



FUERZA POPULAR TOMÓ EL CONTROL DEL SENADO Y LA OPOSICIÓN DE LA CÁMARA DE DIPUTADOS



Mensaje
conciliador

Miguel Torres:
“Vamos a construir
el futuro con
responsabilidad,
reconciliar la
política y buscar las
soluciones que el
país necesita”

A SUMAR POR EL PERÚ

Óscar Reto:
“Debemos enfrentar
la corrupción y
la inseguridad
ciudadana,
acogiendo las
demandas de la
ciudadanía”.



Mensaje
Militarizado

PRESIDENTA ELECTA KEIKO FUJIMORI SALUDA ELECCIÓN DE MESAS DIRECTIVAS DE SENADO Y DIPUTADOS

La presidenta electa Keiko Fujimori saludó la elección de Miguel Ángel Torres como presidente del Senado de la República y de Óscar Reto como presidente de la Cámara de Diputados, efectuados este domingo en la sede del Parlamento.

Expresó su confianza en que, desde sus respectivas funciones, ambas autoridades legislativas, contribuirán al fortalecimiento del Congreso y al diálogo democrático en beneficio del país.

“Les deseo el mayor de los éxitos en esta importante responsabilidad, con la certeza de que contribuirán, desde sus respectivas funciones, al fortalecimiento del Congreso y al diálogo democrático en beneficio del Perú”, manifestó en un mensaje difundido en su cuenta X.

Junto a Miguel Torres fueron ele-

gidos en la mesa directiva del Senado, Alejandro Muñante (Renovación Popular), Nilza Chacón (Fuerza Popular) y Estanislao Mancha (Renovación Popular) como primer, segundo y tercer vicepresidente, respectivamente.

Mientras que en la Cámara de Diputados, acompañan a Óscar Reto en la mesa directiva, Analí Márquez Huanca (Juntos por el Perú) como primera vicepresidenta; Harvey Colchado (Ahora Nación), como segundo presidente; y José Yataco (Partido Político Obras) como tercer vicepresidente.

Hoy, lunes 27 de julio, se realizará la instalación del primer periodo ordinario de sesiones (inicio de la primera legislatura) del Senado, de la Cámara de Diputados y del Congreso de la República.



ÓSCAR RETO ANUNCIA AUSTERIDAD EN DIPUTADOS Y TRABAJO CONTRA LA DELINCUENCIA

El presidente de la Cámara de Diputados, Óscar Reto, anunció que instalará una cultura de austeridad y que trabajará junto a todos los diputados para enfrentar la corrupción y la inseguridad ciudadana, acogiendo las demandas de la ciudadanía.

“Nuestro pueblo además nos reclama austeridad, nos pide que pongamos un alto al despilfarro y al dispendio abusivo. Será propósito de esta presidencia, y estoy seguro de todos nosotros, escuchar ese clamor e instalar una cultura de austeridad republicana que preside no solo a esta cámara, sino al Congreso en general”, aseveró.

Durante su discurso, tras ser electo como presidente de la Cámara de Diputados para el periodo legislativo 2026-2027, dijo además que trabajará para enfrentar la inseguridad ciudadana, mejorar la calidad de la educación y del sistema público de salud, elevar la calidad y la cantidad de empleo y así como para apoyar a los trabajadores del campo, a las personas de la tercera edad y por la seguridad nacional.

“Y al final, pero no por ello menos importante, por la erradicación de todo tipo de violencia contra las mujeres, las adolescentes, nuestras niñas y nuestros niños; y por supuesto, por derogar todas las leyes que favorezcan el crimen o cualquier tipo del fuero especial en desmedro de la democracia”, refirió. Al iniciar su mensaje, Reto sostuvo que si bien la mesa directiva fue elegida por la mayoría de diputados, se conducirá con respeto y escuchará a todos los miembros de esta cámara.

Remarcó también que asume una nueva responsabilidad en un momento en que el fenómeno de El Niño costero vuelve a poner a prueba al pueblo y al Estado, como ocurrió el 2017, año en que enfrentó la emergencia como jefe del Comando Operacional Norte de las Fuerzas Armadas.

En esta oportunidad, dijo que desde la Cámara de Diputados impulsará todas las medidas necesarias para que no se pierdan vidas, para que el pueblo no sufra, para que no se afecten las propiedades y para mitigar sus efectos.

Finalmente, el nuevo presidente de la Cámara de Diputados, consideró que el sentido político profundo de la elección fue a favor del equilibrio de poderes, un componente esencial de toda democracia y una necesidad imprescindible para evitar el control monopólico del poder.

“Fiscalización no es obstrucción, control no es parálisis. Necesitamos una democracia que se supere a sí misma, ingrese resueltamente en la era del diálogo, muchas veces difícil. Necesitamos una democracia que facilite la creación de consensos imprescindibles en esta hora de nuestra república. Ese es el mandato del pueblo en las urnas”, afirmó.

ÓSCAR RETO ES ELECTO PRESIDENTE DE LA CÁMARA DE DIPUTADOS PARA EL PERIODO 2026-2027

El diputado de la bancada del Buen Gobierno, Óscar Reto Otero fue electo presidente de la Cámara de Diputados para el periodo 2026-2027, tras la elección de la mesa directiva de esa cámara desarrollado este domingo en el Parlamento.

La candidatura de Óscar Reto, quien encabezó la Lista 1, obtuvo el respaldo de 74 congresistas, según el conteo oficial de votos.

La Mesa Directiva encabezada por Reto Otero la completan Analí Márquez Huanca (Juntos por el Perú) como primera vicepresidenta; Harvey Colchado (Ahora Nación), como segundo presidente; y José Yataco (Partido Político Obras) como tercer vicepresidente.

El ex general del Ejército Peruano juró al cargo invocando a la unión de todos los integrantes de la Cámara de Diputados. “Con la unión de todos los congresistas presentes en este hemiciclo, porque con ellos, con todos nosotros, logaremos un Perú mejor, sí juro”, indicó.

Posteriormente, Óscar Reto tomó juramento a los tres vicepresidentes que lo acompañarán en la Mesa Directiva y pronunció su discurso de orden.

A diferencia de la elección de la



Mesa Directiva del Senado, que requirió de una segunda votación, esta cámara se definió en un solo acto de sufragio que transcurrió con normalidad.

Por un lado, la titular de Junta Preparatoria de la Cámara de Diputados, Cecilia Chacón, tuvo que leer en reiteradas ocasiones el reglamento del Congreso en lo que concierne al voto secreto de los parlamentarios, esto debido a que varios de los legisladores mostraron a cuál de las dos listas le dieron su confianza.

Además, algunos diputados hicieron observaciones a las cédulas que les entregaron para sufragar y solici-

taron que se les cambie la ficha en previsión de una posible invalidación de su voto. La Junta Preparatoria accedió a cambiar las cédulas y precisó que ningún voto que contenga el punto que fue motivo de la observación de las actas sería anulado.

Al término del conteo de votos que dio como ganadora a la lista encabezada por Óscar Reto, la diputada Norma Yarrow (Renovación Popular), quien lideró la Lista 2, se acercó a su colega y le estrechó la mano mientras intercambiaban algunas palabras entre los aplausos de los diputados de la bancada del partido del Buen Gobierno entre otras

MIGUEL TORRES FUE ELEGIDO PRESIDENTE DEL SENADO PARA EL PERÍODO 2026-2027

La Lista 1, integrada por Fuerza Popular y Renovación Popular, ganó a la coalición opositora, con 30 votos a favor, contra 29. Miguel Torres, Alejandro Muñante, Nilza Chacón y Edgar Mancha presidirán la Mesa Directiva del Senado 2026-2027.

La Cámara de Senadores realizó este domingo la elección de su primera mesa directiva para el periodo 2026-2027. Tras la realización de una segunda vuelta, resultó ganadora la Lista 1, conformada por Fuerza Popular y Renovación Popular, con 30 votos a favor, frente a 29 obtenidos por el bloque de oposición.

De este modo, el senador fujimorista Miguel Torres se convierte en el primer presidente del Senado del actual periodo legislativo. Lo acompañan en la Mesa Directiva Alejandro Muñante, de Renovación Popular (primer vicepresidente); Nilza Chacón, de Fuerza Popular (segunda vicepresidente); y Edgar Mancha Pineda, de Renovación Popular (tercer vicepresidente).

vicepresidente).

La lista oficialista se impuso luego de que, en la segunda vuelta, se declarara nulo un voto, aparentemente a favor de la Lista 2, con lo que la oposición solo quedaba con 29. Por mayoría simple, se decretó a la fórmula encabezada por Miguel Torres como ganadora.

Cabe destacar que la misma situación ocurrió en la primera vuelta. La elección quedó con 29 votos a favor de la oposición, 30 para el oficialismo y un voto nulo, debido a que una cédula, con un aspa en la casilla de la Lista 2, presentaba un rayón en el cuadro de la lista contendora. Vale resaltar que ese voto fue impugnado por Patricia Juárez (Fuerza Popular), quien hacía labor de escrutadora.

Ante ese escenario, Fernando Rospigliosi, quien presidía la sesión, resolvió llamar a una segunda vuelta en la que, finalmente, resultó vencedora la lista de Fuerza Popular y Renovación Popular.

MIGUEL TORRES: EL SENADO RETORNA PARA AYUDAR A CONSTRUIR UN FUTURO CON RESPONSABILIDAD

El presidente del Senado, Miguel Torres Morales, manifestó que esta cámara retorna con la finalidad de ayudar a construir un futuro con responsabilidad, además de que permitirá elevar la calidad de las decisiones que se toman.

Este fue su mensaje tras ser elegido como titular del Senado tras una elección reñida, así como luego de juramentar a la Mesa Directiva.

“El Senado retorna no para mirar al pasado con nostalgia, sino para ayudar a construir el futuro con responsabilidad”, manifestó.

“Hoy la historia me concede el honor de presidir el retorno del Senado. No encuentro en ello una contradicción, encuentro una lección, pues las instituciones nunca son un fin en sí mismo, son herramientas de la república que deben perfeccionar cuando la realidad exige nuevas respuestas”, agregó.

En ese sentido, indicó que el Perú recupera una institución tradicional de la república, pero que la verdadera importancia no recae en su mera instalación, sino que esta puede volver a merecer la confianza de los ciudadanos.

“Porque el retorno del Senado tendrá sentido si sirve para reconciliar la política con los peruanos. Ese será el juicio más importante sobre nuestro trabajo”, sostuvo.

En otro momento, dijo a los senadores que la ciudadanía no les ha pedido que piensen distinto, sino “anteponer el país a nuestras diferencias para construir las soluciones que el país necesita”.

“Por eso no les pedimos que recuperen hoy la confianza porque el Senado abre sus puertas. La confianza no nace con una ceremonia, se conquista cuando los ciudadanos comprueban que fuimos elegidos para servir y no para servirnos del cargo”, refirió.

Miguel Torres aseguró que el retorno del Senado representa una oportunidad para elevar la calidad de las decisiones que se tomen, al ser esta una instancia en la que se dialogue antes de iniciar confrontaciones.

“Tenemos el privilegio de inaugurar una nueva etapa institucional. Hagamos que también sea el inicio de una nueva manera de hacer política y que el Perú diga dentro de algunos años que el retorno del Senado fortaleció nuestras instituciones y ayudó a reconciliar la política con los ciudadanos”, añadió.



“TODOS MOSTRARON SU VOTO, MENOS UNA PERSONA”: DANIEL BARRAGÁN ACUSA “TRAICIÓN” TRAS PERDER LA PRESIDENCIA DEL SENADO

La Lista 2, liderada por Daniel Barragán, perdió por un voto frente a la alianza de Fuerza Popular y Renovación Popular. Tras el resultado, el senador aceptó la derrota, aunque puso en duda el cumplimiento de los acuerdos políticos dentro de su bloque.

La elección de la Mesa Directiva del Senado para el periodo 2026-2027 concluyó con la victoria de la Lista 1, integrada por Fuerza Popular y Renovación Popular, que obtuvo 30 votos frente a los 29 alcanzados por la Lista 2, encabezada por Daniel Barragán (Obras) e integrada además por representantes de Juntos por el Perú, Ahora Nación y el Partido del Buen Gobierno.

Tras conocerse los resultados, Barragán aceptó el desenlace de la votación y exhortó a mantener un Congreso “responsable”.

“Simplemente hemos perdido. Hemos perdido y, bueno, vayamos al próximo año”, declaró.

No obstante, durante el diálogo con la prensa, también hizo referencia a una presunta “traición” dentro del bloque que respaldaba su candidatura y

que finalmente perdió por la diferencia de un solo voto.

“Cuando hay traiciones, una cosa es un error, que posiblemente en la primera todos podemos pensar, pero cuando ya suceden dos veces ya no es un error”, manifestó.

Consultado sobre qué agrupación habría incumplido el acuerdo político, Barragán evitó señalar responsabilidades y aseguró que no cuenta con elementos para identificar al presunto responsable. “No lo sé, la verdad es que no sabemos”, respondió.

El senador del partido Obras también afirmó que, durante la verificación de la votación, todos los integrantes de la coalición mostraron su cédula de votación, excepto una parlamentaria.

“Todos mostraron su voto. Todos, menos una sola persona. Averigüen ustedes quién fue”, expresó.

Los periodistas le preguntaron entonces por la senadora Silvana Robles, de Juntos por el Perú, quien explicó en sus redes sociales que durante la segunda votación no mostró su voto “por un simple descuido”.

Frente a ello, Barragán evitó acusarla directamente, aunque insistió en que fue la única legisladora que no exhibió su cédula de votación.

“Ella es la que no ha mostrado. Entonces ustedes saquen sus conclusiones. Yo, si no tengo pruebas, no puedo decir ‘ella es’. Todo se hace con pruebas. Normalmente, la traición es subrepticia, o sea, no sabemos quién traiciona”, indicó.

En ese sentido, reiteró que todos los integrantes de la coalición, con excepción de una persona, mostraron su voto y señaló que desconoce si ello respondió a un error o no.

“Todos los de Obras y, en general, todos los de la coalición mostraron su voto; solo una persona no lo hizo. Ahora, yo no sé si lo ha hecho a propósito o se ha equivocado”, finalizó.

Silvana Robles, senadora de Juntos por el Perú, rechazó que la señalen como “traidora” y ser la que presuntamente contribuyó a que el fujimorismo ganara la mesa directiva del Senado, solo por no mostrar su voto durante las elecciones.

TRIBUNA LIBRE

ESCRIBE: HERBERTH CUBA

EL SISMO DE CHUPACA Y LAS FALENCIAS EN LA RESPUESTA DEL ESTADO



UN SISMO MODERADO QUE HA GENERADO SEIS MUERTOS Y 30 HERIDOS

El 18 de julio del 2026 a las 21:24 horas se produjo un sismo de 5.1 en la escala de Richter; es decir, con magnitud moderada, pero con alto impacto social, seguido de varias réplicas. Según el Instituto Geofísico del Perú, el epicentro se localizó en el distrito de Chongos Bajo, en la provincia de Chupaca, en la región Junín. El sismo provocó el derrumbe de decenas de viviendas de adobe y quincha, fisuras en la infraestructura de hospitales y en vías locales. Ha ocasionado la muerte de seis personas y ha dejado más de 30 heridos, así como entre 350 y 400 damnificados.

El alto impacto social de un sismo catalogado como moderado se ha debido a la vulnerabilidad en que viven los habitantes de las zonas rurales, por el estado en que se encontraban las viviendas de adobe y quincha. También fueron afectados los animales domésticos. El sismo ha recordado, por si hacía falta, que el Perú se halla en el Cinturón de Fuego del Pacífico, en la parte en donde interactúan las placas de Nazca y Sudamericana, lo que explica su alto nivel de sismicidad.

En ese contexto, se impone realizar un análisis de la respuesta estatal para evidenciar las falencias que se deben convertir en lecciones para futuras catástrofes, más aún si se toma en cuenta el aspecto humano de las familias damnificadas. Si bien es cierto que no se compara con grandes terremotos ocurridos en el Perú, como el de Pisco el año 2007, sirve para llamar la atención, una vez más, sobre las medidas de prevención y para el fortalecimiento de la capacidad de respuesta del Estado.

El sismo de Chupaca, visto como un "ensayo", revela brechas persistentes en el funcionamiento del Sistema Nacional de Gestión de Riesgos y Desastres (Sinagerd). A cinco días del evento, la respuesta ha avanzado en logística humanitaria, pero muestra demoras significativas en información clave y en la recuperación de servicios esenciales, especialmente sanitarios. En primer lugar, hay falencias en los aspectos operativos generales, como, por ejemplo, la coordinación del Instituto de Defensa Civil (Indeci) con el Ministerio de Salud (Minsa), aunque con buena voluntad se ha mejorado el flujo, pero persiste la superposición de roles entre ambos. Por un lado, Indeci es el ente rector técnico del Sinagerd y, por tanto, coordina a nivel multisectorial y nacional.

Entre tanto, el Minsa tiene un Centro de Operaciones de Emergencia Sectorial (COES-Salud) y es rector en materia de salud. En este contexto, las direcciones o gerencias regionales de salud dependen funcionalmente del Gobierno Regional pero técnicamente del Minsa; por tanto, se crea una doble cadena de mando que complica la respuesta. Esta superposición genera duplicidad de comandos, demora en la toma de decisiones, diferencia de prioridades y confusión en el liderazgo sobre el terreno, es decir, ambigüedad sobre qué y quién lidera. Además, esta doble cadena de mando genera una evaluación de daños más lenta, porque ambos realizan evaluaciones paralelas, con retardo en la consolidación del reporte unificado, así como en la toma de decisiones para la respuesta, como el restablecimiento de servicios básicos, de las viviendas damnificadas, de la infraestructura sanitaria dañada, en la comunicación, la logística, el apoyo

económico, entre otros.

En ese sentido, es necesario fortalecer el comando único, con la promulgación consensuada entre Indeci, Presidencia del Consejo de Ministros (PCM) y Minsa en materia de emergencia, desastres y defensa nacional, pendiente desde el mes de octubre del 2025, de la segunda sección del Reglamento de Organización y Funciones del Minsa.

En segundo lugar, es necesario reforzar la evaluación rápida y sistemática de los impactos de los desastres, con la digitalización del proceso con aplicativos móviles y drones. En ese sentido, la Evaluación de Daños y Análisis de Necesidades (EDAN), que es un procedimiento técnico y estandarizado a nivel internacional, tiene como finalidad, por un lado, cuantificar los efectos físicos, como viviendas destruidas, infraestructura dañada, hospitales afectados, carreteras, puentes, etc. Y, por otro, identificar qué requiere la población afectada con urgencia, como alimentos, agua, carpas, atenciones médicas y otros. Sin embargo, hasta la fecha no se ha publicado una EDAN consolidada y definitiva a nivel nacional. El 19 de julio, un día después del evento, se dieron a conocer evaluaciones preliminares por parte de los alcaldes y por la Defensa Civil Local. Luego se han dado a conocer solo reportes regionales parciales. Esta falencia representa una demora de 4 días, hasta la fecha, respecto a estándares ideales, que señalan como máximo de 24 a 48 horas. Como es obvio, esta lentitud afecta la asignación precisa de recursos. A estas alturas, los daños a las viviendas persisten, la electricidad se ha restablecido en modo intermitente y la logística ha mejorado con la llegada de la ayuda, aunque es insuficiente para las zonas altas, como ha sido reflejado por los medios de comunicación.

En tercer lugar, se han producido daños a la infraestructura y al funcionamiento del sector salud. En ese sentido, la demora en la evaluación detallada de daños estructurales, en la EDAN, impide decidir con certeza si algunos centros requieren cierre temporal o reforzamiento urgente. Hasta la fecha, persiste el riesgo de saturación o colapso funcional si ocurriese una réplica mayor. Como se puede apreciar, la rectoría del Minsa no ha conseguido una respuesta ágil o rápida, no solo frente al sismo de Chupaca, sino en el cumplimiento de la guía de la OPS de Índice de Seguridad Hospitalaria (ISH) y el Programa de Hospitales Seguros en América Latina. Es decir, el Minsa debe señalar y trabajar para revertir la brecha en resiliencia hospitalaria frente a desastres. Según reportes preliminares del Minsa, Diresa Junín e Indeci, el Hospital Regional Materno Infantil El Carmen presenta fisuras estructurales en paredes y techos, daños en áreas de consulta externa y algunos pabellones; por tanto, funciona con restricciones, con prioridad de las emergencias.

También están afectados el Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión y el Puesto de Salud de Chupuro. Ambos tienen capacidad limitada en las atenciones de la población. En ese sentido, el Gobierno Regional y el Minsa deberán informar sobre la seguridad estructural, la seguridad no estructural y la seguridad funcional frente a los desastres, así como los planes de contingencia y continuidad de operaciones, la capacitación de personal, la energía, el agua, las comunicaciones y la coordinación con Indeci. Hasta la fecha, se han desplegado hospitales de campaña y puestos de salud de avanzada como el de Pumpunya y otros, brigadas móviles y refuerzo de personal, además de vigilancia continua por riesgo de réplicas. En ese sentido, el Minsa debe realizar una auditoría estructural inmediata, con ingenieros especializados, incluso antes del cambio de gobierno, para tomar medidas con protocolos de contingencia incluso con el traslado a instalaciones temporales.

En cuarto lugar, es necesario desplegar la atención psicológica debido al trauma colectivo, así como la mejora de la comunicación, para calmar la ansiedad y otros beneficios, con reportes diarios. Además, hay promesas de ayuda económica que están entrapadas en la burocracia, entre ellas por la falta de la EDAN, que debe destrabarse. Frente a las quejas por robos a los damnificados en los medios de comunicación, es necesario fortalecer la seguridad vecinal o comunal.

El sismo de Chupaca demuestra que las fallas institucionales, la burocracia y la falta de coordinación pueden ser fatales. Incluso, que un sismo moderado en una población vulnerable genera muertes y heridos, todos evitables. ¡Cuidado, las falencias cobran vidas!

TRIBUNA LIBRE

Escribe: Alejandro Arestegui

LA AUTÉNTICA VERDAD INCÓMODA



¿SE ENCUENTRA EL PERÚ PREPARADO ANTE UN EVENTUAL DESASTRE NATURAL?

Hace exactamente 20 años un documental causó gran revuelo entre el público. Dicho largometraje se titulaba "Una verdad incómoda" y era protagonizado por el exvicepresidente estadounidense Al Gore. En dicha cinta mostraba, con alarmismo y suma preocupación, que si no se tomaban en serio las advertencias climáticas para el año 2020 la Tierra sería un lugar casi inhabitable. Estamos 2026 y prácticamente ninguna de las profecías del documental se han cumplido, pues al parecer solo se trataba de marketing y de paranoia ecologista. Sin embargo, sí existe una auténtica verdad incómoda, una relacionada con la naturaleza y que implica tomarnos en serio la precaución frente a los desastres naturales. La verdad incómoda que expondré en esta columna es que los peruanos no nos encontramos preparados y estamos totalmente expuestos ante cualquier catástrofe de índole natural.

Hace exactamente un mes Venezuela sufrió una de las mayores catástrofes naturales en toda su historia. Como se sabe, un par de terremotos de más de 7 grados de magnitud arrasaron con prácticamente todo el estado La Guaira (o Vargas, como le siguen diciendo por los locales). Las cifras de muertos y desaparecidos difieren, pero lo que sí se sabe con certeza es que se trata de miles. El desastre y la magnitud del impacto son una hecatombe que ha dejado a cientos de miles de venezolanos totalmente desamparados. Aquí en Perú nos puede parecer algo distante, pero los geólogos llevan años indicando que la capital Lima podría sufrir un sismo de igual o mayor magnitud al del 24 de junio en La Guaira.

Es aquí donde entra la verdad incómoda, tanto el descuido de los ciudadanos como la inacción y desatención por parte del gobierno pueden ser los causantes del mayor número de víctimas. En el caso peruano yo diría que es peor que el venezolano, puesto que bien sabemos que el chavismo lleva gobernando más de dos décadas en Venezuela. Son múltiples los registros y testigos que informan no solamente la total inoperancia e incluso accionar con maldad por parte de muchos agentes chavistas frente a las víctimas del terremoto en La Guaira. Acciones tan condenables como el impedir a los rescatistas cumplir su trabajo, comerciar con la ayuda humanitaria enviada por otros países, saquear inmuebles destruidos en lugar de rescatar a las víctimas, aquí vemos el nefasto accionar de una

dictadura en todo su esplendor. En el caso peruano obviamente no tenemos una dictadura ni mucho menos un aparato coercitivo tan despreciable como el chavista, sin embargo, tenemos otro flagelo como lo es la corrupción, la desidia y la nula preparación ante cualquier eventual desastre, tanto en Lima como en el resto del país.

Múltiples son las críticas hacia el ejecutivo dirigido por José María Balcázar, el cual va a dejar su cargo dentro de 4 días. El gobierno entrante tiene que entender una cosa: todo el territorio peruano es susceptible de sufrir un desastre natural de enorme magnitud. Recordemos el terrible terremoto de Pisco de hace 19 años, la reconstrucción fue demasiado lenta y la población tardó años en recuperarse. Ahora mismo los expertos advierten de un súper fenómeno del niño, mucho peor que el de 1997 o el de 2017 que asolaron la costa norte de nuestro país. Las advertencias meteorológicas y geológicas están sobre la mesa, pero hasta ahora las autoridades no han hecho absolutamente nada por preparar la infraestructura y mucho menos gestionar los procedimientos necesarios para lidiar con desastres como los que se pueden avecinar. La mayor parte de víctimas y de daños materiales, más que por la imprudencia de los propios ciudadanos, vendrá por culpa del estado, si éste sigue como hasta ahora. En anteriores columnas ya comenté que ante el desastre muchas veces la propia población se tiene que organizar para salir adelante y sobreponerse tanto moral como económicamente.

Todo indica que debido a la proximidad de un potencial desastre y de los pocos meses de gestión que tendrá este nuevo gobierno, los ciudadanos tendrán que tomar conciencia por sí mismos. Si no se hacen las previsiones desde el sector privado, vamos a esperar a la lenta y supina gestión estatal para lidiar con los desastres como el súper fenómeno de El Niño o un potencial megaterremoto. Esta inoperancia estatal se puede evidenciar claramente con la inacción del gobierno regional de Junín ante el sismo acaecido hace unos días en dicha región. Prácticamente todo el territorio nacional es susceptible de enfrentar catástrofes similares. Pero tal como mencioné, los privados tienen que también organizarse y prepararse en todo lo que esté en su capacidad logística y económica. Recordemos que estos desastres naturales no solamente se miden por cifras de millones de soles perdidos o cuánto porcentaje del PBI se contrajo. Cuando hablamos de pérdidas estamos hablando de familias que llegan a perder todos sus bienes materiales, empresas que se quedan sin su capital de trabajo, logística y transporte interrumpidos, así como otros impactos negativos en materia microeconómica.

Lo ocurrido hace exactamente un mes en Venezuela el reciente sismo de Junín nos tienen que volver conscientes a los peruanos de que esto puede ocurrir. Solamente que, si estamos mejor preparados vamos a poder mitigar mejor las nefastas consecuencias de estos desastres. Pero también tenemos que ser conscientes de que, ante la inacción estatal, tenemos que organizarnos voluntaria y espontáneamente para poder ofrecernos ayuda mutua cuándo la emergencia lo requiera. Si en países supuestamente desarrollados como en España el estado es tan inútil e inoperante como en las inundaciones de la dana en Valencia del año 2024, el lema "solo el pueblo salva al pueblo" comienza a adquirir mayor sentido; y con sustento empírico real.

CONGRESO: CITAN A SENADORES A SESIÓN DE INSTALACIÓN ESTE 27 DE JULIO A LAS 10:00 HORAS

La Cámara de Diputados del Congreso de la República será instalada este lunes 27 de julio, para lo cual fueron citados todos los disputados a la sede legislativa a las 11:00 a.m.

La convocatoria fue realizada por el presidente de la Mesa Directiva de la Cámara de Diputados, Óscar Reto, tras jurar al cargo y pronunciar su discurso de orden.

El acto ocurrirá una hora después de la instalación del Senado, cuyo presidente, Miguel Torres, citó a los integrantes de esta cámara a las 10:00 a.m.

La Oficialía Mayor informó que este lunes también se realizará la Instalación del Congreso para los cual fueron citados tanto senadores como diputados a las 12:00 m. en el Hemiciclo.

El periodo anual de sesiones comprende desde el 27 de julio de un año hasta el 26 de julio del siguiente. Además, está conformado por dos periodos ordinarios de sesiones o legislaturas.

El primer periodo ordinario de sesiones (primera legislatura): inicia el 27 de julio y termina el 15 de diciembre; mientras que el Segundo periodo (segunda legislatura) inicia el 1 de marzo y termina el 15 de junio.

La Oficialía Mayor del Congreso de la República emitió un comunica-



do oficial para convocar a los senadores electos para las sesiones de instalación que se llevarán a cabo este lunes 27 de julio de 2026.

De acuerdo con la disposición del presidente del Senado, Miguel Torres, la jornada legislativa se dividirá en dos actos principales.

Instalación del Senado: Se llevará a cabo a las 10:00 a. m. en el hemiciclo del Senado.

Instalación del Congreso de la República: A esta sesión han sido citados tanto senadores como diputados a las 12:00 m. en el hemiciclo del Congreso.

SILVANA ROBLES ES SUSPENDIDA DE LA BANCADA DE JUNTOS POR EL PERÚ TRAS POLÉMICA POR VOTACIÓN EN EL SENADO

Roberto Sánchez afirmó que la parlamentaria incumplió el acuerdo de exhibir públicamente el sentido de su voto durante la elección. Según señaló, la legisladora permanecerá suspendida mientras se desarrolla el proceso disciplinario.

La senadora Silvana Robles fue suspendida de sus derechos dentro de la bancada de Juntos por el Perú, luego de la controversia generada durante la elección de la Mesa Directiva del Senado.

La medida fue anunciada por el líder de la agrupación, Roberto Sánchez, quien señaló que la legisladora incumplió el acuerdo político de mostrar públicamente el sentido de su voto durante la jornada electoral.

El anuncio se produjo en una conferencia de prensa ofrecida tras la elección parlamentaria. El líder de Juntos por el Perú explicó que todos

los integrantes de la bancada habían asumido el compromiso de exhibir sus cédulas de votación como una muestra de transparencia. Según indicó, el incumplimiento de ese acuerdo motivó la suspensión inmediata de Robles mientras se desarrolla el procedimiento interno.

“La bancada tuvo un acuerdo, de manera conjunta, de ser transparente en la emisión de su voto. Como derecho discrecional, correspondía mostrar el voto. En ese sentido, la parlamentaria, la senadora Silvana Robles, no lo hizo”, explicó.

Asimismo, remarcó que la bancada considera que los acuerdos políticos deben respetarse y que la investigación permitirá esclarecer lo ocurrido. En esa línea, afirmó que “nosotros condenamos, rechazamos la deslealtad. Los acuerdos se cumplen en transparencia y tienen

que ser firmemente desarrollados, de tal manera que la senadora está suspendida, desde ahora, en sus derechos en la bancada”.

Sánchez también indicó que la suspensión será temporal mientras se realiza la investigación. Agregó que, si el procedimiento confirma un incumplimiento de los acuerdos internos, la legisladora podría ser separada definitivamente del grupo parlamentario. “Mientras dure esta investigación sumaria, y de verificarse con el debido proceso y el reglamento, corresponderá su expulsión”, agregó.

Horas antes del anuncio de la suspensión, Silvana Robles rechazó haber incumplido el acuerdo político y sostuvo que siempre respaldó a la Lista 2 durante la elección de la Mesa Directiva del Senado. La legisladora explicó que no exhibió su cédula por un error involuntario.

TRIBUNA LIBRE

Escribe: Dr. Jorge Luis Martínez

OTRA VEZ LA MINERÍA



El Perú es un país minero por excelencia. Nuevamente las cifras de la minería han traído satisfacciones para nuestro país. Las exportaciones mineras peruanas, de enero a mayo del presente año, sumaron US\$ 35,611 millones, representando un crecimiento de 59.7%, respecto a igual periodo del 2025 (US\$ 22,304 millones), informó la Sociedad Nacional de Minería, Petróleo y Energía (SNMPE). Al respecto, explicó que el aumento de los embarques de minerales se debió, principalmente, por el mayor valor de los envíos de cobre (US\$ 5,951 millones más), oro (US\$ 5,311 millones más) y plomo (US\$ 1,326 millones más). El gremio minero energético precisó que las exportaciones de cobre, de enero a mayo del 2026, ascendieron a US\$ 16,417 millones, lo que significó un incremento de 56.9% respecto a similar periodo del 2025 (US\$ 10,466 millones). Por su parte, las exportaciones auríferas llegaron a la suma de US\$ 13,241 millones de enero a mayo, lo que representó un crecimiento de 67% respecto a igual periodo del 2025 (US\$ 7,930 millones). Las exportaciones mineras -destacó- significaron el 75.2% de los envíos de productos del Perú al extranjero entre enero y mayo último. (Fuente SNMPE).

Esta información del gremio minero es impresionante esto condice que la minería que tiene una gran importancia dentro del PBI nacional. Durante los últimos diez años, la actividad minera ha impulsado en promedio más del 8% del PBI nacional. Esto lo ubica como uno de los mayores sectores que aporta al país y lo consolida como un sector clave. La minería sigue siendo un papel muy importante en el fortalecimiento de la economía nacional de Perú. Se trata de un ámbito que está muy relacionado al crecimiento nacional y que comenzó con el pie derecho este año 2026.

Hoy el Perú tiene una cartera de inversión de 67 proyectos mineros y 84 proyectos de exploración valorizados en US\$ 65,000 millones y los precios de los minerales siguen al alza, en los últimos quince años el crecimiento promedio ha sido de menos de 4% una cifra pobre para el boom minero que está sucediendo en el mundo y con esa cifra no se baja la pobreza.

Nuestro país lideró el ranking global de reservas de plata y figura en el top 5 mundial en al menos seis minerales estratégicos, esenciales para la industria, la tecnología y la transición energética. Lo es también en el cobre, en el zinc, molibdeno y también en el oro. Así como también en la vertiente oriental de la cordillera de los Andes, la cual registra, históricamente, altos valores de tierras raras y litio, así como de cobalto, níquel y otros minerales críticos.

El Estado tiene que hacer un cambio en las reglas de juego destrabando esa burocracia que entrapa los grandes proyectos mineros. Esa tramitología que abunda en cada oficina del sector público debemos desterrar de una vez por todas. El mundo ha cambiado, la sociedad, la tecnología ha cambiado también, pero el Estado Peruano aun no cambia. El Estado debe usar eficientemente los recursos públicos y facilitarle la vida al sector privado. La burocracia estatal no puede ser un obstáculo al desarrollo del país. Recordemos que esa burocracia es más en los gobiernos regionales como en las municipalidades. Menos inversión es menos progreso para los ciudadanos. Esa “Republica del Permiso” como lo señalan otros estudios ya debe acabar. Se tiene que avanzar con el gobierno digital como se ha avanzado en algunas oficinas del estado, donde el ciudadano desde su celular puede pagar y hacer el trámite respectivo. Hagamos la vida más fácil a la gente ese es el mensaje para el futuro Ejecutivo que comienza el día martes.

ROCA REY PUERTA GRANDE EN SANTANDER Y GALDÓS TRIUNFADOR EN BAMBAMARCA

Por: Henryr Almeyda Geldres

Así apreció el viernes al peruano Andrés Roca Rey en Santander, Cultor a través de Ismael Del Prado: "No tenía trapío para Santander el bajo segundo, lavado de cara y terciado, sin expresión en su acucharrada cuerna, a pesar de enseñar las puntas. Roca Rey se lució por chiclelinas en los medios en el recibo rubricado con dos revolveras. Volvió a hacerlo aún más en un ceñidísimo quite por gaoneras, a pies juntos, con las zapatillas atornilladas a la arena. Lo remató con hasta tres brionesas. Una de ellas, por la espalda. Muy jaleado todo. Marcó sus querencias en banderillas. Largo fue el prólogo de la faena. De nuevo en la boca de riogo. Por estatuarios. Impávido. Otra vez sin menear las plantas, fijas, sin moverse un milímetro, mientras repetía el astado con codicia. Le cosió el molinete invertido y dos naturales antes del pase del desprecio y uno de pecho. Santander, entregada, en una sola tanda. Luego, exprimió al toro, que tuvo calidad, prontitud y mucha nobleza, pero sobre todo un recorrido inmenso, tanto por el derecho como al natural. Pues le bajó mucho la mano, aunque a mitad de la serie, le aliviaba al final del mulatazo, vaciando a media altura la embestida. Una tanda de naturales, muy templado. Duró el de Juan Manuel Criado, que tuvo fondo, y el peruano lo cuajó de Alfa a Omega. Muy jaleada fue una tanda al natural, sin la ayuda, en la que le ligó -pasándose la franela de izquierda a derecha y viceversa- hasta cuatro circulares invertidos sin mover un solo pie. Patas arriba Cuatro Caminos, que con tuvo la respiración en las bernadinas del epílogo. Apretadísimas. Hundió el acero entero y las dos orejas fueron a sus manos. El cuarto, bizco del izquierdo, fue un ejemplar con algo más de presencia, aunque fuera por las dos puntas mirando al torero. También con más pecho y caja. Mas bastote. Tras el recibo de Roca Rey, manseó mucho en el primer tercio, hasta el punto de tomar su puyazo en el picador que guardaba la puerta. Huidizo y a su aire, el peruano quiso comenzar en el tercio su quehacer, pero, sin embargo, el toro buscó el abrigo de las tablas cercanas a toriles. Pese a ello, a base de mando y toques fuertes, logró robarle las series. Le tuvo que consentir mucho, porque el toro, cuando no trataba de salir suelto, tomaba la pañosa a arreones y, encima, reponiendo mucho. Le perdió pasos el peruano



Andrés Roca Rey, el viernes abandona el coso Cuatro Caminos de Santander en volandas. Anunciado el 31 de octubre y 1 de noviembre en Feria Taurina Señor de los Milagros 2026

para pulir este defecto, cada vez más acentuado. Sujetarle ya tuvo su mérito. Trasteo poderoso, con Roca Rey por encima de las dificultades del astado, muy informal en sus embestidas. La estocada, contraria, necesitó de dos golpes de cruceta. Por ello, la opción de la tercera oreja en su tarde se desvaneció".

ANDRÉS ROCA REY DOS OREJAS Y PUERTA GRANDE EN SÉPTIMA DE FERIA DE SANTIAGO EN SANTANDER (ESPAÑA). 24 JUL.- Plaza de toros Cuatro Caminos de Santander, Cantabria. Corrida de toros. Séptimo festejo de la Feria de Santiago 2026. Lleno de "No hay billetes" en los tendidos. Toros de "Juan Manuel Criado" (6° bis), de escasa, variada presentación y deslucido juego en términos generales, para el peruano Andrés Roca Rey, trajeado de berenjena y oro, dos orejas y silencio tras aviso; Pablo Aguado, vestido de corinto y azabache, silencio y ovación; Tomás Bastos, trajeado de blanco y plata, quien tomó alternativa, ovación oreja. Incidencias: Tomás Bastos tomó la alternativa con "Jareño", N° 12, negro, nacido en octubre 2021, de 468 kilos. Al término del festejo Andrés Roca Rey, abandonó el coso en volandas.

CAPÍTULO PERUANO DE CI-

RUGIA TAURINA PRESENTE EN FERIAS TAURINAS (PERÚ). 24 JUL.- El Capítulo Peruano de Cirugía Taurina, presente en ferias del interior y capital del país, galenos del capítulo presentes en plazas de toros de: San Marcos, Chota, Lajas, Chumpi, Cieneguilla y otras. El Capítulo Peruano de Cirugía Taurina, en sus cincuenta y un años de existencia, realiza una labor muy importante descentralizando su atención especializada a través de sus reconocidos especialistas y aquellos que se están incorporando en las distintas regiones de nuestro país.

CONGRESO INTERNACIONAL DE CIRUGÍA TAURINA EN LIMA (PERÚ). 24 JUL.- El Capítulo Peruano de Cirugía Taurina, cumple con informar a la Sociedad Internacional de Cirugía Taurina y a los Capítulos Nacionales de los países que los integran que, el XXV Congreso Internacional de Cirugía Taurina "Andrés León Martínez" a realizarse en la ciudad de Lima, Perú, se llevará a cabo los días 28, 29 y 30 de octubre del 2026 en el Auditorio Pedro Weiss del Colegio Médico del Perú, Av. Malecón de la Reserva N° 791,



Jesús Enrique Colombo, el 13 de junio 2026 un derechazo en séptima de Feria de San Fermín, Pamplona. Anunciado y esperado el 29 de julio en Palcamayo.

Miraflores. Un encuentro académico y cultural de relevancia internacional.

DAVID GIL ANUNCIADO EN FERIA DE SAN AGUSTÍN EN LINARES (ESPAÑA). 24 JUL.- El diestro español David Gil, de grata recordación en ruedos del Perú anunciado en primera de Feria de San Agustín en Linares. Aquí las combinaciones: 28 Ago. Toros de "Martín Lorca", para David Gil, Adrián de Torres y Marcos Linares. 29 Ago. Toros de "Román Sonrado", para Emilio de Justo, David de Miranda y Víctor Hernández. 30 Ago. Toros de "Villamarta", para Curro Díaz, David de Miranda y Marco Pérez.

JESÚS ENRIQUE COLOMBO EN PRIMERA DE FERIA EN HONOR A SAN CRISTÓBAL EN PALCAMAYO (PERÚ). 24 JUL.- El diestro venezolano Jesús Enrique Colombo, quien realiza importantes temporadas taurinas en ruedos europeos y americanos anunciado en primera de feria taurina de Palcamayo. Plaza de Toros de Palcamayo, distrito de la provincia Tarma, región Junín y una elevación de 3,339 m.s.n.m. Feria Taurina en Honor al "Patrón San Cristóbal" a realizarse del 29 al 31 de julio. Aquí las combinaciones. 29 Jul. Toros de "Apu Saywa", para Uriel Moreno "El Zapata" (México), Antonio Ferrera (España) y Jesús Enrique Colombo (Venezuela). 30 Jul. Toros de "San Simón", para Antonio Ferrera, David Galván (España) y Manolo Muñoz (Perú). 31 Jul. Toros de "Maximiliano Quispe", para Antonio Ferrera, Fernando Adrián (España) e Isaac Fonseca (México). Organiza: Comisión de Fiestas Patrias Barrio Ochonga 2026, presidente Eric Cueva Echevarría.

JORGE LUIS SÁNCHEZ "EL CHOLOVÉS" CELEBRA SU LXXV CUMPLEAÑOS EN PLAZA DE TOROS "JOSELITO RIOJA" (PERÚ). 24 JUL.- El novillero peruano Jorge Luis Sánchez "El Cholovés", torero de gran tirón en taquillas la década de los 80', llegando actuar en más de una oportunidad, en dos plazas el mismo día, sin olvidar que casi llena la plaza de toros Acho como novillero, sin émulo hasta la actualidad. "El Cholovés", conmemorará su septuagésimo quinto onomástico el sábado 1 de agosto a las 15:30 horas en la plaza de toros "Joselito Rioja", sito en Antigua Panamericana Sur Km. 39,5 altura paradero Explosivos, Lurín. Seis vaquillas de las acreditadas: "Camponuevo", "Santa



Mercedes Valdez Díaz, José María Balcázar, Fernando Roca Rey Muller y Carlos José Pareja Ríos, en la entrega de con la Gran Cruz de la Orden al Mérito por Servicios Distinguidos.

Rosa de Lima" y "Amílcar Huaracaya", para el histórico mano a mano entre Jorge Luis Sánchez "El Cholovés" y Enrique Sifuentes "El Terremoto", acompañado de sus respectivos picadores y banderilleros. Banda Orquesta La Primerísima del Sur, Lurín; variada gastronomía típica a cargo de las manos experta de Roberta y variedad de bebidas. Ingreso libre.

DAVID MARTÍNEZ DOS VUELTAS AL RUEDO EN SEGUNDA DE FERIA EN CHAVIÑA (PERÚ) 21 JUL.- Plaza de Toros de Chaviña, Ayacucho. Corrida Mixta. Segunda de Feria Taurina en Honor a la Santísima Virgen del Carmen y San Antonio de Padua. Lleno en los tendidos. Toros de "Totorá" (1° y 10°), "Flor de Moquini" (2°, 6°, 8°), "Agua Luna" (3°), "Comunidad Campesina de Chaviña" (4°, 5°, 7°, 9°, 12°, 13° y 14°) y "Virgen del Rosario" (11°), de variada presentación y juego, para David Martínez (Colombia), 3°, 7° y 11°, silencio, tras aviso, vuelta al ruedo, y vuelta al ruedo; Oscar Quiñones (Perú), 4°, 8° y 12°, silencio tras aviso, silencio y silencio tras aviso; Manuel Ponce (España), 1°, 9° y 13°, silencio, tres avisos, y silencio; el novillero Israel Flores (Perú), 2°, 6°, 10° y 14°, silencio tras aviso, silencio tras aviso, silencio y silencio. Presidente de plaza, Hugo Alvarado. Cuadra de caballos de pica "El Tío". Banda Jazz Perú Sunicanca y Banda Orquesta Imperial Ayacucho. Incidencias: El 2° astado Israel Flores brindó a Eder Allica Medina, alcalde de Sancos. El 2° astado intentó saltar al callejón. El 5° toro rompe la vara del picador. El 5° toro saltó al callejón. El 5° toro devuelto a corales, según expresó el anunciador por haber transcurrido el tiempo necesario por el torero, pero el presidente no tocó los tres avisos ¿?. El 7° toro intentó saltar al callejón. En el 9° toro el puntillero "Balán" es arrollado y casi cogido. En el 10° toro cambio de tercio sin par de banderillas alguno colocado. El 11° toro

David Martínez brindó a Eder Allica Medina, alcalde de Sancos.

ANDRÉS ROCA REY GRAN CRUZ DE LA ORDEN AL MÉRITO POR SERVICIOS DISTINGUIDOS (PERÚ). 21 JUL.- El diestro peruano Andrés Roca Rey ha sido distinguido con la Gran Cruz de la Orden al Mérito por Servicios Distinguidos, una de las más altas condecoraciones que concede el estado peruano, en reconocimiento a sus méritos y a su contribución a la proyección internacional del Perú. La distinción, otorgada por el presidente de la República del Perú y refrendada por el Ministerio de Relaciones Exteriores, reconoce la extraordinaria trayectoria del diestro peruano, convertido en la gran referencia de la tauromaquia mundial y en un destacado embajador de la cultura peruana en los principales escenarios internacionales. Tras conocer la concesión de este reconocimiento, Andrés Roca Rey ha manifestado su profundo agradecimiento por un honor que recibe con "orgullo,

emoción y una enorme responsabilidad", destacando que representa un reconocimiento no solo a su trayectoria personal, sino también a todos aquellos que le han acompañado a lo largo de su carrera. Con esta distinción, el estado peruano pone en valor la figura de Andrés Roca Rey como uno de los peruanos más universales de su generación y reconoce su compromiso permanente con la excelencia y con la representación de su país en el mundo.

PARLAMENTO ANDINO RECONOCIMIENTO "CIUDADANO DE VALOR Y EMPRESARIOS DE ÉXITOS" (PERÚ). 21 JUL.- Esta mañana el Salón Alberto Andrade Carmoña del Congreso de la República, fue locación de elección, para la Ceremonia de Reconocimiento a "Ciudadano de Valor y Líder de Éxito", a iniciativa del Parlamentario Andino, Javier Fernando Arce Alvarado, la Mesa de Honor estuvo integrada por la Alcaldesa de San Isidro, Nancy Vizurraga; Alcalde de San Bartolo, Au-



Integrantes de la Mesa de Honor, EL 21 julio en la Ceremonia de Reconocimiento "Ciudadanos de Valor y Empresarios de Éxitos" a iniciativa del Parlamentario Andino Javier Fernando Arce Alvarado.

gust Carbajal Shumacher; Director General de Nacional TV Perú, CEO Carlos Torres Martínez, distinguidas autoridades e invitados. Los Ciudadanos de Valor, son reconocidos por sus méritos especiales o actos propios que comprometen la gratitud de la sociedad y que han destacado por su labor social, profesional, intelectual y académica. Contribuyendo de manera especial al desarrollo de nuestra patria, brindando su valioso aporte al país y a la ciudadanía en general. En es contexto, este escriba recibió dicho reconocimiento en virtud a mis cuarenta y cinco años ejerciendo el periodismo especializado taurino en forma ininterrumpida, agradezco a todos quienes hicieron posible dicha distinción, así mismo, a quienes hicieron llegar su saludo y felicitación a través de las tecnologías de información y comunicación.

MIGUEL ÁNGEL PERERA Y JOAQUÍN GALDÓS PUERTA GRANDE EN TERCERA DE BAMBAMARCA (PERÚ). 20 JUL.- Plaza de toros de Bambamarca, Cajamarca. Tercera corrida de toros de Feria en Honor a la Virgen del Carmen. Tres cuartos de entrada en los tendidos. Toros del hierro "Los Azahares" de variada presentación y juego, para José Mari Manzanares (España), silencio y silencio; Miguel Ángel Perera (España), palmas y dos orejas; Joaquín Galdós (Perú), dos orejas y oreja. Incidencias: En el 5° toro ingresó al ruedo el espontáneo Felipe Saldaña Sánchez "Felipón", logrando una larga cambiada. Al término del festejo Miguel Ángel Perera y Joaquín Galdós, abandonaron el coso en volandas. Premiación: Triunfador de la feria, Joaquín Galdós. Mejor faena, Miguel Ángel Perera. Mejor ganadería, "Los Azahares". Mejor banderillero, Alonso Mamani.

OSCAR QUIÑONES SOLITARIA OREJA EN PRIMERA DE FERIA EN CHAVIÑA (PERÚ) 20 JUL.- Plaza de Toros de Chaviña, distrito de la provincia de Lucanas, región Ayacucho y una elevación de 3,310 m.s.n.m. Corrida Mixta. Primera de Feria Tau-

rina en Honor a la Santísima Virgen del Carmen y San Antonio de Padua. Lleno en los tendidos. Toros de "Casta y Sol" (1°), "Comunidad Campesina de Chaviña" (2°, 7° y 8°), "San Cristóbal de Chuima" (3°), "Virgen del Rosario" (4° y 10°), "Apóstol Santiago" (5° y 6°) y "Totorá" (9°), de variada presentación y escaso juego en términos generales, para David Martínez (Colombia), silencio tras dos avisos, silencio tras aviso y vuelta al ruedo; Oscar Quiñones (Perú), silencio tras aviso, oreja y silencio; Manuel Ponce (España), palmas y silencio tras aviso; el novillero Israel Flores (Perú), silencio tras aviso y silencio tras aviso. Presidente de plaza, Hugo Alvarado. Cuadra de caballos de pica "El Tío", titularidad de Jorge Morriberón Hinojosa. Banda Jazz Perú Sunicanca y Banda Orquesta Imperial Coracora. Incidencias: Manuel Ponce e Israel Flores, realizaron el paseillo destocado por estrenarse en esta plaza. En el 2° astado el usía ordena música ¿? El 3er., toro premiado con la vuelta al ruedo ¿? El 5° toro derriba al varilarguero Jorge Morriberón "El Moli", luego le propina una buena vara. El 8° astado intentó saltar al callejón. En el 8° astado el usía ordena música ¿?

MANUEL ESCRIBANO Y FERNANDO ADRIÁN OREJA POR COLETA EN SEGUNDA DE BAMBAMARCA (PERÚ). 19 JUL.- Plaza de toros de Bambamarca, distrito de la provincia Hualgáyo, región Cajamarca y una elevación de 2,532 m.s.n.m. Segunda corrida de toros de Feria en Honor a la Virgen del Carmen. Tres cuartos de entrada en los tendidos. Toros del hierro "San José del Monte" de variada presentación y escaso juego, para Manuel Escribano (España), oreja y silencio; Fernando Adrián (España), oreja y pitos tras dos avisos; José Garrido (España), silencio y silencio.

Mañana conmemoramos 205 años de independencia, un país grande se hace todos los días con el esfuerzo, el respeto y la unión de su gente ¡Felices Fiestas Patrias!



Joaquín Galdós, el 20 de julio con el tofeo que le acredita triunfador de la Feria Taurina Virgen del Carmen de Bambamarca 2026

SOCIEDAD Y HECHOS



Escribe: Richard Villanueva M



Fernanda Sorolla junto al Productor Pisquero Oscar Villavicencio de "Don Hipólito" Piscos y Macerados celebraron actividades por el Día Nacional del Pisco.



Raúl Chanamé Orbe participó de la Sesión Solemne del 243 Aniversario del Natalicio del Libertador Simón Bolívar.

Camila Sánchez en presentación de "Expo Huánuco FAICA 2026" a realizarse en la ciudad de Huánuco del 12 al 16 de Agosto.



Dr Hilgo Antonio Manchego junto al Dr Dimas Achahui en Ceremonia de Graduación de Conciliadores Extra-judiciales impartido por el CEFICO.



Victor Bazán Pastor fue presentado oficialmente como candidato para la Alcaldía de San Isidro por el Partido Somos Perú.



MUNICIPALIDAD DEL
CALLAO

¡SÉ LIBRE, CELEBRA FIESTAS PATRIAS SIN DEUDAS!

PAGA TUS PAPELETAS CON TU GRATI DE JULIO



PAGA AQUÍ:



DESDE
S/5.00



¡HAY UN SOLO PERÚ!

Ver hacia adelante, unir esfuerzos y trabajar por el Perú



Escribe: José Casiano Collazos

Unidad, institucionalidad y trabajo permitirán aprovechar plenamente las inmensas oportunidades del Perú.

Cada 28 de julio nuestro Perú renueva su compromiso con la libertad, la democracia y el desarrollo. Sin embargo, la celebración de la independencia también constituye una oportunidad para reflexionar sobre el país que somos y, sobre todo, sobre el país que queremos construir.

Las diferencias políticas, las tensiones sociales y las crisis institucionales de los últimos veintiséis años no deben hacernos perder de vista una verdad fundamental: hay un solo Perú. Un país diverso en culturas, geografías y pensamientos, pero unido por una historia milenaria, por un extraordinario patrimonio natural y por la esperanza compartida de vivir en una nación más justa, segura y próspera.

Hoy más que nunca corresponde mirar hacia adelante. El Perú necesita dejar atrás la confrontación permanente para abrir una etapa donde prevalezcan el diálogo, la cooperación y el trabajo conjunto. Ningún gobierno podrá enfrentar solo los enormes desafíos nacionales; tampoco ninguna fuerza partidaria podrá construir el futuro excluyendo a quienes piensan distinto.

Preocupa el comportamiento de los nuevos parlamentarios que con arengas y expresiones desafiantes convirtieron su juramentación en un show bochornoso. Terminando este artículo vemos el espectáculo de la izquierda que con la pseudo prédica del equilibrio de poderes, solo

le interesa convertirse en oposición irracional para imponer su ideología y complicar la gobernabilidad de la presidenta Fujimori que recibe en estado catastrófico.

Las agrupaciones partidarias deben entender que el verdadero patriotismo consiste en comprender que los intereses nacionales están por encima de cualquier diferencia circunstancial.

PERÚ: NACIÓN FORJADA EN LA ADVERSIDAD

Nuestra historia demuestra que el Perú siempre ha sabido levantarse frente a las dificultades. Desde la extraordinaria organización del Tahuantinsuyo hasta los desafíos de la República, el país ha enfrentado guerras, crisis económicas, fenómenos naturales y profundas tensiones partidarias sin perder su capacidad de reconstrucción.

Los incas edificaron una de las civilizaciones más importantes de América, sustentada en el trabajo colectivo, la planificación y el aprovechamiento inteligente del territorio. Esa herencia de organización y resiliencia continúa formando parte de nuestra identidad.

Durante la República atravesamos momentos dramáticos, como la Guerra del Pacífico, la violencia terrorista, crisis económicas e inestabilidad institucional. Sin embargo, una y otra vez los peruanos demostramos capacidad para reconstruir el país y mirar hacia adelante.

Esa fortaleza histórica constituye uno de nuestros mayores activos. Cuando privilegiamos el interés nacional sobre las diferencias, el Perú siempre encuentra el camino para salir adelante.

RICO EN RECURSOS Y EN TALENTO HUMANO

El Perú posee condiciones excepcionales. Su diversidad geográfica favorece una agricultura competitiva; su mar es una de las mayores reservas pesqueras del mundo; su riqueza minera impulsa el crecimiento económico y su biodiversidad abre oportunidades para el turismo, la investigación y el desarrollo sostenible.

Julio C. Tello definió al Perú como “un mendigo sentado en un banco de

oro”. La expresión mantiene vigencia porque nuestras riquezas necesitan ser administradas con visión, eficiencia y transparencia.

El principal recurso nacional es su gente. El esfuerzo de millones de trabajadores, emprendedores, profesionales, técnicos, agricultores, pescadores y jóvenes constituye la verdadera fuerza del país. Cuando ese talento encuentra instituciones sólidas y reglas claras, el crecimiento se convierte en bienestar para todos.

GOBERNAR CON EQUIPOS POR MÉRITOS

El gobierno de Keiko Fujimori, debe demostrar que el Estado puede volver a servir eficazmente al ciudadano.

Gobernar significa conformar equipos por mérito, administrar correctamente los recursos públicos y actuar con honestidad y visión de futuro. La ciudadanía espera autoridades que fortalezcan la educación, la salud, la seguridad y la inversión responsable.

La confianza pública solo podrá recuperarse mediante resultados concretos y transparencia permanente.

CONSENSO POLÍTICO PARA LAS GRANDES REFORMAS

Las democracias sólidas administran sus diferencias mediante acuerdos.

El Perú necesita recuperar una cultura política donde gobierno y oposición puedan debatir con firmeza y construir consensos sobre las grandes políticas de Estado: educación, seguridad, infraestructura, salud y lucha contra la pobreza.

La confrontación permanente prolonga la incertidumbre; el diálogo responsable fortalece la democracia y brinda estabilidad para el desarrollo.

ENFRENTAR LA CORRUPCIÓN Y EL CRIMEN ORGANIZADO

La corrupción y el crimen organizado representan hoy dos de las mayores amenazas para el desarrollo nacional.

Combatirlos exige fortalecer la Policía, la justicia y los mecanismos de transparencia del Estado. La corrupción desvía recursos públicos; la

criminalidad destruye la tranquilidad de las familias y debilita la confianza en las instituciones.

La respuesta debe ser firme, permanente y respaldada por toda la ciudadanía.

OPOSICIÓN DEMOCRÁTICA Y RESPONSABILIDAD NACIONAL

Todo gobierno democrático tendrá oposición. Esa es una característica esencial de una sociedad libre y representa un mecanismo necesario de control del poder. Sin embargo, la oposición debe ejercerse dentro de los principios constitucionales.

El Perú vive años una confrontación partidaria que deja de lado los problemas reales de la población. Mientras politiqueros discuten sus diferencias, millones de peruanos continúan esperando mejores servicios de salud, educación de calidad, seguridad y oportunidades de desarrollo.

La democracia no debe utilizarse para una lucha irracional permanente por conquistar o recuperar el poder. El gobierno democrático de Keiko Fujimori tiene una responsabilidad histórica: responder las críticas con hechos mediante una gestión eficiente y transparente.

Tiene un desafío adicional: superar las profundas diferencias que durante 26 años marcan la relación entre sus seguidores y sus opositores (“antifujimorismo”). Reducir esa brecha será privilegiando la institucionalidad, la apertura democrática y la solución de los problemas nacionales.

COMUNICACIÓN Y DEMOCRACIA RESPONSABLE

Los medios de comunicación cumplen una función esencial en nuestra democracia. Los peruanos necesitamos una información de verdad que ayude a analizar la realidad con independencia, que ayude a fortalecer la democracia y no profundizar la confrontaciones y divisiones.

Los programas políticos deben abrir espacios para nuevas voces con preparación, principios democráticos que tienen propuestas innovadoras para enfrentar los desafíos del país. Quienes ocuparon cargos en anteriores gobiernos ya tuvieron presencia en los medios,

La renovación de liderazgos es indispensable, voces que superen los conflictos del odio y el resentimiento.

La democracia no termina con el voto; continúa con la participación, la fiscalización y la exigencia de resultados. Basta de blindaje e impunidad de las malas autoridades.

RECUPERAR EL RUMBO NACIONAL

El nuevo gobierno tiene una oportunidad histórica para recuperar el rumbo nacional. La crisis acumulada y lo catastrófico del Estado, requiere decisiones firmes, equipos competentes y una visión de Estado.

Gobernar significa asumir responsabilidades difíciles, elegir funcionarios por su capacidad, enfrentar la corrupción, mejorar los servicios públicos y recuperar la confianza en sus instituciones públicas.

La historia juzgará a los gobiernos por las transformaciones que logren concretar. El ciudadano espera menos confrontación, decisiones correctas, servidores públicos comprometidos y resultados. Recuperar la esperanza y la confianza.

El gobierno de Keiko Fujimori tiene el reto enorme e inmensa responsabilidad de marcar una diferencia histórica demostrando que es posible construir una administración diferente, basada en la meritocracia, la transparencia y el respeto a la institucionalidad democrática.

Sea un gobierno que escuche, integre, gestione con eficiencia y cumpla sus compromisos.

EL PERÚ DEPENDE DE NOSOTROS

Conviene recordar que nuestra nación no se construye únicamente con discursos ni con buenas intenciones. Se edifica mediante trabajo, instituciones sólidas, respeto a la ley, unidad y compromiso ciudadano.

Hay un solo Perú. Un Perú heredero de una civilización milenaria, fortalecido por su historia republicana, privilegiado por sus recursos naturales y, sobre todo, enriquecido por el talento y la capacidad de millones de compatriotas.

Renovemos nuestra voluntad de dejar atrás la confrontación estéril para abrir una etapa de reconciliación, consenso democrático y progreso compartido. El Perú tiene todo para convertirse en una nación desarrollada; depende de que sepamos gobernarlo con honestidad, trabajar unidos y colocar siempre el interés nacional por encima de cualquier diferencia partidaria. ¡Viva el Perú!

DEL PAÍS
EL DIARIO DE LAS GRANDES MAYORÍAS

Gerente General: **Eduardo Torres Carrasco**

Editor Locales: **Luis Najarro** / Deportes: **Gustavo Barboza**

Corrección: **Alfonso Lainez**

Espectáculos: **Lucy Novoa** / Diseño Gráfico: **Joaquín Linares**

unidaddeinvestigacion@delpais.com.pe

deportes@delpais.com.pe

espectaculos@delpais.com.pe

redaccion1@delpais.com.pe

redaccion2@delpais.com.pe

Jr. Quilca 324 – Cercado de Lima – E-mail: publicidad@delpais.com.pe / direccion@delpais.com.pe / delpais@delpais.com.pe

Redacción: 3328694 - Publicidad: 424-2728 / FAX: 423-3163 / Unidad de Investigación: 424-2498 Asesor Legal: Estudios de Abogados Dr. Humberto Abanto Verástegui-4622696

Hecho el Depósito Legal. Editora DEL PAÍS S.A.C. – Jr. Quilca 324 - Lima - Depósito Legal 2004-7473

Con unidad, trabajo honesto y esperanza construiremos el futuro del Perú.

OBESIDAD: EL DIAGNÓSTICO EVOLUCIONA Y EL IMC DEJA DE SER EL ÚNICO PROTAGONISTA

Frente al avance sostenido del sobrepeso y la obesidad, la comunidad científica plantea una nueva mirada para diagnosticar esta enfermedad crónica, compleja y multifactorial. Si las tendencias actuales continúan, casi 3.000 millones de adultos —alrededor del 50 % de la población adulta mundial— vivirán con sobrepeso u obesidad para el año 2030. En el Perú, más del 60 % de personas mayores de 15 años presenta exceso de peso, condición asociada a mayor riesgo de diabetes tipo 2, hipertensión arterial y enfermedades cardiovasculares.

Durante décadas, el Índice de Masa Corporal —IMC— fue una de las herramientas más utilizadas para diagnosticar sobrepeso y obesidad. Sin embargo, un nuevo marco diagnóstico publicado en The Lancet Diabetes & Endocrinology y diferentes Sociedades científicas internacionales proponen mirar más allá de la balanza e incorporar criterios clínicos como la distribución de la grasa corporal, enfermedades asociadas, funcionalidad e historia médica. El cambio no busca descartar el IMC, sino dejar de usarlo como único indicador^{1,2,3}.

El IMC es fácil de calcular, pero puede resultar insuficiente. Josep Vidal, jefe del grupo de obesidad del Hospital Clínic de Barcelona, señala que “el diagnóstico basado sólo en el IMC es muy imperfecto por esa relación moderada que existe entre IMC y la adiposidad. Y es que la mitad de la variabilidad en la grasa corporal es lo que explica el IMC”. En la práctica,



“esto significa que dos personas con el mismo IMC pueden tener riesgos de salud abismalmente diferentes.”

Uno de los principales límites del IMC es que no distingue entre músculo y grasa, ni permite identificar dónde se localiza esta última. “Otro problema es que el IMC no ofrece información sobre dónde se localiza la grasa, lo cual es determinante para el riesgo metabólico”, aclara Vidal. La evidencia muestra que la grasa visceral eleva el riesgo de enfermedades como diabetes tipo 2 y trastornos cardiovasculares.

Por ello, los expertos recomiendan complementar el IMC con mediciones que permitan determinar la presencia de adiposidad como la circunferencia de cintura abdominal o el índice cintura-altura. Entre los nuevos criterios se plantean umbrales de riesgo de 102 centímetros de cintura en varones y 88 centímetros en mujeres; que pueden variar según el área geográfica. En cuanto a la relación cintura – altura, el punto de corte es mayor a 0.5. Además, la nueva guía propone considerar hasta 18 componentes clínicos para diagnosticar obesidad clínica.^{1,2,3}

“Esta nueva mirada permite entender mejor el riesgo real de cada persona y evitar simplificaciones que pueden retrasar la atención. La obesidad es una de las principales amenazas para el envejecimiento saludable y debe abordarse con seriedad médica, no con culpa ni estigma”, afirma Samira García, directora médica de Adium Perú.

TABACO, ALCOHOL Y VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH) ELEVAN EL RIESGO DE CÁNCERES DE CABEZA Y CUELLO

Hablar, respirar o alimentarse pueden verse comprometidos por un grupo de enfermedades que la mayoría de las veces no se detectan a tiempo. Los cánceres de cabeza y cuello comprometen zonas del organismo y pueden avanzar de forma silenciosa cuando no se identifican de manera oportuna.

No se trata de una sola enfermedad, sino de diversos tumores que pueden desarrollarse en los labios, la cavidad oral, la garganta, la laringe, la nariz, los senos paranasales y/o las glándulas salivales. Todas estas estructuras cumplen funciones esenciales, por lo que su afectación impacta directamente en la calidad de vida del paciente.

“Los cánceres de cabeza y cuello pueden comprometer órganos como la boca, la garganta y las cuerdas vocales, afectando funciones básicas

como hablar o alimentarse”, explicó el Dr. Mauricio León Rivera, director de la Liga Contra el Cáncer y cirujano oncólogo de la Clínica Ricardo Palma.

El especialista señaló que el humo del tabaco contiene sustancias cancerígenas que dañan directamente estos tejidos y generan alteraciones celulares. A esto se suma el consumo de alcohol, que irrita las mucosas y facilita la absorción de compuestos tóxicos, incrementando el riesgo cuando ambos factores se combinan.

Asimismo, indicó que el virus del papiloma humano (VPH), que puede transmitirse a través del contacto íntimo, incluido el sexo oral, también se ha vinculado con el desarrollo de cáncer en la garganta.

Uno de los principales problemas es que los síntomas iniciales suelen ser



ignorados. Lesiones en la boca que no cicatrizan, cambios persistentes en la voz, dificultad para tragar o la presencia de bultos en el cuello pueden confundirse con afecciones comunes, retrasando el diagnóstico.

“El problema no es que estos cánceres no den señales, sino que muchas veces no se les presta atención. Cuando un síntoma persiste, es fundamental acudir a una evaluación médica oportuna con la especialidad de cabeza y cuello”, añadió.

En el marco del Día Mundial contra el Cáncer de Cabeza y Cuello, que se conmemora cada 27 de julio, el llamado es reducir los factores de riesgo, no minimizar ningún síntoma y acudir a un especialista ante cualquier señal persistente, puede marcar la gran diferencia.

CIRCO SOBRE HIELO ADELANTA LA MAGIA DE “ALADINO Y EL MISTERIO DE LA LÁMPARA” EN SHOWCASE

A poco de iniciar su temporada, el Circo Sobre Hielo presentó un espectacular adelanto de “Aladino y el Misterio de la Lámpara”, producción internacional que combinará patinaje artístico, acrobacias, equilibrio extremo, contorsión, ventriloquia y humor. El espectáculo permanecerá en cartelera hasta el 16 de agosto en La Cúpula de las Artes.

Durante el showcase, los artistas ofrecieron una muestra de la destreza, el riesgo y la fantasía de esta nueva propuesta familiar, inspirada en el clásico relato de “Las mil y una noches”. La función transportará al público al universo de Aladino, un joven soñador cuyo destino cambia al encontrar una misteriosa lámpara habitada por un poderoso genio.

Genís Matabosch, doctor en Historia del Circo y uno de los principales especialistas internacionales en artes circenses, explicó que el proyecto representa la primera co-producción internacional realizada por Prodartes y que su preparación ha demandado más de un año de trabajo artístico, técnico y logístico.

“Estamos hablando del mayor espectáculo de circo sobre hielo que se ha visto en el Perú. El gran desafío es unir tres talentos muy distintos: campeones de patinaje artístico, artistas especializados en circo sobre hielo y artistas de circo convencional, todos al servicio de la historia de Aladino”, señaló durante la conferencia de prensa.

La producción reunirá a 30 artistas de 12 nacionalidades, procedentes de países como Rusia, Ucrania, Italia, Francia, Inglaterra, Canadá y Japón. Para Matabosch, esta diversidad convierte al elenco en una auténtica “Torre de Babel” sobre hielo, cuyos integrantes comparten el propósito de contar la historia de Aladino a través del patinaje, el circo y una puesta en escena exuberante.

El montaje contará con 200 trajes creados especialmente para la temporada y se desarrollará sobre una pista de casi 400 metros cuadrados de hielo natural, que debe mantenerse refrigerada eléctricamente durante las 24 horas del día. La producción aprovechará, además, la altura y visibilidad total de La Cúpula de las Artes para presentar números aéreos sobre patines, entre ellos cintas y telas.

“La Cúpula... es un espacio maravilloso y el único circo de visibilidad total que hay en Perú. No tiene mástiles ni columnas y su gradería permite que todos los espectadores tengan una visión excepcional de la pista”, destacó Matabosch. Tras culminar su temporada en Lima, la producción viajará a España, donde será presentada durante la temporada navideña, considerada una de las fechas más importantes para el circo en ese país.



EMPEZÓ LA CUENTA REGRESIVA: BLACK EYED PEAS ESTARÁ ESTE 2 DE SETIEMBRE EN EL ARENA 1 PARK

La cuenta regresiva comenzó. Black Eyed Peas, una de las agrupaciones más exitosas e influyentes de la música global, regresa al Perú este 2 de setiembre para protagonizar un concierto en el Arena 1 Park.

Después de 15 años de ausencia, la banda estadounidense volverá a encontrarse con sus seguidores peruanos.

Reconocidos por transformar la música pop y llevar el hip hop a nuevas dimensiones, Will.i.am, Apl.de.Ap y Taboo regresan con un show que reunirá los himnos que han marcado a toda una generación.

Los temas confirmados en el setlist son “I Gotta Feeling”, “Where Is The Love?”, “Boom Boom Pow”, “Pump It”, “Let’s Get It Started”, “Meet Me Halfway”, “Rock That Body”; entre otras.

Con más de 30 años de trayectoria y una impresionante lista de éxitos que han marcado la historia de la música contemporánea, Black Eyed Peas se mantiene como una de las bandas más influyentes y exitosas del planeta.

Ganadores de múltiples premios internacionales, con millones de discos vendidos y una vigencia indiscutible, su música continúa conquistando a nuevas generaciones alrededor de todo el mundo.

El regreso al Perú tiene además un significado especial. Su última presentación en Lima, realizada en 2010 ante más de 32 mil personas, quedó grabada en la memoria de los fanáticos como uno de los conciertos más impactantes de la década.

Lima será la primera parada de su esperado recorrido por Sudamérica antes de continuar hacia Brasil para presentarse a la cabeza del Rock in Rio, uno de los festivales más importantes del mundo. Este hecho convierte a la capital peruana en el punto de partida de una gira que promete hacer historia en la región. La preventa de entradas a través de Ticketmaster.



Luz del Sur S. A. A.

Lima, 27 de julio del 2026.

Estimados Clientes:

Dando cumplimiento a lo dispuesto en la Ley de Concesiones Eléctricas, Decreto Ley N° 25844, Artículo 87, informamos de interrupciones en el servicio eléctrico.

Distrito	Zona afectada	SED	Inicio Interrupción	Fin Interrupción
La Victoria	Jr. H.Unanue cuadra 4	S00030 Llave 4	25/07/2026 08:32	
Santiago de Surco	Urb. Residencial Casablanca	A20948 Llave 3	25/07/2026 09:43	25/07/2026 17:15
San Juan de Miraflores	Mz.T, PJ Santa Isabel de Villa	A03715 Llave 2	25/07/2026 08:31	26/07/2026 11:00
Chaclacayo	AH San Bartolomé, Carr.Central Km.23.5	A02680 Llave 4	26/07/2026 10:11	

Estas interrupciones del servicio fueron causadas por daños en la red de baja tensión ocasionados por terceras personas, lo que originó el corte de energía en la zona.

Inmediatamente después de constatada la magnitud del daño, LUZ DEL SUR normalizó los circuitos afectados.

LUZ DEL SUR agradece la comprensión de sus clientes, por estas interrupciones ocasionadas por causas fuera de su control.

LO QUE LA EDAD MEDIA PUEDE ENSEÑARNOS PARA PREVENIR EL AGOTAMIENTO EXTREMO

Autor, David Robson
Título del autor, BBC News

El estrés y el agotamiento mental no son nada nuevo: en la Edad Media ya eran muy comunes. Y la sabiduría medieval sobre cómo afrontar los sigue siendo sorprendentemente válida hoy en día.

Los síntomas, como observó Juan Casiano, eran siempre los mismos: cansancio y desesperanza, un anhelo de estar en cualquier lugar menos en el trabajo y confusión mental, una especie de confusión irracional que hacía que sus compañeros se sintieran ociosos e inútiles y anhelaran el consuelo del sueño.

Si alguna vez has sufrido agotamiento, cansancio o depresión, probablemente te resulten familiares algunos de estos síntomas que parecen dolencias exclusivas de las presiones del siglo XXI.

Pero Casiano escribió en el siglo V después de Cristo, y su público no fueron los ejecutivos o emprendedores actuales, sino los primeros cristianos agotados por sus esfuerzos espirituales.

Entonces, ¿podrían estos relatos ayudarnos a entender nuestro malestar moderno e incluso sugerir una cura?

Ese es el argumento del nuevo libro del historiador Peter Jones, "Autoayuda desde la Edad Media: un viaje a la mente medieval", que ofrece una visión fascinante de las maneras en que los "sacerdotes terapeutas" —término acuñado por Jones— guiaban a sus feligreses para salir de la angustia espiritual.

Su investigación revela cuán comunes han sido los sentimientos de agotamiento a lo largo de la historia, un reconocimiento que puede brindar consuelo a cualquiera que atraviese una noche oscura del alma.

"Hay tanta sabiduría en la Edad Media", dice Jones. Después de todo, ya hemos visto una proliferación de libros de "filosofía del estilo de vida" que se inspiran en las obras de los antiguos estoicos; tal vez llegó la hora de seguir el ejemplo de algunos manuscritos medievales.

Perdido en Siberia

Jones se inspiró para escribir el libro tras una crisis personal: el invierno más crudo de su vida.

Por razones que aún le cuesta comprender, había aceptado la cátedra de Historia en la Universidad de Tyumen, en Siberia.

Las temperaturas eran tan bajas que perdió la sensibilidad en las piernas tras pasar apenas 20 minutos al



aire libre.

Tenía dificultades con el idioma y echaba muchísimo de menos a su familia en Irlanda.

"Se suponía que debía estar investigando y planificando mis clases, avanzando con mi vida", escribe. "Pero no era capaz de hacer absolutamente nada".

Sin embargo, al comenzar a diseñar un nuevo curso sobre los Siete Pecados Capitales, empezó a encontrar ecos de su propia infelicidad en los relatos medievales que estaba estudiando.

"Se ve que pasaron exactamente por lo mismo que nosotros", reflexiona. "Los sentimientos siempre han sido los mismos, y la gente ha sufrido las mismas crisis".

Los pecados capitales, explica Jones, no aparecen en la Biblia, sino que fueron formulados por pensadores cristianos primitivos como Casiano.

Posteriormente, los perfeccionó el papa Gregorio Magno, quien —como escribe Jones en su libro— "pensó que serían la herramienta perfecta para comprender los trastornos de la mente".

Este marco, que "ordenaba y procesaba todos los pensamientos", comprendía: orgullo, envidia, ira, pereza, avaricia, gula y lujuria.

En el siglo XIII, surgieron varios manuales populares para guiar a los sacerdotes terapeutas sobre la mejor manera de ayudar a sus feligreses a superar estos problemas durante la confesión.

"Al examinar estos materiales, se asemejan mucho a la terapia", afir-

ma Jones. En lugar de amonestar a la congregación, "fomentan una conversación profunda y matizada, que llega al fondo del asunto".

Acedia: ausencia de amor, vacío del espíritu

La pereza era la palabra que mejor describía los sentimientos de Jones en Siberia.

Hoy en día, podríamos asociar esa palabra con la indolencia o la pereza deliberada, pero los escritores medievales reconocían el vacío emocional que subyace a esta aflicción.

Conocida entonces como acedia, abarcaba "una ausencia de amor, una parálisis de la preocupación, un vacío del espíritu", escribe Jones.

"Es cuando todo aquello que antes alegraba tu día ahora te deja frío e indiferente".

Jones afirma haber encontrado un gran eco en un texto del siglo XIII, conocido como MS 306 en el Trinity College de Dublín.

El autor describe la acedia como "estar en medio de un río caudaloso, frente a una corriente que espumea y golpea mis piernas, pero sin la energía para avanzar"; sentimientos de inercia que le resultaron demasiado familiares durante su invierno en Siberia.

Mientras tanto, los escritos del Archipoeta —un autor anónimo de la Alemania del siglo XII— detallan las enormes frustraciones de su trabajo como burócrata, con quejas que podrían resonar en cualquier ejecutivo actual.

"Sus poemas trataban sobre trabajar sin descanso en un empleo fútil

que él consideraba insignificante y sin sentido, entregándolo todo mientras se exigía al máximo".

Jones, por supuesto, no es el único historiador que ha encontrado estos paralelismos entre las dolencias medievales y las modernas.

En su libro *Exhausted*, la historiadora cultural y coach ejecutiva Anna Katharina Schaffner establece una conexión directa entre el agotamiento laboral actual y la acedia descrita por los cristianos medievales, cuyos síntomas incluían la tendencia a comer compulsivamente y a buscar distracciones sin sentido en lugar de un trabajo significativo.

"Es un círculo vicioso clásico: los académicos se vuelven cada vez menos capaces de meditar y contemplar asuntos de naturaleza espiritual, mientras que sus estrategias desacertadas para recuperar energías agravan aún más su condición", escribe.

"En ese sentido, son como nosotros: personas agotadas y quemadas del siglo XXI que se involucran en una serie de actividades igualmente improductivas".

Campos espinosos y montañas imponentes

¿Cuáles eran, entonces, las soluciones? El autor del manuscrito MS 306 ofrece una alusión bíblica elíptica. "Te guste o no, los jebuseos viven dentro de tus fronteras", escribió. "Puedes someterlos, pero no exterminarlos".

Los jebuseos, explica Jones, eran una tribu antigua que había invadido Jerusalén y era imposible expulsarlos.

De esta manera, el autor aconseja a quien padece acedia que aprenda a convivir con sus sentimientos, sin luchar contra ellos.

El Tratado sobre las Virtudes y los Vicios de William Peraldus adopta un enfoque similar.

"Nos decía que recordáramos que el campo cubierto de espinas algún día dará fruto".

Para reorientar nuestra forma de pensar, Peraldus sugiere encontrar una "montaña fuerte", algún tipo de propósito superior que nos ayude a superar los momentos difíciles.

"Necesitas el apoyo y la fuerza de alguien a quien amas o de algo que amas para salir adelante", explica Jones. "Si tienes fe en las cosas que amas, con el tiempo volverán a ti".

Jones teme que, en una conversación, sin la solemnidad de las fuentes originales, "estas cosas puedan sonar triviales", pero sus resúmenes recuerdan inquietantemente a los tratamientos actuales para el agotamiento y otros problemas emocionales.

La Terapia de Aceptación y Compromiso, por ejemplo, nos anima a reconocer nuestras emociones sin intentar cambiarlas.

Además de aprender a convivir con ellas, se nos aconseja identificar nuestros valores personales y tomar medidas significativas para vivir de acuerdo con ellos.

Si añadimos algunas metáforas medievales de campos espinosos y montañas imponentes, tenemos algo muy parecido a la prescripción de Peraldo de hace 800 años.

Quizás lo más importante es que estos pensadores medievales nos recuerdan el poder del autoperdón, otro tema recurrente en la psicoterapia moderna.

Jones cita los escritos del siglo XII de Bernardo de Claraval, uno de los cofundadores de los Caballeros Templarios.

"Comparaba vivir una buena vida con correr por un terreno accidentado, y decía que cualquiera que corra una distancia lo suficientemente larga acabará cayendo o tropezando", explica Jones.

"Todos tendremos momentos de total desorientación".

Hay un gran consuelo, afirma, en reconocer que no estamos solos en nuestro sufrimiento; sea cual sea nuestra aflicción, la gente se ha sentido así durante miles de años.

"Es reconfortante sentir la compañía de quienes han vivido lo mismo", concluye.

Alianza Lima empató con Comerciantes Unidos y se pone a dos puntos de los líderes

Alianza Lima, con un trascendental Eryc Castillo, resignó este domingo un empate (2-2) con Comerciantes Unidos en Cutervo, en partido que bajó el telón de la segunda fecha del Torneo Clausura, resultado que lo mantiene invicto en la altura y el certamen, pero que le hizo perder el liderato.

El equipo íntimo comenzó ganando el partido con un buen gol de Eryc Castillo, a los 16 minutos. El delantero fue habilitado por Renzo Garcés, quien inició un contragolpe letal, para quedar solo con el arquero y colocar el balón hacia un costado y decretar el 1-0.

Este tanto hizo pensar en que Alianza Lima manejaría las acciones y el juego, pero no fue así porque le cedieron el balón a los dueños de casa que comenzaron a hilvanar jugadas con un desequilibrante Rodrigo Vilca.

Comerciantes Unidos tuvo su premio en el último minuto del primer tiempo, cuando el delantero argentino nacionalizado peruano Matías Sen de un cabezazo dentro del área colocó el 1-1.

El segundo tiempo fue la copia fiel del primero, con un Alianza Lima in-

vitando a salir a los de Comerciantes Unidos para hacer daño en el contragolpe aprovechando la velocidad de Luis Advíncula y Eryc Castillo.

Al principio la fórmula falló porque el conjunto local aprovechó la debilidad de la defensa aliancista para ponerse adelante en el marcador. Otra vez ganaron por arriba y, en esta ocasión, Josue Herrera de un cabezazo, tras centro de Vilca, convierte el 2-1, a los 50 minutos.

Esto golpeó a los limeños que salieron a buscar la remontada. Bueno, primero hallaron la igualdad en el minuto 66. Nuevamente Eryc Castillo apareció para salvar a Alianza Lima.

El extremo ecuatoriano apareció dentro del área de Comerciantes para anotar de rebote tras un remate de Alan Cantero. El tanto se demoró en ser validado por la intervención de VAR, que la revisó una y otra vez.

Es el segundo doblete de convierte Castillo en lo que va del Clausura. En la primera fecha también anotó los dos goles en el triunfo de 2-1 ante Sport Huancayo en Matute.

Con este resultado, Alianza Lima sumó cuatro puntos y se quedó a dos de los líderes FBC Melgar y Universitario, que tienen 6 unidades.



Héctor Cúper reveló el plan que tiene con Gianluca Lapadula en Universitario de Deportes

Héctor Cúper, entrenador de Universitario de Deportes, reveló el cuidado y seguimiento que se viene haciendo con Gianluca Lapadula, flamante fichaje de los cremas, para conseguir su mejor rendimiento en beneficio del club.

El 'Bambino' llegó a Universitario para reforzar la plantilla de cara al Torneo Clausura. Con 36 años y un largo recorrido por el fútbol italiano, así como la experiencia tenida en la selección peruana, Lapadula genera mucha expectativa en la hinchada merengue por lo que puede aportar al club.

El debut oficial de 'Lapagol' con su nueva camiseta fue en la fecha 1 ante ADT en Tarma (2-1), donde ingresó a los 82 minutos; sin embargo, su debut goleador se dio en el Estadio Monumental, ante Cusco FC. Gianluca ingresó a los 75' y marcó el tanto de la victoria en la agonía del partido (90+4').



Peruana Luciana Zegarra ganó medalla de bronce en el Mundial de Remo Sub-23

La peruana Luciana Zegarra conquistó este domingo la medalla de bronce en la prueba single sculls peso ligero femenino del Campeonato Mundial de Remo U23 2026, disputado en Duisburgo (Alemania).

La peruana protagonizó una extraordinaria remontada en los últimos 500 metros y, en un emocionante cierre, superó a la vigente campeona mundial de la categoría para asegurar el tercer lugar con un tiempo de 7:48.21, alcanzando el podio por una diferencia de apenas 26 centésimas.

El podio quedó de la siguiente manera: Nathalie Sendjuk (Alemania), Maryia Barysevich (AIN) y Luciana Zegarra. Esta es la segunda medalla peruana en un Mundial U23 de Remo.

Este resultado marca la segunda medalla de Perú en la historia de un Mundial Sub-23 de Remo, consolidando el crecimiento del remo nacional en la élite internacional.



El Como prohíbe los remates de cabeza a sus futbolistas de las academias Sub-10

El club italiano Como ha decidido poner en marcha un programa en su centro de formación para "reducir los impactos de cabeza innecesarios", llegando a prohibir el juego aéreo a sus jugadores de menos de 10 años.

El programa incluye la prohibición de rematar de cabeza en entrenamientos y partidos, con saques de esquina rasos, para los menores de 10 años. Las mismas restricciones se aplican a los menores de 11 años, que podrán iniciarse en el juego de cabeza al final de temporada con un balón de caucho.

Las categorías de edad superior irán familiarizándose progresivamente con el juego aéreo, con un número de remates limitado por sesión y evitando el uso de balones excesivamente hinchados.

Frente a la creciente preocupación vinculada a las consecuencias del juego aéreo repetido y las conmociones, varios países y deportes como el rugby, fútbol o balonmano

han tomado medidas. En Inglaterra, Escocia, Gales e Irlanda se eliminó el juego de cabeza en entrenamientos para equipos de menores de doce años.

La iniciativa fue impulsada por Raphaël Varane, campeón del mundo con Francia en 2018 y actual miembro del Consejo de Educación del club italiano. Varane llegó al Como en 2024 como futbolista, pero una lesión lo obligó a retirarse antes de debutar en la Serie A. Desde entonces pasó a formar parte de la directiva del club.

Estos últimos años, exjugadores profesionales y las familias de otros siete ya fallecidos han iniciado acciones judiciales contra varias instituciones dirigentes del fútbol británico, a las que acusan de haber "sido siempre perfectamente conscientes" de los riesgos de conmociones y lesiones cerebrales a las que se exponen los jugadores, sin que ello implicase adaptar las medidas de seguridad necesarias.

El adiós de un ídolo: Juanfer Quintero deja River Plate tras entredicho con DT Coudet

River Plate anunció en la noche del viernes la salida del talentoso volante colombiano Juan Fernando Quintero, dando un cierre a diferencias entre el referente histórico y el actual entrenador de los Millonarios.

"El Club Atlético River Plate y Juan Fernando Quintero acordaron de común acuerdo la rescisión del vínculo contractual", publicó la entidad en sus redes sociales sobre la salida del colombiano, que estaba distanciado del entrenador Eduardo Coudet.

En la despedida, River destacó "el talento de Juanfer" y aseguró que "su aporte fundamental en el momento más decisivo quedarán para siempre en la historia grande del Club, que se convirtió en su casa durante todos estos años compartidos" y le deseó "éxitos" en su próxima etapa.

Quintero participó del Mundial 2026 con Colombia. Tras la Copa se quedó en Miami y desde allí, en declaraciones a ESPN, dejó en claro sus diferencias con el actual conductor del plantel de River.

"El entrenador dijo una cosa, pero yo había hablado otra con el presidente (Stefano Di Carlo)", dijo Juanfer, en alusión a su actualidad desde Miami.

"Con el Chacho (Coudet) no tuve la mejor continuidad. En la final [del Apertura 2026, ante Belgrano] jugué cinco minutos. Alguien inventó que yo no estaba al ciento por ciento", pero no era así, señaló el jugador cafetero.



Atlético de Madrid ficha al centrocampista surcoreano y campeón de Champions Kang-In Lee

El Atlético de Madrid anunció el sábado el fichaje del centrocampista ofensivo surcoreano Kang-In Lee, doble campeón de Europa con el Paris Saint-Germain, por las próximas cinco temporadas.

"El Atlético de Madrid y el Paris Saint-Germain han llegado a un acuerdo para el traspaso de Kang In Lee, que firma por nuestro club hasta el 30 de junio de 2031", anunció el club rojiblanco, sin revelar el montante de la operación.

Según una fuente cercana a las negociaciones consultada por la AFP, el fichaje podría haber alcanzado los 40 millones de euros (45,5 millones de dólares).

La nueva estrella de la selección surcoreana dejará París luego de tres temporadas en las que no ha logrado asentarse como titular, pero con 12 trofeos en su palmarés, incluidas las dos últimas Ligas de Campeones.

El club parisino agradeció "calurosamente" al jugador "todo lo que ha aportado al club" y le deseó "lo mejor para el resto de su carrera".

Kang-In Lee regresará así a España,



ña, país al que se mudó con su familia en 2011, con 10 años, tras ser detectado por la cantera del Valencia.

Jugador del primer equipo durante tres temporadas completas (2018-2021), el surcoreano fue traspasado al Mallorca y dos años después aterrizó en París.

Su llegada al Atlético sirve para reforzar el sector ofensivo, debilitado tras la salida de Antoine Griezmann. El surcoreano es el tercer fichaje de los colchoneros, tras el centrocampista danés Morten Hjulmand y el lateral español Alejandro Grimaldo.

**Íntimos
lograron un
empate 2-2 con
Comerciantes,
quedando a dos
puntos de los
líderes**



ALIANZA NO PIERDE EN ALTURA

**El conjunto victoriano sigue con
su racha invicta en las ciudades
de altura en el presente año.**