 3182115027

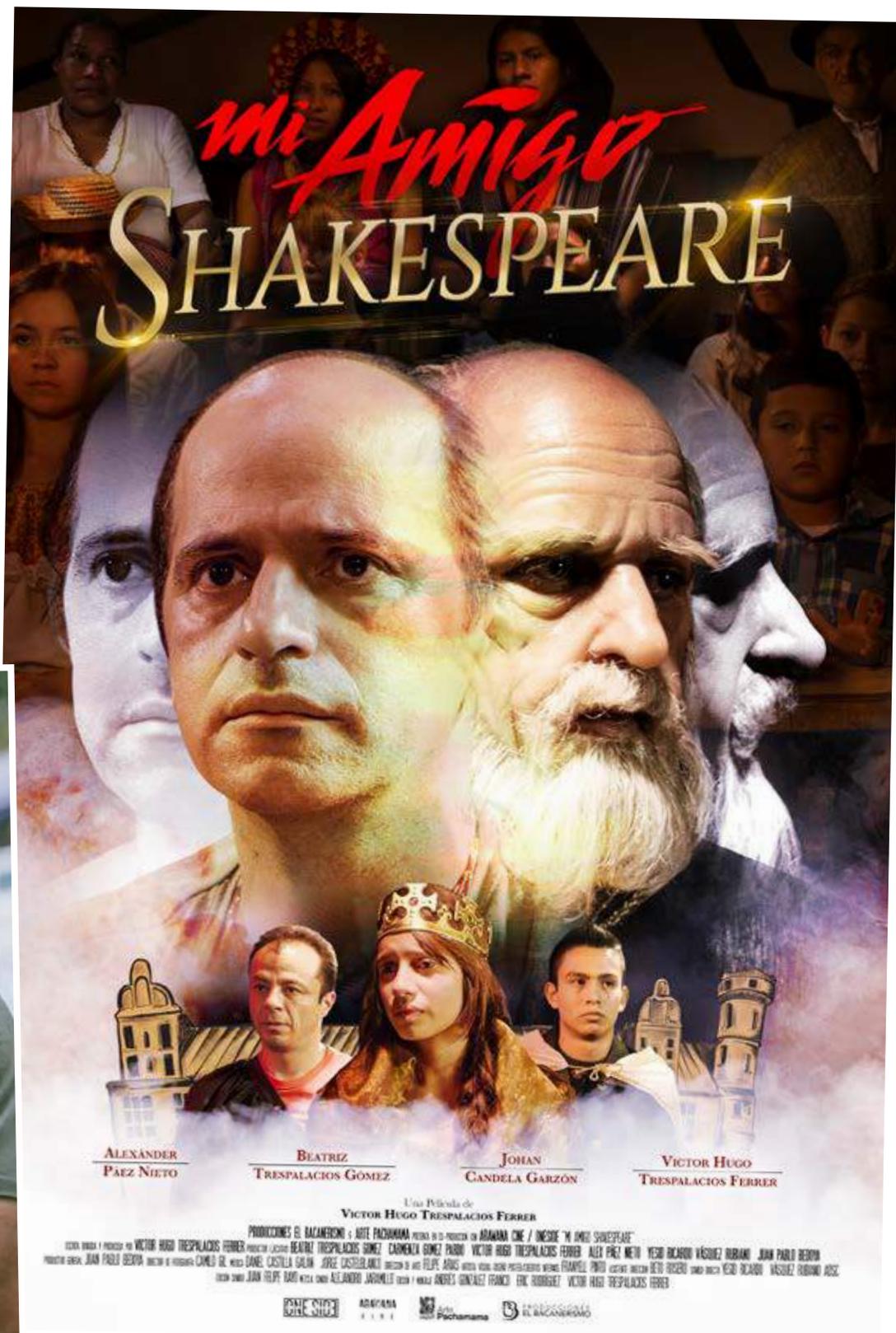
f @RadiologosAsociados1
i radiologosasociados
t @RADIOLOGOSASOC

www.radiologosasociados.com

‘Mi amigo Shakespeare’

primera película del barranquillero
Víctor Hugo Trespalcacios

Empezamos el año con una gran noticia para el cine colombiano. El actor barranquillerísimo Víctor Hugo Trespalcacios Ferrer lanza su primera película ‘Mi amigo Shakespeare’. Será estrenada desde la virtualidad. El público colombiano podrá apreciar la ópera prima del también actor y guionista del largometraje a través de la plataforma <http://miamigoshamakespeare.movies.com/> en la cual ya se encuentra alojada en etapa de preventa. Escrita, dirigida y actuada por Trespalcacios, ‘Mi amigo Shakespeare’ cuenta la historia de un grupo de teatro que está en el proceso de montaje de la obra Hamlet, una de las más famosas del mundialmente reconocido dramaturgo inglés. Durante los ensayos se dan cuenta de que no es fácil.





Incapaces de escucharse unos a otros, todo lo que encuentran son discusiones y frustración. En el momento más caótico, alguien llama a la puerta del teatro, no es otro que el propio William Shakespeare, quien viene a darles unos importantes consejos que les permitirán darse cuenta de que deben verse a sí mismos como personas y como país, para que su arte tenga sentido. Es así como William Shakespeare llega a Colombia y se pasea por escenarios de nuestro territorio, interactuando con el pueblo, conociendo sobre las costumbres, gastronomía, folclor y cotidianidad de nuestro país.

Para Víctor Hugo se trata de una película que aborda cómo en todo su trabajo artístico social y cultural el tema del regreso a lo sencillo está en nuestro origen como fuente de tranquilidad, alegría y riqueza inmaterial. "Es una película profundamente colombiana que no acude ni a la violencia, ni al narcotráfico, ni al fútbol, ni a la corrupción para serlo, que parte del micromundo de los actores de teatro, para luego expandirse al macro de nuestra conducta como país", anotó. Con este film el actor barranquillero intenta explorar otro camino en la exhibición

del trabajo cinematográfico, opta por la plataforma www.mowies.com pensando en que su película llegue al país desde Punta Gallinas en la Península de La Guajira hasta Leticia en el Amazonas colombiano, y que la posibilidad de verla para todos sea una realidad. 'Mi amigo Shakespeare' es protagonizada por Beatriz Trespalcios Gómez, Johan Candela Garzón, Alexander Páez Nieto y Víctor Hugo Trespalcios Ferrer. La producción está a cargo de: Producciones El Bacanerismo, en asocio con Arte Pachamama, Arawana Cine y One Side.  Para ver el trailer ingresa a :



Síguenos en nuestra cuenta de facebook: <https://fb.watch/2xSYBkd41h>
Renta 'Mi amigo Shakespeare' en: https://www.mowies.com/my-movies/soypachamama/preventa-mi-amigo-shakespeare/19ePG_Yaj



Ficha técnica

Elenco: **Beatriz Trespalcios Gómez, Johan Candela Garzón, Eric Alexander Páez, Víctor Hugo Trespalcios Ferrer**
Guión y dirección: **Víctor Hugo Trespalcios Ferrer**
Director de fotografía: **Camilo Gil**
Director de arte: **Felipe Arias**
Maquillaje: **Olga Turrini**
Música: **Daniel Castilla, Jorge Castelblanco**
Sonido directo: **Yesid Vásquez**
Edición sonora: **Juan Felipe Rayo**
Mezcla sonora: **Alejandro Jaramillo**
Montaje y edición: **Eric Rodríguez, Andrés Gonzales Franco, Víctor Hugo Trespalcios Ferrer**
Producción General: **Juan Pablo Bedoya**
Productora: **Producciones El Bacanerismo**

Daniela Manotas y Alexandra Arocha

Lo que se hereda no se hurta

Joelle Dugand de Arocha es una destacada repostera que, por muchos años, nos deleitó con sus postres y entremeses. Y ahora, retirada de sus quehaceres culinarios mira, complacida, su legado reflejado en sus nietas Daniela y Alexandra.



BENDITA COSECHA, de Daniela, comenzó cuando decidió comer más saludable e incursionó en postres endulzados sin azúcar. "Mi mamá y mi abuela han hecho postres toda la vida y pensé que podría transformar algunas recetas en recetas saludables. Y hace dos años y medio, cuando mi suegra me regaló una torta de pan con bocadillo, probé a imitarla sin

harina y azúcar refinadas. No me salió muy bien, así que pedí ayuda a mi mamá y a mi abuela para perfeccionar la receta." "Me hace muy feliz cada vez que me escriben los clientes, dichosos porque les encantó la Torta, o los Muffins de Chocolate Arequipes con bocadillo light, o el pudín de zanahoria, el preferido de mis papás."

316 454 3387





Alexandra Arocha Dugand recién comienza su emprendimiento con las recetas de su abuela Joelle. Quiere recordar los sabores inigualables de un pudín de chocolate, y de los Patés con trufas. Por muchos años sus delicias surtieron los delicatessen de la ciudad.

"La idea es hacerle un homenaje a mi abuela. No quise que sus recetas se perdieran y por esta razón me esmeré en aprenderlas. Para poder deleitar a todos como ella lo hizo por muchos años. Me pueden encontrar en Instagram como [Joellemarie_baq](https://www.instagram.com/joellemarie_baq)"



LA OLA
CARIBE

Carolina Segebre

Reina del
Carnaval 2019

Emprendedora
de la moda Caribe



Inspirándose en la mujer Caribe, sus gustos y experiencias, la reina del Carnaval 2019 Carolina Segebre le dio vida al 2020 lanzando una marca de moda que responde a las necesidades que tienen las mujeres de hoy. 'Cuarzology' es el resultado de meses de trabajo como un deseo de emprender y brindar una alternativa de estilo y comodidad. Gracias a su experiencia como soberana del Carnaval, Carolina, quien es administradora de empresas de la Universidad del Norte, se identifica con las millones de mujeres alegres, empoderadas y extrovertidas que buscan comodidad, versatilidad y exclusividad para vestirse y sentirse bien. "Hoy pasamos más tiempo en casa y esa es la prueba de que nos vestimos para sentirnos a gusto con nosotras mismas. Queremos prendas prácticas y a la vez hermosas que nos sirvan para el día a día que vivimos. Por eso Cuarzology es más que una marca. Es la experiencia de mujeres reales que se visten para sentirse maravillosas, resaltando lo autóctono de su interior".

Las ganas de trabajar por su ciudad empezó desde muy pequeña. Creció en medio de una familia trabajadora que siempre le inculcó la importancia de perseguir sus sueños. Como reina conoció de cerca las costumbres y cultura de las barranquilleras. Como profesional adquirió los conocimientos necesarios para impulsar su pasión por el marketing y por eso, en junio del año pasado decidió iniciar el proceso de creación de su propia marca.





Para Caro, como cariñosamente la llaman, lo más importante es resaltar lo hermoso y valioso que llevan las mujeres por dentro para, a través de la ropa, mostrar su naturalidad, sencillez y belleza. Su primera colección 'Autóctona' fue lanzada en noviembre y está inspirada en Barranquilla, la ciudad en donde la alegría y espontaneidad se encuentra en cada esquina. Cada prenda tiene mucho significado y que el estilo 'Home & Comfy Wear' es lo que más la caracteriza. "Solo basta con recorrer las calles

del viejo barrio El Prado para apreciar la flora y fauna de cada rincón y ver un atardecer barranquillero para enamorarnos de la ciudad... esa es la sensación que quiero transmitir con Cuarzology, lucir única y lista para cualquier ocasión". En el futuro Carolina proyecta convertir a 'Cuarzology' en la marca preferida de las mujeres versátiles, libres y bellas, que quieren sentirse cómodas en su día a día.





Quiere utilizar el poder de la moda para impulsar el empoderamiento femenino y generar experiencias que estimulen el amor propio de las mujeres, gracias a sus 'looks' característicos. Con 23 años Carolina es un ejemplo de liderazgo y de espíritu emprendedor, que apareció pisando fuerte en la industria de la moda Caribe. [📍](#)

fotos cortesía de **Cuarzology**
tomadas por **Daniela Murillo**

la diseñadora luce modelos de **Geraldine Lustgarten**

la modelo **Natalia Baute** muestra la moda de **Cuarzology**



El último paso
de Bolívar en
Barranquilla

por **Adlai Stevenson Samper**

Venía triste de ánimo el Libertador Bolívar en su último periplo iniciado el 8 de mayo de 1830 desde las frías alturas bogotanas, pasando por Facatativá, bajando de la sabana por Guaduas hasta llegar a Honda, en donde se embarca, río Magdalena abajo a la villa de Mompo, sigue a Calamar, de allí a Turbaco, Cartagena, pasa a Soledad y llega a Barranquilla, en la segunda de sus visitas a esta ciudad. Llevaba a cuestas la infructuosa idea de recuperar su salud antes de embarcarse para una escala previa en Jamaica en el imposible retorno sin regreso a Europa. Con los indicios de la derrota había salido a las volandas de la capital según lo explica el escritor Héctor Muñoz: "A mediados de enero de 1830 Simón Bolívar se encontraba en Bogotá. Estaba disminuido física y anímicamente. Había envejecido prematuramente. No sólo lo tenían acosado la tuberculosis pulmonar y los trastornos hepáticos sino la melancolía y la desilusión. A la temprana muerte de sus

padres y su esposa se habían unido las traiciones de sus compañeros de armas, la ingratitud de muchos de sus conciudadanos, los ultrajes a su persona y a su obra, la deslealtad de los políticos y la desmembración de la patria". Suficiente para huir sin destino conocido. Errante. Casi anónimo en sus pasos lejos de glorias –sic transit gloria mundi- y de las épicas jornadas de su primer paseo en Barranquilla en donde fulgido de héroe de la patria

asiste a una misa en la iglesia de San Nicolás con la presencia de los notables del pueblo, emerge del Te Deum celebratorio con aire triunfal mientras recorre entre vítores la plaza y camina hasta la casa de Santiago Duncan en donde se hospeda. En Soledad, antes de llegar a Barranquilla, Bolívar estuvo un mes alojado en la casona de Pedro Juan Visbal cercana a la plaza. Hasta allí le llegó el libelo de un sermón del padre Nicolás Insignares en una misa

celebrada –e impresa- en la iglesia de San Nicolás en donde desbordado de su admiración por Bolívar; según cuenta el político e historiador Julio H. Palacio en un libro suyo señaló, con prosopopeya teológica que "Cuando Dios creó el primer hombre empleó las dos manos, pero para crear a Bolívar empleó las dos manos, los pies, la cabeza, etc.". La extrema comparación sobre la hechura divina de Bolívar llegó hasta el celoso provisor



Casona de Bartolomé Molinares

Barranquilla-Colombia Calle España y Progreso.



Casa de Bartolomé Molinares



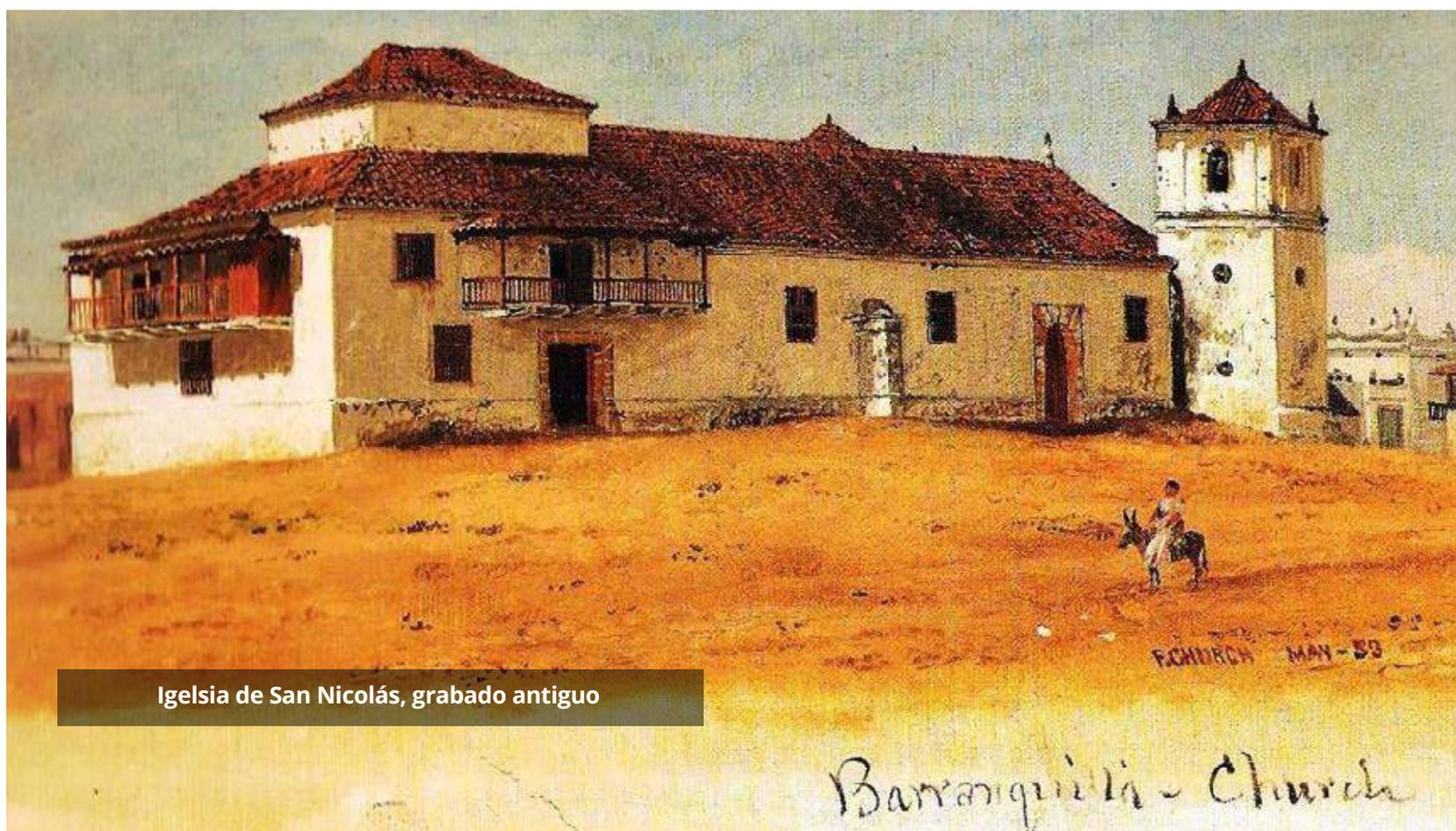
Barranquilla 1880

del Obispado de Cartagena quien presto, en defensa de las sagradas dignidades, suspendió por decreto al cura Insignares bajo la grave sospecha que estaba orate. Con los presentimientos sobre la cortedad de la vida, Bolívar decide viajar a Barranquilla el 7 de noviembre de 1830 explicando sus razones en una carta al general Mariano Montilla fechada el 8 de noviembre de 1830. "Me vine aquí para salir de los humedales de Soledad y para variar. No he querido seguir todavía a Santa Marta por egoísmo; quiero decir por no sufrir aún más de lo que sufro con la intermediación del mal".

El sequito del viaje de Soledad a Barranquilla lo constituían los edecanes Diego Ibarra, Belford Hinton Winston, Iturbide, el capitán Lucas Meléndez, el teniente de la guardia de honor José María Molina, su sobrino Fernando Bolívar y el mayordomo José Palacios quien cuidaba su equipaje acompañados del anfitrión soledaño Pedro Visbal. Según el presbítero Pedro Revollo las posibles rutas de ingreso a la población fueron a través de la calle 17 o viejo camino de Soledad siguiendo hasta el callejón de La Tenería -viejo edificio en donde curtían pieles de ganado- siguiendo por allí

-actual carrera La Paz- hasta la calle Ancha o España en donde quedaba la casa de alojamiento en el callejón del Progreso. La otra; muy similar, parte de la calle de Soledad, sube por el callejón Ricaurte -carrera 39- o calle del Camposanto, habida cuenta que llegaba justo al cementerio en donde hoy día se encuentran la iglesia de San José, colegio aledaño, parque del Centenario y Biblioteca Departamental Meira del Mar- y llega hasta la calle Ancha. En esas calendas Barranquilla llegaba a escasos 4000 habitantes y sus límites eran el aludido cementerio con la calle de Las Flores, por apostarse en sus ámbitos las vendedoras para aprovisionar los cortejos fúnebres que por allí pasaban. En la casona de la calle Ancha o España con Progreso vivió 22 días Bolívar al lado de la familia de su propietario Bartolomé Molinares, un próspero comerciante afecto a la lucha de la independencia descendiente de italianos -Molinari- establecidos en Cartagena. Bolívar escribe una carta el 26 de noviembre de 1830 al presidente de la Gran Colombia, Rafael Urdaneta -"El más leal de todos los leales"- diciendo: "En este pueblo -Barranquilla-

he sido hospedado en casa de Bartolomé Molinares que me ha tratado con la mayor bondad, asistiéndome en la enfermedad como si fuera un hijo". De hecho, Bolívar le llamaba con afecto Papá Molinares. Lo recibieron en la jornada de llegada su viejo amigo el Coronel escocés Santiago Duncan y el Coronel Juan Glen, de Inglaterra, comandante de artillerías de las milicias de Barranquilla y Soledad que eran en esas calendas, según Julio H. Palacio, los dos personajes más influyentes en la política local. Papá Molinares le dio a su hijo putativo la mejor habitación de su casa esquinera con sendos balcones hacia la calle Ancha y el callejón del Progreso. Bolívar es consciente de la gravedad de su enfermedad cuando escribe: "Creo que los aires del mar me harán provecho y que debo irme a un temperamento donde pueda recobrar mi salud, sea donde fuere, pues peor es quedarme para seguir sufriendo los achaques que hace dos meses estoy padeciendo y morirme cuanto más tarde dentro de un par de meses que durare cuando más". Mientras aparece el fantasma de una goleta que lo saque de sus tribulaciones y lo



Iglesia de San Nicolás, grabado antiguo



Hotel San Nicolás

lleve a mejores puertos en su mar de infortunios, sostiene una febril actividad epistolar con sus amanuenses interesándose en los últimos sucesos de una república que se desquebrajaba por los cuatro costados sin ningún remedio histórico conocido. En horas vespertinas salía Bolívar a recorrer las calles cercanas buscando un paliativo para sus preocupaciones. Paseaba por la iglesia de San Nicolás en donde brevemente tomaba un descanso. Seguía en la ruta por la calle Real hasta su segundo descanso, en la plaza de la Cruz Vieja. Continuaba hacia el caño caminando hasta El Playón, donde calafeteaban las embarcaciones, un puerto alternativo al Real cerca de La Tenería, culminando su periplo en los paisajes acuáticos de la ciénaga del Molino, donde se construirían posteriormente los talleres de la Compañía Unida de Navegación. Caen las sombras y es hora del retorno. Ante su paso, la vecindad lo saluda con entusiasmo:

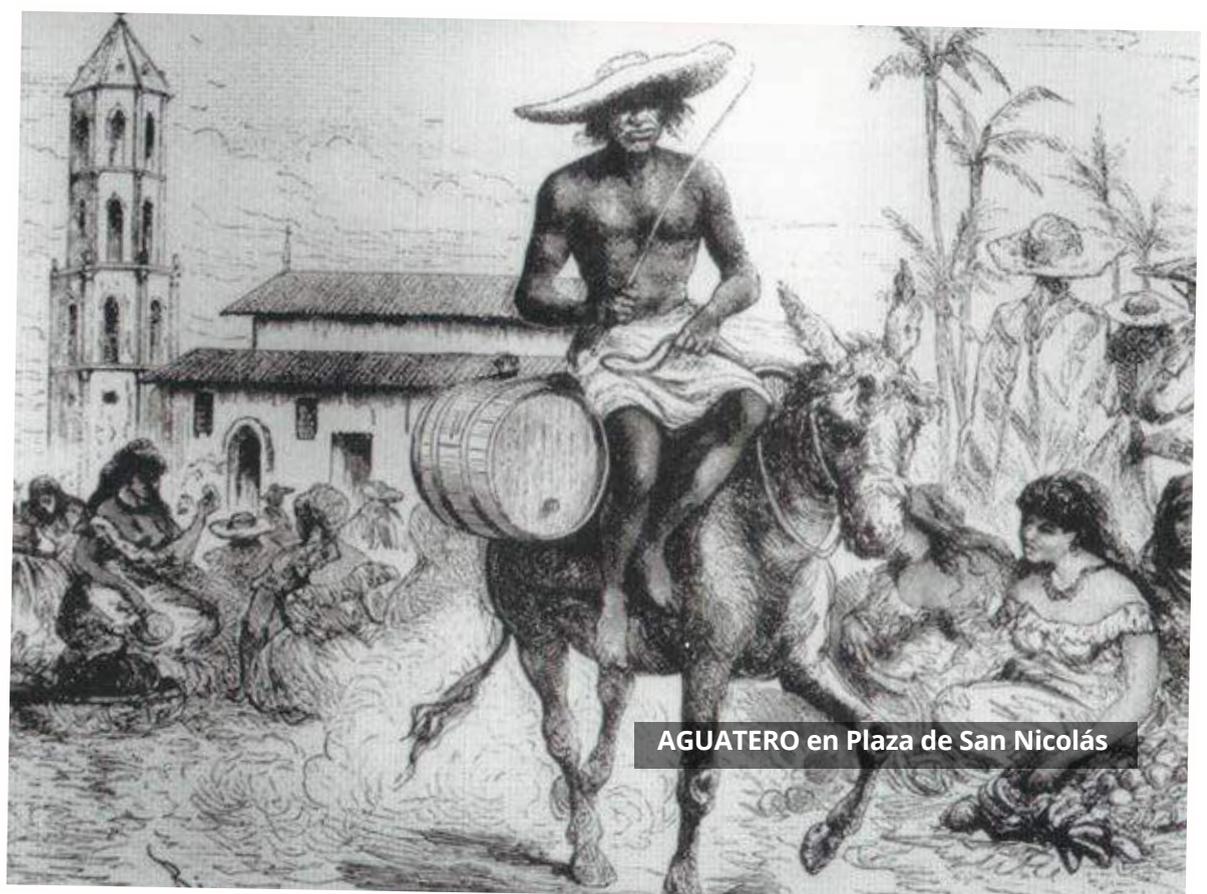
- Su Excelencia el Libertador Presidente! Bolívar los miraba con pesadumbre, dibujaba con las manos un leve gesto de despedida y decía:

- ¡Buen amigo! Los miembros del cuartel ante su paso le rinden honores militares. Todos conocen pormenores de su enfermedad. El 23 de noviembre Bolívar escribe al general Mariano Montilla: "Mis males van de mal en peor, ya

no puedo con mi vida, ni la flaqueza puede llegar más". Los días en Barranquilla de Simón Bolívar fueron los últimos con fuerza y cordura necesarias para soñar en nuevos horizontes, dictar cartas con órdenes políticas que nadie aplicaba y producir admoniciones proféticas sobre los destinos que vislumbraba para estos territorios. El 30 de noviembre de 1830, a las 8 y 30 am partió en el bergantín Manuel desde el cercano puerto de Sabanilla. Lo custodiaba, hecho curioso y paradigmático, el Granpus, nave de bandera norteamericana que había llegado hasta la rada de Sabanilla con el encargo

de escoltar la embarcación hasta Santa Marta. Diecisiete días después fallecería en San Pedro Alejandrino, una finca panelera en Mamatoco, soñando con recomponer una república deshecha en componendas, caudillismos y guerritas. Dice José Vallarino Jiménez en su diario el 11 de noviembre: "Al anochecer encontré al libertador que volvía del paseo asido del brazo del comandante Glen, y cubierto con la caperuza, le acompañé hasta su casa; al subir la escalera lo hizo apoyado en el brazo de Glen con alguna fatiga de pecho, reposó un rato sentado, entró en la alcoba, volvió a salir, le sirvieron unos

caramelos que me brindó y tomé, poco después me invitó a bajar a la sala de la casa, donde lo esperaban para jugar malilla, apoyado del capitán Iturbide, su edecán, se acercó a la mesa en que ya estaba esperándolo la señora de Molineras dueña de la casa, tomó los naipes, llamó a Molineras con el título de Papá, me convidó a hacerle un cuarto y ocupé un asiento, estuvimos jugando dos horas, en ese tiempo advertí que se molestaba cuando no tenía buen juego y que se fatigaba frecuentemente, tomó un poco de sagú con llemas de huevo y vino que le trajeron de la de Duncan, llamó a Iturbide para que lo ayudase a subir la escalera y se despidió de nosotros".



AGUATERO en Plaza de San Nicolás

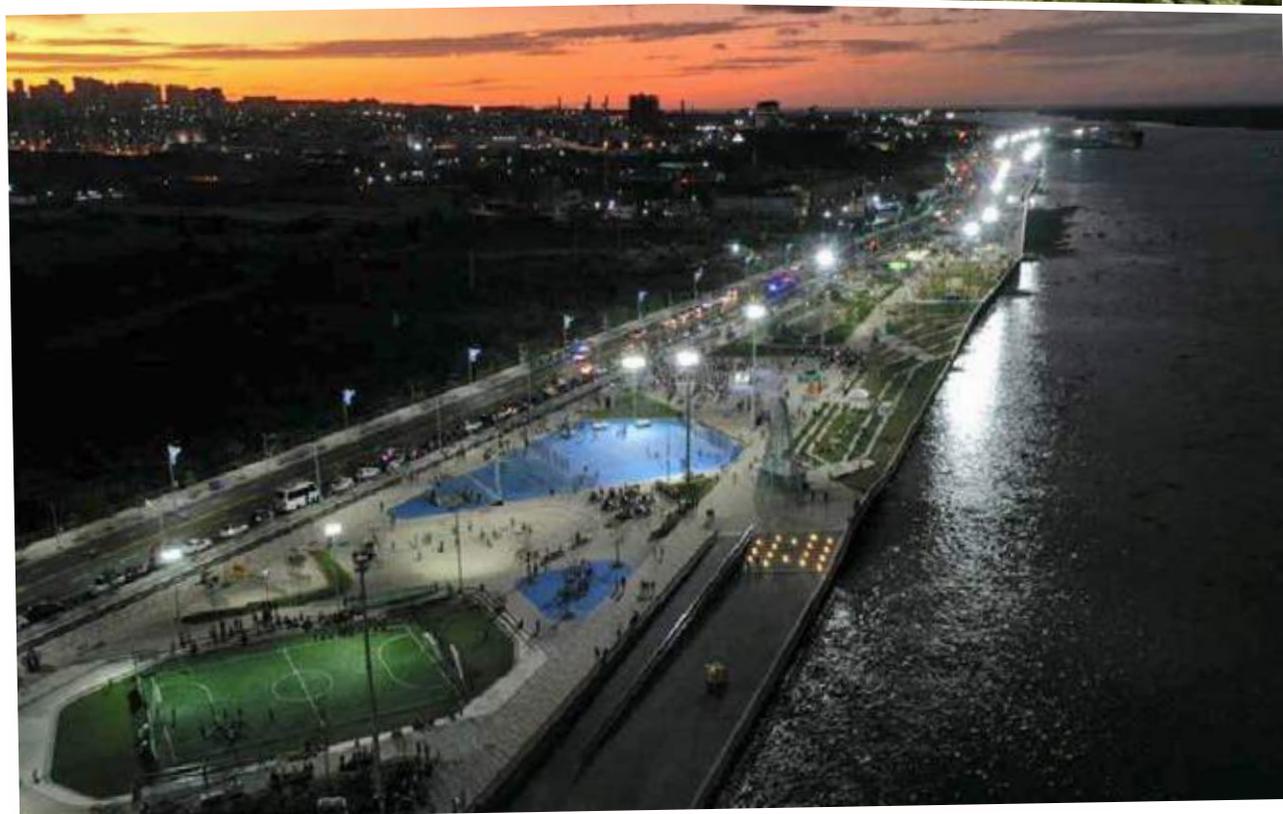
LA OLA
CARIBE



Barranquilla es...
una ciudad dinámica!

por **Nicolás Renowitzky R.**

Barranquilla entró desde hace más de una docena de años en una etapa de crecimiento urbano que se inició con las obras financiadas con la Valorización I por beneficio general en el período de Guillermo Hoenigsberg. Con esta se amplió a dos calzadas de 3 carriles cada una, la Circunvalación desde Murillo hasta la Cordialidad y se construyó el puente que une al barrio 7 de Abril con Los Robles. Se construyó el mega-colegio Santa María, en el barrio que lleva su nombre, y fue este el primero de gran magnitud del Distrito. Se remodeló totalmente el viejo Paseo Bolívar entre las carrera 38 y 45, se demolieron tres manzanas y media, construyendo en estas la llamada Plaza de la Concordia, hasta la Avenida Olaya Herrera; se prolongó la carrera 46 desde la calle 30 hasta la calle 6 de Barranquillita, construyendo un puente sobre el caño del Mercado, trasladando las tristemente famosas colmenas y a los vendedores de pescado, y desde una gran glorieta en ese punto se construyó un puente sobre el caño de Los Tramposos para unirse con La Loma, donde se construyó el primer tramo de la Avenida del Río. Se adquirieron los predios para ampliar el acceso al viejo puente Pumarejo y construir allí la glorieta que hoy luce la gran bandera de Barranquilla. Resulta imposible restarle mérito a esas grandes obras que fueron terminadas durante la primera administración de Alex Char. Luego Alex comenzó a soñar y planear grandes obras para transformar a Barranquilla y darle otra dimensión, la de una gran capital, sin los fatídicos arroyos, dándole, y de qué

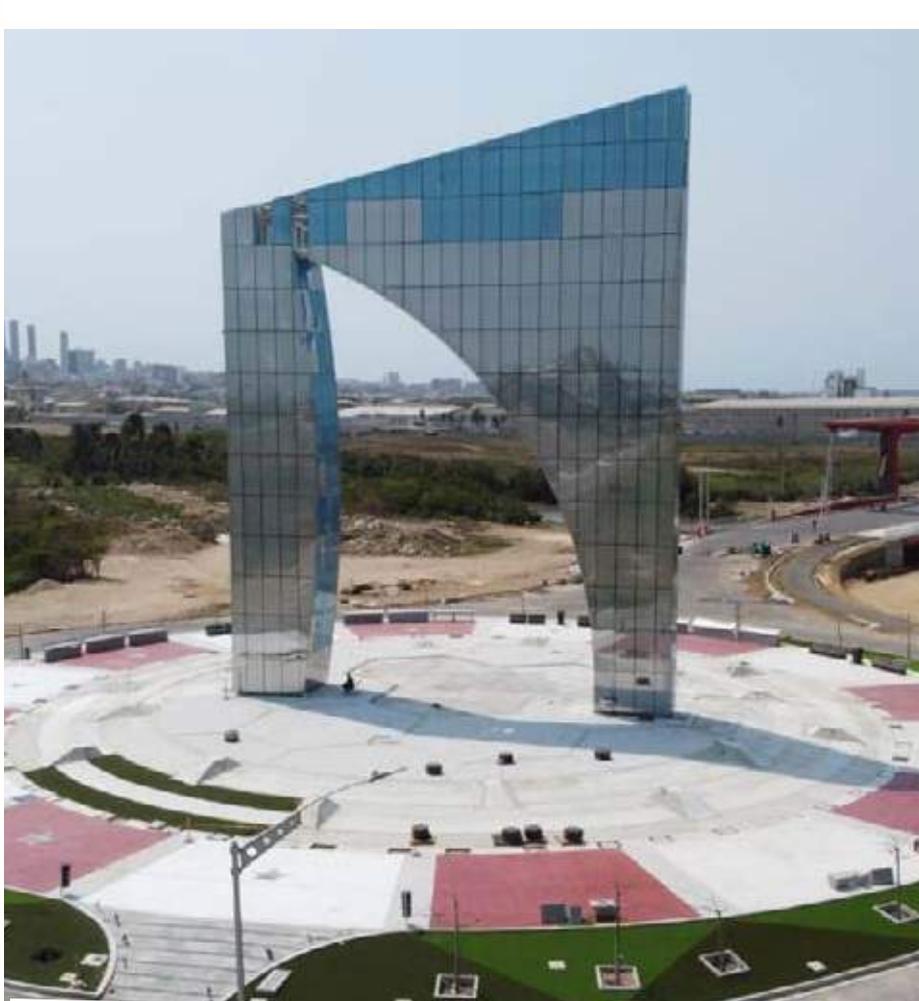




manera, la cara al Magdalena, con un gran malecón, su Avenida del Río y el puente abatible; y conjuntamente con Elsitá Noguera, se ha logrado un positivo cambio que es reconocido nacional e internacionalmente. Si antes no contábamos con parques, escuelas, colegios, puestos de salud, escenarios deportivos, y nuestro suroccidente y parte del suroriente eran unos tugurios de calles destapadas y polvorientas, esa miserable situación se quedó en el pasado. Hoy contamos con más de doscientos bellísimos parques, varios mega-colegios, con decenas de escuelas totalmente nuevas o remodeladas y con aire acondicionado, Pasos y Caminos para garantizarle salud a la población, estadios y escenarios deportivos a la altura de cualquier gran capital, y el enorme cambio generado con el programa Barrios a la Obra, que incorporó a más del 50% de los barranquilleros a esta nueva ciudad, con sus calles pavimentadas. Se amplió la Circunvalación hasta la Vía 40, se construyó el Corredor Portuario, se abrieron tramos ciegos como la carrera 4 y

algunos interrumpidos, como la carrera 38 que estaba cerrada, además de otros nuevos, como las carreras 43 y 65 hasta la Circunvalar, se amplió la carrera 50; contamos con un imponente nuevo puente Pumarejo y con un aeropuerto renovado. Hoy se está culminando una nueva Circunvalación con especificaciones internacionales. Y hay más. Todas las obras anteriores han jalonado la construcción de amplísimos desarrollos inmobiliarios de todos los estratos, desde el 2 hasta el 6, y la conjunción de todo lo anterior impulsó la economía con nuevos hoteles, decenas de excelentes restaurantes, centros comerciales a la altura de los mejores del mundo, y así mismo, el crecimiento de la capacidad de compra con el incremento de una clase media que hoy pesa mucho más en el desenvolvimiento económico de la ciudad. Esta es la nueva Barranquilla que afortunadamente nos está tocando vivir. Pero afortunadamente nuestro alcalde, Jaime Pumarejo, a quien le ha correspondido lidiar con esta inesperada pandemia del





Covid 19, además de continuar los magníficos programas de parques, escuelas, pavimentación, siembra de árboles, etc., ha incluido en su Programa de Gobierno una serie de proyectos que serán determinantes para la competitividad como ciudad turística, tales como el Eco-Parque Mallorquín, que incluye la descontaminación de esa ciénaga, la reactivación del que será Puerto Quilla (actual Puerto Mocho), la construcción de una vía paisajística desde Las Flores hasta el tamar occidental, y un tren turístico hasta Bocas de Ceniza.

También la descontaminación y recuperación de los caños para convertirlos en atractivos canales aptos para recorridos en lanchas para pesca y yates deportivos o turísticos. La recuperación de nuestro centro histórico será determinante para la ciudad. Pero además de los anteriores, son muchos más, los proyectos que estarán listos al terminar el 2023. Así que si hemos mejorado mucho hasta hoy, en tres años estaremos viviendo en una ciudad aún mejor que la de hoy. ¡En una Barranquilla imparable! 🗣️

nicoreno@ambbio.com.co

Paga a tiempo y recibe los beneficios de pertenecer a la comunidad Puntualízate



Vigilado Superintenciones

Acumula puntos por

Registro en el Portal	50 puntos
Certificación Revisión Periódica	50 puntos
Pago oportuno* de la factura	20 puntos
Recibe puntos extra por	
Pago a través del Portal	10 puntos
Pago con crédito Brilla	10 puntos

Beneficios



*Fecha de pago sin recargo indicada en la factura.

🌐 Ingresa a www.gascaribe.com 📱 Dirígete a Pagos y servicios en línea



Escanea el código QR con tu celular

¡Regístrate para acumular tus primeros 50 puntos!

Estamos contigo



Para pagos y otros servicios www.gascaribe.com
También puedes pagar en: Nequi, Daviplate, RappiPay, Efecty, Supergiros, Baloto y corresponsales bancarios.



Atención 24/7 línea gratuita **164 | 01 8000 915 334** para reporte de emergencias y presentar PQRS desde cualquier celular o fijo.

LA OLA
CARIBE

Oscar de la Renta

Pre otoño 2021



por **Valeria Naissir**

Para la colección pre otoño 2021, Fernando García y Laura Kim, directores creativos de Oscar de la Renta, quisieron presentar algo "divertido", considerando que en nuestra nueva realidad el COVID-19 es parte de nuestro día a día. El dúo de diseñadores, como muchos otros, pretenden transmitir pensamientos positivos en un año colmado por el agobio de la pandemia.



Los colores vibrantes utilizados en esta colección no son ajenos al ADN de la marca, sin embargo, los shorts cortos y la carencia de sus elegantes vestidos de gala que siempre suelen estar presentes, si fueron una novedad. Esta colección presenta una propuesta bastante tropical, para los estándares de Oscar de la Renta. Su elemento protagonista, la piña, proviene de una búsqueda



de los diseñadores en los archivos de la casa de moda, haciendo referencia a la chaqueta y vestido de piña modelado por Lina Evangelista en la colección de primavera 1992. Esta es quizá una de las colecciones más casuales de la marca, pero muy posiblemente es algo momentáneo, debido a esta situación, y no un cambio para siempre. 



NUEVO DOCTORADO

Gestión de la Tecnología y la Innovación

SNIES 109315 | Res. 009721 del 16 de junio de 2020

Barranquilla | Presencial | Duración: 3 años



GENERACIÓN DE CAMBIO

¡El mundo cambió!

Aquí está el doctorado que te ayudará a transformar el futuro

 UNIVERSIDAD
SIMÓN BOLÍVAR

BARRANQUILLA Y CÚCUTA - COLOMBIA | VIGILADA MINECUCACIÓN



Res. 23095, del MEN



MACONDO:LAB

Centro de Crecimiento Empresarial e Innovación

Posgrados

ESPECIALIZACIONES MAESTRÍAS DOCTORADOS

doc.gestionytecnologia@unisimonbolivar.edu.co
informacionposgrados@unisimonbolivar.edu.co

Carrera 54 N° 64-223 - Barranquilla, Colombia
Teléfonos: (+57) (5) 3185510 | 3182819458



Imposición de 'batas blancas' en la Universidad Simón Bolívar

La ceremonia de la imposición de las batas blancas a los estudiantes de Medicina de la Universidad Simón Bolívar simboliza la transición de las ciencias básicas a las rotaciones clínicas. Es un primer paso en el desarrollo profesional que busca formar un médico empático, humanístico y comprometido. En el estudio de fotografía de Enrique García fueron desfilando uno por uno y en grupos pequeños para registrar este acto en el que los futuros médicos sellan la promesa de mantener una actitud y un comportamiento profesional con sus compañeros, maestros, estudiantes, la comunidad, y sobre todo, con sus pacientes.

fotos cortesía de **Enrique García Jr**





Carlos Castellanos

Autoridad mundial en cría, educación y concursos de canarios de canto

Hay dos sitios sagrados en el apartamento del abogado experto en manejo de conflictos Carlos Castellanos Collante: uno, donde tiene sus canarios que cría, alimenta, entrena y cuida constantemente; y el otro donde exhibe sus múltiples trofeos obtenidos en diferentes concursos locales, nacionales y mundiales. Es una pasión que nació a los cinco años. Su madre, Carmen Collante, insigne

educadora, decía: "A qué hora este muchachito que regañaba porque su pecado era vivir y suspirar por los pájaros, Dios y la vida lo llevaron a tener un respeto y reconocimiento por su labor en muchos sitios del mundo?". No era más que un dolor de cabeza para ella que veía en los pájaros un distractor académico. No quería que lo vieran o tildaran como pajarero. Pero no fue así. Carlos terminó derecho en la Universidad del Atlántico, ha tenido cargos gerenciales por más de treinta

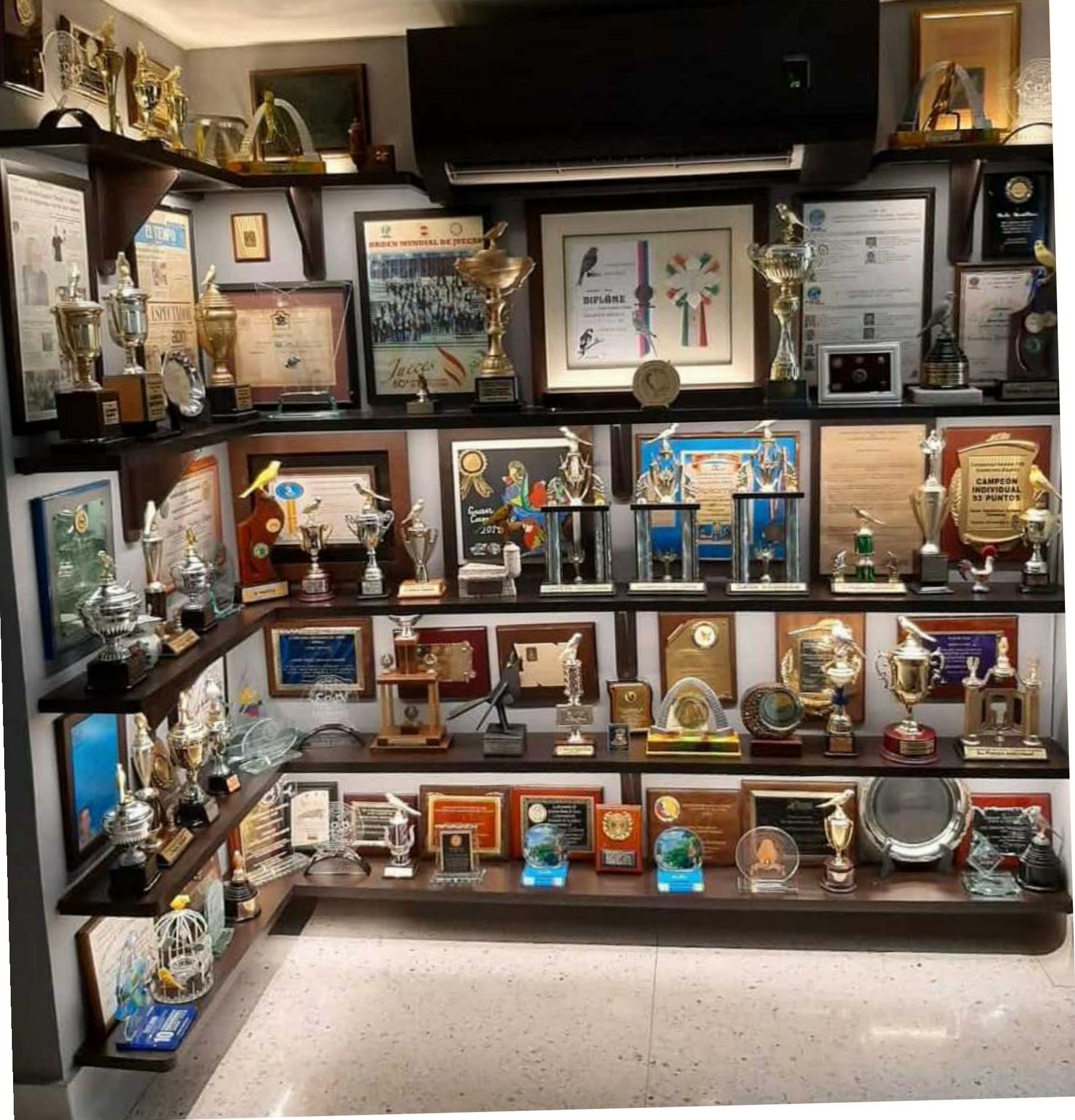




años y ha sido catedrático universitario. Sin dejar sus canarios. Su esposa y sus hijos le respetan su afición; ninguno ha demostrado interés por este arte. Hoy es el Presidente del Colegio de Jueces de Colombia, un criador reconocido y juez de la Organización Mundial de Jueces de Ornitología de la Confederación Ornitológica Mundial. Recientemente ganó varios trofeos en el Concurso Regional de la Federación Colombiana de Canarios timbrados españoles, realizado en Barranquilla, en diciembre de 2020. LA OLA CARIBE ha querido hacer eco a esos premios recordando quién es este barranquillero carismático y de montones de amigos, que se ha dedicado exclusivamente desde hace treinta y seis años a la cría, educación y concursos de canarios de canto de la raza 'Timbrado español', obteniendo ininterrumpidamente buenas producciones (unos cien canarios anuales) y muchísimos premios. Entre los más sobresalientes figuran: Campeón del mundo, en Pordenone, Italia, en 1989. Fue todo un acontecimiento en el país; lo registraron en la prensa local y nacional. Hasta la fecha sigue siendo el único colombiano en lograr este premio con el canario 'Caruso'. Fue bautizado así por la prensa Italiana, al comparar su canto en analogía con el

más grande tenor como lo fue Enrico Caruso (Febrero de 1873 - Agosto de 1921) Otros premio muy importantes para él son: Campeón individual en Guadarrama, España en 1994; Campeón y Gran Campeón Internacional en Venezuela en 1995; y Primer puesto mundial Hemisferio Sur en Cuba en 1999. Tampoco olvida que ha sido más de treinta veces campeón individual y por equipos en Colombia, desde 1985. En su trajinar por esta actividad considerada como arte, ciencia, deporte y afición, es precursor y difusor de la raza en múltiples escenarios; y conferencista de su historia, cría y educación tanto en Colombia como en el exterior. Tiene una memoria prodigiosa para hablar sobre su historial como juez desde el 18 de julio de 1989. Lleva treinta años como juez. Ha obtenido este título en Oporto, Portugal; y en Almeria, España. También ha sido distinguido por la Organización Mundial de Jueces como 'Juez experto' para realizar durante el mundial 2017 los exámenes a los aspirantes a jueces. Le brillan los ojos cuando habla que ha sido juez de campeonatos nacionales en Venezuela, Puerto Rico, Estados Unidos, España y Colombia. Sus conocimientos sobre Canaricultura han sido plasmados en artículos publicados desde 1985 en





revistas de España, Puerto Rico, Venezuela, Argentina, Estados Unidos, Brasil y Colombia. Es colaborador de la revista 'Plumas', de Argentina. Otro orgullo por el que saca pecho es que fue escogido en el año 2018 para aparecer en el libro de 'Criadores de Pájaros del Mundo'. Lo más emocionante para Carlos es recordar que su

mamá al final de sus años gozaba con sus triunfos. Falleció hace diez años. Antes de ir al aeropuerto llevaba los canarios para que ella los bendijera y siempre decía: "Vayan con Dios y traigan una medalla en el pico". Una clase -Un canario dura entre seis y ocho años, pero su vida competitiva de concursos

es solamente el primer año, porque es cuando tienen más dulce y completo su repertorio. -El canto de los ejemplares de concurso es producto, primero de una gran selección genética dentro de su raza, segundo de los mimos y cuidados que les prodigamos desde antes de nacer y la alimentación; y por último la educación y el entrenamiento, para que

aprendan de forma magistral su repertorio canoro y canten delante de los jueces en el momento que les toque su turno. -La alimentación de los canarios es básicamente con semillas seleccionadas: alpiste, nabo, linaza, negrillo y avena; también con algunas verduras, como lechuga y brócoli, y frutas como manzana. Todo de una manera balanceada de acuerdo a la época del año.



“Cuando niño tuve diversidad de pájaros. No me importaba que tan finos fueran; el solo hecho de tenerlos en mi casa llenaban mi vida de ilusión. Ahorraba para comprar pájaros de mejor estirpe. Comencé a criar siempre pendiente de seleccionarlos por su canto, era el único en mi casa que tenía gusto por ellos. Mi afición no era fomentada”.



El asma en los niños



por **Dr. Iván
Guillermo Stand Niño**
Neumólogo Pediatra
Universidad Javeriana
Clínica Portoazul

El asma es la enfermedad crónica más frecuente en la edad pediátrica. En los primeros años de vida uno de cada cuatro niños puede presentar asma. Se caracteriza porque los niños presentan episodios recurrentes de tos intensa y prolongada, con frecuencia asociado a ruidos en el pecho y en ocasiones dificultad para respirar; estos síntomas se presentan por la obstrucción de los bronquios (tubos por donde pasa el aire hacia los pulmones). Esta enfermedad tiene un gran impacto en la calidad de vida tanto del niño como de su familia, es causante de múltiples hospitalizaciones y visitas a urgencias, ausencias escolares por parte de los niños y ausencias laborales de los padres; también la tos y los síntomas respiratorios



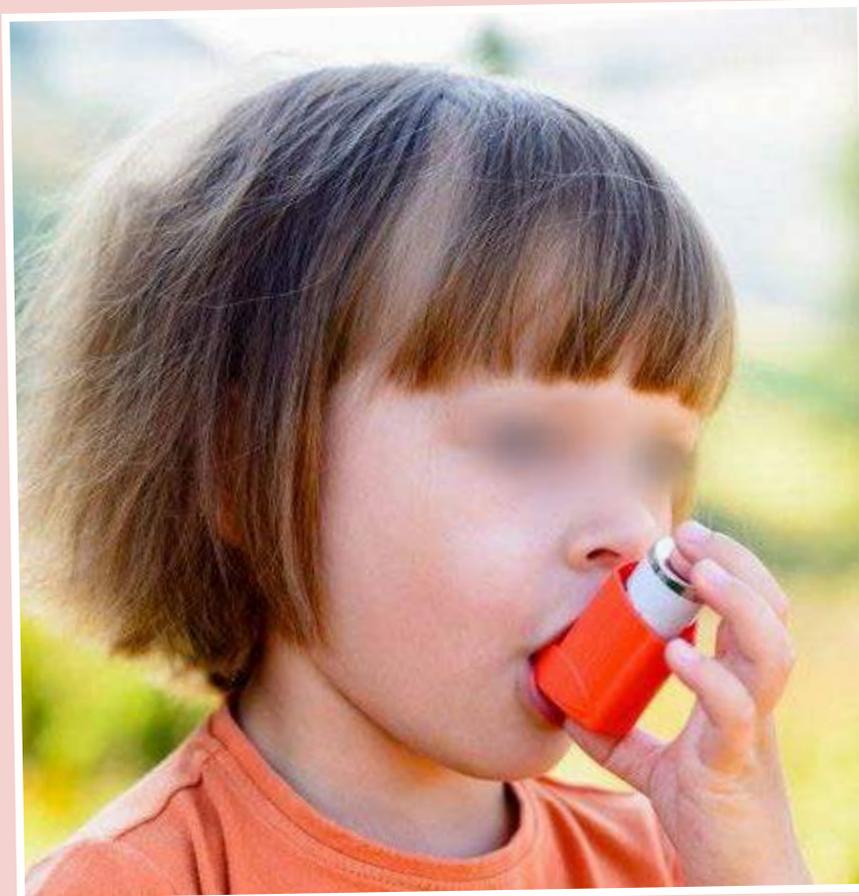
persistentes interfieren con la alimentación, el juego, el sueño y las actividades de los niños. El principal síntoma del asma en una tos persistente que dura varias semanas, se incrementa en las noches y con el ejercicio, asociado en ocasiones a ruidos al respirar y dificultad al respirar (se hunden las costillas y se aumenta el número de respiraciones), la gran mayoría de crisis de asma en pediatría son desencadenadas por las infecciones respiratorias virales

(gripas), relacionadas con el ingreso al colegio y épocas de lluvias. Otros factores desencadenantes del asma en los niños son la exposición a alérgenos como los ácaros del polvo casero (peluches, cortinas, tapetes, etc), hongos en sitios de humedad, pólenes de algunas plantas, cambios de temperatura y en ocasiones factores emocionales; todo esto produce inflamación y aumento del moco dentro de las vías aéreas (bronquios). Los virus que producen estas

gripas son agentes infecciosos microscópicos que entran a las células del aparato respiratorio y lo inflaman (aumentan la cantidad de moco) y de esta forma inducen la tos en los niños, los virus no son destruidos por los antibióticos, por lo tanto estos no se deben usar para tratar las infecciones virales. Los virus que atacan el sistema respiratorio son muchos, los más comunes el Virus sincitial respiratorio, la influenza y el Rinovirus, pero en estos últimos meses apareció

un nuevo virus que produce infecciones respiratorias, es el Covid 19 (Sars-Coronavirus2), el cual se transmite con mucha facilidad pues nuestro sistema inmunológico (nuestras defensas) no lo conocían. Para el manejo de la tos asociada a estas infecciones no se recomienda el uso de antitusígenos (medicamentos que eliminan la tos) sino medicamentos que dilatan el bronquio (broncodilatadores como el salbutamol) y facilitan la eliminación del moco, los cuales hoy en día se recomiendan administrar en forma de inhaladores (bomba o puff) ya que este es un sistema mucho más seguro que los jarabes, pues se utilizan dosis mucho menores del medicamento y tienen solo acción a nivel local de la vía aérea, y no en todo el organismo como sucede con un medicamento administrado por vía oral. Al utilizar medicamentos en inhalador en un niño no implica que el niño se va a volver dependiente del medicamento, estas son falsas creencias. Hoy en día se ha demostrado que es mucho más seguro y efectivo utilizar medicamentos en inhalador, que el uso de micronebulizaciones (terapias) o de los jarabes para la tos. También se insiste en medidas básicas como un buen aporte de alimentos y líquidos, buena limpieza de la nariz con solución salina, control de fiebres y estar atentos de la frecuencia al respirar o color morado de la piel, ya que estas infecciones virales respiratorias se pueden complicar con una neumonía (pus dentro del pulmón) u otras infecciones más severas. Para proteger al niño de que adquiera las infecciones virales se recomienda el lavado frecuente de manos, evitar el contacto con otros niños o adultos con gripa, no exponer al niño al humo del cigarrillo u otros irritantes de los bronquios que lo hacen más susceptible de adquirir infecciones virales. En cuanto a vacunas para protegerse de estas infecciones

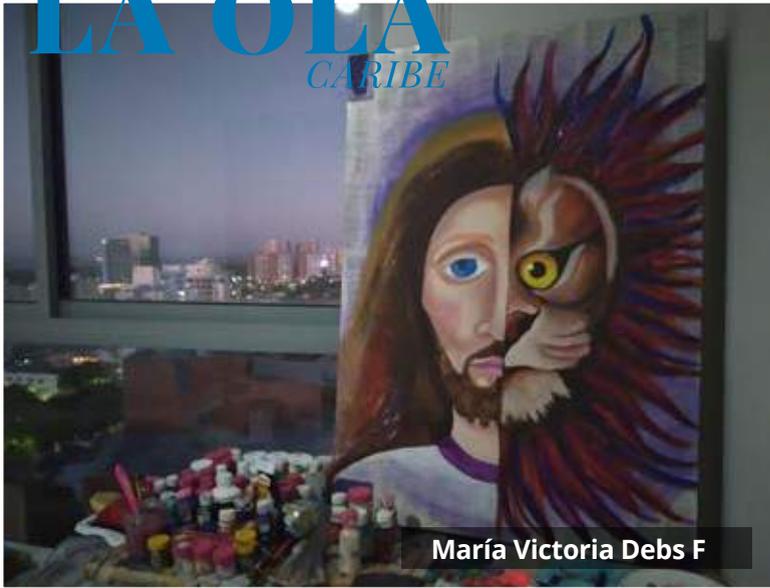
respiratorias virales desafortunadamente solo contamos en la actualidad con la vacuna del virus de la influenza, el cual produce infecciones respiratorias frecuentes y severas; estas vacunas (mal llamadas vacuna de la gripa) hoy en día se recomienda administrar cada año, sin embargo no contamos con vacunas contra otros virus (como el virus sincitial respiratorio, rinovirus, parainfluenza, y muchos otros) que también producen este tipo de infecciones y para los cuales no protege la vacuna de la influenza, por eso algunas personas piensan erróneamente que la vacuna no fue efectiva porque se vacunaron contra la influenza y al poco tiempo desarrollaron una gripa (lógicamente producida por un virus diferente). También es muy importante fortalecer el sistema inmunológico (defensas), con una buena nutrición (buena ingesta de frutas, vegetales, aumentar la ingesta de todas las vitaminas en especial la vitamina D, hacer ejercicio y controlar la obesidad. Para lograr un buen control del asma (menos crisis y episodios de tos o asfixia), es necesario tener un ambiente sano en el hogar, retirar peluches y objetos que recojan polvo en la habitación, controlar zonas de humedad, evitar cambios bruscos de temperatura, recibir una alimentación sana y balanceada (nada de alimentos en paquetes-procesados), también es necesario la administración de medicamentos durante la aparición de los síntomas y en algunos niños administrar por varios meses medicamentos preventivos para el asma como son los antiinflamatorios inhalados, los cuales son seguros y ayudan a evitar recaídas frecuentes y visitas a urgencias.



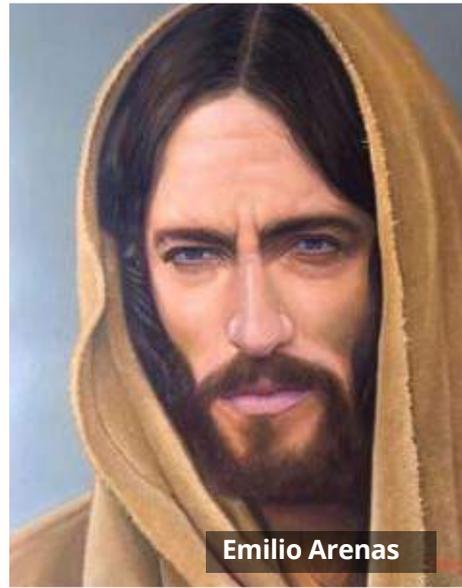
DECÁLOGO DE LA TOS

1. La tos es un mecanismo de defensa del aparato respiratorio. Está destinada a eliminar secreciones y cuerpos extraños para mantener la vía aérea limpia y abierta.
2. La causa más frecuente de tos aguda son las infecciones de las vías respiratorias superiores (los catarros). Los catarros son producidos por centenares de virus diferentes. Se resuelven sin medicación de una o dos semanas.
3. La tos aguda no debe tratarse con calmantes de la tos, mesolíticos, expectorantes, antihistamínicos o descongestivos nasales, especialmente en menores de seis años. En niños no está demostrado que estos medicamentos sean eficaces para el tratamiento de la tos y los riesgos superan a los posibles beneficios. Si se usan, siempre deben estar bajo control médico
4. Si se quitara la tos habría más retención de mocos, menos oxigenación y más obstrucción de la vía aérea.

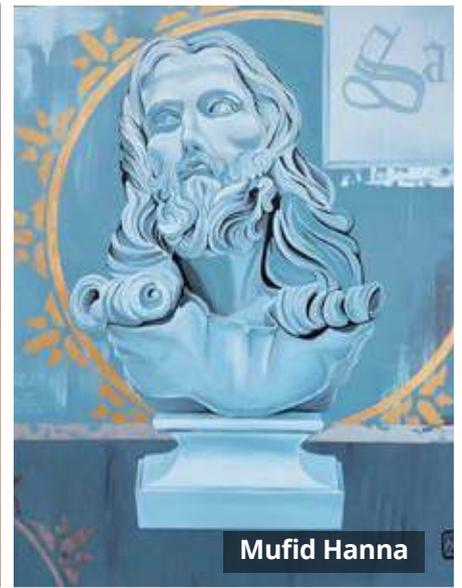
- También habría más riesgo de otitis y neumonía.
5. Los antibióticos no son eficaces en el tratamiento de los catarros y están contraindicados.
 6. Es muy importante que el niño con catarro esté bien hidratado. Hay que darle líquidos con frecuencia.
 7. También se recomienda hacer lavados nasales y humidificar al ambiente.
 8. Hay que evitar la exposición al humo del tabaco. No se debe fumar en casa.
 9. Medidas sencillas como el lavado de manos disminuyen el riesgo de contagio.
 10. Conviene vigilar y consultar con el pediatra si aparece:
 - Dificultad para respirar (se marcan las costillas y se hunde el esternón, se oyen pitos cuando respira, respiración muy rápida, agitada etc.)
 - Fiebre que dura más de tres días
 - Dolor de oídos o supuración
 - Tos y mocos durante más de 10-15 días. 🕒



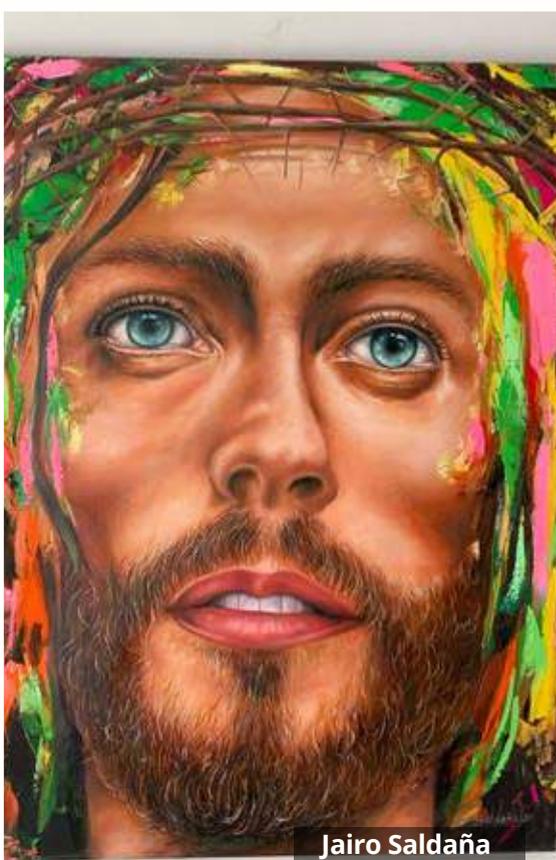
María Victoria Debs F



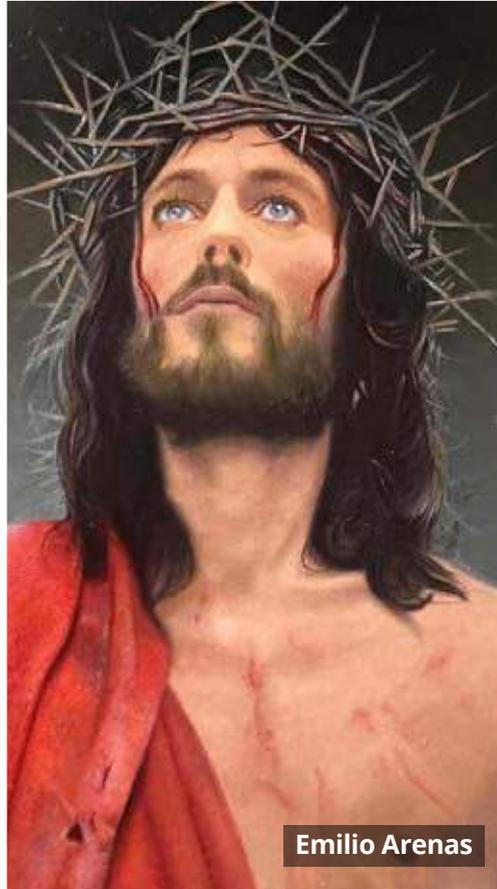
Emilio Arenas



Mufid Hanna



Jairo Saldaña



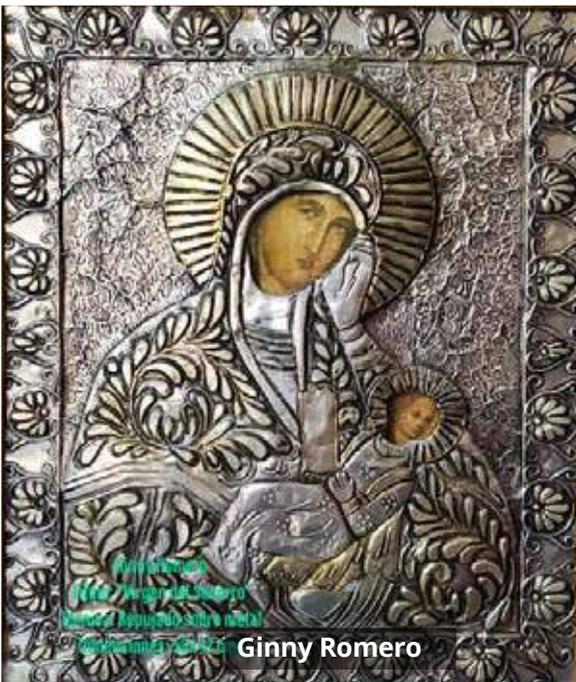
Emilio Arenas

Colectiva de exposición virtual

‘Jesús: el camino a la solución’ fue el tema escogido por la pintora, escultora, muralista y fotógrafa barranquillera María Victoria Debs para la colectiva virtual que se efectuó recientemente con el acompañamiento de los artistas Osvaldo Cantillo, Ginny Romero, Romo, Carmen Donado, Jairo Saldaña, Mufid Hanna, Elisa Velázquez, Susan Ancínez, Oscar Sir, Emilio Ferrer, Iguiflok y también de la organizadora.



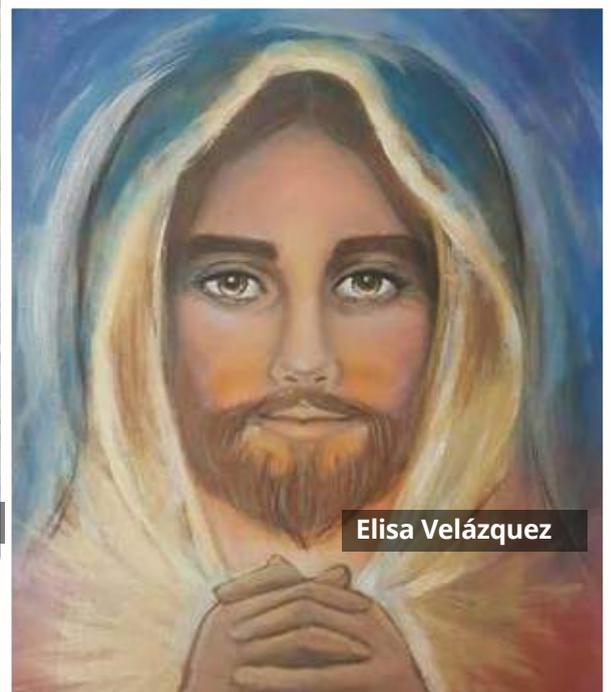
Jairo Saldaña



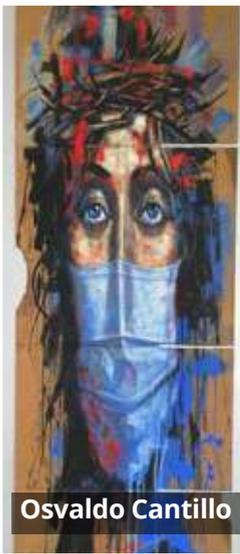
Ginny Romero



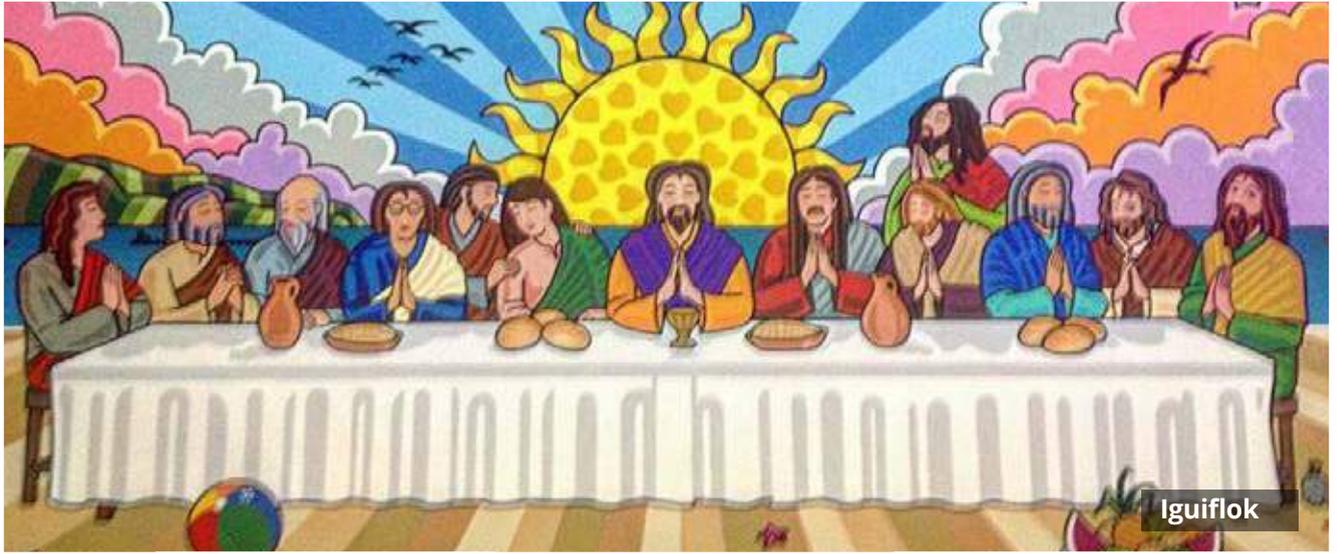
Oscar Sir



Elisa Velázquez



Osvaldo Cantillo



Iguiflok



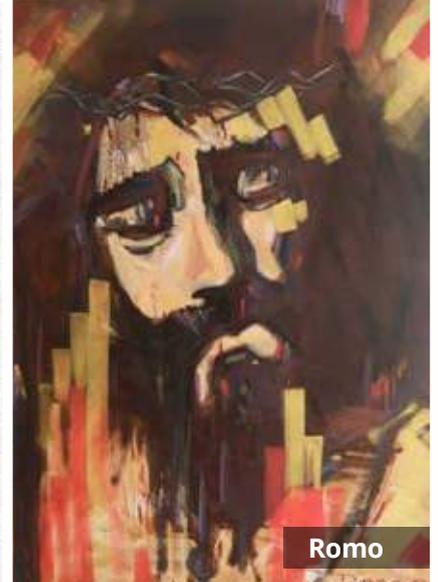
Carmen Donado



Susan Ancínez



Óscar Sir



Romo



Dr. Antonio Ballestas M.

OTORRINOLARINGÓLOGO

Costa Rica - Francia

LARINGOLOGÍA - CIRUGÍA DE VOZ

Harvard Medical School - Boston (EE.UU)

Hospital Militar - Bogotá

Emory University Voice Center - Atlanta (EE.UU)

Instituto de Laringología - Bogotá

Hospital San Lucas - Porto Alegre (Brasil)

Hospital Quirón - Marbella (España)

- Feminización de voz
- Microcirugía de cuerdas vocales
- Disfonías
- Estroboscopia laríngea

CIRUGÍA ENDOSCÓPICA DE NARIZ, SENOS PARANASALES Y BASE DE CRÁNEO

Bogotá - Sao Paulo (Brasil) - Jacksonville (EE.UU) - Atlanta (EE.UU)



OTORRINOS

Torre Médica del Mar Calle 85 No. 50-37 consultorio 405
Barranquilla - Colombia

310 366 91 41 - 304 41 54 - 304 43 99

voicefem.com - drballestas.com

voicefem

@voicefem

a.ballestas55@hotmail.com

TITANES

Campeones nacionales por tercera vez y en 'fila india'





por **Fausto Pérez Villarreal**

Vibrante, categórico e histórico. Tres vocablos con significados contundentes que sintetizan el tercer título consecutivo alcanzado por el quinteto Titanes de Barranquilla, en la Liga Profesional de Baloncesto de Colombia. Un triunfo que no solo enciende las emociones, sino que también llena de orgullo. ¡Lástima que el aislamiento social obligado por la Covid 19 privara a la afición de presenciar algunos partidos en el estadio Elías Chegwin! Sin embargo, la alegría es absoluta para los atlanticenses amantes del deporte de la denominada pelota naranja, pues su equipo ratifica que es el mejor del país, demostrando que los máximos logros alcanzados en 2018 y 2019 no fueron producto del azar. No hubo necesidad de disputar el quinto juego para definir el campeón. Titanes, bajo la dirección técnica del cartagenero Tomás Díaz -el mismo que dirigió los hilos del equipo rojiblanco en los dos primeros títulos- se impuso inobjetablemente en la serie, 3-1, en la final sobre el Team Cali, que además era el anfitrión. El encuentro definitivo, efectuado el 22 de noviembre, lo ganó por 14 puntos de diferencia, 75-61, en la burbuja del Evangelista Mora, coliseo de la Sultana del Valle que sirvió de epicentro de los 22 juegos realizados durante mes y medio. Con una nómina integrada

por talentos basquetbolistas, entre los que sobresalieron Tony Trocha, Juan Diego Tello Palacios, Selem Safar, Gianlucca Bacci, Luis Santos y la gran figura, el dominicano Jonathan John Rodríguez León, Titanes enfrentó a 7 contendores en 14 juegos de la temporada regular: Cándores de Cundinamarca, Caribbean Storm Cimarrones, de San Andrés y Chocó; Sabios de Manizales, Tigrillos de Antioquia; Búcaros de Santander; Piratas de Bogotá y Team Cali, de la capital de Valle del Cauca. El saldo de Titanes fue realmente impresionante: solo saboreó el trago amargo de la derrota en una ocasión, y fue ante el local Team Cali, en partido sin trascendencia ninguna, pues el quinteto de Barranquilla ya estaba clasificado por ser el líder indiscutido del certamen. En la semifinal, en serie de tres juegos, Titanes venció 2-1 a Tigrillos de Antioquia. Ahí tuvo su segundo traspié. Y en la final, ante el Team Cali, sufrió la tercera derrota del año. El título le otorga a Titanes el derecho de participar, en 2021, en Liga de Campeones FIBA Américas. "Por tercera vez somos campeones fuera de Barranquilla. Este título va dedicado a esa afición fiel que siempre nos ha respaldado", señala el DT Tomás Díaz, quien ya forma parte de la leyenda del baloncesto profesional de Colombia por sus tres campeonatos cosechados en 'fila india'. 🕒

fotos **cortesía de Titanes**





Bergamota

Esencias para el bienestar en el 2021

Hay quienes creen y quienes no. Esto es para quienes creen en el 'feng shui', un antiguo sistema filosófico chino de origen taoísta, basado en la ocupación consciente y armónica del espacio. Funciona para lograr una influencia positiva sobre las personas que lo ocupan. Y para los que creen en la aromaterapia, tratamiento alternativo que emplea aceites esenciales o líquidos aromáticos de plantas, cortezas, hierbas y flores los cuales se frotan en

la piel, se inhalan, se ingieren o se añaden al baño con el fin de promover tanto el bienestar físico como psicológico. Existe una variedad de aromas, cada uno para un bien específico. Los aceites esenciales se logran de la esencia pura de una planta: su fuerza vital, su chi (la energía o el principio activo que nos da la vida, la energía que une cuerpo, mente y espíritu). La aplicación de éstos sirve para mejorar y atraer el chi positivo, el bienestar. -Para empezar el 2021 puedes utilizar en tu rincón de la riqueza

hierba de limón o bergamota
-Incienso para la abundancia
-Jengibre o peonía para la prosperidad
-Ciprés para la resistencia y la perseverancia
-Aceite de menta para la fama y la buena reputación
-Azahar para una propuesta de matrimonio.
-Nardo para la sensualidad, el romance y la tranquilidad.
-Rosa, el perfume de Venus, para un romance apasionado. Cada una de estas hierbas y flores tienen otros múltiples beneficios.🕒





Alianza entre OPL, Gases del Caribe y Promigas

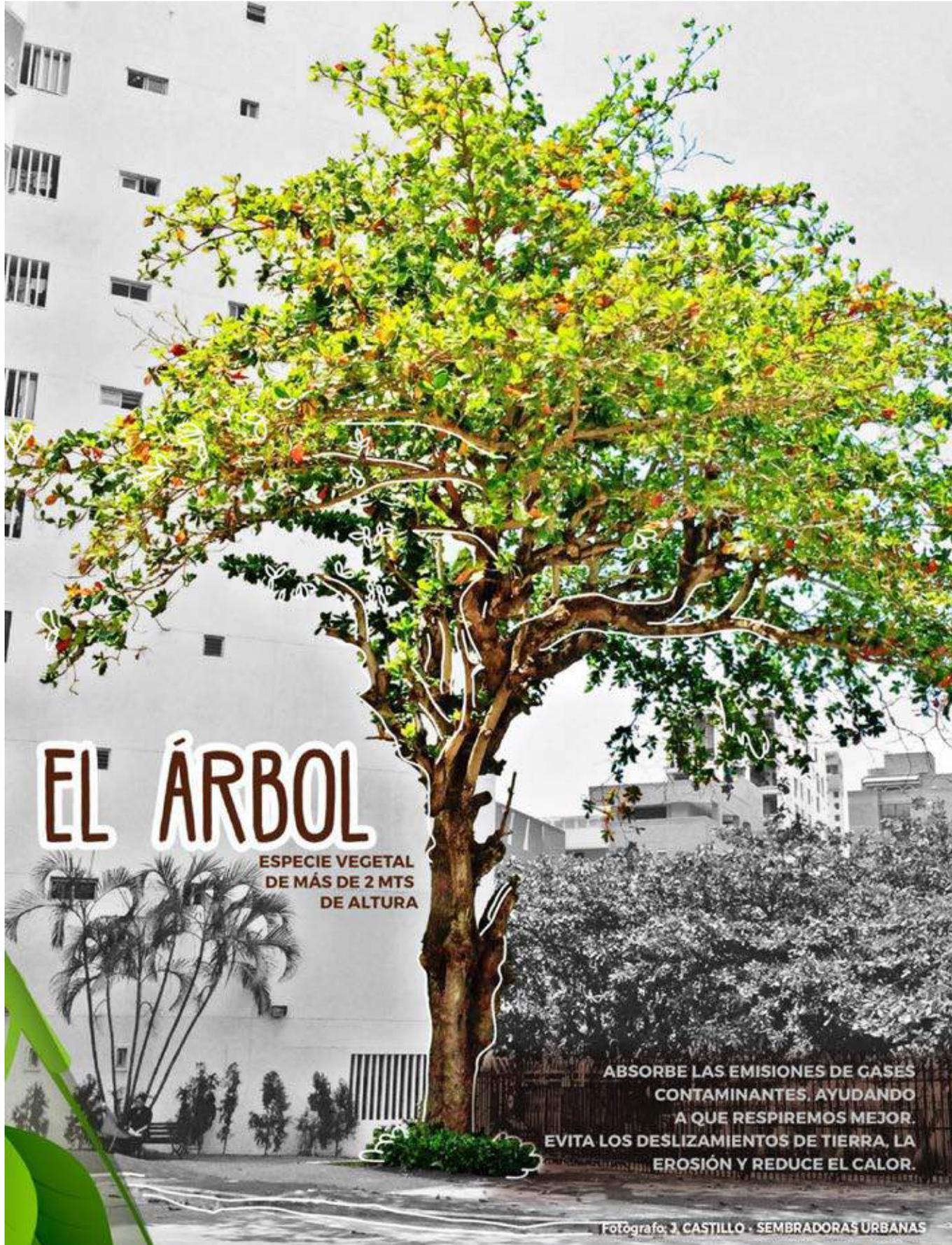
Nuevos tractocamiones 100% a gas natural que mejoran la calidad del aire

En un evento realizado en las instalaciones de ZOFIA, la compañía de logística y transporte OPL en alianza con Gases del Caribe y Promigas, presentó 22 nuevos tractocamiones Euro VI dedicados 100% a gas natural vehicular (GNV) que operarán en rutas nacionales del centro del país a la costa Caribe, ampliando así su parque automotor con energías limpias. Esta inversión demuestra el posicionamiento del gas natural vehicular como combustible limpio y de transición en Colombia y en el mundo, como una gran alternativa técnica, económica y ambiental no sólo para sistemas de transporte masivo de las principales ciudades del país, sino también para el segmento de transporte de carga, que representan más de un 60% de la contaminación del país en su funcionamiento con otros combustibles. “En OPL nos sentimos muy orgullosos de esta adquisición

que representa grandes beneficios económicos y ambientales para nuestra operación y territorio. Me place contar que estamos a la espera de 13 vehículos adicionales que están próximos a llegar y así cerrar el 2020 con un total de 61 camiones completamente amigables con el medio ambiente”, dijo Javier Prada Sánchez, presidente de OPL. Gases del Caribe, comprometido con la estabilidad del proyecto y mejoramiento de la calidad del aire del país, ofrece contratos de suministro de gas a largo plazo con precios competitivos para esta nueva flota. “En Gases del Caribe venimos desarrollando diferentes estrategias para estimular la compra de estos vehículos dedicados 100% a GNV con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad del aire de todo el territorio nacional, además de disminuir costos en combustible y desarrollar industrias más competitivas a nivel nacional e internacional”, anotó Mario Cuello, Subgerente de Distribución de Gases del Caribe. 



Si educamos a los jóvenes y a los niños y niñas de hoy en la siembra y en el conocimiento de la naturaleza, aumentarán su amor por los árboles y las plantas. Y la ciudad tendrá cada vez más espacios sombreados y saludables. Enseñarles a sembrar y a cuidar de la naturaleza será contribuir a mejorar el medio ambiente y el aire que respiramos.



Pruebas
RT-PCR

Pruebas
Rápidas

Pruebas de
Antígeno

DETECCIÓN DE
INFECCIÓN POR
SARS-COV-2

Sede Torre Médica del Mar
Calle 87 No. 50-37, Piso 5

Sede Laboratorio
de Virología
Cra. 50 No. 80-206



ATENCIÓN DOMICILIARIA

311 3873690 - 3853163 - 315 7214106

www.labkf.com



FIORELLAPIZZA.COM

¿YA PROBASTE LA MEJOR

PIZZA

DE LA CIUDAD?



CALIENTES, FRESCAS Y DELICIOSAS

LLAMA YA

368 1888

To Go
Cra 52 No. 75 - 61

Restaurante
Cra 53 No. 85 - 61

C.C. Villa Country
Plaza de comidas
Piso 3 local 306

C.C. Portal del Prado
Plaza de comidas
Mezzanine 2 local 4

C.C. Viva Barranquilla
Plaza de comidas
Piso 3 local 358

C.C. Buenavista 1
Plaza de comidas
Piso 2 local 206