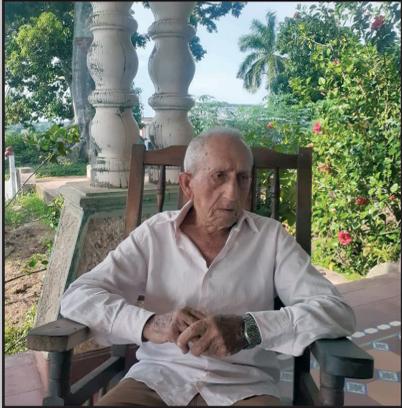


## De Campo Hermoso para la Revolución



VARIADOS **4**

## Un espejo para las nuevas generaciones



VARIADOS **5**

## Que no nos cubra la basura



ESPECIAL **8**

## Viva Palestina libre, reclamo de jóvenes pinareños



Foto: Rafael Fernández Rosell

"Durante décadas, a Palestina se le ha negado su relato, su memoria y su derecho a existir", aseguró el joven doctor José Alejandro Jiménez Ramos, trabajador del hospital provincial Abel Santamaría Cuadrado, de Pinar del Río.

"El mundo sabe que Palestina sufre, y ese sufrimiento no es por una catástrofe natural, es el precio que paga un pueblo por su determinación férrea de no ren-

dirse ante el sionismo, es el castigo por negarse a no ceder sus tierras, cultura y dignidad", dijo.

"La historia de Palestina, con sus raíces milenarias, ha sido sistemáticamente borrada, tergiversada y rescrita por los colonizadores que presentan al invasor como víctima, y al resistente como el terrorista", apuntó en el acto de apoyo, en el Instituto Preuniversitario Vocacional de



Ciencias Exactas Federico Engels.

A dos años de la escalada genocida de Israel, jóvenes pinareños alzaron su voz por el fin de la masacre, el derecho a vivir en paz y a un futuro digno para los niños.

Para Melani Martínez Serrano, estudiante de oncenno grado del "Federico Engels", exigir justicia para ese pueblo es cumplir los principios que siempre han guiado a Cuba y los que nos enseñan en esta escuela, formadora de futuros hombres y mujeres de ciencia, una realidad que constituye un sueño para los palestinos que todos los días luchan por la vida, destacó.

Solo en la Franja de Gaza y desde el siete de octubre de 2023, el número de muertos confirmados por la agresión israelí asciende a más de 66 100. **ACN**

## Jornada del Innovador

Desde el primero de octubre y hasta el 30 del propio mes se desarrolla, en la provincia, la Jornada del Innovador. La misma tiene como objetivo fundamental estimular a esos hombres y mujeres que desde la creatividad generan soluciones para los problemas cotidianos en sus distintas áreas de desempeño.

El territorio arriba a este momento con resultados significativos como la entrega de dos premios al Innovador de Mayor Impacto, de 28 concedidos en todo el país. Lo recibieron trabajadores de la Empresa de Telecomunicaciones (Etecsa) y de la Fábrica de Conservas y Vegetales La Conchita.

"Por la labor realizada, también se concederán 15 sellos Ocho de Octubre, la mayoría de ellos serán para inventores vinculados a la industria alimentaria, la producción agropecuaria y a Educación", puntualizó Yudenis Rabeiro Pita, presidenta del Buró Provincial de la Asociación Nacional de Innovadores y Racionalizadores (ANIR).

Además, entregarán la condición Ocho de Octubre de forma individual a 65 com-



pañeros, y otras 16 colectivas, las cuales están concentradas en cinco municipios: Pinar del Río, Los Palacios, Guane, La Palma y Minas de Matambre. "La ausencia de seis territorios habla del mal trabajo en la base e ineficiente estímulo a los innovadores", señaló Rabeiro Pita.

La organización cuenta con 19 400 asociados, enaltecer su labor, el aporte a la vitalidad de tecnologías obsoletas y el ahorro de divisas al país no puede circunscribirse a una jornada, se requiere mayor sistematicidad y especialmente una mejor implementación de la Resolución 38 que respalda el pago por las contribuciones que realizan.

Para la presidenta, una de las mayores insatisfacciones es que este beneficio económico, al que tienen derecho los innovadores, depende de las administraciones, las que no siempre ejecutan los presupuestos asignados para este fin, lo cual desestimula a quienes hacen derroche de ingenio, capacidad y habilidades para crear soluciones a la medida de los problemas.

Destacó que en la industria alimentaria hay muy buenos ejemplos y también de los peores, "como es el caso de la Torrefactora, mientras que Salud, dentro del sector presupuestado, es un mal referente, revertir este escenario no admite dilación", puntualiza Rabeiro Pita, porque el país más que nunca necesita de la ciencia y la innovación.

Para el cierre de la jornada tienen prevista una exposición en áreas del Parque de la Independencia, concebida de conjunto con la Delegación Territorial del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (Citma), y a la cual concurrirán todos los municipios.

Yolanda Molina Pérez

## La nave verde no estabiliza

Al cierre de esta edición, los vegueros de Pinar celebraban su tercer compromiso ante los elefantes de Cienfuegos, después de caer en dos ocasiones en el "Cinco de Septiembre" de la Perla del Sur.

El martes cayeron dos por una, en un partido que fue detenido en el sexto episodio. La derrota fue a la cuenta de

Gabriel Cantero, quien no contó con el respaldo ofensivo de su equipo.

Un día después, la tropa de Alex Urquiola volvió a ceder cinco por cuatro, con el segundo batazo vuelta completa de Luis Pablo Acosta. Yosvany Martínez cargó con el revés en un partido en el que, increíblemente, fue expulsado

Alexei Ramírez por Yanet Moreno, solo por el hecho de tirar el casco en expresión de inconformidad por su propio desempeño.

Hoy será día de descanso. Sábado y domingo, ambos equipos se volverán a medir en la misma institución y en los horarios habituales.

## Crece, una alternativa para emprendedores

En la sede del Centro de Gestión Estratégica para el Desarrollo Local (Gedel), en Pinar del Río, se realizó el lanzamiento del producto Crece, microcréditos para emprendimientos.

La iniciativa es fruto del actuar conjunto entre el Banco Central de Cuba, las administraciones locales, el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) y el Banco Popular de Ahorro (BPA), con la asistencia técnica de las Cajas de Ahorro Alemanas.

En la presentación, Calix González Chill, coordinador de objetivos y programas para la economía en el Gobierno Provincial, señaló que la experiencia se implementó en Bayamo, luego en Santa Clara, y serán los emprendedores del municipio cabecera los terceros en acceder a esta posibilidad en el país.

Se otorga un crédito inicial que va desde 35 000 hasta 120 000 pesos, y de acuerdo con el cumplimiento de los pagos a ejecutar en cuatro meses, se otorga la posibilidad de incrementarse progresivamente hasta más de 600 000 y, como peculiaridad, los gestores visitarán a los beneficiarios en sus sedes, quienes asistirán a la institución solo para la firma del contrato.

Todos los Trabajadores por Cuenta Propia (TCP) y empresarios privados que tengan más de seis meses de operaciones de sus negocios, y estén interesados, pueden dirigirse a la sucursal bancaria 1532, sita en avenida Martí, número 113, donde radica la Unidad de Negocios Microcréditos, contactar por el correo electrónico crece@a1532.pr.bpa.cu o por los teléfonos 48752253 y 48755202.

La concesión de este financiamiento se incluye dentro del programa Mi Emprendi-

miento, auspiciado por el PNUD, el Ministerio de Economía y Planificación (MEP) y el apoyo de la Agencia Sueca de Cooperación Internacional para el Desarrollo (ASDI).

Marina Torres, vicepresidenta nacional de BPA, resaltó que la representación de esa institución financiera en la provincia destaca a nivel de país por sus resultados, lo que fue un elemento de peso a la hora de elegir el territorio para ampliar la experiencia piloto hacia la zona occidental.

Entre las ventajas destaca que la documentación es mucho más sencilla y el trámite más expedito que el habilitado actualmente para conceder créditos a emprendedores.

“La colaboración de los organismos internacionales fue esencial para la concepción de la metodología”, resaltó Yeny Paretas Díaz, directora nacional de atención a las

formas de gestión no estatal en el BPA, asimismo, enfatizó que esperan que contribuya a elevar la cultura financiera de quienes operan en este sector, dado el intercambio directo con los gestores.

La rapidez concede acceso de manera oportuna a financiamiento, algo que señaló como una debilidad para los actores privados en el contexto actual de la economía cubana, marcada por la falta de mercados estables para la compra de materias primas e insumos.

Acotó que la iniciativa responde a estudios realizados sobre las necesidades para el desarrollo de esas formas de gestión y que, desde su implementación en Bayamo, en enero del presente año, ya otorgaron 75 microcréditos, y varios clientes repitieron, lo cual demuestra la efectividad de los mismos.



Lanzan en Pinar del Río producto Crece, microcréditos para emprendimientos, que otorgará el Banco Popular de Ahorro (BPA). Foto de Pedro Paredes Hernández

“Las tasas de intereses son bajas, pero suficientes para que ya sea rentable para la institución”, precisó la funcionaria, y añadió que la metodología es única para todo el país, pero cada provincia tiene sus peculiaridades según las características y tendencias de la actividad no estatal.

Por el momento, solo tres municipios cuentan con esta opción, pero la perspectiva es incrementar el servicio gradualmente a otros territorios.

Al lanzamiento de Crece, en Pinar del Río, asistió una amplia representación de emprendedores, lo que confirma el interés en esta forma de financiamiento; se firmaron los siete primeros contratos y otros expresaron el deseo de concertación inmediata.

Felipe Ponce Ceballos, presidente de la Asociación Nacional de Economistas y Contadores de Cuba (Anec) en la provincia, calificó a Crece como una alternativa magnífica para el sector no estatal, a la vez, afirmó que desde la organización, de conjunto con la Universidad Hermanos Saiz Montes de Oca, están en condiciones de brindar asesoramiento a quienes lo requieran.

El acceso a los microcréditos no está condicionado por la actividad que se realice, y entre sus objetivos está respaldar el empoderamiento de mujeres y jóvenes, la producción de alimentos o actividades vinculadas al cuidado de personas y grupos en situación de vulnerabilidad.

Financiar capital de trabajo: compra de materias primas, insumos, herramientas, equipos menores, pago de salarios o servicios a proveedores, y cubrir desajustes temporales entre los ingresos y egresos del negocio son algunas de los destinos posibles para estos préstamos.

Yolanda Molina Pérez

## Obtuvo pinareño Premio al Innovador de Mayor Impacto

Con el trabajo Adaptaciones en sistemas de clima y soluciones para averías en grupos electrógenos, el ingeniero Lázaro Izaguirre Alfonso, de la Empresa de Telecomunicaciones (Etecsa) en Pinar del Río, obtuvo el Premio al Innovador de Mayor Impacto Económico y/o Social, otorgado por la Asociación Nacional de Innovadores y Racionalizadores, en su vigésima tercera edición.

El aporte de Izaguirre, que permitió el ahorro de más de ocho millones de pesos, consiste en un conjunto de soluciones a averías y adaptaciones en sistemas de clima y grupos electrógenos.

Según nos informó Luisa María Hernández, especialista que atiende ciencia técnica e innovación en la Dirección Te-

ritorial, la investigación destaca por su impacto directo en la eficiencia operativa, el ahorro de recursos y la sustitución de importaciones.

“Las inventivas reflejan la creatividad, el ingenio y la dedicación de Izaguirre, quien con su labor diaria contribuye al desarrollo sostenible de la Empresa”, declaró la funcionaria.

Entre más de una decena de soluciones, citar algunas que resolvieron como las averías de grupos electrógenos de la central de Viñales, en San Diego y en El Moncada; la adaptación al motor unidad exterior a sistema de clima CMT Pinar del Río; la de parada del grupo electrógeno del cable coaxial y la gestión energética del grupo de la gerencia.

Informó que la División Territorial obtuvo

en el 2023 el reconocimiento ambiental libre de ozono, otorgado por la Dirección Nacional del Citma, en el que Izaguirre y sus subordinados jugaron un papel fundamental con el cambio de la refrigerante por gas ecológico y la instalación de más de 80 equipos de climatización en tiempo récord.

A Izaguirre Alfonso le fue entregada, junto a sus compañeros de equipo, hace unos meses, la medalla Hazaña Laboral, que otorga el Consejo de Ministros y el secretariado de la Central de Trabajadores de Cuba.

El premiado es el jefe de la Unidad Energética y Clima en la Dirección Territorial, integrada por cinco brigadas, y que tienen entre sus funciones estar “al frente de los grupos electrógenos, porque de-

bido al déficit de energía, la cantidad de interrupciones es bastante alta, y el objetivo nuestro es trabajar para mantener las comunicaciones y que no se afecten”, nos dijo en declaraciones anteriores a Guerrillero, en la edición del 18 de julio de 2025.

“La misión de nosotros es dar mantenimiento a los grupos electrógenos, a los sistemas de energía, clima y a los de protección integral.

“Trabajamos todos los días del año y cada segundo de esta vida, por la cantidad de técnica que tenemos, así como por el déficit de piezas de repuesto, recursos y combustible”, así refirió Izaguirre Alfonso.

Ana María Sabat González



Por: Idalma Menéndez Febles

**Te estoy tejiendo un par de alas, sé que te irás cuando termine... pero no soporto verte sin volar**

Andrés Castuera- Micher

**DE LA RED.** Si pudiera darle un consejo a mi yo más joven, le diría: “Deja de preocuparte tanto por lo que los demás piensan de ti”. No porque su opinión no importe, sino porque no puedes controlar lo que piensan. Puedes ser la persona más amable del mundo, y aun así habrá alguien que no te quiera. Puedes ser la más talentosa, y aun así habrá alguien que no te valore. La única persona que realmente necesita aprobar tu vida, eres tú. Porque al final del día, tú eres quien vive con las decisiones que tomas.

**DE LA FARÁNDULA.** Dakota Johnson reveló que, después de ganar el Razzie como peor actriz por **Madame Web**, recibió un mensaje muy especial de Sandra Bullock. La protagonista de **50 sombras de Grey** contó que Bullock le dejó una nota de voz dándole su apoyo y hasta bromeó con la idea de organizar un “almuerzo mensual” para las integrantes del “club Razzie”. Recordó también que, en su caso, ganó un Razzie el mismo año en que se llevó un Oscar, demostrando que la carrera de un actor no se define por un premio malo ni por uno bueno, sino por todo lo que construye en el camino.

**SABIÁS QUE.** Una gigantesca estatua de la famosa estrella de Hollywood, Marilyn Monroe, se exhibe en el Pioneer Court de la avenida Michigan de Chicago, Estados Unidos. De ocho metros de alto y con un peso de 15 400 kilos, los materiales utilizados para su construcción fueron el aluminio y el acero inoxidable. La obra pertenece al escultor Seward Johnson, fue titulada Por siempre Marilyn (Forever Marilyn) y, en poco tiempo, se ha convertido en un atractivo más de la ciudad de Chicago, ya que todos se acercan para tomarse fotografías.

**LAS MANCHAS DE** la edad, también conocidas como manchas hepáticas o lentigos solares, pueden aparecer en cualquier tipo de piel, pero son más comunes en personas con piel clara. Estas manchas se desarrollan debido a una acumulación de melanina, el pigmento que da color a la piel, en ciertas áreas de la piel. La exposición prolongada a la radiación ultravioleta (UV) del sol estimula la producción de melanina, lo que lleva a la formación de estas manchas. Puedes reconocer las manchas de la edad por: manchas planas y suaves con pigmentación aumentada; usualmente de color marrón claro, marrón oscuro o negro; más comunes en áreas expuestas al sol, como manos, hombros, brazos y rostro.

**PARA REÍR.** El padre de Pepito le pregunta: ¿Por qué pones las manzanas en la ventana? Pues porque hace un frío que pela... Pepito, ¿por qué llevas un calcetín de color verde y otro rojo? Pues no lo sé, pero tengo otro par igual en casa... ¿Dónde cuelga Superman su “súpercapa”? En “superchero”... ¿Cuáles son las tres letras que asustan a los ladrones? T-V-O.

## Sin pedir favores para lo estipulado



Por: Ariel Torres Amador

No es para nada nuevo el tema que propone el escriba para esta semana. Usted, querido amigo lector, seguramente puede dar lecciones del asunto, conferencias, y hasta algún que otro truco a quien pida consejo o ayuda.

Se ha dispuesto sobre este tópico muchas más veces que las que se puedan contar en lo referente a lo legal, de las permisibles o de las concesiones o pases de mano a modo de pañitos calientes, para no ver que todavía persisten fallas, problemas, entredichos y grietas en el sistema.

Sí, es cierto que nos bloquea el gobierno estadounidense, que tenemos escaseces de recursos, que nuestras infraestructuras están de infarto, que nuestras termoeléctricas y situación electroenergéticas mucho peor... pero estos obstáculos no son el todo del arroz con pollo.

Y si hablamos de forma franca, nada de lo anterior retiene que se haga uso o se emplee de forma adecuada una plataforma o gestión contable y monetaria como pasarela de pago para bienes y servicios.

Sí, querido amigo lector, hablo de las reiteradas transferencias entre diferentes actores, de los archiconocidos códigos QR, de los descuentos por el uso de tales sistemas, y de las bondades que los mismos otorgan a quienes usen y faciliten su día a día para con los mismos.

¿Dónde está el problema? Precisamente, en que todavía dista mucho por andar en este camino. Y cuando me refiero a lo transitado hacia la informatización de la sociedad, también lo hago versando sobre lo que dejamos pasar o le hacemos la vista gorda.

De forma personal, no logro comprender cómo aún es permisible que existan vendedores –para encerrar en este vocablo a todos los que expenden mercancías o proveen algún servicio o bien– que no cuenten con las facilidades para que, los clientes finales, podamos acceder a un pago más rápido, beneficioso y seguro.

Por supuesto, usted lo entiende tan bien como yo y no es un secreto. Lo anterior pasa por falta de voluntad gubernamental, carencia de inspectores, corrupción, y por qué no..., también una dosis de permisibilidad nuestra.

Haga un ejercicio simple este fin de semana al salir a acopiar: al momento del pago de viandas, ají cachucha, cebollinos, arroz, ajo y el resto de productos agropecuarios en puestos, quioscos y carretillas, observe cuántos de ellos tienen visible la posibilidad del pago en línea.

O mejor aún, sin darle mucha importancia, así como quien no quiere las cosas, pida de favor que le acepten transferencia –con todas las ventajas asociadas por supuesto –.

Y me detengo en la parte de “pedir de favor”, pues ante lo que está estipulado, regulado, decretado por ley, no deberíamos solicitar asistencia o pedir como quien propone un trato incestuoso o ver-

gonzoso.

Para no absolutizar, –pues siempre hay quien busca la conocida “quinta pata”– puedo entender que en ferias agropecuarias el pago en línea no sea la opción primaria, por lo relativo a la premura y a la complejidad asociada a la masividad. No obstante, el pago en línea debería ser una opción sólida para quien lo solicite, y esto no admite discusión.

Quien suscribe, como usted también debe tenerlas, cuenta con anécdotas terribles e infructuosas con estas pasarelas en tales ferias.

Y quizás lo siguiente pueda levantar más de una roncha, pero en un país como el nuestro, con las carencias y el realismo hipercrítico que padecemos, en el cual la corriente ya es una ilusión, y nuestro dinero físico está casi prisionero en bancos, –por las razones que sean– y quienes nieguen esta posibilidad hoy día, no solo quebrantan su derecho y el mío como consumidores finales, sino que se burlan de las leyes y menosprecian la voluntad política de todo un país.

Los que continúan perpetuando y acentuando el uso de moneda física “constante y sonante” de cara al mostrador, frenan y echan por tierra el desarrollo, el avance hacia la modernización que tanto precisamos, y nos niegan el horizonte irreversible para los tiempos que vivimos.

Bien debemos comprender, querido amigo lector, que ya las justificaciones del tipo “ya recogimos toda la transferencia que podíamos aceptar hoy”, “no me llegan las notificaciones”, “el dueño no me permite usar transfermóvil”, o “si pagas por esa vía debo cobrarte un impuesto” son denunciables y punibles.

A ellos, entonces, habrá que reiterarles que la Resolución 93/2023 del Mincin estipula la obligatoriedad de los que se dedican al comercio de asegurarles a los consumidores el acceso y uso de los canales electrónicos de pago sin impedimento alguno.

Por último, recordar, además, y sin que clasifique como amenaza: que quienes no garanticen tales facilidades, podrán ser objeto de suspensión de su actividad comercial, imposición de multas, cierre de establecimientos y, en casos reiterativos, el decomiso de los instrumentos, equipos, mercancías o efectos que dan lugar a la contravención.

## Canibalismo urbano



Por: Yolanda Molina Pérez

Julia cuenta que el saco de carbón que compró, de un tercio hacia abajo, era partidura; el bombillo recargable que Ana pagó, a precio de termoelectrica, solo dura dos horas; las dos libras de limones adquiridas por Martha, como fuente de vitamina C para los enfermos de casa, no eran tales, apenas una y media.

Cualquiera de nosotros puede hacer una larga lista de ocasiones en las que invirtió dinero para la solución de un problema y fue inútil, ya sea porque el producto no tenía la calidad esperada –en consonancia con la tarifa abonada–, o porque el vendedor le engañó, estafó, timó, robó...

Para algunos, es una forma de sobrevivencia, “la lucha”, no a expensas de batallar, trabajar y esfuerzo personal. Se trata de un combate desigual, con el necesitado como adversario y la escasez como árbitro, sobre el ring, solo da golpes el expendedor.

El primer ataque lo propina un país en el que las carencias son tantas, que cuesta enumerarlas, e incluso, clasificarlas de acuerdo con la urgencia por satisfacer, pero la mayoría son perentorias, otra desventaja para el comprador, que a veces renuncia a buscar más opciones y de forma inmediata, si sus finanzas se lo permiten, compra.

Pero hay más: hoy muchos importan, la manera en que lo hacen y la legalidad del proceso no es el objetivo de estas líneas –su mayor éxito comercial está en adquirir productos baratos y venderlos a precios exorbitantes, no hay un respeto por el margen comercial fijado, entre otras razones, porque ni siquiera disponen de una factura que permita regular y establecer el mismo.

No estoy ajena a que nuestros emprendedores transitan por problemas como: falta de liquidez, no pueden acceder a sus ingresos si se encuentran en el banco en el momento y cantidad deseada; recurren al mercado negro para obtener las divisas que garanticen el reaprovisionamiento; carecen de proveedores constantes, estables y confiables...

Estas dificultades se convierten en cifras para los consumidores, pero no siempre se hacen desde un análisis correcto, ya sea por la cadena de valor o la ficha de costo y, al final, se encuentran las personas con menos ingresos, más limitados en su poder adquisitivo, y si a ello se añade que los bienes o servicios por los que pagan no tienen calidad, entonces es insostenible la situación.

Sin dejar de valorar que quien engaña al cliente no merece tenerlos, y que subsisten esos timadores por un entorno favorable que se genera a partir de la escasez, lo cual es válido tanto para entidades estatales como privadas, pues son males que no distinguen entre modelos de gestión.

La búsqueda de alimentos –o cualquier otro producto– es hoy un desafío, porque al costo hay que sumar estabilidad de las

ofertas y el riesgo potencial de quedar insatisfechos con lo comprado, aunque elijas lo más gravoso, por aquello de que lo barato sale caro.

Una red comercial, del tipo que sea, en la que no prime la relación precio calidad, en la que se vulneren los derechos del cliente, se convierte en una agresión y maltrato.

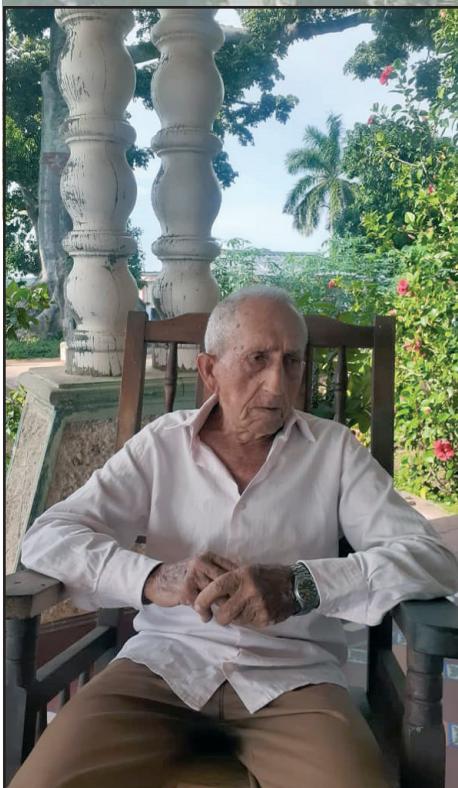
En lo personal no creo que se eliminen tales prácticas solo desde la inspección o supervisión, se requiere empatía y profesionalidad, respeto a los demás y alejarse de la rudimentaria ley de la selva, ya que nos estamos comiendo a nosotros mismos.

Como pueblo de una nación herida, todos llevamos laceraciones abiertas, que van desde el apogón, el cansancio, la insolvencia hasta la desesperanza; ayúdemonos, entonces, unos a otros a salir a flote, y los que están más cerca de la superficie no empujen a los que intentan salir en busca de una bocanada de aire fresco, no sabemos cuál es el punto de quiebre de cada persona, no sea el que provoque el derrame del otro, al contrario.

La sociedad cubana es hoy agresiva, y no se encierra, exclusivamente, en los actos descritos y catalogados como violentos, estamos perdiendo los hábitos que nos diferencian del mundo animal, no basta con llevar el cuerpo cubierto con textiles y manejar un dispositivo digital para considerarnos inteligentes, se requiere entender que salvarnos todos es la verdadera sobrevivencia, dejemos de comportarnos como canibales urbanos, que a fin de cuentas, somos compañeros de viaje.

# De Campo Hermoso para la Revolución

Por Dainarys Campos Montesino  
Fotos de Tania Pérez Mollinedo



Quien haya visitado alguna vez las playas de Bailén o Boca de Galafre, seguramente habrá notado, durante el recorrido, un chalet que sobresale en el municipio de San Juan y Martínez.

En el consejo popular Campo Hermoso se conserva aún esa maravilla de antaño, y en él habitan historias, hazañas y vivencias de uno de los tantos hombres valientes que ha dedicado su vida entera a la Revolución Cubana.

Allí vive Raúl González Brito, un señor de baja estatura y complexión menuda. Sin embargo, quienes lo conocen, saben que es un cubano de talla mayor, de esos que dejaron todo atrás para luchar por las causas justas.

A sus 86 años, no sabe lo que es la jubilación, no está en su naturaleza quedarse inmóvil viendo la vida pasar. Su casa se convierte en puesto de mando en casos de contingencia, pero también es donde, cada tarde, se analizan y tratan de solucionarse las principales dificultades de los lugareños.

## UN SANJUANERO EN EL ESCAMBRAY

Apenas era un adolescente cuando Raulito, como lo conocen todos, se vinculó a quienes en San Juan realizaban acciones para derribar a la tiranía. El triunfo de enero del '59 llegó justo antes del alzamiento que preparaban en las lomas de Pica Pica, entonces se unió al Ejército Rebelde.

“Estuve poco tiempo porque mi abuela, quien me crio, se enfermó y tenía que atenderla. Pero en octubre se crearon las milicias campesinas y me seleccionaron como jefe de patrullas. Luego de pasar algunos cursos y de estar un tiempo en la Cordillera de los Organos, junto al Comandante Pinares, nos dieron la misión

de ir para el Escambray”.

De aquellos tiempos difíciles cuenta Raulito muchas anécdotas, algunas que aún le calan bien hondo en la memoria y lo obligan a hacer una pausa en la historia para recuperar la voz entrecortada por el nudo en la garganta.

“Adonde primero llegué fue a La Campana, en Manicaragua, y nos dieron la tarea de preparar a los milicianos que iban a subir a capturar a los bandidos. Apenas llegamos y tuvimos la primera experiencia difícil: los contrarrevolucionarios secuestraron un avión de cubana y asesinaron al piloto. Afortunadamente, logramos interceptar el vuelo y capturamos a 25”.

Varios fueron los enfrentamientos de Raulito y de su compañía por aquellas montañas. Disímiles las vivencias tristes que tuvo que presenciar mientras peinaban y cercaban a los “alza'os” por aquel lomerío.

“En las Llanadas de Gómez estaba la jefatura de Osvaldo Ramírez. Con prácticos llegamos a Loma de Gavilanes, y a pesar de que un espía le avisó al bandido, lo cercamos y conseguimos darle captura a él y a 20 hombres más.

“Allí tenían un hospital de campaña, municiones, y hasta una pista habían hecho con reflectores que alumbraban al cielo para hacer señales y recibir armamento. Peinamos la zona y apresamos a una docena más. Aquello fue una alegría tremenda en la tropa, mis hombres disparaban al cielo, en eso llegó Pinares preguntando qué pasaba”.

Con una larga pausa describe el recuerdo de aquella victoria, y acto seguido narra lo que quizás, hasta hoy, sea uno de los momentos más difíciles de su vida.

“Todos los días, después de las cinco de la tarde, me iba para la orilla del río que había cerca del campamento. Uno de los muchachos que llegaba de pase se acercó a donde yo estaba, pero se iba y volvía, así hizo como tres veces, hasta que le pregunté qué pasaba.

“Me dijo que había hablado con un miliciano que era de San Juan y que me mandaba a decir que mi mamá (abuela) había fallecido. Fui para Trinidad y llamé por teléfono, cuando aquello eran de magneto, de los que daban un timbre largo y otros cortos.

“La había dejado a buen cuidado, pero estaba enferma. Cuando hablé con mi prima me dijo que hacía un mes que había fallecido. Pinares me dijo que fuera a la casa, pero no tenía sentido ya. El insistió en que fuera al menos un día y así lo hice. Fue muy duro saber algo así y no haber estado con ella. Luego regresé a terminar la misión”.

Raulito recuerda los días de Girón y

cómo lo seleccionaron después para, en caso de una nueva agresión, defender las costas del Mariel.

“Posteriormente, en el '62, hubo que apoyar la parte norte del país, desde Corralillo hasta Calabazar. El jefe de los bandidos allí era Tondike, un criminal nato que mataba por placer, violaba a las mujeres. Tenía la zona aterrorizada, pero le hicimos un cerco. Fíjate si era malo, que, escondido dentro de la caña, le tiraba con la pistola al helicóptero. Después le pegaron candela al cañaveral y aquel negro no salía. Pero lo cogimos”.

Al terminar la lucha contra bandidos, Raulito asumió las misiones encomendadas durante la Crisis de Octubre. Como jefe de plana mayor del batallón 85, era el encargado de defender la zona Bailén-Galafre. Su recorrido activo en la vida militar lo terminó en el '76, pero alejarse de lo aprendido nunca fue un plan para él.

## SIN DESCANSO EN EL TERRUÑO

Las Milicias de Tropas Territoriales en San Juan y Martínez contaron con su experiencia en la preparación, también las de Pinar. Por 16 años fungió como metodólogo provincial de la asignatura de Preparación Militar (PMI) en la Dirección Provincial de Educación, hasta su jubilación en el 2000.

“Pero desde el '82 y hasta hace dos mandatos fui delegado de la circunscripción, y por 18 años presidente del Consejo Popular. Esa también ha sido una tarea difícil, porque hay que tener mucha sensibilidad para atender y tratar de resolver

los problemas de la población”.

Por más de dos décadas estuvo Raulito como jefe de la Zona de Defensa, hoy encabeza el grupo económico y social, su puesto de mando está en el chalet. También preside la sección de combatientes Máximo Lugo. Como aseguran la familia y quienes lo conocen, es de los que salen a evacuar personas ante un huracán o de los primeros en salir al paso ante algo mal hecho, alguna injusticia.

Con más de ocho décadas de vida, solo padece de artritis, “pero hago ejercicios todos los días, los que tocan por la rehabilitación y los físicos que requieren el trabajo diario en la tierra y en la casa, eso no me puede faltar”.

Raulito se enorgullece de la familia que ha creado. Piensa en los jóvenes y en esa frase que a muchos les gusta repetir sobre la pérdida que está la juventud: “Eso no es así, a los jóvenes hay que saberlos guiar, y no solo desde la familia, sino desde los que lideran y dirigen. Claro que siempre hay algunos que se nos van de las manos, pero no es la generalidad”.

De lo que ha vivido confiesa que lo más duro fue el tiempo en el Escambray, algo que, acota, lo asumió con mucha voluntad y decisión. Hoy mantiene su posición antimperialista y anticapitalista, (enfatisa bien en ambas palabras), y aunque reconoce que son tiempos difíciles, no duda en responder cuando le pregunto por la mayor felicidad de su vida:

“La Revolución tan grande que tenemos”.



ERNESTO CHE GUEVARA

# Un espejo para las nuevas generaciones

Por Idalma Menéndez Febles

Ernesto Guevara de la Serna es, sin duda, una de las figuras más icónicas y admiradas del siglo XX. Médico, revolucionario, guerrillero, teórico marxista y comandante de la Revolución Cubana. Su imagen se ha transformado en un símbolo global que trasciende su historia concreta.

Para algunos, representa la lucha inquebrantable por la justicia social y la liberación de los oprimidos. Para otros, es el hombre convertido en leyenda, en héroe. Analizar su ejemplo para las nuevas generaciones requiere navegar por esta dualidad, separando el mito del hombre histórico, y extrayendo lecciones, tanto de sus ideales como de sus contradicciones.

El Che se convirtió en símbolo de ideales y valores. Esta perspectiva se centra en los principios que encarnó y que pueden resonar en cualquier época:

El compromiso con la justicia social: el viaje de Guevara por América Latina en su juventud lo enfrentó directamente con la pobreza, la explotación y la desigualdad extrema. Esta experiencia despertó en él una convicción profunda de que el mundo debía cambiar. Para las nuevas generaciones, que hoy son testigos de desigualdades globales, crisis climática e injusticias sistémicas, el Che simboliza la rabia ante la injusticia y la negativa a aceptar el statu quo.

La coherencia y el sacrificio: el Che es la encarnación del pensamiento de que los ideales deben vivirse con acciones. Abandonó una vida cómoda y sus cargos en Cuba para continuar su lucha en el Congo y Bolivia. Su famosa frase: "Hay que endurecerse, pero sin perder la ternura jamás", y su llamado a crear "dos, tres... muchos Vietnam", hablan de un compromiso total. Para los jóvenes, esto puede interpretarse como un ejemplo de integridad y entrega a una causa en la que se cree, incluso, a un costo personal como la vida misma.

El internacionalismo: Guevara no luchaba solo por Argentina o Cuba, sino por la liberación de todos los pueblos oprimidos del Tercer Mundo. Su visión era panamericana y antiperimperialista. En un mundo globalizado, donde los problemas son transversales, su internacionalismo ofrece un modelo de solidaridad que cruza fronteras, inspirando movimientos que se ven a sí mismos como parte de una lucha total por los derechos humanos y la justicia.

La ética del trabajo y el "hombre nuevo": abogaba por la creación de un "hombre nuevo", motivado por valores morales y la conciencia social, no por incentivos materiales. Promovía el trabajo voluntario y el sacrificio por el bien común. Este ideal, para muchos utópico, resuena con las críticas modernas al consumismo desenfrenado y la búsqueda de un propósito más

allá del éxito material.

## REINTERPRETACIÓN PARA EL SIGLO XXI

Para las nuevas generaciones, el verdadero valor del ejemplo del Che no está en emular con su actitud e ideales, sino en reflexionar sobre sus principios y aplicarlos a los desafíos contemporáneos de manera crítica.

En su espíritu de lucha está la lección principal, interpretado como la capacidad de indignarse y actuar con coherencia. En una era de individualismo, el Che invita a preguntarse: ¿vivimos de acuerdo con nuestros principios? ¿Estamos dispuestos a sacrificar comodidades por lo que creemos justo? Es un llamado a la autenticidad y a la responsabilidad personal.

Frente a problemas como el cambio climático, la migración forzada o el poder de las corporaciones multinacionales, su internacionalismo se traduce en una conciencia global, entendiendo que las luchas están interconectadas.

El legado del Guerrillero Heroico es, en esencia, un recordatorio de que la construcción de un mundo mejor debe basarse en el respeto a los derechos de los demás, en la solidaridad y en la justicia social.

Ernesto Che Guevara es un espejo para las nuevas generaciones. Su imagen perdura no porque ofrezca respuestas



simples, sino porque encarna preguntas profundas y eternas sobre la justicia, el sacrificio, el poder y la ética.

Su ejemplo es valioso si se aborda con espíritu crítico: admirando la pasión por la equidad y la rebeldía contra la injusticia, por lo que su legado, para las nuevas generaciones, se basa en ser un ciudadano consciente, crítico, solidario y, sobre todo, comprometido con la construcción de una sociedad más justa.

## Cuando la salud mental toca la puerta

**\*El 10 de octubre es el Día Mundial de la Salud Mental, y cuidar de ella es también aprender a alejarse de quienes la dañan y entender que siempre hay caminos para sanar cuando alguien se atreve a tender la mano**

Por María Isabel Perdignón

En Cuba solemos pensar que estar saludables significa no tener fiebre, no sufrir dolores en el pecho o mantener el azúcar bajo control. La salud, en la conversación diaria, casi siempre se asocia con lo físico. Sin embargo, hay un territorio silencioso, invisible y a veces olvidado que sostiene cada gesto y cada esfuerzo: la salud mental. Y cuando ella se tambalea, todo el cuerpo lo resiente.

En Pinar del Río lo sabemos bien. Basta caminar por cualquier barrio para encontrar señales. La vecina que se pasa la noche en vela, preocupada por los hijos que emigraron; el muchacho que perdió la motivación en medio de tantas dificultades y apenas sale de su cuarto; la madre que, entre colas interminables y apagones, siente que la paciencia se le va como el agua entre las manos. Esos no son simples "nervios" ni "manías" pasajeras: son heridas emocionales que también merecen atención.

### UN PESO QUE NO SIEMPRE SE VE

Los médicos de familia reciben cada vez más a pacientes con síntomas que no aparecen en un análisis clínico: ansiedad, tristeza persistente, agotamiento emocional, los cuales muchas veces se esconden bajo dolores de cabeza, gastritis, palpitaciones. Es el cuerpo gritando lo que la mente no se atreve a decir, pero incluso así, sigue pesando el estigma. En el imaginario colectivo todavía se cree que ir al psicólogo es para "locos", que hablar de sentimientos es señal de debilidad.

Y esa cultura del aguante, heredada de generaciones que aprendieron a resistir en silencio, ha hecho daño. Nos enseñaron a callar, a resolver solos, a "no dar pena", pero la verdad es que nadie es de hierro y todos, en algún momento, necesitamos desahogarnos, pedir ayuda, tener un hombro que escuche sin juzgar.

### LA SALUD MENTAL COMO BRÚJULA

Hablar de salud mental no es solo hablar de enfermedades psiquiátricas, es también hablar de equilibrio, de bienestar, de esa capacidad de levantarnos cada mañana a pesar de los tropiezos; es poder reírse en medio de la carencia, mantener relaciones sanas, encontrar un motivo que nos empuje hacia adelante.

La mente sana es brújula, sin ella, la vida pierde dirección, y lo vemos en los más jóvenes: muchachos atrapados en la incertidumbre, con proyectos truncados, que sienten que sus esfuerzos no encuentran recompensa. Lo vemos en los adultos, obligados a multiplicarse para sostener a sus familias, con poco tiempo para ellos mismos. Lo vemos en los ancianos, que cargan con la nostalgia de lo que se fue y con la soledad que a veces aprieta más que cualquier enfermedad física.

### EL ESPEJO DE LA COMUNIDAD

La salud mental no es un asunto individual, es un reflejo de la comunidad. Si el barrio carece de espacios culturales, si no existen actividades que alivien el estrés, si la gente vive más preocupada que esperanzada, en

tonces el desgaste se multiplica. Al contrario, un parque con música, un grupo que organiza actividades, una peña literaria o un partido de béisbol entre vecinos puede convertirse en un antídoto contra la depresión y la desesperanza.

Por ejemplo, más de una vez se han organizado encuentros comunitarios para acompañar a familias perjudicadas por huracanes. Ese simple gesto —estar juntos, cantar, conversar— tiene un poder terapéutico enorme, porque la salud mental no siempre depende de fármacos, muchas veces se sostiene en la solidaridad, en la compañía, en el saber que no estamos solos.

### LOS NUEVOS RETOS

La era digital también ha traído desafíos. Las redes sociales, con su bombardeo constante de imágenes irreales, generan frustraciones. Muchos comparan sus vidas con lo que ven en una pantalla, sin entender que allí casi todo es apariencia, y esa presión de "no estar a la altura" se traduce en ansiedad, inseguridad, baja autoestima.

Por otra parte, la inmediatez de la información, el exceso de noticias negativas, el

miedo al futuro y la incertidumbre económica son cargas que desgastan la mente adulta. En cada conversación cotidiana se cuelan expresiones de agotamiento: "No sé hasta cuándo vamos a resistir", "esto me tiene loco", "ya no puedo más". Y no son frases vacías: son gritos de quienes necesitan descanso emocional.

### LA IMPORTANCIA DE HABLAR

Quizás lo más urgente sea derribar el silencio, nombrar las cosas por su nombre, decir "estoy triste", "me siento ansioso", "necesito ayuda", y hablar de salud mental como lo hacemos de hipertensión o diabetes. Quitarle el velo de tabú y tratarla con la misma seriedad, porque una sociedad no es sana si sus miembros no logran estar en paz consigo mismos.

En Pinar del Río, varios psicólogos y psiquiatras han insistido en la importancia de la prevención, de no esperar a que la tormenta sea insostenible para buscar apoyo, así como en la necesidad de que las instituciones, desde las escuelas hasta los centros de trabajo, incorporen espacios de bienestar emocional: talleres, charlas, actividades recreativas...

### UNA TAREA COLECTIVA

La salud mental no puede ser responsabilidad de unos pocos, es un reto colectivo. Cada familia, cada barrio, cada centro laboral tiene un papel. A veces basta con escuchar sin juzgar, con ofrecer compañía, con reconocer y pedir ayuda, pues ello no es debilidad sino valentía.

Al final, de nada sirve un cuerpo fuerte si la mente se derrumba. La salud mental es la otra mitad de la vida, y cuidarla no debería ser un lujo ni un tabú: es un acto de amor hacia nosotros mismos y hacia los demás.

Quizás el mayor desafío de nuestro tiempo sea aprender a mirar hacia adentro, a reconocernos vulnerables, a entender que la verdadera fortaleza está en aceptar que no podemos con todo, y que apoyarnos en otros no nos resta, nos humaniza.

En un país en el que tanto se habla de resistencia y heroísmo, tal vez el próximo paso sea recordar que también tenemos derecho al descanso, a la risa, a la calma. Que igual tenemos derecho a la salud mental.



## El regreso de Fernandito Sánchez



Un popurrí de sus canciones más conocidas despertó lindas emociones en quienes presenciaron el reencuentro de Fernandito Sánchez con el público pinareño

Cuando comenzó a esparcirse el rumor de que Fernandito Sánchez actuaría en Pinar del Río, muchos no lo creyeron. Tantos años ausente de los escenarios de la provincia que lo vieron ganar la popularidad en las décadas de 1960 y 1970, motivaron la duda.

Pero, en efecto, a sus 83 años de vida, Fernandito Sánchez regresó a la tierra natal y mereció largas ovaciones en el vigesimo-segundo concurso de música cubana Pedro Junco, al que asistió como invitado especial.

Fue entonces el descubrimiento para las jóvenes figuras, que acaso habrían escuchado su nombre alguna vez, y la nostalgia para quienes recontraron en su canto la banda sonora de los años de adolescencia y juventud. En unos y otros despertó admiración por la firmeza de su voz, por su lucidez y respeto al público presente.

"Pinar del Río es mi vida, y yo anhelaba hace mucho tiempo venir a cantar acá. Lo mejor que me ha podido suceder en estos años es estar aquí otra vez", dijo a la prensa.

Fernandito Sánchez proviene de una familia de reconocido linaje en la música. Su abuelo paterno tuvo una orquesta muy conocida en los años '30 del pasado siglo; y su padre, Antonio Sánchez Reyes, es recordado por varias composiciones, en especial, por sus aportes en la mítica Orquesta América.

Aunque siendo muy pequeño su familia se mudó a La Habana y fue allí donde comenzó a cantar, a Pinar del Río le debe su consagración, según él mismo contó.

"Quise estudiar algunos instrumentos,

pero en realidad lo que más me gustaba era cantar, por eso me hice de algunos conocimientos técnicos que no tenía, y comencé a cantar en el coro de mi escuela allá en La Habana. Después de esa etapa fue que inicié mi carrera.

"En la primera orquesta que canté, en el año 1958, fue junto a Pedrito Calvo, el padre del cantante que fue estrella de los Van Van. Así estuve en varias, sobre todo, orquestas charrangas, orquestas típicas, como tenía la influencia de mi papá... hasta que caí en el año '62 con un consagrado de la música cubana en general, pinareño, orgullo de Cuba y de Pinar del Río: el Niño Rivera", rememoró.

Para el afamado tresero tuvo Fernandito Sánchez los mayores elogios. "Los dos o tres años que estuve con el conjunto de Niño Rivera fueron mi mayor escuela", aseguró.

Luego, regresó a Pinar del Río, porque en la capital, como todo principiante, "tenía muy poco trabajo, no me conocía nadie". Entonces aquí se hizo de un nombre propio en la escena musical.

"Empecé cantando con la orquesta más famosa que había en Pinar del Río en esos tiempos: Juveniles del Chá, que dirigía Policarpo Tamayo", precisó.

En esa época, el intérprete llegó a grabar decenas de canciones. Alternaba su trabajo en distintas agrupaciones con la presentación como solista en diferentes centros nocturnos de la ciudad vueltabajera. Pero, sería la unión con el grupo Los Trimers, del municipio de Guane, un momento único de su carrera.

"La primera canción que montamos fue **Incomprensión**; la segunda fue **Niña Bonita**. Como yo tenía relaciones en Radio Progreso, conseguí un turno de grabación para esos dos temas. Desde el primer día, los dos fueron un éxito total", recuerda con orgullo.

Muchas puertas se abrieron entonces a lo largo de todo el país: programas de televisión, carnavales, emisoras de radio...

"Fernando Sánchez y Los Trimers brillaron en un momento difícil porque la música en Cuba tenía mucha fuerza en esa época. Estábamos compitiendo con los más grandes, con cantantes de una inmensísima calidad; sin embargo, tuvimos la suerte de colarnos ahí, fue un gran éxito lo de Los Trimers", reflexiona el experimentado intérprete.

Ganó el apelativo La voz del alma. Mereció varios premios de interpretación en el concurso Adolfo Guzmán, el más prestigioso de su tipo en el país. Compartió escenario con grandes figuras. Aún hoy, mantiene presentaciones sistemáticas como parte del proyecto Legendarios del Guajirito, que tiene sede en La Habana Vieja.

**¿Cuál ha sido el secreto para conservar su voz y fuerza interpretativa?, la pregunta de muchos.**

"No hay secreto, asevera. Yo no bebo, no fumo, no paso malas noches, hago mis vocalizaciones diarias, mis ejercicios físicos... es el sacrificio del artista que se da al público, y por respeto a él tiene que esforzarse para mantener la calidad".

## AHS inaugura "Aquí estamos" como parte de su aniversario 39

Con el financiamiento de la beca de creación El reino de este mundo, que otorga la Asociación Hermanos Saíz (AHS), quedó inaugurada la exposición fotográfica **Aquí estamos**, del artista visual Dayam González.

Doce piezas conforman la muestra, protagonizada por rostros de personas que viven en situación de calle, un fenómeno que el creador sintió la necesidad de visibilizar como llamado de atención.

"Es un proyecto que venía trabajando hace mucho tiempo. Cuando miraba las fotos, sentía el grito de esas personas que

ignoramos constantemente al pasar, y que más allá de pedirte algo, siento que también quieren decir estoy aquí, atiéndeme, formamos parte", declaró.

Esta es la primera exposición personal del artista, quien, a pesar de su corta carrera como fotógrafo, ya revela una poética propia y una alta sensorialidad, de acuerdo con declaraciones de la crítica de arte Yanetsy Ariste.

"Ha colocado el lente sobre esos universos paralelos protagonizados por sujetos en situación de calle, al margen de nuestra cotidianidad presurosa, por lo que ha establecido una

serie, ante todo, humana, que refleja su alto grado de madurez espiritual", consideró la también vicepresidente de la AHS en Pinar del Río.

El uso símbolo del tema, entre blancos y negros que apelan a la esperanza y el caos en primeros planos muy intensos, fueron otros elementos destacados por la especialista.

**Aquí estamos** permanecerá abierta al público hasta inicios del próximo mes de noviembre en la galería Sala Real, de la Casa del Joven Creador pinareño. La expo forma parte de los festejos de la Asociación por su aniversario 39.



## De México a Pinar del Río: Caminos de fuego

Con un espectáculo artístico será presentado por primera vez en Pinar del Río el libro **Caminos de fuego sobre el mar. Poemas a Miguel Poveda**, del escritor y realizador audiovisual Luis Hidalgo Ramos.

Publicado por la editorial mexicana Nave de papel, el texto reúne una serie de poemas inspirados en Miguel Poveda, uno de los principales exponentes del flamenco contemporáneo español, y ya ha sido mostrado al público lector en espacios relevantes como la Universidad de las Artes de Yucatán y la Feria Interna-

cional del Libro de Mérida, en el país azteca.

La presentación en Vueltabajo está prevista para las 10:00 a.m. de este sábado, en la sala La Edad de Oro. Según adelantó Hidalgo Ramos, también director artístico, lo acompañarán en escena artistas de la talla de William Zambrano, Adelfa Velázquez, Ricardo Pérez, Arasay Suárez, Agustín Montano, Ana Loaces y Jorge Pedro Marrero.

Las compañías Danzair y Danzare, así como el lírico Ernesto Lecuona, el Coro Polifónico y el proyecto

musical Crucero, igualmente forman parte de la propuesta.

Además de la reverencia a Miguel Poveda, el espectáculo **Caminos de fuego** contempla un homenaje especial al cantaor Miguel de Colina, otro gran defensor de la copla española, y a Lola Flores, ícono del flamenco.

Luis Hidalgo Ramos precisó que también está prevista una presentación en el teatro del Museo Nacional de Bellas Artes, en La Habana, en enero de 2026.

## Un "Circuito" para la hipertrofia, la sonrisa y la buena música

Texto y fotos de Ariel Torres Amador



Con extrema profesionalidad, Froilán trabaja con cada adolescente con la exclusividad y atenciones que requieren

La cultura del ejercicio físico ha dejado de ser, precisamente, un pasatiempo aislado o de temporada, para convertirse en la fiebre social del momento. No son pocos los espacios o entornos urbanos dedicados a quienes desean construir su cuerpo y su mente.

Por ello, no es de sorprender que a cada tanto, se inauguren nuevos gimnasios, se publiciten los ya consolidados con nuevas ofertas, o entrenadores y practicantes, en sí, muestren los resultados de su constancia y fuerza de voluntad.

Lo que en nuestra provincia, como en todo el país comenzó como la práctica de unos pocos, hoy se ha convertido en un estilo de vida, evolucionando desde adolescentes que desean verse más atractivos y voluminosos hasta quienes buscan mejorar su salud y bienestar general.

Sin embargo, entre los centenares de lugares dedicados a esta actividad, hay espacios que marcan la diferencia, no solo física para quienes buscan, a la par, una vía de escape a las vicisitudes que impone la cotidianidad.

Es el caso de "El Circuito", una casa convertida en santuario para las buenas prácticas, donde Froilán Martínez Robaina, su gestor y entrenador personal, asegura que no solo entrena el cuerpo

de quienes allí acuden.

### "EL CIRCUITO"

Consolareño de pura cepa, y harto conocido por todos los pobladores del municipio, confesó que muchísimo antes de llegar al conglomerado de los gimnasios, y a pesar de mantenerse siempre activo y relacionado con el mundo del fisiculturismo activo, todavía siente pasión por su carrera de artes plásticas y por la pintura.

No obstante, con el advenimiento de la Covid-19, y la caída de muchos planes y negocios alternativos, decidió que era tiempo de invertir toda su energía, sus recursos y su tiempo, en algo que también lo hiciera feliz.

"Siempre tuve un bichito adentro de hacer cosas por los demás en el sentido de fomentar el entrenamiento y la alimentación sana, pues en lo personal me ha resultado muy bien.

"Por tal motivo, tomé varios cursos de preparación física que ofrecieron en el "Fajardo", con el objetivo de formarme profesionalmente para esta actividad. No es lo mismo entrenar para ti, que instruir y entrenar a los demás. Eso lleva responsabilidad y conocimientos".

Con la acostumbrada sonrisa de siempre, asegura que ya son cuatro años los que lleva inmerso en el mundo del "fitness", como ahora lo llaman los más jóvenes. Cuatro años que, afirma, no han sido fáciles, pues los comienzos fueron difíciles.

"Como te explicaba, he hecho ejercicios físicos de fuerza toda mi vida, y siempre tuve alguna que otra pesa en casa, pero la mayoría de los equipos que ahora ves aquí, me hicieron estudiar la biomecánica del cuerpo humano y otras materias para confeccionarlos.

"Comprar o conseguir equipos de fábrica o profesionales en Cuba es sumamente difícil. Por tal motivo, recogiendo un hierro por aquí, y otro por allá, sumado a los estudios constantes que te comentaba y a las especificaciones técnicas de cada equipo en particular, es que logré esto. Hoy nadie puede decir que hay diferencias entre estos equipos artesanales y sus pares profesionales".

### MI CASA... MI TEMPLO

Pero el tiempo dedicado a los estudios para la creación de sus aparatos y las jornadas intensas de preparación física personal y de cara a sus practicantes, no es lo único que sacrifica en la actualidad Froilán.

"Trabajo de lunes a viernes, de cinco de la madrugada a ocho de la noche. Todo ese tiempo dejo de dedicárselo a mi familia, pero tanto ellos como yo comprendemos que es la única forma

de sustento y de salir adelante en un negocio honesto y que funciona para bien social.

"No obstante, para conseguirlo tuve también que renunciar a mi casa y comprometer, de cierta forma, la comodidad de mi madre. Hoy mi vivienda está convertida por completo en el gimnasio. Mi casa es mi templo y el de las personas que aquí deciden entrenar", explica.

Mientras las gotas de sudor recorren su frente y su cuerpo, en espera del próximo entrenamiento de "cardio", cuenta también cómo se las arregla para manejar el estrés, las hormonas e influir en las personalidades y la educación de los adolescentes, pues son ellos en su mayoría los que asisten a su "Circuito".

"Aquí vienen personas de todas las edades. Tengo practicantes sexagenarios y septuagenarios que no se sienten ni los callos, como al igual tengo muchachitas de 13 y 14 años. Es con estos últimos con los que más hablo y me relaciono, pues son edades complicadas".

Como todo buen entrenador, Froilán afirma que en un gimnasio no solo se enseña a las personas a hacer ejercicios físicos, sino que se les instruye, además, sobre nutrición, rutinas pre-entrenamientos, así como suplementos naturales y otros que los ayuden a conseguir lo que estas buscan.

"Mira, tú puedes tener una apariencia muy vistosa, pero no tener buena condición física y viceversa. Hay personas obesas que son muy ágiles y muy fuertes, y otras lo contrario, y ahí entra la función del preparador, del entrenador".

Lo anterior no es menos cierto, pues aún existen quienes desconocen que el ejercicio consciente y constante no solo estimula y aumenta la estamina, sino que influye en el estado emocional, disminuye los niveles de cortisol y mejora los de oxitocina.

"Entrar en un gimnasio es adentrarse en un modo de vida; es desintoxicarse de las enfermedades del cuerpo y de la mente; es limpiar, al menos por un momento, tu vida de los problemas cotidianos.

"Actualmente, una gran cantidad de estudios sugiere y advierte sobre la hipertensión y diabetes en adolescentes, y Cuba no escapa de eso. Nuestros jóvenes también padecen de estas enfermedades".

Tanto quienes lo conocen como los que llegan a su casa, saben que Froilán es de esas personas que con sus buenas vibras, rápidamente se convierte en más que un amigo, pues asume



En una de las tantas jornadas de "cardio", en las que la mayoría de las practicantes son mujeres de distintas edades

con total responsabilidad la función de padre, hermano, o de hijo para todos los que lo rodean.

### BUENAS VIBRAS... SONRISAS Y ROCK 'N ROLL

Resulta muy fácil notar lo anterior, pues este preparador físico, cuentero y dicharachero por demás, se adueña de cada espacio, de cada anécdota, de cada historia, y cuenta las suyas propias a modo de experiencias compartidas.

"Hablo mucho con los jóvenes, lo cual es fundamental para ganarse la confianza de ellos. Muchos me cuentan sus problemas, y yo los aconsejo desde la buena música hasta los vicios que deben evitar o los valores a los que bajo ningún concepto pueden renunciar y deben mantener a toda costa.

"Varios de mis amigos tienen a sus hijos aquí conmigo, pues qué mejor lugar para estar en este mundo de hoy tan convulso que en un gimnasio. Aquí nadie te va a decir o a convidar a fumar, a beber, o a otras tantas cosas negativas. No, aquí se viene a escuchar buena música, -rock and roll- sonríe, a adentrarse en una cultura de bienestar físico, a compartir y a dejar ir las penas, y a tener buenas vibras.

"Este gimnasio, esta casa de todos, es un lugar libre de estrés, es un espacio para que todos ganen; para que la amistad, la solidaridad y el compañerismo crezcan y florezcan. Un lugar donde se sueltan las cadenas, un lugar donde pasarla bien".

## Embajador venezolano visita la UPR

El excelentísimo señor Orlando Miguel Maneiro Gaspar, embajador extraordinario y plenipotenciario de la República Bolivariana de Venezuela en Cuba, y Vivian Josefina Alvarado Linarez, cónsul general de esta nación suramericana, sostuvieron un encuentro con alumnos y profesores de la Universidad de Pinar del Río Hermanos Saíz Montes de Oca, como parte de una visita a la provincia.

Durante el diálogo conocieron sobre el trabajo de la Casa de Altos Estudios vultabajera y de la disposición de los integrantes de la Federación Estudiantil Universitaria (FEU) de respaldar a Venezuela en todos los frentes.

Maneiro Gaspar explicó que es interés de su tierra dar a conocer la situación actual del país, las condiciones

en las que se vive.

Hizo referencia a la falsa narrativa que Estados Unidos ha querido instaurar en las redes para mostrarlos como patrocinadores del terrorismo, una justificación para la intervención, apoyada luego en la lucha contra el narcotráfico, arguyendo la existencia de un cártel.

"Pasa de una amenaza a acciones reales, provocaciones para que demos una respuesta y materializar una intervención, pero sabemos que no es solo contra Venezuela, sino contra el Caribe y América Latina, y detrás de la fachada está el interés por acceder a los recursos energéticos, hídricos y mineros del país", significó el embajador.

Yohan Michel Pérez Monzón, vicepresidente de esta organización en la UPR, precisó la participación activa de

los jóvenes en el proceso de firmas en apoyo al hermano país ante los intentos de injerencia estadounidense.

El doctor en Ciencias Mario Luis Gómez, profesor de Matemáticas, rememoró sus años como parte de la misión educativa. Su estancia, dijo, fue fructífera, sobre todo, porque, además de crecer profesionalmente, estuvo codo a codo junto al pueblo venezolano y conoció de cerca el respeto y admiración que sienten hacia los cubanos.

Maneiro Gaspar agradeció la acogida ofrecida por la provincia y la posibilidad de conocer sus potencialidades educacionales y productivas.

# Que no nos cubra la basura

\* Después de 10 días con los tres carros compactadores rotos, al cierre de esta edición, uno de ellos había sido arreglado y retomaba la recogida de desechos en la ciudad

Por Dorelys Canivell Canal  
Fotos de Tania Pérez Mollinedo



Cuando no se logra una recogida sistemática de los desechos, crecen los vertederos en las calles de la ciudad

Se ha hecho común en los últimos tiempos la basura dispersa en las esquinas, los contenedores desbordados, el mal olor que ello provoca, en tanto crece la infestación de mosquitos y la insalubridad.

Pinar del Río ya no es la ciudad limpia de antaño, una meta a la que no se puede renunciar jamás, a pesar de las dificultades en la planificación de la recogida de los desechos, del insuficiente equipamiento para la tarea, de las plantillas incompletas en la entidad de Comunales y los bajos salarios, e indisciplinas que provocan que esta urbe no sea hoy a la que estamos adaptados.

Guerrillero indaga sobre el tema, a partir de las preocupaciones lógicas de miles de pinareños que añoran calles y repartos limpios, a sabiendas de que no es tarea solo de Comunales, y que la participación consciente de todos ayudará a tener una mejor ciudad, tal y como se ha planteado también en la Capital del país.

Las jornadas lluviosas tampoco favorecen el escenario, condicionado por la falta de carros compactadores, uno de los cuales, al cierre de esta edición, ya estaba operativo, luego que después de 10 días los tres de los que se disponen estuvieran rotos.

Jesús Nilo Soca Muñiz, coordinador de objetivos y programas del Gobierno Provincial, precisó al respecto que el reto mayor es conseguir una estabilidad en la recogida de los desechos, pues se crean "picos", y en las últimas semanas la situación ha empeorado.

## DE MAL EN PEOR

En función de ello se ha organizado una estrategia que cuenta con el apoyo de diversas entidades del territorio con cuyos equipos se sana la ciudad, explicó

el coordinador, quien agregó que alternativas como la recogida con carros de tracción animal son factibles en los municipios, pero no en el cabecera, donde otros negocios son más atractivos económicamente para estos trabajadores.

Yusnel Valdés Hernández, director de Comunales en la provincia, acotó que en la actualidad se cuenta con apenas tres carros compactadores con más de 14 años de explotación, de los que, por lo general, solo hay dos operativos, pues se rompen con mucha frecuencia. Estos, dijo, se someten a un régimen de trabajo de casi 24 horas.

"Recientemente, los tres estuvieron rotos, a mediados de la semana entró el primero y se esperaba la incorporación del segundo", acotó Soca Muñiz.

Para asumir las labores de limpieza se emplean también carretas y parte de la fuerza correccional con internamiento, una alternativa que, si bien es un paliativo, no resuelve el

problema ante el déficit de trabajadores de la entidad y los crecientes vertederos que pululan en diferentes localidades de la urbe vueltabajera.

"Se recoge un día, y cuando se sana un consejo popular, al volver de nuevo a ese punto, ya la basura desborda los contenedores, sobre todo, allí donde algunos negocios privados los llenan de cajas de cartón. El resultado es que después la basura está en el piso, en las aceras.

"Cuando pasa el carro compactador se recoge lo que hay en el envase, detrás deben pasar las otras fuerzas con carretas y escobas limpiando lo que queda", explicó.

Pero no siempre o casi nunca funciona bien. Patricia González, una pinareña que reside en las inmediaciones de la calle 20 de Mayo, entre Delicias e Isabel la Católica, sufre a diario al tener que bordear la basura que allí se acumula.

Lo mismo le pasa a Luis Enrique Pérez cuando va con su hija hasta el seminter-nado Hermanos Cruz y transita cada mañana por entre vertederos y contenedores desbordados; a Mónica, quien vive en el reparto Orlando Jerez; a los vecinos de la esquina de la calle Sol y la Calzada de La Coloma, y a los del "Vélez". No hay un reparto que escape a la falta de higiene.

## TRATAR SIEMPRE DE HACERLO BIEN

La calidad del trabajo con la que se haga la recogida también influye en la percepción de la limpieza de la ciudad que creen los pinareños, quienes tienen mucho que aprender aún para ayudar a mantener limpias sus calles y repartos.

El coordinador de Objetivos y Programas del Gobierno reconoció que no siempre funciona bien, que es una tarea que depende de los hombres, de la agilidad y la calidad con la que se haga la recogida, así como de las características de los propios desechos.

Al respecto, comentó Roberto Esteban Colás Valdés, director de Comunales en el municipio de Pinar del Río, que en varias ocasiones en los contenedores se vierte no solo la basura intradomiliaria, sino escombros, palos, pedazos de cabilla, trozos de cartón, madera y hasta piedras, por lo que al voltear el envase en el carro, se rompe el piso, y es ya un compactador que se tiene fuera.

Otra cuestión importante son los hechos vandálicos que atentan contra los contenedores, a los que muchas veces les roban las ruedas y los incendian.

"No logramos tener toda la ciudad limpia a la vez. Al demorarnos cuatro o cinco días en volver a cada lugar, según el ciclo, se crea el caos. Cuando disponemos de los tres carros compactadores entonces se estabiliza la recogida, al menos de los contenedores, que tampoco son suficientes", apuntó Soca Muñiz.

Agregó que solo una mipyme ha estado interesada en producir contenedores, pero metálicos y a precios muy elevados, imposibles de asumir por el Estado.

Este tema se chequea por la dirección de la provincia. Eumelín González Sánchez, gobernador de Pinar del Río, ante la situación que genera la insuficiente re-

coigida de desechos en la cabecera y el reclamo creciente de la población, indicó reforzar el apoyo de instituciones que cuenten con medios para ello, el de otros municipios cercanos como Viñales y otorgarle agilidad y prioridad al asunto.

Soca Muñiz agregó que se trata de mejorar y rescatar las cajas de Ampliroll. De las 38 que hay activas, la mayoría está ubicada en entidades como hospitales, por lo que no se pueden mover hacia otros sitios de grandes acumulaciones de desechos y evitar así la aparición de microvertederos. Lo más difícil, asume Soca Muñiz, es lidiar con una técnica envejecida.

## RESPUESTAS NECESARIAS

En ese afán de encontrar una solución al gran problema que es hoy la recogida de la basura en Pinar del Río, se dialoga con representantes de la forma de gestión no estatal que disponen de medios y están interesados en asumir la limpieza de varias zonas de la ciudad.

La traba está en el presupuesto, afirma Soca Muñiz: "Ahora mismo, el presupuesto de la Dirección Municipal de Comunales está sobregirado, a partir de los pagos a las entidades estatales que nos prestan servicio".

Sobre lo anterior, el Gobierno debe tomar decisiones y definir las formas en las que el territorio puede asumir los pagos, comenta. "Habría que poner control en esto, pero es la provincia la que tiene que encontrar la vía para respaldarlo".

Comunales está en proceso de pasar de entidad presupuestada a empresa, lo cual le permitirá cobrar determinados servicios, mejorar el salario de los trabajadores, en la actualidad muy deprimido, y establecer alianzas con el sector no estatal.

Se habla, incluso, de alcanzar una economía circular, de manera que se puedan recoger y clasificar los desechos y darle tratamiento de conjunto con Materias Primas. "Asimismo, tenemos los molinos listos para moler los escombros y añadirle cemento, los destinos están identificados", expresó Soca Muñiz, al referirse a lo que podría ser uno de los caminos más acertados para procesar aquello que se bota.

En Pinar del Río la realidad apunta a que si bien es cierto que no se disponen de los recursos para garantizar una recogida sistemática, también hay desorganización e indisciplinación, y no solo de la población.

La provincia necesita de más contenedores, pero igual de decisiones y estrategias consolidadas, no por maratones, que permitan sanear la ciudad y sus barrios, y mantenerlo como un sistema de trabajo.



Pinar del Río tiene esquinas legendarias en las que por años se acumula la basura, y en las que habría que colocar una mayor cantidad de contenedores