

COVID-19: PACIENTES CON CÁNCER RECIBIRÁN CUARTA DOSIS

También los pacientes con trasplantes



'Paloma de la guaracha' asegura que está pasando frío y hambre, hasta el punto de llegar a mendigar



VIVE UN DRAMA EN ITALIA

DIRECTORA: SILVIA GAVIDIA ROMÁN

Lima, jueves 24 de febrero del 2022

Año 22 Número: 10156

LIMPIAN EL CUERPO, BAJAN EL COLESTEROL, FORTALECEN EL SISTEMA INMUNITARIO...

AJO Y MIEL, UNA DUPLA MILAGROSA



● Juntas también son excelentes para males respiratorios cómo la tos con flema.

¡RUSIA -UCRANIA!

PAISES VECINOS SE PREPARAN PARA LA GUERRA

Hungría despliega tropas en la frontera; República Checa pide la aceleración de los reclutamientos



Peluchín arremete contra el bailarín de Melissa Paredes tras su ingreso a EEG



“¿SE LE HIZO AL BUSCA FAMA!”

Detenido está implicado en el crimen de sus connacionales en SMP



VENEZOLANO ASESINÓ A DOS COMPATRIOTAS

Suplemento Especial Quincenal

Febrero 28

AUDITOR MUNICIPAL

GRATIS con tu diario

LA RAZÓN

EL SUJETO INCLUSIVE INTENTÓ PAGARLE A LA JOVEN DE 15 AÑOS POR FOTOS DE SU TRASERO Y PIES

Padre de famosa TikToker mata a acosador que entró en su casa armado

Ava Majury, una adolescente de Florida, ganó una legión de fans gracias a sus videos publicados en la red social TikTok. Pero el pasatiempo se convirtió rápidamente en una pesadilla cuando un acosador apareció en el domicilio de su familia en 2020 y disparó una escopeta a través de la puerta de su casa.

Ava Majury creó una cuenta de TikTok en 2020 cuando tenía solo 13 años. En un año ya tenía más de un millón de seguidores al compartir videos de ella bailando y sincronizando los labios con música de moda. Fue en la primera semana de la pandemia cuando Ava notó que recibía mensajes de un fan en particular en sus cuentas en Instagram, Snapchat y TikTok.

Majury ha contado ahora en un reportaje de 'The New York Times' que desde el principio respondió al usuario, Eric Rohan Justin, de 18 años, como lo hacía con otros seguidores, solo con saludos generales.

«Solía responder a mis

fans, con 'Oye, ¿cómo va tu día?'», le explicó al periódico estadounidense.

Pero a partir de ahí, sin que Ava lo supiera en ese momento, Justin logró entablar relación con algunos de los compañeros de clase, pagándoles a cambio de fotos de ella y de su número de teléfono.

PAGÓ POR FOTOS

Ava, que gana miles de dólares gracias a acuerdos de patrocinio como 'influencer', recibió permiso de sus padres para venderle a Justin algunas fotografías que ya había compartido en Snapchat. «No estaba enviando nada de mi cuerpo», señala Ava. «Eran solo fotos de mi cara, que es lo que supongo que estaba pagando».

Pero poco después, Justin comenzó a enviarle mensajes solicitando «fotos del trasero» y de sus pies a cambio de dinero. En ese momento, Ava bloqueó a Justin en todas sus cuentas, pero él insistió, le



envió tres pagos por un total de más de 600 dólares y le rogó que le desbloqueara.

AUMENTO DEL ACOSO Y ATAQUE

El padre de Ava, Rob Majury, un teniente de policía retirado, le ordenó a Justin por mensaje de texto que dejara de contactar con su hija. Sin embargo, el comportamiento de Justin a partir de ahí tomó un giro amenazante. Se puso en contacto con uno de los compañeros de clase de Ava y comenzó a planear su ataque, según los mensajes de texto



proporcionados al 'Times'.

Justin incluso le preguntó al compañero de clase si tenía acceso a un arma y le escribió:

«Creo que podría romper la puerta con una escopeta».

La familia de Ava se enteró de que Justin vivía cientos de

kilómetros al norte, lo que alivió algunos de sus temores. «De alguna manera desacredité lo que podría haber sido una amenaza», indicó Rob al 'Times'.

Pero el plan amenazante de Justin se convirtió en realidad el 10 de julio de 2020, cuando irrumpió en la propiedad de la familia de Ava y disparó su escopeta a través de la puerta principal. «Todo lo que recuerdo es que lo escuché, miré hacia arriba y había un agujero en mi puerta por los fragmentos», recuerda Ava.

Su padre saltó de la cama y corrió hacia la puerta principal, donde vio a Justin en el jardín delantero. La madre de Ava llamó emergencias. El teniente de policía retirado persiguió al joven, pero tropezó y cayó, momento en el que el sospechoso huyó. El padre cogió su pistola y montó guardia hasta que llegara la policía. Pero antes de que lo hicieran, Justin regresó. El padre de Ava le ordenó a Justin que soltara la escopeta, pero él se negó y le apuntó con su arma, esto provocó que el padre abriera fuego y matara al acosador.

La policía encontró a Justin con dos teléfonos móviles que contenían miles de fotos de Ava. La investigación está en curso. El padre de Ava explica que la policía le dijo que el tiroteo estaba justificado. A pesar de la dramática experiencia, Ava permanece en TikTok y otras redes sociales. La madre de Ava, Kim Majury, le dijo al 'Times' que no quería permitir que «individuos enfermos» obligaran a su hija a dejarlas.



elChino
El diario de las multitudes

DIRECTORA:

Silvia Gavidia Román

Urb. Los Cedros de Villa mz. D 10
Lt. 50 - Chorrillos

Contenido elaborado por
EDITORIAL BERTONE S.A.C.

PÁGINA WEB: WWW.ELCHINO.PE
E-MAIL: ELCHINO@ELCHINO.PE

LA EMPRESA Y LA DIRECCIÓN
DEL DIARIO NO SE HACEN
RESPONSABLES POR LOS
ARTÍCULOS FIRMADOS



Repartidores realizan piques ilegales en playa de Chorrillos

Cuando el sol se esconde, motociclistas que durante el día trabajan como delivery se apoderan de los alrededores de la playa La Herradura en Chorrillos y comienzan a realizar piques ilegales y maniobras peligrosas

poniendo en peligro su seguridad y la de las personas que transitan en el lugar. Los vecinos en la zona revelaron que los repartidores se juntan muy cerca del boulevard de La Herradura y cierran las pistas. “Es de toda la vida, los

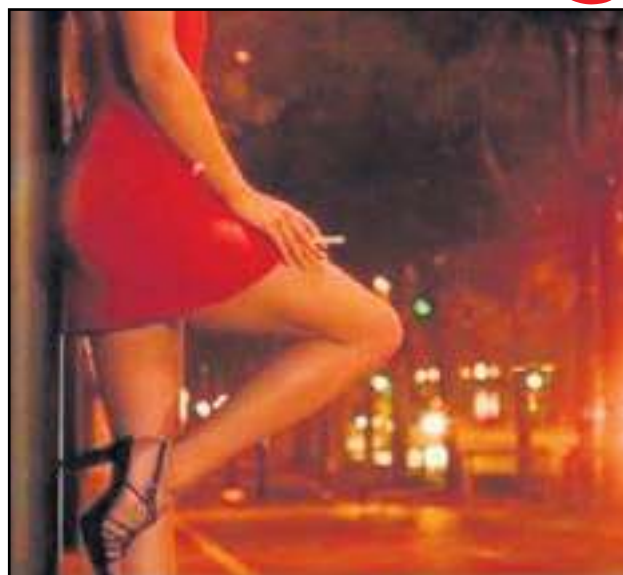
repartidores llegan como a las 10 de la noche, cierran las calles y comienzan a realizar sus piques ilegales. Si uno le dice algo lo agreden”, dijo un comerciante. Además, manifestó que la policía y serenazgo no pueden con

los motociclistas ya que serían demasiado. “Ya ha venido la municipalidad, los espantan por una hora y de nuevo regresan con más fuerza. Incluso se quedan hasta el día siguiente haciendo piruetas”, señaló.

SE TRATARÍA DE DOS TRABAJADORES SEXUALES QUE SE HABRÍAN NEGADO A PAGAR CUPOS

Mafiosos atacan a balazos a mujeres en El Agustino

Dos mujeres, quienes serían trabajadoras sexuales, se han convertido en nuevas víctimas del ataque de mafias. Y es que durante la madrugada del último miércoles, dos sujetos a bordo de una motocicleta dispararon contra las féminas que se encontraban en la cuadra 25 de la avenida Carlos Mariátegui, cerca a Puente Nuevo, distrito del Agustino.



considera que se podría tratar de la misma banda que causó la muerte de dos meretrices, una de nacionalidad venezolana y otra ecuatoriana, quienes fueron asesinadas en el Jirón Zeptita, en el Cercado de Lima.

MAFIAS EXTORSIONAN A TRABAJADORAS SEXUALES

De acuerdo a un reporte difundido en el programa Punto Final, las mafias “Dinastía Alayón” y el “Tren de Aragua” están amenazando a las trabajadoras sexuales extranjeras que llegan hasta las calles cercanas a la plaza Dos de Mayo y el distrito de Lince. Los dos grupos de extorsionadores y asesinos exigen el pago de cupos para dejarlas ocupar estos lugares.

“La plaza, a partir de esta semana, será 200 soles. A partir de este momento, le trabajan al Tren. Mañana es el día de pago. Aquella que le pague a las peruanas o suba a la casa, nos



pero esto no sucedió así, heridas lograron escapar de los sicarios. La Policía Nacional del Perú (PNP)

pagará también a nosotros y, la que se ponga en contra, la agarraremos de ejemplo”, se lee en los mensajes difundidos.



agraviadas. Es muy probable que el objetivo haya sido asesinarlas

lograron escapar de los sicarios. La Policía Nacional del Perú (PNP)

Capturan a venezolano que asesinó a dos compatriotas suyos

El distrito de Los Olivos, fue escenario de la captura del venezolano, Franyerson Humberto Bolívar Graterol, quienes señalado de haber participado en el secuestro y asesinato de sus compatriotas Emilio José Longa Rodríguez (24) y Gustavo Alberto Manrique Brandes (33), cuyos cadáveres fueron hallados carbonizados el 9 de noviembre del 2021, en San Martín de Porres.

Franyerson fue capturado por inmediaciones del Palacio Municipal, en Los Olivos. El sospechoso tiene 29 años y le dicen ‘Cachete’. Tenía una orden de detención preliminar



y fue detenido por una brigadier especial de la División de Homicidios, a cargo del coronel Víctor Revoredo. La División de Homicidios se encargará de las investigaciones.

Hombre de 75 años desaparece misteriosamente

Días de angustia viven los familiares de Jorge Nicolás Chávez Vilchez de 75 años, radicado en los Estados Unidos. Y es que desde el domingo se desconoce el paradero del septuagenario. Lo último que se supo es que quedó en reunirse con sus amigos en un campo deportivo de Carmen de la Legua, pero no llegó.

Según indicaron sus familiares, Jorge Chávez, salió con dirección a la loza de-

portiva llevando consigo su pasaporte y tarjetas de crédito. Sin embargo, dejó en casa sus dos teléfonos celulares, motivo por el cual ninguno de sus allegados puede ubicarlo.

Chávez vino a pasar unos meses al Perú, desde EE.UU. La denuncia de su desaparición fue puesta en la comisaría de Carmen de la Legua. Si tiene alguna información puede llamar al 975086186 o la línea 114.



Suplemento Especial
Quincenal

Febrero
28

AUDITOR
MUNICIPAL

BURGOMAESTRE ANUNCIA LA CREACIÓN DE DIRECCIÓN NACIONAL
de Ate plantea

LA RAZÓN
Una línea de pensamiento
García Latorre
1970-1980 TARRAGONA
CELULAR:
957055004
CORREO:
diariodelazon@grupolarazon.pe

GRATIS

con tu diario

LA RAZÓN



María del Carmen Alva: El que nada debe, nada teme

La presidenta del Congreso, María del Carmen Alva, se refirió en torno a las dos mociones de censura en su contra, una presentada por la bancada de Perú Libre y otra de Perú Democrático, agrupación cercana al Gobierno. Al respecto, la titular del Parlamento dijo estar tranquila y que los legisladores tienen el derecho de presentar las acciones que consideres.

“Tienen todos su derecho de presentar mociones de censura, por mi parte estoy tranquila porque el que nada debe, nada teme. En lo que corresponde a los congresistas sabemos que nosotros fiscalizamos y llamamos la atención de las cosas que vemos y damos esta información para que el Poder Ejecutivo pueda tomar las decisiones que correspondan”, dijo.

El lunes pasado, una segunda moción de censura fue presentada contra la titular del Congreso por la reunión que sostuvo con un grupo de parlamentarios, en la cual se habría hablado de la vacancia presidencial.



LIDERESA DE FUERZA POPULAR KEIKO FUJIMORI EXIGE SALIDA DEL TITULAR DEL MTC JUAN SILVA

Promoverán “censura inmediata” de ministro de Transporte

La lideresa de Fuerza Popular, Keiko Fujimori, aseguró que la bancada de su partido político promoverá una “censura inmediata” contra el ministro de Transportes y Comunicaciones, Juan Francisco Silva.

“La agencia de empleos, los negociados personales y

los retrocesos en la reforma promovidos desde el MTC necesitan un alto definitivo. Por eso, desde Fuerza Popular, vamos a presentar también una censura inmediata contra el ministro Juan Silva”, señaló este miércoles en redes sociales.

Keiko Fujimori confirmó con esto lo que ya habían ad-

elantado los voceros de Fuerza Popular sobre la búsqueda de firmas para poder formalizar una moción de censura contra Silva.

Por su parte, el portavoz alterno del fujimorismo, Eduardo Castillo, dijo que tienen la moción lista y en proceso de reunión de firmas tanto de Fuerza Popular como de otras bancadas.

“Estamos incluyendo la carta de la viceministra (Fabiola Caballero) que renunció acusando la existencia de una agencia de empleos. Se ha querido incluir argumentos sólidos, ingresar más elementos de convicción. Hay un sentimiento generalizado dentro de la bancada de que Silva se tiene que ir”, dijo a un medio local.



Si hay indulto a Antauro, hay vacancia

El Gobierno de Pedro Castillo sorprendió al designar a Juan Carrasco como nuevo presidente de la Comisión de Gracias Presidenciales. Esto encendió las redes sociales puesto que se ha venido especulando que lo habrían colocado en ese puesto al exministro de Defensa para comenzar los trámites de un posible indulto a Antauro Humala.

“No quiero especular, pero yo creo que si el presidente hace eso, se le viene la noche”, dijo el congresista Carlos Anderson, del partido Podemos Perú, dejando entrever que esta decisión le costaría una posible vacancia.

Por otro lado, el parlamentario se pronunció también por la designación de Hilda Geldres, nueva Jefa de Gestión Social del Ministerio de Energía y Minas (Minem), y señaló que el Gobierno hace un “culto a la mediocridad” con este tipo de decisiones.

“Ya estoy aburrido de todas las malas designaciones del Gobierno, es una raya más al tigre, el Gobierno está determinado a denigrar las instituciones democráticas. Básicamente haciendo culto a la mediocridad”, finalizó Anderson.

Atribuyen nuevos delitos a Zoraida Ávalos

La congresista Patricia Chirinos, tercera vicepresidente del Congreso, amplió la denuncia constitucional que presentó en diciembre del año pasado contra la fiscal de la Nación, Zoraida Ávalos, por la presunta comisión de los delitos de falsedad genérica, cohecho pasivo específico, encubrimiento real.

Asimismo, acusa a la titular del Ministerio Público de tráfico de influencias, abuso de autoridad y organización criminal y solicita su destitución e inhabilitación por



5 años para el ejercicio de la función pública, así como autorización para su procesamiento penal.

A finales del año pasado, la tercera vicepresidente del Congreso había denunciado constitucional-

mente a la fiscal de la Nación, Zoraida Ávalos, por omisión de funciones en el proceso de investigación sobre presuntos actos de corrupción que involucrarían al presidente Pedro Castillo.

“La inacción y la demora en las investigaciones por parte de fiscal de la Nación (...) es muy evidente, está incurriendo en delito de omisión, así como el rehusamiento y demora de actos funcionales en la investigación”, expresó Patricia Chirinos a RPP Noticias.

Amplían investigación contra exalcaldesa Susana Villarán

El Poder Judicial declaró la prórroga –por seis meses– de la investigación preparatoria contra la exalcaldesa de Lima, Susana Villarán, y 30 investigados por los delitos de lavado de activos y otros, en el caso Odebrecht y OAS.

El fiscal del Equipo Especial Lava Jato, José Domingo Pérez, sustentó el pedido debido a la complejidad del caso, al tratarse de una organización criminal.

Pérez precisó que urge



concluir con la actividad pericial y recibir información y documentación de asistencia judicial internacional.

Según explicó, las acciones jurisdiccionales permitirán el esclarecimiento de los hechos investigados en el cual están comprendidos exfuncionarios de la Municipalidad de Lima, exdirectivos de las concesionarias Línea Amarilla S.A.C. y Rutas de Lima S.A.C., entre otros.

ORBAN DESPLIEGA TROPAS EN LA FRONTERA Y POLONIA APRUEBA UNA LEY QUE LE PERMITE REFORZAR SUS FUERZAS CON EL PAÍS VECINO

Los países vecinos de Ucrania se preparan para la guerra

**EN TORNO A UCRA-
NIA SE VIVE EN
MODO PREBÉLICO.
EL MINISTRO DE
DEFENSA HÚNGARO,
TIBOR BENKŐ, HA
ENVIADO TROPAS
A SU REGIÓN ORI-
ENTAL, SIGUIENDO
INSTRUCCIONES
AL PRIMER MINIS-
TRO VIKTOR OR-
BÁN. «PROTEGER
NUESTRAS FRON-
TERAS ES TAN
IMPORTANTE COMO
PREPARARNOS
PARA LA ACCIÓN
HUMANITARIA», HA
JUSTIFICADO EL
MINISTRO EN FACE-
BOOK.**

Por temor a que la situación en Ucrania pueda escalar y llegar a la parte occidental del país, Benkő considera que Hungría también debe prepararse para enfrentar una posible ola de refugiados.

«Las Fuerzas Armadas húngaras tienen dos tareas: una es proporcionar ayuda humanitaria y la otra es cerrar las fronteras de Hungría y garantizar que ningún grupo armado pueda entrar en el país», ha informado después de que Orbán asegurase su apoyo a Ucrania en una llamada telefónica con el presidente ucraniano Volodymyr Zelenskiy.

«El Primer Ministro dijo que Hungría, como siempre lo ha hecho, apoya plenamente la soberanía territorial y la independencia de Ucrania y participará en cualquier acción conjunta de la UE para mitigar el conflicto», ha confirmado el gobierno.

El Gobierno polaco, por su



parte, aprobó ayer un proyecto de «ley de defensa nacional» que le permite reforzar rápidamente las fuerzas polacas en la vecina Ucrania, según ha explicado el ministro de Defensa, Mariusz Blaszczak. Si es aprobado por el parlamento, el proyecto de ley acelerará el ritmo de aumento del gasto en defensa. Según el borrador, Polonia alcanzará el 2,3% del gasto en defensa en su PIB en 2023, no en 2024 como estaba planeado, y el 2,5% en 2026, no en 2030. «La nueva ley facilita la mejora del gasto en defensa, lo que permite aumentar rápidamente el número de nuestras fuerzas», ha explicado Blaszczak, que agrega que se creará un nuevo Fondo de Apoyo a las Fuerzas Militares para garantizar recursos adicionales para la defensa. «Todo sirve a nuestra seguridad y tiene como objetivo disuadir a un agresor potencial», han sido sus

palabras sobre un proyecto que menciona el «servicio militar elemental voluntario dirigido a los jóvenes», para garantizar «el desarrollo de los jóvenes al unirse al ejército polaco».

En medio de la amenaza inminente de una invasión rusa, Austria estableció un gabinete de crisis el domingo para permitir que el gobierno tome medidas rápidas en caso de que el conflicto en Ucrania y sus alrededores se salga de control.

AUSTRIA PONE EN MARCHA GABINETE DE CRISIS

En Austria, el gobierno ha creado un gabinete de crisis que se ocupa exclusivamente de Ucrania con los ministros de las carteras más afectadas, desde Energía hasta Exteriores, pasando por Defensa y Economía, además de expertos en Defensa y representantes de los grupos



parlamentarios, que explorará medidas para reaccionar con rapidez a los diversos escenarios posibles. «La situación en Ucrania se deteriora cada hora, el espectro de la guerra en Europa es lamentablemente real. El objetivo de todos nosotros es evitar una guerra y mantener a todas las partes involucradas en el camino de la diplomacia y las conversaciones», ha dicho el canciller austriaco, Karl Nehammer, que también ha anunciado que, si el Kremlin emprende una acción militar contra Ucrania, el gobierno convocará al Consejo de Seguridad Nacional. «Tenemos que prepararnos para los peores escenarios... hay cada vez más incidentes en la línea de contacto en Donbas, y Ucrania está presenciando una campaña de desinformación sin precedentes».

EN LA REPÚBLICA CHECA PIDEN LA ACCELERACIÓN DE LOS RECLUTAMIENTOS

En la República Checa, el jefe del Ejército, Aleš Opat, ha advertido que «los acontecimientos en Ucrania indican que no estaremos en un lugar seguro en los próximos años y ha añadido que su país no puede comportarse como si no

estuviera afectado por la crisis en Ucrania». Ha recordado que la OTAN no está satisfecha con la lentitud del ejército checo hacia la modernización o con su fracaso en la compra de vehículos de combate blindados con orugas. El contrato de estos vehículos se retrasó significativamente debido a los cambios presupuestarios del nuevo gobierno, lo que, según Opat, es un «error».

Pide la aceleración de los reclutamientos y de los procesos y las compras en el Ejército para que la República Checa deje de incumplir cuanto antes su compromiso con la OTAN de alcanzar el 2% del PIB en gasto militar. La presidenta de la Cámara de Diputados checa, Markéta Pekarová Adamová, le dio ayer la razón, cuando tuiteó que si la República Checa no fuera miembro de la OTAN, «estaría amenazada de manera similar a Ucrania».



El presidente prorruso, Miloš Zeman, ha publicado un comunicado en el que afirma que «el envío de tropas de Rusia al este de Ucrania ha aumentado el riesgo de un conflicto militar y ha reducido la posibilidad de una solución diplomática».

SUECIA Y FINLANDIA REABREN EL DEBATE SOBRE EL EMBARGO DE ARMAS A UCRAINIA

Más al norte, las tradicionalmente pacifistas Finlandia y Suecia han reabierto el debate público sobre el embargo de armas a Ucrania. La legislación de estos dos países prohíbe la exportación de armas a países en guerra o que violen los derechos humanos, pero el debate sobre si la escalada de la situación en Ucrania justifica una excepción y permite la entrega de armas está ganando terreno. El presidente finés Sauli Niinistö se manifestó en contra de esa posibilidad en la Conferencia de Seguridad de Munich, el pasado fin de semana, y la ministra de Exteriores de Suecia, Ann Linde, ha adoptado una postura similar. Sin embargo, el periódico Dagens Nyheter que el embargo de armas a Ucrania puede no ser inamovible, aunque requeriría una evaluación de la Inspección de Productos Estratégicos (ISP).

El Partido Moderado, conservador-liberal, pide envíos de armas, mientras que el Partido del Centro, los Demócratas Cristianos y los Demócratas Suecos populistas quisieran ver el tema al menos examinado. En Finlandia, el presidente del comité de asuntos exteriores del parlamento, Jussi Halla-aho, del Partido Finlandés, ha señalado que el embargo de armas no sirve para preservar la paz, sino que apoya al atacante. El Partido Popular Sueco y los Verdes parecen estar listos para considerar la entrega de armas.



Ampliación de aforos no elevaría proyecciones de crecimiento económico



Tal y como lo anunció el Ministro de Salud, Hernán Condori, el último miércoles se presentó ante el Consejo de Ministros, la posibilidad de ampliar los aforos al 100% a fin de incentivar la reactivación económica. Cabe precisar, que actualmente los

espacios cerrados llegan a un máximo de aforo del 80% en establecimientos como restaurantes, tiendas y cines.

Sin embargo, ante esta posibilidad, los especialistas coinciden en que la medida no tendría un impacto importante como para elevar las

expectativas de crecimiento económico de este 2022, que bordea entre el 2% y 3% en las proyecciones de instituciones nacionales e internacionales.

“Si los aforos suben al 100% ello no implicará que elevemos la proyección por encima del 3%. En nuestro

estimado del año ya considerábamos que las restricciones bajarían en el segundo semestre, con esto se adelantarían un poco las medidas, pero el impacto no sería tan significativo”, dijo Eduardo Jiménez, analista de Macroconsult.

Fiscalizan la circulación de motos con dos pasajeros



La Municipalidad de Magdalena del Mar, en coordinación con la Policía Nacional del Perú (PNP), reforzó las operaciones de control a la circulación de motocicletas lineales con 2 pasajeros.

El alcalde Carlomagno Chacón informó que la finalidad de estos operativos es reforzar la seguridad ciudadana en el distrito, de manera conjunta e inopinada en las principales avenidas y calles, sobre todo en aquellas zonas que son accesos y salidas hacia otras jurisdicciones.

A través de estas intervenciones a conductores de motos lineales, se busca confirmar que cuenten con sus papeles en regla, el uso obligatorio de cascos, con licencia de conducir, SOAT y tarjeta de propiedad.

Entregaron alimentos a 61 ollas comunes



A través de la iniciativa Manos a la Olla, la Municipalidad de Lima entregó 28,961 kilos de alimentos no perecibles a 61 ollas comunes Rímac (7), Carabayllo (6), Pachacámac (20), Ate (10), San Juan de Lurigancho (10) y el Cercado de Lima (8). El Instituto Nacional de Defensa Civil (Indeci) efectuó esta importante donación, la cual fue distribuida por la comuna capitalina.

Se entregaron insumos básicos para la preparación de almuerzos diarios, que garantizan el autosostenimiento de las ollas comunes, las cuales abastecen a las familias más vulnerables que afrontan días difíciles en medio de la pandemia del COVID-19.

LOS PACIENTES ONCOLÓGICOS DEBERÁN ESPERAR CINCO MESES DESDE LA ÚLTIMA VEZ QUE SE ADMINISTRARON LA TERCERA DOSIS

Covid-19: Pacientes con cáncer y trasplantes recibirán cuarta dosis



La vocera del Seguro Social de Salud del Perú (EsSalud), Liliana Chirinos, dio a conocer que después del 24 de febrero se iniciaría la aplicación de la cuarta dosis de refuerzo contra la covid-19 a los pacientes oncológicos y con trasplantes en el Perú.

“Nos han dicho que sería desde el 24 para adelante pero todavía no hay el día exacto.

Estamos esperando que nos digan que ya está la vacuna para distribuir. Esperamos que sea esa fecha”, dijo

Asimismo, explicó que, dependerá mucho de la llegada de más vacunas al país y del empadronamiento a todos los pacientes oncológicos y con trasplantes en el país. Tendrán la misma prioridad las personas inmunosuprimidas.

Liliana Chirinos refirió

que están a la espera de la confirmación del Ministerio de Salud para iniciar la aplicación de la cuarta dosis de la vacuna, porque la institución ya se encuentra preparada para este importante proceso.

En otro momento, recordó el anuncio del presidente Pedro Castillo, quien dijo que entre estas semanas estarán llegando remesas constantes de vacunas, las cuales permitirán tener un

stock a nivel nacional.

¿LA POBLACIÓN EN GENERAL PODRÁ ACCEDER A LA CUARTA DOSIS?

Al ser consultada sobre la posibilidad de generalizar la aplicación de la cuarta dosis de refuerzo a toda la población, manifestó que si se dan las condiciones como han estado trabajando, el personal de salud está preparado para inmunizar a grandes poblaciones.

“Ya hemos demostrado que hemos avanzado muy bien con las coberturas de inmunizaciones. Nosotros ya tenemos vacunada a un 80% de la población. Lo que indica la OMS y la OPS es que se tendría que logra la cobertura a un 90% de la población. Ya nosotros vamos en un 80% y eso nos da aliento y esperanza de que la enfermedad no pueda avanzar”, apuntó.

Grupo sanguíneo se incluirá en el DNI de forma progresiva



La jefanacional del Reniec, Carmen Velarde, dijo que la inclusión del grupo sanguíneo en el Documento Nacional de Identidad (DNI) será un proceso progresivo que empezaría

con la renovación y la actualización de datos que de manera ordinaria e individual realizan los ciudadanos al documento, una vez que se apruebe la resolución respectiva, sin

necesidad de una convocatoria general a la población.

Según explicó, los DNI tienen una vigencia de ocho años, así que lo más probable es que cuando un ciudadano

haga la renovación de su documento, o proceda a la actualización de algunos de sus datos, (estado civil, domicilio), se le pedirá la información sobre su grupo sanguíneo.

MÓNICA EN "FRIENDS" SEGUIRÁ APOSTANDO POR LAS CREMAS DE ANTI-ENVEJECIMIENTO

COURTENEY COX SE ARREPIENTE DE HABERSE HECHO RETOQUES ESTÉTICOS

La actriz estadounidense reconoce que debido a los retoques, actualmente luce irreconocible. Courteney Cox admitió que le costó darse cuenta cuánto cambió al someterse a numerosos procedimientos cosméticos. Ahora afirmó que ha aprendido a aceptar el paso del tiempo.

La estrella de la comedia televisiva "Friends" reconoció que inicialmente trató de luchar contra el envejecimiento con todo tipo de tratamientos estéticos, pero finalmente se dio cuenta de que se había vuelto "loca" y ahora está tratando de envejecer con gracia.

Cox señala que no quería envejecer, por ello buscó diferentes alternativas para evitarlo.

"Hubo un momento en que decía: 'Estoy cambiando. Me veo más vieja. Y traté de perseguir esa juventud durante años', dijo la actriz a la revista Sunday Times Style.

Según la actriz, esa etapa de querer verse más joven, ya quedó en el pasado pues entendió que el paso del tiempo es inevitable.

"Y no me di cuenta de que en realidad me vía realmente extraña con inyecciones y haciéndome cosas en la cara que



no haría ahora", añadió Cox, que además afirmó que se dio cuenta de la situación cuando se volvió noticia: "Tenía que parar. Era una locura".

Si bien ha renunciado a los procedimientos cosméticos, a Courteney le encanta probar todos los productos anti-edad ya que todavía se presiona mucho a sí misma para verse bien.

"El escrutinio es intenso, pero no sé si podría ser más intenso del que yo misma me he puesto. Soy una prostituta de

productos. Intentaré cualquier cosa", reconoció.

Después de su mala experiencia, la intérprete decidió disolver todos los rellenos faciales y aprender a aceptarse: "No hay duda de que estoy más conectada a tierra, he aprendido mucho en mi vida: qué disfrutar, qué tratar de hacer más y qué dejar ir", señaló la actriz dejando en claro que ahora se acepta tal y como es.

La estrella de Hollywood, que está comprometida con el miembro de la banda Snow Patrol Johnny McDaid, de 45 años, y tiene una hija Coco, de 17, con su ex marido, el actor David Arquette, todavía se siente "joven" y no le preocupa ser mayor que tantos de sus amigos.

"Me siento como si fuera joven. Tengo un montón de amigos en los treinta y no pienso en ello. Para mí tenemos la misma edad hasta que realmente lo pienso", afirmó dando a conocer que la edad ya no es un problema para ella.

Al igual que otras famosas de Hollywood, Courteney cedió ante la presión de tratar de

lucir siempre joven y sucumbió entonces a la "seducción" del bótox y los rellenos faciales.

Sin embargo, según reveló ella misma, un día se miró al espejo y no se reconoció. Supo que tenía que poner un alto en sus intervenciones estéticas.

"Envejecer no es lo más fácil, pero Hollywood lo hace más difícil. Creo que tenemos que aceptarlo porque no hay forma de escapar. Crecí pensando que la apariencia era lo más importante, y eso es un poco triste, porque me metí en problemas", afirmó Cox.

En una entrevista para New Beauty en 2017, Courteney reveló que le habían disuelto los rellenos faciales. "Creo que ahora me parezco más a la persona que



era", aseguró.

Su afán por evitar envejecer le dio un aspecto falso. "En ocasiones tratas de luchar contra el paso del tiempo y perseguir la juventud. Lo intentas, pero un día ves una foto tuya y piensas 'Oh, Dios, estoy horrible'. He hecho cosas de las que me arrepiento y, afortunadamente, otras se disuelven y se van", reconoció la famosa actriz.

Por otro lado, hace unas semanas habló de su participación en la película Scream y señaló sentirse sumamente contenta de que saquen una nueva película, pese a que actualmente está en los cines "Scream, grita", la última entrega de la saga. Cox confirmó su presencia si es que sacan otra película.

"Está bien, si se me permite decir esto, por supuesto. Qué experiencia tan divertida tener una serie de películas tan larga y esta se siente completamente vigorizada de una manera nueva. Es un relanzamiento, no un quinto episodio".



Peluchín: "Se le hizo al busca fama"

Como era de esperarse Rodrigo González no se quedó callado ante el ingreso de Anthony Aranda al reality "Esto es guerra". El conductor destacó al igual que otras figuras que el bailarín logró su objetivo y nuevamente arremetió contra el programa de competencia.

A través de sus redes sociales, el conductor de "Amor y fuego" publicó el video de la presentación del bailarín con un fuerte mensaje:

"¡Se le hizo al busca fama! ¡Esto es morbo!", escribió. "Después de jurar que no buscaba hacerse

conocido", agregó. "Peluchín" también se despachó contra el programa de competencia señalando que es el "más morbo" de la televisión nacional.

"El Activador se quita la capa junto con la careta para aparecer en el show menos morbo de la televisión peruana", añadió Rodrigo González en su publicación.

Recordemos que el bailarín, antes de iniciar una relación con Melissa Paredes, fue vinculado con Paula Manzanal y prueba de ello la modelo mostró conversaciones al programa de Magaly.



PARA ETHEL POZO ESTO ES UN PREMIO QUE NO SE LO MERECE Y PARA MAGALY ES EL SUEÑO CUMPLIDO DEL BAILARÍN

Ingreso de novio de la Paredes a EEG levanta polvo

Se cumplió lo que se voceaba desde hace algunos días, Anthony Aranda es el nuevo jale de "Esto es guerra" y como era de esperarse su ingreso le ha traído críticas. Magaly Medina y Ethel Pozo se han convertido en las principales detractoras del "Gatito Activador".

La conductora de espectáculos destacó que el bailarín logró su cometido al ingresar al reality, asimismo criticó al programa por los personajes que ha convocado para su nueva temporada.

"Ya se le cumplió el sueño. Este chico toda la vida quiso destacar, porque siempre fue el bailarín de las famosas del show

de Gisela Valcárcel, donde trataba de enamorar a una y luego a la otra. Hasta que por fin le ligó con Melissa. Por el escándalo en que se vio involucrado está ahí. Así es Esto es guerra, ellos eligen a personajes que están en el candelero y los llaman para generar su noticia cotidiana" dijo.

Por su parte, la hija de Gisela se mostró bastante incómoda con la presentación del bailarín el "EEG" asimismo, notoriamente le molestó que se negara a dar declaraciones a su programa.

"No sé por qué han premiado a este señor, mejor ni digo, la verdad, preferiría no hablar de él", señaló.

Mientras que Janet Barboza señaló que sería bueno que tam-

bién llamen a Melissa Paredes pues, "ella necesita trabajar y nosotros necesitamos contenido".

Cuando el bailarín fue presentado en el reality dejó a todos con la boca abierta, no solo por su presencia sino por lo que dijo. Por primera vez habló sobre Melissa y sacó las garras por ella, despotricando contra la prensa de espectáculos.

"No me interesa declarar en ningún medio y menos de espectáculos porque ya van cuatro meses que se encargan de insultar, desprestigiar y señalar a una mujer, mi novia Melissa. Me parece preocupante porque decidieron creer en una versión llena de mentiras. Cada uno es libre de escoger lo que escucha... Hablan mal de una mujer cuando meses atrás se ponen polos contra el bullying", señaló indignado.



SÁBADO 07
26 FEB PM

COVER: 40 SOLES

R&N

Sin Fronteras Producciones

SE COMPLACE EN PRESENTAR:

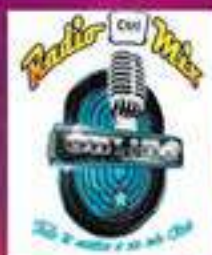
A TRES GRANDES ARTISTAS INTERNACIONALES!



RAPHAEL
ALBERTO
RAVINES

Nina Santos
LA ROMANTICA
DE AMERICA

LOS ANGELES
DEL AMOR
el trio más romántico
del Perú



RESERVACIONES
AL : 968783317

Evento a realizarse en
el lugar más acogedor
de Lima!

El Restaurante
SABORES DEL PERU!

JR. San Martín 833 Magdalena

Maestro de
ceremonias



Jorge Bernett
Locutor de Radio
Control Mix

ORGANIZADO POR
INTENSOS.COM

FLY STYLE

CARDANO

VIE
25
FEB
8.PM

REPARTO
INTENSO

BIENVENIDA OFICIAL DESDE CUBA:

UN TITICO | MANU MANU | DANY OME

ENGERBERTH TAPIA | AUGUSTO LA ELE | CHEMO VG | MÁQUINA TIMBERA

LOCAL CARDANO | AV. ANTÚNEZ DE MAYOLO MZ A LT 2

Patricio pide parar críticas a Luciana

No dejo pasar el momento. Patricio Parodi se animó a hacer un llamado a las autoridades para que tomen cartas en el asunto frente a las críticas que recibe su enamorada Luciana Fuster.

“Estoy tranquilo, feliz,

enamorado, viviendo mi vida... De hecho, me afecta, me afecta saber que la persona que quiero está mal, pero es algo que ha pasado hace mucho tiempo y no es primera vez. Tiene que haber un límite, y quien tiene

que poner un límite es un ente”, manifestó pidiendo el apoyo de las autoridades.

Cabe indicar que mientras Patricio habló de Luciana, la joven se retiró del set entre lágrimas.



Gonzalo Torres pone a la venta sus CD's por S/12 mil

El recordado actor de “Pataclaun” anunció en su cuenta de facebook que está vendiendo los CD's que ha adquirido a lo largo de los años por 12 mil soles. Según Gonzalo Torres sería un total de 1350 CD's.

“Estoy vendiendo mi colección de CD's. Toda en una, no por partes. Son como 1350 y mayormente de los años 80, 90 y 00. Hay puro rock, en general, indie, wave, punk, algo de metal. Hay joyas varias. También ripio. 12 000 soles. Pongo algunas fotos, por si quieren sapear, pero no me pidan inventario. Por inbox nos arreglamos solo si hay un interés serio”, dijo.



LA ANIMADORA ASEGURA QUE VIAJÓ POR UN FUTURO MEJOR PERO ESTÁ PASANDO FRÍO Y HAMBRE, HASTA EL PUNTO DE LLEGAR A MENDIGAR

‘Paloma de la Guaracha’ vive un drama en Italia

Una lamentable situación está atravesando Erika Luz Palomino, mejor conocida en el mundo artístico como ‘Paloma de la Guaracha’. Ella se encuentra varada en Italia, país al que viajó con la esperanza de hallar un buen trabajo. Sin embargo, se chocó con otra realidad y ahora su vida es un drama.

Fue el programa de Magaly TV, la firme, quien puso en evidencia la complicada situación que estaría atravesando la animadora, conocida también como la “Kardashian del óvalo de Santa Anita”. Paloma pidió ayuda a sus compatriotas para volver al Perú, pues no cuenta con dinero para



comprar comida y llegó al punto de mendigar en las frías calles europeas.

“Yo tengo que salir temprano de aquí porque hay lugares donde dan comida en la parroquia, te dan víveres. Dan una sola vez al mes. Yo no traje

nada aquí, no pensé que el frío era tan fuerte”, contó entre lágrimas.

Según cuenta, una amiga fue quien le dijo que viajara a Italia porque había trabajo, y paloma aceptó pues sueña con comprarle un departamento a sus hijos y pagarle sus estudios, pero lamentablemente las cosas no se dieron como esperaba.

“Acá los italianos son muy fríos. Me han discriminado pese a que les supliqué trabajo”, agregó.

Finalmente Paloma señaló que quiere regresarse al Perú, pues no cuenta con papeles para viajar a Italia.

Por su parte Nagaly hizo un llamado a todos los empresarios que trabajaron con Paloma de la Guaracha para juntos comprarle un pasaje de regreso a nuestro país.



Novia de Gutty tilda de ‘viejita’ a Melissa

La mexicana Brenda Zambrano no estaría nada cómoda con que su novio Gutty Carrera y la ex pareja de este, Melissa Loza estén en el mismo programa. La modelo utilizó sus redes sociales para despotricar contra la popular “Diosa”.

A través de su cuenta de Twitter, la mexicana tuvo fuertes calificativos contra la expareja de Gutty. Brenda tildó de “viejita” a la peruana y le pidió que en lugar de estar en televisión debía Roa estar en casa cuidando a sus hijas.

“Lo que se enteró uno, la viejita ex de mi novio bien ubicada me tiene, supéralo señora, póngase a cuidar a sus hijas en



lugar de andar pendiente de la vida de los demás. Y andar haciendo el ridículo. Jubílese”, escribió la modelo en clara referencia a Melissa.

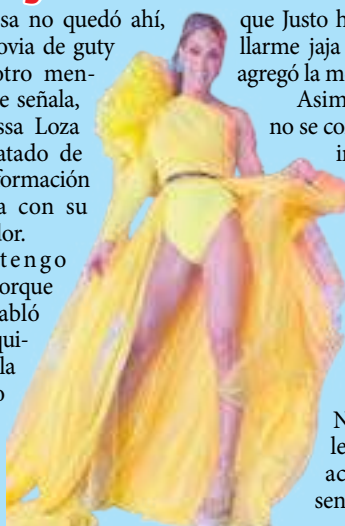
La cosa no quedó ahí, pues la novia de gutty publicó otro mensaje donde señala, que Melissa Loza habría tratado de buscar información sobre ella con su maquillador.

“Y tengo fuentes porque la tipa habló con el maquillista que la maquilló en ‘Gue-r-reros Mexico’ vs Peru

que Justo hoy vino a maquillarme jaja cómo es la vida”, agregó la modelo.

Asimismo señaló que no se considera una mujer insegura, pues ella misma le pidió al “Petro” Carrera que regrese a “EEG” pese a que cabía la posibilidad de que Melissa también esté.

“Insegura ? Naaa yo fui quien le dijo a gutty que aceptara regresar”, sentenció.



PBO
RADIO

91.9 FM



PBO con Chema Salcedo

Lunes a Sábado 10am a 2pm

COMBATEN RESFRIADOS, GRIPE, DESINTOXICAN EL CUERPO, BAJAN EL COLESTEROL, FORTALECEN EL SISTEMA INMUNITARIO Y MUCHO MÁS.

Ajo y miel, una dupla generosa con la salud

A la hora de preparar este remedio, es importante que tanto los ajos como la miel sean orgánicos para que así sea realmente eficaz y poder obtener los máximos beneficios.

No hay nada como los remedios naturales para mejorar pequeñas dolencias o molestias que podemos ir experimentando.

Además, al tratarse de opciones naturales, los podremos elaborar nosotros mismos en casa con productos que tenemos. Es el caso de este remedio natural con ajo y miel.

Para los que todavía no lo sepan, el ajo y la miel, cuando se mezclan, forman un excelente aliado para la salud, capaz de combatir resfriados, gripes, desintoxicar el cuerpo, fortalecer el sistema inmunitario y mucho más.

PROPIEDADES DEL AJO

En primer lugar, es importante destacar las propiedades del ajo que, sin duda, son muchas. Gracias a algunos estudios científicos a lo largo



de todos estos años, se ha podido descubrir que el ajo puede ayudar a prevenir o controlar:

- La aterosclerosis.
- Infartos de miocardio.
- Enfermedades coronarias.
- Niveles de colesterol.
- Niveles de presión arterial.

Además, también es un producto beneficioso si lo que se busca es controlar los síntomas de la diabetes, los problemas de próstata y la osteoartritis. También es un potente alimento depurativo, ya que ayudará a nuestro cuerpo a eliminar las toxinas y a fortalecer el sistema inmu-

nitario, siempre que se tome de manera regular.

PROPIEDADES DE LA MIEL

La miel, por su parte, es un producto rico en antioxidantes, enzimas, minerales (hierro, fósforo, magnesio y selenio), y vitaminas (B6, tiamina, riboflavina y niacina).

- Es un producto excelente para facilitar las digestiones.
- Ayuda a mantener el peso, ya que es una perfecta sustituta del azúcar.
- Gracias a su aporte de vitaminas y minerales favorece el equilibrio de los niveles de colesterol.
- Es una gran fuente de energía.

CÓMO ELABORAR EL REMEDIO NATURAL DE MIEL Y AJO

Ingredientes

1 cabeza de ajos (10 o 12 dientes).
1 taza de miel (335 g).

Utensilios

Cuchara de madera.
Frasco de vidrio hermético (puede ser un recipiente de mermelada vacío, por ejemplo).

PREPARACIÓN

En primer lugar, vamos a pelar los dientes de ajo. Solo les quitaremos la primera capa.



Los añadiremos dentro del frasco de vidrio.

A continuación, vertemos la miel sobre los ajos y, con ayuda de la cuchara de madera, eliminaremos las burbujas que puedan aparecer.

Lo almacenaremos en la alacena, o en un lugar oscuro, a temperatura ambiente y durante una semana.

Pasado el tiempo indicado, el preparado ya estará listo para su consumo.

RECOMENDACIONES

Para obtener el mayor

beneficio posible de los ajos, siempre se deben comer o usar crudos, ya que de lo contrario, sus propiedades disminuyen.

Lo mejor es que tomes esta mezcla diariamente en ayunas. Así lograrás prevenir las enfermedades e incluso hacer que los síntomas del resfriado o la gripe desaparezcan.

En la medida de lo posible, procura no llenar el frasco del todo y dejar un espacio libre, de alrededor de un centímetro, en la parte superior.

Si el recipiente se cierra

correctamente, esta mezcla puede llegar a durar hasta 2 años por lo que es duradera, fácil de hacer y eficaz.

Lee también: Cómo reducir el aspecto de las arrugas con 5 mascarillas con miel de abejas

BENEFICIOS DE CONSUMIR ESTA SOLUCIÓN DE AJO Y MIEL

Para obtener los máximos beneficios para la salud se recomienda consumir este preparado durante 7 días seguidos, descansar un par de semanas y retomarlo.



1. ES CAPAZ DE CONTROLAR EL COLESTEROL MALO (LDL)

Gracias a la alicina que liberan los ajos crudos cuando se trituran, lograremos desintoxicar la sangre y eliminar el exceso de colesterol. También será útil para mantener a raya los triglicéridos, que pueden aumentar por culpa de una alimentación poco saludable.

2. FORTALECE EL SISTEMA INMUNITARIO

Como hemos dicho anteriormente, esta solución es perfecta para lograr fortalecer el sistema inmunitario.

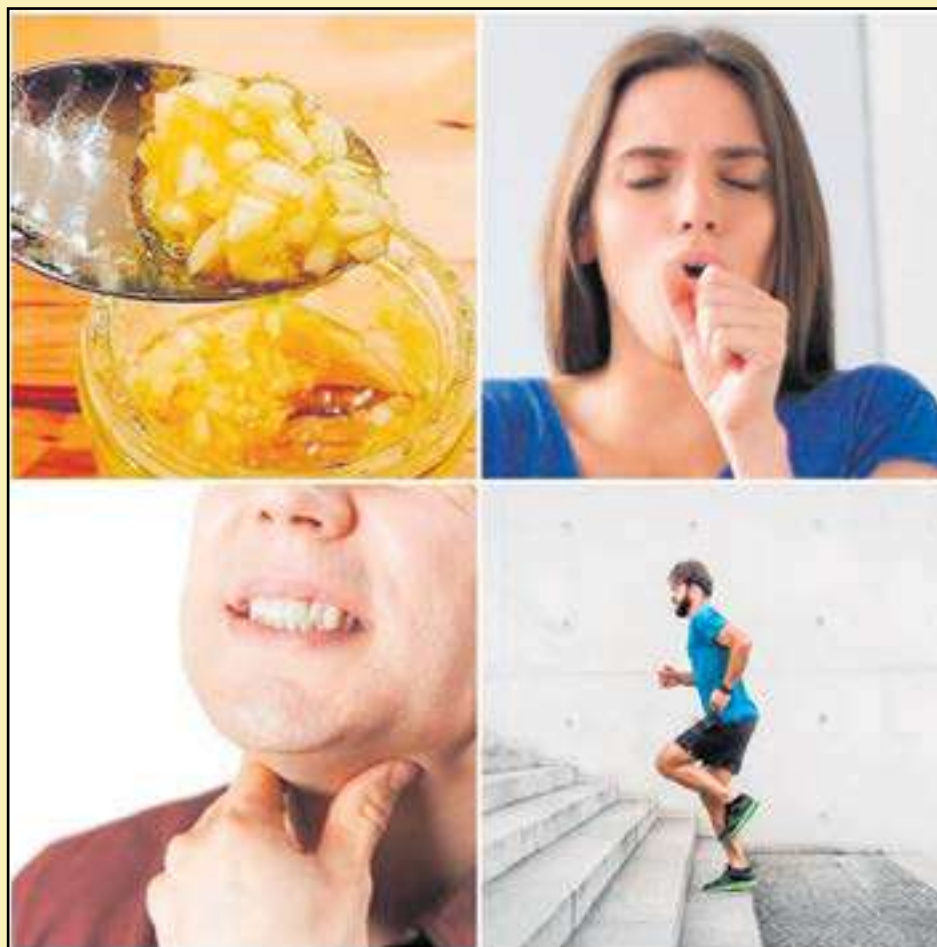
Debido a sus propiedades antimicrobianas y antifúngicas tanto del ajo como de la miel, lograremos aumentar la respuesta contra los virus, bacterias y todo tipo de patógenos que puedan entrar en nuestro organismo.

3. REDUCE LAS INFLAMACIONES

La solución de ajo y miel te ayudará a disminuir la inflamación y actuará como un calmante en tus afecciones. Es un remedio ideal para personas que padezcan artritis, retención de líquidos y trastornos de índole muscular.

4. DISMINUYE LA PRESIÓN DE LAS ARTERIAS

Tanto el ajo como la miel son compuestos que ayudan a disminuir la presión de las arte-



rias y preservar así la salud cardiovascular. Ingerir la mezcla en ayunas a diario será una forma muy adecuada para controlar este aspecto de forma natural.

5. COMBATIRÍA LA TOS

Cuando la tos es de origen bacteriano o viral, se cree que no hay nada mejor que preparar y tomar un sencillo jarabe de miel de abejas con ajo fresco, recién triturado. Este preparado

calmaría la sensación de irritación que produce en la garganta y tendría un efecto expectorante que estimularía la eliminación de flemas.

Por supuesto, para que pueda haber una mejoría, es necesario tener en cuenta la importancia de comer sano, hidratarse correctamente y mantener otros buenos hábitos antes, durante y después

6. AYUDARÍA A ALIVIAR LOS SÍNTOMAS DE LA GRIPE Y EL RESFRIADO

Otra idea muy común en el ámbito popular es que todos los síntomas de la gripe y el resfriado se podrían controlar, de forma temporal, mediante el consumo de ajo y miel por las mañanas. Por ello, muchas abuelas preparan este remedio durante la temporada de invierno.

SÚPER REMEDIO DE MIEL Y CEBOLLAS PARA LA TOS

Una combinación de miel y cebollas puede ser apropiada para controlar los incómodos síntomas de la tos. Si bien es un poco más suave que los jarabes convencionales, sus propiedades fortalecen al sistema inmunitario para luchar contra las infecciones. ¿Te animas a probarlo?

La tos es un mecanismo de defensa del cuerpo producido bruscamente por un vaciado

explosivo de aire de los pulmones. Tiene como fin expulsar sustancias extrañas que afectan las vías respiratorias, y puede ser productiva o seca.

Cuando la tos es productiva, se acompaña con secreciones o moco. No debe ser detenida, ya que de este modo se eliminan las flemas que congestionan los conductos respiratorios. Por otro lado, la tos seca puede deberse a una irritación o infección.

Independientemente del tipo de tos, la preparación de este remedio natural puede ayudar a minimizar los síntomas. Lo mejor de todo es que es muy fácil de preparar y se puede tomar sin temor a sufrir efectos secundarios.

JARABE DE MIEL Y CEBOLLAS PARA ALIVIAR LA TOS

Una combinación de miel y cebollas (cuyos efectos para este problema no tienen sustento científico suficiente) da como resultado un remedio natural que puede servir para controlar los síntomas de la tos. A diferencia de los jarabes convencionales, sus componentes aportan un "extra" de nutrientes esenciales.

Gracias a esto, su ingesta contribuye a fortalecer el sistema inmunitario para hacerle frente al foco de las infecciones. Por eso, además de reducir las molestias, es una solución para inhibir el crecimiento de los gérmenes que atacan las vías respiratorias.

REMEDIO CON MIEL, CEBOLLAS Y LIMÓN

Este jarabe natural aprovecha las propiedades de la miel para combatir la tos y reforzar el sistema inmunitario. Pese a que ya desmentimos las propiedades 'mágicas' de la cebolla para la salud, su presencia en la siguiente receta tradicional no implica ningún escollo; de hecho, los antioxidantes que ofrece pueden ser muy positivos.

Las siguientes recetas provienen de las creencias popula-

res y no han sido probadas científicamente. Antes de recurrir a ellas, asegúrate de contar con la aprobación del profesional. Úsalas para complementar el tratamiento médico, y no para reemplazarlo.

Ingredientes

1 cebolla mediana.
2 vasos de agua (400 ml).
El zumo de un limón (otra fuente importante de antioxidantes).
2 cucharaditas de miel (15 g).

¿CÓMO PREPARARLO?

Pela y corta la cebolla en trozos grandes y colócala a hervir con los dos vasos de agua durante 15 minutos.

Se deja reposar durante 5 minutos después de que hierva. A continuación, se le agregan las dos cucharaditas de miel y el zumo de un limón.

Lo ideal es beberlo dos o tres veces al día.

RECETA DE MIEL Y CEBOLLAS

Ingredientes

1 cebolla.
2-3 cucharadas de miel (50 / 75 g).

¿CÓMO PREPARARLO?

Pela y corta la cebolla en pequeños trozos y ponla en un recipiente. Posteriormente se le añade la miel y se deja reposar la mezcla toda la noche.

A la mañana siguiente, se cuele la mezcla a través de una gasa gruesa o colador y se consume esta dosis durante el día.

Puedes tomar el remedio en su forma natural o lo puedes diluir en un vaso con agua.

Se recomienda tomar una cucharada de este jarabe cada dos horas para obtener mejores resultados.

Sea cual sea la receta elegida, es importante saber que los resultados no son inmediatos. Si bien el remedio puede funcionar como un calmante, es necesario consumirlo en varias dosis para que ayude a hacerle frente a la tos. Recuerda consultar con tu médico para obtener un tratamiento apropiado para la tos, el cual puedes complementar con estas recetas naturales.



EN EL PERÚ AL AÑO SE REGISTRAN MÁS DE 9 MIL CASOS, ANTE ELLO LA LIGA CONTRA EL CÁNCER VIENE REALIZANDO DESPISTAJES

Cuidado con el cáncer de próstata, pene y testículos



Los casos de cáncer en el Perú han ido en aumento, según las últimas cifras ofrecidas por The Global Cancer Observatory (Globocan 2020) en nuestro país se detecta 8700 casos de cáncer de próstata anualmente, a esto se le suma que se hallan 582 casos de cáncer de testículos y 285 casos de cáncer de pene. Aproximadamente el 70% de estos casos que llegan es en estado avanzado a ser atendidos.

“Es preocupante que muchas personas esperen a tener síntomas para realizarse un despistaje, hay que tener en cuenta que cuando hay presencia de molestias, es muy probable que el cáncer ya esté



en una fase avanzada. Esto nos deja una baja posibilidad de curación y en muchos casos solo quedan los tratamientos paliativos para mejorar la calidad de vida” precisó José Medina, médico urólogo oncólogo de la Liga contra el cáncer.

Las cifras de Globocan también advierten que en el Perú fallecen 2433 personas a causa del cáncer de próstata, 82 varones por causa de cáncer de testículos y 80 decesos se dan por el padecimiento de cáncer

de pene. Por ello, es importante tomar en cuenta que el descarte de cáncer de testículos y de pene a partir de los 18 años, mientras que a partir de los 45 años los varones deben acudir para el descarte de cáncer de próstata.

“Tomando en cuenta esta problemática, desde la Liga Contra el Cáncer estamos brindando la opción para que los varones de entre 17 y 40 años acudan a nuestros centros detectores del 17 de febrero al 4 de marzo para realizarse un

despistaje de cáncer de pene y testículos por la donación de S/35.00 soles. Lo recaudado se empleará para la atención gratuita de personas de bajos recursos”, señaló el especialista.

Para separar una cita puedes ingresar a: <https://liga-cancer.org.pe/citas/public/>, también podrás llamar a la Central telefónica (01) 204-0404, además se habilitó la opción de contactarse vía whatsapp al 988 562 238.

TOCA LOS GENITALES DE LOS MOCHICAS

Este 25 de febrero, la Liga Contra el Cáncer junto al Museo Larco realizarán una exposición gratuita en donde expertos enseñarán a los asistentes a realizarse un adecuado autoexamen usando como modelos los huacos de la cultura Mochica. El ingreso será gratuito únicamente para la galería erótica Checan, desde el mediodía hasta las 7pm. El ingreso será por orden de llegada.



Arroz con pollo



Ingredientes

2 cucharadas de aceite
6 encuentros de pollo
1/2 taza de cebolla picada
1 cucharada de ajo picado
1/4 cucharadita de comino
1/4 taza de ají amarillo molido
1 taza de culantro licuado
1/2 tazas de ajíes amarillos sin venas ni pepas, en tiras
3 tazas de arroz
1/2 tazas de alverjas
4 tazas de caldo de pollo o de verduras
3/4 taza de salsa criolla
Sal y pimienta

Preparación

Caliente el aceite en una olla, a fuego medio, y fría los encuentros de pollo, previamente sazonados con

sal y pimienta, durante cuatro minutos por cada lado. Retírelos y reserve. En la misma olla, dore la cebolla, el ajo y el comino durante dos minutos. Agregue el ají amarillo molido y el culantro, y deje cocinar durante seis minutos aproximadamente, hasta que el aceite se separe del aderezo. Incorpore el pollo y el ají amarillo en tiras. Agregue el arroz, las alverjas y el caldo o cuatro tazas de agua. Remueva hasta integrar los ingredientes. Cuando rompa el hervor tape la olla y deje cocinar a fuego bajo durante 20 minutos. Remueva y retire del fuego. Deje reposar tapado durante 10 minutos. Sirva y acompañe con la salsa criolla.

Yoga: Más allá de un deporte, un estilo de vida

La importancia del bienestar físico y mental ha tomado un protagonismo especial en la vida de las personas estos últimos años, forjando una reevaluación de lo que significa realmente el bienestar personal y la búsqueda hacia el interior. Ale Llosa, fundadora de KO y life coach, comenta sobre la importancia de introducir la práctica y filosofía del yoga diariamente en nuestras vidas y además nos muestra sus tres prendas favoritas de la colección Yoga de Nike.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE PRACTICAR YOGA?

Elyoga tiene un efecto calmante en el sistema nervioso, que nos ayuda a controlar los niveles de estrés y ansiedad. Además, es una de las pocas



prácticas que te permite conectar con tu yo interior, logrando una mejora en tu estado de ánimo, calidad de sueño y concentración.

¿QUÉ NECESITO PARA EMPEZAR A PRACTICAR YOGA?

Un espacio apropiado, que te permita estar en calma, un mat antideslizante y ropa especializada, como la colección Yoga de Nike, que te permite sentirte cómoda, libre y ligera en cada movimiento.

HORÓSCOPO

ARIES (21 mar - 19 abr)
Un hecho insólito hará que tu día cambie radicalmente. Prepárate para los cambios que se avecinan, que son muchos.

TAURO (20 abr - 20 may)
Si te piden que hagas algo que va en contra de tus valores, ponte firme. Defiende tus convicciones por sobre tus deberes.

GEMINIS (21 may - 20 jun)
Tu ánimo cambiante hace que los demás no sepan cómo acercarse a ti. Demuéstrales que tienes mejor carácter del que aparentas.

CANCER (21 jun - 22 jul)
El día de hoy puede resultar más largo de lo que imaginabas. Algunos problemas de último momento te complicarán la noche.

LEO (23 jul - 22 ago)
Siempre estás predispuesto a ayudar al otro, pero hoy no todos merecen tu ayuda. Ten cuidado porque algunos abusan de tu carisma.

VIRGO (23 ago - 22 set)
La jornada de hoy se presenta con varias complicaciones. Necesitarás ser bien práctico para poder resolver todos los problemas.

LIBRA (23 set - 22 oct)
No esperes grandes esfuerzos de tus colegas, ellos sólo piensan en su propio progreso, así que busca ayuda por otro lado.

ESCORPIO (23 oct - 21 nov)
Deja de actuar como adolescente. Los caprichos y la rebeldía no te conducirán a ninguna parte, asume tus responsabilidades.

SAGITARIO (22 nov - 21 dic)
Día de sensaciones contradictorias. Un colega logrará ponerte de mal humor pero una noticia te cambiará el ánimo.

CAPRICORNIO (22 dic - 19 ene)
No dejes que tu familia decida por ti, ya eres lo suficientemente grande como para que se metan en tu vida.

ACUARIO (20 ene - 18 feb)
Aparece la oportunidad de una mudanza o una renovación en tu hogar. Te ocasionará grandes gastos, pero todo será para mejor.

PISCIS (19 feb - 20 mar)
Tuestado apacible optimista se transformará cuando un familiar te de una noticia. Trata de no demostrarle cómo te sientes.

PUPILETRAS

CIUDADES DE ARGENTINA



Bahía Blanca
Buenos Aires
Comodoro Rivadavia
Concordia
Córdoba
Corrientes
La Plata
Las Heras
Mar del Plata
Mendoza
Paraná
Posadas
Resistencia
Rosario
Salta
San Carlos de Bariloche
San Juan
San Miguel de Tucumán
San Rafael
Santa Fe



CHISTE
elChino

-Mi amor, ¿qué me vas a dar para mi cumple?
-¿Ves ese carro de allá?
-Sí!
-Bueno, una licuadora del mismo color

7 DIFERENCIAS



LABERINTO

PUBLICIDAD EN IMPRESO Y DIGITAL

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

— COTIZACIONES —
PUBLICA TU ANUNCIO
LLAMANDO O
ESCRIBIENDO AL

993 433 014
952 965 001
florella.mejla@grupolarazon.pe



PSG LE DIO ULTIMÁTUM A ASTRO FRANCÉS PARA QUE DECIDA SI RENUEVA O SE VA DEL CLUB.

Le ponen fecha límite

El golazo de Kylian Mbappé a Real Madrid ha llenado de ilusión a las hinchas de París Saint Germain (PSG) en relación a su continuidad después del 30 de junio que termina su contrato. Sin embargo, en la dirigencia del club francés han decidido que el crack mundial ya debe anunciar

lo que hará en el futuro.

Según Sport de España, PSG ya puso una fecha límite a Mbappé de cara a su última palabra en su renovación, ya que no quiere esperar más allá del 15 de marzo. Así aún lo aprieta al máximo para que acepte su propuesta.

“El mes de marzo va a ser

clave para la próxima ventana de mercado de fichajes. Es el mes en el que los dos grandes cracks, Kylian Mbappé y Erling Haaland, van a decidir su futuro y hay muchos clubs pendientes”, señaló la publicación.

PSG, según la misma información, se encuentra a la expectativa que Mbappé se

convenza con la mega oferta que rondaría 1.2 millón de euros a la semana, de acuerdo a la prensa inglesa.

El medio español también dio a conocer que el Real Madrid está optimista que Mbappé termine vistiendo la camiseta alba después de meses de acercamientos.

Se rayó bien veo

Reacción que sorprendió a todos. El tenista alemán Alexander Zverev, actual número tres del mundo, fue expulsado del Abierto de Acapulco en México, después de golpear la silla del juez árbitro tras su derrota en el partido de dobles.

“Debido a una conducta antideportiva al concluir su partido de dobles el martes por la noche (hora local), Alexander Zverev ha sido descalificado del torneo de Acapulco”, comunicó la ATP a través de su perfil de Twitter.

Alexander Zverev, vigente campeón olímpico, golpeó en



repetidas veces la silla del árbitro, que se encontraba todavía sentado en ella, después de finalizar el partido que perdió con el brasileño Marcelo Melo contra el británico Lloyd Glasspool y el finlandés Harri Leivoaara, por 2-6, 6-4 y 6-10.

‘Nole’ se mete a los cuartos en Dubái

El serbio Novak Djokovic superó la resistencia y el empuje del ruso Karen Khachanov, al que venció por 6-3 y 7-6 (2), y alcanzó los cuartos de final del torneo de Dubái.

El tenista de Belgrado, que defiende su condición de número uno del mundo a expensas de lo que haga Daniil Medvedev en Acapulco, tardó una hora y 40 minutos en dejar en el camino al subcampeón olímpico, al que ya había venci-

do las cinco veces que se habían enfrentado.

Djokovic, que inició la temporada el pasado lunes después de ochenta días al margen de las pistas por la normativa sanitaria contra la covid-19 que rige en muchos países, no dio síntomas de haber acusado la inactividad. Incluso anímicamente se mostró como suele ser habitual: motivado y expresivo.

Se topó, además, con un adversario más exigente que el italiano Lorenzo Musetti, con el que se midió en la ronda anterior. Khachanov, con cuatro títulos en su currículum, obligó al tenista de Belgrado a recurrir a su mejor juego, sobre todo en la segunda manga, cuando el ruso presionó y se aferró al partido.



Buscarán otro triunfo ante Barcelona

Es oficial. Real Madrid buscará seguir con la racha de triunfo ante Barcelona en una nueva edición del clásico español, cuya fecha fue confirmada. La cita se llevará a cabo el domingo 20 de marzo a las 3:00 p.m. (hora peruana) y 9:00 p.m. en España.

El choque válido por la vigésima novena jornada de LaLiga temporada 2021-22 marcará la primera visita de Xavi Hernández a Santiago Bernabéu, ya como entrenador azulgrana. Este será su segundo clásico como DT. El primero lo perdió por 3-2 por la Supercopa de España.

El Real Madrid, líder de LaLiga Santander, tratará de ganar su sexto clásico consecutivo. Acumula seis sin perder. La última ocasión en la que venció el Barcelona fue el 2 de marzo



de 2019, en la vigésima sexta jornada, por 0-1, con gol del croata Ivan Rakitic, con el argentino Santiago Solari y Ernesto Valverde en los banquillos.

Respaldo al 100 por ciento

Previo al encuentro entre el Atlético de Madrid y el Manchester United por la Champions League, Enrique Cerezo, presidente del club ‘colchonero’, mostró su total respaldo a Diego Simeone.

“Todos los equipos tienen rachas buenas y malas, ya sea al principio de la temporada, al final o en el medio”, indicó Cerezo a la prensa española.

Asimismo, el presidente del club madrileño agregó que Diego Simeone tiene el puesto asegurado hasta que él decida: “Seguirá aquí hasta que él quiera. Estamos con él, dentro y fuera”, aseveró. En la misma línea agregó: “Lo que ha hecho aquí en diez años no creo que esté al alcance de cualquiera”.

En tanto a Joao Félix, agregó: “Es uno de los mejores jugadores de la Liga española y de Europa, pasa mucho tiempo en el suelo”, dijo en referencia



a la cantidad de faltas que recibe en cada partido. Como se recuerda, Atlético de Madrid se encuentra en el quinto puesto de LaLiga española con 42 puntos, lejos de Real Madrid que es líder con 57 y de Sevilla, el segundo lugar, con 52 puntos.

Todos tienen su manera de hacer las cosas

Roberto Mosquera, técnico de Sporting Cristal, brindó una conferencia de prensa en la que habló sobre los días de descanso que ha tenido el equipo previo al encuentro de este viernes ante UTC por la fecha 4 de la Liga 1 Betsson.

“Nosotros tenemos trabajado dos años en alta competencia. Estamos seguros del camino que



tomamos, no vamos a cambiar de rumbo ni nada de eso. Cristal tiene una forma de jugar, vamos a seguir así. Tenemos un muy buen plantel”, dijo el técnico nacional.

Sporting Cristal tiene un estilo. “Me gusta ganar, jugar bien y la posesión de la pelota. Cuando eso no sucede, me incomoda porque podemos hacerlo. Un equipo que juega bien está más cerca de los

primeros lugares y de un campeonato. Intentamos eso”, añadió.

El inicio irregular del cuadro celeste en la Liga 1 Betsson no genera una crisis. “No estamos en un problema. Problema es venir a Cristal en 2012 cuando llevaba siete años sin campeón o en 2020 cuando estaba último. Así ganemos, van a venir una falla o algo por mejorar”, declaró.

En Alianza Lima se vive una buena semana de trabajo; el último triunfo sobre Carlos Mannucci mejoró los ánimos de los jugadores y ello lo confirmó Cristian Benavente, quien volvió a hablar de lo que fue su debut con camiseta blanquiazul.

“Fue un debut soñado por las circunstancias que se dieron, el equipo remontó y ganó, además había un muy buen ambiente en el estadio”, manifestó el popular ‘Chaval’ al equipo de prensa de la institución victoriana.

Cristian Benavente reafirmó que se siente más que feliz en estas primeras semanas en Alianza Lima. “Muy contento de unirme a este club con mucha historia y que viene de ser campeón, que cuenta con grandes objetivos adelante y tengo muchas ganas de ayudar”, señaló.

“Intentaré de dar lo máximo de mí para ayudar a los compañeros a conseguir los objetivos que nos hemos marcado”, agregó el volante victoriano, quien ya cuenta con un gol en el Torneo Apertura.

Hay que recordar, que Alianza Lima se enfrentará este fin de semana a Alianza Atlético por la cuarta fecha del Torneo Apertura. El duelo se jugará en el estadio Melanio Coloma y solo se permitirá el ingreso de aficionados locales.



EL ‘CHAVAL’ BENAVENTE CONFESÓ QUE ESTÁ MUY CONTENTO DE UNIRSE A ALIANZA LIMA.

Fue como un sueño

Contra Paraguay a estadio lleno

El Dr. **Ciro Maguiña**, médico infectólogo, consideró que el estadio no es un foco de contagio, por lo que señaló que los duelos por Clasificatorias o Liga 1 Betsson podrían jugarse con el cien por ciento de aforo.

Consultado si los estadios deben tener al 100 % de público, indicó: “Creo que sí, pero solo vacunados con segunda o tercera dosis. Los estadios no son focos de contagios”.

Luego, añadió en Wapa.



pe: “Con las vacunas, las personas están protegidas. No habría ningún problema que la selección tenga todo el respaldo, de manera presencial”.

Igual vamos con todo a la Copa Davis

Dura baja para Perú. La segunda raqueta nacional, **Nicolás Álvarez**, se perderá la serie de Copa Davis frente a Bolivia por motivos de salud. El capitán de la Blanquirroja, **Américo Venero**, ya eligió su reemplazo.

La Federación Deportiva Peruana de Tenis dio la mala noticia en un comunicado. Álvarez será baja “por motivos de salud” y no estará en la serie ante Bolivia que se realizará en el Club Lawn Tennis de la Exposición el 4 y 5 de marzo de este año.

El equipo peruano no puede



detener su preparación y es por eso que el capitán, América ‘Tupí’ Venero, ya nombró al reemplazo de Álvarez. Se trata del tenista juvenil **Gonzalo Bueno** (7 ITF), quien se encuentra compitiendo esta semana en el Banan Bowl.

A seguir haciendo historia en la Concachampions

El Cruz Azul del entrenador peruano **Juan Reynoso** confía en seguir su camino hacia su séptimo título de la Concachampions a costa de eliminar en los octavos de final al Forge canadiense.

Los azules recibirán hoy jueves en el Estadio Azteca al Forge en el partido de vuelta de los octavos de final, con la ventaja de 1-0 que consiguieron el miércoles pasado en el duelo de ida.

La victoria conseguida en el Tim Hortons Field de Hamilton da ventaja a ‘La Máquina’, ya que suma más goles como visitante que su rival, por lo que un empate sin anotaciones le daría el pase a la siguiente ronda.



En el duelo en Canadá, el Cruz Azul no pasó inconvenientes ante el Forge, que no fue capaz de hacer un solo disparo a la meta que defendió **Sebastián Jurado**.

El héroe del Cruz Azul fue el venezolano **Rómulo Otero**, quien marcó su primer gol con la camiseta celeste y de quien se espera vuelva a ser factor determinante en el Azteca.



