

D7

elDía



PERFIL 12-13

Jocelyn Lizana: De testigo de Jehová a concejala



REPORTAJE 08-09

Bebidas energéticas: Alertan peligro sobre su consumo



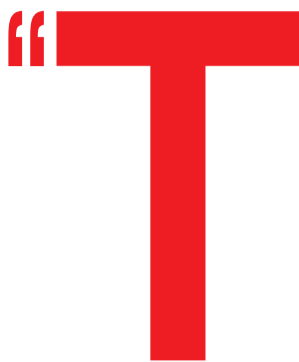
FOTO NICOLE MUÑOZ

FUNDACIÓN LAS ROSAS: ENTREGANDO DIGNIDAD AL ADULTO MAYOR

➔ 97 residentes son los que permanecen en la organización que se encarga de acoger y cuidar a los abuelitos más pobres y desvalidos del país. El objetivo de la fundación es entregar apoyo personal con espíritu de hogar y fraternidad, pero por sobre todo hacer que los adultos mayores se sientan parte de la sociedad.

Gabriela Rojas P.

La Serena



odos seremos adultos mayores algún día, estar aquí es ver al prójimo como a un hermano que en estos momentos necesita de uno, así como nosotros en algún momento llegaremos a necesitar de los demás”, así resume su experiencia y trabajo en la fundación Las Rosas de la Región de Coquimbo su director, Leonardo González, quien asume que la sociedad tiene una deuda con los adultos mayores, los que a su juicio están muy olvidados.

La semana pasada, la muerte de tres abuelitos de la Fundación Las Rosas, producto del contagio de la Influenza AH3 enfermedad respiratoria contagiosa causada por el virus del mismo nombre, abrió el debate de cómo funciona la institución que se encarga de acoger a los adultos mayores más desvalidos del país.

Y es que la enfermedad afectó a 37 abuelitos de la fundación quienes tuvieron que ser atendidos y hospitalizados en el Hospital de La Serena producto de la gravedad de la enfermedad.

Esta situación dejó entrever ciertas falencias al interior del recinto según confirmó, el seremi de Salud, Rosendo Yáñez, quien señaló que el protocolo de aseo y la cantidad de cuidadores que deben estar a cargo de los abuelitos no se cumple al interior de la Fundación Las Rosas.

Sin embargo, el director de la fundación, Leonardo González explicó que la dotación de cuidadores se maneja según el índice de Katz, el que corresponde al nivel de dependencia de actividades en la vida diaria, por ejemplo, si come solo, si es continente o necesita pañal, si camina solo o es necesario que una persona lo traslade, si tiene demencia y deambula, ahí se necesita de alguien que lo vaya a buscar y lo lleve al comedor, etc.

González explica que la

Desde el 2011 al 2015 la fundación aumentó su nivel de dependencia del 64% al 96% esto hace que se necesite mayor dotación de cuidadoras para una cantidad más baja de abuelitos.



organización realiza dos evaluaciones Katz al año, el último se hizo en el mes de octubre de 2016 el que reflejó un aumento en el índice de dependencia, es decir, se necesita una cuidadora cada menos adultos mayores.

“Nosotros cumplimos la norma pero esta evaluación había sido reciente y nosotros programamos el año desde marzo en adelante, nos queda esta brecha de meses que en el fondo no estábamos cumpliendo porque el índice de Katz nos aumentó, pero justamente nos aumenta porque la población se nos ha ido envejeciendo mucho porque hay poca rotación de residentes”, explicó.

Pese a que al interior de la fundación hacen todos los esfuerzos para mantener sanos, activos y contentos a los abuelitos, estos no están libres de enfermedades que pueden ser mortales como

El hogar La Visitación de María, ubicado en avenida Cuatro Esquinas 523, El Milagro, La Serena recibe a los abuelitos más desvalidos de la zona sobre todo de sectores rurales de la capital regional, Canela, La Higuera y el interior de Ovalle.



FOTO NICOLE MUÑOZ



FOTO NICOLE MUÑOZ

La organización funciona principalmente gracias a la caridad, mantener a un adulto mayor cuesta casi 600 mil pesos.



FOTO EL DIA

la que los afectó a comienzos de año. Según relata el director la alta afluencia de gente que visitó a los abuelitos en las fiestas de fin de año puede haber sido la causa del brote de la enfermedad.

FUNCIONAMIENTO

Para que un abuelito ingrese a la Fundación debe tener un informe social donde detalle si tiene familiares

o no, si cuenta con su red de apoyo, si tiene casa, etc.

Se necesita también un informe médico que detalle las patologías que tiene, los medicamentos que toma, a qué hora los toma, para continuar con el tratamiento. Es necesaria también la ficha social a nombre de la persona para verificar que realmente se está aceptando a una persona que está dentro de los márgenes de quienes más lo necesita.

Se requiere la última colilla de la pensión, que no sea superior a los 150 mil pesos, puede superar un poco el límite, eso se puede evaluar. Con todos los documentos, el adul-

to mayor entra a la lista de espera a nivel nacional donde existen más de mil personas. En la Región de Coquimbo la lista de espera bordea las 100 personas.

“Los cupos se abren en la medida que fallezca una persona porque en el fondo aquí recibimos un adulto mayor y lo cuidamos hasta el último día de vida”, relata el director de la fundación.

Desde que un abuelito ingresa a la Fundación Las Rosas pasa a ser un residente, no un paciente, esto porque deja de ser pobre, tiene techo, calefacción, comida, buena atención, un ambiente limpio y digno para vivir.

La organización funciona principalmente por la caridad y atiende a un total de 2.200 residentes en 30 hogares ubicados entre la Región de Coquimbo y Los Ríos. Para mantener a un adulto mayor se necesita cerca de 600 mil pesos por adulto, quien al momento de ingresar debe dejar su pensión en manos de la organización, la mayoría está cerca de los 90 mil pesos y un máximo de 150 mil pesos.

El Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA) tiene un proyecto que subvenciona por dos años a una cierta cantidad de residentes por un monto

cercano a los 50 mil pesos por residente, el resto se financia a través de los socios, amigos, colectas de la fundación y la venta de tarjetas.

En hogar La Visitación de María (N°14), ubicado en avenida Cuatro Esquinas 523, El Milagro, La Serena residen abuelitos de Canela, La Serena, La Higuera y el interior de Ovalle, muchas de las personas son de zonas rurales.

EL DÍA A DÍA

Los residentes comienzan su jornada diaria es eso de las 6:30 de la mañana, toman su desayuno todos juntos en el comedor, la

organización trata que no permanezcan todo el día en cama para no deteriorar su estado anímico y motivarlos a estar con los demás residentes.

De lunes a viernes cuentan con kinesiólogo durante la mañana donde se les hacen actividades grupales o individuales dependiendo la situación de cada uno. A media mañana tienen una colación, después el almuerzo, a media tarde otra colación, la once a las 17 horas, y al final del día, cuando ya los están acostando, disfrutan de su cena.

Dentro de los profesionales están los terapeutas ocupacionales que se en-

muebles@laalpina.cl
www.muebleslaalpina.cl

FABRICA DE MUEBLES
LA ALPINA MR
DESDE 1952

LA SERENA/CASA MATRIZ: Amunategui 396 Fonos(51) 2 211165 - (51)2 210106 - Fax: (51) 2 219591- Casilla 78- **PLANTA:** Panamericana Norte s/n Fundo Juan Soldado - Fono (51) 2 274500 - La Serena **COQUIMBO / FÁBRICA:** Ruta43 s/n - Estancia Lo Martínez Pan de Azúcar - Fono, Fax: (51) 9-5483861

Fundación Las Rosas Una institución al servicio de los adultos mayores

Origen

Fundación Las Rosas se gesta en 1967 cuando Monseñor Santiago Tapia Carvajal, entonces director diocesano de Cáritas Santiago, presenta al Arzobispado el proyecto de una institución que se encargue de la administración de los hogares de ancianos. Hasta ese entonces, estaban en manos de diferentes parroquias y presentaban serios problemas de mantención y financiamiento. El 30 de diciembre de ese año la idea se materializa y nace jurídicamente "Fundación de Ayuda Fraternal", hoy "Fundación Las Rosas de Ayuda Fraternal".

Hogares

30 hogares administra Fundación Las Rosas a lo largo de Chile

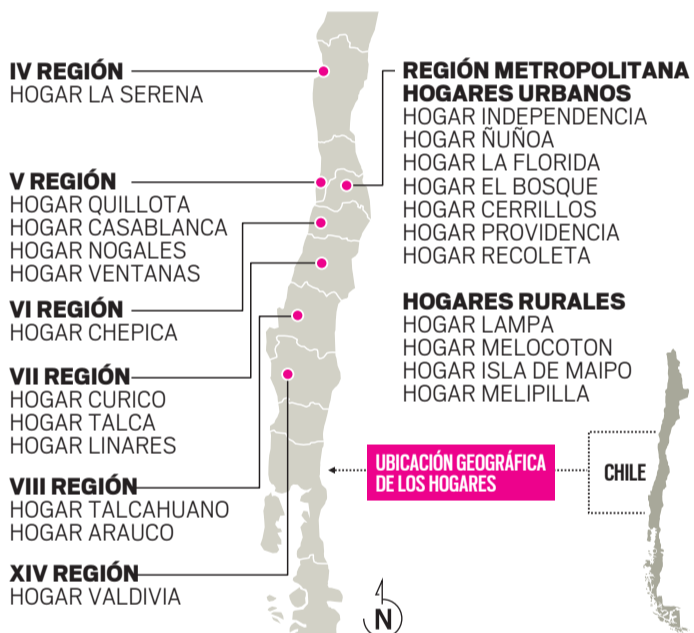
2009

es el año en que Fundación Las Rosas llega a la Región de Coquimbo con el hogar "La Visitación de María", ubicado en la ciudad de La Serena.

En todos los hogares se entrega **ALIMENTACIÓN, SALUD PALIATIVA Y PRESENCIA DE PERSONAL** adecuado las 24 horas

Se prestan talleres de **TERAPIA OCUPACIONAL** a los residentes para mantenerlos activos

Se integra la pequeña **RED SOCIAL Y FAMILIAR** de los residentes



Prestaciones

19.000 prestaciones de salud mensuales

7.500 pañales diarios utilizados

8.600 raciones diarias de alimentación



1.660 auxiliares dedicadas al cuidado directo de los residentes de los diferentes hogares

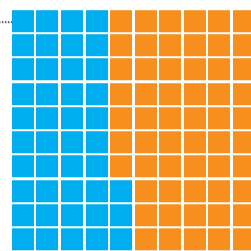
Perfil de los residentes

81 AÑOS

es la **EDAD PROMEDIO** de los residentes en los hogares



43%
SON HOMBRES



57%
SON MUJERES

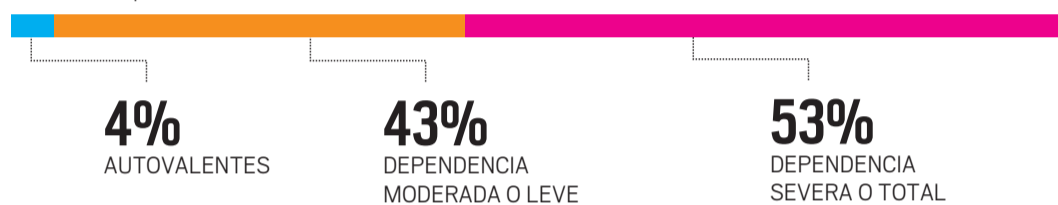


2.200

RESIDENTES se encuentran en los hogares de la Fundación Las Rosas a lo largo de Chile. Los hogares se encuentran ubicados entre las regiones de Coquimbo y Los Ríos.

Niveles de dependencia

El nivel de dependencia se incrementó de un **64% EL AÑO 2011** a un **96% EL AÑO 2015**.



¿Cómo se mide la dependencia?

ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

Vestirse, comer, ir al baño, mantener su continencia, levantarse y acostarse de la cama, bañarse independiente.

AUTOVALENTES

Persona mayor independiente en sus actividades básicas de la vida diaria.

DEPENDENCIA MODERADA A LEVE

Personas mayores que requieren asistencia siempre o la mayoría de las veces para realizar 2 a 5 actividades básicas de la vida diaria.

DEPENDENCIA SEVERA O TOTAL

Personas mayores que requieren siempre asistencia para realizar todas sus actividades de la vida diaria básicas. Esta clasificación, incluye aquellas personas que cursan una demencia establecida en cualquiera de sus etapas.

Principales enfermedades de los residentes



- DIABETES
- HIPERTENSIÓN
- DEMENCIAS
- ALZHEIMER
- TRASTORNO VISUAL Y AUDITIVO
- ACCIDENTE VASCULAR
- ACCIDENTE VASCULAR ENCEFÁLICO

PRINCIPALES FACTORES DE PREVALENCIA PARA PROBLEMAS DE SALUD EN MAYORES DE 65 AÑOS EN CHILE

cargan de los residentes los días martes, miércoles y jueves, un kinesiólogo que les hace terapia a los 97 abuelitos del hogar de La Serena. Además, realizan diversas actividades como talleres de telares, mosaicos, que después venden en ferias navideñas o en la verbena de La Serena, así es como la fundación consigue dinero para mantener los talleres.

En los días especiales como Navidad, Año Nuevo y cumpleaños la fundación se encarga de desarrollar diversas actividades, en el

caso de los cumpleaños se realiza una programación y se celebran a los festejados del mes en una fiesta especial.

Cuando los residentes tienen familiares, estos vienen a visitarlos les traen torta y regalos, además aprovechan de compartir con los demás adultos mayores.

SITUACIÓN ACTUAL

Hasta esta semana sólo uno de los 37 que resultaron afectados por la influenza AH3, se mantenía con resfrío, todos los demás

residentes están de alta y sin riesgo de resfrío.

En cuanto a las visitas se permitía sólo el ingreso de una persona por residente entre las 15:00 a 16:00 horas.

¿CÓMO AYUDAR?

En el caso de querer visitar y ayudar a la fundación es necesario coordinar la visita para no toparse con otra actividad, esto porque diversas instituciones como colegios, empresas, universidades, entre otras van al lugar para acompañar a los senescentes.

"La idea siempre es que

nuestros residentes no estén aislados de la sociedad, si bien muchos de ellos tienen patologías cognitivas como la demencia o el alzhéimer tratamos que sigan estando inmersos en la sociedad porque no es justo que por padecer una enfermedad queden aislados y encerrados", indicó el director.

La fundación no se trata de que los abuelitos queden aislados y encerrados para nunca más salir, al contrario la idea es que el adulto mayor se sienta parte de la sociedad que hoy parece tenerlos muy olvidados.

"Aquí cuidamos con amor, con respeto, con dignidad al adulto mayor, desde que ingresa hasta el último día de su vida acompañándolo en el camino del encuentro con Dios, eso es de manera digna", dice Leonardo González.

Lo que más recalca el director es que la gente no los olvide, luego que son parte de la sociedad que avanza muy rápido, con mucha tecnología, ciudades poco amigables, calles no aptas para que el adulto mayor se desplace cómodamente. "Mi llamado es para que la

gente se acerque a ser parte de la Fundación Las Rosas, nuestra tarea es querer al adulto mayor como si fuéramos nosotros mismos, porque en el fondo en unos años más seremos nosotros mismos", recalzó.

Para ser parte de la fundación, ser amigo, voluntario o donar dinero se debe ingresar a la página web de www.fundacionlasrosas.cl y llenar el formulario, también existe la posibilidad de visitar el hogar y hacer entrega de implementos necesarios para el adulto mayor. 5701RI

A UN MES DEL ÚLTIMO CONCIERTO

Historias de un coro

La Iglesia Catedral de La Serena estuvo repleta de público en el último concierto coral de este conjunto, el pasado jueves 22 de diciembre de 2016.



FOTO NICOLE MUÑOZ

Armando Tapia C.
La Serena

Ellos formaron parte de la ahora exagrupación de Cámara de la Universidad de La Serena, pero aunque ya no se reúnen a ensayar crearon un gran lazo de amistad y también seguirán siempre unidos por la música.

la directora Darsy Astorga explicaba que “nos gustaría poder seguir funcionando, pero no podemos porque el Departamento de Música (de la ULS) decidió darles otros lineamientos al trabajo coral, en el cual este proyecto no cabía”.

A un mes de ese adiós, mientras aún buscan alternativas para la continuidad de este conjunto, afloran los recuerdos entre quienes fueron parte del ahora exCoro

de Cámara de la Universidad de La Serena. “Hay veces en la vida que uno no es capaz de dimensionar los regalos que nos ofrece el Universo día a día. Al llegar a La Serena pasaba por un momento tremendamente oscuro, sintiéndome perdida, sin horizonte, en un agotamiento espiritual que no me permitía avanzar. Al llegar a este coro, sentir el abrazo de su canto y la acogida de su directora,

fue como llegar a un oasis cuando la esperanza ya casi había cesado”, contó María Cristina Gatica, contralto I.

“Y bueno, la música se encarga de sanar de por sí, porque cuando cantas desde el corazón y en entrega, todos nos volvemos uno... Se olvidan los problemas, las diferencias, los obstáculos, se olvida todo. El seguir las señales de la directora, que nos conecta a todos como una gran artista pintando con nuestras voces, dibujando en la oscuridad a la luz de las velas, emitiendo todos una vibración donde, al terminar el ensayo, vuelves a casa tranquilo de saber que cumpliste bien tu día, que cumpliste con entregar a este mundo un granito de esperanza, de unión, de

amor. Porque cuando se canta con el corazón te vuelves indestructible, porque es la luz la que te protege y te acompaña”.

Por su parte, Nicole Mejías (contralto II), expresó que “personalmente, ingresar al coro fue la mejor decisión que tomé en el 2016. Yo soy estudiante de Ingeniería en Alimentos y al momento de ingresar tenía poco estudio musical, pero tuve una excelente acogida de parte de la directora y de mis compañeros. Poco a poco fuimos conociéndonos más y al día de hoy los considero a todos como buenos amigos. Me ha ayudado a crecer emocionalmente, a tener compañerismo, a trabajar duro y a perder el miedo. Estoy muy agrade-

cida de haber tenido esta oportunidad”.

EL MOMENTO JUSTO

Sebastián Zúñiga, tenor II, confesó que “el coro llegó a mi vida en un momento en que necesitaba de algo, en el momento no sabía qué, pero cuando escuche y viví el primer ensayo de coro me sentía pleno. No tienen idea de las sensaciones que se producen en el canto coral, existe una conexión entre nosotros más allá de nuestro cuerpo. El canto coral requiere de mucha práctica, esfuerzo, dedicación, pero sobre todo pasión; cuando todo se fusiona nace lo coral como algo que eleva tu alma y alegra el corazón”.

“El coro es plenamente vida, es alegría, es amor, es

El jueves 22 de diciembre, en la Iglesia Catedral, fue el último concierto del Coro de Cámara de la Universidad de La Serena. Una jornada cargada de emociones para los más de 30 integrantes de la agrupación, quienes sabían que ésta era una despedida tras 3 años juntos. Días antes,

Con un repertorio navideño, los integrantes del ahora exCoro de Cámara de la Universidad de La Serena deleitaron a todos los presentes.



FOTO NICOLE MUÑOZ

rabia, pero también es tristeza. La directora es nuestra mentora y nos transfiere con su potencia y pasión todo lo hermoso que puede ser la vida, porque también en la tristeza existe hermosura y la música coral es realmente de otro mundo, hay que vivirlo, explorarlo y sentirlo piel a piel. Me atrevo decir que es como un ritual de sanación, en donde todos tus sentimientos afloran y nuestras voces son como un tsunami que arrasa y nuestra directora entra en un trance infinito que le da potencia en su dirección, es sencillamente la artista que pinta con nuestras voces”, recalcó.

Verónica García, soprano I, dijo por su parte que “al pensar en el término de esta fase para nuestro coro, lo primero que siento es gratitud. Aprendí tanto en todo sentido y conocí gente verdaderamente importante en mi vida, que sin la existencia del coro quizás no hubiese conocido. El coro me convirtió en una mejor persona, y me entregó muchas herramientas para hacer música de manera más honesta y siempre con amor. El ensayo de coro después de clases se sentía siempre como llegar a casa. Hacernos uno con las voces de los demás, vibrar en la misma frecuencia nos sanaba, nos llevaba a un mejor lugar”.

“Después de ensayo éramos todos felices. Después de ensayo nuestros cuerpos, alma y corazón agradecían poder cantar con un grupo como el que somos, el canto nos sanaba y por eso siempre tratamos de hacerlo de la mejor manera posible. Gracias a todas las personas con las que me encontré en estos 3 años, en los ensayos después de clase, en las giras, en los conciertos. Gracias infinitas a nuestra directora, sin ella ésta linda historia jamás se hubiese escrito. Gracias, Coro de Cámara, por darme tanto”, remarcó Verónica.

“Después de ensayo éramos todos felices. Después de ensayo nuestros cuerpos, alma y corazón agradecían poder cantar con un grupo como el que somos, el canto nos sanaba y por eso siempre tratamos de hacerlo de la mejor manera posible. Gracias a todas las personas con las que me encontré en estos 3 años, en los ensayos después de clase, en las giras, en los conciertos. Gracias infinitas a nuestra directora, sin ella ésta linda historia jamás se hubiese escrito. Gracias, Coro de Cámara, por darme tanto”, remarcó Verónica.

SIN RIVALIDADES

Brenda Rivera, soprano I, comentó que “eso es lo bueno de compartir la música, que nos llena el corazón y nos sentimos plenos y felices, sin que haya rivalidades, sólo el

Darsy Astorga estuvo a cargo de la agrupación coral y, según sus exintegrantes, la labor de la directora dejó una profunda huella en ellos.



FOTO NICOLE MUÑOZ

A pesar de que ya hicieron su último concierto, varios de los miembros del coro se han seguido juntado y hay fuertes lazos entre ellos.



FOTO CEDIDA

deseo de querer cantar todos juntos. Todas las semanas esperaba los días martes y miércoles para ir a ensayar, y vez que llegaba de ensayar a mis padres y hermanos ya los tenía aburridos porque llegaba cantando. En fin, voy a extrañar mucho a cada uno de los integrantes del coro, fueron demasiado importante para mí, aprendí a querer a cada uno y forme lazos que espero estén siempre. Simplemente me enamoré del coro desde el día uno.

Darsy Astorga, soprano y directora coral, contó que

“el Coro de Cámara de la ULS fue mi proyecto artístico, de vida, más importante. En el deposité todo mi amor, perfeccionamientos, muchísimo estudio, perseverancia... y por sobre todo, mi pasión. Me dediqué por completo a levantarlo cuando no tenía siquiera un integrante el 2014. Formé desde cero a muchos cantantes, montamos música coral de alto nivel con gente venía de todos lados”.

Sobre la situación actual, sostuvo que “muchísima gente se ha acercado, nos ha escrito, nos alienta. Hasta la ciudadanía



FOTO NICOLE MUÑOZ

Ya sea en persona o a través de las redes sociales, el ex-Coro ha recibido bastante apoyo de gente que espera que se concrete su continuidad.

nos ha sorprendido manifestando públicamente en las redes sociales y prensa el apoyo a la calidad de nuestro trabajo y el compromiso hacia el arte coral. Ven nuestros videos en la web, nos comentan y todos esperan que se encuentre una solución”.

En ese sentido, el barítono Franco Fernández es claro en su pensamiento: “El coro se presentó con sus energías y personas como la oportunidad de saldar una deuda histórica con el arte y la comunidad, donde intentó abrirse paso en la búsqueda de crecimiento y rescate de lo que fue el legado de Jorge Peña Hen. Hoy el espíritu de las voces que se apagan nos evoca en un trágico recordatorio de aquella época donde los sueños al alcance de florecer fueron quebrados”. 01011R

LA FRASE

“El coro me convirtió en una mejor persona, y me entregó muchas herramientas para hacer música de manera más honesta y siempre con amor”.

VERÓNICA GARCÍA
Soprano

CANTANDO EN LA CALLE

... Sebastián Zúñiga indicó que tras el concierto final en la Catedral “hemos vuelto a reunirnos en juntas informales, sociales, encuentros de amistad para saludarnos, ver cómo estamos después de todo lo que ha pasado. Hemos salido a cantar a las calles para poder juntar dinero y poder tener un paseo de grupo... Pero el motivo que siempre nos une sigue siendo la música”. En tanto, Nicole Mejías dijo que cantan en la calle “para juntar dinero para futuros proyectos... De todas formas siempre estamos en contacto. Hay un inmenso cariño entre nosotros”.

Darsy Astorga indicó que “después del concierto de Navidad, con la Catedral llena de público apoyándonos, continuamos cantando. Uno de los momentos más significativos fue cuando recibimos la invitación del concejal Pablo Yáñez y la agrupación Los Patiperros, para cantar con motivo de la Navidad en una cena organizada para personas en situación de calle”. Nicole Mejías complementó que “hay mucha gente que nos manda buenas energías. Nuestro sitio en Facebook Ex Coro de Cámara de la Universidad de La Serena incrementó muchísimo sus visitas y hasta hemos recibido apoyo del extranjero”.

ALMUERZOS EJECUTIVOS

De lunes a viernes disfrute nuestro menú ejecutivo que incluye entrada, plato de fondo, postre, copa de vino o bebida.

MENÚ \$7.500

LIMARI HOTEL

Reservas @hotellimari.cl
www.hotellimari.cl
Fono 532661400 - ovalle

Servicio de arriendo de salones, convenciones, seminarios y eventos.

POR EXCESO DE CAFEÍNA Y TAURINA

Alertan sobre peligros de consumir bebidas energéticas

Abusar del consumo de este tipo de bebidas podría ser fatal.



FOTO EL DÍA

Las potentes campañas publicitarias han posicionado al producto como la gran alternativa para revitalizar el cuerpo luego de extensas jornadas de trabajo o estudio. Además, se ha transformado en el ingrediente favorito a la hora de preparar tragos frescos en época veraniega

Lucía Díaz G.
La Serena

A

casi cuatro años de la muerte de un menor de 17 años, quien falleció al interior de la discoteque Equinox en Guanaqueros – como consecuencia de un edema pulmonar, que en su momento se

asoció al consumo de alcohol con bebidas energéticas – especialistas alertan sobre los efectos colaterales de ingerir de manera irresponsable este tipo de productos, especialmente durante la temporada estival, que es cuando se identifica un aumento de su consumo por parte de los adolescentes.

En conversación con El Día, la nutricionista Aranzazu Jugo se refirió al real efecto que tienen las bebidas energéticas en el organismo, explicando que “sus ingredientes y dosis están muy poco reguladas y varían de acuerdo a la bebida específica, pero en general los

efectos relacionados al exceso de cafeína y taurina (efecto estimulante) pueden ser aumento del estado de alerta, y por lo tanto insomnio, reducción de fatiga, agitación psicomotora, y aumento del gasto energético en reposo, entre otros”.

“Me gusta porque te da energía, te da la sensación de andar más despierto, especialmente en época de exámenes en la universidad. Además, cuando vas a una fiesta y tomas un trago con energética no te da sueño”, cuenta Natalia Jara, joven de 24 años que reconoce un consumo regular de este tipo de bebidas que llegaron a

Chile el año 2001 y desde ese momento, se han convertido en un boom entre los adolescentes.

Sin embargo, según señala la especialista, el abuso de este popular producto se vuelve un escenario preocupante cuando “en algunos casos se ha descrito un aumento de la presión arterial y frecuencia cardiaca, alza del azúcar en la sangre, generación de náuseas, molestias gastrointestinales, dolores de cabeza, arritmias e incluso convulsiones”, consecuencias que en la mayoría de los casos son desconocidas por sus consumidores, quienes no están conscientes de las

posibles repercusiones de ingerir ciertos componentes químicos.

Asimismo, pese a que sostiene que la información científica sobre sus efectos a largo plazo no es concluyente, cuenta que “un promedio de consumo mayor a 350 ml diarios a mediano y largo plazo, se ha relacionado con conductas impulsivas”, las que se traducen en la constante búsqueda de nuevas sensaciones y experiencias, perdiendo la noción de riesgo y mesura.

Las potentes campañas publicitarias han posicionado al producto como la gran alternativa para revitalizar

el cuerpo luego de extensas jornadas de trabajo o estudio. Además, se ha transformado en el ingrediente favorito a la hora de preparar tragos frescos en época veraniega, pero ¿cuál es el peligro de combinar alcohol con bebidas energéticas? Al respecto, la doctora Aranzazu Jugo explica que “el alcohol disminuye la metabolización de los componentes de las bebidas energéticas, por lo tanto aumenta el tiempo y la magnitud de su efecto en el organismo”.

En este sentido, es enfática en señalar que “no deben ser combinados”, agregando que “estudios han descrito que



Durante la temporada estival aumenta el consumo de bebidas energéticas por parte de los adolescentes.

FOTO NICOLE MUÑOZ

esta mezcla puede aumentar las conductas impulsivas y de riesgo en quienes la consumen, entonces considerando sus potenciales riesgos y efectos adversos, lo ideal es reducir al máximo o eliminar su consumo. Las personas que usan vías alternativas de relajación, llevan una dieta equilibrada, cuidan el sueño y el consumo de productos procesados, no necesitan consumirla”.

BUSCAN INTENSIDAD

Sobre la percepción social del consumo de estas bebidas, Isabel Puga, psicóloga y académica de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Central, indica que “el consumo de éstas se da principalmente en los jóvenes, quienes buscan sentirse más activos y con mayor capacidad para mantenerse despiertos. Lo que buscan en realidad es sentir más intensamente, por eso las consumen en situaciones sociales: encuentro con amigos, fiestas, y

MAYOR RIESGO

••• Un informe desarrollado por el Comité Científico Asesor de Seguridad Alimentaria de la Agencia de Salud Pública de Barcelona, detalla que aquellos grupos que no deben consumir bebidas energéticas son las mujeres que están embarazadas o amamantando, niños, personas con trastornos cardiovasculares o neurológicos. Además, destaca que no se debe consumir para reponer líquidos porque la cafeína tiene efectos diuréticos que aumentan el riesgo de deshidratación.

muchas veces mezcladas con alcohol”.

El producto se instaló en el mercado bajo el concepto de mayor energía, lo que se condice con las representaciones actuales de ser joven, “las que están asociadas a aprovechar al máximo las oportunidades, lo que provoca que sea más fácil llegar a los excesos porque se relativizan los riesgos. También está la percepción de que a mí no me va a pasar nada, lo que demuestra una

mirada egocéntrica. Más allá de los efectos nocivos derivados básicamente de la cafeína, el problema es que beber recurrentemente va a generar adicción”.

En relación a por qué las personas comienzan a consumir estas bebidas, la profesional asegura que “así como otras adicciones, este comportamiento está normalmente asociado a otros problemas emocionales y psicológicos de las personas tales como: tendencia a la

ZONA DE DEBATES



ARANZAZU JUGO

Nutricionista

“Producto del consumo regular de bebidas energéticas, en algunos casos, se ha identificado un aumento de la presión arterial y frecuencia cardiaca”.



NATALIA JARA

Consumidora

“Me gusta porque te da energía, te da la sensación de andar más despierto, especialmente en época de exámenes en la universidad”.



ISABEL PUGA

Psicóloga

“Más allá de los efectos nocivos derivados básicamente de la cafeína, el problema es que beber recurrentemente va a generar adicción”.

depresión, inseguridades, fobias sociales, por tanto muchas veces encubre problemáticas que son de base en las personas y que requieren tratamiento. En este sentido, lo más importante es prevenir en la familia: con la comunicación; con las habilidades para la vida;

en cómo se resuelven las situaciones”.

¿Qué sucede cuándo la adicción se sale de control? “En ese caso, hay un segundo nivel de prevención que implica intervenciones psicológicas y psicoterapia, a las que normalmente una persona llega porque la

misma familia o personas cercanas se dan cuenta de que estas con dificultades. Y, debido a que este consumo excesivo provoca problemas de salud, en un tercer nivel, son los centros de salud los que derivan a las personas a las áreas de adicción”, concluye. 6001Ri

LA SERENA
Cup
2017

CAMPEONATO INTERNACIONAL DE FÚTBOL
XXVII
INFANTO-JUVENIL
LA SERENA CUP 2017
DESDE EL 28 DE ENERO AL 4 DE FEBRERO

PAISES PARTICIPANTES: ARGENTINA, PERÚ, BOLIVIA Y CHILE. **CANCHAS:** COMPLEJO LOS LLANOS / TORONTO EAGLES / COMPLEJO JUAN SOLDADO

TURISMO

Triángulo del Sol de México: Magia, cine y agua esmeralda



Un clavadista en pleno vuelo se lanza desde un risco de Acapulco.

FOTO EFE

Cuando hablamos de México nos viene en ocasiones a la memoria imágenes de Cancún, Playa del Carmen o Riviera Maya y, otras, evocadores y variados paisajes, colinas, grutas milenarias o históricas minas. Todo podemos encontrarlo en tres municipios: Taxco, Acapulco e Ixtapa-Zihuatanejo, situados en la costa del Pacífico, que componen el denominado Triángulo del Sol.

Diego Caballo
Efe

U

bicado en el estado mexicano de Guerrero, el conocido como Triángulo del Sol es una zona turística compuesta por las ciudades de Acapulco, en el sur; el binomio de Ixtapa-Zihuatanejo, en el norte; y la mágica Taxco, en el centro.

PUEBLO MÁGICO

Taxco de Alarcón está reconocido como Pueblo Mágico por la Secretaría de Turismo de México (SECTUR), por su aspecto colonial, sus calles empedradas o adoquinadas, de incesante trasiego, por sus casonas de origen de la conquista española, su actividad minera y por sus tiendas de plata y artesanía que salpican muchos de sus rincones.

Taxco significa "juego de pelota", es la ciudad de la plata, con minas existentes desde antes del virreinato español. Añade a su nombre Alarcón en memoria del dramaturgo Juan Ruiz de Alarcón, originario de una familia novohispana y en cuyo honor se celebran anualmente las Jornadas

Alarconianas como acontecimiento relevante.

Sus zonas de interés son numerosas, pero podemos empezar visitando el templo de Santa Prisca y San Sebastián, que no es catedral sino parroquia con más de 250 años de antigüedad, que es uno de los iconos de la ciudad.

Otros lugares de interés son los museos Virreinal y el Guillermo Spratling. El primero con su exposición permanente de arte, fundamentalmente de tipo religioso; en el Guillermo Spratling se exhiben piezas prehispánicas y platería de todos los tiempos.

También se encuentra en sus calles la otrora conocida como "Casa de las Lágrimas", llamada Casa Figueroa, cons-

truida a mediados del siglo XVIII, propiedad del Conde de la Cadena, quien llegó a Taxco como Magistrado y que fue Prefecto Político e íntimo amigo de José de la Borda.

Durante la Guerra de la Independencia, José María Morelos (1765-1815) la ocupó como su cuartel general, a finales del XIX pasó a ser propiedad de otra familia española. Más tarde fue adquirida por Fidel Figueroa, quien la transformó pero conservando su sabor de construcción de tipo español.

Otro de los atractivos de la localidad son los vestigios de su mina con 35 metros de profundidad y más de 500 años de antigüedad. En ella gracias al personal que la atiende transporta al viajero

a la forma de trabajo minero prehispánico de la cultura Chontal, que la explotó entre 1400 y 1521 para extraer fundamentalmente plata.

Para finalizar la visita a Taxco también son especialmente recomendables de visitar la hacienda del Chorrillo y las grutas de Cacahuamilpa. La primera construida por orden de Hernán Cortés entre los años 1525 y 1534, que es en la actualidad campus estudiantil de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

Las grutas, ubicadas dentro del Parque Nacional del mismo nombre, son formaciones de miles de años que dan cabida como escenario a los conciertos de la filarmónica de Acapulco. Decretada como

Parque Nacional en 1936, podemos disfrutar de una amplia y variada flora y fauna, con más de 500 especies de vegetales o reptiles, aves, anfibios y casi doscientas especies de vertebrados.

ACAPULCO: MEDIA LUNA TENDIDA SOBRE LA TIERRA

Hernán Cortés envió diferentes expediciones al Mar del Sur con el fin de localizar vetas de oro, y en uno de estos viajes, el 13 de diciembre de 1521, descubrieron un puerto bellissimo, protegido de forma natural, al que le dieron al principio el nombre de Santa Lucía.

A partir de 1550 comienzan a instalarse en este puerto, Acapulco, familias españolas, procedentes de la ciudad de México y en 1850 pasó a formar parte del Estado de Guerrero.

En el mejor lugar de la bahía y donde se tiene la mejor vista, se construyó el Fuerte de San Diego, el edificio militar y espacio histórico más importante de Acapulco, que se terminó de construir en 1616 y que nadie pudo conquistar hasta que, en 1776, un terremoto arrasó la ciudad.

En él podemos contemplar piezas prehispánicas y del Extremo Oriente, como las que traía la Nao de China o Galeón de Manila, que venía de Oriente con las mercancías más preciadas, como porcelanas, marfil y sobre todo especias.

Entre las más importantes piezas, un Cristo de marfil, un buda sonriente de porcelana pintada que saca la lengua y un navío comercial a escala del siglo XVIII.

Desde fines de los años 50 y hasta los 70 del siglo pasado fue el lugar que se convertía en una sala gigante y única de cine del glamur y de las grandes estrellas con un festival que proyectaba en él sus películas.

El Fuerte de San Diego fue construido en mitad de la bahía para que se pudiera ver la entrada de los barcos, pero soportaba un calor agobiante. A José Barreiro, gobernador del Fuerte, se le ocurrió en 1799 abrir la montaña mediante explosiones controladas de dinamita para que pasara la brisa del mar. Quedó desde

entonces una tajada vertical que se llamó el Abra de San Nicolás, hoy conocida como La Quebrada.

Como una colección de vistas bellas y peligrosas que se van elevando, es un símbolo insustituible de Acapulco. Su mar, con sus puestas de sol y su escenografía, es la escuela más importante de clavadistas del mundo.

Cuando se empezó a profesionalizar y a popularizar el vuelo de los clavadistas se inauguró el restaurante La Perla y el Hotel Mirador, la mejor vista posible para ver a los clavadistas y disfrutar del espectáculo.

Errol Flynn, el famoso actor estadounidense, compró el hotel Los Flamings, para convertirlo en un club privado junto con otros actores que llamaron "la pandilla de Hollywood", como John Wayne, Gary Cooper y Johnny Weissmüller.

Este último, Tarzán, rodó su última película de la saga, Tarzán y Las sirenas (1948) por los alrededores. Desde entonces quedó cautivado por el lugar. Al morir, a los 79 años de edad, le dejó en herencia el hotel al actual gerente, Víctor Santiago.

Otro lugar de referencia es el Hotel Las Brisas, con más de 50 años de existencia y un conjunto de 263 cabañas asentadas en una imponente colina, era el hotel donde se hospedaban las grandes estrellas y ahora una de las residencias más exclusivas y emblemáticas de Acapulco.

Acapulco es el encanto de su zócalo en la plaza central, donde se eleva la catedral de Nuestra Señora de la Soledad, erguida en 1930, o el lugar romántico donde, a la luz de la luna, se disfruta de un espléndido ceviche, que los acapulqueños, viendo cómo los orientales comían el pescado crudo, adoptaron esta costumbre añadiendo a la

receta limón, jitomate y chile verde, que es su mezcla, que es como el propio Acapulco, una mezcla de sabores, aromas y luz que ilumina los sueños más románticos.

IXTAPA-ZIHUATANEJO, DONDE SE PARA EL TIEMPO

Ixtapa-Zihuatanejo es un complejo turístico moderno planificado por el Fondo Nacional de Fomento al Turismo, con un fondo especial otorgado por el Banco de México, que pretendía la creación de nuevos destinos en las costas mexicanas.

A 250 kilómetros de Acapulco, es un destino ideal para disfrutar de sus blancas playas y limpias aguas (Ixtapa significa lugar blanco), con la tranquilidad de una población de poco más de nueve mil habitantes, que en su día manifestó su deseo de que las nuevas construcciones no destruyeran su armonía con la naturaleza.

Con un aeropuerto internacional, a solo diez minutos de la ciudad, dispone de puerto deportivo, con capacidad para más de 600 yates, campo de golf, villas privadas, restaurantes, etc., que lo han convertido en un moderno destino de categoría mundial.

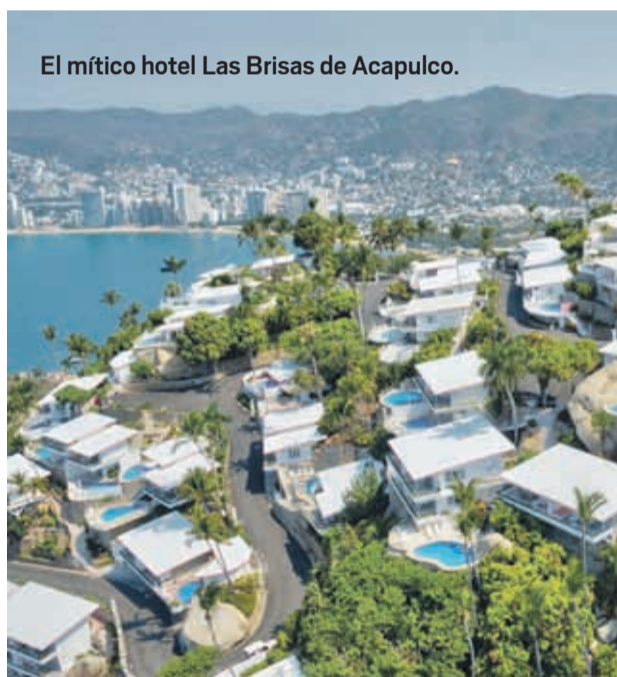
Sus Playa Linda y Playa Quieta parecen conducirnos al descanso y al disfrute de la zona, que no ha perdido su estilo colonial costeño y que sigue conservando una gran diversidad de vida salvaje en sus alrededores.

Saliendo del llamado Puerto Mío, se le brinda al turista la posibilidad de hacer un recorrido en catamarán y disfrutar de un baño en sus tranquilas aguas con hermosos fondos marinos o degustar a bordo de un trago de mezcal, su bebida más popular, o de contemplar algunas residencias turísticas, en la colina, muy cerca de la playa, como La casa que ve el mar o La casa que canta, para



Impresionante vista de la ciudad de Taxco de Alarcón.

FOTO EFE



El mítico hotel Las Brisas de Acapulco.

FOTO EFE



Barquita en bahía de la zona de Ixtapa-Zihuatanejo.

FOTO EFE

después hacer un recorrido a pie por el pueblo pesquero o entrar en su Museo Arqueológico de la Costa Grande, con sus importantes piezas de todos los tiempos.

También se pueden recorrer sus lagunas en barca pequeña para después anclar en medio de las poco profundas aguas y disfrutar de la bellísima natu-

raleza que las rodea fuera del estrés y de las prisas o participar en una suelta de tortugas, que instintivamente buscan inmediatamente el mar.

Los antiguos marineros pensaban que en la Costa del Pacífico se acababa el mundo, que después venía el mar y la nada, pero los españoles atravesaron el Pacífico, dieron la

vuelta al mundo y descubrieron sitios tan bellos como este.

Este es el último destino recorrido por una treintena de periodistas y escritores de la Federación Española de Periodistas y Escritores de Turismo (FEPET), para celebrar su Congreso Internacional.

Dice el profesor e investigador mexicano Carlos Marichal,

que "México es una nación en permanente conflicto, traumático y fascinante". Así es, pero sobre todo fascinante. Y si después de conocer estas tres zonas, que conforman el "Triángulo del Sol", tuviéramos que elegir una sola cosa de entre todas las conocidas, sin duda nos quedaríamos con su luz.

<p>PRESENTA ESTE CUPÓN EN BOLETERÍA Y PAGA SÓLO:</p> <p>\$3.100 \$4.000</p> <p>EN SALA TRADICIONAL EN X6/3D</p> <p>CINEMARK</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Válido desde 1 al 31 de enero de 2017. - 1 cupón válido para la compra de 1 entrada. - No acumulable con otras promociones. - Sujeto a restricción de películas. - No válido para eventos especiales ni preestrenos. <p>elDía - Cada precio es válido en su categoría exclusivamente.</p> <p>DE LUNES A DOMINGO</p>	<p>PRESENTA ESTE CUPÓN EN BOLETERÍA Y PAGA SÓLO:</p> <p>\$3.100 \$4.000</p> <p>EN SALA TRADICIONAL EN X6/3D</p> <p>CINEMARK</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Válido desde 1 al 31 de enero de 2017. - 1 cupón válido para la compra de 1 entrada. - No acumulable con otras promociones. - Sujeto a restricción de películas. - No válido para eventos especiales ni preestrenos. <p>elDía - Cada precio es válido en su categoría exclusivamente.</p> <p>DE LUNES A DOMINGO</p>
<p>PRESENTA ESTE CUPÓN EN BOLETERÍA Y PAGA SÓLO:</p> <p>\$3.100 \$4.000</p> <p>EN SALA TRADICIONAL EN X6/3D</p> <p>CINEMARK</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Válido desde 1 al 31 de enero de 2017. - 1 cupón válido para la compra de 1 entrada. - No acumulable con otras promociones. - Sujeto a restricción de películas. - No válido para eventos especiales ni preestrenos. <p>elDía - Cada precio es válido en su categoría exclusivamente.</p> <p>DE LUNES A DOMINGO</p>	<p>PRESENTA ESTE CUPÓN EN BOLETERÍA Y PAGA SÓLO:</p> <p>\$3.100 \$4.000</p> <p>EN SALA TRADICIONAL EN X6/3D</p> <p>CINEMARK</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Válido desde 1 al 31 de enero de 2017. - 1 cupón válido para la compra de 1 entrada. - No acumulable con otras promociones. - Sujeto a restricción de películas. - No válido para eventos especiales ni preestrenos. <p>elDía - Cada precio es válido en su categoría exclusivamente.</p> <p>DE LUNES A DOMINGO</p>

Entrevista

Lizana en la actualidad es concejala de La Serena, aficionada a bailar tango y salsa, espera poder ser un aporte a la comuna y que sus ideas sean consideradas.



FOTO ANDREA CANTILLANES

JOCELYN LIZANA, CONCEJALA DE LA SERENA

De testigo de Jehová a concejala

Oscar Rosales C.
La Serena

J

ocelyn Lisete Lizana Muñoz es una mujer dinámica, activa y trabajadora, de aquellas que emprenden una empresa y no descansan hasta conseguir los objetivos.

Nació un 13 de diciembre de 1980 en Santiago, en un parto que duró muchas horas y en el cual su madre casi pierde la vida. Sus primeros cinco años fueron itinerantes por distintas comunas, pero siempre en la Región Metropolitana, ya que su padre era obrero de la Coca

La actual autoridad comunal ha vivido una vorágine en sus años de vida, siempre con muchas actividades como también emprendimientos. Criticada en un

comienzo por haber instalado un motel como modelo de negocios. Trabaja desde los 14 años y nunca ha dejado de ser inquieta. Se hizo conocida en la zona como seremi de Minería, hoy es parte de Evópoli.

Cola y su madre vendedora de tienda.

Finalmente se radican en Quilicura, donde vive hasta los 19 años junto a su familia.

Los primeros años de estudios los realiza en la escuela pública Canadá 1052, cursando hasta octavo básico, de donde recuerda haber sido marcada en su vida por una docente, la tía Ester, de quien dice siempre la cuidó, ya que era muy ñoña. Además, "era muy matea, me gustaba sacar los primeros lugares, competía en las olimpiadas, también practiqué gimnasia rítmica desde mi infancia, con

el estándar de un colegio público porque no estaban las condiciones que necesita un deportista de alto rendimiento. Justamente mi profesora Ester me enseñó gimnasia rítmica y competí desde muy chica, por eso tengo el porte y la forma corporal porque desde muy chica trabajé mi postura y mi cuerpo. Creo que soy larga gracias a eso", indica.

De sus años de enseñanza básica, recuerda que la acompañaron siempre tres amigas, Daniela, Priscila y Paula. "Después fui creciendo y empecé a tener menos amigos,

porque yo era como la vieja del curso, alegre, pero a la vez preocupada de otros temas. Estaba en una frecuencia más de preocuparme mucho de mis estudios y tener temas más profundos a mi alrededor. Recuerdo cuando estaba en primero medio y hasta cuarto medio en el Liceo Carmela Carvajal de Prat, yo era de andar haciendo Pymes en esa época y me inscribía para emprendimientos y mis compañeras estaban en la onda de pololear, yo todavía no pololeaba", dice, aunque reconoce que después fue bastante polola. Recuerda

que su primer beso lo dio a los 15 años. De ahí en adelante señala que tuvo pololos exprés, "porque era como muy práctica, tenía pololos por un mes y si yo sentía que no iba para ningún lado, next, así que tuve como 15 pololos, pero en tiempos muy cortos".

Cuando cursaba educación media tenía muchas amigas, pero recuerda que del curso compuesto por 45 alumnas, 40 quedaron en las mejores universidades de Chile. "Creo que a mí se me recuerda en el colegio más que por las grandes amistades que pude hacer, porque era la niña que llegaba todos los días gritando ¡¡¡hola a todas!!!, las saludaba y era energética, pero no se me recuerda, ni yo recuerdo haber estado carreteando o de haber sido buena para irme a las plazas. Era bien de mi casa, nunca fui fiestera. No fumo, no tomo, bailo apretado sí", indica riendo.

De hecho, es aficionada a la salsa y al tango, baile que practica desde los 19 años.

RITMO PORTEÑO

Lizana cuenta que estaba en la universidad cursando estudios de ingeniería cuando se realizó un taller de tango y al meterse en el mundo de ese baile se da cuenta que puede utilizar todo lo que sabía de gimnasia rítmica, como el uso de las piernas, la postura. "Justo encontré una pareja (de tango) que era un compañero de universidad, Sergio Caroca. Bailamos y nos dimos cuenta que teníamos feeling. Ahí conecté con el tango y nunca más lo dejé. De hecho, después competía de manera amateur, hacía clases para los principiantes y a mi ex marido lo conocí justamente porque lo saqué a bailar tango en una tanguería. También bailaba salsa, el baile para mí es una pasión. Es como que escuchas la música y se te mueve el corazón, eso me pasa a mí con el tango y con la salsa, es donde me olvidé del mundo y de todo".

EL MATRIMONIO

A los 22 años tuvo su primera pareja oficial de largo plazo, que se transformó en su primer marido, del cual se divorció.

Recuerda que le pidieron matrimonio por correo electrónico, pero el matrimonio duró solo tres años, ya que las formas de ser de ambos eran demasiado diferentes. "Yo soy



de una forma, mi exes de otra, simplemente se acabó el amor y seguimos caminos distintos, siempre respondiendo a sus dos hijas, que son mellizas", indica.

Un año después de haberse separado encontró una nueva pareja, con la que comparte su vida en la actualidad (Leonardo Alfaro) y con quien tiene un hijo. Se trata de un profesional ligado al tema astronómico, a los emprendedores y presidente de Evópoli Coquimbo, tienda política a la que ella está ligada.

Lizana dice que se parecen en lo que quieren para el país, en su hobby, en su pasión, que es la política. "Estamos muy en sintonía".

LA RELIGIÓN

Otro hecho que fue importante en su niñez, es que su madre fue siempre muy preocupada de los temas espirituales y buscó una religión que la representara y "como yo era analítica desde muy pequeña, de todo lo que vi me gustaron mucho los Testigos de Jehová y a los once años, por mutuo propio, nadie me obligó a nada, decidí ser Testigo de Jehová, lo fui hasta los 20 años y muy intensa, predicaba mucho".

Indica que en esa religión la preparaban intensamente en oratoria, con mucho ejercicio para hablar en público, con argumentos. Que lo que se va a decir tenga un fundamento. Eso marcó su personalidad. Por eso, indica que cuando hizo la campaña en las recientes municipales, le recordó mucho el puerta a puerta de cuando era Testigo de Jehová.



FOTO CEDIDA

Aficionada al tango lo baila desde su época de universidad, donde lo descubrió por un taller que se realizó en la Universidad de Chile, donde estudió ingeniería civil en minas.

En la medida que fue creciendo dejó de sentirse identificada con la religión, puesto que se sentía mucho más liberal y decide alejarse de la iglesia, “pero respeto mucho todas las religiones, porque creo que tienen excelentes intenciones de hacer un mundo mejor y me quedé sin religión, pero creo en Dios. Siento que no pudimos haber llegado a este mundo por magia. Creo que hay algo superior a nosotros y tengo una relación con él bien justa: No le pido solamente cuando necesito trato de no ser de esas personas que se acuerdan de Dios para los malos momentos”, explica.

Por eso subraya que casi no lo convoca, que le agradece cada cierto tiempo las cosas buenas que le pasan.

EL MOTEL FANTASÍA

Al indicarle si le ha acarreado problemas el instalarse con un motel como modelo de negocio, reconoce que sí, pero explica cómo lo pensó, a pesar que su propia pareja no la apoyó con la idea en un principio e incluso en un principio trabajó con un pseudónimo: ‘JLove’. “A veces hay gente que me ha criticado por el negocio que tengo porque creen que es casi faltarle el respeto a las cosas de Dios, pero yo al contrario, decidí hacer este negocio para que las parejas que se aman



Por más de una década se desempeñó profesionalmente en la minería, después derivaría a ser seremi de esa área.

FOTO CEDIDA



FOTO CEDIDA

Desde pequeña fue alegre y con una personalidad extrovertida. En la imagen, con ocho años, aparece en el Parque Forestal en Santiago.

ENFRENTANDO A MINEROS

••• Una anécdota, ocurrió cuando se desempeñaba en Minera Teck. Venía saliendo de una reunión y tuvo que pasar frente al casino, donde había almorzando cerca de 300 mineros. Al cruzar por el lugar se sintió un silbido. “Me devolví, vi que estaban todos sentados y les digo fuerte, el que silbó quién fue, todos mudos. Si fuera al revés ustedes se sentirían muy incómodos, así que el machito que silbó que venga acá y que me demuestre que tiene pantalones”. Aunque dice que no lo tomó con gravedad, la situación le sirvió para que la respetaran. De hecho, nunca más volvió a escuchar un silbido.

tengan un espacio bonito para salir de la rutina y encontrarse. He cumplido mi objetivo, porque el 80% de mis clientes son parejas oficiales y lo sé porque reservan. Además, cumple con lo que yo quería, que era tener un espacio de intimidad con mi marido porque tenemos muchos hijos y la gente me lo agradece en la calle. Cuando la gente entiende el concepto de lo que yo decidí hacer, también entiende que no es distinto a lo que he sido toda mi vida, una persona que busca darle alegría al mundo, con calidad y

tratando de ser buena persona. Yo soy muy jodida y se lo digo a mis empleados, a mis amigos, pero soy buena persona”.

Dice que hoy la respetan con su negocio y enfatiza que el Motel Fantasía es para que las parejas oficiales salgan de la rutina y para mantener vivo el amor.

INTERÉS POR LA POLÍTICA

Sobre cómo surge su interés por la política, Jocelyn Lizana recuerda que estaba en su casa en la crianza de sus mellizas,

sin adultos a su alrededor ni nadie con quien conversar, viendo las noticias se cuestionaba por qué los políticos vivían peleando y se puso a escribir un libro llamado “Si yo Fuera Presidente”, el que quedó a mitad de camino, pero donde narra cómo le gustaría su país, sin políticos peleando, con discusiones de peso y sin farándula. Mientras se da a este trabajo, ocurre el terremoto del 27F y ve que hay gente desaparecida por lo que comienza a ayudar ubicando a personas por internet y las redes sociales, cree que tiene que devolver una mano al país. Quería ir a trabajar al sur, pero su ex marido le dice que no se puede ir a colaborar al sur del país porque las niñas estaban muy pequeñas y le sugiere que si quiere devolver la mano se presente al cargo de seremi de Minería de la región de Coquimbo. Además, había ganado las elecciones Sebastián Piñera y Lizana había votado por él, aunque hoy reconoce que su candidato es Felipe Kast. La respuesta de ella es “tú estás loco, si yo no conozco a nadie en la política, de qué me estás hablando. Pero me señala ‘aquí en el diario (El Día) dice que Sergio Gahona va a elegir a sus seremis por méritocracia’.

La idea le quedó dando vueltas y se decide a hacer su currículum (nunca lo había hecho, porque de todos los trabajos la habían llamado), posteriormente se dirige al ingreso de la intendencia regional y en la recepción deja su currículum y le dice al recepcionista que ella es

SU PASO POR CODELCO

••• Fue la primera mujer jefa de la mina de Chuquicamata, junto a otras tres profesionales, una por turno y recuerda que en esa época ella veía cuando los trabajadores hacían las cosas bien y también cuando las hacían mal y por la radio “yo les decía, chiquillos Codelco es el pan de Chile, por cada hora que nosotros sacamos la vuelta es una calle menos que se hace, por cada hora que no producimos o no provocamos sinergia entre las otras minas, son menos niños que se atienden en un hospital, hasta el día de hoy me llaman porque me recuerdan por eso”. Finalmente trabajó cerca de 13 años en la minería, ya que también pasó por otras compañías, como Minera Teck.

Recuerda que estando en Chuquicamata, los hombres estaban indignados, ya que era una de las primeras mujeres en trabajar allí en cien años. Cuenta que un día quedaba media hora para terminar el turno y entendía que un chofer podía darse una vuelta más y no se la dio, por lo que lo llamó a terreno, pero el trabajador que era un gordo gigante, le dijo: “Mire, no quiero que me hable, me va a escuchar, no quiero tener problemas con usted. Yo, soy pastor, en mi casa son todas mujeres y no hago nada en mi casa, en la iglesia tampoco y tengo que aguantar tener presidenta mujer y ahora jefa mujer, esto yo no lo voy a aceptar”. Jocelyn lo mira para arriba y le señala, “mire, señor, yo estoy acá por lo que tengo aquí (con su dedo índice le señala su cabeza), así que el tiempo me va a dar la razón, punto, se acabó la conversación”. Un año después, cuando decide irse de Codelco a trabajar a la Minera Teck, el mismo trabajador se le acercó y le señaló: “En un año me he dado cuenta que usted está acá por su materia gris y le pido disculpas por lo que le dije cuando llegó”.

ingeniero civil en minas, que es una persona de esfuerzo y que quiere ser seremi de Minería y con quién tiene que hablar. El funcionario abrió los ojos y le dijo: ‘Bueno, si usted no se cree el cuento, quién se lo va a creer por usted’.

Acto seguido Lizana le pide encarecidamente que entregue el currículum con una carta adjunta donde explicaba por qué tenía que ser ella la seremi. “Le entrego la carta y le digo, usted me puede asegurar que se la va a entregar a la comisión que está eligiendo a los seremis, sí, me dijo, por supuesto y me timbró una copia. Al llegar a mi casa me acordé que en una clase de inglés había conocido a una persona que no era de mi lado político, era de izquierda, así que la llamo y le pregunto si ella cree que me van a considerar. Me dice que era difícil, ‘anda a la oficina de Evelyn Matthei y entrega la carta para que por lo menos te ubiquen’, me dice.

Así lo hace y al día siguiente la llama Gregorio Rodríguez (ex seremi de Justicia), que era

parte de la comisión seleccionadora y le pregunta quién eres tú, ya que había recibido la carta y nadie sabía quién era. La actual concejala le explicó que había votado por Piñera, que quería ayudar, que le fuera bien al Gobierno y no podía viajar al sur porque tenía hijos pequeños, pero que estaba dispuesta a dejar sus negocios y ponerse a disposición.

Posteriormente pasaría todas las entrevistas pertinentes, incluso con el subsecretario de Minería en la capital, pero en el intertanto hubo personas que la indispusieron e inventaron que por su comportamiento en el pasado no podía ocupar el cargo de seremi, pero tras investigarla completamente, fue designada en el cargo, el que desempeñó durante los cuatro años del gobierno de Sebastián Piñera.

Explica que era independiente y que durante los cuatro años que desarrolló su rol de seremi de Minería mantuvo esa condición y que nadie le obligó a ser militante de la UDI o de RN.

Los Obama, una perpetua historia de amor

Carmen Ramírez
Efe

N

o son pocas las muestras de amor que se han prodigado en público y también en privado, aunque esos momentos, quizá más íntimos, han sido notorios gracias a sus perfiles sociales, unos instantes que reflejan un amor enrocado.

Pero, como en otras bonitas historias de amor, los celos también pueden aparecer ocasionalmente, e incluso juegan malas pasadas. Y eso fue lo que le ocurrió a Michelle Obama durante el funeral de Nelson Mandela en Johannesburgo, cuando su esposo se hacía un selfi con la primera ministra de Dinamarca, Thorning Schmidt.

Una situación incómoda, que no gustó a la primera dama de Estados Unidos que zanjó rápidamente, pidiendo a su marido que le cambiara el sitio.

UN AMOR CON CARÁCTER

Precisamente fue el carácter de Michelle lo que enamoró Barack. La historia de amor de los Obama se remonta a junio de 1989, cuando el aún presidente de Estados Unidos acababa de ser contratado como asociado de verano en una firma de abogados en Chicago.

Michelle Robinson fue asignada, durante unos meses, como su consejera en ese bufete. "Esto no es una cita", le dijo la joven Robinson a su colega de trabajo Obama cuando fue a recogerla en su destartado coche para asistir a una reunión comunitaria.

Aunque en un principio ella se negó a salir con Barack Obama, a finales del verano de ese año comenzaron su



La primera dama estadounidense Michelle Obama presenta a su esposo, el presidente de los Estados Unidos, Barack Obama, al comienzo de un acto electoral en el anfiteatro Energy de Dubuque, Iowa, Estados Unidos el miércoles, 15 de agosto de 2012.

FOTO EFE

El amor ha estado y sigue presente en la popular pareja que conforman los Obama. A lo largo de sus ocho años en la Casa Blanca, Barack y Michelle han dejado claro que se quieren, que se aman y que ni las vicisitudes políticas han podido con ellos.

noviazgo. Lo que no iba a ser una cita terminó convirtiéndose en una historia de amor conocida mundialmente.

Más durante estos últimos ocho años, en los que la pareja, a pesar de su exposición mediática, han

vivido su amor con mucha naturalidad, a veces, ajenos al protocolo.

Desde que llegaron a la Casa Blanca siempre se han mostrado como una pareja estable y feliz, en la que las muestras de cariño, respeto

y admiración del uno hacia el otro no han faltado.

Tanto Barack como Michelle han aprovechado cada aniversario para recordar públicamente lo mucho que quieren, y mostrar al mundo que su historia de

amor se ha fortalecido. Las redes sociales han sido las plataformas elegidas casi siempre para enviarse románticos mensajes.

"Uno al lado del otro por 24 años. Que sean mucho más. #felizaniversario", escribió

Obama, quien acompañó estas palabras con una imagen de él dándole un beso en la mejilla a Michelle.

"55 años joven y esta sonrisa me cautiva cada día. Feliz cumpleaños, Barack. Te quiero", escribió Michelle



FOTO EFE

El expresidente estadounidense Barack Obama baila con su esposa la Primera Dama de los Estados Unidos Michelle Obama el 20 de enero de 2009 en Washington.



FOTO EFE

El presidente Barack Obama y la primera dama Michelle Obama comparten un momento privado en un elevador de carga.

La historia de amor de los Obama se remonta a junio de 1989, cuando el aún presidente de Estados Unidos acababa de ser contratado como asociado de verano en una firma de abogados en Chicago.

Los Obama no han tenido problema en compartir sus momentos como pareja y son muchas las imágenes que reflejan su bonita historia de amor, forjada día a día.



FOTO EFE

Desde que llegaron a la Casa Blanca siempre se han mostrado como una pareja estable y feliz, en la que las muestras de cariño, respeto y admiración del uno hacia el otro no han faltado.

El presidente de EEUU, Barack Obama, y la primera dama, Michelle Obama, el lunes 21 de enero de 2013, durante el baile por la celebración de la investidura del presidente en el Centro de Convenciones Walter Washington en Washington (EEUU). Este es el segundo período de Obama en la Casa Blanca, que concluyó en enero de 2017.

Obama, quien firmó con sus iniciales, 'mo'.

Hasta ahora, los Obama no han tenido problema en compartir sus momentos como pareja y son muchas las imágenes que reflejan su bonita historia de amor, forjada día a día.

"LA MEJOR DECISIÓN DE MI VIDA"

Una de las imágenes más tiernas de ambos fue captada

justo el día en que los Obama bailaron juntos por vez primera como Presidente de Estados Unidos y ella como primera dama.

Otra instantánea para el recuerdo es la que protagonizaron, justo después de acabar la gala. Un instante en el que, a pesar de estar rodeados de asesores y personal de seguridad, ella aparecía abrigada con la americana del él, mientras

se miraban tiernamente a los ojos.

En estos ocho años también han aparecido otras imágenes curiosas y cariñosas, como aquella en la que Michelle Obama coloca perfectamente la pajarita de su marido, o en aquella otra que le retiraba una mota del rostro o aquella en la que le tomaba de la barbilla para que sonriera. Muchas han sido las de-

mostraciones de afecto entre ellos, una de las últimas en la festividad de San Valentín de 2016 en la Casa Blanca, durante el programa de Ellen DeGeneres, cuando el presidente dijo: "Michelle: he tomado muchas excelentes decisiones como presidente, pero la mejor decisión de mi vida fue haberte escogido. Gracias por soportarme. Te amo".

Y el amor a su mujer,

Michelle, también estuvo en el discurso oficial con el que se despedida Barack Obama de la presidencia de Estados Unidos cuando, en la parte final y entre lágrimas dijo sobre Michelle: "eres mi mejor amiga".

En sus últimas palabras también añadió que su esposa asumió un papel como primera dama "que no había pedido" con "gracia, estilo y buen humor", y que "ha

hecho de la Casa Blanca un lugar que pertenece a todos".

Mientras Obama pronunciaba su último discurso antes de dejar la Casa Blanca, Michelle, que vestía un vestido de encaje azul marino, recogía sus palabras con gran emoción. Al término, se fundieron en un cálido y entrañable abrazo, uno más, que a buen seguro no será el último.

* SUSCRÍBASE A DIARIO EL DÍA y llévese dos kit para participar del COLOR RUN LA SERENA

- Diario El Día (363 días del año con reparto a domicilio). **\$124.000**
- Suscripción a Revista Cosas (reparto a domicilio). **\$73.300**
- Suscripción a Revista Vida Hogar (reparto a domicilio). **\$35.000**
- Dos Kit para Color Run **\$24.000**
- Tarjeta del Club de Lectores para usted y su familia.
- Invitaciones para avant premieres, teatro y seminarios.

VALOR TOTAL ~~\$256.300.~~

SUSCRÍBASE POR **\$84.000** IVA Inc.



Por un monto adicional puede elegir una de estas tres promociones



Pack **UNO**

Suscripción anual a Revista Casas
Valor anual extra: \$14.000.-
11 ejemplares al año.
Precio referencia \$3.500.-



Pack **DOS**

Suscripción anual a Revista Capital
Valor anual extra: \$34.000.-
24 ejemplares al año.
Precio referencia \$3.500.-



Pack **TRES**

Suscripción anual a Revista ED
Valor anual extra: \$24.000.-
16 ejemplares al año.
Precio referencia \$4.900.-



Pago en cuotas
Tarjeta Presto



Hasta 6 cheques
precio contado



12 Cuotas
precio contado

Club de
Lectores

elDía

* Promoción válida para suscripciones nuevas. Sólo con facilidades de pago mencionadas. Suscríbese llamando a nuestras ejecutivas: **Elieth Parada; Celular: +569 63102813. Email: eparada@eldia.la**
Nadia Randolph; Celular: +569 93021541. E-mail: nrandolph@eldia.la También puede visitar las siguientes sucursales: Módulo de Mall Puerta del Mar La Serena. Oficina de Coquimbo, calle Aldunate 943.
Suscripción sujeta a factibilidad de reparto en el domicilio solicitado. Visite: www.clubdelectores.diarioeldia.cl