Somos el Diario de Mayor Circulación de la Región San Martín,
el único con certificación de auditoría de tiraje diario

ESCANEA EL QR Y LÉENOS

950458812
noticias@diario-hoy.com.pe
publicidad@diario-hoy.com.pe
Facebook: diariohoytarapoto
www.diario-hoy.com.pe
Contacto: 999420398 / 999420381

Diario HOY

Precio: S/. 0.30



Edición N° 5,590

Jueves, 26 de noviembre de 2026

ELECCIONES EN LA CORTE DE SAN MARTÍN:
CANDIDATURA DE JUEZ PROCESADO POR VIOLENCIA CONTRA UNA MUJER ABRE DEBATE SOBRE INDEPENDENCIA JUDICIAL



EMAPA San Martín deja hasta 20 días sin agua a familias de morales

Juanjuí: Rescatan a hombre que cayó a pozo de 20 metros

Inician proceso de trasferencia de gestión municipal en Moyobamba

¡RESCATE MILAGROSO EN JUANJUICILLO! HOMBRE SOBREVIVE TRAS QUEDAR ATRAPADO EN POZO DE 20 METROS

Jorge Tuanama Tuanama fue rescatado con vida después de más de 11 horas de intensas labores. En el operativo participaron bomberos de Juanjuí, Saposoa y Tocache, efectivos policiales y personal especializado de Tarapoto.





Un verdadero milagro se registró en el centro poblado de Juanjuicillo, donde Jorge Tuanama Tuanama fue rescatado con vida luego de permanecer atrapado durante más de 11 horas en el interior de un pozo de aproximadamente 20 metros de profundidad.

El accidente ocurrió mientras el hombre realizaba trabajos de limpieza en un pozo ubicado en el jirón San Martín, en la parte alta de Juanjuicillo, frente a la institución educativa Eduardo Peña Meza. Por circunstancias que son materia de investigación, quedó atrapado entre los escombros, sin posibilidad de movilizarse y expuesto al peligro de un posible derrumbe que podía sepultarlo por completo.

La emergencia movilizó a diversas instituciones de respuesta, entre ellas efectivos de la Policía Nacional del Perú de Juanjuí, integrantes de las compañías de bomberos de Juanjuí, Saposoa y Tocache, personal de Defensa Civil y especialistas provenientes de Tarapoto.

Las labores de rescate fueron sumamente difíciles debido a las condiciones del terreno, la profundidad del pozo y el riesgo que representaba cualquier movimiento de tierra. Durante más de 11 horas, los rescatistas trabajaron intensamente y con todas las precauciones necesarias para lograr liberar al hombre sin poner en peligro su vida.

Finalmente, gracias a la perseverancia del equipo de emergencia y a la fortaleza física de la víctima, se logró concretar el rescate, generando alivio entre los pobladores que permanecieron atentos al desarrollo de las operaciones.

Tras ser liberado, Jorge Tuanama Tuanama fue trasladado de emergencia al hospital del Ministerio de Salud (Minsa) de Juanjuí, donde quedó bajo evaluación médica y psicológica. El exitoso desenlace de esta emergencia destaca la entrega, coordinación y esfuerzo de los equipos de rescate que trabajaron durante largas horas para salvar una vida.(Hugo Alvear)



Diario HOY

Editado por :

SN Tarapoto SAC

con RUC: 20494093384

https://diario-hoy.com.pe

Teléfono: 950458812

Directora Periodística
Noemí Rivera

Editor General:
Limber Tapullima

Correo:
noticias@diario-hoy.com.pe

Correo: Dilsa Mendoza
publicidad@diario-hoy.com.pe
Llamar: 999420398
Llamar: 999420381

Corresponsales:
César Guerra (Tarapoto)
Heil Sangama (Tarapoto)
Hugo Alvear (Juanjuí)
Limber Tapullima (Yurimaguas)
Roberto Camara (Tocache)
Richard Paredes Pinedo (San José de Sisa)
Armando Ushiñahua (Picota)
Roger Pereyra Sandoval (Saposoa)
Marcelo Raymundo (Nueva Cajamarca)
Jorge Canales (Moyobamba)
Clemente Llatas (Rioja)

Nuestras Sedes

Moyobamba: JR Alonso de Alvarado N°676
Nva Cajamarca: Santa Rosa N° 696
Juanjuí: Jr. Maria Eguren N° 502
San José de Sisa: Jr. Santa Rosa N°526
Yurimaguas: Jr. Libertad N° 451-A
Picota: Jirón Bolognesi N° 347
Rioja: Jr. Libertad Nº 801-Barrio Quinta Pata.
Lamas: radio Millenium
Tarapoto: Jr. Augusto B. Leguia N° 344.
Saposoa: Roger Pereyra Sandoval Av Lima 720
Tocache: Ramon Castilla cuadra 15

Las columnas de opinión, las caricaturas y el contenido de los avisos publicitarios son de absoluta responsabilidad de quienes los suscriben. El Diario no se solidariza necesariamente con ellos.

ELECCIONES EN LA CORTE DE SAN MARTÍN: CANDIDATURA DE JUEZ PROCESADO POR VIOLENCIA CONTRA UNA MUJER ABRE DEBATE SOBRE INDEPENDENCIA JUDICIAL

Heriberto Gálvez Herrera postula a la Presidencia de la Corte Superior de Justicia de San Martín para el período 2027-2028 mientras afronta un proceso penal por presuntas agresiones contra una mujer. Una sentencia de la Sala Civil de Lambayeque acaba de declarar infundada su demanda de amparo, relacionada con la recusación del juez que conoce su causa. La situación plantea preguntas sobre transparencia, gobernabilidad y garantías de independencia judicial.

MOYOBAMBA, 25 DE NOVIEMBRE DE 2026.

En momentos en que el Poder Judicial conmemora el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, la elección del próximo presidente de la Corte Superior de Justicia de San Martín abre un debate institucional que trasciende la competencia entre dos magistrados superiores.

El juez superior Heriberto Gálvez Herrera figura entre los candidatos a presidir la Corte para el período 2027-2028, junto con el magistrado César del Castillo Pérez, conforme al material de difusión institucional.

Sin embargo, Gálvez Herrera afronta un proceso penal por la presunta comisión del delito de agresiones contra las mujeres o integrantes del grupo familiar, en agravio de Jenny Milagritos Salvador Plasencia, ante el Segundo Juzgado de Investigación Preparatoria de Moyobamba.

Esta circunstancia no determina su culpabilidad ni supone una inhabilitación automática para participar en el proceso electoral. El magistrado conserva plenamente su derecho a la presunción de inocencia.

No obstante, plantea una interrogante legítima de interés público: ¿qué garantías de independencia y transparencia debe ofrecer un magistrado que aspira a dirigir administrativamente la misma Corte donde se tramita un proceso penal en su contra?

UNA SENTENCIA DE LAMBAYEQUE CAMBIA EL ESCENARIO JUDICIAL

El 25 de noviembre de 2026, la Primera Sala Especializada Civil de la Corte Superior de Justicia de Lambayeque expidió la Sentencia N.º 009, Resolución N.º 13, correspondiente al Expediente N.º 00049-2026-0-1706-JR-CI-01.

Mediante dicha decisión, la Sala revocó la sentencia de primera instancia que había declarado fundada en parte la demanda de amparo interpuesta por Gálvez Herrera contra magistrados de la Sala Penal de Apelaciones de Moyobamba y del Segundo Juzgado de Investigación Preparatoria.

Reformando la decisión, declaró INFUNDADA LA DEMANDA DE AMPARO.

El proceso constitucional se había originado en el cuestionamiento formulado por Gálvez Herrera contra la intervención del juez supernumerario Luis Edward Coronado Zegarra, quien asumió el despacho del Segundo Juzgado de Investigación Preparatoria de Moyobamba después de una reorganización administrativa.

El demandante sostenía que determinadas circunstancias de ese cambio comprometían su derecho a un juez natural e imparcial.

La mayoría de la Sala Civil de Lambayeque concluyó que no se había acreditado una vulneración constitucional que justificara anular las decisiones judiciales que rechazaron la recusación.

La sentencia fue emitida después de una discordia, con tres votos favorables a declarar infundado el amparo y dos posiciones discrepantes.

La decisión no resuelve la responsabilidad penal de Gálvez Herrera, sino la controversia constitucional sobre las garantías judiciales invocadas.

¿PUEDE CONTINUAR EL PROCESO PENAL?

La respuesta jurídica es que el proceso puede continuar, siempre que no exista una resolución judicial vigente que disponga lo contrario.

Una medida cautelar que anteriormente había suspendido actuaciones del proceso penal fue revocada por la propia Sala Civil de Lambayeque, mediante Resolución N.º 5, del 25 de agosto de 2026.

En aquella oportunidad, la Sala advirtió incluso sobre el riesgo de prescripción de la acción penal derivado de la paralización del proceso.

Si Gálvez Herrera decide interponer un recurso de agravio constitucional ante el Tribunal Constitucional, esa actuación no suspenderá automáticamente el trámite penal.

Será el órgano jurisdiccional competente el que determine las siguientes actuaciones, respetando los derechos de todas las partes involucradas.

¿QUÉ OCURRIRÍA SI EL CANDIDATO ES ELEGIDO Y POSTERIORMENTE CONDENADO?

Esta es una de las principales interrogantes que plantea el escenario electoral.

La Presidencia de una Corte Superior constituye una responsabilidad institucional de especial relevancia, vinculada con la representación y conducción administrativa del distrito judicial.

Si un magistrado elegido presidente recibiera posteriormente una sentencia condenatoria por delito doloso, las consecuencias dependerían de la firmeza de la decisión, de las sanciones impuestas y de las disposiciones aplicables a la carrera judicial.

La Ley N.º 29277 contempla consecuencias para la permanencia de los magistrados cuando existe una condena por delito doloso.

Una eventual condena firme podría comprometer seriamente la continuidad del magistrado en la carrera judicial y, por consiguiente, en la Presidencia de la Corte.

Ello obligaría a aplicar los procedimientos legales correspondientes para garantizar la continuidad del gobierno judicial.

No se trata de anticipar una sentencia penal, sino de preguntarse si los candidatos han previsto mecanismos institucionales para afrontar posibles conflictos o impedimentos durante su mandato.

LAS FACULTADES DE DESIGNACIÓN DE JUECES Y EL RIESGO DE CONFLICTOS DE INTERÉS

Otro aspecto que merece atención es la posibilidad de que el próximo presidente de la Corte Superior de Justicia de San Martín tenga intervención administrativa en futuras designaciones de jueces provisionales y supernumerarios.

La normativa del Poder Judicial reconoce atribuciones administrativas a los presidentes de las Cortes eriores, dentro de límites establecidos por la ley y las disposiciones del Consejo Ejecutivo.

Estas facultades comprenden determinadas decisiones relacionadas con la cobertura de plazas jurisdiccionales.

Precisamente por esa razón surge una cuestión institucional: si Gálvez Herrera resulta elegido presidente, ¿qué garantías existirán para que las decisiones administrativas que pudieran afectar al juzgado que conoce su proceso penal estén completamente libres de conflictos de interés?

El juez Luis Edward Coronado Zegarra ha sido precisamente uno de los magistrados cuestionados mediante la recusación y el posterior proceso constitucional.

Sin embargo, no existe en los documentos examinados prueba de que Gálvez Herrera pretenda removerlo, reemplazarlo o designar a un magistrado favorable a sus intereses.

Afirmarlo como un hecho sería injustificado.

La preocupación válida es otra: establecer mecanismos de transparencia, motivación y control que impidan que cualquier autoridad administrativa pueda utilizar sus atribuciones para afectar la independencia de un juez o el desarrollo de un proceso judicial.

El presidente de una Corte no tiene facultades legales para ordenar cómo debe resolverse un proceso penal.

LA IMAGEN DEL PODER JUDICIAL FRENTE A LA CIUDADANÍA

La controversia adquiere especial relevancia porque el Poder Judicial tiene una responsabilidad central en la protección de los derechos fundamentales y en la atención de casos de violencia contra las mujeres.

La ciudadanía tiene derecho a conocer la trayectoria profesional de quienes aspiran a dirigir una Corte Superior, sus propuestas de gestión y los mecanismos de integridad que asumirán.

La existencia de un proceso penal no equivale a responsabilidad demostrada. Pero la presunción de inocencia tampoco impide que la sociedad formule preguntas sobre transparencia institucional y prevención de conflictos de interés.

En este contexto, corresponde que el debate público se centre en hechos documentados, garantías legales y compromisos verificables, evitando convertir una acusación todavía no resuelta en una condena anticipada.

DOS CANDIDATOS Y UNA ELECCIÓN DECISIVA

La Corte Superior de Justicia de San Martín ha difundido un afiche institucional en el que presenta a Heriberto Gálvez Herrera y César del Castillo Pérez como candidatos a la Presidencia para el período 2027-202.

La elección está programada para el jueves 3 de diciembre de 2026, mediante votación de los jueces superiores titulares que legalmente correspondan.

De acuerdo con la Resolución Administrativa N.º 000375-2026-CE-PJ, los candidatos deben presentar públicamente sus planes de gobierno judicial y estos deben estar disponibles para conocimiento de la ciudadanía.

El material institucional de San Martín anuncia la presentación de planes de gestión para el viernes 27 de noviembre, a las 3:00 de la tarde.

En contraste, la norma nacional estableció inicialmente el jueves 26 de noviembre para las exposiciones públicas. Esta diferencia requiere una aclaración formal de la Corte.

PREGUNTAS QUE LOS CANDIDATOS DEBERÍAN RESPONDER

Más allá de las propuestas sobre infraestructura, modernización tecnológica y descarga procesal, el próximo presidente deberá ofrecer garantías concretas de independencia judicial.

Existen preguntas que merecen respuestas públicas:

1. ¿Qué mecanismos garantizarán que las designaciones y rotaciones de jueces supernumerarios respondan exclusivamente a criterios objetivos y documentados?

2. ¿Qué medidas de prevención de conflictos de interés aplicará la Presidencia cuando una decisión administrativa pueda afectar a un juez que conoce un proceso relacionado con su titular?

3. ¿Se comprometen ambos candidatos a publicar las resoluciones administrativas de designación de magistrados y las razones que las justifican?

4. ¿Qué procedimientos de continuidad institucional se activarían ante una suspensión, impedimento o eventual separación del presidente durante el mandato?

5. ¿Qué compromisos concretos asumirán para fortalecer la atención de casos de violencia contra las mujeres y la independencia de los órganos jurisdiccionales encargados de resolverlos?

Estas preguntas no anticipan culpabilidades ni constituyen una valoración electoral favorable o desfavorable de ninguno de los postulantes.

Buscan que la elección se desarrolle con información suficiente y que la futura gestión ofrezca garantías institucionales verificables.

UNA ELECCIÓN QUE EXIGE TRANSPARENCIA

El 3 de diciembre, los jueces superiores titulares de San Martín deberán elegir a quien conducirá administrativamente la Corte durante los siguientes dos años.

La decisión corresponde legalmente a la Sala Plena y debe adoptarse mediante los procedimientos establecidos.

El caso de Heriberto Gálvez Herrera demuestra, sin embargo, que la discusión sobre el gobierno judicial no puede limitarse a planes administrativos.

La independencia de los jueces, la prevención de conflictos de interés, la transparencia de las designaciones y el respeto de la presunción de inocencia son cuestiones esenciales para la confianza pública.

La pregunta institucional no es si un proceso penal permite anticipar una condena, sino si el Poder Judicial cuenta con garantías suficientes para que ninguna circunstancia personal de sus autoridades pueda afectar la independencia de la justicia.

DIARIO HOY — INFORME ESPECIAL

Nota editorial: Este reportaje se basa en resoluciones judiciales y material institucional disponible al 25 de noviembre de 2026. No se ha incorporado una declaración actual de los candidatos sobre las preguntas planteadas, por lo que corresponde ofrecerles oportunidad de respuesta antes de la publicación.



CENTRALISMO EN PERÚ: 55% SIENTE QUE EL PAÍS SE GOBIERNA SOLO DESDE LIMA, SEGÚN ENADES 2026

Más de la mitad de peruanos encuestados considera que las regiones no son tomadas en cuenta en las decisiones nacionales. Durante su visita a la nación, el papa León XIV cuestionó que quienes viven lejos de los centros de poder terminen convertidos en "olvido".



El papa León XIV puso sobre la mesa uno de los problemas que persisten en el Perú: el centralismo y la distancia entre las decisiones públicas y las necesidades de las poblaciones fuera de Lima. Durante su primer discurso ante autoridades, representantes de la sociedad civil y el cuerpo diplomático, pronunciado en el Gran Teatro Nacional el 11 de noviembre, el pontífice pidió prestar atención a quienes viven lejos de los lugares donde se concentra el poder.

"Las decisiones públicas alcanzan también a quienes viven lejos de los lugares donde se toman. Pero esto nunca debería convertirse en olvido", afirmó León XIV. El papa sostuvo que, para conocer las necesidades de estas poblaciones, las autoridades deben comenzar por escucharlas y mirar a las personas detrás de los trámites, expedientes y cifras oficiales.

Su mensaje coincide con la percepción recogida por la tercera Encuesta Nacional de Percepción de Desigualdades (ENADES 2026), elaborada por Oxfam en Perú y el Instituto de Estudios Peruanos (IEP). El estudio señala que el 55% de los peruanos considera que el país se gobierna solo desde Lima y que las otras regiones no son tomadas en cuenta.

La cifra revela que el centralismo no es percibido únicamente como una distribución territorial del poder, sino también como una barrera para que las demandas de las regiones sean incorporadas en las decisiones nacionales.

"Esta edición de ENADES permite ver con mayor claridad que la desigualdad no se agota en los ingresos ni en el acceso a servicios. También está en quién toma las decisiones y en cuán lejos se siente la ciudadanía de esos espacios", señaló Alejandra Alayza, directora de Oxfam en Perú.

Papa León XIV cuestionó el abandono de las regiones

Durante su recorrido por el país, el pontífice volvió sobre las brechas territoriales. En Pucallpa, advirtió que no resulta aceptable que comunidades vean limitado su derecho a la salud y la educación debido a las distancias físicas y al abandono institucional.

La percepción ciudadana recogida por ENADES 2026 refleja precisamente esas brechas. El 72% considera muy desigual el acceso a la justicia, mientras que el 63% percibe una alta desigualdad en el acceso a la salud y el 48% en educación.

El problema, por tanto, no se limita a dónde se toman las decisiones, sino a sus consecuencias concretas para quienes viven en territorios alejados de Lima.

Desigualdad económica: crece la tolerancia frente a las brechas

La ENADES 2026 también evidencia que las diferencias económicas continúan siendo una preocupación para los peruanos. El 72% considera que el Perú es muy o algo desigual económicamente, mientras que el 57% cree que las diferencias de ingresos entre ricos y pobres son demasiado grandes.

Asimismo, el 46% está en desacuerdo con la afirmación de que todas las personas tienen las mismas oportunidades para salir de la pobreza.

Sin embargo, existe un cambio relevante en la percepción sobre la desigualdad. En 2024, el 50,8% consideraba inaceptable esta situación; para 2026, el porcentaje cayó a 37,6%.

La disminución ocurre pese a que el 68% respalda que el Estado implemente políticas firmes para reducir las diferencias de ingresos.

Durante la misa de cierre de su visita, celebrada en la Base Aérea Las Palmas, León XIV dejó una frase que conecta con esta realidad: "Los únicos que no pueden esperar son los pobres".

¿Quién concentra el poder en el Perú?

La percepción sobre quién tiene capacidad para influir en las decisiones nacionales también revela una fuerte desconfianza en las instituciones.

Según ENADES 2026, el 51% identifica a los actores políticos como el grupo con mayor capacidad de influencia, mientras que el 36% señala a los actores económicos. En contraste, solo el 21% menciona a las autoridades del Gobierno y del Estado.

A ello se suma que el 84% considera que el Perú es gobernado por unos cuantos grupos poderosos en su propio beneficio y apenas el 6% cree que el país es gobernado para el bien de todos.

La desconfianza alcanza incluso al sistema tributario: el 77% considera que las personas más ricas encuentran formas de evitar pagar los impuestos que les corresponden y el 76% opina lo mismo de las grandes empresas.

En Las Palmas, León XIV contrapuso el "poder del amor crucificado" frente a los "poderes mundanos". Días antes, durante su encuentro con los obispos, también pidió evitar que las polarizaciones sociales y políticas debiliten la misión de la Iglesia.

Solo 27% cree que la ciudadanía puede influir

La percepción de una democracia distante también aparece en los resultados de ENADES. Solo el 27% de los encuestados considera que la ciudadanía tiene poder para influir en las decisiones nacionales.

Este dato se relaciona con el 55% que percibe que el país se gobierna desde Lima y con el 84% que cree que las decisiones terminan favoreciendo a unos cuantos grupos poderosos.

Durante su visita, León XIV defendió una democracia capaz de procesar las diferencias y mantener una preocupación común por el bienestar del país. En Pucallpa, además, advirtió que la corrupción y la arbitrariedad terminan debilitando la confianza de la población.

Los datos de ENADES 2026 muestran que esa confianza enfrenta un escenario complejo: existe una ciudadanía que percibe desigualdad en el acceso a derechos, concentración del poder y poca capacidad para incidir en las decisiones nacionales.

El mensaje del papa, en ese sentido, coincidió con una preocupación que ya está instalada entre los peruanos: que las decisiones tomadas desde los centros de poder no terminen dejando fuera a quienes viven lejos de ellos.

"La educación transforma comunidades"

San Martín
GOBIERNO REGIONAL
¡El pueblo está primero!

AVANCE DE LOS ESTUDIOS TEMÁTICOS

1.¿Cuáles son los estudios que se vienen ejecutando en la meso Zonificación Ecológica y Económica?

La Meso Zonificación Ecológica y Económica (Meso ZEE) del departamento de San Martín se arma con 18 estudios temáticos. Cada uno describe una parte del territorio: el suelo, el agua, el clima, los bosques, los animales, la población y su economía.

A noviembre de 2026, 7 estudios están concluidos y 12 continúan en proceso.

Concluidos (7): Cartografía básica, Suelos, Fisiografía (formas deñ terreno), Capacidad de uso mayor de las tierras, Clima, Zonas de vida, Fauna.

En proceso (12): Cobertura vegetal (95%), Uso actual de la tierra (95%), Hidrología (95%), Ecosistemas (95%), Geología (90%), Geomorfología (90%), Turismo (90%), Potencialidades y necesidades socioeconómicas (90%), Forestal (80%, elaborado con el SERFOR), Hidrobiología (75%)., Análisis de riesgo y vulnerabilidad ante el cambio climático (55%), Hidrogeología (20%).

2.¿Qué estudios adicionales que manda la normativa se ha priorizado para actualizar la meso Zonificación Ecológica y Económica a comparación de la macro?

La Macro ZEE, aprobada en 2006 con estudios del IIAP, trabajó a escala 1:250 000, es decir, con una mirada general del departamento. La Meso ZEE trabaja con mayor detalle, a escala 1:50 000, e incorpora temáticas que actualmente exige la normativa de ordenamiento territorial. (Reglamento de la Ley N° 32279, D.S. N° 153-2025-PCM), que la Macro no tenía como estudios propios:

Áreas degradadas: ubicar las zonas dañadas por la deforestación, la contaminación o el mal manejo de residuos, para priorizar su recuperación. En la Macro ZEE solo aparecían de forma general en el mapa de conflictos de uso.

Hidrogeología: Estudia el agua subterránea, dónde podría haber acuíferos y cómo cuidarlos. La Macro ZEE no incluyó este estudio..

Riesgos: El análisis de riesgo y vulnerabilidad ante el cambio climático muestra dónde hay peligros de inundaciones, deslizamientos o incendios forestales, qué poblaciones, cultivos e infraestructura están más expuestos. La Macro ZEE solo tenía un mapa general de vulnerabilidad.

Ecosistemas: identifica los distintos tipos de bosques, humedales y otros ecosistemas del departamento, y su estado de conservación. La Macro ZEE no tuvo un estudio propio de ecosistemas.

3.¿Qué tipo de información de recursos hídricos se va a generar para el Departamento de San Martin?

Son cuatro estudios que generarán información hidrológica:

Hidrología (95%): muestra cómo se organizan los ríos del departamento en ocho unidades hidrográficas: las cuencas Mayo, Biabo, Huayabamba y Paranapura, y las intercuencas Alto, Medio Alto, Medio y Medio Bajo Huallaga. Dentro de ellas se logró delimitar 280 cuencas de nivel 6 y 7 dentro del departamento de San Martín, bajo la asistencia técnica de la Autoridad Nacional del Agua (ANA).

• **Hidrogeología (20%):** indicará dónde hay agua subterránea, los acuíferos, su estado actual y contrastado con algunos análisis de calidad de agua así como también determinar su vulnerabilidad. Para ello se tomará información de los estudios de Geología e hidrología en coordinación con la ANA y el INGEMMET.

• **Hidrobiología (75%):** registra los peces y la vida en ríos, quebradas y algunas lagunas, determinar su potencial para la pesca y la piscicultura.

• **Hidrología** nos brindará información sobre la oferta y demanda hídrica, así como también el balance hídrico de las cuencas dentro del departamento de San Martín, estudio que se elabora bajo la asistencia técnica de la ANA
Con esta información, las autoridades podrán tomar mejore decisiones en torno a la atención de servicios de agua y saneamiento, la protección de las fuentes de agua del cual depende el uso multisectorial: poblacional, productivo (agrario bajo riego, turístico, acuícola, transporte, etc)

4.¿Cuáles son los principales hallazgos que están arrojando los estudios temáticos?

San Martín crece en población y producción, pero ese crecimiento no se convierte en bienestar parejo en el territorio, y su diversidad cultural, que es un activo de desarrollo, está en riesgo. Los estudios temáticos se elaboran en el marco de la ejecución del proyecto «Mejoramiento de los servicios de información de la ZEE en las 10 provincias del departamento de San Martín» (CUI N.° 2519455), con información oficial 2017 a 2025.

a. Datos socioeconómicos:

La economía regional creció 28.7% entre 2017 y 2025, pero la informalidad (cerca de 83%) y las brechas rurales impiden que ese crecimiento llegue a los hogares.

1.Crecimiento de la población y presión sobre las ciudades

•San Martín pasó de 862,459 habitantes en 2017 a 967,923 en 2025, y su tasa de crecimiento volvió a subir (1.5% anual).

•El crecimiento se concentra en el eje Tarapoto, Morales, La Banda de Shilcayo y Cacatachi y en el Alto Mayo, donde la demanda de agua, desagüe, vivienda y suelo urbano supera la capacidad instalada.

2.Economía **agraria con poco valor agregado**

• El agro aporta 24.8% del valor agregado bruto (2025), sostenido por el arroz (847 mil tn), el café, el cacao (récord de 70,686 ha) y la palma aceitera.

• La manufactura está estancada en cerca de 8.6% y la producción sale principalmente como materia prima.
• La administración pública (11.0%) ya pesa más que la manufactura, por lo que parte del dinamismo reciente depende del gasto del Estado.
• Riesgos para la agroexportación: las exigencias de la Unión Europea sobre productos libres de deforestación (EUDR), el cadmio en el cacao y la variabilidad climática.

3.Crecimiento que no llega a los hogares
• El ingreso por habitante avanzó mucho menos que la economía regional.
• El empleo informal alcanza cerca del 83% de los ocupados, frente a cerca del 70% en el país.
• La pobreza monetaria afecta al 21.3% de la población y la extrema al 4.0%; el 30.2% tiene al menos una necesidad básica insatisfecha.

4. Brechas de servicios entre ciudad y campo
Servicio Situación 2025
Electricidad por red pública: 95.4% de hogares.
Internet en el hogar: 91.5% de hogares (11.6% en 2017).
Agua por red pública: 90.7% (78.4% en el área rural).
Agua sin cloro para consumo: 70.1% de hogares.
Alcantarillado: 82.3% urbano, 36.9% rural.
Red vial vecinal pavimentada: 41 de 3,865 km (1%).
Fuente: INEI, ENAHO y Encuesta Nacional de Programas Presupuestales 2017-2025; MTC, red vial 2025.

4. Salud, avances en atención y problemas que persisten

• La atención materna supera al promedio nacional, con parto institucional de 96.0% (91.4% en el área rural) y 95.2% de gestantes con seis o más controles prenatales.
• La desnutrición crónica infantil es de 13.9%, por debajo del 15.2% nacional.
• La anemia en niños de 6 a 35 meses es de 16.5%, por encima del 14.2% nacional, y llega a 40.4% en Rioja.
• La mortalidad infantil estimada es de 18.8 por mil nacidos vivos, frente a 12.4 en el país; los recursos de salud se concentran en Moyobamba y el eje Tarapoto.
5.Finanzas y gestión pública
• Entre 2017 y 2025 los créditos crecieron 68% y los depósitos 184%, pero las oficinas financieras solo pasaron de 104 a 109, concentradas en Tarapoto, Moyobamba y Juanjuí.
• El Gobierno Regional ejecutó el 94.5% de su presupuesto de inversiones en 2025 (S/ 618 millones), tras un bajo 66% en 2023.

6.Economías ilegales y conflictividad
• Coca, 2,207 ha en 2025, el 65% en Pólvora y Campanilla.
• Minería ilegal, los delitos pasaron de 8 en 2019 a 70 en 2025, con focos en Shunté, Chipurana y el río Huallaga.
• Conflictos sociales, la Defensoría del Pueblo registró hasta 9 casos en 2023 y 3 al cierre de 2025.
b.Cultural:
San Martín alberga tres pueblos originarios con territorio definido, pero su seguridad jurídica, sus lenguas y sus saberes están bajo presión.

1.Diversidad de pueblos con presencia territorial definida
• Kichwa Lamas, el pueblo más numeroso, con 109 comunidades nativas registradas por la Dirección Regional de Agricultura en Lamas, El Dorado, San Martín, Bellavista y Picota.
• Awajún, con 20 comunidades en Moyobamba, Rioja y Huallaga y alta organización federativa.
• Shawi, presente en Caynarachi y Papaplaya con 16 comunidades nativas.
• A ellos se suman comunidades campesinas y una amplia población mestiza y migrante.
• La CODEPISAM agrupa cerca de 10 federaciones y más de 134 comunidades; varias cuentan con planes de vida y etnozonificación.

2.Seguridad jurídica del territorio incompleta

• Parte de las comunidades sigue en proceso de reconocimiento o titulación.
• Sobre el bosque comunal solo se otorgan derechos de uso, no de propiedad, y el acceso a derechos territoriales suele condicionarse a compromisos de conservación.
• Hay tensiones con colonos por la tierra y superposición con concesiones forestales y con la expansión del cacao, el café y la palma.

3.Pérdida progresiva del patrimonio vivo
• El Shawi conserva vitalidad, pero el Awajún enfrenta desplazamiento lingüístico por la escuela en castellano y la migración.
• Disminuyen la cerámica, los tejidos, la vestimenta tradicional, la caza y la construcción tradicional, por la migración juvenil, sobre todo femenina, y el reemplazo por materiales externos.

4.Servicios públicos con poca pertinencia cultural

• La educación intercultural bilingüe se concentra en la lengua kichwa, con 137 escuelas primarias, frente a 33 en awajún y 12 en shawi.
• La medicina tradicional no tiene reconocimiento formal y persiste la desconfianza hacia el sistema de salud, como se vio durante el COVID-19.
• Donde el alcalde no es indígena, la participación de la población originaria suele ser mínima o solo formal.

5.Medios de vida bajo presión, pero con potencial
• La economía indígena combina la chacra diversificada, el bosque, la caza y la pesca con cultivos de mercado.
• El cambio climático, la degradación de recursos y la expansión de cultivos comerciales generan inseguridad alimentaria, sobre todo en el pueblo Shawi.
• Existe base para una economía territorial indígena, con agroforestería, bionegocios, artesanía, turismo y asociatividad.



Director de la Dirección de Gestión Territorial Ingeniero Luis Pardes

Desconcentrada de Cultura San Martín, se trabaja el inventario de sitios arqueológicos, como el Gran Saposoa, que en la Meso ZEE serán zonas de tratamiento especial para preservarlos y cuidarlos. El estudio también identifica las comunidades nativas y los pueblos originarios (etnias) del departamento, y el potencial de agrobiodiversidad que manejan las comunidades nativas en sus chacras.
MENSAJES CLAVE PARA LA TOMA DE DECISIONES
1.El promedio regional esconde las brechas. Las mayores carencias están en el área rural, en el sur (Tocache y Huallaga), en El Dorado y en las comunidades nativas; la inversión debe priorizarse con información por provincia y distrito, que es el apot-te del estudio a la ZEE.

2.Prioridades de inversión. Saneamiento rural y calidad del agua, caminos vecinales, reducción de la anemia infantil y ordenamiento urbano del eje Tarapoto y del Alto Mayo.

3.Producir con valor agregado. Transformar el cacao y el café, impulsar los bionegocios y cumplir las exigencias ambientales de los mercados.

4.El territorio indígena es un tema de ordenamiento territorial. Completar la titulación, aplicar la consulta previa y prevenir conflictos por la tierra.
5.Economías ilegales en Tocache y en el Bajo Huallaga. Requieren alternativas productivas y coordinación con DEVIDA, el Ministerio Público y los gobiernos locales.

6. Vacíos de información. Faltan datos oficiales por provincia y distrito de pobreza 2020, empleo y muertes maternas; se debe coordinar con el INEI y los sectores para dar seguimiento territorial a las brechas.
c.Ambiental:

Seis estudios del medio físico y biológico ya están concluidos y aprobados por la entidad competente de cada tema: Suelos, Fisiografía y Capacidad de uso mayor de las tierras (MIDAGRI), Clima y Zonas de vida (SENAMHI) y Fauna (MINAM). Gracias a ellos, hoy se sabe con mucho convienemás detalle que en 2006 qué tierras sirven para cultivos, pastos o producción forestal y cuáles deben quedar como tierras de protección.

d. Turismo:

En el departamento de San Martín el turismo se gestiona por destinos.
El estudio de Turismo (90% de avance) actualiza el inventario de destinos y de recursos turísticos y los clasifica en sitios de naturaleza, patrimonio tangible e intangible, atractivos ligados al agua, festividades y recursos vinculados a cadenas productivas. Así se podrá ver qué zonas tienen vocación turística y cuidarlas al momento de ordenar el territorio.

5.¿ Cuál es el proceso para lograr la aprobación de estos estudios?

Cada estudio sigue un camino de revisión antes de quedar aprobado:

•Asistencia técnica del MINAM: acompaña cada estudio desde sus términos de referencia hasta la revisión de los resultados preliminares y finales.
•Conformidad del sector competente: cada estudio lo revisa la entidad que sabe del tema. Por ejemplo, el MIDAGRI aprobó Suelos, Fisiografía y Capacidad de uso mayor; el SENAMHI, Clima y Zonas de vida; el MINAM, Fauna; y el SERFOR aprobará el estudio Forestal.

•Participación: los resultados se presentan a la población, a las federaciones indígenas y a los gobiernos locales, y se discuten en la Comisión Técnica Regional de ZEE.
•Propuesta final y opinión del MINAM: con los 19 estudios listos, se cruzan entre sí para el modelo propuesto de Meso ZEE, que se envía al MINAM para su revisión y opinión favorable.

•Aprobación regional: finalmenTE Consejo Regional deberá aprobar Meso ZEE mediante ordenanza regional, según el artículo 22 del D.S.N°: 087-2004-PCM.

Una vez aprobada, la Meso ZEE será la base técnica del Ordenamiento Territorial del departamento de San Martín. Ayudará a decidir, con información de sustento, dónde producir, dónde conservar, qué zonas recuperar y dónde es peligroso construir.

Aclaran a ex alcalde Oswaldo Jiménez sobre intervención de OTASS en Moyobamba

El abogado moyobambino Armando Pedro Ramos López aclaró las declaraciones del exalcalde Oswaldo Jiménez Salas respecto a la intervención del Organismo Técnico de la Administración de los Servicios de Saneamiento (OTASS) en la EPS Moyobamba, precisando que las municipalidades tenían la facultad de decidir si aceptaban o no dicha intervención. Ramos López sostuvo que la participación de OTASS no habría sido una imposición unilateral del Gobierno Nacional, como se habría dado a entender, sino que existían mecanismos de decisión en los que las municipalidades podían expresar su posición. En ese sentido, cuestionó que ahora algunos pretendan desconocer esa responsabilidad, cuando en su momento tenían conocimiento de las alternativas existentes.

Asimismo, expresó su expectativa de que existan mecanismos legales y administrativos que permitan retirar a OTASS de la administración de la EPS Moyobamba, tal como viene ofreciendo el alcalde electo de Moyobamba, Herminio Vásquez Montenegro. Sin embargo, el abogado consideró que concretar esta propuesta sería una tarea difícil, por lo que será necesario evaluar las condiciones legales y los procedimientos correspondientes. (Jorge Canales)



Supervisan Hoteles en Morales para verificar condiciones de Seguridad y Salubridad

El GORESAM participó en una intervención multisectorial para verificar el cumplimiento de las normas que buscan garantizar condiciones adecuadas de seguridad y salubridad.



Los establecimientos de hospedaje del distrito de Morales fueron supervisados mediante un operativo multisectorial que tuvo como finalidad verificar las condiciones de seguridad y salubridad de estos servicios, así como promover el cumplimiento de las disposiciones que regulan la actividad de alojamiento.

En esta intervención participó el Gobierno Regional de San Martín, a través de la Dirección Regional de Comercio Exterior y Turismo (DIRCETUR), en representación de la Red Regional de Protección al Turista de San Martín (RRPT-SM), como parte de las acciones orientadas a proteger a los visitantes nacionales y extranjeros, así como a los usuarios de los servicios turísticos.

La jornada fue convocada por la Municipalidad Distrital de Morales, mediante el Comité Distrital de Seguridad Ciudadana (CODISEC), en cumplimiento de su Plan de Acción de Seguridad Ciudadana 2026. En el ámbito de sus competencias, DIRCETUR verificó las disposiciones establecidas en el Reglamento de Establecimientos de Hospedaje, aprobado mediante Decreto Supremo N.° 001-2015-MINCETUR y sus modificatorias.

El operativo contó con la participación de la Policía Nacional del Perú, el Ministerio Público, la Microred de Salud de Morales, Serenazgo y el Área de Fiscalización Municipal. Cada institución realizó las acciones de verificación correspondientes a sus funciones, permitiendo una intervención conjunta en materia de seguridad, salud, fiscalización y protección de los usuarios.

Estas acciones forman parte del trabajo articulado para promover servicios de hospedaje que cumplan con las condiciones y exigencias normativas vigentes, contribuyendo a brindar mayor seguridad y confianza a quienes visitan San Martín y utilizan su oferta turística.

“La educación es la mejor herencia que podemos dar”

Inician proceso de trasferencia de gestión municipal en Moyobamba

Equipos técnicos de la actual y futura administración instalaron la comisión encargada de conducir el proceso de transferencia de gestión edil. La mañana de hoy, el alcalde provincial de Moyobamba, Ernesto Peña Robalino, participó en el inicio del proceso de transferencia de gestión municipal, como parte de los preparativos para el cambio de administración tras las próximas elecciones municipales. Durante la jornada, los equipos técnicos de la actual gestión y de la administración entrante suscribieron el acta de instalación de la comisión de transferencia, documento que formaliza el inicio de este procedimiento administrativo. Este proceso permitirá organizar la entrega de información sobre la situación administrativa, económica, presupuestal, patrimonial y el estado de las obras y proyectos municipales, a fin de garantizar que la nueva autoridad cuente con información necesaria para asumir sus funciones. La ciudadanía espera que esta transferencia se desarrolle con transparencia, responsabilidad y sin ocultar información, priorizando la continuidad de los servicios y proyectos en beneficio de la población moyobambina. (Jorge Canales)



Luis Alvarado Sepúlveda llama a dejar de lado diferencias políticas y priorizar el desarrollo de Moyobamba

El alcalde de Yantaló y ex candidato a la Municipalidad Provincial de Moyobamba, Luis Miguel Alvarado Sepúlveda, pidió trabajar de manera articulada con los nueve alcaldes delegados electos y las autoridades distritales para atender las principales necesidades de la provincia. Agregó que, Moyobamba cuenta con nueve alcaldes delegados electos, por lo que corresponde convocarlos y establecer una agenda de trabajo conjunta para atender las necesidades más urgentes de los centros poblados, que las nuevas autoridades asuman sus responsabilidades con compromiso y voluntad de servicio.

Alvarado Sepúlveda, desea éxitos al próximo alcalde provincial donde el principal desafío será priorizar las necesidades de la población, especialmente en los nueve centros poblados que, según señaló, todavía carecen de servicios básicos como agua potable, desagüe, instituciones educativas y energía trifásica. Entre los problemas que requieren atención urgente mencionó el aislamiento de San José del Alto Mayo, cuyo acceso se encuentra limitado a una vía por el territorio awajún.

Asimismo, expresó su preocupación por la situación de Moyobamba, señalando problemas relacionados con el abastecimiento de agua, el sistema de desagüe, la contaminación de los barrancos, el deterioro ambiental de la zona de Shango, el mal estado de las calles y el crecimiento desordenado de las lotizaciones. “Hoy todos debemos dejar la camiseta política y ponernos la camiseta de Moyobamba y sus distritos, sin egoísmo ni mezquindad. El desarrollo de esta ciudad es responsabilidad de todos”, enfatizó. (Jorge Canales)



“Sin educación no hay desarrollo posible”

Se realizaron ponencias magistrales por el día de la ingeniería civil

En el marco de las celebraciones por el Día de la Ingeniería Civil, el conejo departamental del colegio de Ingenieros San Martín Tarapoto inició un ciclo de ponencias magistrales, promoviendo la actualización profesional, la innovación y el intercambio de conocimientos. La ceremonia de inauguración estuvo a cargo del Decano, Marco Isminio Ramírez, en cuya mesa de honor le acompañaron los ingenieros Julio César Mendoza del Águila como director prosecretario y Carlos Enrique Chung Rojas, presidente del capítulo de Ingeniería Civil. Durante la primera jornada se desarrollarán importantes ponencias como Expedientes técnicos con BIM e IA, que estuvo a cargo del Ingeniero Carlos Alberto Chira Maguiña, especialista en BIM. Mientras que la ponencia Desafíos de la ingeniería sanitaria en la selva baja amazónica, estuvo a cargo del Ing. Wilson León Martínez, director protesorero del CIP CDSM-Tarapoto. Las ponencias magistrales continuarán hasta hoy jueves 26 de noviembre a cargo de profesionales con mucha experiencia y capacidad en sus temas, este evento se realiza en el auditorio de la misma institución en horarios de la noche, en los cuales se comparte conocimientos y se construye de esta manera el futuro de la ingeniería civil en San Martín.

EL DATO: En el Perú, el Día del Ingeniero Civil se celebra cada 27 de noviembre, el cual reconoce a los profesionales dedicados al diseño, planificación, construcción y supervisión de infraestructura (carreteras, puentes, edificaciones y sistemas de agua). Cuya diferencia de fechas: No debe confundirse con el Día del Ingeniero en el Perú, que abarca todas las especialidades y se celebra el 8 de junio.



Alcalde Electo de Sauce gestiona alianzas y coordina acciones para el desarrollo Distrital

Gimes Mendoza Macedo sostuvo una reunión en Lima con el diputado Francisco Javier Gatica Vega y alcaldes electos de Bajo Biavo y Campanilla, con el propósito de fortalecer las gestiones en beneficio de sus jurisdicciones.



Con el objetivo de fortalecer las coordinaciones y promover nuevas oportunidades de desarrollo para su distrito, el alcalde electo de Sauce, ingeniero Gimes Mendoza Macedo, participó en una importante reunión de trabajo realizada en la ciudad de Lima, junto al diputado Francisco Javier Gatica Vega y los alcaldes electos de los distritos de Bajo Biavo y Campanilla.

El encuentro permitió generar un espacio de diálogo entre las futuras autoridades municipales y el representante parlamentario, donde se compartieron inquietudes, necesidades y expectativas frente a los principales desafíos que deberán afrontar durante sus respectivas gestiones. Durante la reunión, Gimes Mendoza Macedo reafirmó su compromiso de asumir una gestión responsable, basada en el diálogo, la coordinación institucional y la búsqueda permanente de oportunidades para conseguir proyectos y obras que respondan a las principales necesidades de la población de Sauce.

Asimismo, destacó la importancia de establecer alianzas estratégicas con las diferentes instancias del Estado, a fin de impulsar iniciativas que contribuyan al progreso del distrito y permitan mejorar las condiciones de vida de sus habitantes. La participación de las autoridades electas en estos espacios de coordinación representa una oportunidad para fortalecer la articulación interinstitucional y encaminar futuras gestiones en favor de sus respectivas localidades.

Finalmente, el alcalde electo de Sauce expresó su confianza en que, mediante la unidad, el diálogo y el trabajo conjunto, será posible concretar importantes proyectos y construir un distrito con mayores oportunidades de desarrollo para todas las familias.

“Educar es sembrar para cosechar un mejor país”

Peruano escapó de sus reclutadores en Rusia tras viajar por una oferta laboral y alertó sobre otros compatriotas incomunicados

El caso de José, un obrero peruano que viajó a Moscú el pasado 12 de noviembre tras aceptar una engañosa oferta de empleo en redes sociales, evidencia cómo operan las redes de reclutamiento vinculadas al conflicto entre Rusia y Ucrania. Atraído por la promesa de mejores ingresos para mantener a su familia, el trabajador terminó en una situación de vulnerabilidad que puso en riesgo su libertad y su integridad física, logrando salvarse gracias a una rápida huida y a la posterior intervención diplomática.

La trampa laboral y la llegada a Moscú

Buscando superar sus limitaciones económicas en Perú, José encontró un anuncio en Facebook que ofrecía puestos de trabajo comunitario y labores de resguardo en territorio ruso. La propuesta resultaba sumamente atractiva debido a las altas remuneraciones prometidas: un sueldo mensual de 3.500 dólares más un bono adicional de 20.000 dólares. Motivado por estas cifras, tramitó su pasaporte y emprendió el viaje, informando a su esposa sobre el empleo en el extranjero, aunque ambos desconocían los verdaderos peligros y la relación directa con la guerra.

Al aterrizar en Moscú, el panorama cambió drásticamente. José fue recibido por dos ciudadanos rusos y un grupo de entre cinco y siete reclutadores, entre los cuales identificó a compatriotas peruanos, destacando a un sujeto conocido como “Sousa”. En el lugar también observó a otros extranjeros captados bajo las mismas falsas expectativas, quienes aparentemente iban a ser incorporados a filas militares. Una vez trasladado al alojamiento, los encargados le confiscaron su pasaporte y su teléfono móvil; aunque luego se los devolvieron, toda la información de su celular había sido borrada. Además, le indicaron que debía someterse a un examen médico al día siguiente, procedimiento que no llegó a completar al percatarse de que firmar un contrato significaría perder su libertad de forma irreversible.

La huida y el rescate diplomático

Ante la sospecha inminente de ser enviado al frente de batalla, José logró comunicarse con su hermano en Perú para advertirle sobre el engaño. El respaldo familiar resultó decisivo: alrededor de las cinco de la mañana, el obrero abandonó



sigilosamente el hospedaje y comenzó a caminar sin rumbo fijo por la capital rusa, recibiendo por teléfono el aliento de su hermano para que se alejara lo más posible de sus captores.

Simultáneamente, su esposa inició gestiones de emergencia contactando a la Embajada de Rusia en Perú para reportar la situación. La alerta activó los protocolos de asistencia y permitió que José fuera ubicado y puesto a buen recaudo por las autoridades diplomáticas, quienes tranquilizaron a la familia confirmando que ya se encontraba bajo su protección. Asimismo, el Gobierno peruano brindó respaldo directo al sobreviviente; el propio canciller Carlos Spá se comunicó telefónicamente con él para garantizar su bienestar. Con su retorno al Perú programado para el jueves 26 de noviembre, el testimonio de José deja abierta una profunda preocupación por el destino de otros ciudadanos peruanos que viajaron bajo modalidades similares y que, hasta la fecha, permanecen totalmente incomunicados.

Dos policías fueron detenidos tras presuntamente cobrar S/100 a conductor para no imponerle una papeleta en San Martín



Dos efectivos de la Policía Nacional del Perú (PNP), identificados como Jhon Cabello y Brayan Callupe, afrontarán desde prisión una investigación judicial por presuntos actos de corrupción en la región San Martín. Ambos agentes, pertenecientes a la Sección de Patrullaje Motorizado de la comisaría de Tocache, recibieron una orden de ocho meses de prisión preventiva tras ser acusados de solicitar un soborno a un conductor durante un operativo de tránsito para evitar imponerle una sanción.

Los hechos y la intervención en flagrancia

El incidente se remonta al pasado 10 de noviembre, cuando los dos policías realizaban labores de control vehicular en la carretera Fernando Belaúnde Terry, específicamente en el tramo que conecta las localidades de Tocache y Juanjuí. Durante la intervención a un ciudadano, los efectivos detectaron una supuesta infracción relacionada con la falta de licencia de conducir.

Según la tesis del Ministerio Público, los agentes aprovecharon esta situación para exigirle al conductor la suma de S/ 100 a cambio de omitir sus funciones y no aplicarle la papeleta de tránsito correspondiente. La investigación detalla roles diferenciados en el presunto ilícito: mientras que Cabello habría solicitado el dinero de manera directa al intervenido, Callupe habría participado de forma indirecta respaldando la exigencia. La entrega del monto pactado se concretó ese mismo día en las inmediaciones del malecón de Tocache, lugar donde las autoridades ejecutaron un operativo coordinado que culminó con la detención en flagrancia de ambos policías.

Investigación fiscal y alcance de la medida judicial

Tras la captura, el caso quedó en manos del fiscal adjunto provincial José Manuel Peche Gonzales, de la Fiscalía Anticorrupción de Juanjuí. Con el apoyo técnico y operativo de la Dirección contra la Corrupción (Dircocor) de Moyobamba, se llevaron a cabo diligencias urgentes e inaplazables que permitieron recopilar sólidos elementos de convicción sobre la solicitud y recepción del soborno.

Con estas pruebas, el Ministerio Público sustentó el requerimiento de prisión preventiva ante el Juzgado de Investigación Preparatoria de Tocache. Tras evaluar los argumentos fiscales, el órgano jurisdiccional declaró fundado el pedido, ordenando el internamiento preventivo de Cabello y Callupe por un plazo de ocho meses mientras avanzan las pesquisas del proceso penal.

Es importante precisar que esta resolución judicial constituye una medida cautelar destinada a asegurar la presencia de los investigados durante el proceso y no representa una sentencia condenatoria; por lo tanto, ambos agentes mantienen intacto su derecho a la presunción de inocencia hasta que se emita un fallo definitivo. A los efectivos se les atribuye el presunto delito de cohecho pasivo propio en el ejercicio de la función policial, figura penal que sanciona al funcionario público que solicita o acepta un beneficio económico indebido para omitir un acto propio de su cargo. Durante los próximos meses, la Fiscalía deberá esclarecer las circunstancias exactas de la intervención y determinar el grado de responsabilidad penal individual de cada uno de los implicados.

Yurimaguas: Cuestionan presunto abuso de autoridad del Jefe de la ODPE Alto Amazonas tras difusión de audio

Un audio difundido en la página del periodista Carlos Olivares ha generado cuestionamientos contra Carlos Grados, jefe de la Oficina Descentralizada de Procesos Electorales (ODPE) de Alto Amazonas, debido a una presunta actitud de abuso de autoridad durante una conversación con una trabajadora.

En la grabación se escucha a una joven expresar su desacuerdo con una decisión que, según manifiesta, no estaría relacionada con su rendimiento laboral, sino con comentarios y habladurías. “Ni siquiera es por mi rendimiento de trabajo, es por habladurías y chismes”, se le escucha decir.

Ante ello, quien sería el jefe de la ODPE responde en tono confrontacional: “Yo no voy a aceptar que me hagan caer y encima pechear. ¿Dónde crees que estás? Ubícate”. Asimismo, durante la conversación, se escucha que le indica a la trabajadora que, para evitar ese tipo de situaciones, “se va de Yurimaguas”.

La joven, por su parte, responde que no tiene inconveniente en trabajar en cualquier otro lugar: “No hay problema, yo puedo trabajar en cualquier lugar, no me hago problema”.

El contenido de la grabación ha despertado interrogantes sobre el trato que reciben los trabajadores dentro de esta institución electoral y sobre los límites de autoridad de quienes ocupan cargos de responsabilidad pública.

Un funcionario no solo debe cumplir sus obligaciones administrativas, sino también garantizar un trato respetuoso y digno a sus trabajadores. Las diferencias laborales no pueden convertirse en escenarios de intimidación o confrontación.

Ante la difusión del audio, corresponde que la ODPE Alto Amazonas y los organismos electorales competentes aclaren lo sucedido y determinen si existió alguna conducta contraria a las normas que regulan el ejercicio de la función pública.

La autoridad se ejerce con responsabilidad y respeto, no mediante imposiciones. La ciudadanía merece explicaciones. (Limber Tapullima Patow)



Yurimaguas: Más de 30 personas denuncian presunta estafa tras pagar por lotes en la urbanización Monte EMAÚS



Más de 30 personas aseguran sentirse estafadas luego de entregar 30 soles cada una al ciudadano Hugo Piña Vaquero, quien les habría ofrecido la posibilidad de acceder a un lote de terreno en la urbanización Monte Emaús, ubicada en las inmediaciones del colegio VD.

Según los denunciantes, el ciudadano contactaba a personas que no contaban con terrenos y les ofrecía la oportunidad de formar parte de este proyecto inmobiliario. Para ello, solicitaba un pago de 30 soles, que debía realizarse mediante Yape.

Sin embargo, después de recibir el dinero, Piña Vaquero les habría comunicado que los propietarios de la urbanización ya no tenían intención de vender los lotes. Posteriormente, según los afectados, dejó de responder a sus llamadas y mensajes, generando preocupación e incertidumbre entre quienes realizaron los depósitos.

Los afectados también señalaron que, durante una reciente comunicación telefónica, el ciudadano habría manifestado su disposición a devolver el dinero; no obstante, hasta el momento no les habría establecido una fecha concreta para cumplir con ese compromiso.

De acuerdo con la versión de los denunciantes, los 30 soles correspondían al pago por la elaboración de un nuevo plano de distribución de los lotes para las personas que participaban en el proyecto. Posteriormente, se tenía previsto acordar cuánto pagarían mensualmente por los terrenos.

Ante esta situación, más de 30 personas exigen una explicación clara y la devolución de su dinero. Los afectados esperan que el caso sea esclarecido y que el responsable responda por los compromisos asumidos. (Limber Tapullima Patow)

“Formar mentes es formar el futuro de la región”

“Tío Sergio” pide disculpas a vecinos de Morales por humo y anuncia que culminará mejoras en cinco días

Gabriela Alejandra, integrante del área administrativa de la empresa “Tío Sergio”, ofreció disculpas públicas a los vecinos afectados por la presencia de humo proveniente de su área de ahumado, luego de que una moradora del jirón Guepi, cuadra 4, en el distrito de Morales, denunciara que esta situación estaría perjudicando su salud.

La representante de la empresa manifestó que comprende la preocupación de la vecina, quien, según indicó, padece fibrosis pulmonar y habría experimentado un agravamiento de sus problemas de salud debido al humo que ingresa a su vivienda.

“Quiero pedirles sinceramente las disculpas a nuestra vecina. Nuestra empresa siempre ha estado comprometida con llevar una relación sana y respetuosa con todos nuestros vecinos”, expresó.

Asimismo, explicó que el ahumado de productos se viene realizando excepcionalmente durante las noches desde hace aproximadamente una semana, debido a trabajos de mejoramiento de la infraestructura de la planta. Precisó que las labores de construcción se desarrollan durante el día, por lo que el proceso de ahumado fue trasladado temporalmente al horario nocturno.

Gabriela Alejandra señaló que estos trabajos culminarían en aproximadamente cinco días y aseguró que la empresa evaluará alternativas para reducir las molestias ocasionadas por el humo durante ese periodo.

La representante también indicó que los productos elaborados por “Tío Sergio” mantienen un proceso artesanal que utiliza leña para conseguir su sabor tradicional. Sin embargo, reconoció que las condiciones climáticas o la dirección del viento podrían estar provocando que el humo se disperse hacia las viviendas cercanas.



En relación con anteriores reclamos de los moradores, sostuvo que la empresa realizó mejoras en la infraestructura de sus chimeneas para favorecer la salida vertical del humo y evitar que este se dirija hacia las casas.

Finalmente, reiteró las disculpas a los vecinos y aseguró que el reclamo será tomado en cuenta para adoptar medidas que permitan mejorar la convivencia con las familias del sector.

La empresa invocó a los moradores a comunicar directamente cualquier inconveniente, a fin de buscar soluciones oportunas y evitar que las actividades productivas continúen generando molestias en la zona. (César Guerra)

¡Sin agua obligados a bañarse en un canal! Familias de Morales denuncian hasta 20 días sin servicio



Una preocupante situación atraviesan numerosas familias del distrito de Morales debido a la falta de agua potable en sus viviendas. Ante la ausencia del servicio, pobladores de diferentes sectores se han visto obligados a trasladarse hasta el canal de irrigación Cumbaza, ubicado en la vía hacia San Antonio de Cumbaza, para realizar actividades básicas como bañarse y lavar sus prendas de vestir.

Durante el recorrido, ciudadanos provenientes de sectores como Tupac Amaru y Atumpampa manifestaron que llevan entre 15 y 20 días sin contar con el suministro de agua. Algunos señalaron que, después de cumplir con sus jornadas laborales, acuden hasta este canal para aprovechar sus aguas y atender sus necesidades domésticas.

La situación también afecta a las familias con niños, quienes llegan acompañados de sus padres para refrescarse ante las altas temperaturas que se registran en la ciudad. Sin embargo, el problema va más allá de soportar el intenso calor, pues los vecinos aseguran que tampoco cuentan con agua para cocinar, lavar los alimentos y mantener las condiciones de higiene en sus hogares.

Una pobladora expresó su indignación y preocupación, señalando que la falta de agua ha generado problemas incluso en los servicios higiénicos de las viviendas, debido a que no pueden realizar una adecuada limpieza. «¿Cómo vamos a poder vivir sin agua?», manifestó, haciendo un llamado urgente a las autoridades responsables.

Los afectados exigen una explicación sobre las causas de esta prolongada interrupción y, principalmente, una solución inmediata que permita restablecer el servicio de agua potable en sus sectores.

Mientras tanto, el canal de irrigación Cumbaza se ha convertido en una alternativa obligada para quienes, después de varios días, siguen esperando que el agua vuelva a llegar a sus hogares.

¡Los pobladores de Morales no piden privilegios, piden un servicio básico e indispensable: agua potable! (César Guerra)

“La educación es el motor del cambio social”

Jueves, 26 de noviembre de 2026

Diario HOY

Comerciante del mercado N.º 2 de Tarapoto denuncia falta de presupuesto y alerta que baños podrían quedar sin atención en diciembre

Una nueva preocupación surge entre los comerciantes y usuarios del Mercado N.º 2 de Tarapoto. Marilyn Coral, comerciante de este centro de abastos, denunció presuntas deficiencias en la administración de los recursos destinados al mantenimiento, limpieza y atención de los servicios que funcionan dentro del establecimiento.

Durante una entrevista, Coral explicó que anteriormente la recaudación por el uso de los servicios higiénicos alcanzaba aproximadamente los 9 mil soles, incluso cuando el cobro era de 50 céntimos. Por ello, cuestionó que actualmente, con una tarifa de un sol, no se estaría garantizando el presupuesto necesario para cubrir las necesidades del mercado.

La comerciante manifestó que, según su versión, los recursos que deberían retornar para atender estos servicios no estarían llegando oportunamente. También señaló que algunos trabajadores encargados de los baños acumularían hasta dos meses sin recibir sus pagos y que tres trabajadores habrían sido despedidos, reduciendo considerablemente el personal disponible.

La preocupación aumenta porque, según indicó, los trabajadores que todavía permanecen en sus puestos laborarían solamente hasta finalizar noviembre. De concretarse esta situación, durante diciembre los servicios higiénicos podrían quedarse sin personal encargado de su atención y mantenimiento.

Coral cuestionó que, en lugar de garantizar el funcionamiento de estos espacios, se pretenda dejar la limpieza bajo responsabilidad de los propios usuarios.

Asimismo, expresó su malestar por las condiciones de infraestructura del mercado, especialmente por las altas temperaturas que se concentran en su interior durante las mañanas. Advirtió que la falta de ventilación genera incomodidad entre comerciantes y compradores, e incluso perjudicaría la conservación de los productos cárnicos.



Finalmente, cuestionó las mejoras realizadas en los servicios higiénicos, señalando que esperaba una renovación más profunda y no solamente trabajos de pintura. También pidió que se priorice el pago de los trabajadores y se garantice el mantenimiento de las instalaciones.

Los comerciantes esperan que la Municipalidad Provincial de San Martín y las áreas responsables de la administración del mercado expliquen qué sucede con los recursos recaudados y qué medidas adoptarán para evitar que los servicios higiénicos queden desatendidos en diciembre. (César Guerra)

Vecina de Morales denuncia humo contaminante: Ya no podemos estar en nuestra propia huerta



Una preocupante situación viene afectando a vecinos del jirón Guepi, cuadra 4, en el distrito de Morales. Espirita Torres Arévalo, residente de la zona, denunció que el humo proveniente de un negocio dedicado al procesamiento de productos porcinos estaría ingresando a las viviendas, generando molestias y preocupación por la salud de los moradores.

La vecina señaló que, debido a la intensa humareda, ya no puede permanecer con tranquilidad en su huerta, espacio que anteriormente utilizaba para cultivar y descansar. Según manifestó, el problema se presenta principalmente durante las noches y, en ocasiones, el olor sería tan fuerte que incluso interrumpe el descanso de las familias.

"Ya no podemos estar. A mí me gustaba venir a mi huerta, pero ahora no se puede, demasiado humo", expresó Torres Arévalo.

La moradora indicó que el humo provendría de la quema de leña utilizada en el procesamiento de productos como cecinas y menudencias de cerdo. Asimismo, manifestó que anteriormente el establecimiento contaba con una chimenea de mayor altura, pero que esta habría sido modificada por una estructura más baja, situación que, según afirma, habría incrementado las molestias en el vecindario.

Torres Arévalo también expresó su preocupación por su estado de salud, señalando que en sus análisis médicos le detectaron fibrosis pulmonar y que su médico le habría recomendado evitar la exposición al humo. Por ello, considera que esta situación representa un riesgo, especialmente para las personas adultas mayores y los niños que viven en el sector.

De acuerdo con su testimonio, el problema se prolongaría por más de medio año y afectaría a varias viviendas cercanas. La vecina pidió la intervención de las autoridades competentes para que se evalúe el funcionamiento del establecimiento y se adopten las medidas necesarias.

Finalmente, solicitó que se exija al propietario implementar una chimenea de mayor altura u otras medidas que permitan reducir la exposición de los vecinos al humo, sin impedir el desarrollo de su actividad comercial.

"Que las autoridades pongan orden y les exijan elevar sus chimeneas. No se trata de prohibirles su negocio, sino de que también piensen en la salud de las personas", manifestó.

Los vecinos esperan que las autoridades realicen una inspección y verifiquen las condiciones en las que opera el establecimiento, a fin de encontrar una solución que garantice tanto el desarrollo de la actividad económica como el bienestar de las familias del sector. (César Guerra)

"La escuela es la base de toda gran nación"

Comisión de Salud invita al ministro Luis Dyer para que informe sobre el dengue, camas UCI y lotes de suero observados

La sesión ordinaria se realizará el martes 1 de diciembre a las 10:00 a. m. El titular del Minsa deberá detallar el número real de fallecidos por dengue, las acciones frente al 86 % de ocupación en cuidados intensivos y el retiro del suero fisiológico adquirido por Cenares.

La Comisión de Salud de la Cámara de Diputados invitó al ministro de Salud, Luis Dyer Fernández, a participar en su undécima sesión ordinaria, programada para el martes 1 de diciembre de 2026. El objetivo de la convocatoria es que el titular del sector responda sobre la situación del dengue en el país, la disponibilidad de camas en las unidades de cuidados intensivos (UCI) y las medidas tomadas respecto a lotes observados de suero fisiológico.

De acuerdo con el oficio suscrito por el presidente de dicho grupo de trabajo, el diputado Miguel Félix Huamán Cornejo, la sesión iniciará a las 10:00 a. m. en la sala de sesiones 2 "Fabiola Salazar Leguía" del edificio Víctor Raúl Haya de la Torre.

Uno de los principales puntos de la agenda se centra en las medidas adoptadas por el Ejecutivo frente a los lotes observados de suero fisiológico adquiridos mediante el Procedimiento de Selección No Competitivo 22-2025-CENARES/MINSA. Sobre este tema, el ministro deberá precisar la ubicación exacta de los lotes inmovilizados, así como el avance en el proceso de retiro y reposición del producto.

Asimismo, se solicita al ministro un informe actualizado sobre el avance del dengue, diferenciando los casos confirmados de los que se encuentran en investigación con base en los reportes del CDC Perú. Paralelamente, deberá detallar la distribución regional de las camas UCI y las medidas adoptadas para la atención de pacientes críticos.

Contexto de la emergencia sanitaria

La citación responde al escenario crítico advertido por Dyer, quien señaló que las unidades de cuidados intensivos enfrentan una alta demanda debido al dengue, la neumonía y otras afecciones. El Minsa reporta 1 183 camas UCI a nivel nacional, de las cuales 1 003 se encuentran ocupadas, lo que equivale a un 86 % de ocupación, con 21 de estas camas destinadas a pacientes con dengue.

Para afrontar esta coyuntura, el Ejecutivo declaró en emergencia la disponibilidad de camas UCI y coordina convenios con EsSalud, las Fuerzas Armadas y el sector privado. En el balance epidemiológico, el país registra 122 mil casos de dengue, 117 fallecidos, 113 mil altas médicas y 110 mil personas inmunizadas en el grupo etario de 10 a 20 años.



Adicionalmente, 14 hospitales de Lima Metropolitana brindan soporte y telemedicina 24 horas a establecimientos del norte del país, desde Tumbes hasta Áncash.

Minsa declara en emergencia las camas UCI ante una ocupación nacional de 86%

El ministro Luis Dyer informó que Áncash y Lambayeque ya no tienen disponibilidad de cuidados intensivos y el Gobierno coordina traslados hacia Lima



El Ministerio de Salud (Minsa) declaró en emergencia la disponibilidad de camas UCI en el país luego de que el titular de la cartera, Luis Dyer, informara que el 86% de las unidades de cuidados intensivos se encuentra ocupado.

La medida fue comunicada durante una conferencia de la Comisión Nacional de Gestión del Riesgo frente al Fenómeno El Niño, ante la posibilidad de una mayor demanda de atención especializada.

Según el reporte expuesto por el titular del sector, Perú cuenta con 1.183 camas de cuidados intensivos: 1.003 permanecían ocupadas y 159 disponibles. Dyer señaló que el nivel de ocupación obliga a coordinar una respuesta entre el Minsa, el Seguro Social de Salud (EsSalud) y las Fuerzas Armadas (FF. AA.). El objetivo es habilitar más espacios y organizar derivaciones si hospitales regionales no pueden recibir nuevos casos.

Las cifras nacionales muestran una red hospitalaria con poco margen en varias zonas. Aunque el ministro precisó que 21 camas UCI, equivalentes al 1,7%, estaban ocupadas por pacientes con dengue, alertó que algunas regiones alcanzaban entre 95% y 98% de ocupación.

Áncash y Lambayeque ya no tenían cupos, por lo que las autoridades iniciaron coordinaciones para trasladar pacientes hacia Lima cuando su condición requiera cuidados críticos.

"Nos estamos preparando junto con los diferentes ministerios para poder tener una reacción mucho más rápida e inmediata", indicó Dyer, según la información difundida en la conferencia.

Los hospitales de campaña permanecen operativos para atender pacientes que necesiten asistencia. El ministerio anunció además un convenio con EsSalud y contempló una segunda etapa de articulación con clínicas y establecimientos privados si crece la presión sobre las unidades de cuidados intensivos.

Áncash y Lambayeque registran 100% de ocupación de camas UCI

El reporte de oferta hospitalaria del Minsa, actualizado al 24 de noviembre de 2026 y difundido por el analista Juan Carbajal, indicó que Lambayeque tenía sus 42 camas UCI ocupadas.

Áncash registraba la misma situación con 26 espacios ocupados. El documento permite ver que la alerta no se limita a los pacientes con dengue: la disponibilidad condiciona la respuesta ante cualquier emergencia que exija vigilancia intensiva.

En Piura, la ocupación alcanzaba 90,2% y quedaban cinco camas libres. La Libertad registraba 92,1% de ocupación, también con cinco espacios disponibles, aunque tres correspondían al Instituto Regional de Enfermedades Neoplásicas Norte.

En el Hospital de Especialidades de Sullana, los 19 cupos de cuidados intensivos estaban ocupados. Carbajal advirtió que los ingresos, las altas y los traslados pueden cambiar la disponibilidad durante cada jornada.

Los datos consignados hasta el 24 de noviembre señalaban que 22 camas UCI por dengue estaban ocupadas en el país, cerca del máximo anual de 24 registrado el 17 de noviembre. El Ministerio de Salud acumulaba 170 fallecidos por esta enfermedad en 2026, de los cuales 117 estaban confirmados y 53 permanecían en investigación, según las cifras citadas por Carbajal.

Lambayeque concentraba más de 20 mil casos, entre confirmados y probables, y 45 fallecidos reportados por su Gerencia Regional de Salud. En Áncash, la Dirección Regional de Salud registró 3.843 casos confirmados y sospechosos.

Las autoridades mantienen el monitoreo de la capacidad crítica mientras coordinan traslados, ampliación de cupos y la eventual incorporación de establecimientos privados a la respuesta frente a la emergencia sanitaria por dengue.

"Cada aula es una semilla de progreso"

El intestino de quienes toman café tiene algo que llama la atención

Con ayuda de una cápsula inalámbrica que ingirieron 50 voluntarios, un estudio danés detectó una mayor acidez en el intestino delgado de quienes bebían café habitualmente. Aún se desconoce su relevancia para la salud.

Muchos consumidores de café conocen bien la sensación. Poco después de terminar una taza, puede que entren ganas de ir al baño. Ahora, un estudio de la Universidad de Copenhague (Dinamarca) aporta nuevas pistas sobre la relación entre el café y el sistema digestivo.

Sus resultados sugieren que el consumo habitual de esta bebida podría estar asociado tanto con la variedad de bacterias intestinales como con el funcionamiento del propio intestino.

Para estudiar esta relación, el equipo siguió durante nueve días a 61 adultos daneses sanos. De ellos, 50 ingirieron una SmartPill, una cápsula inalámbrica que, según detalla la Universidad de Copenhague, mide la acidez, la temperatura, la presión y las contracciones mientras recorre el tubo digestivo.

El equipo completó estas mediciones con un diario alimentario que los voluntarios rellenaron durante ocho días. También recurrió a análisis de heces y orina para conocer la composición de la microbiota intestinal y contrastar los datos de consumo con los niveles de cafeína y sus metabolitos.

Se consideró bebedores habituales a quienes tomaron entre una y cinco tazas al día durante más de tres de esas ocho jornadas. Según Study Finds, este grupo lo formaban 48 personas, que bebían de media unos 350 mililitros diarios. Los otros 13 participantes, clasificados como consumidores ocasionales, tomaban una media inferior a 30 mililitros al día.

Café y acidez en el intestino delgado

Uno de los principales hallazgos del estudio, publicado en la revista Gut Microbiology, tiene que ver con el pH del intestino delgado. En quienes tomaban café habitualmente, los valores eran significativamente inferiores, lo que indica una mayor acidez en esta parte del aparato digestivo.

Ese dato importa porque el pH condiciona el trabajo de las enzimas encargadas de descomponer los alimentos. No obstante, aún no está claro qué consecuencias tiene esta diferencia para la salud.



Los investigadores también estudiaron la actividad muscular del intestino, aunque en este caso los resultados fueron menos concluyentes.

Si bien detectaron una asociación entre los niveles de metabolitos de la cafeína en la orina y un mayor número de contracciones del colon, la comparación directa entre consumidores habituales y ocasionales no mostró diferencias significativas en este aspecto ni en la velocidad del tránsito por el colon, según detalla Study Finds.

Pese a estas incertidumbres, estudiar esta relación podría resultar especialmente interesante. Francesca Bucci, autora principal del estudio y doctoranda de la universidad, explica que las contracciones intestinales pueden favorecer una digestión saludable y, en sus palabras, "ayudar a prevenir el estreñimiento y mantener los músculos intestinales en buen estado".

Café y microbiota intestinal

En cuanto a las bacterias intestinales, los resultados tienen más matices de lo que sugieren algunos titulares. Los consumidores habituales presentaban una mayor variedad de bacterias, pero Study Finds aclara que esto solo se observó en la llamada riqueza, una medida que contabiliza los distintos tipos de bacterias presentes.

Otro indicador de diversidad no arrojó diferencias claras, y las detectadas en la abundancia de tres grupos bacterianos dejaron de ser significativas al ajustar los resultados por el número de comparaciones realizadas.

¿Es el café el responsable de estas diferencias?

Aunque los autores no pueden afirmarlo, Henrik Munch Roager, jefe del grupo de investigación, considera que hay buenas razones para pensarlo. Estudios anteriores ya habían relacionado esta bebida con la secreción de ácido en el estómago, si bien las mediciones de la cápsula no mostraron una relación entre el consumo de café y el pH gástrico.

En cuanto a las contracciones del colon, Roager explicó a Newsweek que podrían deberse a señales que el estómago transmite al colon a través del sistema nervioso o a la acción directa de determinadas moléculas del café sobre las células del colon. La cafeína podría estar implicada, pero esta bebida contiene cientos de compuestos bioactivos.

De hecho, el gastroenterólogo Dan Carter, del Centro Médico Sheba, aseguró a Newsweek que el café descafeinado también puede estimular las contracciones del colon, aunque su efecto podría ser algo menor. Detrás de este efecto podría estar el llamado reflejo gastrocólico, una respuesta del organismo que intensifica el movimiento intestinal después de comer o beber.



Café y estreñimiento, lo que falta por saber

Aun así, queda mucho por investigar. Los propios autores advierten de que se trata de un estudio exploratorio y observacional. La relación entre el café y el funcionamiento intestinal se analizó a partir de datos de una investigación que, en un principio, no estaba diseñada para estudiar específicamente esta bebida.

Además, según detalla Study Finds, el grupo de consumidores ocasionales era reducido y, de media, más joven: 32,8 años frente a los 40,9 de los habituales. Tampoco se distinguió entre distintos tipos de café ni se estudiaron los efectos inmediatos de una sola taza.

Otra limitación es que, al analizar el funcionamiento intestinal, no se aplicaron determinadas correcciones estadísticas que ayudan a descartar resultados significativos obtenidos por azar. Por todo ello, los hallazgos deben interpretarse con prudencia.

Estas incógnitas tienen especial interés si se tiene en cuenta que, según datos de los Institutos Nacionales de Salud de Estados Unidos, alrededor del 16 % de los adultos del país presenta síntomas de estreñimiento, una proporción que asciende a un tercio entre las personas de 60 años o más.

El siguiente paso sería realizar un estudio controlado que compare la actividad intestinal durante periodos con y sin café. Roager confía en que una mejor comprensión de estos mecanismos pueda llegar a permitir encontrar formas naturales de estimular la motilidad intestinal.

Mientras tanto, Carter recuerda que las pruebas de que el café estimula el colon son bastante más sólidas que las que respaldan su eficacia contra el estreñimiento crónico, por lo que no lo recomienda como sustituto de los tratamientos establecidos.

En ese sentido, el especialista aconseja guiarse por la respuesta del propio organismo: quienes toleran bien el café pueden seguir disfrutándolo, mientras que quienes experimentan diarrea o una necesidad urgente de ir al baño podrían optar por reducir su consumo.

"Enseñar es dejar huella en el futuro"

Solo 2 semanas de alimentos ultraprocesados podrían cambiar cómo responde el cerebro a la comida

Los resultados sugieren que los jóvenes son más vulnerables a los efectos de estos tipos de alimentos.



Una investigación de Virginia Tech encontró que consumir alimentos ultraprocesados durante apenas 14 días puede modificar la respuesta del cerebro ante una comida asociada con el placer. El efecto se observó en adultos de entre 18 y 21 años, mientras que los participantes de mayor edad no presentaron cambios significativos.

El estudio, publicado en la revista científica Obesity, identificó diferencias en la actividad de una región cerebral relacionada con la toma de decisiones, la evaluación de recompensas y el control de la alimentación. Los resultados plantean nuevas preguntas sobre cómo los productos altamente procesados podrían influir en los hábitos alimentarios durante las primeras etapas de la adultez.

¿Qué cambios provocaron los ultraprocesados en el cerebro?

Los investigadores observaron que los participantes más jóvenes presentaron una menor respuesta de la corteza orbitofrontal cuando recibían un batido después de seguir una dieta rica en ultraprocesados. Esta región cerebral interviene en la forma en que las personas valoran las recompensas y toman decisiones relacionadas con la comida.

"Entre los participantes más jóvenes, consumir una dieta rica en alimentos ultraprocesados durante solo dos semanas se asoció con una disminución de la respuesta cerebral ante un alimento gratificante —un batido— en la corteza orbitofrontal", explicó Emma Leslie, autora principal de la investigación.

El equipo también encontró que la respuesta de esta región aumentaba después de que los participantes seguían una alimentación sin productos ultraprocesados. En cambio, el grupo de entre 22 y 25 años no presentó modificaciones significativas con ninguna de las dos dietas.

Alex DiFeliceantonio, neurocientífico del Instituto de Investigación Biomédica Fralin de Virginia Tech, señaló que esta zona todavía atraviesa un proceso de maduración durante esas edades. "La corteza orbitofrontal sigue desarrollándose en todos nuestros participantes, pero cuanto más joven eres, más rápido ocurre ese desarrollo".

¿Cómo comprobaron los efectos de esta alimentación?

Cada uno de los participantes siguió dos planes alimentarios durante periodos de dos semanas, separados por un descanso de cuatro semanas.

Una dieta excluía los alimentos ultraprocesados, mientras que la otra obtenía el 81% de sus calorías de estos productos. Aunque eran diferentes en su nivel de procesamiento, ambas mantenían las mismas proporciones de carbohidratos, grasas y proteínas. También se igualaron otros aspectos, como el azúcar añadido, la fibra, el sodio y la calidad nutricional.

Antes y después de cada intervención, los voluntarios fueron sometidos a resonancias magnéticas funcionales. Durante las pruebas recibían un batido altamente procesado o una solución sin sabor, mientras los especialistas registraban la actividad cerebral.

El estudio también amplió resultados anteriores del mismo experimento: los adultos más jóvenes consumieron más calorías en una comida tipo bufé después de seguir la dieta ultraprocesada, incluso cuando no tenían hambre. Sin embargo, los investigadores no demostraron que ambos cambios estuvieran directamente relacionados.

¿Por qué los jóvenes podrían ser más vulnerables?

Los científicos todavía desconocen qué provoca estas modificaciones. Como las dietas tenían características nutricionales equivalentes, consideran que podrían intervenir los aditivos, las sustancias generadas durante el procesamiento industrial u otros factores que aún no han identificado.

DiFeliceantonio destacó la importancia de investigar este fenómeno: "Este estudio es importante porque muestra un cambio en una región del cerebro que se sabe que regula el autocontrol y que potencialmente puede ayudar a detener la ingesta de alimentos".

No obstante, los resultados deben interpretarse con cautela. La investigación tuvo pocos participantes y todavía no se sabe si las modificaciones cerebrales desaparecen al cambiar de alimentación o permanecen durante más tiempo.

Los investigadores esperan ampliar el trabajo a menores de 18 años para determinar si los adolescentes también presentan una sensibilidad particular. Brenda Davy, especialista en nutrición de Virginia Tech, señaló que este grupo consume más alimentos ultraprocesados que cualquier otro rango de edad en Estados Unidos.

Por ahora, el estudio abre una nueva línea de investigación sobre la relación entre el procesamiento industrial de los alimentos y el desarrollo del cerebro.

"La educación transforma vidas y comunidades enteras"

Notaría Cisneros Olano

Prescripción Adquisitiva de Dominio

Ante mi Notaría, ubicada en jirón Augusto B. Leguía número 356, Tarapoto - San Martín, se presentó **Nelida Pizarro Lara, Madhú Isabel Mendoza Pizarro, Dalja Helena Mendoza Pizarro,** solicitando la Prescripción Adquisitiva de Dominio del **Predio urbano se encuentra ubicado con frente principal a la Calle Coperholta C-01, Barrio y/o Sector Circunvalación, Distrito de Tarapoto, Provincia y Departamento de San Martín**; con un área de **1031.78 m2**, cuyas medidas son: **FRENTE:** Con **33.35 ml,** colinda con la **Calle Coperholta C-01, DERECHA:** Con **31.10 ml.**, colinda con propiedad de **Warren Villacorta Caballero PN° 11239268**, **IZQUIERDA:** Con **29.03 ml.**, colinda con propiedad de **David Ali Pinedo Cobos y Kelly Josseline Laos Molina PN° 11163053**, **FONDO: Con 35.37 ml,** colinda con propiedad de **Edwin Chu Ruiz PN° 11053201.-** y teniendo en cuenta que es función del notario evaluar los documentos presentados ante su despacho sujetándose al procedimiento respectivo conforme se encuentra prescrito en el Art. 5 del Texto Único Ordenado del Reglamento de la Ley N° 27157 aprobado mediante D.S N° 15-3005-Vivienda, se deja constancia que el predio materia de prescripción es viable ante este despacho por no ser propiedad del Estado y ser propiedad de un particular no inscrito debidamente evaluado y acreditado mediante sucesión intestada inscrita en la partida **11085536 y** por la minuta de Compra Venta de fecha 08 de marzo de 1993, de sus anteriores propietarios don Guillermo Vega Lette y doña María Leticia García Rengifo como otros documentos de posesión pacifica, publica y continua (Autovaluos, Luz y Agua). por lo que no se notificará a ningún titular registral, tampoco a la oficina de la superintendencia nacional de Bienes Estatales-SBN, ni a ningún gobierno regional con competencia para administrar bienes estatales por no corresponder a este particular ya que se acredito que no es propiedad del Estado y si de un particular no inscrito.

Tarapoto, 20 de noviembre de 2026

Luis Enrique Cisneros Olano
Notario de la Provincia de San Martín

Notaría Cisneros Olano

Prescripción Adquisitiva de Dominio

Ante mi Notaría, ubicada en jirón Augusto B. Leguía número 356, Tarapoto - San Martín, se presentó **Nelida Pizarro Lara, Madhú Isabel Mendoza Pizarro, Dalja Helena Mendoza Pizarro,** solicitando la Prescripción Adquisitiva de Dominio del **Predio urbano se encuentra ubicado con frente principal a Jr. Ramírez Hurtado C-05 intersección con el Jr. Saposoa C-01, Distrito de Tarapoto, Provincia y Departamento de San Martín**; con un área de **140.02 m2**, y un perímetro de **48.50 ml.**, cuyas medidas son: **FRENTE:** Con una línea quebrada de dos tramos; el primer tramo de izquierda a derecha con **7.25 ml, colinda con el Jr. Ramírez Hurtado C-05,** el segundo tramo en forma de un ochavo con **2.65 ml,** colinda con las intersecciones **del Jr. Ramírez Hurtado C-05** y **Jr. Saposoa C-01. DERECHA:** Con **13.90 ml, colinda** con el **Jr. Saposoa C-01. IZQUIERDA:** Con **15.70 ml, colinda con propiedad de Liz Document Manrique, Charles Document Manrique y Watson Documet Manrique. FONDO:** Con **9.00 ml, colinda con propiedad de Rosa Guadalupe Aguilar Zegarra.-** y teniendo en cuenta que es función del notario evaluar los documentos presentados ante su despacho sujetándose al procedimiento respectivo conforme se encuentra prescrito en el Art. 5 del Texto Único Ordenado del Reglamento de la Ley N° 27157 aprobado mediante D.S N° 15-3005-Vivienda, se deja constancia que el predio materia de prescripción es viable ante este despacho por no ser propiedad del Estado y ser propiedad de un particular no inscrito debidamente evaluado y acreditado mediante sucesión intestada inscrita en la partida **11085536 y** por la minuta de Compra Venta de fecha 19 de diciembre de 1997, de sus anteriores propietarios don Juan Ermitaño Mendoza Becerra y doña Nélida Pizarro Lara, como otros documentos de posesión pacifica, publica y continua (Autovaluos, Luz y Agua). por lo que no se notificará a ningún titular registral, tampoco a la oficina de la superintendencia nacional de Bienes Estatales-SBN, ni a ningún gobierno regional con competencia para administrar bienes estatales por no corresponder a este particular ya que se acredito que no es propiedad del Estado y si de un particular no inscrito.

Tarapoto, 20 de noviembre de 2026

Luis Enrique Cisneros Olano
Notario de la Provincia de San Martín

MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE SAN MARTIN - Tarapoto
AREA DE REGISTRO CIVIL

EDICTO MATRIMONIAL

DE CONFORMIDAD CON LO DISPUESTO EN EL ARTICULO 250° DEL CODIGO CIVIL, HAGO SABER QUE:

DON	: TEDY MONTILLA TELLO
EDAD	: 65 AÑOS
ESTADO CIVIL	: SOLTERO
OCUPACIÓN	: AGRICULTOR
NATURAL	: TARAPOTO
NACIONALIDAD	: PERUANA
DOMICILIADO	: JR. AUGUSTO B. LEGUIA N° 709 -TARAPOTO.
Y DOÑA	: BETTY GRANDEZ CORDOVA
EDAD	: 41 AÑOS
ESTADO CIVIL	: SOLTERA
OCUPACIÓN	: SU CASA
NATURAL	: BANDA DE SHILCAYO
NACIONALIDAD	: PERUANA
DOMICILIADO	: JR . AUGUSTO B. LEGUIA N° 709 -TARAPOTO.

PRETENDEN CONTRAER MATRIMONIO CIVIL ANTE ESTA MUNICIPALIDAD, LAS PERSONAS QUE CONOZCAN CAUSAL DE IMPEDIMENTO PODRÁN DENUNCIAR DENTRO DEL TERMINO DE 8 DIAS, EN LA FORMA PRESCRITA EN EL ARTÍCULO N° 253° DEL CODIGO CIVIL.

Tarapoto, 25 de noviembre del 2026.

REGISTRO CIVIL - MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE SAN MARTIN - TARAPOTO

MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE SAN MARTIN
DEPARTAMENTO DE SAN MARTIN - TARAPOTO
LORENA PEZO DIAZ
DNI: 01129089
REGISTRADORA CIVIL

EDICTO DE PUBLICACIÓN DE LA PRETENSIÓN

La Municipalidad Provincial de San Martín a través de la Oficina de Formalización de la Propiedad Informal, **NOTIFICA** y hace de conocimiento que se ha presentado ante esta entidad una solicitud para efectos que se declare la propiedad mediante **PROCEDIMIENTO INDIVIDUAL DE DECLARACIÓN DE PROPIEDAD POR PRESCRIPCIÓN ADQUISITIVA DE DOMINIO,** conforme se pasa a detallar:

N°	EXP. N°	SOLICITANTE(S)	IDENTIFICACIÓN DEL PREDIO	PROPIETARIO(S)	PARTIDA	REGISTRO DE PREDIOS DE LA OFICINA REGISTRAL
1	0018090-2026-OFOPRI/MPSM	MARIA ANGELICA CARDAMA CARDOSO	JR CAPIRONA CUADRA 04 ESQUINA CON PASAJE CAPIRONA CUADRA 01 BARRIO SACHAPUQUIO DISTRITO DE TARAPOTO PROVINCIA Y DEPARTAMENTO DE SAN MARTIN 347.26 M2	TEOBALDO SEGUNDO GUERRERO PINEDO Y MARIA ANTONIETA DEL AGUILA GUERRERO	11066821	TARAPOTO

Ello a efecto de que los terceros que pudieran verse afectados con dicha pretensión formulen su **OPOSICIÓN** dentro del plazo de **VEINTE DÍAS CALENDARIOS** siguientes de efectuada la presente publicación, bajo apercibimiento de proceder a la declaración de propiedad por Prescripción Adquisitiva de Dominio en forma individual del solicitante, sin requerirse de declaración judicial previa, siempre que se cumplan los requisitos previstos en la Ley el Reglamento, de conformidad con el artículo 88° del Decreto Supremo N° 006-2006-VIVIENDA.

JEFE DE LA OFICINA DE FORMALIZACIÓN DE LA PROPIEDAD INFORMAL

DE LA MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE SAN MARTIN

MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE SAN MARTIN - TARAPOTO
Abog. Juan Carlos Wong Obo
Jefe de la Oficina de Formalización de la Propiedad Informal

Proclaman a nuevas autoridades del Centro Poblado Las Palmas

Juany Rojas Chumbe asumió como alcaldesa vecinal junto a cinco regidores, quienes se comprometieron a trabajar por el desarrollo de su comunidad.

En una ceremonia realizada ayer por la mañana en la losa deportiva del centro poblado Las Palmas, distrito de La Banda de Shilcayo, fueron proclamadas las nuevas autoridades municipales, en un acto que contó con la presencia de la alcaldesa provincial de San Martín, Lluny Perea; el alcalde electo de La Banda de Shilcayo, Dr. Enrique Flores Pinedo, y numerosos pobladores de esta localidad.

Durante la ceremonia fue proclamada como alcaldesa vecinal Juany Rojas Chumbe, quien asumirá la responsabilidad de representar y gestionar las principales necesidades de su comunidad. Asimismo, recibieron sus respectivas proclamaciones los regidores Paco Flores Pérez, Luz Victoria Arce García, Gabriel Pinchi García, Faviana Erlita Bernal Pinchi y Nena Marcia Gutierres del Risco.

El acto de juramentación estuvo a cargo de la alcaldesa provincial de San Martín, quien tomó el compromiso a las nuevas autoridades para que desempeñen sus funciones con responsabilidad y trabajen en beneficio de la población.

Por su parte, el alcalde electo de La Banda de Shilcayo, Dr. Enrique Flores Pinedo, expresó su compromiso de mantener una estrecha coordinación con las nuevas autoridades de Las Palmas, con el propósito de impulsar proyectos que contribuyan al desarrollo de esta jurisdicción.

Entre las principales necesidades destacó la ejecución de los servicios de agua potable y alcantarillado, obras fundamentales que durante años han sido requeridas por los pobladores. Asimismo, señaló que existen otras demandas que deberán ser gestionadas ante las diferentes instancias del Estado para conseguir su atención y financiamiento.



La ceremonia estuvo marcada por muestras de respaldo y entusiasmo de los asistentes, quienes expresaron mediante aplausos y arengas su satisfacción por la proclamación de sus nuevas autoridades. Los pobladores depositaron su confianza en este nuevo equipo de gobierno local, con la expectativa de que realice una gestión transparente, cercana a la ciudadanía y orientada a conseguir proyectos y obras que permitan mejorar las condiciones de vida de las familias del centro poblado Las Palmas.

Cumplen siete días detenidos dos hermanos en investigación por presunta vinculación con el MRTA

Familiares y defensa legal de David y Polidoro Tapullima cuestionan los fundamentos de la detención. El operativo policial se ejecutó simultáneamente en San Martín, Cusco y Lima.

Han transcurrido siete días desde la detención de los hermanos David y Polidoro Tapullima Upichiahua, intervenidos el pasado 19 de noviembre en su domicilio, ubicado en el distrito de La Banda de Shilcayo, provincia y departamento de San Martín. Sus familiares cuestionan los fundamentos legales de la intervención y consideran que las acusaciones formuladas en su contra no tendrían suficiente sustento.

La detención se realizó en cumplimiento de una resolución judicial y formó parte de un operativo simultáneo ejecutado también en Cusco y Lima. En Cusco fue detenido Pedro Mosqueira, conocido como «Pedro Mo», mientras que en Lima se intervino a Brenda Mejía, identificada como «Brenda Jah», ambos vinculados a actividades de promoción cultural y musical.

Según la investigación policial, los cuatro intervenidos estarían presuntamente relacionados con una organización que buscaría reorganizar el Movimiento Revolucionario Túpac Amaru (MRTA). Esta hipótesis forma parte de las diligencias atribuidas a la Dirección Contra el Terrorismo (DIRCOTE).

De acuerdo con la información del expediente de intervención, las investigaciones habrían incluido el seguimiento de un agente encubierto, así como la recopilación de grabaciones, fotografías y publicaciones difundidas en redes sociales, elementos que la Policía considera indicios de una presunta vinculación con dicha organización. Sin embargo, la situación de los hermanos Tapullima ha generado preocupación entre sus familiares y personas cercanas, quienes sostienen que sus actividades personales y sociales no guardarían relación con los hechos que se les atribuyen.

David Tapullima es reconocido por su participación en la defensa del medio ambiente y el acompañamiento a comunidades nativas de la provincia de El Dorado, particularmente en San José de Sisa. Además, mantiene participación política en Juntos por el Perú, organización de la que es coordinador regional y uno de sus primeros impulsores en San Martín. Por su parte, Polidoro Tapullima es un adulto mayor con discapacidad visual, condición por la que se encuentra registrado en el Consejo Nacional para la Integración de la Persona con Discapacidad (CONADIS). Según sus familiares, debido a su condición física permanece habitualmente en su domicilio.



Ante esta situación, la familia y la defensa legal cuestionan la suficiencia de los elementos de convicción presentados por el Ministerio Público para sustentar una medida tan grave como la privación de libertad. Asimismo, consideran indispensable que las imputaciones sean examinadas rigurosamente y que se determine si existen pruebas objetivas, individualizadas y debidamente corroboradas que vinculen a cada uno de los investigados con los hechos atribuidos.

Mientras continúan las diligencias correspondientes, los familiares esperan que las autoridades judiciales garanticen el debido proceso y el respeto de los derechos fundamentales de ambos detenidos, en el marco de una investigación que ha generado preocupación en distintos sectores de la región San Martín.

“Educación de calidad, futuro con oportunidades”

Alcalde Juan Tocto Pilco respalda el III Festival Regional del Coco Picota 2026

La Municipalidad Provincial de Picota, encabezada por Juan Tocto Pilco y su plana de regidores, destaca como principal auspiciadora de esta importante celebración que se realizará los días 28 y 29 de noviembre.

La provincia de Picota se prepara para vivir una de sus celebraciones más importantes con la realización del III Festival Regional del Coco Picota 2026, evento que tendrá como principal auspiciadora a la Municipalidad Provincial de Picota, liderada por el alcalde Juan Tocto Pilco y su plana de regidores.

El respaldo de la autoridad provincial representa un importante aporte para la organización y desarrollo de esta actividad, que busca promover las potencialidades productivas, turísticas y culturales de Picota, destacando especialmente al coco como uno de los productos representativos de la provincia.

Desde la organización del festival expresaron un especial reconocimiento al alcalde Juan Tocto Pilco y a los regidores por su compromiso y apoyo a esta iniciativa, que busca fortalecer la identidad local, dinamizar la economía y generar espacios para impulsar a los productores y emprendedores de la zona. Asimismo, destacaron la importancia del trabajo articulado entre las autoridades y la población para sacar adelante actividades que contribuyan al crecimiento y desarrollo de la provincia.

El III Festival Regional del Coco Picota 2026 se desarrollará este 28 y 29 de noviembre, con una programación especial que reunirá a la población y visitantes en torno a la producción, cultura, gastronomía y tradiciones de esta importante provincia de la región San Martín.

Picota se alista para celebrar en grande, reafirmando su identidad y el orgullo por uno de sus productos emblemáticos: el coco.



Gestionan ante el MINEDU la implementación de la Universidad Nacional Alto Huallaga

Primer regidor provincial electo de Tocache, Pedro Figueroa Herrera, junto a representantes de la provincia, sostuvo una reunión para conocer los avances en la designación de la Comisión Organizadora, cuya conformación podría concretarse antes de finalizar el 2026.

Una delegación de representantes de la provincia de Tocache llegó hasta el Ministerio de Educación (MINEDU) para impulsar las gestiones destinadas a concretar la implementación de la Universidad Nacional Alto Huallaga (UNAHT), proyecto académico que genera grandes expectativas entre los jóvenes y la población de la provincia y la región San Martín.

La reunión de trabajo se desarrolló el martes 24 de noviembre y contó con la participación del Dr. Pedro Figueroa Herrera, primer regidor provincial electo de Tocache; el Ing. Pedro William Arévalo Sol Sol y el Ing. Robert Michelt Hualcas Sevillano, quienes solicitaron información sobre los avances del proceso de designación de los integrantes de la Comisión Organizadora de esta nueva casa superior de estudios.

La gestión fue impulsada por el congresista Gilmer Trujillo Zegarra y contó con la participación de los especialistas del MINEDU, Gustavo Carrión Ordinola y Joel Bravo Ríos, coordinador general de Evaluación y Designación de Comisiones, además de Antenor Pacheco, asesor parlamentario.

AVANZA DESIGNACIÓN DE LA COMISIÓN ORGANIZADORA

Durante el encuentro, los representantes del sector Educación informaron que el procedimiento para designar a los integrantes de la Comisión Organizadora registra avances y que su conformación podría concretarse antes de finalizar el año 2026.

Asimismo, señalaron que la Universidad Nacional Alto Huallaga, creada mediante la Ley N.° 32698, se encuentra considerada en el Presupuesto 2027 y cuenta con prioridad para su implementación, junto a la Universidad Nacional del VRAEM.

Otro de los aspectos importantes abordados fue el proceso de selección de los profesionales que integrarán la comisión. Según lo informado en la reunión, existen seis candidatos finalistas, de los cuales cuatro ya habrían superado la evaluación integral. El expediente será elevado a la Alta Dirección del MINEDU para continuar con la elección de los tres integrantes titulares.

También se indicó que, una vez emitida la resolución de designación, el Ministerio de Educación convocará a una reunión virtual con las autoridades locales y la Asociación de Gestión, con la finalidad de comunicar los procedimientos y las acciones necesarias para el inicio de funciones de la Comisión Organizadora.

MANTENDRÁN SEGUIMIENTO A LAS GESTIONES

Posteriormente, la delegación se trasladó al despacho del congresista Gilmer Trujillo Zegarra, donde se incorporó el Ing. Arturo Maldonado, asesor del congresista por San Martín, Francisco Gatica.

En este segundo encuentro se evaluaron los avances alcanzados y se coincidió en la importancia de mantener una coordinación permanente con el Ministerio de Educación, así como realizar el seguimiento correspondiente hasta lograr la instalación oficial de la Comisión Organizadora. La participación de los representantes de Tocache constituye un nuevo esfuerzo para concretar este importante proyecto educativo, que busca ampliar las oportunidades de formación profesional para los jóvenes de la provincia y de las localidades cercanas.

La implementación de la Universidad Nacional Alto Huallaga representa una de las principales aspiraciones de la población, que espera contar con una institución universitaria pública que contribuya a la formación de nuevos profesionales y al desarrollo social, económico y académico de la región San Martín.

EMPRESA DE TRANSPORTES HUALLAGA EXPRESS S.A.

R.U.C. 20450340384

PUNTUALIDAD, RESPONSABILIDAD ES NUESTRA MEJOR GARANTÍA.
RUTAS HABILITADAS POR EL MTC EN TODA LA REGIÓN SAN MARTÍN.

JUANJUI: 942950975

TARAPOTO: 942960057

BELLAVISTA: 942699678

TOCACHE: 945033870

PICOTA: 942956568 - 942960368



Av. Vía de Evitamiento N°1032 –Tarapoto – 997648814 - 942815698

E-mail: ethesa3@gmail.com

Empresa de Transportes y Turismo Cajamarca S.A.

Bagua Grande – Naranjos – Nueva Cajamarca – Rioja – Moyobamba – Tarapoto – Yurimaguas Juanjui – Tingo María– Tocache – Soritor - Jaén y Viceversa.

GIROS Y ENCOMIENDAS CON ENTREGA A DOMICILIO

Bagua Grande: Av. Chachapoyas N° 2900 – 943051130.
Naranjos: Av. Marginal s/n Cdra. 3 – 942857004.
Nueva Cajamarca: Jr. Tacna N° 529 – (042) 556739- 942436251.
Rioja: Jr. Santo Toribio N° 747 – (042) 353003 – 942436251.
Moyobamba: Jr. 20 de Abril Cdra. 14 S/N – (042) 561496 – 942436250.
Tarapoto: Av. Alfonso Ugarte N° 1438 – (042) 529122 – 942436249.
Yurimaguas: Jr. Víctor Cifuentes N° 601 – (065) 352113 -942436254- 942856962.
Tingo María: Av. Raimondi N° 121 – 920607742.
Juanjui: Carretera F. Belaúnde AA.HH Sta. Rosa (042) 632906 – 942626755.
Tocache: Jr. Jorge Chávez N° 249 – 929998195.
Soritor: Jr. Fco. Bolognesi Cruce c/ Moyobamba. (042) 505368 – 920019867.
Jaén: Jr. Pedro Cornejo Neira 351 – Morro Solar - 942856960.





RESERVA DE PASAJES
942 013618
942 859044

VEHICULO FULL EQUIPADO Y AIRE ACONDICIONADO, TAMBIEN TENEMOS LOS SERVICIOS DE MINIVAN.

TARAPOTO
JR.ILO - S/N - Cdra. 5
RECEPCIÓN Y ENTREGA DE ENCOMIENDAS:
(042) 584656
Atención: 7:00 am - 7 00 pm

Pizana Express S.A.C.

RAPIDEZ, SEGURIDAD Y PUNTUALIDAD

BELLAVISTA: Av.Lima Nº 315 (Ref. Frente al Modelo del 3er Piso) Cel. 942 013 61
JUANJUI: Carret.Fernando B.Terry (Frente al M.de Agricultura) Cel.942013617
PTO. PIZANA: Carret.Fernando B.Terry Cel.929922358
CAMPANILLA: Jr. Jorge Chávez S/N - Cdra - 1 Cel.942013616
TOCACHE: Av.Raymondi Nº 135 Cel.942013614
AUCAYACU: Av.Lima Nº 185 Cel.942018501
TINGO MARÍA: Carret.Fernando B.Terry Cel.950687062
AGUAYTIA: Carret.Federico Bazate (TerminalTerrestre) Cel.942652133
PUCALLPA: Av.Habitacion Urb. Municipal Mz 81/Int. 4 lote 1C Cel. 954415030
MOYOBAMBA: Jr.20 de AbrilCdra. 13 -Lote 2 81- A - Urb.Vista Alegre Cel.942652113



Empresa de Transportes "Virgen del Carmen" S.A.C.

TARAPOTO, PICOTA, BELLAVISTA, SAPOSOA, JUANJUI Y MUY PRONTO LA RUTA SAPOSOA – TINGO MARÍA.



¡TRANSPORTE DE PASAJEROS ENCOMIENDAS Y VALORES...!

TARAPOTO:
Jirón Jiménez Pimentel N° 1382 - (042) 612443 – 985718209.



SAPOSOA:
Av. Loreto N°665 - (042) 547076 – 942831424.

JUANJUÍ:
Carretera Fernando B. Terry S/N – 942963495.

RECOJO DE PASAJEROS A DOMICILIO SEGURIDAD – PUNTUALIDAD - RESPONSABILIDAD

Empresa San Martin S.A.

RUC: 20531409478

TRANSPORTE DE ENCOMIENDAS CON REPARTO A DOMICILIO,
RECOJO DE PASAJEROS A DOMICILIO

MOYOBAMBA	Jr. 20 de Abril cdra.13-Telf: (042) 562716 / 351236 942 959 655
TARAPOTO	Jr. Alfonso Ugarte N°1456 / Telf: (042) 526367 942 959 656/935 172 117
RIOJA	Jr. Santo Toribio / Jr. Iquitos - Telf: (042) 599627 – 942 048 979
NARANJOS	Av. Marginal N°108 – 980 227 126
NVA. CAJAMARCA	Jr. Tacna 564 -Telf: (042) 592377 – 949 689 698
YURIMAGUAS	Calle Victor Sifuentes S/N – Telf: (065) 351438 / 781612 942 959 654
JUANJUI	Carr. Fernando B. Terry N° 306- 966 648 976
TOCACHE	Jr. Jorge Chávez N°181 – 945 912 064
SORITOR	Jr. Moyobamba S/N – 996 123 197
BAGUA GRANDE	Av. Chachapoyas N°2816 – 925 307 670
PEDRO RUIZ	Av. Marginal N°197 – 930 935 712
JAÉN	Av. Mesones Muro 1288 Nuevo Horizonte – 952 825 523
SISA	Jr. Eladio Tapullima / Jr. Iquitos – 991 658 644 935 003 626

INMOBILIARIA RIAD R&M

TU FUTURO EMPIEZA AQUÍ

Jr. Sinchi roca 236 Tarapoto

Llamar: 973389370

LAMAS TOURS S.A.

Una empresa Lamista

Rutas: Rumizapa – Cacatachi – Lamas – Moyobamba –Rioja - Nueva Cajamarca – Punte Nieva – Picota – Bellavista – Tocache - Ramal de Aspuzana - Alianza

OFICINA LAMAS
042 543166 991124450



OFICINA TARAPOTO
042584361 947737783

Jr. Martin de la Riva y Herrera Cuadra 7 - Lamas
Jr. Alfonso Ugarte Cuadra 11 - Tarapoto

La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo»

LA MEJOR ETAPA DE LA VIDA: CUIDAR NUESTRA SALUD MENTAL Y APRENDER A ENVEJECER CON ALEGRÍA



Escrito por: Lic. Carlos Manuel Arce Garcia
Psicólogo Educativo
Psicoterapeuta Gestalt
C. Ps. P. 39763

Un mensaje de reflexión, amor propio y bienestar emocional para las personas adultas mayores.

Llegar a la adultez mayor es una etapa importante de la vida, llena de experiencias, recuerdos, aprendizajes y momentos que han dejado huellas en nuestro corazón. Cada arruga representa una historia, cada cabello blanco es testimonio del tiempo vivido y cada experiencia nos recuerda que hemos recorrido un largo camino. Sin embargo, en esta etapa también pueden aparecer cambios emocionales, familiares y sociales que, en ocasiones, afectan nuestra tranquilidad y bienestar.

Desde la psicología, es importante comprender que envejecer no significa dejar de soñar, perder nuestro valor o convertirnos en una carga para los demás. Al contrario, esta etapa puede ser una oportunidad para reencontrarnos con nosotros mismos, disfrutar de las pequeñas cosas, fortalecer nuestros vínculos familiares y descubrir nuevas razones para sonreír.

La salud mental es tan importante como la salud física. Por eso, cuidar nuestras emociones, expresar lo que sentimos y mantener una actitud positiva frente a la vida nos ayudará a vivir esta etapa con mayor tranquilidad y satisfacción.

Aprender a aceptar los cambios de la vida

A medida que pasan los años, nuestro cuerpo cambia, nuestras actividades pueden disminuir y algunas responsabilidades que antes realizábamos con facilidad pueden volverse más difíciles. También es posible experimentar la pérdida de seres queridos, la jubilación, la independencia de los hijos o cambios en nuestra rutina diaria.

Todos estos acontecimientos pueden producir tristeza, preocupación, nostalgia o incluso sentimientos de soledad. Es importante recordar que sentir estas emociones no significa ser débil. Somos seres humanos y tenemos derecho a sentir.

La clave está en aprender a aceptar los cambios sin perder el amor por nosotros mismos. No debemos compararnos constantemente con cómo éramos cuando teníamos veinte o treinta años. Hoy somos personas con una historia, una experiencia y una sabiduría que merecen respeto.

Recuerda: No importa cuántos años tengas, siempre puedes encontrar una nueva razón para disfrutar de la vida.

La importancia de cuidar nuestras emociones

Muchas personas adultas mayores acostumbran guardar sus preocupaciones para no molestar a sus hijos o familiares. Algunas piensan que deben ser fuertes todo el tiempo y que expresar tristeza es una señal de debilidad. Sin embargo, guardar las emociones puede generar angustia, estrés y sentimientos de aislamiento.

Hablar de lo que sentimos es una manera saludable de cuidar nuestra mente. Si estamos tristes, podemos conversar con alguien de confianza; si tenemos miedo, podemos expresarlo; y si algo nos preocupa, tenemos derecho a pedir ayuda.

También es importante reconocer cuándo necesitamos acompañamiento psicológico. Un profesional puede ayudarnos a comprender nuestras emociones, afrontar situaciones difíciles y encontrar nuevas herramientas para sentirnos mejor.

Nunca debemos pensar que somos demasiado mayores para recibir ayuda o aprender a manejar nuestras emociones.

La soledad no debe convertirse en nuestra compañera permanente

Uno de los desafíos que pueden enfrentar las personas adultas mayores es la soledad. En ocasiones, los hijos forman sus propios hogares, los nietos tienen sus actividades y los amigos dejan de estar presentes. Esto puede generar la sensación de que ya no somos importantes para los demás.

Pero debemos recordar algo fundamental: nuestro valor no depende de cuántas personas nos visiten ni de cuánto tiempo nos dediquen.

Es importante mantenernos activos y buscar espacios de participación. Podemos conversar con vecinos, visitar amistades, participar en reuniones comunitarias, realizar actividades recreativas o integrarnos a grupos de adultos mayores.

Compartir una conversación, una sonrisa o una taza de café puede convertirse en un momento muy especial. No debemos esperar siempre a que alguien nos busque; también podemos dar el primer paso para acercarnos a los demás.

La compañía y la amistad alimentan el corazón y fortalecen nuestra salud emocional.

Nunca es tarde para aprender algo nuevo

Existe una idea equivocada de que las personas adultas mayores ya no pueden aprender cosas nuevas. ¡Esto no es cierto! Nuestro cerebro puede seguir aprendiendo y desarrollando habilidades durante toda la vida.

Leer un libro, aprender una canción, escuchar música, resolver crucigramas, cultivar plantas, preparar una receta diferente o aprender a utilizar un celular son actividades que estimulan nuestra mente.

Además, estas actividades nos permiten mantenernos ocupados, fortalecer nuestra autoestima y experimentar la satisfacción de lograr pequeñas metas.

No importa si aprendemos despacio. Lo importante es tener entusiasmo y disposición.

Recordemos que la edad no debe ser una barrera para descubrir nuevas experiencias. Siempre hay algo nuevo que podemos aprender y disfrutar.

Perdonar, agradecer y vivir el presente

Con el paso de los años acumulamos recuerdos, algunos llenos de felicidad y otros acompañados de dolor. Tal vez recordamos una discusión familiar, una oportunidad que no aprovechamos o una persona que nos lastimó.

Sin embargo, vivir constantemente pensando en el pasado puede impedirnos disfrutar el presente.

Aprender a perdonar no significa justificar las acciones de otras personas, sino dejar de cargar con sentimientos que nos hacen daño. También significa aprender a perdonarnos por nuestros propios errores, porque nadie ha vivido una vida perfecta.

Agradecer las pequeñas cosas también puede transformar nuestros días: despertar cada mañana, recibir una llamada, compartir una comida, escuchar una canción o contemplar un hermoso paisaje.

No podemos cambiar todo lo que ocurrió ayer, pero sí podemos decidir cómo queremos vivir el día de hoy.

Consejos psicológicos para vivir una adultez mayor feliz

Para fortalecer nuestra salud mental y emocional, podemos practicar diariamente algunos hábitos sencillos:

Mantener pensamientos positivos: No significa ignorar los problemas, sino aprender a encontrar soluciones y reconocer las cosas buenas de cada día.

Cuidar nuestro cuerpo: Realizar actividad física de acuerdo con nuestras posibilidades, alimentarnos adecuadamente y descansar lo suficiente.

Expresar nuestros sentimientos: No guardar las preocupaciones. Conversar con familiares, amistades o profesionales cuando lo necesitemos.

Mantenernos activos: Participar en actividades recreativas, culturales, religiosas o comunitarias, según nuestros intereses.

Fortalecer los vínculos familiares: Compartir experiencias, contar historias y disfrutar del tiempo con nuestros seres queridos.

Dedicar tiempo a nosotros mismos: Escuchar nuestra música favorita, cuidar nuestras plantas, leer o realizar aquello que nos produce alegría.

Pedir ayuda cuando sea necesario: La tristeza persistente, la ansiedad y el aislamiento no deben considerarse consecuencias inevitables de la edad. Merecen atención y acompañamiento.

Reflexión final: ¡Nuestra vida sigue teniendo un propósito!

Querido adulto mayor, nunca olvides que eres una persona valiosa. Tu edad no disminuye tu importancia, tus capacidades ni el derecho que tienes a ser feliz. Has vivido muchas experiencias, has superado dificultades y seguramente tienes innumerables historias que compartir.

No permitas que los años te hagan pensar que ya no puedes hacer nada nuevo. Todavía puedes reír, aprender, enseñar, compartir, hacer amistades y disfrutar de momentos maravillosos.

Si hoy sientes tristeza, recuerda que no tienes que enfrentarla en silencio. Si sientes soledad, busca compañía. Si tienes un sueño pendiente, piensa qué pequeño paso puedes dar para acercarte a él.

La felicidad no tiene edad y el bienestar emocional no tiene fecha de vencimiento.

¡Envejecer es un privilegio, vivir con alegría es una decisión que podemos cultivar cada día y sentirnos amados y respetados es un derecho que nunca debemos perder!

Mensaje para recordar:

No cuentes los años que han pasado; valora las experiencias que has vivido, las personas que has amado y las oportunidades que todavía tienes para sonreír. Mientras haya vida, siempre habrá motivos para aprender, compartir y ser feliz.

“La lectura fortalece el pensamiento y el carácter”

Yurimaguas: Delincuentes ingresan a robar a Parroquia de Pampa Chica y se llevan hasta un cáliz

El menor permaneció aproximadamente 12 horas con el objeto alojado en el esófago. La intervención médica permitió extraerlo y evitar posibles complicaciones.

La delincuencia no respeta ni los espacios religiosos. La parroquia San Gabriel de la Dolorosa, ubicada en el sector Pampa Chica, fue víctima de un robo la noche del martes 24 de noviembre. Los responsables ingresaron al templo trepando una de sus paredes y sustrajeron diversos bienes utilizados en las actividades religiosas.

La denuncia fue dada a conocer por Ángel Dávila Ruiz, encargado del recinto religioso, quien informó que entre los objetos robados figuran una guitarra eléctrica, un micrófono inalámbrico, un bombo, un cáliz y varios focos.

El hecho ha generado preocupación entre quienes frecuentan la parroquia, debido a que los delincuentes no solo se llevaron instrumentos musicales y equipos de uso litúrgico, sino también implementos necesarios para el desarrollo de las celebraciones religiosas.

El robo representa un perjuicio para la comunidad católica de Pampa Chica, que utiliza estos bienes para sus actividades de fe y encuentro comunitario.

Se espera que las autoridades correspondientes investiguen lo ocurrido y puedan identificar a los responsables, así como recuperar los objetos sustraídos.

La comunidad religiosa pide que este hecho no quede impune y que se refuerce la seguridad en el sector. Limber Tapullima Patow)



Sujeto intentó ingresar droga por la pared del penal Sananguillo

Un sujeto aun no identificado intentó lanzar por la pared hacia el interior del penal Sananguillo de la Banda de Shilcayo una bolsa que contenía casi medio kilo de marihuana en cuyo paquete también había un USB, al ver ello los custodios del INPE de los torreones hicieron disparos, por ende, la persona logró escapar. Según el parte del incidente realizado por el personal del INPE, el pasado lunes 23 de noviembre aproximadamente a las 12:50 pm, una persona desconocida, logró ingresar por la parte externa del penal Sananguillo, para intentar lanzar al interior del pabellón 3, alero A, un paquete con algo en su interior, sin lograr su objetivo, porque el personal de los torreones realizó disparos, logrando hacer huir a la mencionada persona. Se pudo ver que el sujeto era de contextura gruesa y de aproximadamente 30 años, mientras que el citado paquete cayó en la pista, lo que inmediatamente generó el resguardo de los agentes del INPE, quienes también dieron a aviso ante la fiscalía de la Banda de Shilcayo para recoger el paquete, que al ser abierto se encontró en su interior 2 bolas de sustancia alucinógena al parecer marihuana, y también un USB. El incidente viene siendo materia de investigación ya que no se puede aun determinar para que interno del penal iba dirigido el paquete con la droga y el dispositivo electrónico, que clase de información existe allí o que se iba a grabar algún dato del interior del penal u otros pormenores, que por cierto lo tendrá en cuenta el ministerio público para concluir el proceso. Según se conoció, un evento como este vuelve a ocurrir después de 15 días, tanto que se logró detener a una persona de sexo femenino que estaba entrando como visita, pero entre sus partes íntimas llevaba droga, en el acto fue procesada e internada en el mismo penal a donde intentó ingresar el estupefaciente.



“La educación ilumina el camino de las nuevas generaciones”

Verónika Mendoza en CADE 2026: “El Cusco paga la energía más cara del país” a pesar de tener el gas de Camisea

La gobernadora electa de Cusco señaló que falta un plan regional conjunto entre autoridades, comunidades y empresarios, a la par que sigue en trámite la posible adenda de Cálidda para siete regiones y se impulsa la reactivación del SITGAS.

Durante su intervención en CADE Ejecutivos 2026, la gobernadora electa de Cusco, Verónika Mendoza, destacó la riqueza de su región, gas, minerales, biodiversidad y legado histórico, pero advirtió que ese potencial contrasta con problemas graves, como que “el Cusco paga la energía más cara del país” aun cuando “40% es la energía eléctrica que se produce en el país, gracias al gas de Camisea” que sale de su territorio.

En esa misma línea, detalló las carencias que enfrenta la región, señaló que “42.8% es el nivel de anemia en nuestra región” y agregó que los jóvenes de provincias, si quieren estudiar educación superior, no tienen otra opción que irse de su lugar de origen.

A ello sumó el estado de la infraestructura sanitaria, al advertir que en centros de salud de la región “el techo se está cayendo” y las puertas y ventanas están “carcomidas por las polillas”.

Gas de Camisea y adenda con Cálidda

En declaraciones posteriores en CADE 2026, Mendoza cuestionó que, tras más de dos décadas de explotación del gas de Camisea, las familias cusqueñas sigan sin un beneficio. “Necesitamos la masificación ya, pero tampoco podemos aceptar migajas”.

En esa línea, planteó que la masificación real exige llevar el gas por ductos a Cusco y a la Macrosur, no solo para viviendas o transporte, sino también para impulsar el desarrollo industrial.

Además, señaló que existen promesas reiteradas y licitaciones caídas que generan desconfianza. Por eso pidió a las autoridades nacionales “garantías, plazos, presupuestos, sanciones, si es que no hay cumplimiento”.

Sobre la adenda con Cálidda, señaló que se debe avanzar y llevar el gas en camiones desde la costa central a la par de los ductos, pero cuestionó que la propuesta contemple solo 30.000 viviendas en Cusco y un alcance aún menor en las zonas productoras.

“Creemos que ofrecernos, por ejemplo, 800 conexiones para Quillabamba en 10 años es prácticamente, perdónenme, una falta de respeto”.



Recordó que una licitación de 2024 con Bonogás del FISE buscaba “en un año cubrir a mil familias en Quillabamba”. Frente a esa comparación, reiteró que la oferta actual suena a “migajas y a falta de respeto”.

Por ello, pidió que “no se firme esta adenda como está” y planteó no imponerla “a rajatabla” ni generar conflicto social, sino abrir una mesa de diálogo y una mesa técnica con transparencia, contando con las nuevas autoridades regionales que entrarán en funciones.

Banco Mundial advierte que Perú tiene 70.000 proyectos de inversión pública detenidos y necesita más de 10 años para terminarlos



El saldo pendiente de ejecución de esta cartera asciende a S/654.000 millones, equivalente al 60% del PBI. Antonio Cusato, economista del Banco Mundial para Perú alerta que el país ha multiplicado la creación de proyectos sin garantizar su capacidad para financiarlos y culminarlos.

Perú acumula alrededor de 70.000 proyectos de inversión pública detenidos o paralizados, una cifra que refleja las dificultades del Estado para convertir sus presupuestos en obras terminadas. El problema no solo está en la ejecución, sino también en la forma en que se aprueban y se incorporan nuevas iniciativas al sistema, según advirtió Antonio Cusato, economista del Banco Mundial para Perú.

En el marco de CADE Ejecutivos 2026, el economista explicó que el saldo pendiente de ejecución de esta cartera asciende a S/654.000 millones, equivalente al 60% del producto bruto interno (PBI) y a más de diez años de inversión pública. Es decir, si el Estado dejara de iniciar nuevos proyectos y destinara sus presupuestos a culminar los pendientes, necesitaría más de una década para cerrar esa cartera.

“El sistema, por sí mismo, ha creado una gran cantidad de proyectos que quizás nunca debieron existir, nunca debieron comenzar a tener una vida y que, en su mayoría, han quedado detenidos, paralizados o abandonados”, advirtió Cusato.

El economista explicó que, a principios de 2026, existían alrededor de 140.000 proyectos activos en el sistema, de los cuales aproximadamente la mitad estaba detenida o paralizada. Perú crea cada vez más proyectos, pero su ejecución pierde fuerza

Una de las causas identificadas por el Banco Mundial está en el crecimiento de la cantidad de proyectos que ingresan al sistema de inversión pública, especialmente después de las reformas que flexibilizaron sus requisitos de aprobación.

De acuerdo con Cusato, antes de 2012 se creaban alrededor de 20.000 proyectos al año. Desde ese periodo, la cifra aumentó hasta unos 30.000 anuales, un incremento de 50%.

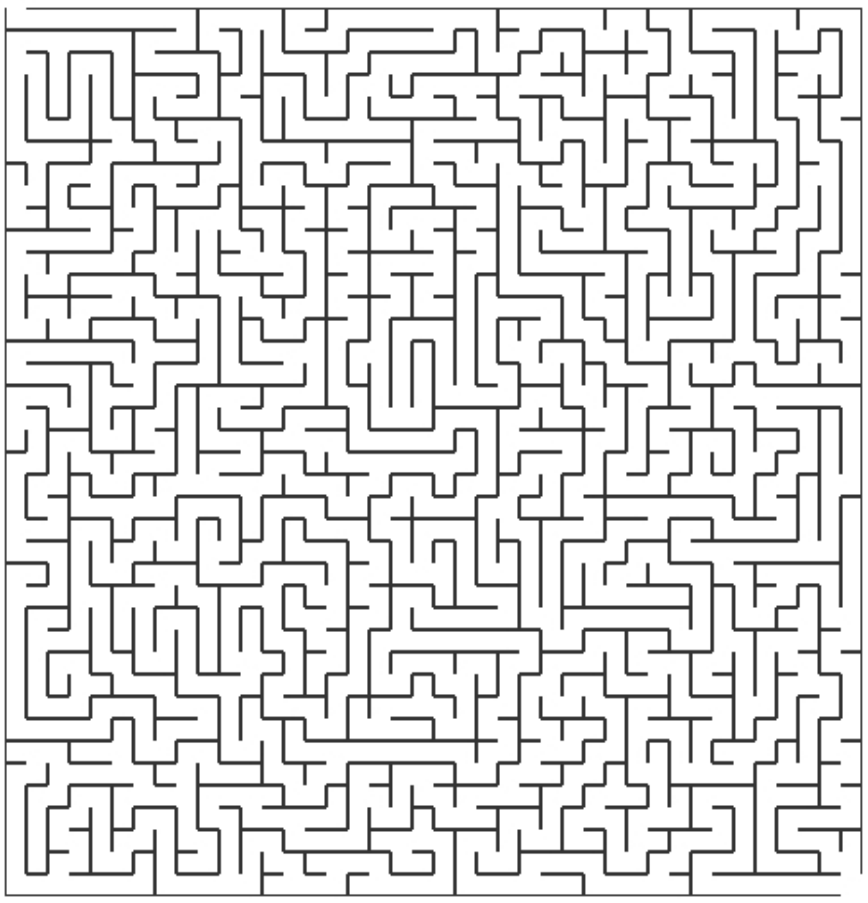
Este crecimiento coincidió con una caída en el avance promedio de las inversiones. Los proyectos que comenzaron a ejecutarse entre 2008 y 2011 alcanzaban, en promedio, un 80% de avance financiero cuatro años después. Posteriormente, el indicador cayó hasta alrededor del 65%.

“Hubo una sobrecarga de proyectos”, explicó Cusato, al señalar que el sistema permitió incrementar las iniciativas sin asegurar que todas pudieran avanzar adecuadamente.

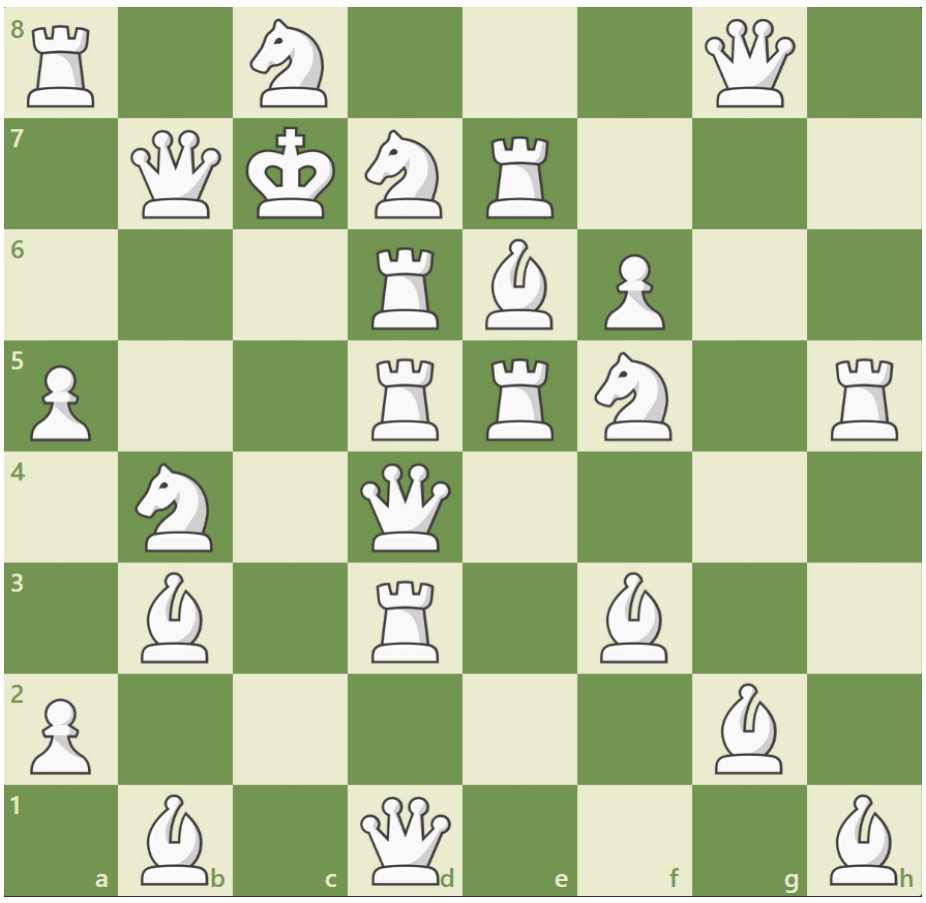
El Banco Mundial también identificó los efectos de la flexibilización del antiguo Sistema Nacional de Inversión Pública (SNIP). En 2011, una reforma eliminó la etapa de prefactibilidad para determinados proyectos de entre S/6 millones y S/10 millones, con el objetivo de acelerar su aprobación y reducir costos.

“El conocimiento abre puertas que nada más puede

Laberinto



Ajedrez



Unir puntos



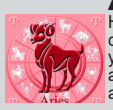
Sudoku

El objetivo es rellenar una cuadrícula de 9×9 celdas dividida en subcuadrículas de 3×3 con las cifras del 1 al 9 partiendo de algunos números ya dispuestos en algunas de las celdas

9	6			3				7
2		7	6		8		4	
			2					3
					9	3	5	4
		1					6	
		8			7			
1				5		9		
		3			4	1	8	
5								2

POR: Lily HORÓSCOPO DE HOY

Aries



Hay días en que tus problemas parecen caer todos de golpe, al mismo tiempo y te encuentras metido en el caos. Aun así, cuentas con buenos amigos, y su apoyo se notará muchísimo.

Tauro



Hoy te esperan momentos deliciosos para vivir. La ligereza entra en tu vida. Esa paz interior que te atrapa te dará aplomo y vitalidad, de forma duradera. Y el descanso te sienta todavía mejor.

Géminis



Tus relaciones con tu entorno te traen bonitas satisfacciones. Los intercambios son muy positivos y te ponen bálsamo en el corazón. Gracias a esa energía tan buena, trabajas como te da la gana. Todo va de maravilla.

Cáncer



Lo verás más claro si te encuentras ante una elección. Un elemento nuevo te ayudará a hacer balance. Y si hoy estás en familia, tendrás la oportunidad de reforzar vuestra complicidad.

Leo



Se notará la profundidad de tus convicciones y se contagiará. Suéltate sin falsa vergüenza y deja que los mensajes fluyan. Cuida la calidad de tu sueño y vuelve a evaluar tu alimentación: ajústala a lo que de verdad necesitas.

Virgo



Hoy verás la vida en varias dimensiones. Tu libre expresión abre puertas a perspectivas nuevas. Tu forma pide algunos mimos. Y si vas a hacer un esfuerzo brutal, toma precauciones.

Libra



Por instinto, sabrás llevar tus conversaciones con soltura y suavidad, justo donde tú quieres. Es el momento de soltar tus planes, decir lo que deseas y hacerte entender más allá de tus contradicciones.

Escorpio



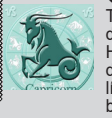
La carrera que se arremolina a tu alrededor te mareará... Tómate un momento para volver a centrarte con calma. Necesitas protegerte del alboroto que te rodea para recuperar tu aplomo.

Sagitario



Serás menos emotivo de lo habitual. Te vuelves peligrosamente eficaz para cortar ciertas situaciones: aprovéchalo. Te conviene vigilar la calidad de tu sueño y hacer algunas actividades relajantes para ahuyentar las tensiones.

Capricornio



Tus energías psíquicas suben y te dan un empujón con muy buena pinta. Haz que tu gente también lo note. Hay demasiado estrés a tu alrededor; tus límites reales ya están ahí. Primero busca calma y descanso por dentro.

Acuario



Te costará que te empujen a hacer cualquier cosa, porque te apetece disfrutar de la vida. La falta de sueño empieza a notarse: tu cuerpo te lanza algunas señales. Piensa en cuidarte.

Piscis



Vas a atraer envidias por tu seguridad, y eso puede meterte en algún que otro quiproquó. Los golpes de corazón inesperados y los impulsos frenéticos te dejan hecho polvo: modera tu entusiasmo, pero sin perder el ritmo de tus ganas.

Diario HOY

Puedes ver esta página en nuestro diario digital ingresando a este QR.

"El único modo de hacer un gran trabajo es amar lo que haces"







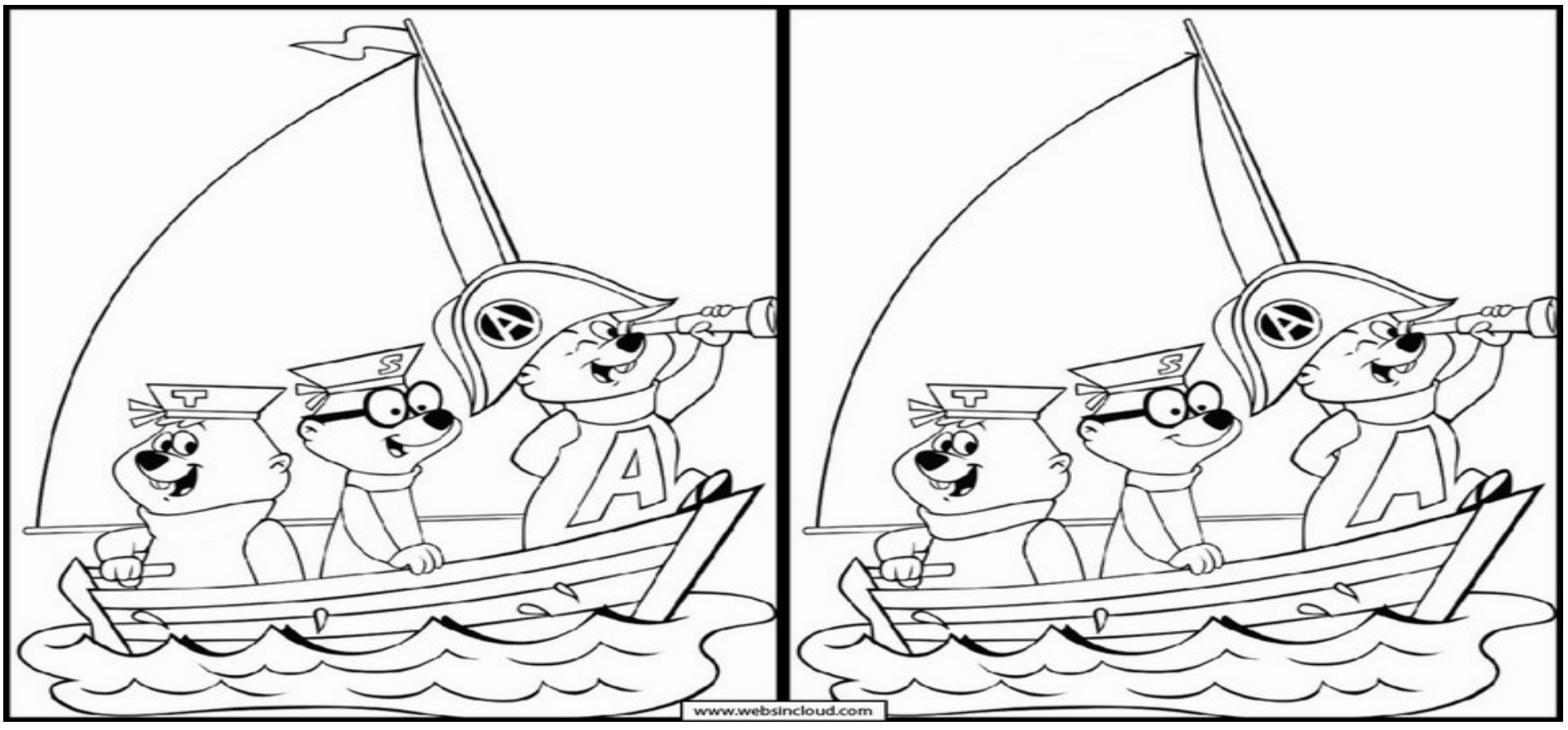
"Cada niño educado es una esperanza cumplida"

Emociones

Alegría	Amor	Ansiedad	Calma
Celos	Confusión	Culpa	Curiosidad
Desesperación	Diversión	Emoción	Enojo
Entusiasmo	Esperanza	Felicidad	Frustración
Gratitud	Impaciencia	Indiferencia	Interés
Miedo	Nostalgia	Orgullo	Paz
Satisfacción	Soledad	Sorpresa	Timidez
Tristeza	Vergüenza		

R	E	S	P	L	D	A	D	I	C	I	L	E	F	G	R	S	M	E	O	N	T	G	P	R	U	L	D	I	S
T	F	E	S	L	R	V	C	G	P	I	U	S	N	R	M	W	A	A	A	M	L	A	C	U	N	I	E	S	O
T	Z	R	N	U	A	E	C	O	D	I	V	E	R	S	I	O	N	T	E	S	Z	T	L	I	A	O	P	F	L
E	F	I	G	B	R	R	A	I	N	L	U	G	N	T	E	R	O	I	I	O	P	Z	L	H	E	A	I	R	E
C	U	M	S	L	E	G	O	O	P	F	R	S	A	M	R	O	G	I	H	S	L	L	C	S	E	C	O	U	C
U	A	P	M	G	A	U	T	J	C	U	U	I	O	A	D	I	N	R	M	E	F	L	F	U	T	O	Y	S	R
R	U	A	L	S	Z	E	A	O	E	Z	I	S	C	N	D	A	S	S	A	A	I	A	U	O	L	R	N	T	E
I	S	C	I	T	N	N	O	N	N	Z	N	P	I	A	T	O	D	T	S	T	R	M	C	G	G	P	I	R	A
O	O	I	S	B	A	Z	G	E	M	A	D	I	S	O	R	L	M	E	E	T	I	E	U	C	R	G	A	A	A
S	N	E	N	R	R	A	O	I	T	C	I	S	O	N	N	P	E	S	I	Z	Z	T	R	C	I	O	O	C	S
I	O	N	A	H	E	D	E	L	O	A	F	S	R	I	M	R	T	L	A	S	A	S	U	E	W	O	A	I	N
D	I	C	R	G	P	I	F	E	B	A	E	E	P	T	R	O	I	D	N	I	N	A	D	D	M	E	N	O	C
A	C	I	D	I	S	O	T	H	I	S	R	R	R	J	U	O	M	R	A	N	S	A	D	L	P	G	W	N	S
D	O	A	A	N	E	O	O	R	E	I	E	E	E	M	S	R	I	D	O	E	D	U	K	A	H	I	D	E	P
M	M	S	H	I	D	G	G	P	E	T	N	T	S	N	O	A	D	I	C	E	A	E	T	S	M	D	L	T	R
P	E	E	D	E	N	E	I	J	C	T	C	N	A	A	F	O	E	D	L	R	Z	M	I	N	A	E	H	R	S
T	U	I	I	N	L	O	R	G	M	L	I	I	C	F	S	N	Z	O	R	T	O	I	O	Z	E	E	M	H	S
I	T	M	P	A	K	E	L	S	N	O	A	K	C	M	G	I	S	T	S	E	R	O	A	R	I	S	C	T	D
V	A	S	N	O	I	C	A	R	E	P	S	E	S	E	D	C	O	I	R	N	E	M	D	C	A	P	E	O	S
N	T	D	E	I	S	O	U	A	N	F	C	Z	I	D	S	R	M	N	O	S	T	A	L	G	I	A	A	N	E

Encuentra las diferencias



La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo

Cuatro peruanos jugaron en la élite europea durante 20 años, hoy ninguno está cerca de repetirlo

Pizarro ganó seis Bundesligas, Guerrero fue leyenda en Hamburgo y Vargas valió 20 millones en la Fiorentina. Hoy el mejor destino europeo disponible es Dinamarca



Durante años, Claudio Pizarro, Jefferson Farfán, Paolo Guerrero y Juan Manuel Vargas representaron el punto más alto de la presencia peruana en el exterior. Pizarro acumuló 490 partidos y 197 goles en 20 temporadas de Bundesliga, conquistó seis ligas alemanas y levantó la Champions League de 2013 con el Bayern Múnich. Farfán sumó 170 encuentros y 39 tantos en la liga alemana con el Schalke 04, además de disputar 60 partidos en la Champions League, donde marcó dos goles en cuartos de final ante el Valencia en 2011. Guerrero jugó en el Bayern y brilló en el Hamburgo entre 2006 y 2012, firmando 183 partidos y 51 goles en este último club, con un total de 161 apariciones y 47 tantos en la Bundesliga entre ambos equipos.

A este grupo se sumó Vargas, cuyo recorrido en Italia incluyó al Catania, la Fiorentina y el Génova, además de un paso por el Real Betis en LaLiga. Con la Fiorentina disputó la Champions League 2009-10, anotó en una final de Copa Italia y alcanzó una cotización de 20 millones de euros según Transfermarkt, la más alta registrada para un futbolista peruano.

El giro hacia ligas secundarias y el caso Grimaldo

El texto señala que la pérdida de peso en la élite europea ha sido progresiva. Renato Tapia dejó LaLiga española tras su etapa en el Leganés para fichar como agente libre en julio de 2025 por el Al Wasl de los Emiratos Árabes Unidos, donde a los 31 años tiene minutos irregulares en la UAE Pro League y participa en la AFC Champions League Elite.

El ejemplo más ilustrativo del estancamiento es Joao Grimaldo. Tras destacar en Letonia con el Riga FC y llegar al Sparta Praga con grandes expectativas, el extremo de 23 años no ha disputado minutos con el primer equipo en la temporada 2026-27 y fue relegado al filial de la Tercera División checa luego de la destitución del cuerpo técnico que lo apoyaba. Según el artículo, el Necaxa de México —dirigido por Juan Reynoso— evalúa sumarlo.

Pocas excepciones y un mapa disperso

Aunque Marcos López es titular en el FC Copenhague en la Conference League 2026-27 y Oliver Sonne juega en el Championship inglés con el Burnley, el artículo subraya que ninguno integra hoy las cinco grandes ligas europeas. El panorama se completa con futbolistas peruanos en destinos de menor exposición competitiva, como Adrián Ugarriza en Israel, Jesús Castillo en Túnez, Sebastián La Torre en Grecia y Renato Espinosa en Rumania, reflejando una brecha profunda frente a la etapa de mayor influencia internacional.

Daniella Borda se cuelga la medalla de bronce en skeet femenino en el XV Campeonato de Tiro de las Américas 2026

En el Polígono de la Base Aérea de Las Palmas, la deportista nacional se subió al podio de la competencia tras registrar un puntaje de 29 unidades



La peruana Daniella Borda consiguió la medalla de bronce en la final de skeet femenino del XV Campeonato de Tiro de las Américas CAT Lima 2026. La competencia se disputó este miércoles 25 de noviembre en el Polígono de Tiro de la Base Aérea Las Palmas, donde la representante nacional alcanzó 29 platos y aseguró un lugar en el podio continental.

La tiradora nacional comenzó la definición con una actuación sin fallos en sus primeros 12 disparos. Ese registro le permitió mantenerse entre las principales competidoras de una final exigente, en la que los márgenes fueron reducidos desde el inicio. Borda sostuvo su rendimiento hasta la ronda de eliminación previa al duelo por el oro y la plata, con lo que confirmó su lugar entre tres.

El primer puesto fue para la estadounidense Samantha Simonton, quien logró la presea dorada luego de imponerse en el desempate a su compatriota Kimberly Rhode. Ambas cerraron la prueba con 33 aciertos, por lo que debieron resolver el título en un shoot-off. Simonton ganó esa instancia por 4-3 y obtuvo además el cupo olímpico disponible para Estados Unidos rumbo a Los Ángeles 2028.

La competencia de skeet consiste en acertar a platos que salen desde dos casetas ubicadas en extremos opuestos del campo. La final exige mantener precisión bajo una dinámica de eliminaciones progresivas, por lo que cada error puede alterar la clasificación. Borda respondió en una jornada de alto nivel y sumó una nueva medalla para el Perú en el certamen que reúne a exponentes del continente.

El XV Campeonato de Tiro de las Américas tiene una importancia especial dentro del calendario deportivo, debido a que reparte plazas para los Juegos Panamericanos Lima 2027 y 12 cupos para los Juegos Olímpicos de Los Ángeles 2028. En skeet femenino, solo la ganadora accedía a la cuota directa, por lo que la peruana deberá buscar nuevas rutas clasificatorias en los próximos torneos internacionales.

Las chances de Borda de llegar a Los Ángeles 2028

A pesar de no haber obtenido el cupo en Las Palmas, Daniella Borda mantiene abiertas sus posibilidades de volver a una cita olímpica. El periodo de clasificación para Los Ángeles 2028 comenzó en 2026 y finalizará el 1 de mayo de 2028. El sistema contempla diversas competencias internacionales en las que las deportistas pueden obtener cuotas para sus comités olímpicos nacionales.

Una de las principales oportunidades será en los Juegos Panamericanos Lima 2027. La capital peruana volverá a recibir a los mejores exponentes de la región y la prueba de skeet femenino otorgará dos plazas olímpicas. Borda ya conoce el camino en este tipo de eventos: en Santiago 2023 ganó el bronce y, con ese resultado, consiguió su boleto a París.

El calendario también incluye el Campeonato Mundial de Escopeta de la Federación Internacional de Tiro Deportivo (ISSF), previsto para 2027 en El Cairo, Egipto. Esa competencia repartirá tres cupos por cada prueba individual de trap y skeet. A ello se suman las Copas del Mundo de Escopeta programadas en Acapulco, Lonato y Hangzhou, que concederán una plaza por modalidad.

En 2028 se celebrará una nueva edición del Campeonato de las Américas, que entregará un cupo por cada prueba individual. Borda también podría acceder mediante el Ranking Olímpico Mundial, cuya publicación está prevista para el 1 de mayo de 2028. Esta vía asignará una cuota en cada disciplina a la atleta mejor ubicada que aún no haya clasificado, bajo criterios definidos por la ISSF.

Para ingresar a Los Ángeles 2028, las deportistas también deben cumplir con una marca mínima de clasificación. En skeet femenino, el puntaje exigido es de 106 en una ronda eliminatoria o clasificatoria de los torneos habilitados. La actuación de Borda en Lima le permitió sumar experiencia ante rivales de élite y mantener su carrera olímpica vigente.

“Un libro abierto, una mente en crecimiento”

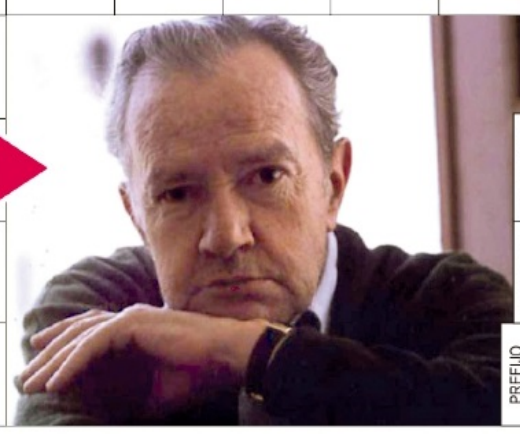














La educación es el movimiento de la oscuridad a la luz

ILUSTRE COLEGIO DE ABOGADOS DEL CALLAO

LISTA 1

ISABEL PEÑA
DECANA
2027 - 2028

ALBERTO BAUTISTA
DIRECTIVO

Por un Colegio de Abogados del Callao más Ecoeficiente

La Lista 1 propone una gestión ecoeficiente, implementando mecanismos que hagan del Colegio de Abogados del Callao el *más ecoeficiente* del Perú.

- Reduciremos el uso de agua.
- Disminuiremos el uso de papel.
- Optimizaremos el consumo de energía.
- Mejoraremos la gestión de residuos sólidos, aplicando la economía circular.
- Impulsaremos la reutilización del agua en nuestras instalaciones.



Una gestión responsable y moderna, que no afectará el buen desempeño institucional, contribuirá a la lucha contra el cambio climático y promoverá una mejor gestión ambiental en el país.

¡Lo bueno debe continuar!

ILUSTRE COLEGIO DE ABOGADOS DEL CALLAO

LISTA 1

ISABEL PEÑA
DECANA
2027 - 2028

ALBERTO BAUTISTA
DIRECTIVO

Servicio a la Comunidad en Derecho y Gestión Ambiental

El Colegio de Abogados del Callao, con la Lista 1, pondrá su experiencia jurídica al servicio de las instituciones públicas y de la población, promoviendo una mejor gestión ambiental y el cumplimiento de la normativa vigente.

Para las Instituciones Públicas



- Capacitación especializada en normativa ambiental aplicable a su sector.
- Orientación técnica y legal para una gestión ambiental eficiente y responsable.
- Apoyo en la implementación de obligaciones ambientales, prevención de riesgos y cumplimiento normativo.

Para la Población



- Asesoría y orientación legal frente a problemas ambientales que afecten su salud y calidad de vida.
- Información y sensibilización sobre buenas prácticas ambientales.
- Orientación para evitar infracciones y sanciones por incumplir la legislación ambiental.

Comprometidos con una gestión ambiental responsable, una ciudadanía informada y un Callao más saludable y sostenible.

¡Lo bueno debe continuar!

Diario

HOY