

# Feliz día de las madres



## 5 DE SEPTIEMBRE

Viernes, 8 de mayo de 2026. "Año del Centenario del Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz".  
ÓRGANO DEL COMITÉ PROVINCIAL DEL PCC  
Año 46 | VII época |



## Campesinos de Cienfuegos, otra vez punteros nacionales

Como parte de las celebraciones por el 17 de mayo, la provincia acogerá un amplio programa de actividades en homenaje a los campesinos y cooperativistas, en el contexto de significativas efemérides



Foto: Julio Marcial Martínez Hidalgo

Miguel Adrián Rodríguez Pérez  
@MiguelAdrianR17

Los campesinos y cooperativistas de la provincia de Cienfuegos han merecido la sede de las actividades centrales por el aniversario 65 de la constitución de la Asociación Nacional de Agricultores Pequeños (ANAP).

La decisión, enaltecida por el Centenario del de nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, el aniversario 80 del asesinato de Niceto Pérez y los 67 años de la firma por el líder histórico de la Revolución cubana de la Ley de Reforma Agraria, ha motivado un programa de acciones que se extenderá durante todo el mes de mayo.

En conferencia de prensa, Liutmila Rodríguez Jiménez, miembro del Buró Provincial de la ANAP que atiende la esfera político-ideológica, detalló el cronograma de actividades, que incluye desde jornadas de embellecimiento y limpieza en cooperativas, hasta asambleas generales de asociados para estimular a los productores y sus familias.

Entre las acciones más significativas sobresalen encuentros con las Brigadas FMC-ANAP, reconocimiento a madres destacadas del sector, trabajo productivo de jóvenes campesinos y actos político-culturales en cada municipio. Además, se realizarán donaciones de productos agropecuarios al Hospital Pediátrico, al Centro Médico Psicopedagógico y al Hogar

de Niños sin Amparo Familiar.

Del 14 al 16 de mayo, una Brigada Artística recorrerá comunidades campesinas de los municipios destacados. También están previstos un encuentro de béisbol en Aguada de Pasajeros, la inauguración del ranchón de la CCS Jesús Sardiñas y la cancelación de un sello postal conmemorativo.

En vísperas de la fecha histórica, tendrá lugar un trabajo voluntario masivo en la CPA Nicaragua Libre, del municipio de Rodas, y un rodeo en saludo a la efeméride. Al día siguiente, se entregará la canastilla "65 Aniversario de la ANAP" al primer niño que nazca. Mientras tanto, el acto nacional tendrá lugar el 17 de mayo en el municipio de Aguada de Pasajeros.

Al valorar los preparativos, Jazmín Jiménez, presidenta de la organización, declaró que: "Satisfechos no estamos, porque siempre que hablamos de resultados nos referimos a indicadores cumplidos. Lo más importante es la complacencia del pueblo. Aún no estamos a la altura de lo que necesitamos; precisamos la satisfacción de la población, que sea esta quien nos evalúe".

La dirigente enfatizó, además, que el mes de mayo será de compromiso, empeño y reconocimiento, como justo homenaje a los hombres y mujeres que integran la organización anapista.

Anay Terry Tejeda

Ofrecer efectivo por transferencia electrónica, fácil y sin costo, debería llamar la atención en la actualidad cubana cuando los negocios por lo general no aceptan el pago digital, y hacer una larga cola en el cajero automático o banco toma bastante tiempo.

Un titular nos comparte sobre lo ocurrido: "Era tarde cuando la persona real, alguien que visita a diario la casa, llama para alertar de que su cuenta de *WhatsApp* había sido hackeada; recién había recibido un mensaje para solicitar ayuda con urgencia, pues quien pensábamos que escribía necesitaba transferencia y a mí me hacía bien el efectivo, luego de tantos años conociéndole no era problema que más tarde llevara el dinero". Durante el relato la persona estafada reconoce que prácticamente había regalado su capital.

Son más de uno los afectados con este método de estafa monetaria a través de cuentas en redes sociales hackeadas. Por lo general, la comunicación se realiza por mensajería o llamada, nunca por videollamada. La mayoría de las veces se acompaña de la manipulación de solucionar un problema apremiante; por ejemplo, aprovechar el negocio, el cual a diferencia de los demás, solo acepta transferencia.

Para evitar lo ocurrido se recomienda, antes de enviar el dinero, la comunicación de manera presencial o por una llamada telefónica con la persona. Si le niegan la videollamada, desconfíe y no comparta códigos recibidos por SMS, ni tampoco marque los que le envíen.

En caso de que le hackeen la cuenta de *WhatsApp*, intente recuperarla y recibirá otro código para activar la aplicación nuevamente en su teléfono. Luego revise los dispositivos vinculados y cierre secciones extrañas; puede también ajustar y activar la verificación en dos pasos.

#### OTRO MÉTODO: PAGAR COMISIÓN PARA COBRAR PREMIO VIRTUAL

Estafar dinero tiene múltiples estrategias, por lo general se aprovechan de las debilidades y las necesidades de las personas. Otra táctica engañosa es hacer creer que se gana un premio, una recompensa empañada con la supuesta oficialidad y seguridad del pago de una comisión, que solo se puede liquidar en una sucursal bancaria.

Y aquí una interrogante: ¿cuál es la diferencia de enviar dinero vía digital o de manera presencial en el banco? Ninguna, pues en ambos casos es el titular quien autoriza la emisión de dinero.

"Soy usuaria habitual de *Facebook* y hasta el último momento dudé de la orientación de los trabajadores bancarios sobre una posible estafa y me dejé ilusionar con la posibilidad de recibir un premio", confiesa la señora

## Transferencia por efectivo y otras tentaciones engañosas



Son más de uno los afectados con este método de estafa monetaria a través de cuentas en redes sociales hackeadas. Por lo general, la comunicación se realiza por mensajería o llamada, nunca por videollamada. La mayoría de las veces se acompaña de la manipulación, el fin es solucionar un problema apremiante; por ejemplo, aprovechar el negocio, el cual, a diferencia de los demás, solo acepta transferencia.

jubilada una vez que recibió la notificación electrónica de la gran recompensa, pero con el requisito de hacer un pago por adelantado en el banco.

Esta persona tuvo más suerte porque, aunque no recibió premio, al final se convenció de no emitir la transferencia; pero todavía hay muchos que, sin importar la edad, se dejan llevar por la tentativa de recibir dinero u otro regalo.

#### TAMBIÉN OFRECEN EL RECIBO DE PAQUETERÍA

La situación energética en el territorio, el atraso con la entrega de paquetes enviados a Cuba y la información brindada por los beneficiarios en los grupos de redes sociales —importante esto último—, es otra brecha que

aprovechan los embaucadores cibernéticos para solicitar dinero a cambio de la entrega adelantada de los bultos.

"'Cuelga mujer, no envíes dinero, es una estafa', le digo a mi esposa, pero era tarde; ya había realizado la transferencia. Durante meses reclamamos el recibo del generador de energía y nos unimos a diferentes grupos, de instituciones no oficiales, donde otras personas también se encontraban a la espera de paquetería internacional. Lo más importante era recibir el envío, sin importar el gasto extra; pero al reaccionar ya habíamos sido estafados". Detalla su historia otro cliente que acude al banco en busca de una solución.

Presentarse en la oficina de la Policía Nacional Revolucionaria (PNR) del

municipio es el primer paso ante una estafa monetaria, tal como se procede en los delitos y robos. A partir de la denuncia se inicia un proceso investigativo, mediante el cual la institución financiera ofrece la información requerida al representante de la PNR y se procede a la solicitud del bloqueo de las cuentas bancarias implicadas.

El titular puede dirigirse a su banco y recibir asesoramiento sobre las operaciones realizadas. Para solicitar el bloqueo de las tarjetas relacionadas con el caso de estafa es necesario presentar la denuncia policial.

Por todo lo anterior recomendamos, antes de transferir de la cuenta bancaria, hacer una parada y comprobar con una llamada o videollamada a la persona que le comunica para solicitar dinero, analizar la situación y de ser necesario buscar el asesoramiento del personal bancario. Resulta de gran importancia desconfiar siempre cuando se trate de dinero, porque puede ser la actitud que corte el camino manipulado por seres que se ocultan tras tentaciones, para hacerle perder parte o todo el caudal monetario que posee.

La alerta es por el bien de todos. Cada caso constituye un ejemplo para, desde la responsabilidad personal, revisar los sitios y grupos utilizados en redes sociales, además de no compartir información de tarjetas bancarias o del carné de identidad; son ladrones, cibernéticos, cuyo principal interés es estafar dinero.

Pablo Morales Concepción

El avance imparable de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) ha transformado radicalmente los hábitos de las nuevas generaciones.

Lo que comenzó como una herramienta de progreso se ha convertido, en muchos casos, en una adicción silenciosa que afecta principalmente a los jóvenes, quienes pasan horas interminables frente a pantallas de teléfonos, tabletas y ordenadores. Esta exposición exagerada no está exenta de consecuencias graves para la salud, que van desde problemas físicos evidentes hasta trastornos psicológicos profundos que suelen ser subestimados por la sociedad y, en ocasiones, por las propias familias.

El uso indiscriminado de las TICs ha dejado de ser una mera preocupación social, para convertirse en un problema de salud pública respaldado por una creciente y sólida evidencia científica.

Investigaciones recientes, como la macroencuesta de Unicef España realizada a casi 100 mil niños y adolescentes, confirman que la generación actual vive más hiperconectada que nunca, alcanzando niveles que los sitúan “al límite”. Un reciente metaanálisis que revisó 153 estudios con dos décadas de seguimiento, publicado en *JAMA Pediatrics*, ha establecido una relación sistemática entre el mayor uso de medios digitales y un incremento en síntomas depresivos, problemas de conducta, riesgo de autolesiones y un peor rendimiento académico a largo plazo. La magnitud del problema queda patente con datos como los de un estudio peruano del Instituto Nacional de Salud Mental, que determinó que los que pasan más de cinco horas diarias frente a pantallas presentan un riesgo de depresión 450 por ciento mayor, una cifra alarmante que exige reflexión inmediata.

Otras investigaciones han afinado el diagnóstico sobre los mecanismos que vinculan las pantallas con el malestar juvenil. Se ha comprobado que los adolescentes con trastornos de ansiedad o depresión preexistentes son especialmente vulnerables, pasando una media de 50 minutos adicionales al día en redes sociales, donde se comparan más con otros y son más sensibles a los comentarios, creando un peligroso círculo vicioso que agrava su condición. La Universidad de Cambridge, en un estudio publicado en *Nature Human Behaviour*, advierte que estas plataformas deben ser monitoreadas con mayor atención en jóvenes vulnerables, ya que el impacto es considerablemente más nocivo. A esto se suma la evidencia sobre la fatiga visual digital: un estudio revela que el 84 por ciento presenta síntomas como visión borrosa o sequedad ocular tras largas jornadas frente a pantallas, una consecuencia física directa de este estilo de vida.

El sueño, pilar fundamental para el desarrollo durante la adolescencia, es quizás uno de los ámbitos más afectados.



Investigaciones del centro ISGlobal han asociado el uso creciente de dispositivos electrónicos con el hecho de que entre un 20 y un 40 por ciento de los adolescentes sufran una mala calidad del sueño.

Aunque durante años se culpó exclusivamente a la luz azul de las pantallas, un estudio reciente publicado en *Sleep Medicine Reviews* matiza esta visión: si bien la luz artificial influye en los ritmos circadianos al suprimir la melatonina, el verdadero problema reside en la actividad mental estimulante que se realiza antes de acostarse y en la luz excesiva en general, factores que mantienen el cerebro en un estado de vigilia que dificulta la conciliación y la calidad del descanso. Este déficit crónico de sueño no solo afecta el estado de ánimo, sino que se asocia con una disminución de la atención y mayor riesgo de obesidad y enfermedades cardiovasculares a largo plazo.

En el plano físico, se han afianzado los trastornos musculoesqueléticos derivados de posturas incorrectas mantenidas durante horas: dolor cervical, lumbar y en las muñecas, así como un incremento preocupante de la obesidad infantil y juvenil debido al sedentarismo extremo. Las consecuencias físicas del sedentarismo vinculado a las pantallas también han sido objeto de recientes análisis.

# El costo silencioso de la hiperconectividad juvenil

Un estudio en niños escolares de entre 10 y 12 años demostró que aquellos que pasan más de dos horas diarias frente a dispositivos consumen más alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas, lo que incrementa el riesgo de sobrepeso y obesidad. Esta evidencia se suma a la preocupación expresada por la Asociación Española de Pediatría, que advierte sobre el “efecto desplazamiento”: las horas frente a la pantalla sustituyen a los hábitos de vida saludables, como la actividad física, el sueño reparador y la interacción social cara a cara, esenciales para un correcto desarrollo físico y emocional.

Ante este panorama, la comunidad científica no solo alerta, sino que propone soluciones concretas basadas en la evidencia. Los especialistas coinciden en que el objetivo no es demonizar la tecnología, sino fomentar un uso consciente y saludable. Una de las recomendaciones más respaldadas es establecer límites claros: los expertos sugieren un máximo de dos horas diarias de ocio digital recreativo y, fundamentalmente, crear una “zona y hora libre de pantallas”, especialmente en el dormitorio y durante la hora previa a acostarse, para salvaguardar la higiene del sueño.

Para mitigar la fatiga visual, se aconseja aplicar la regla 20-20-20 (cada 20 minutos, mirar a 20 pies de distancia

durante 20 segundos) y reducir el brillo de las pantallas. Sin embargo, la clave más trascendental es el papel activo de padres y educadores. Guías recientes, como la lanzada por la UCAV y el Consejo General de Enfermería en 2026, insisten en que el acompañamiento adulto y la supervisión son insustituibles. No se trata de espiar, sino de dialogar, educar con el ejemplo y promover alternativas atractivas como el deporte, la lectura o el juego al aire libre, fomentando un ecosistema donde las TICs sean una herramienta más, no el centro de la vida del joven.

Los padres y educadores deben predicar con el ejemplo, promover actividades al aire libre, el deporte y la lectura en formato físico como alternativas atractivas. Además, resulta crucial enseñar a los jóvenes a gestionar sus notificaciones, desactivando las que no sean prioritarias, y a respetar un horario de desconexión digital al menos una hora antes de acostarse.

Las escuelas pueden colaborar mediante talleres de higiene digital y alfabetización mediática, donde se aborde no solo el uso seguro, sino también el equilibrado. En definitiva, la clave no está en rechazar las TICs, sino en integrarlas como aliadas, no como dueñas de nuestro tiempo y salud.

# El gigante del Hanabanilla

**Delvis Toledo de la Cruz**  
@DVSToledo

Suspendido sobre el río Hanabanilla, a solo 2,5 kilómetros al norte del poblado Entronque Minas, aparece sorprendentemente como un yeti extraviado, el puente de Santa Gertrudis.

Casi todo el mundo lo conoce, grandes y chicos llegan desde comienzos de la primavera en busca de un chapuzón o a sentarse tranquilos en la base de sus enormes “patas”, que se alzan a más de 20 metros de altura. Sin embargo, es bien poca la gente que vive todavía y que pudiera albergar en su memoria los recuerdos de algún tren por aquella elevada pasarela. Invisible y entre la hojarasca, luce un “3-13-1919” como si hubiera sido escrito con una estaca sobre el concreto en uno de sus extremos, desvelando así los posibles 107 años recién cumplidos de la estructura.

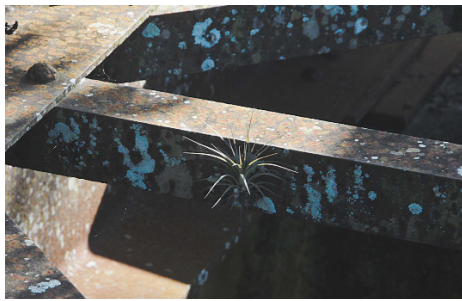
Los pitidos y el rechinar de aquellas locomotoras se perdieron en el tiempo, pero por suerte quedan estos trozos de historia dispersos sobre los ríos que rodean a Cumanayagua. Santa Gertrudis no es el único, pero sí el más bello comparado con sus “hermanos” del Guajiro o el puente de Las Brisas, los cuales nos trasladan a la primera mitad del siglo XX con apenas observar los restos que van quedando de ellos.

Se sabe —al menos así consta en documentos del *Diario de la Marina* publicados el año grabado en los cimientos—, que don Juan Garriga, señor de abolengo, figuraba como contratista de obras ferroviarias desde 1917 en el territorio de Cienfuegos. Con derroche de boato, como era usual en el diario, surgen en sus páginas los méritos del grupo Garriga, artífice de este y otros viaductos semejantes “(...) como mejor garantía de su eficiencia y solidez, porque tanto el caballeroso contratista como sus competentes auxiliares hicieron principio fundamental de la casa contratadora realizar con seriedad absoluta los compromisos, usando los mejores materiales aún a costa de enormes sacrificios (...)”.

Su portento no deja ninguna duda al respecto. Pese al desgaste del tiempo y las crecidas constantes del río, nadie se figura que le haya transcurrido más de un siglo por encima al gigantón del Hanabanilla, empeñado en mantener alto el nombre de Mister Garriga.



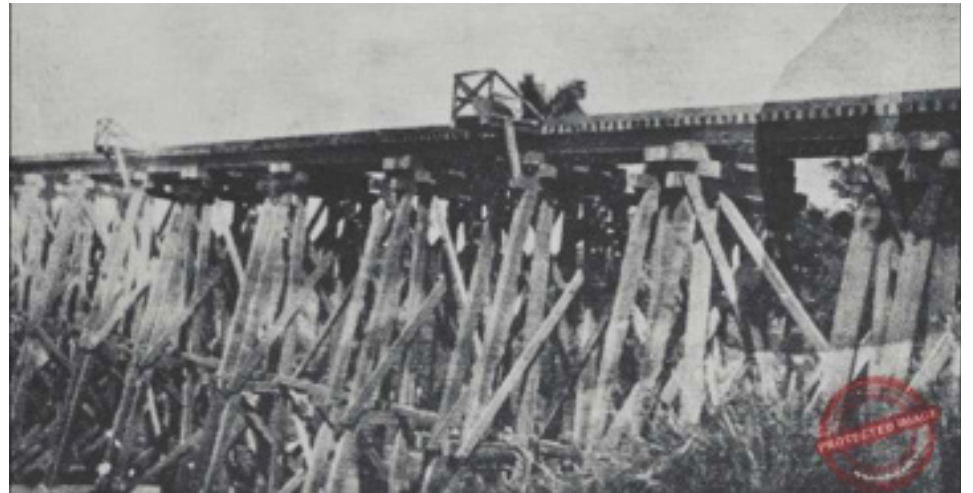
Los pilares siguen intactos, a pesar del tiempo transcurrido.



La naturaleza ganándole espacio al hierro.



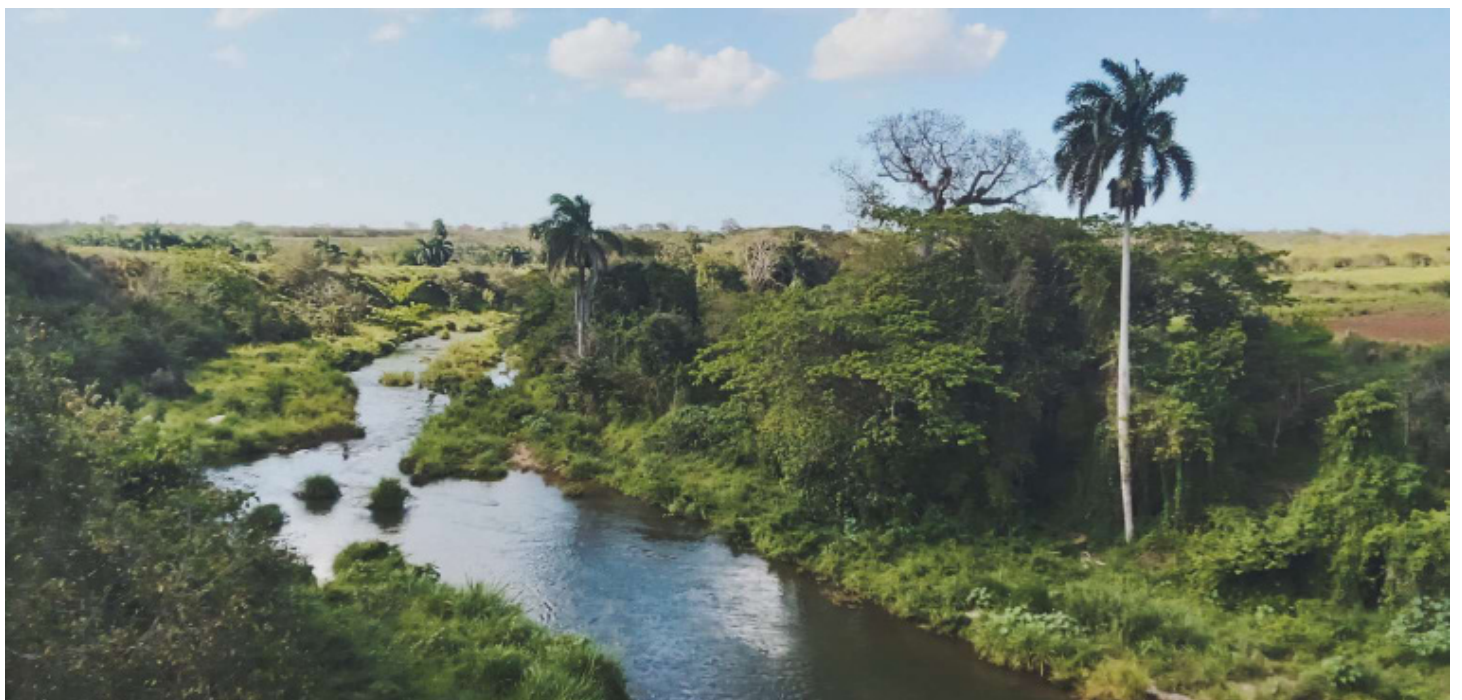
Costado donde aparece la posible fecha de culminación de la obra.



El puente durante el proceso de montaje de la obra.



Con el calor del verano, la gente llega hasta sus márgenes a bañarse.



Hermosa visual desde la cima hacia el oeste del Hanabanilla.

Asociación  
cubana de  
comunicadores  
sociales

## Enrique Richard: la tinta de la memoria y la comunicación

Yudith Madrazo Sosa  
@thiduyamad

El aire en la oficina huele a pasado, a tinta de serigrafía y a papel guardado. Mientras habla, Enrique Richard López, fundador de la Asociación Cubana de Comunicadores Sociales (ACCS) en Cienfuegos, parece extraído de una de aquellas vallas que, según cuenta, poblaban las carreteras de Cienfuegos. Conversar con él en ocasión de los 31 años de esa organización, es abrir un álbum donde las imágenes no están pegadas, sino pintadas con la paciencia de quien sabe cuánto perdura un mensaje cuando se hace con oficio y corazón.

Todo comenzó con una reunión fundacional y una convocatoria. La voz de Richard arrastra el eco de abril de 1995, cuando llegó a la ACCS con las manos manchadas de óleo y la certeza de que el diseño es también una forma de servicio.

“Ángel Álvarez Machado, entonces director de la Unidad de Propaganda, donde yo era el jefe del taller de pintura, me invitó a fundar la Asociación, y así entré, como diseñador en la rama de los creativos”, comenta.

Sus palabras dibujan una ciudad vestida de mensajes. Guardianas de las entradas, 240 vallas hablaban a los transeúntes. Carteles serigráficos, nacidos en su taller, anunciaban jornadas deportivas, semanas de cultura, efemérides.

“Era una época de recursos”, susurra, y en su suspiro se percibe la nostalgia de un tiempo en que la propaganda era un arte colectivo, un pulso constante entre la idea y la pared.

Pero Enrique no es solo un custodio de recuerdos. En él, el pasado no se archiva; se siembra. “Lo aprendido en esos veinte años —el trazo, el color, la composición— sigue vivo”, afirma, y sus ojos brillan al mencionar el proyecto comunitario Creciendo, el cual lidera desde 2002. Allí, en el barrio, la comunicación social vuelve a sus raíces: es pincel que ilustra un diploma, es palabra que convoca, la mano tendida que pinta un futuro posible donde la remembranza escasea, pero la inventiva no.

“La Asociación no era solo reuniones, rememora. Eramos un grupo dedicado a crear exposiciones con un propósito: el bien público. Hoy, con las redes y el afán del día a día,



Enrique Richard López figura entre los fundadores de la Asociación de Comunicadores en Cienfuegos. / Foto: de la autora

Sus palabras dibujan una ciudad vestida de mensajes. Guardianas de las entradas, 240 vallas hablaban a los transeúntes. Carteles serigráficos, nacidos en su taller, anunciaban jornadas deportivas, semanas de cultura, efemérides.

aquello puede parecer lejano. Pero la esencia es la misma. Se trata de conectar, de tocar fibras, usar cada herramienta —desde un pincel hasta un post— para decir algo valioso, que mejore aunque sea un mínimo la vida de alguien”.

Hoy percibe como uno de los mayores retos el conocimiento y la aplicación de la Ley de Comunicación, aspecto que considera crucial para el desarrollo de esta importante disciplina.

En la figura de Enrique Richard López, fundador, artista, comunica-

dor, se unen dos orillas: la del oficio manual y la del mensaje digital, la memoria y la esperanza. Su historia no es solo un capítulo de la ACCS; es la prueba quieta y persistente de que comunicar, en esencia, es un acto de fe en los demás.



## Policromías

A cargo de Jorge Luis Urra Maqueira

# 4+3: la ley de la renovación

Recientemente se produjo en la Galería de Santa Isabel un nuevo periplo de graduados de la Academia de Artes Plásticas de Cienfuegos (Escuela de las Artes Benny Moré), convocados para la muestra colectiva 4+3, toda vez que siete fueron los optantes de las diferentes especialidades. Durante los días 21, 22 y 23 de abril los concurrentes pudieron disfrutar de las defensas de grado y la inauguración de este despliegue artístico, colmado de garborosos e intensos proyectos que durante un mes estarán a la vista de los públicos sureños.

*Grosso modo*, 3+4 alcanza una puesta con no pocos atractivos, en la que cinco disciplinas permiten a los estudiantes expresar sus preocupaciones más latentes: el grabado, que este año alcanza la supremacía numérica, la instalación, ilustración, fotografía y el videoarte. Desde un enfoque autorreferencial, si bien los temas son pertinentes a toda la sociedad, los artistas transitan por marcas muy singulares al momento de profundizar en la realidad cubana. El bloqueo creativo, la migración y sus impactos en el hogar, la pérdida de identidad a fuerza de los influjos culturales, la disfuncionalidad en la familia que causa cicatrices en la infancia, la enajenación y la fobia social son los entibos de estos creadores recién titulados, quienes colocan toda su voluntad para optimizar sus capacidades e imaginaria.

Leandro Mir Elizondo consume con la instalación *Encrucijada* la más atractiva pieza de su corta carrera. La obra sobresale por la complejidad estructural (próxima a los 14 metros de extensión) y la belleza de su puesta; asimismo, por el modo con que transfigura un concepto en figura simbólica. Mir erige el laberinto (de una Creta moderna) en su deseo de manifestarse como víctima de un proceso que ha sido experimentado por casi todos los artistas, esa fase que nos acosa en forma de cerco creativo, lacerando nuestra inspiración y capacidad de obrar.

Por este cordelero alegórico transita Alba María Suárez Sarduy, quien comparte una de las fábulas más emotivas y certeras de la exposición. Desde una perspectiva autobiográfica, la ilustradora concibe un relato plantado en la objetualidad, un libro de carrusel que evoca su tierna relación con el padre, quien emigrara hacia los Estados Unidos cuan-



do ella era una infante. Alba consigue una obra intimista, que tituló *Desarraigo* e incorpora en tono de coautor a la figura paterna, toda vez que resulta el escritor de los cuentos que atesora el libro.

Por su parte, Daniela Carreño Seara, tomando como bastimento su experiencia en proyectos de colorido multicultural, ha apostado por el tema de la pérdida de identidad a razón de los estereotipos impuestos por las redes sociales y algunos medios de comunicación tradicionales. En su texto fotográfico, nombrado *Estética estándar*, la joven hacedora configura la imagen de una chica mestiza con elementos distintivos de la cultura asiática, una clara alusión al carácter imitativo en ciertos grupos etarios. En consideración de Omar García Valenti, miembro del tribunal, su fotografía es casi perfecta en tanto impresión, composición y tratamiento del color; aunque hubiese sido oportuno un seriado, pues el tema infiere una anchura que no tuvo su propuesta.

Ana Claudia González Roque, a su vez, nos comparte una serie de grabados que convoca bajo el título de *Ecos*, referidos a la infancia en el entorno de una familia disfuncional, aquejada por las ausencias y nulidades emocionales. La estructuración de esta serie se produce desde la evocación y la metáfora obje-

tual. Los juguetes se convierten en portadores de signos, de figuras conectadas a un pasado traumático, otrora radiante. La técnica xilográfica fue dominada por la creadora, aunque el tribunal subraya que debió perfilar las iluminaciones y limpieza de la composición.

A través de su serie de grabados, llamada *Autolisis*, Azul Gabriela González Rivera nos desmonta, con cierta autorreferencialidad, los entresijos de la alienación social. Desde una mirada antropológica del concepto psicológico y sociológico, la fabuladora erige su propio triángulo de conductualidades y dialoga a través de un sujeto enajenado, víctima del distanciamiento y la autoexclusión. La atinada composición, estructura compleja (con excelente luminiscencia y uso de los contrastes) y el rigor en la técnica linográfica le han merecido no pocos encomios.

Jonathan Liriano Ortega cierra la muestra de grabados con su serie *Miradas*, una visualización del tema de la fobia social, crisis de ansiedad que él mismo padeciera, de los más comunes entre los trastornos psiquiátricos. Claramente, el artista utiliza la xilografía para fabular sobre el temor a las situaciones sociales y los entornos embarazosos. Al mismo tiempo, utiliza algunos códigos simbólicos o alegóricos, como las máscaras,

para producir capas de significaciones. En mi opinión, Liriano es el estudiante de su año que mejor ha evolucionado en menos tiempo.

En la sede de la agrupación escénica Velas Teatro, la entusiasta Loraine Morejón Hernández presentó su texto audiovisual *25 rostros de las tinieblas*. A todas luces, resultó un gran riesgo para ella, pues tuvo que manosear el lenguaje del videoarte. Con una gran sensibilidad, acudió a tema un polemista: la crisis electroenergética, el impacto psicológico de los apagones en la sociedad cubana. El relato transita eficaz y creativamente de una noción neorrealista a un entramado surreal y a ratos neoespressionista. La fotografía, edición y puesta visual en general lograron sustentar las atmósferas y modos esteticistas; el sonido y el uso de códigos metafóricos, igual, fueron claves para enriquecer los procesos de semiosis. Sin dudas, una de las obras más seductoras por su visualidad y belleza.

4+3 no solo constata el rigor de la academia cienfueguera, de su claustro de profesores, sino también los altos niveles alcanzados por las artes plásticas en la provincia. Inobjetablemente, debemos hablar de un legado, de una tradición. Si desea confirmarlo lléguese por la Galería de Santa Isabel. Vista hace fe.



# Marifélix Sarría gigante en Campeonato Panamericano de Panamá 2026

Leyaní Díaz Hernández

La cienfueguera Marifélix Sarría da un paso más en su propósito de hacer historia en la halterofilia femenina y demuestra con su palmarés que constituye una de las principales figuras de la disciplina en la región panamericana y el orbe.

Tres nuevos lauros de la halterista en la división de +86 kilogramos, tras conquistar recientemente medallas de oro, plata y bronce en el Campeonato Panamericano de Levantamiento de Pesas de Panamá 2026, le allanan el camino hacia los Juegos Olímpicos Los Ángeles 2028.

La subcampeona mundial obtuvo la única medalla de oro de la delegación cubana al ganar en el envión, con un primer intento válido sobre 156 kilogramos, el cual sobrepasó al alcanzar luego los 161.

En su tercera salida pidió 164 kg, pero aunque elevó y sostuvo la barra, los jueces anulaban el movimiento por una flexión de los codos, según expresaron.

La ecuatoriana Liseth Ayovi (160 kg) y la estadounidense Mary Theisen-Lappen (159 kg), ocuparon los puestos dos y tres en esa prueba.

En el arranque, Marifélix tuvo una actuación sólida al levantar 114, 117 y finalmente 119 kilogramos. Ese último levantamiento le aseguró el tercer puesto en el podio. El cetro fue para la antes mencionada Ayovi (121 kg). Naryury Pérez (120 kg) —Venezuela— quedó en segundo lugar.

La pesista ecuatoriana conquistó el metal dorado en el biatlón con acumulado de 281 kg y Sarría fue segunda con un kilo menos. Theisen-Lappen debió aceptar el metal bronceado por los 271 kg.

La hazaña de Marifélix se une a la actuación del halterista Otto Oñate, tres veces plateado en la categoría de 60 kilogramos.

Cuba cerró su participación con un balance de una medalla de oro, cuatro de plata y una de bronce. Tales resultados fortalecen la preparación de los nuestros, rumbo a los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Santo Domingo 2026, donde tienen todas las posibilidades de alcanzar el título.



Fotos: tomadas de Internet

Tres nuevos lauros de la halterista en la división de +86 kilogramos, tras conquistar recientemente medallas de oro, plata y bronce en el Campeonato Panamericano de Levantamiento de Pesas de Panamá 2026, le allanan el camino hacia los Juegos Olímpicos Los Ángeles 2028.



Tay B. Toscano Jerez  
@ttjerez

“Cuando hay muchos hombres sin decoro, hay siempre otros que tienen en sí el decoro de muchos hombres. Esos son los que se rebelan con fuerza terrible contra los que les roban a los pueblos su libertad, que es robarles a los hombres su decoro. En esos hombres van miles de hombres, va un pueblo entero, va la dignidad humana”. La sentencia martiana pareciera escrita para este justo minuto, cuando sobre Cuba se cierra un cerco asfixiante, decretado por quienes desean la desaparición de nuestra Patria, de nuestro territorio, de nosotros mismos.

Y esa falta de decoro es evidente: invasiones a países soberanos, presión a distintas naciones para que corten todo suministro y relaciones diplomáticas con el archipiélago mambí y rebelde; además de declaraciones pretensivas a diestra y siniestra, que olvidan que este pueblo está hecho de dignidad, coraje y valentía.

Son difíciles las circunstancias. ¿Cómo no advertirlo, si cada día hay muestras evidentes del cariz de las medidas dictadas por quien se cree emperador del mundo? Desde el ámbito doméstico hasta el macroeconómico, nada escapa a la saña imperial. Una vez más, como sus antecesores, el presidente yanqui subvalora al pueblo cubano que sufre las carencias, pero no se amilana, y con esa capacidad creadora sale adelante cada jornada.

Ha vuelto a enseñorearse el carbón. Para algunos es señal de retroceso; para muchos es muestra inequívoca de que mientras haya una alternativa, aunque no sea la más moderna y deseada, existen posibilidades de continuar.

En el ámbito de la economía y la sociedad no son pocas las medidas que ya se implementan y que han sido anunciadas recientemente. Estas tendrán un impacto favorecedor con su aplicación paulatina y adecuada. Allende las fronteras nacionales se alzan voces y se activan manos solidarias, de hombres



Foto: tomada de Granma

## Cuba: dignidad y decoro

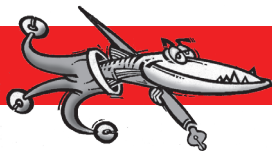
y mujeres de bien, con decoro, que desafían poderosas fuerzas para estar al lado de la verdad y la razón. Y no son pocos; ni es menor su aporte como algunos quieren hacer ver.

Cuba ha sido hermana, solidaria; ha enviado maestros y médicos a varios países, no bombas, y esa manera de actuar no pasa inadvertida; de ahí que ante tan adverso panorama, tenemos absoluta certeza de que no estamos solos.

Según definiciones, la dignidad “es la expresión profunda del respeto por los seres humanos, de la empatía que existe entre todas y todos nosotros y del valor de cada individuo”. Tomándola en consideración con una mirada profunda del devenir de nuestra amada Cuba, son múltiples e infinitas las muestras de esa dignidad de la que nos enorgullecemos y es rasgo distintivo.

En tanto, la Real Academia Española define

al decoro como “honor, respeto, reverencia que se debe a una persona por su nacimiento o dignidad”. De ese también tenemos bastante. Cuba no ha promovido guerras, ni interferido en los asuntos internos de ningún país soberano. Por eso, como diría Maceo, con nuestro enemigo secular no nos entendemos si de imposiciones, fuerza y agresión se trata. Ante cada pretensión siempre se levantará Cuba, con dignidad y decoro.



### La Picúa



### Los gemelos

Por : Villafaña

