EJEMPLAR GRATUITO

www.occidente.co @diarioccidente Diario Occidente

DIARIO OCCIDENTE

Cali, Jueves 23 de abril de 2020 | LA INFORMACIÓN NO TIENE PRECIO | N.º 6.558 ISSN 0124-5171

Por mal comportamiento

Cali evalúa aplicar ley seca y toque de queda

El secretario de Gobierno de Cali, Carlos Alberto Rojas, anunció que la administración municipal evalúa decretar la ley seca, debido a la violación del aislamiento obligatorio por parte de personas que están realizando fiestas.

La Alcaldía de Cali también estudia la aplicación del toque de queda en aquellos sectores en los que se ha detectado mayor violación del aislamiento obligatorio. PÁG. 2

Suben contagios y fallecimientos por el Covid-19

En el más reciente reporte del Ministerio de Salud se informó la muerte de tres personas en el Valle del Cauca por Covid-19 y el diagnóstico de 27 casos nuevos. En total son 41 los fallecidos por esta enfermedad en el Departamento y 741 los contagiados. PÁG. 4

Donatón logró 249.579 mercados

Especial / Diario Occidente

Atendiento el llamado de la gobernadora Clara Luz Roldán, miles de vallecaucanos y empresas de la región se vincularon a la Donatón, que se realizó ayer para recoger ayudas destinadas a la población más vulnerable del Departamento. La meta eran 200 mil mercados y se recolectaron 249.579 que serán entregados a familias de los 42 municipios del Valle del Cauca. PÁG. 3

■ Preocupa desacato de la cuarentena en sectores de Cali

Estudian decretar ley seca y toque de queda en la ciudad

El gobierno local está considerando adoptar medidas para el puente festivo que se avecina, así lo anunció Carlos Rojas, secretario de Seguridad y Justicia de Cali, quien habló sobre la ley seca y el toque de queda como alternativas para contener la expansión del Covid-19, principalmente en los sectores reportados con más contagios.

Según Rojas, ante el incremento inusitado de casos de Covid-19 por transmisión de orden comunitario y el aumento en el número de fallecidos, se ven obligados a tomar algunas medidas adicionales en el control. "Hemos recibido muchas quejas a través del 123 y de la Policía de cuadrantes en las que nos informan de actividades festivas que están adelantando algunas personas en las viviendas y las cuales están generando una incomodidad enorme en los vecindarios y además están violando el aislamiento preventivo", afirmó el funcionario.

Las nuevas medidas restrictivas se implementarían en los sectores de Cali reportados con alto número de contagios.

El Secretario explicó que producto de los ejercicios de control se han impuesto ya 40 sanciones y ante dichas evidencias es conveniente asumir la ley seca, que es la prohibición del expendio y consumo de licor en todo tipo de espacio.

Toque de queja

Como segunda medida se está evaluando también el toque de queda en algunos sectores de la ciudad, porque a través de unos equipos de monitoreo se evidenció mucha gente movilizándose, "seguramente allí vamos a tener el toque de queda a fin de evitar este riesgo que ya ha sido claramente anunciado en algunas poblaciones de Cali.

Llamado de atención

La Secretaria de Salud del Valle pidió multas onerosas y cárcel para quienes teniendo Covid-19 sean sorprendidos fuera de casa.

De acuerdo con María Cristina Lesmes, jefe de la dependencia de salud, de está "observando casos de personas que con Coronavirus diagnosticado van a trabajar y ponen en riesgo a las demás personas, esto es motivo de denuncia penal y lo voy hacer ante la Fiscalía porque estamos ante una pandemia y es responsabilidad de todos guardar la cuarentena.

El Valle del Cauca es la segunda región con más contagios en el país.

■ Gobierno anuncia que arrancarán con 200 mil empleos

Así planean reactivar la economía en Cali

Tras la extensión del aislamiento obligatorio hasta el 11 de mayo en todo el país y la medida de reactivación económica, Argemiro Cortés, secretario de Desarrollo Económico, anunció que el sector manufacturero y de la construcción de la ciudad iniciarán la próxima semana paulatinamente con 200 mil empleos directos e indirectos (120 mil son del sector manufacturero y 80 mil de la construcción).

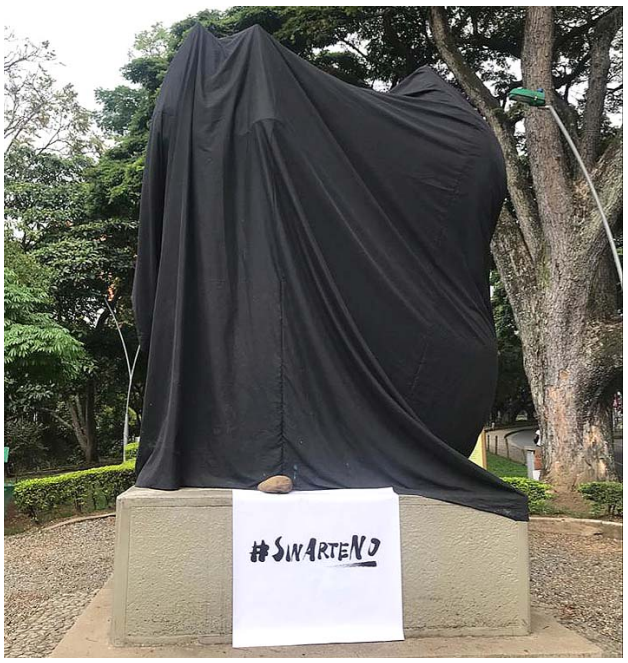
Según el funcionario, se viene adelantando un trabajo articulado entre las empresas, la Secretaría de Salud y la Secretaría de Seguridad y Justicia, no solo por la necesidad de empleo y producción, sino además para establecer unos protocolos mínimos para que no haya contagio o posibles riesgos por Coronavirus.

"Por ejemplo al interior de las fábricas o empresas, se van a disponer de elementos de bioseguridad para todo el personal, igualmente, evitar aglomeraciones, con horarios y turnos diferentes, tomar distancias dentro y durante su jornada de trabajo. Los protocolos de desinfección e higiene tanto en el lugar de trabajo como por fuera o en el transporte público. Es muy importante que se re active la economía", señaló el funcionario.

Cortés explicó que además de los alimentos y empresas de salud, entran sectores como los que incluyen mantenimiento de automotores, confecciones, producción de zapatos y ropa y elementos como carpas, artículos y partes para vehículos.

■ Sector artístico llama la atención

Como protesta, cubren monumentos icónicos de Cali



Artistas a nivel nacional adelantan la campaña 'Sin Arte No', para solicitar medidas económicas para su sector.

Este miércoles, monumentos como la trompeta de Jairo Varela en la Plazoleta, el Gato del Río y la estatua de Jovita Feijó amanecieron cubiertos con una tela negra y un letrero que dice #SinArteNo, en un acto de protesta de artistas y agentes del sector cultural de la ciudad, así lo hicieron saber a través de un comunicado solicitando apoyo estatal en tiempos de pandemia.

Dice la misiva que se declaran "en estado de vulnerabilidad y emergencia a artistas, trabajadores autónomos y personal desempleado del sector, que ante la falta de trabajo y de ingresos no tienen las condiciones mínimas para garantizar los derechos fundamentales como son la alimentación y el techo. Diseñar las ayudas y mecanismos necesarios para garantizar su supervivencia".

Con esta iniciativa exhortan al gobierno municipal a diseñar un paquete de medidas económicas para el rescate de instituciones, empresas de la cultura, el entretenimiento y trabajadores independientes del sector.

Igualmente, se invitó a la comunidad a colgar afuera de las viviendas elementos blancos, negros y amarillos con la frase 'Sin Arte No', tomar una foto y subirlas a las redes sociales usando el hashtag.

"Hoy más que nunca debemos estar juntos y pedir por todos los medios al Gobierno Nacional solidaridad. Somos parte fundamental de la memoria colectiva de la humanidad, somos un bien de primera necesidad", concluyó el comunicado.

■ Valle respondió a Donatón

"¡Lo logramos! Superamos la meta"

Como satisfactorio calificó la gobernadora del Valle, Clara Luz Roldán, la jornada de Donatón "Valle Solidario" que se realizó ayer en todo el departamento.

Durante la campaña fueron recolectados 249.579 mercados donados por los vallecaucano, superando ampliamente la meta propuesta por la gobernadora, que era de 200 mil mercados.

La mandataria envió un mensaje de agradecimiento a todas las personas, fundaciones, empresas y entidades que se vincularon a la Donatón y manifestó que " todos los vallecaucanos se han unido a esta noble causa".

Clara Luz Roldán expresó que "¡Lo logramos! Gracias a todos por tanto, por permitirnos superar la meta de nuestra Donatón Valle Solidario".

Y agregó que "no tenemos si no que decirle a nuestra familia, gracias Valle Solidario. Gracias porque demostramos que el Valle es invencible".

Especial Diario Occidente

La gobernadora del Valle Clara Luz Roldán celebra al final de la Donatón "Valle Solidario", luego de alcanzar la meta propuesta.

La jornada tuvo como objetivo recoger ayudas para entregar mercados a las familias más vulnerables del Valle del Cauca, que han sido golpeadas por la jornada de aislamiento por el Covid- 19.

La Donatón

Con 249.579 mercados donados, el Valle del Cauca superó la prueba de solidaridad y unión en medio de la emergencia sanitaria que atraviesa el país por el Covid-19.

Los vallecaucanos abrieron su corazón para apoyar por medio de donaciones en efectivo, mercados e implementos de bioseguridad, a los más necesitados del departamento.

"La primera dama de la Nación se ha planteado una meta muy grande y es repartir un millón de mercados en toda Colombia a través de la campaña 'Ayudar nos hace bien' y se unió con una donación de 29.000 mercados para el Valle del Cauca en el marco de esta Donatón 'Valle Solidario. Muchas gracias a María Juliana Ruiz por su contribución, como ella, son muchos los vallecaucanos y colombianos que se han sumado a esta iniciativa de solidaridad", dijo la gobernadora Clara Luz Roldán, al cierre de la transmisión especial por el canal regional Telepacífico, que siguió minuto a minuto, durante siete horas, los apoyos desde el Valle del Cauca, otros departamentos e incluso el exterior, de quienes se decidieron a aportar un granito de arena por esta noble causa.

La maratónica jornada se vivió entre el Teatro Estudio de Telepacífico, el centro de acopio en la Biblioteca Departamental y los puntos de atención de Gane, SuperGiros y la App Rappi.

Desde muy temprano empezaron a reportarse las ayudas.

Apoyo a migrantes en Yumbo

Una jornada de entrega de kits de higiene hizo la empresa privada en el municipio de Yumbo a familias migrantes provenientes de Venezuela.

En la Capital Industrial del Valle, la ONG World Visión Colombia entregó los kits a cerca de 100 migrantes venezolanos, priorizando familias con hijos de primera infancia, madres gestantes y adultos mayores.

El objetivo fue brindar apoyo a esta población afectada por desplazamientos masivos a lo largo de América Latina con altas condiciones de riesgo y vulnerabilidad, que no cuentan con el recurso económico para el acceso a los elementos básicos de aseo e higiene personal.

Especial Diario Occidente

La población migrante en Yumbo recibió ayudas.

Además, con el fin dar bienestar y protección integral de la niñez y la juventud más vulnerable, juntos a sus familias frente a pandemias como el Covid-19.

Graffiti

MAURICIO RIOS GIRALDO
maurorios@diariooccidente.com.co
Teléfono 8831111

El congresista Roy Barreras, del Partido de la U, dejó senda constancia en la Comisión Primera del Senado, en la que sostiene que las sesiones virtuales del Congreso de la República son inconvenientes.

Con citas de la Constitución, de leyes y decretos, y de reconocidos teóricos de la política, Barreras asegura en su escrito que las sesiones virtuales son ineficaces e inconstitucionales.

Roy Barreras

Según el Senador, las sesiones virtuales "se tornan no solo inconstitucionales sino inconvenientes en el sentido de que no garantizan la deliberación suficiente, en condiciones de igualdad y garantizando a todos los congresistas ejercer su derecho, que además es un deber, de participar de todas las sesiones y en la deliberación de todos los temas puestos a su consideración".

El congresista de la U sostiene que hasta que no exista una garantía plena de participación de todos los congresistas en igualdad de condiciones en cada una de las sesiones en las que se voten proyectos de ley, "las sesiones virtuales no presenciales se estarán efectuando por fuera de las condiciones constitucionales".

Como la virtualidad es algo que no se había aplicado en el Congreso, el reglamento del legislativo no está ajustado a este tipo de sesiones, y es allí donde se generan los vacíos a los que se refiere Roy Barreras.

Y si bien la Constitución de 1991 posibilita -en su artículo 140- el traslado del Congreso en casos excepcionales, en ese entonces el mundo virtual era aún parte de la ciencia ficción y, por obvias razones, no se previó que existiría el teletrabajo legislativo.

¿Y entonces qué propone el senador Barreras? En la misma constancia, el congresista del Partido de la U plantea que "es necesario buscar mecanismos intermedios que garanticen el ejercicio eficaz del Control Político por parte del Congreso de la República".

Lo que propone el senador vallecaucano es realizar sesiones semipresenciales con la participación de voceros de cada partido y las medidas de bioseguridad necesarias.

"Relatos de Vida en Casa".

Con motivo del Día de la Niñez y el Día del Idioma, la Gobernación del Valle y la Biblioteca Departamental invitaron a niños y jóvenes a participar en el Concurso "Relatos de Vida en Casa". Mónica Alexandra Perlaza Ochoa, directora de la Biblioteca Departamental dijo que " es una oportunidad para que los padres con sus hijos trabajen en esta experiencia y hagan un relato de lo que están viviendo en esta cuarentena en sus hogares y saquen a flote su talento de escritura".

Donaciones

Buga. La Asociación de Productores Agropecuarios de San José, Asoproasa, del corregimiento de Monterrey, realizó una donación de más de dos toneladas de frutas y verduras a la Alcaldía, para ser entregadas a las familias vulnerables del municipio dentro del programa de Mercados Solidarios que adelanta la administración. La alcaldía agradeció esta donación que beneficiará a por lo menos 150 familias bugueñas de escasos recursos de esta localidad.

Aumenta

Buenaventura. La Dirección General Marítima, Dimar, a través de la Capitanía de Puerto de Buenaventura anunció que el la semana del 11 al 18 de abril registró un aumento del 47 % en los zarpes de los barcos de cabotaje luego que el gobierno nacional incrementara el subsidio de combustible otorgado por el Gobierno nacional a las naves de cabotaje y pesca industrial, lo que permite mejorar el abastecimiento de suministros y víveres a la costa Pacífica.

Realizan cerco epidemiológico

Preocupan casos de médicos contagiados

Muy preocupados se encuentran las administraciones departamental y municipal de Cali ante el número de casos de trabajadores de la salud contagiados con el virus del Covid - 19, que en el Valle del Cauca llegan a 48.

La secretaría de Salud del Valle, María Cristina Lesmes, confirmó el número de casos que ha afectado a personal de la salud entre médicos, enfermeras y auxiliares de enfermería, lo cuáles dieron positivo en las pruebas.

La funcionaria manifestó que hay otros diez casos en espera de los resultados de las pruebas.

Por su parte, la secretaria de Salud de Cali, Miyerlandi Torres Agredo, manifestó que "de acuerdo con los registros, podemos establecer que en Cali hemos tenido, al menos 45 trabajadores del sector salud, infectados con Coronavirus".

Especial Diario Occidente

Hay preocupación por el personal de la salud afectado por el coronavirus.

La funcionaria agregó que, "para disminuir los riesgos de contagio, se realiza cerco epidemiológico a cinco centros asistenciales en la capital vallecaucana".

Igualmente, "estas instituciones de salud han sido cuidadosas y muy colaborativas y cuando sale un caso positivo, se aísla a quienes han compartido sala".

De igual manera, la titular de la salud en Cali precisó: "sumado a este procedimiento, también se está llegando a un segundo anillo, que son las personas que tuvieron contacto estrecho con el infectado en el turno laboral".

El Instituto Nacional de Salud informó que a nivel nacional son 169 los casos registrados de personal de la salud con coronavirus, de los cuáles 125 la adquirieron en su labor médica, otros 32 adquirieron el virus en otros países y doce en Colombia.

27 casos nuevos en la región

Valle registra tres muertes por Covid -19

Tres personas fallecieron en el Valle del Cauca por el Covid- 19 indicó el último reporte entregado ayer por el Ministerio de Salud, con lo que ascienden a 41 los muertos en el departamento por esta enfermedad.

Así mismo, el reporte informó que son 27 casos nuevos de coronavirus en esta región incrementándose a 741 contagiados las cifras en el departamento.

Las tres personas fallecidas fueron un hombre de 66 años con hipertensión arterial, otro de 33 años con obesidad, y otro de 60 años con diabetes, los tres residentes en Cali.

El reporte del Ministerio informó además que en Colombia los muertos llegan a 206, mientras que los casos de contagiados son 4.356. Así mismo 870 pacientes se han recuperado en todo el país.

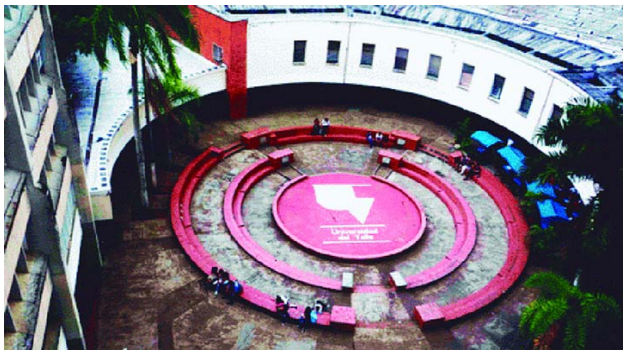
Este miércoles el Ministerio de Salud procesó 3.051 pruebas. Además, el Minsalud informó que este miércoles lograron recuperarse 66 pacientes.

Además del Valle, ayer se reportaron 84 casos en Bogotá, 40 en Meta, 27 en Antioquia, diez en Santa Marta, seis en Risaralda, cuatro en Tolima, tres en Barranquilla, dos en Cundinamarca , dos en Santander, uno en Córdoba y uno en Norte de Santander.

En cuanto a los fallecidos, el informe indica que entre los diez fallecidos hay un bebé de un mes y siete meses en Cundinamarca.

Estudios no se detienen

Univalle investiga mitigación de pandemia



Especial Diario Occidente

La Universidad del Valle trabaja en la búsqueda de soluciones a los problemas generados por el coronavirus.

Investigadores de la Universidad del Valle adelantan estudios con el fin de buscar nuevas alternativas de atención del Covid-19, después de la fase de mitigación.

Así mismo, buscan mecanismos de bienestar para los médicos y trabajan en inventos que ayudarán a mejorar la calidad de vida.

Según lo explicó Adalberto Sánchez Gómez, director del Instituto Cisalva y profesor del Departamento de Ciencias Básicas de Facultad de Salud de la Universidad del Valle, "estamos pensando en una segunda etapa de pruebas rápidas de anticuerpos".

Por otra parte, Wilfredo Agredo, Investigador de la Universidad del Valle y de la Universidad Autónoma de Occidente, dio a conocer un dispositivo que mide el estrés y el cansancio de los médicos en sus largas jornadas, ya que muchos médicos mueren a causa de paros cardiacos por el ritmo de trabajo al que se enfrentan.

En la Universidad del Valle también se trabaja en un lavamanos portátil que permite el lavado en sitios donde no haya conexión a la red de agua potable y sin tener que usar las manos para operarlo, evitando el contacto con virus y bacterias.

El lavamanos se instalará inicialmente en la estación Universidades del MIO.

Editorial

Las lecciones de la pandemia

Es positivo que en medio de la emergencia y pese a las diferencias, los gobernantes empujen hacia un mismo lado.

Una de las grandes lecciones que dejará la emergencia sanitaria, económica y social ocasionada por la pandemia del Covid-19 en Colombia es que, a pesar de las diferencias ideológicas, sí es posible trabajar coordinadamente cuando el interés superior del país se pone por encima de las rivalidades políticas y de los intereses personales.

Sin necesidad de pensar igual, porque tienen visiones distintas e incluso han manifestado discrepancias en algunas formas del manejo de la crisis, el Gobierno Nacional, los gobernadores y los alcaldes están, como nunca antes, trabajando unidos en el propósito de salvar vidas.

El asesinado digirente conservador Álvaro Gómez Hurtado defendió a lo largo de su vida pública la necesidad de un "acuerdo sobre lo fundamental", y parece que por fin la grave amenaza que representa el coronavirus logró que quienes manejan el país actúen en ese sentido.

¿Cómo lograr que por encima de las rivalidades naturales de la competencia electoral y de las contraposiciones de las diferentes visiones ideológicas, después del Covid-19 se mantenga ese acuerdo sobre lo fundamental?

Como ya se puede palpar, la pandemia está causando estragos económicos en nuestro país que se traducirán en aumento del desempleo y, por lo tanto, de las necesidades sociales; esta situación demandará que el Gobierno Nacional, las gobernaciones y las alcaldías trabajen en una misma dirección para reactivar el aparato productivo.

Y así como es necesario que las administraciones públicas mantengan esa disposición al trabajo articulado, se requiere que tampoco se pierda la solidaridad ciudadana y quienes estén en capacidad de hacerlo le den la mano a quien lo necesite.

Ojalá el coronavirus deje como enseñanza una forma de afrontar los problemas como sociedad.

EL FARO

El Valle le cumplió a Clara

MIGUEL YUSTY

Definitivamente los seres humanos funcionamos con los tiempos de Dios, todo nos sucede a partir de una agenda, donde la magia del destino marca nuestras vidas. Así lo he percibido desde los hace más de veinte años que conozco a Clara Luz. Sus actos y sus decisiones me recuerdan mucho la frase que utilizaba un exitoso amigo mío y quien siempre me decía, "No te preocupes, yo pedaleo, Dios lleva mi dirección" y que me permitieron, salir de las miles de confusiones y crisis que me han acompañado.

Lo que viene sucediendo en la tarea de combatir la pandemia y proteger a sus ciudadanos, ha tenido diversas respuestas por parte de nuestros gobernantes, pero la que se ha construido desde el Valle, de manera silenciosa, sin protagonismos, sin posturas autoritarias y sin mensajes seudocientíficos, ha marcado la diferencia.

Lo sucedido ayer fue el resultado de una convincente campaña de convocatoria bajo la consigna "Un Valle solidario es un Valle invencible". Apalancado por una inteligente plataforma de redes sociales, permitió posicionar la invitación a donar, convocatoria hecha por más de 400 famosos, rebasando todos los límites que eran transformar toda esta generosidad en más de 200 mil mercados.

El papel de Telepacífico fue definitivo, no solo en la convocatoria, sino en la Donatón, desde donde se elaboró un ejercicio visual, incluyente, y finalmente el gabinete de la Gobernadora y el trabajo de los alcaldes de los 42 municipios funcionaron como un gran equipo, alcanzándose a ver el importante papel que en la coordinación de todo este ejercicio cumplió la promisoria Gestora Social.

#ENDEFENSADE

Estadistas

IVÁN CANCINO

Hoy está surgiendo un nuevo orden no solo mundial sino para Colombia, y éste deberá ser edificado por personas de corrientes políticas diversas y de pensamiento muchas veces contrario.

El Presidente Duque, su gabinete y demás funcionarios han tomado muy en serio el problema que enfrentamos. Lo que es inadmisible es que a mandatarios locales se les olvide que quien maneja la totalidad del país es el Presidente de la República.

A Duque se le debe reconocer que está pensando como estadista, llegada la pandemia reaccionó, tomó control, demostró de que está hecho y con calma, ponderación, coraje y decisión ha dado soluciones reales, concretas y eficaces.

El discurso del gobierno y su actuar privilegia la salud por encima de todo, tiende a preparar el sistema hospitalario lo mejor que se pueda para cuando lleguen tiempos peores, porque puede suceder. En pocas palabras el presidente se graduó de estadista.

Obvio que hay fallas y muchos temas en los que mejorar: ampliar el decreto de excarcelación; invertir en tecnología para que la justicia funcione mejor; mayor exigencia al sector financiero para que apoye con mejores tasas de interés; brindar todos los elementos a los médicos para que estén en condiciones seguras.

Seguro estoy de que la MinJusticia está trabajando en un nuevo decreto pensando en los privados de la libertad y en los guardias; seguro estoy de que MinSalud está metido de cabeza buscando insumos para médicos y hospitales; seguro estoy de que MinHacienda y el SuperFinanciero están atentos para pedirle más compromiso a las entidades financieras y seguro estoy presidente de que usted está al mando.

Las columnas reflejan la opinión del autor, no la posición editorial del Diario Occidente.

EN VOZ ALTA

"Los amateurs esperan sentados a que les llegue la inspiración; los demás directamente nos ponemos a trabajar."
Stephen King

EL RINCON DEL PENSAMIENTO

Al comenzar el día

Al empezar cada día, trataré de aprender algo nuevo sobre mí, sobre ti y sobre el mundo en que vivimos, de tal modo que pueda continuar sintiendo y viviendo todas las cosas como si acabaran de nacer.

Al empezar el día, me acordaré de participarte mi alegría, así como mi pena, de manera que nos podamos conocer mejor el uno al otro.

Al empezar cada día, me pondré a escucharte de verdad e intentaré comprender tu punto de vista, al tiempo que trataré de darte el mío de la forma más suave, recordando que ambos estamos creciendo y cambiando y cambiando de mil formas distintas.

Al empezar el día, recordaré que soy un ser humano y no exigiré de tí la perfección hasta que yo sea perfecto.

Al empezar cada día, me cuidaré de acercarme a ti y acariciarte con ternura, porque no quiero dejar de sentirte.

Al empezar el día, me dedicaré a renovarme como hombre que ama y a esperar los acontecimientos.

Calle 7 No 8-44
PBX 8831111
Apdo. Aéreo 5252
Fax 8831111 - Ext.: 156
Cali (Colombia)
opinion@diariooccidente.com.co

Una publicación diaria del Nuevo Diario Occidente S.A. Fundado el 19 de noviembre de 1961

Editora General: Rosa María Agudelo Ayerbe — rmagudelo@diariooccidente.com.co
Jefe de Redacción: Mauricio Ríos Giraldo — maurorios@diariooccidente.com.co
Coordinadora de Redacción: Claudia Alexandra Delgado Salgado — economicas@diariooccidente.com.co
Director Comercial: María Isabel Saavedra — msaavedra@diariooccidente.com.co
Coordinador de Circulación: Jhony Guerrero
Santa Fe de Bogotá: Esperanza Pineda — epineda1@diariooccidente.com.co — 312-5855537-3504542604 - (1) 8297713

DIARIO OCCIDENTE
www.occidente.co

Covid-19: Tips para el manejo de la ansiedad

Durante el confinamiento estamos expuestos a varias emociones diarias que en ocasiones nos pueden pasar malas jugadas por el cambio de vida que hemos tenido en tan corto tiempo o porque diariamente estamos expuestos a noticias sobre el nuevo Coronavirus las 24 horas al día; por tanto cambio constante en la información sobre la pandemia del COVID-19, muchas personas sienten más estrés y ansiedad.

"La ansiedad no es ni buena ni mala, sino solamente parte de la experiencia humana. La ansiedad sana nos empuja a entrar en acción para no correr peligro. Es importante cuidar a quienes amamos y experimentar este momento con resiliencia", comenta Kristin Lothman, consejera de salud y mente en el Departamento de Medicina Integral y Salud de Mayo Clinic.

"Existen muchas estrategias para controlar la ansiedad. Yo recomiendo establecer una práctica de autocuidado; los elementos que incluiría serían: llevar un diario, hacer ejercicio y yoga, así como meditar y orar", dice Lothman.

Otra manera de afrontar la ansiedad es con Mindfulness que es la práctica de la atención plena, estar presente en el ahora. Nuestras mentes siempre están regresando al pasado o al futuro, pero no están en el ahora. "Atención plena significa prestar atención a propósito del momento actual en que nos encontramos, es un método poderoso que se puede utilizar justo ahora" comenta Lothman.

La atención plena consiste en enfocarse y tomar conciencia, la mejor manera de establecer una conexión es sin distraerme, estando presente y enfrascándose en el contacto visual.

A fin de calmar el cuerpo y la mente, Lothman recomienda la meditación dirigida, que es un tipo de concentración relajada en la que un narrador imparte instrucciones para respirar y visualizar. Los ejercicios respiratorios también son provechosos, especialmente para los niños pequeños.

Puede practicar de tres a cuatro veces diarias, tal vez no toda la meditación, pues a lo mejor 10 respiraciones son suficientes para que note un cambio en su experiencia interior".

Para tener en cuenta...

Aprende a vivir con pasión cada instante y haz que cada segundo cuente, con estos 6 ejercicios:

Dúchate con atención plena: concéntrate en el agua, sólo en ella, disfruta con cada uno de los sentidos como se desliza por cada parte del cuerpo, esto permitirá desconectarte.

Recorre tus sentidos con la comida: qué comer sea un ritual, cualquier comida es una fiesta para los sentidos. Los sabores se entremezclan en la boca. Para y disfruta.

Muévete para conectar cuerpo y mente: en una situación como esta, el ejercicio es clave. Si quieres conectar el cuerpo y la mente, necesitas un interruptor, ese es el movimiento. Mientras el cuerpo se cansa, la mente no puede auto destruirse.

Pregúntate cómo estás: ten una conversación contigo mismo para decirte todo el amor que tienes y lo importante que eres. Puede ser frente al espejo o en tu sofá. Solo necesitas silencio y mucha sinceridad.

Calma tu mente: busca un cuaderno y escribe en el cómo te sientes. Está demostrado que escribir tus emociones relaja. Dibuja, pinta mándalas, lee un libro que te atrape, escucha música tranquila.

Un minuto de respiración profunda: piensa en cada respiración, se consiente del momento. Cualquier mala situación se puede controlar con un minuto de respiración profunda.

Tos aguda en niños se alivia con miel de abejas

Productos disponibles como la miel de abejas sin diluir o el Vicks VapoRub han demostrado su utilidad en el tratamiento de la tos aguda asociada a infecciones virales respiratorias en menores.

Dado que en este tiempo la tos es causa de preocupación frente al riesgo de contagio por coronavirus, estos productos pueden contribuir en alto grado al alivio de episodios de tos severa en los niños.

Así lo afirma el neumólogo Carlos Rodríguez Martínez, profesor del Departamento de Pediatría de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Colombia (UNAL) en su charla "La tos aguda en los niños más allá del coronavirus".

Al respecto, el doctor Rodríguez recordó la primera investigación que evidenció la mejoría significativa de pacientes cuando se compara la miel de abeja con placebos, la cual fue realizada en un grupo de 210 pacientes entre 1 a 5 años, quienes fueron divididos en tres grupos.

Ante algunos episodios de tos, sobre todo en escenarios caseros y en horarios difíciles, como entre la noche y la madrugada, el doctor Rodríguez reconoce que productos como la miel de abeja (sin diluir) y el Vicks VapoRub pueden tener efectos positivos en este síntoma.

La miel tiene un efecto emoliente tópico y al ser dulce produce una salivación refleja, que lleva a un aumento en la producción de moco en la vía aérea, lo cual tiene un efecto emoliente en la faringe. No obstante, no se recomienda

suministrarla a niños menores de dos años.

El doctor Rodríguez también abordó el uso del Vicks VapoRub como método de alivio y cuya dosis tópica recomendada corresponde entre 5 y 10 milímetros, lo que equivale a una capa delgada que cubra el pecho y la espalda del menor.

Sin embargo, no recomienda usarlo bajo ningún motivo en las fosas nasales, pues existe el riesgo de producir una neumonía lipoidea por aspiración de los compuestos oleosos del producto.

Por último, le sugiere al personal médico reconocer el significativo impacto clínico y emocional que tiene la tos aguda, no solo en niños, sino también en sus padres o cuidadores, por lo cual se debe realizar una historia clínica minuciosa, un examen físico detallado y los respectivos estudios complementarios cuando estén indicados para identificar algún probable diagnóstico etiológico de tos aguda.

Reducción de la mortalidad en la crisis de salud mundial

El próximo martes 28 de abril a las 8:00 p.m. Jaquin de Francia realizará la conferencia virtual: Esquemas con Fitoactivos para reducción de Mortalidad en la Crisis de Salud Mundia, que será dictado por la médica cirujana Nathalie Méndez.

Los temas que se desarrollarán serán:

- Soporte de fitoterapia previos a la infección.
- Esquemas Integrativos frente al diagnóstico del virus mortal.
- Plantas medicinales para inmunomodulación y su acción protectora.
- Cómo evitar las complicaciones que llevan a la mortalidad.
- Investigación de los antimaláricos para el tratamiento de la enfermedad.

Para ser parte de esta conferencia ingrese a: https://zoom.us/webinar/register/5215869785088/WN_Pes30B33Tgu42aGjZAY6qQ.

■ Qué dice la propuesta del Gobierno

¿Quiénes pueden salir a hacer ejercicio a partir del lunes?

La nueva medida del Gobierno Nacional para la salud física y mental de los colombianos, que comenzará a regir desde el 27 de abril, permitirá que algunos ciudadanos puedan salir de sus casas a realizar actividad física, siempre y cuando cumplan con las medidas sanitarias.

Así lo anunció, en primera instancia, la Jefe de Gabinete de la Presidencia de la República, María Paula Correa, quien dijo que desde el próximo lunes se autorizará la práctica de deporte al aire libre, respetando las distancias, con protocolos estrictos de horarios y perímetro de desplazamiento.

Las actividades físicas permitidas por el Ministerio del Deporte, entre las 5:00 a.m. y las 8:00 a.m., para personas entre 18 y 70 años, son correr, caminar, trotar y montar bicicleta, pero de manera individual y se podrá realizar en un radio de un kilómetro a la vivienda de cada ciudadano.

En este momento, la Secretaría del Deporte y la Recreación de Cali, junto con la Secretaria de Salud y la Alcaldía están evaluando la medida en espacios públicos de la ciudad, pero protegiendo el bienestar y la salud de todos los caleños. Próximamente se dará a conocer una directriz, pues se debe tener un plan estratégico en caso de ser implementado.

Restricciones

■ Los jóvenes y adultos pueden ejercitarse máximo 60 minutos. Los niños pequeños pueden salir en compañía de sus padres y deberán realizar ejercicios de baja intensidad entre 20 y 30 minutos cerca a su casa.

■ Se debe mantener una distancia superior a los dos metros al costado, cuando se trote, camine o corra y es indispensable portar kit sanitario, hidratación personal y el respectivo tapabocas.

■ Si excede el kilómetro permitido para la actividad física puede ser sancionado por las autoridades, según las administraciones locales.

■ No se podrá realizar deporte en canchas, gimnasios al aire libre o biosaludables y parques recreativos, puesto que son posibles focos del virus. Además, los gimnasios y las escuelas de formación deportiva continuarán cerrados.

Ventana

FABIO LARRAHONDO VIAFARA
falavi2005@yahoo.com
Especial para el Diario Occidente y la Aldea Virtual de Ventana

Para tener en cuenta:
- Este coronavirus, en medio de la pandemia tiene su lado bueno: avanza un proyecto para liberar delfines que suelen mantenerse en cautiverio en Acuario de Santa Marta. Ya les están permitiendo salir de paseo a una zona amplia de la bahía para que poco a poco se enseñen al mar y liberarlos. Se les ha visto más contentos que mucho antes.

La Pregunta Fregona:
- ¿Hasta cuántas veces se lava las manos por estas calendas del coronavirus?

Al César lo que es del César:
Impresionante, por decir lo menos, la irresponsabilidad de muchos que, a sabiendas que son portadores de coronavirus no se quedan en cuarentena sino que salen a recorrer sus barrios o pueblos sin importarles la salud y la vida de los demás. Abundan los casos en Cali, Palmira, El Cerrito y Jamundí. Es tanta la tozudez que se está pensando denunciarlos penalmente.

Farándula en Acción:
- Oigan se le fueron con todo los petristas y otros antiuribistas a Jessi Uribe porque al hablar de sus preferencias políticas dijo que le gustaría que Álvaro Uribe volviera a ser Presidente de Colombia …Las redes se calentaron, unos en contra y otros a favor…

Entre Tomates y Fresas:
- Tomates: por camionados y bien podridos para todos aquellos que siguen desobedeciendo la orden y recomendación de quedarse en casa ante la amenaza real del coronavirus.
- Fresas: bastantes y sabrosas para los emprendedores que no se han quedado llorando en la sala, sino que se han inventado estrategias para obtener ingresos para ellos y sus familias. Ejemplo, las panaderías caseras.

Jessy Uribe. ¿Qué dice Ventana de esta estrella de la música popular?...Lea.

Las "Ultimas" del Periodismo:
- "Las 2 Orillas" sigue ganando seguidores bajo su estrategia de ofrecer oportunidad de publicar sus artículos a ciudadanos. El Comité de Redacción se encarga de validarlos o no. Respetando a todos los que escriben en el portal, les confieso que mi sección preferida son los artículos ciudadanos, donde se incluye a connotados periodistas y profesionales de otras áreas. Da gusto sumirse en sus lecturas.

- Chao…Nos vemos mañana…Gracias a DIOS por todo…y que la fe siga creciendo firme….

OCCIDENTE EN TU BARRIO

Las denuncias, eventos y proyectos de tu barrio pueden ser noticia.

Cuéntanos al: 3024074327

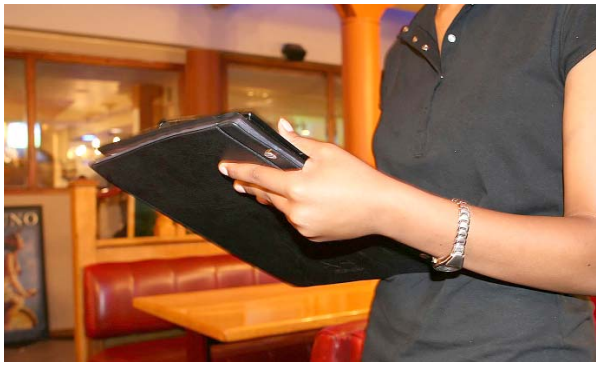
Independientes demandan ayudas para seguir operando

Desde las comunas 2, 9, 11, 17 y la 21 hacen un llamado a la entidad competente para que piense más en las personas independientes que se están viendo perjudicadas con el aislamiento obligatorio y quienes se verán impactadas con la medida presidencial de mantener por un periodo de 18 meses las restricciones en bares, discotecas y otros espacios.

Jesús David Gómez Sarria cuenta que su familia tiene una empresa de servicios de meseros y banquetes en el barrio Primavera, en la comuna 11, con la que atienden clientes dentro y fuera de la ciudad. "Somos una empresa creada hace 16 años para brindarle la oportunidad a las personas de tener un empleo por prestación. Normalmente trabajamos con más de 150 personas", explicó.

Según Gómez Sarria, lo que más se plantean son créditos, "pero lo que realmente necesitan los independientes son garantías para poder seguir laborando, porque 18 meses sin hacer un evento es un tiempo bastante riesgoso para uno poder perder su patrimonio o todo lo que ha conseguido, el llamado es que piensen más en nosotros".

Sobre el tema, el Concejo de Cali solicitó a la Gobernación del Valle y a los Alcaldes del área metropolitana de Cali adoptar medidas que eviten el colapso para más de 15 mil personas que quedarían desempleadas. El cabildante Juan Pablo Rojas propuso pensar en alivios tributarios o generar subsidios para pagos de arrendamiento, ayudas o auxilios para empleados y colaboradores incluyéndolos en los programas para la población vulnerable, "debido a que muchos trabajan al diario o por labor y se consideran como empleados independientes".



Sin ayudas del gobierno local, departamental o nacional, las Mipymes temen no poder sostenerse por más tiempo.

Sony ofrece talleres online en vivo y gratuitos

Sony Latin sigue sorprendiendo a los fotógrafos de habla hispana, desde aficionados hasta profesionales, podrán potenciar su creatividad gracias a la capacitación que Sony pone a su alcance. La iniciativa junta la experiencia de expertos en tecnología fotográfica y fotógrafos quienes conforman el programa Alpha Partners de Sony para brindar cursos, conversatorios y talleres dispuestos a ayudarte a perfeccionar tus conocimientos en captura de imágenes desde la comodidad de tu hogar.

Para conocer los horarios tu respectivo país y la oferta completa de talleres consulta el sitio web: https://alphauniverse-latin.com/eventos apresúrate reservar tu lugar registrándote en el curso de tu preferencia. Hay cupo limitado en algunos cursos. Espera más noticias desde los canales de redes sociales de Comunidad Alpha Latinoamérica: Facebook @comunidadalpha; Instagram @alphabysony_latin. La oferta de cursos y capacitaciones se estará actualizando por los canales digitales de Sony Latin y Alpha Universe by Sony Latin.

■ Nuevo curso virtual gratuito

Fintech para emprendedores

Este año y acorde a las nuevas tendencias del mercado y la coyuntura actual, APPS.CO busca ampliar su oferta con un nuevo curso de fintech para emprendedores en alianza con la Superintendencia Financiera de Colombia y Platzi, un contenido creado para seguir promoviendo el uso y apropiación de la tecnología e incrementar el capital humano calificado para desempeñarse en la economía digital.

Según el Fintech Radar 2019 de Finnovista, organización que analiza el comportamiento de este sector en América Latina y España, Colombia siempre se ha encontrado entre los principales ecosistemas de la región, ocupando el tercer puesto en Latinoamérica con más de 180 startups.

"Desde el Ministerio TIC trabajamos constantemente por la transformación digital de diferentes sectores productivos y por generar espacios virtuales de aprendizaje.

Desde APPS.CO estamos convencidos de que estas iniciativas apoyan la formación de los emprendedores digitales en todo el país", indicó Sylvia Constaín, ministra de las TIC.

¿Qué es y para que sirve?

El término "Fintech" deriva de las palabras "finance technology" y se utiliza para denominar a las empresas que ofrecen productos y servicios financieros, haciendo uso de tecnologías de la información y comunicación, como páginas de internet, redes sociales y aplicaciones para celulares. Estas entidades resultan atractivas principalmente para personas jóvenes, ya que la mayoría de ellas están vinculadas a tecnologías relacionadas con dispositivos móviles, y generalmente, no hay necesidad de ir a una sucursal para llevar a cabo algún trámite; por lo que son innovadoras y flexibles al público.

Los temas

Los emprendedores que tomen el curso podrán aprender sobre los siguientes temas:

- Conceptos básicos del mundo fintech.
- El marco regulatorio para servicios financieros.
- Sistemas de pagos y banca digital y sus componentes.
- Tendencias del mercado de valores, incluido crowdfunding.
- Importancia del InsurTech, RegTech y SupTech, entre otros.

Todas las personas con tarjeta de identidad, cédula o cédula de extranjería, se pueden registrar gratuitamente a este curso virtual de fintech en el link: https://apps.co/cursos/appsco-curso-de-fintech-para-emprendedores/.

El curso se puede tomar en diferentes días y horarios según la disponibilidad de cada emprendedor. El curso tiene 20 módulos y cada uno tiene una duración de 8 y 13 minutos. Al finalizar, APPS.CO y Platzi emiten un certificado de participación.

Nota importante: si presenta algún inconveniente al activar la cuenta, puede escribir al correo info@apps.co con el número de identificación, nombre completo y el correo electrónico a registrar.

Más información sobre este programa, acceder a los otros cursos virtuales gratuitos y para suscribirse al newsletter semanal pueden registrarse en:

https://apps.co/cuentas/registro/

¿Cómo superar la etapa de la cuarentena?

Carlos Julio Ramírez, consultor internacional, entrega en videos cortos y muy fluidos las claves que debemos tener en cuenta para superar esta difícil etapa de cuarentena.

En tres videos nos cuenta como la incertidumbre afecta la vida desde el punto de vista laboral familiar y personal. Una serie de reflexiones que concientizan sobre los cuatro puntos fundamentales que hay que tener en cuenta. "Es importante que seamos conscientes del tiempo que dure esta cuarentena, el espacio en el que la vivimos y como lo organizamos, cómo administramos los recursos que tenemos y cómo estamos manejando las relaciones, porque el hecho de estar confinados tanto tiempo hace que nos volvamos irascibles y sensibles y cualquier cosa se convierte en un tsunami que termina devastando las relaciones" aseguró el consultor.

En un segundo video nos habla de lo que debemos evitar como las adicciones. "Temas como los juegos en línea, el licor, las alteraciones en el sueño y la dependencia a las redes. Además de poder vivir una intoxicación, es decir la sobresaturación de información que nos afecta emocional y mentalmente, porque podemos estar enfrentándonos a una sobrecarga negativa de información" explicó.

También hace énfasis en la necesidad de evitar la inactividad y el sedentarismo ya que como él mismo afirma un cuerpo activo es un cerebro en funcionamiento.

"Lo otro a tomar en cuenta es la intolerancia porque al estar todos en la casa tenemos que generar espacios para hablar, porque algunos se deprimen, todos ven las cosas desde perspectivas diferentes y el que sufre de ansiedad necesita comprensión, si es irascible todo lo angustiará entonces hay que entenderlo. Una serie de circunstancias que nos invitan a trabajar por preservar y cuidar las relaciones" puntualizo Ramírez.

Finalmente nos entrega un tercer video en el que recalca la importancia de conversar pero de hacerlo con calidad, sobre la necesidad de reflexionar, pensar y reevaluar nuestros sistemas de valores. "Nos hemos dado cuenta de que lo que realmente importa es la gente, lo que nosotros podemos aportarle a las personas y como les somos útiles, una escala de valores que nos va a volver a encarrilar" aseguró.

Habla de la importancia de aprender a negociar, de llegar a acuerdos, establecer formas de pago de negociación, formas diferentes de trabajar, sobre los salarios, sobre los clientes y todo lo que pueda tomar un giro diferente.

"Esta es una oportunidad para cerrar brechas, lo que significa aprender. Desarrollar habilidades, fortalecer competencias, cómo estudiamos, cómo nos capacitamos, a hacer trabajo colaborativo, perspectivas nuevas, alternativas nuevas. El objetivo es reflexionar acerca de lo que significa el momento que se está viviendo, su impacto y cómo mitigarlo y ajustarlo a una situación que es compleja pero que podemos transformar".

Encuentre los videos y mucha más información en:
Facebook - YouTube: Carlos Julio Ramírez Consultor

Síntomas COVID-19

- Fiebre
- Tos seca
- Congestión y secreción nasal

www.cali.gov.co/salud

#LaVacunaEstáEnTusManos

Todos contra **el coronavirus**

Puro Corazón por Cali

ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI

En tiempos de contingencia facilita las prácticas del teletrabajo

Digitalización de documentos, una estrategia en la continuidad del negocio

POR: JUAN DAVID GARCÍA SEMANATE
AUDITOR
EMAIL: DGARCIA@SFAI.CO

Partiendo de la premisa del Código de Comercio de Colombia que en el artículo 60 - Conservación de los libros y papeles contables, expresa que:

Artículo 60- *Los libros y papeles a que se refiere este capítulo deberán ser conservados cuando menos por diez años, contados desde el cierre de aquéllos o la fecha del último asiento, documento o comprobante. Transcurrido este lapso, podrán ser destruidos por el comerciante, siempre que por cualquier medio técnico adecuado garantice su reproducción exacta. Además, ante la cámara de comercio donde fueron registrados los libros se verificará la exactitud de la reproducción de la copia, y el secretario de la misma firmará acta en la que anotará los libros y papeles que se destruyeron y el procedimiento utilizado para su reproducción.*

Por lo anterior, hace que los documentos comerciales de las empresas ocupen espacios en bodegas y oficinas por mínimo 10 años, y, los documentos mayores a 10 años la compañía deberá seguir garantizando su reproducción exacta, pero, el mantener estos documentos hace que el proceso de archivo sea más costoso, obviando, que, almacenar los documentos físicos en un medio digital podría resultar un poco más económico.

¿Para qué sirve?

Por la costumbre de archivar documentos físicos y las técnicas de archivística convencionales que adoptan las empresas empíricamente, piensan que el proceso de asegurar un buen sistema de gestión documental es mínimo, teniendo presente que, un óptimo sistema de gestión documental, ayuda a que el control interno funcione mejor y a gestionar la información de manera más integra, sin olvidar que el extraer documentos e información de esos remotos espacios de archivos es una tarea incomoda y puede llegar a tener consecuencias de no poseer información oportuna.

Es aquí en donde la digitalización de documentos y procesos ha tomado fuerza como estrategia en la administración de riesgos operacionales, dado que, en contingencias cómo por ejemplo en estos tiempos de COVID-19, el tener la información oportuna en medios digitales, facilita la continuidad operacional de la empresa.

www.sfai.co
SFAI
Auditoría y Aseguramiento
Asesoramiento Legal e Impuesto
Consultoría Gerencial
Servicios de BPO
Contáctenos:
Cali: +57 2 486 22 12
Bogotá: +57 1 486 2337

¿Qué se requiere?

1. Identificar bajo que metodología su sistema de gestión documental se basará su gestión diaria. Ver metodologías en el Archivo General de la Nación.

2. Identificar y reunir toda la información a digitalizar y de manera paralela, revisar que el documento no tenga clips o elementos diferentes propios del documento, además, tener presente que hay documentos que se complementan con otros documentos y así mismo deberán de ser digitalizados.

3. Almacenar los documentos de una manera centralizada, que, permita y facilite el acceso a consultar los diferentes documentos teniendo las precauciones de seguridad de acceso a la misma.

Lo anterior, permite que como proceso posterior y optativo mediante herramientas tecnológicas, convertir el archivo tipo imagen en un activo tipo texto, para así realizar procesos de analítica e inteligencia de negocios de manera estructurada o no estructurada; logrando sacar utilidades de la data que se puede construir basado en los archivos físico, sin dejar de resaltar la relevancia que trae tener un sistema de gestión documental digitalizado y para seguir operando, en tiempos de crisis, en donde, a su vez, la digitalización contribuye y facilita las practicas del teletrabajo permitiendo continuar la compañía bajo operación.

En SFAI Colombia, estamos seguros de contar con profesionales expertos en gestión corporativa y de riesgos junto a herramientas que contribuyen a la productividad empresarial, que hacen posible la continuidad de los negocios en tiempos de crisis. Consúltenos.

Casos relevantes

Los motivos más relevantes para iniciar el proyecto de digitalización de archivos son:

1. Ahorro de espacio en infraestructura inmobiliaria, dado que, podrá utiliza de manera más eficiente y eficaz el espacio del archivo.
2. Ahorro de tiempo en búsqueda manual de archivos físicos, solo escribiendo las iniciales o algunas letras del documento, lo podrá buscar y obtener más fácil, así ahorra tiempo.
3. Seguridad de acceso, se puede exigir ingresar a los documentos con varias claves de acceso para así garantizar la confidencialidad.
4. Se puede acceder a la información desde cualquier dispositivo conectado a la Internet, en donde, a su vez, podrá consultar y laborar desde cualquier parte del mundo.
5. Disminución de la contaminación y mejora al medio ambiente, ahorrando en costos de impresión y papelería.
6. Evitar el deterioro de los documentos, así garantizando que los documentos estén bien conservados.
7. Facilidad en la selección, consulta y extracción de documentos para la auditoria interna y externa.
8. Datos organizados de manera estructurada y no estructurada -Big Data-.

TU SALUD ESTÁ EN TUS MANOS

#QUÉDATEENCASAYA

#LAVACUNAESTÁENVOS

#ENELVALLENOSCUIDAMOS