



Añisok: la bella.
Pág. 24



El Embajador Nvono-Ncá defiende en el Parlamento Europeo el progreso de Guinea Ecuatorial frente a la oposición.

Pág. 10



El centro de transfusión sanguínea de Malabo promueve la donación altruista.

Pág. 28



Un partido de fútbol benéfico para el orfanato "Nuestra Señora de la Almudena de Malabo".

Pág. 53



COSAS QUE ME OCURREN

Por: Agustín NZE NFUMU

- *Presidente del C. de A. de "La Gaceta de Guinea".*
- *Académico c. Real Academia de la Lengua Española.*
- *Senador • Premio de Literatura "Don Quijote" 2009.*

POR ESTE CASTELLANO O ESPAÑOL, QUE TAN RICO Y COLORIDO ES

Para el número de este mes de nuestra revista, quiero acordarme y acercarme a nuestros lectores para recordar un poco la riqueza de nuestro idioma de comunicación interétnica, el español, poniendo a su alcance algunos consejos sobre expresiones que, creyendo que son buenas, resulta que no lo son y otra que creíamos inexistentes y malas, que sin embargo existen y son dadas por buenas. Asimismo, introduzco curiosidades del idioma que nos une que, para mi consuelo y placer, solo contribuirán a enriquecer nuestra forma de hablar la "lengua que Cervantes nos dejó como legado en este rincón del África tropical:

Es navegando en internet que he dado con el blog TARINGA, que me parece muy interesante y en el que una persona, preocupada de que nuestro idioma siga creciendo y, al mismo tiempo, manteniéndose puro limpio y de esplendor, se ha tomado la molestia de revolearnos ciertas curiosidades muy instructivas del mismo.

Con el título "TE TRAIGO 10 CURIOSIDADES DE NUESTRO IDIOMA, nos ha revelado lo siguiente:

"Al igual que otros idiomas del mundo, el castellano posee muchas rarezas, singularidades y anécdotas que, a pesar de que casi nadie conoce, merecen ser contadas. Por ello, hoy te cuento algunas de estas.

1. ¿Sabías que son correctas las palabras murciégalo, vagamun-

do, correveidile, requetebién, ti-quismiquis, quilogramo, frejol, setiembre, bebestible y aruñar?. Alguna vez te has preguntado ¿por qué se dice "cuatrocientos" y no "cuatromiles"? o "tres mil" y no "tres cien". ¿Por qué se dice kilómetro y no kilólitro?. ¿Por qué se dice roto, no rompido, pero se dice corrompido y no corroto?, ¿por qué existen las palabras diario, semanario y anuario pero no mesario ni mensual? ¿por qué es válido decir psicología o sicología pero sólo seudónimo y no pseudónimo? supervivencia no sobrevivencia pero sobrevivir no supervivir, ¿por qué existe el sustantivo mejora pero no empeora, mejoría no empeoría?.

2. Las palabras ecuatorianas y aeronáuticos poseen las mismas letras, pero en diferente orden. A esto se le llama anagrama. Otro ejemplo de anagrama podría ser "argentino" que, cambiando el orden, quedaría "ignorante" (por suerte, el calificativo no es aplicable a la totalidad de los nativos).

3. Verbos no existentes:

- Direccionar (correcto: dirigir)
- Particionar (partir o dividir)
- Requisitar (llenar formulario)
- Siniestrar
- Emproblemar (crear problemas)
- Recepcionar (recibir)
- Credencializar (emitir credenciales)
- Obstruccionar (obstruir)
- Conflictuar (causar conflictos)

- Sanitizar (desinfectar)
- Clicar o cliquear (oprimir el botón del ratón)
- Legitimizar (legitimar)
- Textear (escribir un texto)
- Apanicar (entrar en pánico)
- Antagonizar
- Efervescer, Liderear

4. El vocablo reconocer se lee lo mismo de izquierda a derecha que viceversa.

- En el término centrifugados todas las letras son diferentes y ninguna se repite.
- En aristocráticos, todas las letras se repiten dos veces.
- En la palabra barrabrava, una letra aparece una sola vez, otra aparece dos veces, otra tres veces y la cuarta cuatro veces.
- El vocablo cinco tiene a su vez cinco letras, coincidencia que no se registra en ningún otro número.

5. El español se habla, oficialmente, en veinte países de cuatro continentes, además de en Europa y América, se habla en África (en Guinea Ecuatorial) y en Oceanía (en la Isla de Pascua).

6. La palabra 'ojalá' proviene del árabe y significa literalmente 'y quiera Dios', que las palabras 'guerra', 'campeón' y 'sopa' provienen del alemán y que la palabra 'izquierda' proviene del euskera

7. Hay cuatro palabras que tienen cuatro consonantes seguidas,

Transplantar, substraer, abstraer, abstracto.

8. Es una lengua romance, es decir, proviene del latín, y es, por tanto, hermana del portugués, del gallego, del catalán, del francés, del occitano, del italiano y del rumano.
9. Y por último la lengua española es la tercera más utilizada en internet, pero solo un 5% de los contenidos están en ese idioma.

En la rúbrica Curiosidades del español

¿Sabías que...

1. ... hay una palabra en español que se puede pronunciar pero no escribir? Es el singular del imperativo 'salidle', que, si lo escribiésemos ('salle'), leeríamos [sá.lle], y no [sal.le], debido al dígrafo 'll'.
2. ... el español se habla, oficialmente, en veinte países de cuatro continentes? Además de en Europa y América, se habla en África (en Guinea Ecuatorial) y en Oceanía (en la Isla de Pascua).
3. ... que es una lengua romance, es decir, proviene del latín, y es, por tanto, hermana del portugués, del gallego, del catalán, del francés, del occitano, del italiano y del rumano?
4. ... que el primer escrito en español encontrado data del año 975 y se trata de una afirmación de fe y de una oración dirigida a Dios?

Aquí tienes otras CURIOSIDADES ETIMOLOGICAS

¿Sabías que...

1. ... los nombres de los cinco primeros días de la semana provienen de los nombres de los astros Luna, Marte, Mercurio, Júpiter y Venus?
2. ... el nombre del mes marzo proviene también de la palabra Marte?

3. ... sábado proviene de la palabra hebrea shabbâth ("descanso")?

4. ... domingo proviene del latín dominicus [dies] ("[día del] Señor")?

5. ... la palabra cantimplora proviene de la expresión catalana "canta i plora" ("canta y llora"), usada en referencia al ruido que hace el recipiente al ser vaciado?

6. ... la palabra capicúa también proviene del catalán, de la expresión "cap i cua", que significa "cabeza y cola"?

7. ... la palabra persona proviene del griego "prospora", que significa "máscara"?

8. ... la palabra millón no se empleó hasta el año 1300? Hasta esa fecha, para referirse a cantidades altas sólo se usaba la palabra mil, del latín "mille", y la palabra miriada, del griego "myrias", diez mil (a partir de ésta se han formado otras palabras, como "miriapodo").

9. ... la palabra robot proviene del checo "robota", que significa "trabajo forzado"?

10. ... la palabra cero proviene del árabe "sifr", que significa "vacío"?

11. ... la palabra alfil proviene también del árabe, "al-fil", que significa "el elefante"?

12. ... la palabra estribor proviene del holandés "stierboord", que significa "lado del timón"?

13. ... la palabra maniquí también proviene del holandés, de "manne-kijn", que significa "hombrecito"?

14. ... Colombia significa "tierra de (Cristóbal) Colón", Bolivia, "tierra de (Simón) Bolívar", Argentina, "tierra de plata", y Venezuela, "pequeña Venecia"?

15. ... Los habitantes de la Luna, si existiesen, se llamarían selenitas? El término procede del nombre de la

diosa griega (y del nombre griego para la Luna) Selene, que a su vez procede del vocablo griego "selas", luz.

MÁS CURIOSIDADES DEL IDIOMA ESPAÑOL

Entre los matices que distinguen a la lengua española figuran en un sitio relevante las curiosidades. Pongo de muestra un caso de acentuación.

Aquí se trata de una oración en la cual todas sus palabras - nueve en total - llevan tilde. Ahí les va:

«Tomás pidió públicamente perdón, disculpándose después muchísimo más íntimamente».

(A lo mejor es una construcción forzada, pero no deja de ser interesante).

Observen este grupo:

La palabra oía tiene tres sílabas en tres letras.

El término arte es masculino en singular y femenino en plural.

El término corrección tiene dos letras dobles...

Y este otro grupo:

Con 23 letras, se ha establecido que la palabra electroencefalografista es la más extensa de todas las aprobadas por la Real Academia Española de la Lengua.

El término estuve contiene cuatro letras consecutivas por orden alfabético: stuv.

Con nueve letras, menstrual es el vocablo más largo con solo dos sílabas.

Mil es el único número que no tiene ni o ni e.

La palabra pedigüeñería tiene los cuatro firuletes que un término puede tener en nuestro idioma: la virgulilla de la ñ, la diéresis sobre la ü, la tilde del acento y el punto sobre la i.

La palabra euforia tiene las cinco vocales y sólo dos consonantes...

"Cuando advierta que para producir necesita obtener autorización de quienes no producen nada; cuando compruebe que el dinero fluye hacia quienes trafican no bienes, sino favores; cuando perciba que muchos se hacen ricos por el soborno y por influencias más que por el trabajo, y que Tlas leyes no

lo protegen contra ellos, sino, por el contrario son ellos los que están protegidos contra usted; cuando repare que la corrupción es recompensada y la honradez se convierte en un autosacrificio, entonces podrá, afirmar sin temor a equivocarse, que su sociedad está condenada.”

En este grupo recoge **CURIOSIDADES LITERARIAS**

¿Sabías que...

1. ... en la novela El nombre de la rosa, de Umberto Eco, el nombre y el aspecto del protagonista, Guillermo de Baskerville, son referencias a Sherlock Holmes, y que los de otro de los personajes de la novela, Jorge de Burgos, lo son al escritor argentino Jorge Luis Borges?
2. ... la novela La historia interminable, de Michael Ende, está impresa en dos colores de tinta distintos (verde y rojo), que cada uno de sus 27 capítulos comienza con una letra distinta del abecedario, siguiendo el orden alfabético, y que las primeras palabras del libro están escritas al revés?
3. ... la novela 1984, de George

Orwell, se iba a titular inicialmente 1980, pero que un retraso de cuatro años en su edición causó que se modificara también el año en el título?

4. ... la novela El guardián entre el centeno de J. D. Salinger, aparte de por su calidad literaria, es también famosa por haber sido el libro de cabecera del asesino de John Lennon?
5. ... la novela Rayuela, de Julio Cortázar, se puede leer, según su autor, de tres maneras distintas? Una, siguiendo el orden normal de los capítulos; otra, siguiendo el orden especificado en una tabla en el prólogo; y otra, en el orden en que se le antoje al lector.

Concluyo con lo que, en un primer momento, nos puede parecer una aberración pero que tiene su sentido y es real,

LAS DOS PALABRAS MAS LARGAS DEL CASTELLANO:

1. Hipopotomonstrosesquipedaliofobia : tiene 33 letras, irónicamente significa miedo irracional (o fobia) a la pronun-

ciación de palabras largas y complicadas.

2. PENTAKISMYRIOHEXAKISQUILIOLETRACOSIOHEXACONTAPENTAGONALIS: La palabra tiene 57 letras y es el nombre de un polígono de 56645 lados.-

(Aunque más arriba, se puede leer que la palabra electroencefalografista es la más larga aprobada por la Real Academia Española de la Lengua –ya nos dirán)

Curioso ¿Verdad?.

Pues solo tienen que abrir el siguiente enlace de internet para sorprenderse favorablemente, como me ocurrió a mí, porque es siempre edificante “saber que no se sabe lo suficiente” y convencerse de que “hay que seguir aprendiendo cada día que pasa.

<http://www.taringa.net/post/info/14272863/Curiosidades-del-idioma-espanol.htm>

Por cierto, me he suscrito a la página porque me parece interesante. •

VISITE NUESTRA PÁGINA WEB

www.lagacetadeguinea.com

SIGUENOS

facebook

You Tube

twitter

Obiang Nguema Mbasogo, en la entrega de títulos a los graduados de la UNGE

Por: Valente BIBANG OBAMA



El Presidente de la República, OBIANG NGUEMA MBASOGO, presidió en el Palacio de Congresos y Conferencias Internacionales de Ngolo, en Bata, la solemne ceremonia de graduación y entrega de títulos a un total de 479 estudiantes licenciados de la Universidad Nacional de Guinea Ecuatorial (UNGE), integrantes de la decimosexta promoción de egresados de dicha institución académica, quienes han acabado satisfactoriamente sus ciclos de formación en las diferentes carreras que ofrecen las ocho facultades y escuelas universitarias que conforman la UNGE.

La ceremonia se desarrolló en presencia de destacadas personalidades de la vida política, social y cultural de nuestro país, embajadores y jefes de misiones diplomáticas, consulares y organismos internacionales acreditados en nuestro país, amigos y familiares de los graduados, profesores y directivos académicos de la UNGE, así invitados especiales, entre ellos el embajador de Guinea Ecuatorial en la Comunidad de los Países de Lengua Portuguesa (CPLP), Tito MBA ADA, el

rector de la universidad de MINHO-Portugal, Antonio CUNHA, el presidente del Instituto Catalunya-África, Antonio Pérez Portabella, representantes de la universidad Americana de África Central con sede en Oyala, entre otras personalidades.

El acto académico contó con el discurso del Rector Magnífico de la Universidad Nacional de Guinea Ecuatorial, Filiberto NTUTUMU NGUEMA NCHAMA, del ministro de Educación y Ciencia, Jesús ENGONGA NDONG, la entrega de títulos, la presentación de una moción de agradecimientos a cargo de un graduando, en nombre del colectivo, y la prestación del juramento hipocrático por los graduados médicos generales. Más tarde, los presentes siguieron atentamente las orientaciones del Presidente de la República, Jefe de Estado y de Gobierno, OBIANG NGUEMA MBASOGO.

El Rector Magnífico, NTUTUMI NGUEMA NCHAMA, destacó, desde su creación en el año 1995, la UNGE ha mantenido vivos el espíritu y los principios que motivaron su creación: la generalización del Conocimiento, la búsqueda de la excelencia y la calidad, la



gobierno de nuestro país, de la política de promoción e integración progresiva de la mujer en la estructura social del Estado.

El número uno de la UNGE, matizó que los estudiantes de nuestra universidad deben realizar la formación práctica de sus respectivas carreras, a lo que deben contribuir los diferentes servicios de la administración pública y las empresas privadas realizadas en el país, como parte de su apoyo al desarrollo nacional, ya que los conocimientos teóricos adquiridos por el estudiante durante la etapa de su formación académica, solo cobran autentico valor cuando son llevados con éxito a la práctica.

Durante su discurso, el Presidente de la República resaltó que su mayor preocupación ha venido siendo la inversión y el apoyo al sector para elevar la formación técnica, científica y humana de nuestros ciudadanos. Para ello, matizó que uno de los proyectos que tiene actualmente nuestro país es la formación de cuadros técnicos cualificados capaces de definir todas las actividades políticas, técnicas, científica, económicas, sociales, y culturales que sustentan la vida de la nación. ●

armonización de las enseñanzas con las exigencias del desarrollo del país y facilitar el acceso a la educación superior a la población ecuatoguineana.

Con respecto a la superioridad numérica de mujeres graduadas en esta promoción, un total de 226, frente a 223 hombres, NTUTUMU NGUEMA NCHAMA ha señalado que este fenómeno refleja la aplicación, por el

El Embajador Nvono-Ncá defiende en el Parlamento Europeo el progreso de Guinea Ecuatorial frente a la oposición

Por: Carmen Matas



“Guinea Ecuatorial: retos y oportunidades”, fue el título de la importante conferencia que tuvo lugar en la sede del Parlamento Europeo de la capital belga el pasado 25 de junio. Como bien indica su cabecera, un acto centrado en destacar el espectacular potencial del país, así como todas las oportunidades que tiene por delante gracias al impresionante progreso que ha experimentado en los últimos años.

Lamentablemente, la poca equidad a la hora de con-

vocar a los ponentes provocó que a lo largo del coloquio fueran más sonadas las críticas, algo que el Embajador en Bruselas, el Excmo. Sr. Don Carmelo Nvono Ncá, solventó con profesionalidad. Organizada a iniciativa eurodiputado español Fernando Maura, Vicepresidente del Grupo ALDE en la Eurocámara, la conferencia contó con figuras de la oposición ecuatoguineana en el exilio, como el Sr. Severo Moto, Presidente del Partido del Progreso y el Sr. Salomón Abeso, Coordinador General de la Coalición de la Oposición por la Restauración de

un Estado Democrático (CORED). Asimismo, también asistieron otras figuras como el catedrático español Don Javier Morillas, el profesor Justo Bolekia, la periodista española Dña. Ana Camacho, la licenciada en historia Dña. Rita Bosaho y el profesor de política africana Mbuyi Kabunda.

A continuación se resume en este artículo algunas de las intervenciones y preguntas que surgieron en un coloquio de un total de cuatro horas. Por meras razones de espacio, hubo alocuciones y se utilizaron tonos y expresiones que no se reflejan.

Antes de comenzar su intervención, el Embajador Nvono agradeció al Parlamento Europeo y a los organizadores la celebración del acto y felicitó la oportunidad de compartir ese momento con sus compatriotas. Asimismo, lamentó la ausencia de representantes de los partidos políticos activos en Guinea Ecuatorial, así como de activistas residentes en el país y en el resto del mundo. En su opinión, estas participaciones hubieran sido muy útiles para la aclaración de puntos de vista concretos y concluyentes sobre el escenario de la política de la República de Guinea Ecuatorial.

Acto seguido, el Embajador comenzó su intervención asegurando que “los datos hablan por sí solos y están al alcance de todos”, pidiendo así al resto de asistentes “sinceridad, franqueza y honestidad”, puesto que se trata de “nuestro propio país”.

Sobre la afirmación de que la Unión Europea viene sistemáticamente condenando los diferentes procesos electorales, el Embajador aseguró que la UE nunca se ha pronunciado, por ejemplo, en cuanto a la mesa de dialogo o los resultados de las elecciones legislativas de 2013 en Guinea Ecuatorial. Además, reveló que para estos comicios se pidió expresamente a las instituciones europeas la asistencia de observadores, a lo que se respondió que no existía una necesidad virtuosa, ya que el país ecuatoguineano “no suponía un problema”.

Asimismo, el Embajador discrepó en lo que se refiere a las acusaciones lanzadas sobre la falta de legitimidad de las elecciones de 1993 y aseguró que la alta abstención sufrida en aquellos comicios pudo muy probablemente ser causa de “la falta de cultura democrática en esa época”. El Sr. Nvono aprovechó el momento para subrayar, en referencia a la acusación de falta de talante democrático que se atribuyó a S.E. el Presidente Obiang a lo largo del coloquio, que “este talante se demuestra con hechos y no con palabras. Hechos como el reconocimiento que el Grupo de África, Caribe y Pacífico ha decidido otorgar a nuestro Presidente por su incalculable aportación durante los últimos años. Un reconocimiento que la ACP otorga a un Jefe de Estado por primera vez en sus 40 años de historia”.

En lo que respecta a la denuncia sobre la imposibilidad de circular o viajar en Guinea Ecuatorial, el Embajador hizo referencia a la delegación del Parlamento Europeo que solicitó viajar al país a finales de 2012 para analizar la situación general del país, y más concretamente el estado de algunas prisiones como “Black Beach”. La Embajada en Bruselas organizó la misión, en la que se incluían todas las visitas que la Eurocámara

reclamó e incluso algunas más que se incluyeron a petición del Gobierno. Dicho viaje no se llevó finalmente a cabo por problemas de agenda de los tres eurodiputados que iban a asistir.

Asimismo, se hizo alusión al caso de Cipriano Nguma, a lo que el Sr. Nvono respondió que, dentro de las conversaciones de trabajo que se han mantenido con el Gobierno belga a este respecto, se determinó que “Guinea Ecuatorial no es responsable de su paradero”.

Ante la preocupación que expresó el grupo de la oposición en el exilio sobre las manifestaciones revolucionarias de los estudiantes, el Embajador Nvono-Ncá respondió que “el Gobierno ha reconocido el derecho de estos estudiantes de expresar pacíficamente sus inquietudes y quejas. Incluso en Europa se han presenciado manifestaciones de estudiantes más ruidosas y agresivas y no se han entendido nunca como una revolución. Es importante reconocer que el Gobierno supo reaccionar respetando el derecho de los estudiantes a expresarse libremente, lo que debe reconocerse como la solución más acertada”.

El Embajador concluyó recordando a los presentes que “Europa es Europa y África es África”, y que en todos los lugares existen graves problemas que deben ser solucionados según el contexto histórico, político y cultural de cada región. “Los africanos no están tan lejos de los europeos si se tiene en cuenta que su objetivo común es el bienestar de sus pueblos, países y ciudadanos. El hándicap de Guinea Ecuatorial es que dispone de gas y petróleo, dos bienes muy codiciados en el entorno empresarial”, afirmó el diplomático ecuatoguineano.

Asimismo, el Sr. Nvono-Ncá puntualizó que sí existe una oposición real en Guinea Ecuatorial, pero que se ejerce contra el Presidente de la República, cuando debería ser contra el partido en el poder, ya que “son los partidos que concurren en las elecciones y luego designan a sus candidatos”.

Por último, el Embajador aprovechó la ocasión e invitó a los presentes que quisieran viajar al país para contribuir en la defensa de los intereses del Estado a contar con el apoyo de la Embajada en la capital belga para gestionar los trámites de retorno, ya que es en el propio país donde debe practicarse una verdadera oposición. ●

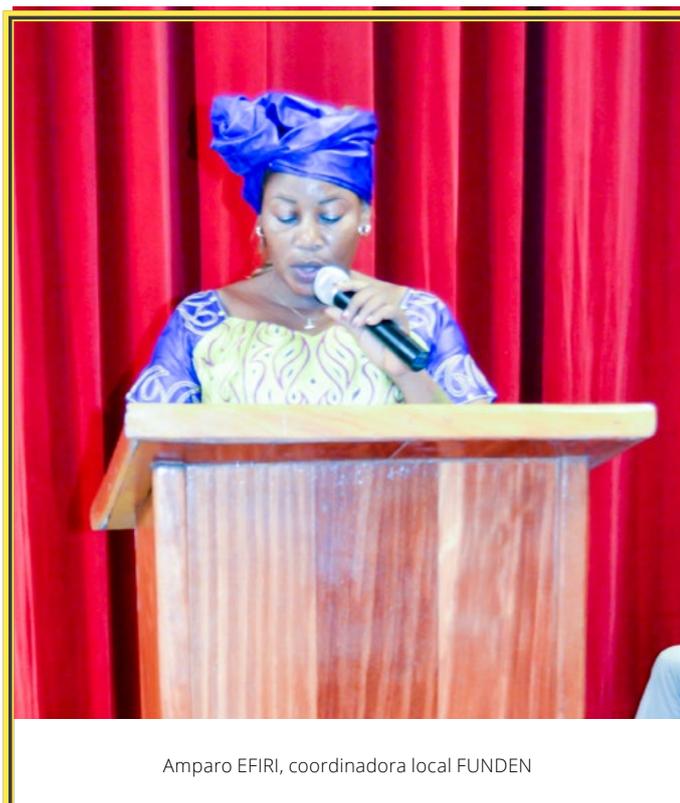


Tercera promoción de Auxiliares de Enfermería de FUDEN

Por: Valente BIBANG OBAMA



Foto de familia



Amparo EFIRI, coordinadora local FUNDEN

Después de dos años de intensa actividad formativa, un total de 50 sanitarios integrantes de la tercera edición del Curso de Profesionalización de Auxiliares de Enfermería para A.T.S, recibieron en Bata sus correspondientes títulos de formación en el marco del Proyecto Fundación para el Desarrollo de la Enfermería (FUDEN), con sede en Madrid.

En el Palacio de Congresos de Ngolo el ministro de Sanidad y Bienestar Social, Antonio NDONG NGUEMA, felicitó a los recién graduados, a los responsables del proyecto y a todas las partes implicadas por la exitosa culminación del curso (el ministerio de Sanidad y Bienestar Social, a través de su secretaría de Asistencia y Coordinación Hospitalaria, el ministerio de Minas y Energía, la Universidad Nacional de Guinea Ecuatorial (UNGE), a través de la Escuela Universitaria de Sanidad y Medio Ambiente (EUSMA) y la compañía Noble Energy Inc.). Luego reiteró la firme disponibilidad del ministerio que preside para seguir apoyando estas y otras iniciativas similares encaminadas a garantizar la salud de la población.

Por su parte, el coordinador general de Proyectos de FUDEN para África, Osvaldo De Negri, destacó que la



Titulados Funden



Entrega de títulos



Ministro de sanidad

institución cuenta con más de 25 años de experiencia en distintos campos de Enfermería y más de 16 años dentro de la cooperación internacional, habiendo sido Guinea Ecuatorial el primer país en el que comenzaron su andadura en África, en el año 2000.

Los 50 nuevos Asistentes Técnicos Sanitarios (ATS) en Enfermería, vienen a sumarse a los 109 ATS en Enfermería y los 44 Asistentes Técnicos Sanitarios Obstétrico-Gi-

necológicas profesionalizados en ediciones anteriores.

El acto contó con la presencia del director general de Recursos Humanos del ministerio de Sanidad, Guillermo Ndong, el director de EUSMA, Policarpo Mico Ndong, la decana de la facultad de Ciencias Médicas de la UNGE, Zoila Fernández Montequin, la asesora técnica de FUDEN, Reyes Pesqueira, entre otras autoridades académicas y profesionales del sector. ●



Eucario Bakale envía un mensaje a la población con ocasión del Censo de Población-2015

Por: Simeón Sopale B.

En el marco de la realización del levantamiento del IV Censo General de Población y Viviendas, el I Censo General de Agricultura y la Encuesta de Población Activa, Formación y Empleo en la República de Guinea Ecuatorial, amparado por el Decreto Presidencial n° 11/2011 del 24 de enero de 2015 y la Orden Ministerial n° 1/2013 del 23 de agosto de 2013, por la que se creaban las estructuras administrativas y técnicas para la correcta realización del contenido del decreto anterior, el ministerio de Economía, Planificación e Inversiones Públicas desarrolló y responsabilizó las estructuras para la correcta realización de dichas operaciones.

Los datos que se obtendrán del Censo General de Población y Viviendas proporcionarán información sobre la magnitud, la distribución y las características de la población, "lo cual permitirá describir y evaluar sus circunstancias económicas, sociales y demográficas y establecer políticas y programas adecuados para fomentar su bienestar", matizaba el ministro de Economía, Planificación e Inversiones Públicas, Eucario Bakale Angüe, en un discurso radio-televisado a la población ecuatoguineana el día 18 del pasado mes de junio.

También manifestó que el Censo de Agricultura aportará datos fiables sobre la estructura agrícola del país, información orientada a mejorar y promover el desarrollo del sector rural, que permitirá medir el impac-



to de las acciones lanzadas por el Gobierno en cuanto a la formulación de políticas de autosuficiencia y de seguridad alimentaria.

Finalmente, la Encuesta de Población Activa, Formación y Empleo, permitirá conocer en detalle la situación laboral y formativa del país. Qué porcentaje de la población trabaja, en qué sectores, el nivel de capacitación profesional, entre otras variedades.

Por todo cuanto antecede, dijo el ministro que resulta necesario proceder de inmediato a la actividad de colecta de datos del IV censo General de Población y Viviendas y el I General de Agricultura, con el propósito de determinar con precisión el número de habitantes de la República de Guinea Ecuatorial.

Tras la aprobación unánime de la Comisión Nacional del Censo, a propuesta del Comité Técnico y la Oficina Nacional del Censo, el ministro declaró como día del Censo el 19 de junio de 2015, a todos los efectos, en todo el territorio nacional.

El periodo de empadronamiento, subrayó, comprenderá desde el 19 de junio al 17 de julio del presente año; todos los residentes nacionales y extranjeros, sin distinción de sexo, etnia, nacionalidad, religión, credo político, etc., deberán inscribirse dentro de este periodo.

El ministro finalizaba señalando que los frutos de estos trabajos redundarán en beneficio del noble pueblo de la República de Guinea Ecuatorial. ●

Proyecto agrícola en Kuche con el apoyo de la embajada de Alemania en Guinea Ecuatorial



Por: Yamila Izquierdo y Eugenio Martínez



Imagen de la primera hectárea cultivada con el almacén fondo.
Fotos cedidas por D2000



Imagen de la primera hectárea cultivada con el almacén fondo.
Fotos cedidas por D2000

Desarrollo 2000 en África (D2000) es una ONG con proyectos en Guinea Ecuatorial: por un lado, está gestionando el Centro de Salud de Bolondo (donde la actividad realizada está centrada en la protección de la salud materno-infantil y en la salud sexual y reproductiva) y, por otro lado, ha iniciado hace año y medio un proyecto de cooperación al desarrollo en el ámbito de la agricultura en Kuche, localidad perteneciente al municipio de Río Campo.

Con el proyecto agrícola se pretende ayudar a Guinea Ecuatorial a salir de la dependencia de la importación de productos agroalimentarios. Se intenta conseguir el desarrollo socioeconómico de la zona de referencia, la capacitación y creación de empleo entre la población local.

Uno de los objetivos importantes es el avanzar en el empoderamiento de la mujer (como verdadero protagonista de la economía y sustento familiar), en su sensibilización e implicación en el proyecto agrícola, facilitando su educación y formación, que permitan cambios en su vida diaria. En este ámbito, se pretende actuar básicamente en el apoyo a pequeños huertos familiares, en educación y formación (técnica de cultivo, aspectos

sobre la economía diaria y sobre la comercialización de los productos cosechados).

El proyecto agrícola que la ONG D2000 está desarrollando en Kuche (municipio de Río Campo) sigue avanzando. Actualmente, se está en una 2ª fase en la que ya se pretende ampliar la zona de cultivo a una 2ª hectárea de terreno e ir consolidando el cultivo de hortalizas e iniciar el de frutales.

Para que todo ello sea posible, D2000 está teniendo desde los inicios del proyecto la ayuda de empresas e instituciones situadas en Guinea Ecuatorial; gracias a ello, es posible que se consigan estos objetivos y que permita que los proyectos sociales que D2000 está implantando en el país lleguen a ser auto sostenibles.

Un ejemplo de todo ello, es que recientemente la **Embajada de la República Federal de Alemania en Malabo**, ha decidido apoyar este proyecto, mostrando gran confianza en la ONG y en los objetivos que se han planteado. Gracias a la implicación básicamente de la Primera Secretaria de la mencionada Embajada (Sra. Katja Nolte) y a su Embajador (Sr. Rainer Münzel), D2000 cuenta con un valioso apoyo más que facilitará en gran medida las acciones planteadas en Kuche. •

Hacienda y Presupuestos impartió un seminario sobre la importancia de los tributos

Por: Valente BIBANG OBAMA



El facilitador izquierda y el inspector reg. adjunto de Finanzas derecha



Personal de la delegación de hacienda

Representantes de empresas autónomas y de participación del Estado asistieron en Bata a un seminario de orientación y sensibilización organizado por el ministerio de Hacienda y Presupuestos, y dirigido a este colectivo, sobre la importancia de los tributos, los principios y fines de la gestión tributaria del país, con el objetivo de reducir la falta de contribución de los tributos por parte de las empresas que operan en esta parte continental.

Después de cuatro días de trabajos en el salón de actos de la delegación del departamento en Bata, el inspector regional de Finanzas, Inocencio Engonga Obiang, en representación del delegado regional del departamento, Ismael Mercader Okenve, presidió el acto de clausura de este seminario, que también contó con la presencia de funcionarios afectos a esta delegación.

Engonga Obiang insistió a los seminaristas sobre el rol que juegan en la contribución tributaria, a la espera de que a partir de ahora apliquen los conocimientos adquiridos en este seminario en que fue facilitador

Fernando NGUEMA MANGUE.

La implementación de este seminario surge como consecuencia de la preocupación del gobierno al comprobar la falta de contribución por parte de las empresas, bien sea por falta de conocimiento de sus obligaciones tributarias o por carencia de una buena información sobre los principios y fines de la gestión tributaria del país. En efecto, el formador explicó ampliamente a los seminaristas sobre los tributos, definiéndolos como la contribución que todos tienen que transferir al Estado en base a su capacidad económica, de manera justa, general, progresiva y equitativa. Por otra parte, este colectivo se informó de la naturaleza de los diferentes tributos, que se clasifican en Impuestos, Tasas, Contribuciones Especiales, Reliquias, y Cañones.

La Ley tributaria de Guinea Ecuatorial, el impuesto sobre Sociedad, el IVA o Impuesto sobre Valor añadido, el impuesto sobre la renta de personas físicas y el Cálculo de IRPF fueron otros de los temas vistos durante el seminario. ●



Representantes de empresas



Entrega de certificados

El escalofriante testimonio de las cautivas de Boko Haram

Por: RFI



Mujeres que fueron secuestradas por Boko Haram. Foto: AFP.

Las 275 mujeres liberadas del yugo del movimiento islamista en el norte de Nigeria describen el hambre, las vejaciones o matrimonios forzados a los que fueron sometidas. Un corresponsal de RFI pudo conversar con ellas sobre lo que padecieron durante meses. La semana pasada, 700 mujeres recobraron la libertad.

Las autoridades nigerianas han transferido más de 275 ex rehenes que el grupo islamista Boko Haram mantenía cautivos en un bosque de Sambisa a un campo de refugiados, en el Estado de Adamawa, al sur del estado de Borno.

La mayoría son mujeres y niños que reciben cuidados en un perímetro supervisado por la Agencia Nacional de Gestión de Emergencias (NEMA).

El campo Malkohi se encuentra instalado en una escuela secundaria a 20 kilómetros de Yola. El corresponsal de RFI confirma que los niños se encuentran con malnutrición crónica y están siendo tratados con suero.

Las 275 mujeres, que se suman a las 700 rescatadas la pasada semana en la misma región, se ven traumatizadas, extenuadas por su captura, que para algunas duró semanas y otras, meses. Muchas volvieron embarazadas después de ser violadas. Algunas no pueden ni hablar.

Sin embargo, una de ellas aceptó hablar con RFI. "Me llamo Regina. Sufrimos mucho por culpa de Boko Haram. Los insurgentes mataron a nuestros maridos, nos

arrancaron de nuestras casas para llevarnos al bosque de Sambisa, donde nos maltrataron. Nos convirtieron en esclavas. Muchas mujeres murieron en ese lugar. Agradecemos al ejército nigeriano que permitió nuestra liberación", afirmó.

"Fuimos testigos de escenas que jamás pensamos que veríamos. Muchos niños aquí son huérfanos. Nosotras, somos todas viudas, estamos en shock, estamos traumatizadas", agregó.

Otros testimonios relatan los matrimonios forzados, abusos sexuales y maltrato psicológico por parte de sus captores. A algunas se las obligó a ir a luchar al frente.

"Nos pidieron que nos casáramos con miembros de Boko Haram pero les dijimos que eso no era posible porque ya estábamos casadas", indicó Binta Abdullahi, una joven secuestrada de 18 años.

"Entonces nos dijeron que nos venderían como esclavas llegado el momento", explicó.

Lami Musa, de 19 años, contó a la agencia AFP haber escapado a un matrimonio forzado porque estaba embarazada, aunque sus secuestradores le dijeron que la desposarían una vez hubiera dado a luz.

"Por suerte, fui rescatada al día siguiente de tener a mi hijo", declaró.

La Cruz Roja se ocupa ahora de la recuperación de las víctimas. Varias mujeres resultaron heridas o perdieron la vida durante la operación de rescate. ●



Salomón Nfa Ndong, ministro delegado de Agricultura y Bosques: “Tenemos proyectos para rehabilitar algunas fincas de cacao, sobre todo en la isla de Bioko”

Por: Simeón Sopale B.

A raíz de ciertas inquietudes surgidas en los productores agrícolas y, para que sean aclaradas por S.E. el Ministro Delegado del departamento, mantuvimos la siguiente entrevista:

Gaceta.- Teniendo en cuenta que la tierra ecuatoguineana es muy fértil, ¿existe en el ministerio algún proyecto para la exportación de posibles excedentes de producción?

Respuesta.- El suelo de nuestro país es eminentemente fértil. Las condiciones agroclimáticas son muy favorables para la producción de todo tipo de cultivos tropicales, e incluso nuestro país goza de un micro-clima tropical y mediterráneo. Pero, no queremos hablar aún de los excedentes porque nuestro objetivo es abastecer nuestros mercados nacionales. Queremos que estos estén abarrotados de productos nacionales. Tenemos un hándicap que está en el éxodo rural, que la mayor parte de los que trabajan la agricultura o que podrían trabajar la agricultura, se han trasladado a las ciudades. En Malabo mucha gente come en las casas de sus amigos, de sus primos, de sus sobrinas y no pega ningún golpe. Mientras que dedicándose un poco a la agricultura, podríamos abastecer nuestros mercados. Pero sí, he de resaltar que la mayor parte de los cultivos que se consumen actualmente en nuestro país, es de producción nacional.

Por ejemplo, los supermercados de Martínez Hermanos y Comercial Santy de Bata están abastecidos por



los productos hortícolas que vienen de la granja de Asok y Ekomiyeng, que se encuentran por parte de Ebi-beyin. Incluso los pollos que se consumen y las hortalizas son de producción nacional.

Gaceta.- ¿Qué solución puede ofrecer el ministerio para que la gente de los pueblos no emigre a las ciudades?

Respuesta.- Lo que estamos intentando hacer es crear un ambiente favorable en los pueblos y en las aldeas para que la juventud, sobre todo, pueda estar satisfecha. Es decir, mejorar las condiciones de vida, facilitándoles la adquisición de artículos de primera necesidad con precios asequibles para todos los bolsillos, la concesión de todo tipo de insumos para sus faenas agrícolas, acompañados de créditos, la construcción de

centros escolares y recreativos. Y también la mejora en la comercialización de sus productos agrícolas.

Gaceta.- Los agricultores del cacao están desesperados por el largo periodo que transcurre desde la entrega de sus productos hasta que reciben su liquidación. ¿Tiene esta tardanza alguna explicación?

Respuesta.- Si ha habido algún fallo, alguna demora en pagar, habrá sido quizá por un fallo de la entidad encargada de realizar este pago.

Lo que sí sabemos es que en cada apertura de campaña el gobierno subvenciona y el Instituto Nacional de Promoción Agropecuaria de Guinea Ecuatorial (INPA-

GE), paga puntualmente. Puede que nos encontremos ante un vicio personal.

Gaceta.- En nuestras dos regiones, insular y continental, se registraron hace décadas enormes plantaciones de cacao y café que hoy en día están desaparecidas. ¿Tiene su ministerio algún plan que haga resurgir estas fincas?

Respuesta.- Tenemos proyectos de rehabilitación de algunas fincas de cacao, sobre todo en la isla de Bioko, pero también en la región continental; solo esperamos que las empresas interesadas en la labor vengan y les demos todas las facilidades para que puedan materializar este programa. Estamos muy interesados en la rehabilitación de las fincas de cacao y café.

Gaceta.- Además del cacao y el café, nuestro país posee otros productos agropecuarios como la banana, el coco, el abacá, el aceite de palma, el palmiste, que antaño eran explotados y exportados a la antigua metrópoli y a otros países europeos y constituían una verdadera fuente de divisas; sin embargo, hoy se han quedado en el baúl de los recuerdos, ¿por qué?

Respuesta.- El ministerio de Agricultura no es el que produce; deben ser las empresas privadas, personas físicas o jurídicas las que se interesen por la agricultura y se impliquen en ella para el abastecimiento de nuestros

mercados y, si fuera posible, para la exportación de los excedentes.

Gaceta.- Hace meses se celebró una conferencia en Sipopo sobre la industrialización del país. ¿Cuál ha sido la repercusión de aquella conferencia en el sector de la agricultura? ¿Existen proyectos de empresas agroalimentarias con la implicación del Holding-2020?

Respuesta.- Después del simposio hemos firmado algunos memorándum con algunas empresas. Tenemos a China Dalian, a ARC, una empresa brasileña y otras que esperamos que vengan. Las brindamos una oportunidad. No les cobraremos por la tierra.

La misión del Ministerio de Agricultura es la de orientar, coordinar, etc., como lo hacen los demás departamentos con otras empresas y otras personas jurídicas.

Invitamos a toda la población para que se involucre en el sector agropecuario. La seguridad alimentaria es lo mejor, porque cuando el estómago está bien lleno no tenemos ningún problema.

Ahora se nos presenta una nueva innovación que es la agricultura urbana y semi urbana. Mucha gente que ha venido de las aldeas está en nuestras casas y algunas de estas disponen de algunos terrenos en su periferia. Se puede sembrar algunas semillas, las cuales podrán producir en dos, tres o cuatro meses. Esta es la agricultura urbana y es recomendable. ●

El cordel de Millás

Por: *El País Semanal*. *Correo El País Semanal* 24 MAY 2015

En el artículo Se ha cometido un crimen (del 10-5-2015), Juan José Millás nos presenta una fotografía intemporal. En ella, soldados chinos alineados están firmes ante un oficial. En el centro de la imagen y de la reflexión de Millás se presenta un cordel como "el de los albañiles que levantan un muro". También en nuestra sociedad el sistema utiliza un cordel para cosificar a los ciudadanos y que no desentonen, no vayan a tener libertad y espíritu crítico. Así producirán más por menos, investigarán solo para generar patentes y no conocimiento, y estarán perfectamente alineados, mejor dicho, alienados, y dóciles.

F. J. Barón Duarte. *Teo (A Coruña)*

El español y todas las voces

He leído con interés el artículo de *El País Semanal* del 10 de mayo de 2015 titulado *Todas las voces del español* y, como ha ocurrido hasta la fecha, hay un "español invisible": el constituido por la influencia negro-africana en el español de América y que aún no ha sido objeto de un estudio adecuado, negándose su existencia.

Muchas voces de origen africano han sido excluidas o bien no han recibido la atención debida, y esta afirmación es válida desde el Cono Sur hasta el río Grande.

Se debería reconocer la llamada "tercera raíz" junto con la hispana y la indoamericana. Las recientes estimaciones de población iberoamericana arrojan unos resultados que evidencian la importancia de este grupo poblacional y resulta difícil, muchas veces, encontrar respuestas a los interrogantes que nos depara la investigación americanista. Para ello serían necesarios estu-

CARTA DE LA SEMANA

El cordel de Millás

En el artículo 'Se ha cometido un crimen' (del 10-5-2015), Juan José Millás nos presenta una fotografía intemporal. En ella, soldados chinos alineados están firmes ante un oficial. En el centro de la imagen y de la reflexión de Millás se presenta un cordel como "el de los albañiles que levantan un muro". También en nuestra sociedad el sistema utiliza un cordel para cosificar a los ciudadanos y que no desentonen, no vayan a tener libertad y espíritu crítico. Así producirán más por menos, investigarán solo para generar patentes y no conocimiento, y estarán perfectamente alineados, mejor dicho, alienados, y dóciles.

F. J. BARÓN DUARTE. *Teo (A Coruña)*

El español y todas las voces

He leído con interés el artículo de *El País Semanal* del 10 de mayo de 2015 titulado *Todas las voces del español* y, como ha ocurrido hasta la fecha, hay un "español invisible": el constituido por la influencia negro-africana en el español de América y que aún no ha sido objeto de un estudio adecuado, negándose su existencia.

Muchas voces de origen africano han sido excluidas o bien no han recibido la atención debida,

y esta afirmación es válida desde el Cono Sur hasta el río Grande.

Se debería reconocer la llamada "tercera raíz" junto con la hispana y la indoamericana. Las recientes estimaciones de población iberoamericana arrojan unos resultados que evidencian la importancia de este grupo poblacional y resulta difícil, muchas veces, encontrar respuestas a los interrogantes que nos depara la investigación americanista. Para ello serían necesarios estudios

de lingüística africana de los que actualmente se carece en España.

Un ejemplo muy representativo sería el de la palabra "macondo" que figura en la obra de Gabriel García Márquez; varias lenguas bantúes, como el gipende, la incluyen en su vocabulario, sobre todo en países como la República Democrática del Congo, Angola, Congo, Zambia... La raíz presente en estas lenguas es *khondo*, en singular, y en plural, *maKhondo*,

como puede comprobar en las investigaciones llevadas a cabo en África Central sobre los "saberes endógenos". La universalidad del español quedaría aún más de manifiesto si se tuviera en cuenta la procedencia, muchas veces africana, de voces utilizadas en el español americano.

LUIS BELTRÁN. *Cátedra UNESCO de Estudios Afroiberoamericanos*

Asientos culturales

En relación al interesante artículo de Javier Cercas en el número del pasado 10 de mayo, me habría gustado que incluyera la ingeniosa frase de Groucho Marx "La televisión ha hecho mucho por mi cultura, cada vez que alguien la enciende me levanto y voy a leer un buen libro" •

ROBERTO RUIZ. *Correo electrónico*

Facebook: [FACEBOOK: JORGE EL PAIS SEMANAL](#)
Twitter: [TWITTER: EL PAIS SEMANAL](#)
Instagram: [INSTAGRAM: EL PAIS SEMANAL](#)
WWW.ELPAISSEMANTAL.COM

EL PAIS SEMANAL: PÁG. 14 A SUS LECTORES A MANIPULAR SUS OPINIONES O SOMETERLOS ACERCA DE LOS CONTENIDOS DE LA REVISTA. PUEDE ENVIAR SUS SUGERENCIAS O POR CORREO A EL PAIS SEMANAL, AVILA, VUELVA, 35015 HUELVA. FAX 952 82 72. LAS CARTAS PODRAN SER EDITADAS O ABRIVADAS POR MODERADORES DE CLAYMO & ESPACIO.

MACANUDO

UNA VEZ... ...TODO FUE NUEVO.

6 EL PAIS SEMANAL

POR LINEAS

El País semanal: 24-5-2015

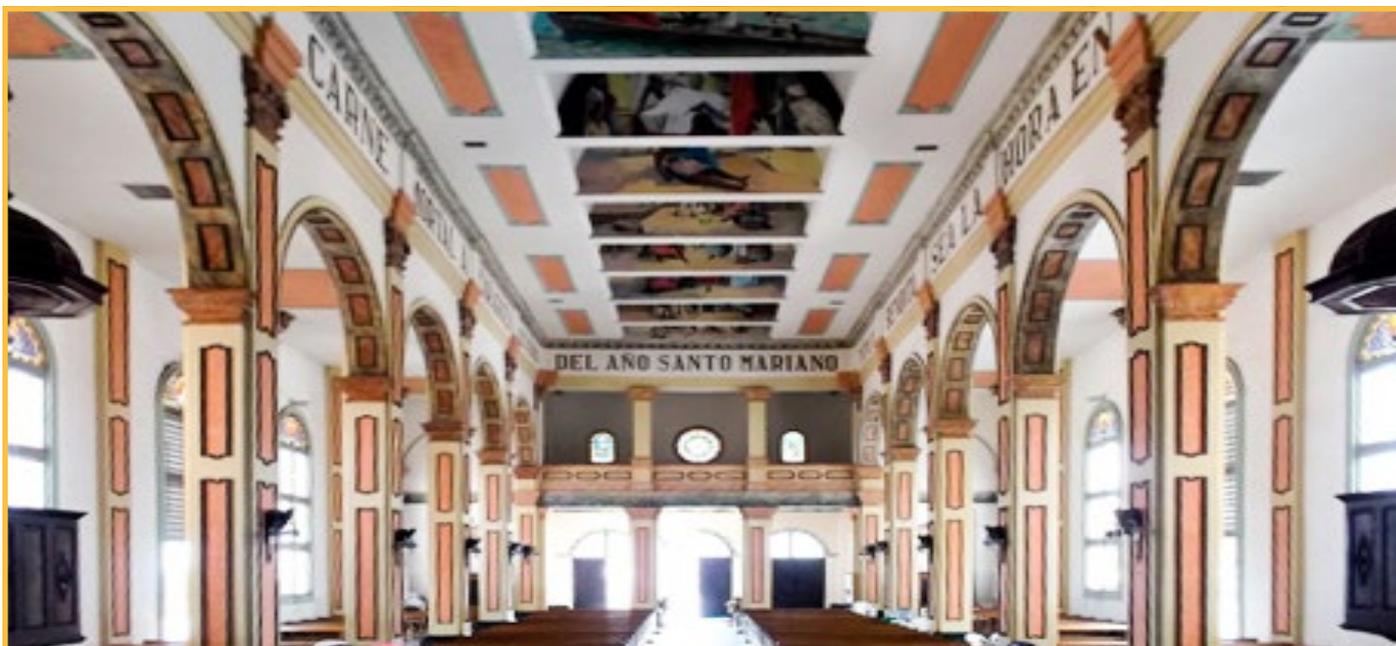
dios de lingüística africana de los que actualmente se carece en España.

Un ejemplo muy representativo sería el de la palabra "macondo" que figura en la obra de Gabriel García Márquez; varias lenguas bantúes, como el gipende, la incluyen en su vocabulario, sobre todo en países como la República Democrática del Congo, Angola, Congo, Zambia... La raíz presente en estas lenguas es *khondo*, en singular, y en plural, *maKhondo*, como pude comprobar en las investigaciones llevadas a cabo en África Central sobre los "saberes endógenos". La universalidad del español quedaría aún más de manifiesto si se tuviera en cuenta la procedencia, muchas veces africana, de voces utilizadas en el español americano.

Luis Beltrán. *Cátedra UNESCO de Estudios Afroiberoamericanos* •

El 25 de julio, la ciudad de Bata celebra la festividad de su patrón, el apóstol Santiago. El mismo día, el barrio batense de Ekuku, volverá a vibrar con su tradicional “Mekuyo”

Por: Luis Negro Marco



interior de la catedral de Bata, en cuya techumbre se hallan representadas diversas escenas de la vida de Jesús.

La ciudad de Bata se viste de fiesta el 25 de julio, para celebrar la festividad de su patrón, Santiago apóstol, a su vez patrón de España, y cuyos restos se veneran en la catedral de Santiago de Compostela, centro de peregrinación a nivel mundial de toda la cristiandad. Del mismo modo, la catedral de Bata tiene dedicado su altar mayor al apóstol Santiago, en cuyo frontispicio aparece representada la escena en que la Virgen María llega en carne mortal a Zaragoza. Ciudad española en la que, a orillas del Ebro y posada sobre una columna, se le aparece al apóstol Santiago, dándole ánimos para que continuase predicando la Salvación de Dios. Santiago es el apóstol más representativo de la Hispanidad, siendo muchas las ciudades en el mundo que llevan su nombre. •



“el mekuyo”, fiesta del pueblo guineoecuatoriano de los ndowe, que se celebra en los domingos, y muy especialmente, en Bata, en el barrio de Ekuku, el 25 de julio, fiesta del apóstol Santiago. Un día que simboliza la unión religiosa y cultural de toda la Hispanidad, que en África está representada por Guinea Ecuatorial.

Nuestras ciudades, ayer y hoy

Añisok: la bella

Por: Antonio Nandongo Nguema



colegio Tom Mboya



Calle principal



Hospital distrital

Considerada como la más céntrica de las ciudades ecuatoguineanas, Añisok está enclavada, según el mapa político del país, entre los distritos de Micomiseng, al norte, Nsok Nsomo, al nordeste, Mongomo, al sureste, Evinayong, al sur y Niefang, al oeste.

De dimensiones pequeñas, pero de gran belleza estructural, la villa de Añisok perteneció con anterioridad al distrito de Micomiseng, antes de que su jurisdicción se convirtiera en distrito, como consecuencia de un nuevo reparto administrativo realizado durante el periodo colonial, que la convirtió en cabecera del distrito de su nombre.

Datos históricos facilitados por los lugareños cuentan que el lugar donde se asienta la pequeña ciudad era una densa selva virgen. Fue Ncogo Nguema, perteneciente a la tribu yenkeñ, con su familia, el primero en fijar allí su poblado a orillas del río Binvili, en el año 1930, segui-



Centro integrado Nana Mangue



Nuevo mercado público



Viviendas sociales, Añisok



Vista la ciudad, llegando desde Bata

do por personas de otras tribus.

El primer hombre blanco que aparece por aquél poblado se llamó Robago, un personaje de origen alemán, cuyo hecho se registró en el año 1935; pero fue el capitán Basilio Sáez Hernández, de la armada española, quien convirtió a dicho poblado en asentamiento del blanco colono en 1952, bautizándolo con el nombre de Valladolid de los Bimbiles, por ser él oriundo de la provincia española de Valladolid y por estar bordeado el enclave de la villa por el río "Binvili", según pronunciación en lengua fang y "Bimbiles", como lo llamó el español.

La historia de la pequeña villa nos sigue revelando que antes de la irrupción del hombre blanco en





Plaza



Ayuntamiento de Añisok

el lugar, manadas de elefantes se concentraban para refrescarse en la orilla del río Binvili más cercana al poblado, hecho que le inspiró a Ncogo Nguema bautizar a su poblado con el apelativo de “Añisok”, que significa “entrada de elefante”, nombre que no tuvo vigencia durante la presencia colonial española en Guinea Ecuatorial, prevaleciendo el de Valladolid de los Bimbiles, impuesto por el capitán Sáez Hernández. Fue el primer presidente de la República soberana de Guinea Ecuatorial, Francisco Macías Nguema Biyogo Ñegue Ndong quien, en el marco de su programa de inculturación en la nominación de las ciudades del ámbito nacional, devolvió a la ciudad

su nombre original, “Añisok”, añadiendo “Ncogo Nguema”, en memoria de su fundador. Actualmente se conoce a la villa como Añisok Ncogo Nguema, en sustitución de Valladolid de los Bimbiles.

Durante el periodo colonial y el régimen de Autonomía de los territorios españoles del Golfo de Guinea (Fernando Poo, Río Muni y los islotes de Annobón, Corisco, Elobey Grande, Elobey Chico y Mbañe), Añisok fue considerada siempre como la villa más bella, más limpia y la mejor “plantada” de la región de Río Muni. Incluso en nuestros días, Añisok sigue conservando este halo de su belleza natural, de manera que ni el correr del tiempo

ni los efectos devastadores de la revolución macista han hecho mella alguna en su atractivo y sus encantos, manteniendo así su apariencia de una bella flor plantada en medio del jardín verdoso que resulta ser la vasta, exuberante y selvática región de Río Muni.

Como una de las tantas ciudades consideradas como bastiones de la revolución macista, Añisok sufrió con muchísima crudeza las consecuencias de dicho sistema político, al igual que la vecina Mongomo, con la que se identificaba mucho la andadura revolucionaria, quizás por la cercanía de ambas a Nsangayong, pueblo natal de Macías, que se transformó en el foco del infierno en que se había convertido todo el país y donde el extinguido “líder de acero” y “presidente vitalicio” asentado la sede de su gobierno durante los últimos años de su régimen político.

De las entrañas de Añisok surgió un engendro demoníaco que sometió a su pueblo a una represión sistemática, humillante e inhumana, en la que muchas mujeres jóvenes de todo el distrito fueron violadas y la población convertida a servidumbre, a merced de todo tipo de trabajos forzados y demás tratos aberrantes en que se había especializado el régimen. En Añisok y su distrito jurisdiccional no había escapatoria posible para nadie, por estar enclavada en el centro de la región; y era casi imposible sortear el férreo control que las Milicias Populares habían establecido en todo el territorio nacional, para llegar a una de las fronteras con los países vecinos, Gabón y Camerún, en busca de libertad; intentar una fuga desde Añisok era casi entregarse al suicidio.

Hoy en Añisok se respiran otros aires; aires de mucha calma, de libertad y de gran evolución y progreso. Gracias a la ingente labor reformista realizada allí durante el régimen surgido el 3 de agosto de 1979, a nivel político, económico, socio-cultural e infraestructural, Añisok vuelve a brillar por sus encantos como ciudad atractiva y por la belleza exótica de sus mujeres, por lo que es famosa, desde los tiempos remotos hasta el presente. ●



fundiendo la sangre completa, y se opta casi siempre por utilizar solo los componentes específicos que requiere cada paciente en cada momento.

La seguridad transfusional está garantizada, sobre todo, por los análisis exhaustivos que se hacen de la sangre donada. De esta manera se vela, no solo por la seguridad del receptor de la sangre (cerciorándose de que esta no contiene drogas, alcohol, virus, parásitos, ni sustancias químicas que puedan causarle daño o enfermedades), sino también por la del donante ya que, además de conocer si padece alguna enfermedad como paludismo, VIH, hepatitis B, hepatitis C o sífilis, se comprobará su peso, temperatura, pulso, presión sanguínea, niveles de hemoglobina...

Es lo que llamo la "motivación egoísta": si no te decides a donar por puro altruismo, por el mero placer de ceder algo de ti que puede ayudar a salvar a otros, siempre puedes hacerlo por esa "revisión gratuita" a la que te van a someter cada vez que acudas a donar sangre al Centro.

Desde el inicio de su actividad se han inscrito ya más de 1400 personas como donantes, 1400 voluntarios que en algún momento se han acercado generosamente a dar su sangre. Pero la mayoría solo ha acudido una única vez. El Centro Regional de Transfusión necesita, para su funcionamiento óptimo, una media de 10 donantes diarios. Una cifra nada difícil de alcanzar si todos los que ya están inscritos donaran de manera periódica, tres veces al

año las mujeres y cuatro veces, los hombres. No significa esto que no se requiera la llegada de nuevos donantes; es necesario renovarlos, ya que las circunstancias personales de los mismos pueden estar sujetos a cambios constantes: fallecimiento, lactancia, envejecimiento, enfermedad, etc., razones, en definitiva que causan que una persona, en un momento determinado, no pueda dar su sangre.

Los responsables del Centro Regional de Transfusión Sanguínea han iniciado, desde hace algunos meses, una constante campaña destinada a captar donantes, concienciando a la población de la importante labor sanitaria que se desempeña desde la institución, pero también tratando de convencer a los guineoecuatorianos de que esa labor no es posible sin la generosidad de todos. Caras conocidas como reclamo, como la de la Miss Guinea

Ecuatorial, Agnes Genoveva Cheba, presencia en los medios de comunicación y llamadas a las puertas de algunas empresas, nacionales y extranjeras, son sólo algunas de las acciones emprendidas con el fin de informar, despertar conciencias y atraer voluntarios dispuestos a donar sangre. "Algunas de estas empresas tienen los empleados más sanos", explica Soledad Sautoho, "porque exigen certificados médicos en el momento de la contratación y exámenes periódicos; necesitamos que esas compañías les pidan a sus empleados que vengan a donar sangre. Necesitamos a esos colectivos que, por motivos de conciencia tienen un estilo de vida más saludable que la media de la población, como los miembros de algunas iglesias o cultos. Queremos que vengan los estudiantes, los deportistas... "también las autoridades y cargos públicos, ¿por qué no?". Cuentan que hace poco se llevaron una gran alegría en el Centro, cuando aparecieron de golpe 40 integrantes de la iglesia adventista, dispuestos a donar. "Y no los llamamos nosotros, vinieron por iniciativa propia", concluye Soledad.

En definitiva, el Centro Regional de Transfusiones de Malabo invita a todos, en nombre de todos, porque todos podemos estar algún día en el puesto de un paciente, a convertirnos en donantes de sangre. Solo es indispensable estar entre los 18 y los 65 años y estar convencidos de que tenemos algo, la sangre, que podemos dar de manera altruista para salvar vidas. ●



Natalicio del Presidente de la República en Bata

Por: Redacción de Bata

Con ocasión a la fiesta del 5 de Junio, natalicio del Presidente de la República, Jefe de Estado y de Gobierno, se celebraron diversas actividades en la ciudad de Bata: la manifestación pacífica y popular de todos los estamentos sociales por las principales calles y avenidas de la ciudad, encabezada por el gobernador provincial, Amado Nguema Owono, la misa de acción de gracias en la catedral, el maratón popular organizado por la Federación de Atletismo, un concierto musical con Anfibia como cabeza de cartel en el paseo Marítimo...

El personal al servicio de Radio Nacional Bata, encabezado por su directora, Presentación Nsang Bengono, no se quedó al margen y se sumó a la celebración, felicitando a OBIANG NUEMA MBASOGO por el 73 aniversario de su nacimiento desde el plató de los estudios de esa casa de la radio. ●



Anfibia en concierto



Autoridades locales encabezando la manifestación



Anfibia en concierto



Anfibio en el paseo Marítimo de Bata

Por: Valente BIBANG

El cantante guineoecuadoriano Anfibio fue el gran protagonista de la noche durante el desarrollo de un concierto musical con ocasión del 5 de junio, natalicio del Presidente de la República, Obiang Nguema Mbasogo.

En el escenario montado en el paseo Marítimo de Bata también brillaron con sus actuaciones otros artistas nacionales como Pergentino (Muni), Anaconda,

Mioley, entre otros, así como el grupo Patinadores de Bata, que dejó boquiabierto al público batense durante sus exhibiciones sobre ruedas, con salidas individuales y colectivas.

Anfibio hizo vibrar a sus fans con una variedad de canciones sentimentales, para luego rematar la faena con algunos de los temas más calientes de su repertorio como "Mesianeyang", "Sinti" y "Dame amor", entre otros. •



Anfibio aclamado por el público



Actuación de Anfibio



CONSEJOS PARA EL 2015

Por: Doctor Francisco Miguel BARROSO MOLINA

26 CONSEJOS PARA BAJAR DE PESO

Consejos extraños e imposibles de seguir, dietas “milagro” sin nada de evidencia detrás y otras declaraciones sin fundamento a veces plagan el campo de la información nutricional.

Pero, a lo largo de los años, los científicos relacionados al campo de la nutrición definitivamente han podido probar que algunas estrategias son efectivas al momento de perder peso. Es hora de repasarlas.



1. Beber agua, en especial antes de las comidas. Beber agua puede acelerar el metabolismo entre un 24 y un 30 %, en un período de entre 1 a 1.5 horas, ayudando a quemar algunas calorías extra. Un estudio mostró que beber medio litro de agua una hora y media antes de las comidas ayudó a las personas que estaban siguiendo una dieta a perder un 44 % más de peso.

2. Comer huevos en el desayuno. Los huevos tienen muchos beneficios, entre ellos el de ayudar a perder peso. Reemplazar un desayuno basado en cereales con huevos puede llevar a consumir menos calorías en las siguientes 36 horas, perdiendo peso y grasa corporal. Y si por alguna razón no se pueden consumir huevos, cualquier otra fuente de proteínas de calidad funciona también.

3. Beber café (preferentemente negro).

El café a veces ha sido injustamente demonizado. Cuando es de buena calidad, está repleto de antioxidantes y numerosas maneras de aportar a una buena salud. La cafeína puede elevar el metabolismo entre un 3 y un 11 % y la eliminación de grasas entre un 10 y un 2 %.



4. Beber té verde.

El té verde contiene pequeñas cantidades de cafeína, pero también incluye poderosos antioxidantes llamados catequinas, de los cuales se cree que trabajan en sinergia con la cafeína para mejorar el efecto de quema de grasas. Aunque la evidencia no es del todo firme, muchos estudios muestran que el té verde (tanto la bebida como el extracto en forma de suplemento) puede ayudar a perder peso.



5. Cocinar con aceite de coco.

El aceite de coco es muy saludable. Es alto en triglicéridos de cadena media, que se metabolizan de manera diferente que otras grasas.

Se ha demostrado que estos triglicéridos pueden elevar el metabolismo en un rango de hasta 120 calorías al día y también reducir el apetito, con lo cual se podrían terminar consumiendo hasta 256 calorías menos por día. La idea no es, de todas formas, agregarlo sobre algo que ya se haya cocinado de manera tradicional, sino reemplazar con aceite de cocos algunas de las grasas que habitualmente se usan para cocinar.

6. Tomar glucomanano.

El glucomanano es una fibra que, en varios estudios científicos, ha hecho perder peso a los sujetos de investigación.

Absorbe agua y se asienta en el intestino por un tiempo, haciendo sentir mayor saciedad y ayudando a consumir menos calorías.

Y se ha demostrado que las personas que consumen suplementos de glucomanano pierden un poco más de peso que aquellos que no lo hacen.

7. Recortar los azúcares agregados.

La mayoría de las personas consume demasiada azúcar agregada. Este consumo se asocia fuertemente con el riesgo de sufrir obesidad y enfermedades como diabetes tipo 2 y problemas cardíacos.

Si se quiere perder peso, es necesario reducir el consumo de azúcar agregado y jarabe de maíz de alta fructosa. Y hay que asegurarse de leer bien las etiquetas de los alimentos, ya que muchos productos supuestamente saludables a veces están llenos de azúcar.



8. Consumir menos carbohidratos refinados.

Los carbohidratos refinados, usualmente, son azúcares o granos que han sido despojados de sus partes fibrosas y nutritivas.

Los estudios científicos demuestran que los carbohidratos refinados pueden elevar el azúcar en sangre de manera rápida, llevando a sentir hambre y antojos, y a elevar el consumo de alimentos pocas horas después. Consumirlos está fuertemente ligado a la obesidad.

9. Seguir una dieta baja en carbohidratos.

Numerosas investigaciones muestran que apearse a una dieta baja en hidratos de carbono puede ayudar a perder entre dos y tres veces más peso que con la dieta estándar baja en grasa. Y, al mismo tiempo, contribuye a una mejor salud.

10. Usar platos más pequeños.

Aunque suene imposible a primera vista, se ha demostrado que utilizar platos más pequeños suele derivar automáticamente en un consumo menor de calorías.

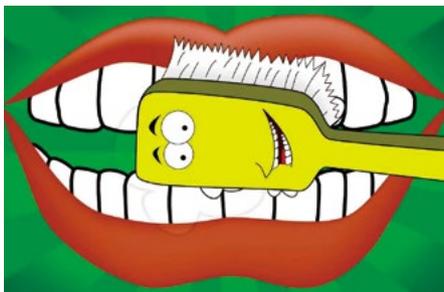
11. Controlar porciones o contar calorías.

Todo lo que contribuya a estar consciente de lo que se come es útil. Así, controlar el tamaño de las porciones o contar las calorías que se consumen puede ser una buena idea, por razones obvias.

Hay estudios que también muestran que llevar adelante un diario de comidas, escribiendo lo que se consume cada día o tomando fotografías de lo que se come, puede contribuir a la pérdida de kilos.

12. Tener alimentos saludables cerca en caso de que ataque el hambre.

Comprar y tener a mano alimentos saludables previene que se recurran a snacks nocivos para la dieta.



13. Cepillarse los dientes luego de cenar.

Aunque no haya estudios que apoyen esto, muchos recomiendan cepillarse los dientes inmediatamente después de la cena,

lo cual parece prevenir la tentación de algún snack nocturno.

14. Consumir comidas con especias.

Algunas especias, como la pimienta de Cayena, contienen capsaicina, un componente que puede acelerar el metabolismo y reducir ligeramente el apetito.

15. Hacer ejercicio aeróbicos o Tai-chi.

Los ejercicios aeróbicos no sólo queman calorías, sino que contribuyen a una mejor salud física y mental. Parecen ser especialmente efectivos para perder grasa abdominal, la cual crece alrededor de los órganos y produce problemas metabólicos.



16. Levantar pesas.

Uno de los efectos colaterales malos de hacer dieta es que tiende a favorecer la pérdida de músculo y la desaceleración del metabolismo.

Y la mejor manera de prevenir esto es realizar alguna clase de ejercicio de resistencia, como levantar pesas. Esto puede mantener el metabolismo alto y evitar la pérdida de masa muscular.

17. Consumir más fibra.

La fibra usualmente se recomienda para perder peso. Aunque la evidencia no es concluyente, algunas investigaciones muestran que la fibra, en especial la viscosa, eleva la saciedad y ayuda a controlar el peso a largo plazo.

18. Consumir más vegetales y frutas.

Tanto los vegetales como las frutas poseen propiedades que los hacen muy efectivos para la pérdida de peso.

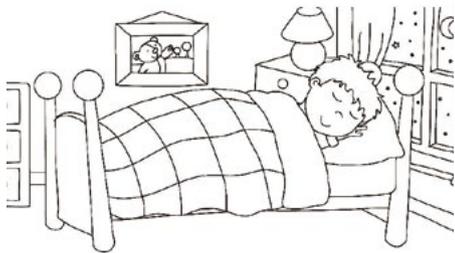
Contienen muy pocas calorías, pero mucha fibra. Son además ricos en agua, lo cual les brinda una baja densidad energética.

Además, toma tiempo masticarlos y brindan saciedad.

Varios estudios muestran que las personas que las consumen tienden a pesar menos. Estos alimentos son también muy saludables y nutritivos, por lo cual comerlos es importante por otras razones más allá de perder kilos.

19. Masticar más lento.

Puede llevar tiempo para que el cerebro "registre" que ya se ha comido lo suficiente. Y algunas investigaciones muestran que masticar más lento ayuda a consumir menos calorías y a incrementar la producción de hormonas ligadas a la pérdida de peso.



20. Dormir bien.

El sueño a veces no se tiene en cuenta, pero es tan importante como comer saludable y ejercitarse.

El mal sueño es uno de los principales factores de riesgo de la obesidad, ligado a un riesgo 89 % mayor en niños y 55 % más alto en adultos.

21. Vencer las adicciones alimentarias.

Un estudio realizado sobre 196,211 individuos en el 2014 encontró que el 19.9 % de las personas entraba dentro de los cri-

terios de la adicción a la comida. Si se sufren poderosos antojos y no se puede controlar la dieta sin importar lo mucho que se intente, quizás se esté frente a un caso de esta adicción.

Y lo único que funciona es conseguir ayuda. Intentar bajar de peso sin lidiar primero con ese problema es casi imposible.

22. Consumir más proteínas.

Seguir una dieta alta en proteínas ha demostrado acelerar el metabolismo de 80 a 100 calorías por día.

Un estudio mostró que convertir a las proteínas en el 25 % de las calorías consumidas al día redujo los pensamientos obsesivos en relación a la comida en un 60 %, al mismo tiempo que recortó a la mitad los antojos nocturnos. Así, simplemente agregar proteínas a la dieta, sin restringir nada, constituye una de las maneras más fáciles y efectivas de perder peso.

23. Suplementar con proteína de suero de leche.

Si es difícil incluir las proteínas suficientes en la dieta, tomar un suplemento puede ayudar.

Una investigación arrojó que reemplazar parte de las calorías con proteína de suero de leche puede derivar en una pérdida de peso de alrededor de 4 kilos, mientras se aumenta la masa muscular magra.



24. No beber calorías (refrescos o jugos de fruta).

El azúcar es mala, pero en forma líquida es incluso peor. De he-

cho, probablemente sea la parte más engordante de la dieta moderna.

Por ejemplo, un estudio mostró que las bebidas azucaradas se relacionan con un riesgo de obesidad 60 % mayor en niños por cada porción diaria.

Esto también se aplica a los jugos de fruta, que contienen la misma cantidad de azúcar que un refresco. Se puede consumir la fruta entera, pero es mejor evitar el consumo del jugo solo.

25. Consumir alimentos de un solo ingrediente.

Si se quiere ser una persona más delgada y saludable, una de las mejores cosas que se pueden hacer es consumir alimentos naturales de un solo ingrediente.

Generalmente, estos alimentos sacian naturalmente, por lo cual es difícil subir de peso si la mayoría de la dieta se basa alrededor de ellos.



26. No hacer dieta, sino comer saludablemente.

La mayoría de las dietas generalmente no funciona a largo plazo.

De hecho, hay estudios que muestran que hacer dieta predice consistentemente la ganancia de peso a futuro.

En lugar de hacer dieta, es mejor tener como meta convertirse en una persona más saludable, más en forma y más feliz.

Focalizarse en nutrir el cuerpo en lugar de privarlo de cosas. Así, la pérdida de peso vendrá como un efecto secundario natural. ●



Primeros Auxilios

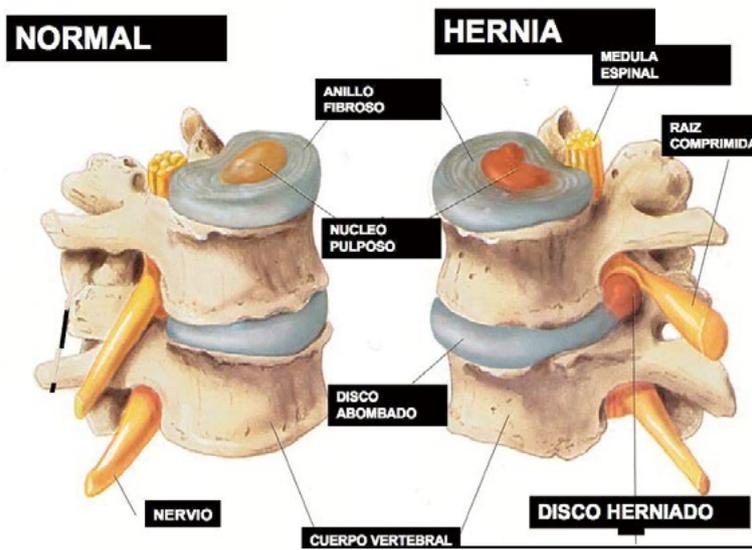
Por: José NTUTUMU EDÚ, DUE

HERNIA DISCAL

El concepto de hernia parte del lenguaje médico, y se concibe como salida o desplazamiento de un órgano corporal fuera de la cavidad natural que lo aloja; por tanto, en el cuerpo humano las hernias pueden originarse en muchas zonas del cuerpo (hernia umbilical, hernia cervical, hernia inguinal, etc.)

Al hablar de hernia discal, debemos considerar, en primer lugar, la estructura del raquis vertebral, el cual está compuesto por un enlace de vértebras, separados por unos discos que nos permiten movimientos variados, como doblarnos hacia adelante o hacia atrás, ladearnos de un lado al otro, etc. Al disco intervertebral desgastado o dañado se le asigna distintos nombres, según la naturaleza de la lesión, como por ejemplo: disco prolapsado, disco desplazado, disco protruido, etc.; los discos intervertebrales también nos sirven de amortiguadores. Igualmente las vértebras protegen a la médula espinal y sus raíces, desde que sale del cerebro hasta el extremo terminal del raquis. Entre vértebra y vértebra, existen espacios o huecos para los nervios que parten de la médula espinal hacia cada zona del cuerpo.

La hernia discal es consecuencia de la salida de una parte del disco intervertebral, que se desliza fuera de su sitio habitual por alguna causa; generalmente ésta obedece al desgaste del anillo fibroso del disco intervertebral, que provoca que el núcleo pulposo se desplace a la parte posterior (protrusión discal). Las secuelas de este desplazamiento ocasionan compresiones o apreturas en la médula espinal o en algunas de sus derivaciones, produciendo – generalmente – daños en los nervios y el consiguiente dolor. Obviamente no todas las personas con hernias discales tienen síntomas. Hay evidencia de muchas personas con hernias discales asintomáticas, porque éstas no aplastan ningún nervio (radiculopatía),



ni hacen compresión en la médula espinal (mielopatía).

Los síntomas de una hernia discal suelen ser de naturaleza dolorosa; a veces empiezan levemente y se van exacerbando. Pueden aparecer de forma aguda y pasar a la fase crónica. Habitualmente el dolor se suele localizar en una zona determinada de la espalda, pudiendo irradiarse a las piernas y brazos; muchos pacientes tienen

hormigueo, adormecimiento e insensibilidad en brazos y piernas. Es común oír hablar de ciática (este dolor va desde los glúteos a la pierna, pudiendo llegar a los pies y dedos), que se manifiesta en muchas ocasiones como si fuera un cuchillazo interno, el cual puede presentarse de manera repentina, sobre todo después de un determinado esfuerzo, y que se siente como rotura de espalda.

Hay determinados factores que favorecen la aparición de hernia discal como el envejecimiento, las enfermedades óseas, las actividades físicas deportivas o laborales, determinados factores hereditarios, etc. Para el establecimiento del diagnóstico de hernia discal, es importante considerar la clínica y la exploración física, que luego se complementa con imágenes radiológicas, sobre todo, con resonancia magnética.

El tratamiento de la hernia discal será al principio médico durante 4 o 5 semanas (si es posible conservador: administrando relajantes musculares, analgésicos, antiinflamatorios y medidas posturales); si fracasa el tratamiento conservador, se valora el tratamiento quirúrgico. No obstante, la intervención quirúrgica se puede llevar a cabo si la clínica y la exploración al paciente indican con claridad afección medular o de esfínteres, etc. Después de la cirugía, se debe realizar rehabilitación tan pronto como lo indique el cirujano; de la misma manera serán aconsejables los ejercicios que fortalecen los músculos de la espalda. •

La depresión en la infancia

Por: Paz Oyó

La depresión es uno de los trastornos mentales más frecuentes, tanto en niños como en adultos, y es una enfermedad silenciosa, porque los síntomas no son dolorosos ni se ven a primera vista.

El desconocimiento sobre **la depresión en la infancia y adolescencia** y la falta de comunicación abierta sobre este tema hace que la gente joven que necesita tratamiento o sus familias no busque ayuda.

En Europa, hace poco tiempo que se empezó a dar importancia al estado de ánimo de los más pequeños, porque los médicos y psicólogos alarmaron a la sociedad por los muchos casos de suicidios de niños y jóvenes sin motivos aparentes. Ya fue cuando se le dio nombre al acoso escolar (*bullying*).

En nuestro país, Guinea Ecuatorial, es un tema que no se ha tocado y del que nadie habla. Pero, como en todas partes, hay niños/as que sufren depresión y en silencio y, seguramente, ni ellos ni sus padres saben que están enfermos y que esta enfermedad tiene cura.

El motivo de nuestro desconocimiento es porque no hablamos con nuestros hijos lo suficiente, ni les conocemos, porque creemos que ellos por ser pequeños no tienen problemas o sus problemas son puras tonterías.

Debemos aprender a observar, escuchar, hablar con nuestros hijos. Los adultos debemos ser conscientes de que nuestros hijos pasan gran parte del día fuera de casa, en la escuela, en casa de algún familiar o conocido, y es importante que sepamos cómo se encuentran, si han tenido algún desencuentro con alguien, discusión o pelea.

Observándoles les conoceremos y podremos detectar sus cambios de humor, sus preocupaciones, etc.

¿Cómo detectamos si nuestro hijo o hija está con depresión? Hay muchas formas de hacerlo:

- Lo primero es velar su sueño, si se desvela mucho, si tiene pesadillas, si vuelve a mojar las sábanas de pis varias veces a la semana.



- Lo segundo es observar si su apetito ha variado, si como poco o nada, si baja de peso muy bruscamente.
- Lo tercero es saber si sigue frecuentando las mismas amistades o si ha cambiado de grupo de amigos y la relación que tiene con estos.
- Otro dato a tener en cuenta es si a la hora de ir al colegio se pone nervioso o si se niega a ir.
- Si su comportamiento en casa ha cambiado, si se enfada por todo, da malas respuestas a los mayores, si pega a otros niños.
- También es importante observarlos cuando juegan con sus muñecos. Porque todos cuando somos pequeños imitamos a los mayores, entonces si ese niño o niña está sufriendo algún tipo de maltrato o acoso lo refleja en el juego.

Debemos hablar con todas las personas que diariamente están en contacto con nuestro hijo o hija, para conocer cómo se comporta cuando no está en casa, saber si en el colegio se le castiga y qué tipos de castigo.

En las escuelas hoy en día todavía se pega a los niños para educarlos, y esto es un hecho muy grave que puede conllevar un estado depresivo en el

niño, al cual todos los días la profesora o profesor pega, o le tira de las orejas o le humilla delante de sus compañeros por no saber la lección.

De toda la vida, en el colegio siempre los más mayores de clase han intentado estar por encima de los más pequeños, y los profesores deben vigilar que esto no pase. En la mayoría de los colegios del país hay niños a los cuales todos pegan y maltratan, sin que los profesores hagan nada por evitarlo.

Un niño que crece con depresión, el día de mañana será una persona con problemas de personalidad, será un adulto con sentimientos de inferioridad, sin objetivos en la vida y en definitiva un peligro para el mismo y para la propia sociedad.

Dependerá de los padres y tutores que esto no ocurra.

La depresión infantil tiene cura y, dependiendo del grado, se puede curar sin medicación.

Si se detecta a tiempo, no es preciso medicar al niño, escuchándole, apoyando y dándole amor, mucho amor, y cambiando aquello que le está causando esta enfermedad le ayudaremos a curarse.

Si es necesario acudir a ayuda profesional (psicólogo), debemos hacerlo, sin sentir vergüenza por ello, y sin hacerle sentir al niño un bicho raro, haciéndole ver que el profesional es igual que cualquier otro médico.

Es cierto que hoy por hoy, la profesión de psicólogo no prolifera mucho en el país, pero hay buenos profesionales en la materia.

También debemos implicar a toda la familia, para que ayuden a que el niño afectado por la depresión pueda currarse. Nuestros familiares deben saber que el comportamiento del niño es debido a un motivo, y deben hablar con el menor con delicadeza, sin gritos, ni insultos.

Si queremos un futuro estable y seguro para nuestros hijos, además de cuidar su cuerpo controlando su alimentación, también debemos cuidar su salud mental tratándole con respeto y cariño. •

Buenas prácticas en la manipulación de alimentos

Por: José Ramón Carlón y Alicia García García



El manipulador de alimentos es cualquier persona que está en contacto con los alimentos. De forma natural, dichos manipuladores pueden ser una de las principales fuentes de contaminación de los mismos. Todos los seres humanos de forma natural contienen gérmenes cuya concentración aumenta en ciertas partes del cuerpo y que pueden transmitirse a los alimentos al entrar en contacto con ellos y producir enfermedades de transmisión alimentaria. La piel, las manos, la nariz, la boca, los oídos y el pelo son las principales partes del cuerpo humano a las que se debe prestar especial atención cuando se manipulan alimentos. También debe tenerse especial cuidado con los cortes o heridas, con la ropa de trabajo que se utiliza, así como con los objetos personales que se tienen durante el contacto con los alimentos. Todos ellos son fuente de contaminación alimentaria que tendremos que combatir de forma preventiva con unos correctos hábitos higiénicos.

LA CONTAMINACIÓN ALIMENTARIA A TRAVÉS DE LAS MANOS

La forma más común en la que el manipulador de alimentos entra en contacto con los alimentos es a través de sus manos por lo que en el presente artículo prestaremos especial atención a dicha fuente de contaminación alimentaria debiéndose extremar la higiene de esta parte del cuerpo y actuar de forma preventiva lavándonos las manos siempre antes de entrar en contacto con los alimentos así como cada vez que sea necesario. Otra medida importante preventiva es mantener las uñas cortas, cuidadas y libres de suciedad.

Hay que proteger cuidadosamente los cortes o heridas de las manos colocando apósitos impermeables o tiritas de forma que constituyan una barrera física frente al contacto directo con los alimentos.

¿CÓMO DEBEN LAVARSE LAS MANOS?

El correcto lavado de manos consistirá en mojar las manos y los antebrazos con agua caliente para abrir los poros y enjabonar desde el codo hasta las uñas con jabón frotando las manos entre sí enérgicamente así como cepillar las uñas y aclararlas bien con agua fría para cerrar los poros, cuidando de que no queden restos de detergente. Por último se deberá secar las manos preferentemente con una toalla de papel desechable o con aire.

¿CUÁNDO DEBEN LAVARSE LAS MANOS?

Se recomienda lavarse las manos:

- Antes de comenzar el trabajo.
- Después de utilizar los servicios higiénicos.
- Siempre que se cambie de actividad.
- Después de tocarse el pelo, nariz, boca, etc.
- Después de manipular alimentos crudos como carne, pollo, pescado, huevos u otros alimentos potencialmente peligrosos por contaminación cruzada
- Después del contacto con animales.
- Después de manipular basuras, dinero, útiles de limpieza o compuestos químicos.
- Siempre que las circunstancias lo requieran o que potencialmente se tenga el riesgo de contaminación.

Un veneno que no mata

Por: Dr. MsC. Julio César Ginarte Suárez



El aumento en la incidencia del cáncer en el mundo y la agresividad de su tratamiento, han exigido de la ciencia buscar alternativas que permitan obtener beneficios con menos riesgos. Cuba da un paso de avance con su propuesta de uso del Veneno del Alacrán Azul.

El cáncer se ha convertido en un flagelo para la humanidad desde tiempos inmemorables, lo que se ha visto favorecido en la actualidad por diferentes factores como el estrés, el hábito de fumar, la mala alimentación, el sedentarismo, las adicciones al alcohol y drogas, entre otros.

Al mismo tiempo, la Medicina ha ido avanzando en métodos diagnósticos y tratamientos que ayudan a combatirlo; sin embargo algunos de estos últimos resultan ser muy agresivos, lo que conlleva a la necesidad de buscar métodos alternativos que permitan por una parte, frenar el cáncer y por la otra, disminuir los efectos adversos de tratamientos convencionales

como la cirugía, la quimioterapia y radioterapia, obteniendo un mejoramiento en la calidad de vida de estos enfermos.

Cuba se ha convertido en un estándar a nivel mundial, debido a los estudios experimentales que se vienen realizando desde hace más de 20 años en cuanto a las propiedades anticancerígenas que presenta el **Veneno del Escorpión Azul** (*Rhopalurus junceus*). Este escorpión es una especie endémica de Cuba, específicamente de la provincia Guantánamo y es llamado así por el tono azul en su cola y aguijón que lo hacen muy peculiar. También es conocido como "Alacrán Colorado" por el color rojizo oscuro que presenta en todo su cuerpo.

El Fin Justifica los Medios.

La extracción del veneno se lleva a cabo a través de la aplicación de estímulos eléctricos al escorpión en cautiverio, lo que provoca que libere su toxina. Según los expertos, de cada animal se obtiene 0. 02

militros, equivalente a dos o tres gotas. La sustancia extraída es prácticamente transparente, un poco más densa que el agua y perfectamente soluble en ella y sus principales componentes son proteínas. No es tóxico y las vías de aplicación pueden ser oral, nasal, sublingual, cutánea o dentro de la medicina homeopática. Es importante conocer, que cada escorpión es utilizado hasta que comienza a debilitarse, momento en el cual es liberado a su medio, por lo que se han tenido que construir criaderos de estos animales con el objetivo de que su uso no deteriore la especie.

Las investigaciones realizadas han concluido que el veneno actúa de diversas formas:

- Inhibiendo la proteasa, una enzima que rodea la membrana de todo tipo de tumor. La proteasa funciona como una especie de hábitat en que el tumor se reproduce y se expande célula por célula. Al impedir la formación de esta membrana en la neoplasia es posible frenar su expansión.
- Disminuye la pérdida de apetito en los enfermos.
- Permite la recuperación paulatina del peso.
- Disminuye los dolores e inflamación producida por el tumor debido a su efecto
- inmunorregulador.
- Aumenta la producción de glóbulos blancos y las defensas del organismo.
- Normaliza de forma progresiva diferentes parámetros sanguíneos, hepáticos y renales, de acuerdo al tipo de cáncer.

Los efectos del tratamiento se



manifiestan de forma gradual y dependerán de la concentración a que sea aplicado el mismo, según el estado de salud del paciente.

Los primeros síntomas de que el medicamento está funcionando son la disminución del dolor y la reaparición del apetito y el sueño. Esto constituye una mejoría importante en la calidad de vida.

Después de algún tiempo de tratamiento se observa una disminución de la actividad metabólica del tumor y disminuciones progresivas de los marcadores tumorales, lo que evidencia la actividad del veneno frenando el cáncer. Todos estos efectos llevan al alargamiento de la vida.

Existen dos formas de presentación de este veneno para su uso por los enfermos: el **ESCOZUL**, que es la forma original concentrada, desarrollada por productores independientes cubanos a todo lo largo del país (fundamentalmente biólogos), que son los que cuentan con una mayor experiencia para producir el medicamento de manera tradicional y efectiva; no se comercializa libremente porque continúa en estudio y la dosis a utilizar depende de cada tipo de enfermo.

Los laboratorios estatales cubanos como LABIOFAM, comercializan a su vez una versión homeopática, el **VIDATOX**, que no tiene efecto anticancerígeno demostrado, pero si es un importante analgésico, ayudando a combatir tanto los dolores del cáncer como los producidos por algunos de sus tratamientos habituales.

Cientos de personas acuden a esta institución en busca de este producto, que se entrega de forma gratuita, luego de la evaluación de cada caso.

También se comercializa inter-

nacionalmente en diferentes países, debido a la gran cantidad de extranjeros que se sienten atraídos por las historias que circulan sobre este veneno.

Aunque no se puede afirmar que ésta sea la cura para el cáncer, hasta el momento ha demostrado que mejora en muchos sentidos la calidad de vida de los enfermos que lo utilizan y puede lograr que su tiempo de vida se prolongue, lo que va a depender en gran medida de la etapa en que se encuentre el cáncer al comenzar este tratamiento con *un veneno que definitivamente, no mata.* •



La iglesia al hilo de internet

Por: el Padre José Luis Mangué Mba. Profesor de moral de la UNGE



Numerosos cristianos han sufrido persecuciones por parte de no cristianos e incluso de otros cristianos de creencias diversas durante la historia del cristianismo. Tal persecución admitía varios grados, desde el arresto sin garantías, la mengua de derechos públicos, el encarcelamiento, el azotamiento y la tortura, la ejecución, llamada martirio, pasando por el pago de un impuesto suplementario, la confiscación de sus bienes o incluso la destrucción de sus propiedades, su arte, sus libros y sus símbolos o la incitación a abjurar de sus principios y delatar a otros cristianos. En nuestra particular Guinea Ecuatorial, hoy asistimos al hostigamiento de la Iglesia desde el anonimato de internet que da cobertura a los más

abyectos escritores.

Nos están acostumbrando a tratar la religión –y a sus legítimos representantes– de manera superficial, frívola, sin profundizar en sus auténticos valores, buscando con frecuencia los posibles escándalos. Asistimos, así, cuando no a la mofa y burla de los sentimientos religiosos arraigados en muchas personas, a la sátira más despiadada.

En realidad, “la cosa empezó en Galilea” (Hch 10,34). Al propio Jesús de Nazaret su familia sospechaba que “no estaba en sus cabales” (Mc 3,21), y otros le acusaban de ser amante de la buena vida, dejándose invitar por los prohombres de entonces, fariseos y publicanos, todos pecadores de mala ralea.

Pronto serían los romanos quienes acusarían a los cristianos de im-

piEDAD y su emperador Nerón los hizo responsables del gran incendio de Roma en el año 64, como pretexto para justificar la brutal persecución que luego emprendería contra ellos. En el martirologio litúrgico no caben los nombres de los millones de fieles muertos.

No hace mucho, el cineasta Martin Scorsese atribuía a Jesús fantasías sexuales con María Magdalena en su agonía y que se sentía frustrado por no haberle confesado su amor. En la misma línea, los propios discípulos recelan de Jesús cuando lo encuentran conversando con la Samaritana junto al pozo, cosa no bien vista por la sociedad de aquella época.

Por otro lado, con el miedo en el cuerpo, asistimos hoy al embate violento del Estado Islámico, Boko Haram y otros movimientos islamistas

contra toda civilización transida de cristianismo. Hoy como ayer.

En el conjunto de este contexto de persecución al cristianismo, en nuestra patria, los detractores de la Iglesia han encontrado un filón, para denigrarla, en la vida privada de los sacerdotes, centrada de manera obsesiva y morbosa en el tema sexual. Hurgar en la vida privada de cualquier persona con intención de difamarle es un atentado contra su honor y en otros lugares un delito. Pero aquí no hay parvedad de materia ni posibilidad de absolución, parecen decirnos. Y quien reivindica este derecho es considerado como un cavernícola; Cuánta miopía y mezquindad! Cuando el juicio sobre las personas no se centra sino en un aspecto ni se puede medir desde otros prismas, nuestra calidad moral deja mucho que desear. Defraudante lección si es desde la Iglesia, porque a lo largo de su historia han hecho más daño los puritanismos que las herejías.

Pero, ¿qué hay de verdad en todo lo que escriben en internet sobre la presunta vida indisciplinada de los sacerdotes? Todo y nada. Es la lógica de los maximalismos y los minimalismos que terminan dándose la mano. No vale medir a todos por el mismo rasero. Además, la vida de ningún ser humano es tan desgraciada que en ella no se pueda encontrar un valor, una virtud, algo de bondad, una acción positiva. La coherencia moral absoluta no creo que se deba pedir a nadie a menos que uno se sienta con la autoridad moral de tirar la primera piedra. En la misma línea, si cada vez que uno es incapaz de cumplir sus compromisos, ¿es legítimo pensar que hay que quemarlo/la en la hoguera? Esta misma regla habría que aplicarla también a los esposas/as infieles. Porque ya no hay lugar para la reconciliación, la conversión o el cambio.

Y al fin, uno se pregunta qué se pretende con estos relatos, ¿Que no haya obispos nacionales? No es posible, los habrá, porque la Iglesia no puede estar descabezada, si esto es lo que se busca. Hemos de concluir, pues, en lógica natural, que no se quiere a esta Iglesia. Ciertamente que entre los curas naciona-

les hay más pecadores que santos, pero a esos débiles y pecadores ha confiado Cristo su Iglesia. Los santos de cartón habrá que buscarlos en los cementerios, porque los de verdad están en el cielo. No hay más cera que la que arde. Para el propio Papa Francisco a la hora de identificar a un obispo "no vale la contabilidad de las capacidades humanas, intelectuales, culturales y ni siquiera pastorales, ni la suma algebraica de sus virtudes". "No buscamos suficientemente a los pastores, pero estoy seguro de que ellos existen, porque el Señor no abandona a su Iglesia", sentencia el Papa. ¿Nosotros vamos a decir lo contrario?

Por lo demás, no quiero ser cínico para pedir a los presbíteros que se regodeen y presuman de sus debilidades, como dijera irónicamente San Pablo, sino que acepten los insultos, las privaciones, las persecuciones y demás dificultades padecidas por seguir a Cristo (2 Cor 12, 9-10) como parte de su condición. Un estilo de vida que quienes hablan con maledicencia no están dispuestos a asumir. Y la acritud con la que hablan de los curas no la emplean con otros sectores de la sociedad guineoecuatorial.

El maniqueísmo fue una réplica tardía del fariseísmo y hoy se reedita en nuestra sociedad. Pero ni uno ni otro pudieron acabar con la Iglesia como tampoco acabarán con ella el insulto fácil, la descalificación generalizada, la crítica despiadada que no hace ninguna concesión. Porque es el mensaje subliminal de quienes escriben que no hay curas dignos ni obispos creíbles. La Iglesia piensa que sigue viendo vigente el anuncio y la invitación a la conversión y a la fe ("Creed y convertíos" Mc 1,12). A unos y a otros, al clero y a los laicos nos hace falta.

Ya San Pablo, ante la persecución al proyecto de Cristo que vivió en la propia carne, escribió: "Nos aprietan por todos lados, pero no nos aplastan; estamos apurados, pero no desesperados; acosados, pero no abandonados; nos derriban, pero no nos rematan; en toda ocasión y por todas partes llevamos en el cuerpo la muerte de Jesús, para que también la vida de Jesús se manifieste en nuestro cuerpo" (2 Cor 4,10).

Para mí, la vida de un creyente está siempre llena de paradojas: no es triunfalista ni derrotista. Asentarse en cualquiera de los extremos es renunciar a la fe, aun cuando se pretenda sustituirla con un sucedáneo.

La jerarquía de la Iglesia y los sacerdotes harían mal y un flaco servicio a su servicio si se dejaran llevar por los difamatorios escritos, dando credibilidad a estos nuevos paladines del integrismo y enemigos de la Iglesia (¿"fieles"?), que tan amargas lecciones nos ha dado a lo largo de la historia. Habitualmente, los que carecen de magnanimidad necesitan agredir o insultar.

A estas alturas, no sé si nos podemos preguntar de en qué momento la libertad de expresión se convierte en ofensa. Porque la opinión común en una sociedad pluralista moderna dice que la libertad de expresión es un valor constitutivo en el que no puede haber restricciones, y si alguien se siente ofendido tiene que acudir a los tribunales. Pero esto no es verdad. Si un periódico publicara artículos antisemitas o racistas, sería retirado porque incita a la violencia; de hecho, si Charlie Hebdo hubiese publicado viñetas ofensivas contra los homosexuales, habría sido censurado. Parece que hay dos criterios de medida: en nombre de la libertad de expresión se puede ridiculizar a la Iglesia, pero no se puede incitar al odio racial. La sátira y la crítica a las personas y a las instituciones, aunque sean instituciones sacras, siempre son buenas. Yo me resisto a creerlo. Y termino con esta historieta aleccionadora:

Soñé el otro día que la muerte me visitaba por la noche y que se abrían las puertas de los cielos.

Amablemente un ángel me condujo al interior. Y allí, para mi asombro, estaban algunas personas que conocí en la tierra: aquellos que yo había juzgado como incapaces o de poco valor.

Palabras de indignación llegaron hasta mis labios, pero jamás las dejé salir; porque todos esos rostros estaban llenos de asombro... ¡Nadie esperaba que yo estuviera allí!

El Señor nos coja a todos confesados. ●



El papa Francisco dedica su primera encíclica al medio ambiente

Por: Luis Negro Marco

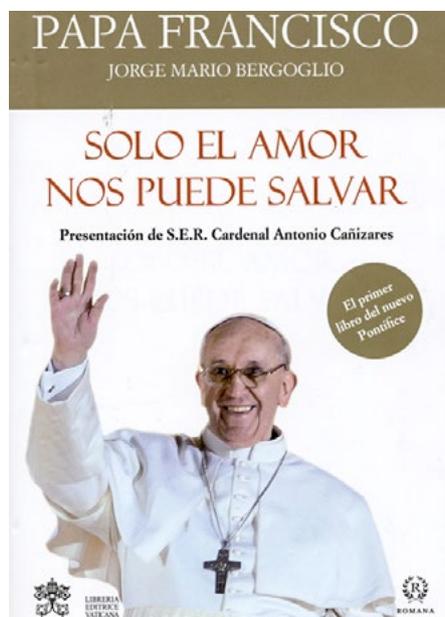
“Laudato si”, sobre el cuidado de la Tierra (la Casa común), es el título de la carta del Santo Padre, inspirada en “El cántico de las criaturas” de San Francisco de Asís, considerado el apóstol cristiano de una ecología integral, vivida con alegría y autenticidad

En unos momentos en los que la lucha contra el cambio climático se configura como el gran reto para garantizar la existencia de la Humanidad en el planeta, el papa Francisco se une al desafío universal para proteger “la casa común” –la Tierra– que nos ha proporcionado el Creador. Por primera vez, en muchos años de pontificados anteriores, el papa ha enviado su encíclica acompañada de un autógrafo, en el que exhorta a todos los obispos del mundo para que le den la máxima difusión posible. Pues el objetivo principal de éste, su primer documento oficial, es que su mensaje llegue a todas y cada una de las personas que habitan la Tierra (cristianos o no). Y que este mensaje de esperanza nos sirva de revulsivo para tomar conciencia sobre los grandes problemas que afectan a nuestra “casa común” [la Tierra] y así, reconocer cuál es la contribución que individualmente podemos aportar para hacer de la Tierra un planeta más justo y habitable.

La salud ambiental del planeta es la mejor garantía para una vida digna de todos sus habitantes. Porque la Tierra, la casa común de la Humanidad es patrimonio de todos. Éste es en esencia el principal mensaje de la primera encíclica de Jorge Mario Bergoglio, el papa Francisco, para toda la cristiandad y los 7.300 millones de habitantes de la Tierra.

Un regalo de Dios

Dice un proverbio africano que no se puede amar ni preservar lo que no se conoce. El conocimiento es la principal fuente para la sabiduría, y la naturaleza, es la fuente primordial de donde emanan todos los recursos y dones que hacen posible la existencia de las criaturas en



Portada del primer libro del papa Francisco: “Solo el amor nos puede salvar”, publicado en el año 2013

la Tierra. Por eso el papa dice que nuestro mundo, y nuestra propia vida, no son sino la inmensa muestra de gratitud del Creador hacia todas las criaturas de la Tierra. Por ello cada vez que cometemos un pecado contra la naturaleza y el medio ambiente, en realidad lo ejercemos sobre nosotros mismos. Es como si vertiésemos basura en frente de la puerta de nuestro hogar.

El problema del cambio climático

Durante el próximo mes de noviembre, la ONU celebrará una reunión mundial en París, en la que el cambio climático, será el principal tema a debatir. El calentamiento del planeta a causa de la destrucción de la capa de ozono de la atmósfera



Paisaje tropical de la isla de Annobón. Guinea Ecuatorial se sitúa entre los pocos países del mundo que aún cuentan en su territorio con espacios de selva tropical, considerados como los pulmones del mundo. La preservación de estos únicos y maravillosos espacios naturales, así como la salvaguarda de su gran diversidad de flora y fauna, constituye una garantía de futuro para el desarrollo de Guinea Ecuatorial, y una futura gran fuente de ingresos, derivada de un turismo de calidad, interesado en disfrutar de una Naturaleza en estado puro, cada vez más difícil de encontrar.

que nos protege de las rayos X y ultravioleta del sol, está incidiendo de manera decisiva en la recesión económica mundial y en el aumento de la pobreza y las enfermedades, y de manera muy especial, en los países del tercer mundo y en vías de desarrollo.

El aumento de las temperaturas medias anuales a nivel mundial, se traduce en la desaparición paulatina de la gradualidad de las estaciones en ambos hemisferios, al tiempo que aumentan los grandes períodos de sequía, que se alternan con los de lluvias torrenciales. Fenómenos que se han constatado en la India, China, los Estados Unidos, pero también en numerosos países de África, Latinoamérica y Europa.

Ahora son millones los campesinos del mundo que no saben bien cuándo plantar, porque el tiempo se muestra cada vez más caprichoso, y con él, los árboles y plantas que adelantan o retrasan, de manera impredecible, la época de maduración de sus frutos.

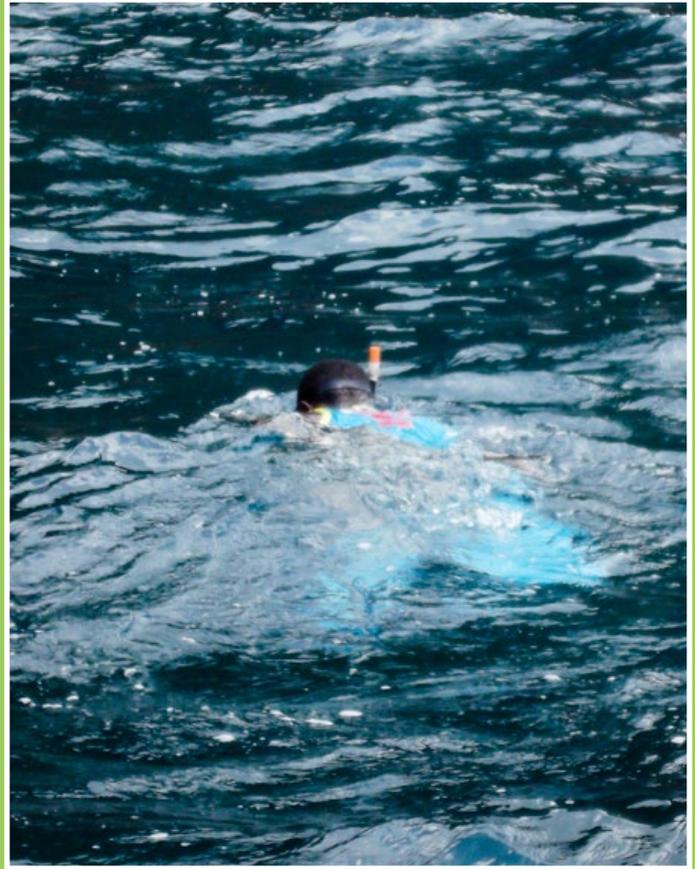
Salud y medio ambiente

En términos médicos, la salud humana no solo es sinónimo de falta de enfermedad, en la persona, sino también su bienestar físico, mental, y sus satisfactorias relaciones con su entorno social y natural. De manera que los problemas ambientales (contaminación de los ríos y el aire, los ruidos excesivos en las ciudades, los vertidos de basura en las calles, la tala incontrolada de árboles, o la contaminación de los mares) inciden directamente en la calidad de vida de las personas. Pero además, vivimos en un mundo global, de manera que nada de lo que ocurre a miles de kilómetros de donde vivimos, nos es ajeno. Por eso el papa Francisco recuerda en su encíclica que la naturaleza no es propiedad de unos pocos, sino un regalo de Dios a todos sus hijos. Por eso cada acto irresponsable que las personas realizamos contra las leyes de la naturaleza, provocan la rebelión de la Tierra. Y en esta clave es como se ha

de contemplar la cada vez mayor desertización del planeta, la desaparición de muchas especies de mamíferos y aves y cientos de ellas que se encuentran en peligro de extinción. Del mismo modo es dramático y altamente preocupante, que en la actualidad, casi un 20 por ciento de la población mundial no disponga de acceso directo al agua potable.

Pobreza y fragilidad del planeta

El papa Francisco terminó de escribir su encíclica en la Basílica de San Pedro, en Roma, el pasado 24 de mayo, si bien no se hizo pública hasta el pasado 18 de junio del año actual, el tercero de su Pontificado. El documento consta de seis capítulos, y una introducción, que comienza con la frase *"Laudato si mi Signore"* [Alabado seas, mi Señor] en referencia al santo italiano, San Francisco de Asís (1182-1226), quien comenzó con estos versos su mundialmente conocida obra poética, «El cántico



La Naturaleza es la madre de la vida. Por ello el papa señala en su encíclica que es preciso inculcar a nuestras generaciones y a las futuras una "Educación para la alianza entre la humanidad y el medio ambiente". Asimismo, el papa Francisco profundiza en el significado de la Ecología, destacando que el respeto ecológico debe estar presente en todos los ámbitos de la vida de las personas, y solo así lograremos una Justicia real entre las generaciones.- En estas imágenes, contemplamos la maravillosa diversidad natural que atesora Guinea Ecuatorial. A la izquierda, un bosque de ceibas, árbol que figura en el escudo de Guinea Ecuatorial, y símbolo del país. A la derecha las hermosas y azules aguas que bañan a la isla de Annobón, en las que un niño nada con sus aletas y gafas, observando la diversidad marina del fondo del mar.



Estatua que representa a San Francisco de Asís (fundador de la Orden de los Franciscanos). A los pies de Cristo crucificado, San Francisco es representado con los brazos abiertos, en señal de acogida, con una paloma posada en su brazo derecho, como inspiración del Espíritu Santo y representación de la Naturaleza y la vida. La estatua se encuentra frente al convento de San Francisco, en la ciudad española de Santiago de Compostela, adonde peregrinó el santo, en el año 1215, para visitar la tumba del Apóstol Santiago.

"Unir a toda la familia humana en la búsqueda de un desarrollo sostenible e integral"

En la introducción a la primera Encíclica de su Pontificado, el papa Francisco hace una invitación urgente a un nuevo diálogo sobre el modo en que estamos construyendo el futuro del planeta. Necesitamos una conversación que nos una a todos, porque el desafío ambiental que vivimos, y sus raíces humanas, nos interesan y nos impactan a todos. Necesitamos una solidaridad universal nueva. Como dijeron los Obispos de Sudáfrica, «se necesitan los talentos y la implicación de todos para reparar el daño causado por el abuso humano a la creación de Dios». Todos podemos colaborar como instrumentos de Dios para el cuidado de la creación, cada uno desde su cultura, su experiencia, sus iniciativas y sus capacidades.

Franciscus

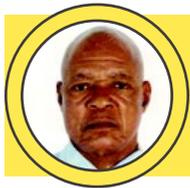
LAUDATO SI'
Sobre el cuidado de la casa común

CARTA ENCÍCLICA DE S.S. FRANCISCO

de las criaturas»: *Alabado seas, mi señor, por la hermana nuestra madre Tierra, la cual nos sustenta y gobierna y produce diversos frutos con coloridas flores y hierba...*

En cuanto a los capítulos de la carta del papa, sus títulos son los siguientes: «Lo que le está pasando a nuestra casa»; «El Evangelio de la Creación»; «Raíz humana de la crisis ecológica»; «Una ecología integral»; «Algunas líneas de orientación y acción»; «Educación y espiritualidad ecológica».

Y donde la fragilidad que está mostrando la Tierra –para garantizar el futuro de nuestra supervivencia–, se muestra de manera más dramática, es en el hambre, y principalmente la pobreza, que afecta todavía a la cuarta parte de la Humanidad (casi dos mil millones de personas). De ahí que la lucha contra la pobreza y contra el cambio climático, figuren entre los 17 objetivos que la ONU se propone alcanzar de aquí, hasta el año 2020. ●



¿Qué pasa con nuestras fronteras?

Por: *Patricio Meñe Micha Abeme*

El problema de las fronteras de nuestro país, Guinea Ecuatorial, parece ser en la actualidad un asunto que el guineo ecuatoriano de la calle no sabe ni entiende, como si fuese una ecuación difícil de plantear y de resolver.

Guinea Ecuatorial tiene fronteras con cuatro países: Nigeria y Sao Tomé y Príncipe, en el océano Atlántico; Camerún y Gabón al norte y noreste, por la región continental. Con los dos primeros ya se ha materializado las delimitaciones fronterizas como conviene a países hermanos, amigos y buenos vecinos; lo que prueba un sincero reconocimiento dentro del plano de buenas relaciones bilaterales e internacionales, de nuestra Independencia y Soberanía Nacional. Sin embargo, de los otros dos, siendo de la misma estirpe, solo recibimos amenazas y ocupaciones de las fronteras de nuestro territorio con procedimientos no acordes a la Carta de las Naciones Unidas y al Derecho del Mar, como ocurre con nuestros islotes de Mbañé, Conga y Cocoteros en el espacio marítimo con Gabón; así como con nuestras carreteras del cruce internacional (poblados, bosque, y fincas de la inidentificable línea fronteriza terrestre con Camerún, donde esos han sacado el límite fronterizo desde Akonanguí (Ebibeyín), colocándolo a su antojo en el cementerio municipal de esa ciudad.

Al parecer, parece que este problema carece de importancia e interés para quienes tienen poder para estudiar y buscar la solución, como si lo consideraran un juego de naipes; mientras aquellos que llaman "queridísimos hermanos" solo empuñan armas, como si esperasen una ocasión para, como el león que estuviera a la puerta de una cueva acechando con el propósito de saltar

sobre Guinea Ecuatorial, devorar y borrar del globo terráqueo.

Una mirada retrospectiva a la historia nos dice que Guinea Ecuatorial nació del convenio entre Portugal y España, conocido como "El Tratado de El Prado", firmado el día 24 de marzo de 1778, y que después España realizó varias expediciones y firmó varios tratados con el fin de confirmar su presencia y posesión de la Bahía de Corisco y sus dependencias, que de tanto sufrimiento en el "reparto de África" por los occidentales, solo se quedó con el trozo del territorio continental (Río Muni) plasmado documentalmente en 26.000 Km²; la isla de Fernando Poo con 2.017 Km²; la isla de Anobón, 17 Km²; Corisco, 15 Km² y las dos Elobeyes, 2,5 Km²., siendo entonces un territorio de 28.051,5 Km² en total.

En la actualidad ya no se le debería atribuir al territorio de Guinea Ecuatorial los 28.051,5 Km² heredados de la descolonización española en 1968, cuando adquirió la Soberanía nacional, debido a las provocadoras ocupaciones militares de los "queridísimos hermanos" con tratados de buena vecindad como consta al inicio de este artículo.

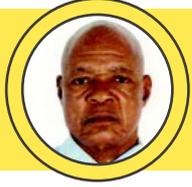
Por razón de lo expuesto en líneas precedentes, la población guineo ecuatoriana, compuesta por los ciudadanos de a pie, debería saber: si España, en sus doscientos años de ocupación colonial de este país, para conseguir la firma del Convenio al objeto de delimitar las fronteras terrestres de Río Muni, pasó más de cuatro años de negociaciones sin conseguirlo en la práctica sobre terreno, ¿cuánto debe esperar la Guinea Ecuatorial, Independiente y Soberana, para que sus ciudadanos de hoy y de mañana vean con sus ojos la materialización de este casi imposible sueño?

Como es notoria la verdad de la desaparición de la generación de guineanos que luchó contra España al objeto de conseguir la Independencia de este País sin verlo, la mayoría de ellos se ha ido y los últimos casi están emprendiendo camino a ese desconocido destino, lamentando haber dejado a sus hijos una Nación Libre, pero sin fronteras terrestres y parte de otras marítimas (de Camerún y Gabón), sin poder soñar algún día que este problema tenga solución.

Por otra parte, tatarabuelos y abuelos contaron a nuestros padres que cuando Camerún era colonia alemana, los ciudadanos fronterizos de uno y otro lado compartían juntos fincas, caza y pesca, respetando como frontera solo algunos árboles frutales como atangas, palmeras, chocolateros, etc., o simples señales bien visibles en el suelo, sin que hubiera problemas como sucede actualmente. Pero ahora todo es un problema, el cual parece tener un epicentro con un una finalidad oculta.

Con lo que es de preguntar, si los guineo ecuatorianos están de acuerdo y contentos que el problema de las fronteras terrestres y marítimas con nuestros países hermanos y vecinos cameruneses y gaboneses, esté siempre en suspenso.

Una anécdota relativa al tema de nuestras fronteras. Una profesora cuenta que una vez en la clase de Geografía le preguntó a uno de sus estudiantes sobre los límites de Guinea Ecuatorial y él le contestó: "Realmente, no lo sé, profe, pues si las miramos desde Ebibeyín yo diría que la que nos separa con Camerún está en la delegación de gobierno de esa ciudad, y solo falta que los cameruneses vayan a fijar su bandera ahí cuando quieran". •



¿La indocumentación de los extranjeros es un delito o una falta administrativa?

Por: Mênê Micha-mí-Abêmê, Patricio

Desde que se iniciara el control de extranjeros en situación irregular o sin papeles en Malabo, -lo que no tiene nada de particular respecto a otros países-, esa disposición legal se está convirtiendo peligrosamente en una especie de promoción de la delincuencia para ciertos elementos del cuerpo uniformado (militares) a cargo de ese servicio.

Si un extranjero es hallado indocumentado o "sin papeles" para residir en el suelo patrio: 1) debería ser conducido a la comisaría de policía correspondiente para tramitar los documentos; si no los hace en el acto, deberían darle un plazo para hacerlo; 2) aquellos que tienen documentos caducados sin renovar, y sin intención de hacerlo, la opción legal sería devolverlos a sus respectivos países.

Lo que no es bueno para el extranjero en situación ilegal, ni mucho menos al gobierno o pueblo de Guinea Ecuatorial, son actuaciones como las siguientes:

Martes, 2 de junio de 2015.-

Entre las 8 y 10h de la mañana, detienen a una beninesa por ir indocumentada por la calle-hasta aquí, lo normal-, pero después le exigen a esa mujer cien mil (100.000) francos para "quedar libre"; las compañeras de la detenida rogaron que se redujera esa cantidad, mientras soportaban necesidades de los agentes de la ley como "nosotros estamos aquí para ayudar a la gente, pero vuestra amiga se queja y nos responde mal por 10.000 ó 20.000 FCFA que le exigimos para dejarle libre; pero si se le envía arriba a "wantánamo", tendrá que pagar a los jefes entre 300.000 y 500.000 FCFA. Por eso no hacemos más esos favores..." Finalmente, la

beninesa fue rescatada públicamente por 50.000 francos.

Lunes, 8 de junio de 2015.-

A las 13'15h, fue detenido un niño de 16 ó 17 años, de madre beninesa casada legalmente con un guineano, poseyendo su carnet escolar, que los policías rechazaron como documento para luego exigirle "pagar algo" para poder irse a casa o lo enviarían a "wantánamo", donde sus padres irían a rescatarlo. El chico tenía consigo a su hermanita de 5 años, a la que venía de recoger del colegio para llevarle a casa, y los agentes decidieron ignorar por completo los Derechos del Niño. El incidente se apaciguó gracias a la intervención de unas enfermeras, amigas de la madre de los niños, la cual estaba de viaje. A pesar de todo, el niño tuvo que pagar 2.000 FCFA, mientras una joven mujer policía gritaba, con toda insolencia, que esa cantidad de dinero era suficiente para ellos. El incidente duró más de una hora, pues les dejaron libres a los dos niños a las 14'51h, con la niña a punto de desfallecer de hambre y calor.

La misma fecha:

A las 21'45h, detienen en el mismo cruce Hospital a un togolés que hace poco salió de "wantánamo" (centro de detención de la Dirección General de la Seguridad Nacional), donde había permanecido encerrado un mes y una semana, por no tener renovado su carné de residencia, cuando ya un policía le había cobrado un dinero para arreglarle dicha ilegalidad administrativa y nunca lo hizo ni le devolvió el dinero. Estando él todavía detenido en "wantánamo", ciertas personas relacionadas con la seguridad nacional fueron a su casa a presionar a su mujer (que está criando y custodia un niño de dos años), para

que les diera dinero para liberar a su esposo y hacerle también el carné de residencia. Uno de ellos -con galones- le cobró 200.000 francos y no sacó a su esposo de la cárcel ni le tramitó el documento ni le devolvió el dinero. Otro individuo recibió de esa mujer 300.000 FCFA para el carné de residencia del esposo y para sacarlo de "chirona", llevando consigo el pasaporte del encarcelado, que ahora retiene a la fuerza, no ha hecho nada de lo prometido ni ha devuelto el pasaporte de su esposo ni el dinero. Sí que es cierto que una tercera persona logró sacar de "wantánamo" a ese togolés, por 300.000 francos, sin ninguna garantía de permanecer en libertad, pues cuando y donde le encuentra la policía otra vez indocumentado, lo vuelven a detener. A su mujer, otra persona, una tal Ameli, también le sacó otros 300.000 para los mismos fines y no hizo nada; cuando la togolesa le exigió la devolución de su dinero, solo logró que le diera 200.000, alegando que el resto lo tenía el policía que iba a ayudarle. Cada vez que esa pobre mujer exige que se le devuelva el dinero, le amenazan con volver a detener a su marido y encerrarlo de nuevo.

Muy reciente es el caso de dos extranjeros detenidos en Cine Mar de Ela Nguema por carencia de sus respectivos carnés de residencia, pero que llevaban encima los justificantes de haber solicitado e ingresado los importes correspondientes para su tramitación. Lo que los agentes no reconocieron. Informado del caso la jefatura de policía de la Dirección General de Seguridad, fue enviado otro agente para decir a los del Cine Mar que dejaran libres a los detenidos; el policía responsable de la detención le respondió así: "¡Yo dependo la jefatura de

Sipopo, no de la de "wantánamo", por lo que no debo obedecer sus órdenes!" Y así fue como condujo a los dos detenidos a Sipopo, donde finalmente fueron liberados... Un desorden tendente a la confusión y a la anarquía.

Estos casos son frecuentes estos días, desde el inicio del control de extranjeros, el cual ha venido a sumarse a otros negocios sucios practicados por los

una cárcel durante más de un mes, sin ponerle a disposición de los órganos judiciales, si son situaciones de secuestro que solo se solucionan pagando rescate o son una forma de comercio humano ilícito.

En el caso de ese togolés, lo más duro es que está pidiendo que le envíen a su país, con o sin su pasaporte, pero tampoco se lo conceden. Quedando en tan incierta situación que no puede salir a la calle para buscar con qué alimentar a la familia de cinco miembros que lo esperan todo de él; es más, lleva trabajando en el país más de siete años, renovando siempre su carné de residencia, la cual ahora no le es concedida.



apetitosos del dinero mal ganado. Esto tiene la particularidad de que, el objeto de intercambio es el "extranjero sin papeles". Y uno se pregunta si estar sin papeles, es un delito por el cual se le debe encerrar al afectado en

Estos comportamientos que ensucian nuestra imagen y sabotean al gobierno tienen nombres como extorsión, abuso de poder, corrupción y robo. •

VISITE NUESTRA PÁGINA WEB

www.lagacetadeguinea.com

SIGUENOS

facebook

You Tube

twitter

El wifi de la UNGE no discrimina

Por: José M^a BAYÓ MALABO

La mayoría de malabeños, ya tiene citas obligatorias, dentro y en los alrededores de la Universidad Nacional de Guinea Ecuatorial (UNGE); por la línea de internet wifi instalada dentro del recinto universitario, que no discrimina a nadie por su procedencia, porque disfrutan de ella tanto estudiantes y empleados de la UNGE, así como otros ciudadanos, procedentes de toda partes, que desean satisfacer sus necesidades cibernéticas. Sólo basta con tener un dispositivo capaz de acceder a internet.

Poner una línea de internet "veloz y eficaz" fue una de las primeras promesas que el reciente rector le hizo a la comunidad estudiantil de la universidad, cuando en un encuentro con él, los jóvenes presentaron esta inquietud; pocos días después de su posicionamiento en el rectorado, ya se ha cumplido. La dificultad que tenían los estudiantes de acceder a internet ya está subsanada.

Este cambio supone para los jóvenes universitarios más facilidad para documentarse. "anteriormente tenías que pagar por horas en un cibercafé, pero ahora con el ordenador o el móvil te conectas y no tienes a nadie detrás de ti, que controle la hora", ha declarado una joven, estudiante de Ciencias Económicas, que se encontraba en el patio de la universidad, consultando informaciones de internet en su ordenador. Otro, que "acababa de mantener una conversación por video, con un compañero que se en-

contraba en otro punto del patio universitario", ha dicho que "poner internet en la UNGE ha sido uno de los mejores cambios que he vivido en los 2 años que llevo como estudiante"

Contando con el factor de que la UNGE se encuentra en una zona céntrica, llegan personas desde todas partes de la ciudad, para aprovechar el wifi gratuito; algunos para charlar con sus seres queridos, y otros para consultar alguna información.

El deseo de estar cómodos, mientras disfrutan del internet, hace que algunos ciudadanos ajenos a la institución universitaria, incluso se atrevan a entrar en el recinto, aprovechándose de la ausencia de control en la entrada, y ocupan algunas de las sillas que hay por el patio, pasando totalmente desapercibidos.

Por lo tanto, aunque esta red wifi suponga, como dicen los mismos estudiantes "un cambio revolucionario a su favor", cabe señalar que supone también una oportunidad para que aquellos que no forman parte de la UNGE, campen a su anchas dentro del recinto universitario y en los pasillos durante las horas de clase. Incumpliendo de esta forma, dos de las recientes normas establecidas, que prohíben la estancia de estudiantes en los pasillos y la comunicación en lenguas vernáculas dentro de la universidad, durante las horas de clase. Ya que ante este flujo de personas, resulta difícil detectar quién es estudiante y quién no. ●



El precio del taxi en Bata

Por: Raúl N'ZENG NSUE OBONO

Estamos habituados a pasar por alto los detalles y actuaciones de un grupo de ciudadanos y repetir una y otra vez a gritos las que supuestamente resultan objetivas para nosotros o para unos pocos. Pues aquí no se trata de dejar en evidencia ni aplaudir a nadie. Es obvio, nuestro entorno está lleno de apócrifos "sabios" y hombres "buenos"; donde todos quieren ser importantes pero no útiles para la sociedad donde se estrenan. Valga la redundancia abordar y poner de manifiesto éstos adjetivos entrecomillados por esclarecer las actuaciones de sus sujetos. La verdad es que para llegar a una conclusión de un problema planteado nos servimos de una serie de pasos, los cuales, nos ayudarán a conocer cabalmente y con propiedad el estadio que nos insertamos.

Tras este preludio voy adentrarme de lleno al tema que me atañe.

No muy lejos en el tiempo, aquí en la ciudad de Bata, el precio del taxi era 300 Fcfas per capita (por hombre), una cuantía que era consabida por cualquier ciudadano de a pie que se atrevía a tomar un coche del servicio de taxi. En este mismo argumento, tanto la distancia como la mercancía, la mercadería o los artículos que el pasajero llevaba encima sobraba –no se arqueaba ni se cobraba –. Al mismo tiempo había una sociabilidad de camaradería entre el automovilista y los clientes... y otras cosas buenas que no he hecho mención. Con el correr del tiempo todo lo anteriormente dicho resulta ser hoy día una contrariedad, una auténtica objeción. El comportamiento ha pasado a segundo plano. El taxista de Bata, hoy por hoy, ha perdido los buenos modales que le caracterizaban como un buen trabajador y, por extensión como un buen ciudadano que lo era.

A ellos, por desgracia, les falta mucho por recuperar y por saber. Si hago alusión a los factores que les faltan, cabría citar los desencadenantes: en la primera instancia, la ética profesional, se trata de una norma que enseña al trabajador en todo momento cómo debe realizar su labor y las habilidades efectivas a recurrir para corresponderse al paciente o al cliente. Otro factor importante es la vocación, un buen trabajador ha de tener propensión a la actividad que realiza y ser diestro en proceder en consecuencia, según su cometido. Por mencionar otro factor, está la formación, ya sea moral, educativa, cultural, etc. No debemos confundir el poder y el deber de ser las cosas. Permanecer un par de días en un lavado de coches no implica ser conductor. Tener un LEXUS o un BMW no significa poseer un permiso de conducir como tal y, por ende, ponerse al volante...

En el párrafo anterior he presentado por distensión y de forma panorámica los diferentes tipos de conductas

y actuaciones, sé que usted que lee detenidamente este artículo conoce otros tipos. En líneas generales, este artículo no trata de juzgar, ni mucho menos dar respuesta a esta calamidad. Al contrario de todo ello, presenta la realidad tal cual; cómo unos hombres se toman la libertad de explotar a otros hombres explícitamente por mero capricho, por satisfacer sus propias necesidades, sintiéndose dueños de la vida de los demás sólo por llevarle a bordo de un coche que ni siquiera le pertenece a él. Mal asunto.

Se entiende que cada uno es sujeto de sus propios actos y actuaciones; que se busca la vida para sobrevivir. Pero ésta se ha de buscar y conseguir conforme a la visión humanitaria: respetando siempre la intimidad de cada cual, el código moral y los correspondientes derechos naturales, porque las cuales no se otorgan, no se prestan ni se facilitan a nadie, sino se reconocen y se defienden; es decir los organismos internacionales que elaboran leyes que atienden a los derechos del ciudadano reconocen y defienden siempre que es necesario la existencia de dichos derechos a cada individuo. No se trata de sorber las raíces de El gran leviatán siquiera las de El príncipe para luego poner de manifiesto que "el fin justifica los medios" o "el hombre es lobo de otro hombre". En la calle "todos" los coches del servicio de taxi son para los mismos usurpadores, al igual que todas las vías que hay en todos los rincones de la ciudad. No hay un lugar prohibido que no alcancen, asaltan los semáforos, despojan dinero a la gente, amedrentan a los demás, dejan en evidencia a los pobres viejos y mujeres hasta cuando éstos están en pleno derecho. No basta con decir que "comprendemos a los taxistas por comportarse de esta forma": "hay crisis económica en la ciudad de Bata" –dicen muchos–. Muy lejos de justificar la crisis económica, reconozcámonos que hay ignorancia; dificultad de pensamiento. Pues, si bien hay crisis económica como corre en sus bocas de, a mi juicio, ha de haber una conciencia de la clase más baja, y así nadie caería en el error de sufrir o trabajar para ser explotado por otro indiferentemente: actuaciones típicas de la Edad Media. ¿Es allí donde sigue atrapada la mentalidad de los taxistas de Bata? Dejo la reflexión para usted, señor lector.

En conjunto, todo se resuelve cuando se quiere, excepto la muerte. Las circunstancias de la mentalidad arcaica de nuestros taxistas es bastante crítica y merece cambiar. Como nadie se cambia por sí solo; en relación a lo que me incumbe, ha de haber un patronato que tutela y lleva la batuta rigurosamente para frenar y exterminar este proceder. Porque si no se dirime como tal acarreará a la larga otras malísimas consecuencias en la ciudad y por generalización en nuestro país. •

Un partido de fútbol benéfico para el orfanato “Nuestra Señora de la Almudena de Malabo”

Por: Simeón Sopale

La iniciativa de la organización del partido benéfico de fútbol para los huérfanos del colegio Nuestra Señora de la Almudena de la ciudad de Malabo, nació del sueño del ex jugador de la selección nacional masculina, Benjamín Zarandona, y el ex sevillista, Kanouté, los cuales, durante la conferencia de prensa celebrada un día antes del partido, la Fundación Zarandona-Frederick Kanouté manifestó su apoyo incondicional a este colectivo de huérfanos y aseguró que esta muestra de apoyo se repetiría anualmente, “con el objetivo de lograr una mejor calidad de vida para nuestros queridos pequeños”, puntualizaron.

En el encuentro se enfrentaron, por un lado, Zaran-

ona-Kanouté y amigos (Jaime (Éibar), Juan Cala (Granada), Diawara (PSG), Mulumbu (West Brown), Domi (Newcastle), Keita (Roma) o Joaquín (Fiorentina) y otros ya retirados como Baraja, Marchena, Finidi, Ito, Antoñito y Mista que estarán dirigidos por Pablo Blanco, ex jugador del Sevilla FC y director de la cantera hispalense, contra algunos de los jugadores retirados que estuvieron fichados en diferentes equipos de Guinea Ecuatorial, como Fausto Abesó, Cándido Nsue Okomo, Baltasar Engonga Edjó y Bitegué, entre otros.

El encuentro fue disputado a las 18.00 en el estadio de Malabo y el resultado fue de empate a un gol. ●





El Nzalang nacional sigue haciendo historia

Tras la CAN 2015, el Nzalang Nacional sigue haciendo historia mostrando un gran nivel de juego tras un meritorio empate en casa del actual Campeón de África, Costa de Marfil y una victoria en el partido amistoso ante Andorra jugado en el Estadio Municipal de Andorra la Vella el 6 de junio del 2015, primera que se consigue ante una selección en el continente europeo y en la que mucho tiene que ver el cuadro técnico integrado por Esteban Becker, Juan Micha Obiang, Alex Sageras y Andrés Marinangeli



Dicho partido fue un choque equilibrado aunque el que llevo el mayor peligro durante todo el encuentro fue la selección guineana. El partido sirvió para que el entrenador Esteban Becker probase nuevos futbolistas de cara a los encuentros clasificatorios de la CAN 2017. Tras la lesión de Iván Zarandona en el calentamiento, los titulares del partido fueron: Embela; Carlos Akapo, Igor Engonga, Rui (C), Miguel Ángel Boriba, Federico Bikoro, Cristóbal Alogo, Ellong Doualla, "Josete" Miranda, Ibán Edu y Chupe.

El resultado acabo 0-1 a favor de Nzalang con un gol de Igor Engonga en la primera parte a partir de una falta lateral y que marco el desarrollo de la segunda parte, donde el equipo andorrano busco el empate esperando en su campo al equipo guineano y confiando en un contraataque que les permitiese empatar el encuentro pero que nunca llego. Además del buen resultado, los debutantes dejaron buenas sensaciones como es el caso de "Josete" de 17 años y que proviene del equipo juvenil del Getafe, Alogo y Bikoro del Sony Elá Nguema, Boriga y Christopher, jugadores de la quinta categoría del fútbol español y la gran actuación del cancerbero Aitor a pesar de su corta edad demostrando gran templanza

bajo los palos y asegurando un buen futuro en la portería guineana sin pasar tampoco desapercibida la buena actuación de Rui e Igor Engonga.

Posteriormente el Nzalang Nacional jugo su primer partido de la fase clasificatoria de la CAN 2017 de Gabón contra la selección de Benin en el Estadio Nkoantoma de la ciudad de Bata el pasado día 13 de Junio

Esteban Becker comenzó con un equipo formado por Evono, Akapo, Rui, Evuy y Sipo, en defensa; Randy, Doualla, Deco y Balboa, en el centro del campo y Emilio Nsue e Ibán Edu, en la delantera. La primera parte fue de dominio ecuatoguineano, que dispuso de las mejores ocasiones pero sin embargo un error de la defensa del Nzalang fue aprovechada por el equipo benines que lanzó un tiro raso junto al poste, ante el que nada pudo hacer el portero Felipe Ovono.

Tras el descanso los jugadores del Nzalang salieron mentalizados de buscar la remontada y a los cuatro minutos de la reanudación una falta cometida contra Ibán Edu era lanzada por Emilio Nsue y el balón entraba en la portería de Benin por la escuadra.

Con el resultado de empate a uno finalizó el encuentro tras varios cambios realizados por Esteban Becker buscando la victoria y tratando de dar mayor profundidad al juego donde se fueron alternando sucesivas ocasiones por parte de ambos equipos en un encuentro muy competitivo e igualado.

En el otro partido del grupo C de clasificación a la CAN 2017, en el que se encuadra el conjunto guineano, la selección de Mali se ha impuesto a la de Sudán del Sur por dos goles a cero. ●

La selección femenina de la colonia guineoecuatoriana en Zaragoza participa en el “Mundialito 2015” que se celebra en la capital aragonesa

Por: Luis Negro Marco



Foto: Joseph L. Raymond Angó Anghwann

Desde el pasado 12 de junio, y hasta el 14 de julio, se disputa en la ciudad española de Zaragoza la VII edición del “Mundialito de fútbol por la Integración”, organizado por ACIDA (Asociación Cultural Deportiva por la Integración, de Aragón). Este año han participado 10 equipos de diferentes países, en el cuadro masculino, y cuatro en el femenino. Guinea Ecuatorial ha presentado equipos en ambas competiciones, y el año pasado, las jugadoras del equipo de Guinea Ecuatorial, realizaron una brillante competición, al alzarse con el título. El entrenador del conjunto femenino guineoecuatorial es



Agustín Emana y algunas de sus integrantes en esta edición, han sido: Asun Esteban Sabadell, Esperanza Bilogo, Arminda Latifah, Minerva Mikue, Jade Obono, Imelda Kouabite, Paula Pelayo Nsue, Kiss-Klyn Nitta Smith, y Vanessa Princess Tápia. En palabras de Juan Pablo Nguema, esta entrañable competición que cada año acoge Zaragoza [la ciudad de la basílica del Pilar] tiene como objetivo principal el de unir a los pueblos con el corazón, a través de la cultura y el deporte. Un sentimiento quizás utópico, pero ¿Por qué no unirnos para lograrlo? La unidad hace la fuerza porque genera ilusión y esperanza. •

Este planeta...y alrededores

LLORAR PARA MEJORA EL HUMOR.

Cuanto más niveles de manganeso tenemos en el organismo, más expuestos estamos a sentir ansiedad, nerviosismo, fatiga, irritabilidad, etc. Llorar nos ayuda a bajar esos niveles, dado que el manganeso en nuestro cuerpo es segregado a través de las lágrimas; cuando lloramos, por tanto, expulsamos manganeso del organismo y, con él, la tristeza y el estrés. Las personas con depresión crónica suelen tener altos niveles de manganeso.



ATRAPADOS "POR LOS PELOS".

En la actualidad, agricultores de diferentes lugares del mundo utilizan el cabello humano para controlar las plagas, ya que se ha revelado, desde hace siglos, como un excelente pesticida, que sirve para crear una red donde quedan atrapados los insectos y que desprende un aroma que, por lo visto, ahuyenta a los bichitos.



EL MÁS TEMIDO.

El reconocido novelista Stephen King siempre se las ingenia para que no acabar nunca de escribir cada día en la página número 13 o que ningún capítulo acabe en la página 13 o en una cifra cuya suma de sus dígitos dé ese número. Y es que él, como tantas otras personas en el mundo, sufre triscaidecafobia o, lo que es lo mismo, fobia al número 13. En su obra el 13 es siempre augurio de mala suerte y el 7, buena suerte.



TU NOMBRE

Noemí

Nombre femenino, es uno de los nombres hebreos con el significado más hermoso; formado por el hebreo noam y el sufijo pronominal i-, significa "mi dulzura", "mi delicia". En la Biblia es el nombre de la esposa de Elimelec y suegra de Ruth. La mujer que lleva este nombre adquiere las cualidades de "amable, dulce, exquisita, suprema".

Personalidades que se llaman Noemí: Naomi Campbell, modelo estadounidense de origen jamaicano; Noemí Simonetto de Portela, atleta argentina; Naomi Watts, actriz británico-australiana.

Nicolás.

Nombre masculino, de origen griego. Significa "el vencedor del pueblo". Proviene de la unión de las voces griegas níke, "victoria", y laos, "pueblo". Nicolás tiene el mismo significado que el nombre de Nicodemo.

Personalidades que se llaman Nicolás: Niccolò Paganini, compositor y violinista italiano; Nicolás Maquiavelo, filósofo italiano; Nicolás Copérnico, astrónomo polaco; Nicolás Sarkozy, presidente de la República Francesa; Zar Nicolás II de Rusia.

PERSONAJE DEL MES

Malala Yousafzai



MALALA YOUSAFZAI, EL NOBEL DE LA PAZ MÁS JOVEN DE LA HISTORIA. Malala Yousafzai nació el 12 de julio de 1997, en Mingora, una localidad pakistaní que durante los primeros años de vida de Malala fue un foco turístico...hasta que todo comenzó a cambiar, cuando los talibán se hicieron con el control de la zona.

Malala Yousafzai estudiaba en un colegio que había sido fundado por su padre, Ziauddin Yousafzai. Cuando los talibán empezaron a atacar los colegios de chicas en su región, la niña pronunció un discurso en Peshawar, Pakistán, en septiembre de 2008, titulado ¿Cómo se atreven los talibán a arrebatarme el derecho básico a la educación?

A comienzos de 2009, Yousafzai empezó a escribir un blog para la BBC, describiendo cómo era vivir bajo la constante amenaza talibán de privarle de una educación. A pesar de que escribía bajo el seudónimo de Gul Makai, en diciembre de ese año se filtró quién estaba detrás del blog, dejando al descubierto a Malala. Ya con una proyección pública, continuó hablando sobre su derecho, y el derecho de todas las mujeres, a una educación. Su activismo le valió una nominación para el Premio Internacional Infantil de la Paz, en 2011. Ese mismo año fue galardonada con el Premio Nacional de Pakistán Juvenil de la Paz.

Cuando tenía 14 años Malala y su familia supieron que los talibán habían proclamado una amenaza de muerte contra ella. Aunque en ese momento ella y su familia temieron por la seguridad de su padre, activista anti talibán, nunca pensaron que este grupo fundamentalista pudiera hacer daño a una niña.

El 9 de octubre de 2012 un hombre abordó un autobús escolar y exigió saber quién era Malala; cuando sus amigas miraron hacia donde se encontraba ella, el hombre le disparó; la bala le hirió en el lado izquierdo de la cabeza y luego continuó su trayectoria hasta alojarse en el cuello. Otras dos niñas resultaron heridas en ese ataque. El tiroteo dejó a Malala en estado crítico, así que fue trasladada a un hospital militar en Peshawar, donde tuvieron que extirparle una porción de cráneo para aliviar la tensión en su cerebro. Para una mejor atención médica, fue transferida a Birmingham, Inglaterra. Una vez en el Reino Unido, fue inducida a un coma médico, para una mejor recuperación y, aunque tuvo que ser sometida a varias intervenciones quirúrgicas_ entre ellas, la reparación de un nervio facial para solventar la parálisis del lado izquierdo de su cara_ no sufrió ningún daño cerebral. En marzo de 2013 pudo comenzar sus clases en una escuela de Birmingham.

Desafortunadamente, MalalaYousafzai, sigue estando en el punto de mira de los talibán. El día de su de-

cimosexto cumpleaños, en 2013, pronunció un discurso ante las Naciones Unidas. También ha publicado una autobiografía, titulada Yo soy Malala: La niña que defendió la educación y fue tiroteada por los talibán, publicada en octubre de 2013.

El 10 de octubre de 2013, en reconocimiento a su labor, el Parlamento Europeo le galardonó con el premio Sajarov a la Libertad de Conciencia. El mismo año fue nominada, al premio Nobel de la Paz, que no ganó ese año, pero fue nominada de nuevo en marzo de 2014. En octubre de 2014, junto con el activista indio por los derechos de los niños, Kailash Satyarthi, MalalaYousafzai recibió el premio Nobel de la Paz, siendo, a sus 17 años, la persona más joven en recibir el Nobel de la Paz. Al felicitarla, el primer ministro de Pakistán dijo de ella: “Es el orgullo de Pakistán y de sus compatriotas. Su logro es insólito e inigualable. Las niñas y niños del mundo deben tomar ejemplo de su lucha y su compromiso”. El secretario general de la ONU, Ban Ki-moon, la describió como “una valiente y gentil abogada de la paz que, con el sencillo acto de ir a la escuela, se convirtió en una maestra mundial”. •

La frase

"No camines delante de mí, puede que no te siga. No camines detrás de mí, puede que no sea un guía. Solo camina a mi lado y se mi amigo." Albert Camus, novelista.
 (El 30 de julio se celebra el Día Internacional de la Amistad

HABLANDO EN PLATA

La próxima vez que le pidas a alguien "échame mano para cargar con este bulto pesado" o "échame mano con los deberes de clase", asegúrate de que realmente estás expresando lo que quieres. **Echar mano de** significa, "coger", "asir", "apresar", incluso "utilizar" (por ejemplo: "echar mano del hacha para cortar la leña" o "echar mano de sus contactos para ascender"). Si unes los dos componentes de la expresión con el determinante **una**, entonces sí que estarás expresando correctamente tu idea de "ayudar" ("**échame una mano** para cargar con este bulto pesado" o "**échame una mano** con los deberes de clase").

HUMOR

