

Serán sustituidos todos los árboles enfermos ubicados en parques de Puebla

Puntual

www.diariopuntual.com @diariopuntual LUNES 08.01.2024 AÑO 17 NO. 3746 PRECIO \$5.00

ANIMAL POLÍTICO / PAG. 14

AMLO va por reforma al sistema de pensiones para aumentar el pago a los jubilados



NEWSWEEK / PAG. 12

Reprogramación del subconsciente contra el "Burnout" laboral



CIUDAD / PAG. 6

Para sumarse a la magia de los Reyes Magos, regidores entregan más de mil juguetes a niños

CIUDAD / PAG. 5

Delitos cibernéticos podrían estar ligados a otros ilícitos, advierte especialista

POLÍTICA / PAG. 8

Morena es un movimiento vivo, sin demagogia: Ignacio Mier

ESTADO / PAG. 8

Acabarán con tuberías viejas, inservibles e insalubres del Mercado Amalucan

LA DESIGNACIÓN DE CANDIDATOS DE MORENA, SE APLAZA

► El partido Movimiento de Regeneración Nacional (Morena) alargó el suspenso y el sufrimiento a los aspirantes a ediles y a diputados locales por Puebla al dar a conocer que se aplaza la fecha para designar a los candidatos hasta el 9 de marzo.

PAG. 7

CIUDAD / PAG. 5



REFRENDAN AMLO Y SERGIO SALOMÓN EL TRABAJO CONJUNTO EN 2024 PARA CONSOLIDAR LA 4T EN PUEBLA

EN TEPEACA, EL PRESIDENTE Y EL GOBERNADOR EVALÚAN PROGRAMAS SOCIALES

► "Sergio Salomón es mi amigo porque es un gobernador trabajador, respetuoso y que ama al pueblo", destacó el presidente de México, Andrés Manuel al presidir la Evaluación de los Programas para el Bienestar en este municipio, acto en el que refrendó el trabajo conjunto con el gobierno de Puebla para consolidar la Cuarta Transformación en la entidad.

POLÍTICA / PAG. 8



Entrega la BUAP casi 20 mil juguetes a niños y niñas de diferentes regiones de Puebla

► La Rectora Lilia Cedillo dio el banderazo de salida a las unidades que transportaron los regalos

REGIONAL / PAG. 10

Mataron a mujer y la meten en bolsas de basura en la Mixteca poblana

► Las bolsas, halladas en terrenos baldíos de Santa Mónica Cohetzala, en la zona de la Mixteca. El cuerpo presentaba signos de estrangulamiento.



Cuando un nutrido grupo de priistas, que cuenta con figuras, preparaba sus trajes y sus discursos para anunciar su salida para sumarse a Morena y sus aliados, la postergación por 2 meses, hasta el 9 de marzo, del nombre de sus candidatos a alcaldes y diputados locales puede también retrasar su anuncio.

Será el 9 de marzo cuando en Puebla se conozcan quiénes se registrarán por las presidencias municipales y las diputaciones locales por Morena, informó el sábado por la noche un acuerdo de la Comisión Nacional de Elecciones. Se amplía el plazo para la publicación de los registros en nueve entidades por la complejidad del proceso interno de Morena.

En Puebla tienen la esperanza que la capital pueda salir en este mismo enero, pero no hay una garantía para que ellos suceda. Con este ajuste en la fecha de candidaturas registradas se reducen los plazos de disputas internas, ya que coincide con los días en que Morena deberá cumplir con el registro ante el Instituto Electoral del Estado.

El escenario se modifica porque cualquier negociación local tiene que ser avalada por las dirigencias nacionales de los partidos de la alianza, empezando por Morena. No les vaya a suceder que renuncian al PRI y a la mera hora se quedan sin partido ni candidatura. Esta semana será definitiva.

Después de que en la 4T se difundiera una nueva fecha para la definición de candidaturas a las alcaldías y diputaciones locales de Puebla para el próximo 9 de marzo, la precandidata por la capital, Claudia Rivera Vivanco calificó de oportuna la decisión.

“A mí me parece oportuno que se haya postergado y también entiendo que el partido lo hace para poder revisar a fondo los perfiles que levantaron la mano, que se inscribieron”, dijo.

Por la forma como ha avanzado el proceso de la convocatoria y sus etapas, agregó que confiaba en las revisiones de los aspirantes.

Por lo pronto, la marcha por la Unidad, Movilización y la dignidad Obradorista que anunció su respaldo a las precandidaturas de Alejandro Armenta y Claudia Sheinbaum, fue una movilización para exigir que el expriista José Chedraui Budib no sea candidato a la ciudad de Puebla y respaldar las aspiraciones políticas de Claudia Rivera y Alejandro Carvajal.

El precandidato a la gubernatura de “Sigamos Haciendo Historia”, Alejandro Armenta, quien no acudió a la movilización, insistió que será factor de unidad en lo que pueda, sin violar la ley, aunque aclaró que las designaciones son realizadas por el partido: “Voy a hacer todo lo que esté a mi alcance, para convertirme en un factor de unidad, por eso camino, por eso diálogo con todos”.

Carvajal y Claudia Rivera, precandidatos para la capital, minimizaron la declinación de Nora Merino, Iván Herrera y Leobardo Rodríguez, al señalar que son los perfiles que iban abajo en las encuestas.

“Quisieron dar un albazo, porque los partidos que son nuestros aliados, con todo respeto, violando los principios del proceso interno, no respetando los tiempos, quisieron mencionar que estaban a favor de un aspirante. Inclinaron la balanza de un proceso que debe ser imparcial”, enfatizó el diputado Carvajal, quien aplaudió el retraso de la entrega de resultados en Morena

Ante la polémica de quién será el o la elegida para la candidatura de la alcaldía de Puebla por la 4T el diputado federal y aspirante al Senado, Ignacio Mier, defendió el proceso interno y dijo que él no cobija o ataca a alguno de los aspirantes, sino que será el ejercicio democrático de Morena, a través de encuestas, el que definirá las preferencias de la población.

Mier comentó que, si la encuesta le da la ventaja al empresario Pepe Chedraui, pues será él el candidato. Recordó que son varios los aspirantes que se inscribieron en el proceso interno y que no se deben descartar de la decisión final.

“Mejor pensemos que entre más ejercicio democrático exista, tendremos candidato o candidata con legitimidad, sea quien sea y respaldaremos a quien finalmente tenga una mayor simpatía y aceptación por parte de los ciudadanos”, comentó, quien rechazó en Morena cargos por cuotas o para los cuates, la designación debe ser un ejercicio democrático en el que se gana o se pierde.

Una gira política extraordinaria del presidente fue la del sábado y de un calor especial para el gobernador. “Sergio Salomón es mi amigo porque es un gobernador trabajador, respetuoso y que ama al pueblo”, destacó Andrés Manuel López Obrador al presidir la Evaluación de los Programas para el Bienestar en Tepeaca.

El gobernador informó que, en la entidad, la cifra consolidada de inversión del gobierno de López Obrador en las familias, en los jóvenes, mujeres, adultos mayores, personas con discapacidad y grupos más vulnerables, a través de política social y programas de apoyo directo, sin intermediarios, supera los 27 mil millones de pesos al año.

El presidente se fue feliz de Puebla.

En memoria de los mártires de Río Blanco, trabajadores que se amotinaron frente a la fábrica de hilados en 1907, el presidente López Obrador prometió que va a mandar dos reformas: una para que el incremento de salarios no esté por debajo de la inflación y que las pensiones sean justas.

“Aquí hago el compromiso de que antes de que me vaya voy a enviar una iniciativa de reforma al Artículo 123 de la Constitución, para que se establezca que nunca jamás va a aumentar el salario menos de la inflación”, lanzó el Mandatario federal.

“Vamos a seguir con esa política, y hago también el compromiso con ustedes, me lo plantearon el sindicato de maestros y otros trabajadores. Vamos a hacer una propuesta porque es completamente inhumano, injusto, que un trabajador después de 30 años de estar laborando cuando termina ni siquiera recibe -porque así está esa reforma- su salario cuando estaba en activo, sino la mitad -si le va bien- de ese salario”, dijo entre aplausos.

Puntual

Miguel Ángel Crisanto
DIRECTOR GENERAL

Rita Sánchez
DIRECCIÓN REGIONAL

Dr. Rodolfo Antonio Pérez Ramón
DIRECTOR JURÍDICO

Beatriz Notario
COORDINACIÓN DE DISEÑO

REPORTEROS
Puebla

Aurelia Navarro Niño
José Guzmán Tovar
Alma Méndez
Silvino Cuate

San Martín Texmelucan
Carolina Galindo

Amozoc-Tepeaca
José Vallejo Serrano
Octavio Sánchez Muñoz

José Manuel Sánchez Valencia
Tecamachalco
Fernando Castro
Ciudad Serdán

Cecilia Espinoza
San Martín Texmelucan

Sandra Vergara
Raúl Ortega
Sierra Norte

Paola Aroche
Abacum Reyes Parra
Atlixco

Pablo Cortés Carrasco
SISTEMAS

FOTOGRAFÍA
Agencia ENFOQUE

ADMINISTRACIÓN
Y VENTAS

Ma. Rayo Morales

Oficinas Puebla

14 Oriente No. 2803 Col. Humboldt. Puebla, Pue.
Teléfonos:
222. 2963953 ó 54

Correo electrónico:
diariopuntual@gmail.com



RESCATAN A MUJER Y 4 HIJOS CON HIPOTERMIA TRAS PASAR HORAS EN RÍO BRAVO

Una mujer y sus 4 hijos, quienes intentaban cruzar a EE.UU. nadando por el río Bravo, fueron rescatados por agentes migratorios con síntomas de hipotermia



EE.UU. ESTUDIA CON SUS ALIADOS ÁRABES CÓMO FRENAR LA EXPANSIÓN DE LA GUERRA EN GAZA

La cuarta gira de Blinken en Medio Oriente desde el inicio de las hostilidades se centra en las repercusiones de un conflicto que no ve el fin



RAFAEL NADAL NO JUGARÁ EL ABIERTO DE AUSTRALIA

Un pequeño desgarro en un músculo impedirá a Rafael Nadal disputar el primer Grand slam de la temporada, informó el propio tenista.



GLOBOS DE ORO ARRAN- CAN LA TEMPORADA DE PREMIOS CON 'BARBIE' Y 'OPPENHEIMER' EN LA MIRA

Los Globos de Oro tendrán una edición renovada que pretende poner punto final a las polémicas que envolvieron a los galardones en el pasado.



Entrega la BUAP casi 20 mil juguetes a niños y niñas de diferentes regiones de Puebla

La Rectora María Lilia Cedillo Ramírez dio el banderazo de salida a las unidades que transportaron los regalos

Para cumplir con las ilusiones de niñas y niños de Puebla, los universitarios se vistieron de Reyes Magos para entregar este viernes y sábado casi 20 mil juguetes en distintas regiones del estado, en coordinación con los cinco complejos regionales, la Preparatoria Regional Simón Bolívar de Atlixco y la sede de Tecamachalco. Para ello, la Rectora María Lilia Cedillo Ramírez dio el banderazo de salida de los camiones que transportaron los regalos donados por la comunidad universitaria

En compañía de funcionarios y directores de las diferentes unidades académicas, en el Complejo Cultural Universitario, la Rectora de la BUAP envió los mejores deseos para este 2024 y agradeció el apoyo y la solidaridad de los universitarios para sumarse a la campaña "Dona un Juguete", la cual superó en número la colecta del año anterior.

"Agradezco a los directores y jóvenes que se sumaron a las jornadas de entrega de juguetes, que tendrán lugar este viernes 5 y sábado 6 de enero, para festejar a los pequeñitos que por diversas circunstancias no tienen la fortuna de que los Reyes Magos lleguen hasta sus hogares. Es por eso que la comunidad universitaria se puso el traje de Rey Mago para cumplir con esta misión".

De esta forma, niños y niñas de comunidades de las sierras

Norte, Negra y Nororiental, la Mixteca, la zona Centro, Atlixco y Tecamachalco, recibirán con alegría un juguete que les permitirá disfrutar esta tradicional fecha.

En su primer mensaje del año, la doctora Cedillo Ramírez reconoció el desempeño de los funcionarios de la universidad, a quienes calificó como un gran equipo que cumple con labores fundamentales dentro de la institución. Su trabajo, dijo, se refleja en los logros obtenidos el año pasado, pero también en los retos que este año se resolverán.

"El trabajo que han realizado se refleja en los logros obtenidos; para este 2024 vamos a enfrentar nuevos desafíos, porque tenemos muchos proyectos pendientes, como la actualización de los reglamentos de nuestra institución, así como sacar adelante a CU2, pero sé que con el apoyo de todos ustedes lo vamos a lograr, por el compromiso y amor que le tienen a la universidad".

En el banderazo de salida estuvieron el secretario General José Manuel Alonso Orozco, los vicerrectores de Docencia, José Jaime Vázquez López; de Investigación y Estudios de Posgrado, Ygnacio Martínez Laguna; y de Extensión y Difusión de la Cultura, José Carlos Bernal Suárez; así como la titular de la Oficina de la Abogada General, Miriam Olga Ponce Gómez; y la directora del CCU, Betzabeth Díaz Sánchez. **•REDACCIÓN**

EN 344.4 PESOS EL COSTO DEL CILINDRO DE GAS LP EN PUEBLA CAPITAL

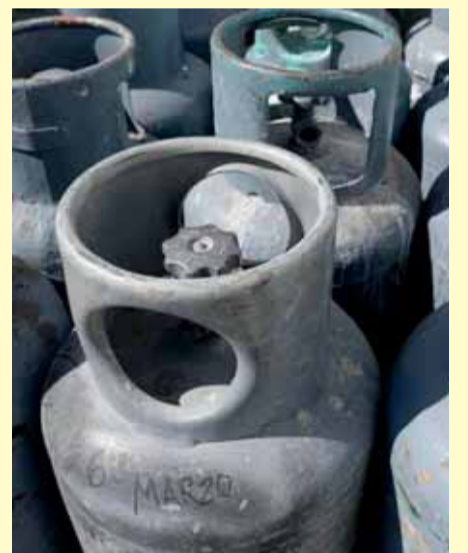
Puebla, Pue- Del 7 al 13 de enero, el gas LP de 20 kilos se venderá a 344.4 pesos, el litro en 9.30 pesos y del kilo de 17.22 pesos para la zona conurbada y la capital poblana, así lo dio a conocer la Comisión Reguladora de Energía (CRE).

Los precios más bajos del combustible de uso doméstico estarán en la zona de Izúcar de Matamoros, ya que su precio será de 337.4 pesos.

La zona donde se reporta el precio más alto será en Amixtlán, Huitzilán de Serdán, Jonotla, Xochitlán de Vicente Suárez y Zoquiapan, se venderá en 353 pesos.

En tanto para Ahuzotepec, Huauchinango, Naupan, Tlaola, Xicotepéc y Chignahuapan el cilindro tendrá un precio de 344.8.

Por último, en Tehuacán el mismo cilindro de 20 kilos de gas LP costará 343.4 pesos y en Teziutlán el precio será de 350.8 pesos. **ALMA MÉNDEZ**



Dios camina con nosotros, es una realidad, dice obispo auxiliar de Puebla

Puebla, Pue- El obispo auxiliar de Puebla Francisco Javier Martínez Castillo dijo ante los feligreses que Dios camina "con nosotros en la cercanía concreta de nuestra existencia", donde no es un ente de razón, ni una idea bonita, ni un buen proyecto, ni un noble deseo, sino una realidad.

Esto, durante la tradicional misa dominical en Catedral, donde pidió por hombres y mujeres que se dedican a ser policías.

Destacó que el pasado 2 de enero se celebró el Día Internacional del Policía, por lo que pidió por las mujeres y hombres



que se dedican a esta profesión, además de no olvidar el verdadero sentido de su vocación, de servir a los ciudadanos con integridad y honradez. "También oramos con Dios y María Santísima que los proteja de los peligros que implica esta labor", resaltó.

Asimismo, señaló que se debe corresponder al amor manifestado en las acciones concretas de cómo se vive.

"Son personas que están buscando, que no se conforman, que no se acostumbran a las circunstancias, que no se dan por vencidos con lo que tienen y en-

tonces se resignan a vivir de la manera que sea, aunque se pise su dignidad, son personas capaces de ver más de lo evidente por eso puedes descubrir esa estrella que les indica que algo extraordinario está sucediendo. Y por eso también saben que eso significa algo extraordinario son capaces de dejar la comodidad a la que ya se acostumbraron de salir de las circunstancias y de la zona de confort en la que están viviendo, porque vale la pena encontrarse con aquel que les está haciendo anunciado a través de la estrella", concluyó. **•ALMA MÉNDEZ**



DELITOS CIBERNÉTICOS PODRÍAN ESTAR LIGADOS A OTROS ILÍCITOS, ADVIERTE UN ESPECIALISTA

Puebla, Pue- Los delitos cibernéticos pueden estar relacionado con otros ilícitos, como el de fraude que se comete al hacer compras en línea o mediante redes sociales; además de extorsión a través de medios informáticos, señaló Jesús Alfredo Páez San Martín, jefe de departamento de Atención y Prevención de Ciberdelitos de la Secretaría de Seguridad Pública del Gobierno del Estado.

Con el propósito de contar con herramientas para prevenir y actuar ante algún delito cibernético, fueron capacitados trabajadores del Congreso del Estado.

Páez San Martín resaltó que los antecedentes de la denominada Ley Olimpia, así como los riesgos de practicar sexting al compartir contenido de índole sexual y que pueda ser usado con otros fines, incluso para la comisión de delitos.

De igual forma, abordó el tema del grooming, un delito que pone en riesgo a niñas, niños y adolescentes, mediante el cual se engancha a una persona menor de edad con el propósito de ganar su confianza y luego acosarla e incluso chantajearla con fines sexuales.

El especialista destacó que se pretende hacer un llamado a la sociedad civil y a diferentes instituciones públicas para comunicar los riesgos y acciones de prevención que permitan atender y evitar la comisión de ciberdelitos.

Por lo que, recomendó sobre el contenido que se comparte a otras personas, mediante redes sociales y dispositivos tecnológicos, además, realizar acciones de protección para evitar el hackeo de cuentas. **ALMA MÉNDEZ**

Puebla, Pue. Como muestra del compromiso con la formación de profesionistas de la salud altamente capacitados, éticos y empáticos, la rectora de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP), Lilia Cedillo Ramírez, y el secretario de Gobernación del estado de Puebla, Javier Aquino Limón, inauguraron un edificio de dos niveles para la Licenciatura en Enfermería del Complejo Regional Centro, sede Acatzingo, el cual consta de laboratorios de Ciencias, Enfermería y Cómputo, así como sala de maestros, área administrativa y tres aulas.

Con este inmueble se brindan mayores oportunidades de estudio a jóvenes del interior de la entidad, lo que permite el arraigo en sus comunidades, ahorro económico para sus padres además de fortalecer al municipio con estos profesionistas, refirió Lilia Cedillo.

"Para nosotros como institución los complejos regionales son muy importantes porque nos acercan a los diferentes muni-

Para mejorar condiciones laborales, trabajadores de la FTP-CTM marchan en Puebla



Puebla, Pue- Un grupo nutrido de trabajadores adheridos a la Federación de Trabajadores de Puebla FTP-CTM marcharon por las calles de Puebla para exigir a los legisladores federales aprobar en este periodo de sesiones la disminución del Impuesto Sobre la Renta (ISR) al salario y prestaciones, jornada laboral de 40 horas y aguinaldo de 30 días.

En entrevista el líder sindical exhortó a los empresarios a que accedan a la disminución de la jornada laboral a 40 horas, y desmintió que esto represente

menos productividad ni más contrataciones, pues está prevista la negociación de los trabajadores con sus patrones, para organizar sus horarios de trabajo.

En su oportunidad Fernando Salgado Delgado, secretario general de esta central obrera, destacó que la iniciativa ya está dictaminada en la Cámara de Diputados, por lo que están en espera de que den el paso en este periodo de sesiones, que inicia en febrero y termina en abril, por lo que, dijo que se necesita la sensibilidad y empatía hacia los trabajadores, pues aparte de que,

se necesita incentivar su productividad se requiere la disminución del Impuesto Sobre la Renta (ISR) al salario y prestaciones, para poder tener una mejor calidad de vida. A esta petición se suma el incremento del aguinaldo de 15 a 30 días.

Finalmente, el líder gremial acusó hostigamiento de parte del Ayuntamiento de Puebla a través de elementos de la Secretaría de Seguridad Ciudadana (SSC), durante la marcha de este domingo, ya que estuvieron interfiriendo con el trayecto de la marcha. **ALMA MÉNDEZ.**

NUEVO EDIFICIO PARA LA LICENCIATURA EN ENFERMERÍA BUAP EN ACATZINGO



cipios del estado. El compromiso ahora es consolidarlos, es crecer en planta académica y en matrícula, así como ofertar una educación de calidad. Tenemos un gran compromiso como institución", señaló.

En este sentido, la rectora externó su compromiso para ampliar la matrícula de Enfermería en esta sede regional y analizar la apertura de un Bachillerato Mixto y de otras carreras pertinentes en la zona.

En tanto, el secretario de Gobernación del estado de Puebla, Javier Aquino Limón, recordó que este campus surgió con el respaldo de la universidad y el

apoyo del gobierno y de la ciudadanía, ya que "la educación representa una forma de progreso efectiva".

En este sentido, señaló que el gobierno estatal ha invertido 750 millones de pesos para la construcción de Ciudad Universitaria 2.

En representación del gobernador de Puebla, Sergio Salomón Céspedes Peregrina, Aquino Limón ratificó su compromiso para "trabajar juntos y que nos unan causas justas, nobles, que nos den trascendencia en el tiempo y el espacio".

En su intervención, la directora del

Complejo Regional Centro, Mirna López Fuentes, expresó que la inauguración de este inmueble representa un momento importante para la institución y para construir un futuro prometedor para los jóvenes.

Por su parte, el presidente municipal de Acatzingo, Abraham Martínez Jiménez, resaltó que este esfuerzo representa la consolidación de la educación superior en este municipio, por lo que agradeció la visión y humanismo de la rectora Lilia Cedillo Ramírez.

"Es un día histórico, realmente vale lo que sembramos para las actuales y futuras generaciones. Es un logro que nos enorgullece a todos. A futuro, pretendemos sentar las bases para impartir las licenciaturas en Estomatología y en Fisioterapia. Haremos todo lo necesario para que la BUAP crezca en este municipio y así brindar una oferta educativa de excelencia", sostuvo el edil.

Por parte de la institución el secretario General, José Manuel Alonso Orozco; la coordinadora de la Licenciatura en Enfermería del Complejo Regional Centro, sede Acatzingo, Gloria Apolinar Romero; y la alumna de Enfermería Tania Paola Pérez, en representación de la comunidad estudiantil de esta carrera. **REDACCIÓN**

Es tiempo de que jóvenes tomen decisiones para México, asegura Ramón Fernández



Puebla, Pue.- Ramón Fernández Solana, aspirante al Senado de la República por el partido Movimiento Ciudadano (MC), aseguró que es tiempo de que los jóvenes empiecen a tomar las decisiones para México, donde harán la diferencia, dado a que, en las elecciones de 2024 votarán por primera vez más de 6 millones de ellos.

En entrevista aseguró que tiene el objetivo de representar a la sociedad poblana mediante la bancada del "Movimiento Naranja", siendo uno de los precandida-

tos más jóvenes a la cámara alta.

El joven político de 34 años dijo estar dispuesto a participar en los diferentes foros o parlamentos de debate que realicen las diferentes universidades, dado a que los jóvenes estudiantes tienen el derecho de conocer las diferentes propuestas que se tengan en su momento, para poder contrastarlas, "con el afán de construir para Puebla y para México".

Esto después de que universidades como la Ibero y la Upaep, han destaca-

do que los jóvenes de estas instituciones realizarán foros para debatir ideas, para tener informados y que a su vez puedan concientizar su voto para la elección que se realizará el próximo domingo 2 de junio.

Fernández Solana destacó que conoce los 217 municipios del estado, los 26 distritos locales y los 15 federales, al tiempo en que insistió en que trabajará para que el partido naranja sea "la primera fuerza política en la entidad y en el país", concluyó. ◦ALMA MÉNDEZ

REGISTRA PUEBLA EL PRIMER CASO DE COVID-19 DE 2024

Puebla, Pue. El gobierno presente de Sergio Salomón, a través de la Secretaría de Salud, informa que Puebla registró el primer contagio por Covid-19 del año, después de que, en las últimas 24 horas, hubo un caso en la capital del estado.

La titular de la dependencia, Araceli Soria Córdoba, agregó que éste es el único municipio con caso activo en la entidad, sin que existan personas hospitalizadas ni defunciones.

Soria Córdoba invitó a la población a continuar con el lavado frecuente de manos, uso de gel antibacterial y estornudo de etiqueta como medidas de prevención para evitar la propagación del virus, así como acudir al médico más cercano en caso de presentar síntomas.

SIN NUEVOS CONTAGIOS NI DEFUNCIONES POR DENGUE

Con relación al control de Dengue en el estado, la titular de los Servicios de Salud informó que no hubo contagios ni defunciones por esta enfermedad en las últimas 24 horas, por lo que continúa el saldo blanco en Puebla al corte del 5 de enero de este año.

Añadió que no hay personas hospitalizadas ni presencia del virus en ninguno de los 217 municipios del estado.

◦SILVINO CUATE

SERÁN SUSTITUIDOS TODOS LOS ÁRBOLES ENFERMOS UBICADOS EN PARQUES DE PUEBLA

Puebla, Pue. La titular de la Secretaría de Medio Ambiente, Desarrollo Sustentable y Ordenamiento Territorial (Smadsot), Beatriz Manrique Guevara, dio a conocer que la dependencia a su cargo, en conjunto con la Secretaría de Turismo, harán la sustitución de árboles en parques del estado de Puebla, que resulten dañinos a su entorno o que padezcan algún tipo de enfermedad.

"Vamos a ir sustituyendo paulatinamente aquellos árboles que así lo requieran, porque su nivel de enfermedad se convierte en un peligro para los demás ejemplares (...) lo que sí tenemos claro es que tipo de padecimientos tienen, incluso hay cosas que se pueden arreglar con mejores prácticas", dijo.

La funcionaria municipal explicó que, por instrucciones del gobernador Sergio Céspedes Peregrina pidió hacer este remplazo en todos los parques, sin embargo, actualmente los estudios se han concluido en Parque del Arte y Parque Ecológico, por ello se iniciará en estas zonas, dado que por muchos años se sembraron especies dañinas como el Eucalipto.

Dijo que se buscará hacer una sustitución paulatina, donde se identifiquen especies enfermas, o que estén afectando a otro tipo de arbolado del parque, sin embargo, habrá excepciones, donde no haya registro de daños.

Comentó que se han empezado a adquirir árboles que sean favorecidos por el tipo de suelo, y no resulten dañinos a otras plantas de la zona, ya que, hasta el momento, son 7 tipos que se han definido.

"Ya tenemos hecho el diagnóstico, las siete especies que se han detectado aquí, todas padecen algún tipo de infección, algún tipo de parásito, pero para todas hay remedio (...). ◦SILVINO CUATE

PARA SUMARSE A LA MAGIA DE LOS REYES MAGOS, REGIDORES ENTREGAN MÁS DE MIL JUGUETES A NIÑOS



Puebla, Pue.- Regidores del Ayuntamiento de Puebla se sumaron a la magia de los Reyes Magos y repartieron juguetes a niños de las comunidades de El Aguacate y Los Ángeles Tetela de zonas de atención prioritaria.

Se trató de una iniciativa que impulsó

la Comisión de Participación Ciudadana -presidida por el regidor Alfredo Ramírez- en la que se logró una colecta de poco más de mil juguetes, tanto usados en buen estado, como nuevos; peluches, carritos, muñecos y pelotas que provocaron cientos de pequeñas sonrisas.

En total, se beneficiaron a cerca de mil niñas, niños y bebés de El Aguacate y Los Ángeles Tetela, quienes recibieron de manos de los regidores Carlos Montiel Solana, Mariela Alarcón y Alfredo Ramírez sus 'aguinaldos' de Día de Reyes con uno o más juguetes. ◦REDACCIÓN

APLAZÓ MORENA LA FECHA PARA DESIGNAR CANDIDATOS A EDILES Y DIPUTADOS DE PUEBLA

Puebla, Pue. El partido Movimiento de Regeneración Nacional (Morena) alargó el suspenso y el sufrimiento a los aspirantes a ediles y a diputados locales por Puebla al dar a conocer que se aplaza la fecha para designar a los candidatos hasta el 9 de marzo.

La confirmación de esta información fue a través de un documento emitido por parte del partido guinda a nivel nacional. En el texto además explica que esta decisión de aplazar la designación del candidato a las alcaldías del estado de Puebla y 26 diputaciones locales, también se aplica para las 9 entidades que este año tendrán votaciones.

Con este movimiento de fecha se modifica también la entrega de registros, pues el 18 de marzo se tiene como fecha para que el Instituto Electoral del Estado (IEE) apruebe las candidaturas a cargos locales.

Hay que recordar que de acuerdo con el calendario electoral, el 31 de marzo inician las campañas políticas en Puebla para la renovación de cargos públicos. **•REDACCIÓN**



Morena es un movimiento vivo, sin demagogia: Nacho Mier

Puebla, Pue. Acepté ser precandidato a senador no por aspiración personal sino para trabajar en la consolidación de la 4T y defender las legítimas aspiraciones de mis compañeros del IMT, para ser diputados y presidentes municipales”, explicó Ignacio Mier, precandidato único al Senado de la República.

Aseveró que no hay que tenerle miedo a la democracia porque Morena es un movimiento vivo, cuyos principios no contemplan la demagogia y en donde deben imperar la legitimidad, la transparencia, la apertura y el diálogo en todo el proceso electoral, “si no fuera así me cuestionaría

si continuar o no, porque nunca he venido a jugar a hacer política, ni he sido un aventurero de la misma”.

“Debe haber democracia efectiva, inclusión y no sectarismo; si no se abre la puerta para todos buscaré un cerrajero para poderla abrir, nunca acudiré a las patadas. Lo que nos debe asustar en política es el silencio cómplice, pero tenemos tiempo para trabajar en la reconciliación de todos los grupos”, señaló.

Ignacio Mier informó que será en la tercera semana de febrero cuando se define quién será su compañera de fórmula y el 18 de enero finalizará su precampaña

para ocupar la Cámara Alta, “hice un im-pase de unos días para dar espacio, por prudencia política, a la precampaña a la gubernatura del estado que recién concluyó”.

El aspirante al Senado deseó a todo el gremio periodístico que el nuevo año les garantice la plena libertad de expresión y de prensa porque es un derecho de todos estar informados; “no debe ser restringida, la labor de ustedes es fundamental, porque hacen que la política sea más transparente; les agradezco mucho por su trabajo y por estar siempre presentes”, finalizó. **•REDACCIÓN**

HABRÁ MÁS RIGOR EN LA SEGURIDAD DE LOS PENALES PARA EVITAR FUGAS

Puebla, Pue. Tras la vinculación a proceso de los custodios José Armando N, José Francisco N y Manuel N, por la fuga de Eduardo Rodolfo N., el gobernador Sergio Salomón Céspedes aseguró que seguirá la revisión a los penales del Estado de Puebla, para evitar este tipo de situaciones.

Comentó que dichas supervisiones son impuestas por parte de la Fiscalía General del Estado de Puebla (FGE), quien ha demostrado que “no le tiembla la mano”, prueba de ello es que ha sancionado a sus propios servidores públicos que han incurrido en actos ilegales.

“Están trabajando, llevan su ruta ahí, con mucha puntualidad y vamos a seguir haciendo eso y mejorando las condiciones (...) se investiga a todos, y si hay responsables culpables así lo hará, la Fiscalía no le tiembla la mano para ello, muestra de eso lo ha dado a muchos de sus oficiales que han cometido irregularidades hoy están despedidos”, refirió.

Asimismo, dijo que continúa el traslado de reos a penales de otros Estados de la República, sin embargo, no dio detalles sobre el tema, sólo mencionó que es un tema que le corresponde a la Fiscalía y la Secretaría de Seguridad Pública del Estado.

“Están trabajando en ello, eso lo hace



la Fiscalía y la Policía Estatal”, dijo.

Recordemos que la Fiscalía informó que fueron vinculados a proceso los custodios José Armando N, José Francisco N y Manuel N, por la fuga de Eduardo Rodolfo N.

Se especificó que Armando N., era

encargado de aduana de vehículo; Manuel N., era encargado de área de revisión de vehículos y José Francisco N., era encargado de retener vehículos en el centro penitenciario, sin embargo, es su conjunto, permitieron el ingreso de una camioneta Ford, color guinda con

placas del Estado de México.

Posteriormente, subieron a la azotea de la unidad, donde se contaba el interno Eduardo Rodolfo N., a pesar de las obligaciones de inspección, estos extrabajadores del penal incumplieron sus funciones. **•SILVINO CUATE**

Con visión de AMLO, el gobierno de Puebla trabaja incansablemente por los que menos tienen: Sergio Salomón



EN ATZITZIHUACÁN, EL MANDATARIO PRESIDÓ EL INICIO DE LOS TRABAJOS DE CONSTRUCCIÓN DE PAVIMENTO ASFÁLTICO DE LA CARRETERA SAN JUAN AMECAC-SAN FELIPE CUAPEXCO

ATZITZIHUACÁN, Pue.- Con la visión y compañía del presidente de México, Andrés Manuel López Obrador, el gobierno de Puebla promueve estrategias y trabaja incansablemente para beneficiar a quienes menos tienen, manifestó el gobernador Sergio Salomón.

Al presidir el inicio de los trabajos de construcción de pavimento asfáltico de la carretera San Juan Amecac-San Felipe Cuapexco en Atzitzihuacán, el mandatario recalzó que su administración está presente en cada uno de los 217 municipios para llevar a cabo obras nunca antes hechas, así como programas que mejoren la calidad de vida de las y los habitantes.

Comentó que sigue con fervor los pasos del titular del Ejecutivo federal para que la Cuarta Transformación en la entidad sea una realidad y el recurso público se invierta en las verdaderas necesidades de la población.

Durante su visita a Atzitzihuacán, Sergio Salomón también encabezó el otorgamiento de más de 24 mil acciones de los programas para el bienestar de las familias poblanas, así como la inauguración de la construcción de sistemas de saneamiento a base de biodigestores y ampliación del alcantarillado sanitario.

GARANTIZA GOBIERNO ESTATAL SA-

LUD PÚBLICA: CEASPUE

Para transformar la vida de las familias de escasos recursos, el gobierno presente de Sergio Salomón invirtió más de 3 millones de pesos en la construcción de 34 sistemas de saneamiento a base de biodigestores en las localidades de San Juan Amecac, San Juan Tejupa, Lázaro Cárdenas y Santiago pertenecientes al municipio de Atzitzihuacán, informó Juan Pablo Cortés Córdova, director general de la Comisión Estatal de Agua y Saneamiento (CEAS).

Además, el responsable de la obra hídrica en el estado destacó la inversión de 600 mil pesos para la ampliación de la red de alcantarillado sanitario en la calle Bicentenario y privada Independencia, trabajos que son una realidad por la colaboración entre el gobierno estatal, la Comisión Nacional del Agua (CONAGUA) y la autoridad municipal. •REDACCIÓN

ACABARÁN CON TUBERÍAS VIEJAS, INSERVIBLES E INSALUBRES DEL MERCADO AMALUCAN

Puebla, Pue. Armando Barrientos Lezama, subsecretario de Infraestructura del Municipio de Puebla dio a conocer para este 2024, se tiene previsto la segunda etapa de rehabilitación del Mercado Amalucan, la cual se basará en temas de drenaje y agua potable, dio a conocer

El funcionario municipal explicó que desde el lunes 1 de enero empezaron los trabajos en dicho centro de comercio, donde previamente se identificaron tuberías viejas, inservibles e insalubres, donde lo más notorio fueron los malos olores.

Reveló que los trabajos se habían retrasado, debido a las ventas de temporada decembrina, y para no afectar a los comerciantes de distintos giros comerciales.

“Se había suspendido la obra por el tema de ventas decembrinas que nos pidieron también los vecinos y a partir del lunes ya le están entrando con todo al Mercado Amalucan. En todos los mercados entrarán con lo primordial el tema de drenaje y agua potable porque las tuberías son muy viejas”, declaró.

Dijo que, en comparación a meses anteriores, actualmente existe consenso con los locatarios, al igual que con los líderes de vendedores, para llevar a cabo la rehabilitación sin algún tipo de queja. Además de que, las mesas de diálogo se siguen manteniendo.

“Se tienen pláticas con ellos, previamente quienes se encargan de mercados, el director Julio, se encargó de hablar con todas estas personas que son líderes de mercados que se intervendrán por nuestra parte, así como con todos los locatarios”.

Garantizó que también habrá intervenciones en el resto de mercados municipales, donde se corroboró que hay problemática similares como lo son el cambio de tuberías, luminaria, drenaje, señalizaciones.

“Haremos lo que urge más, porque las inversiones que se tendrían que hacer en mercados son mayores, porque hay muchas cosas que se necesitan, pero únicamente se está tomando la determinación de atacar lo más esencial, lo que urge, lo que percibe más la gente”. •SILVINO CUATE

Sólo colonias y desarrollos regulares tienen el servicio de agua potable

Puebla, Pue. En 2023 Agua de Puebla recibió 447 solicitudes para contar con servicio de este vital líquido, según lo informó Aurora Pérez López, directora jurídica de Concesiones Integrales, quien agregó que sólo dan una respuesta negativa cuando la vivienda a edificar se hará en zonas donde no hay red de distribución.

“Cerramos con 447 todo lo que fue el año 2023, todo el 90 por ciento ha sido factible de que se pueda dar el servicio, recuerden que debemos tener controlado el servicio”, dijo.

Comentó que en su área son los encargados de recibir trámites de solicitud

de conexión para hogares que se están construyendo y requieren este tipo de servicios, por ello, los dueños hacen una petición formal.

“Nosotros manejamos a todos los desarrolladores, esto implica que cualquier desarrollador que vaya a dar previo inicio a una construcción, debe hacer su trámite de factibilidades, entonces es importante que estén regularizados, porque si no están regularizados no pueden hacer su escrituración los desarrolladores”, declaró.

Aclaró que Agua de Puebla puede dar una respuesta negativa en los casos donde, algunas de estas viviendas están



fuera de la zona de red de agua potable y de drenaje.

“Solamente se puede rechazar en el caso de que se encuentre fuera de la

zona de cobertura o que la infraestructura sea mucho más

caro de lo que los usuarios van a pagar en su desarrollo”, dijo. •SILVINO CUATE

Puntual

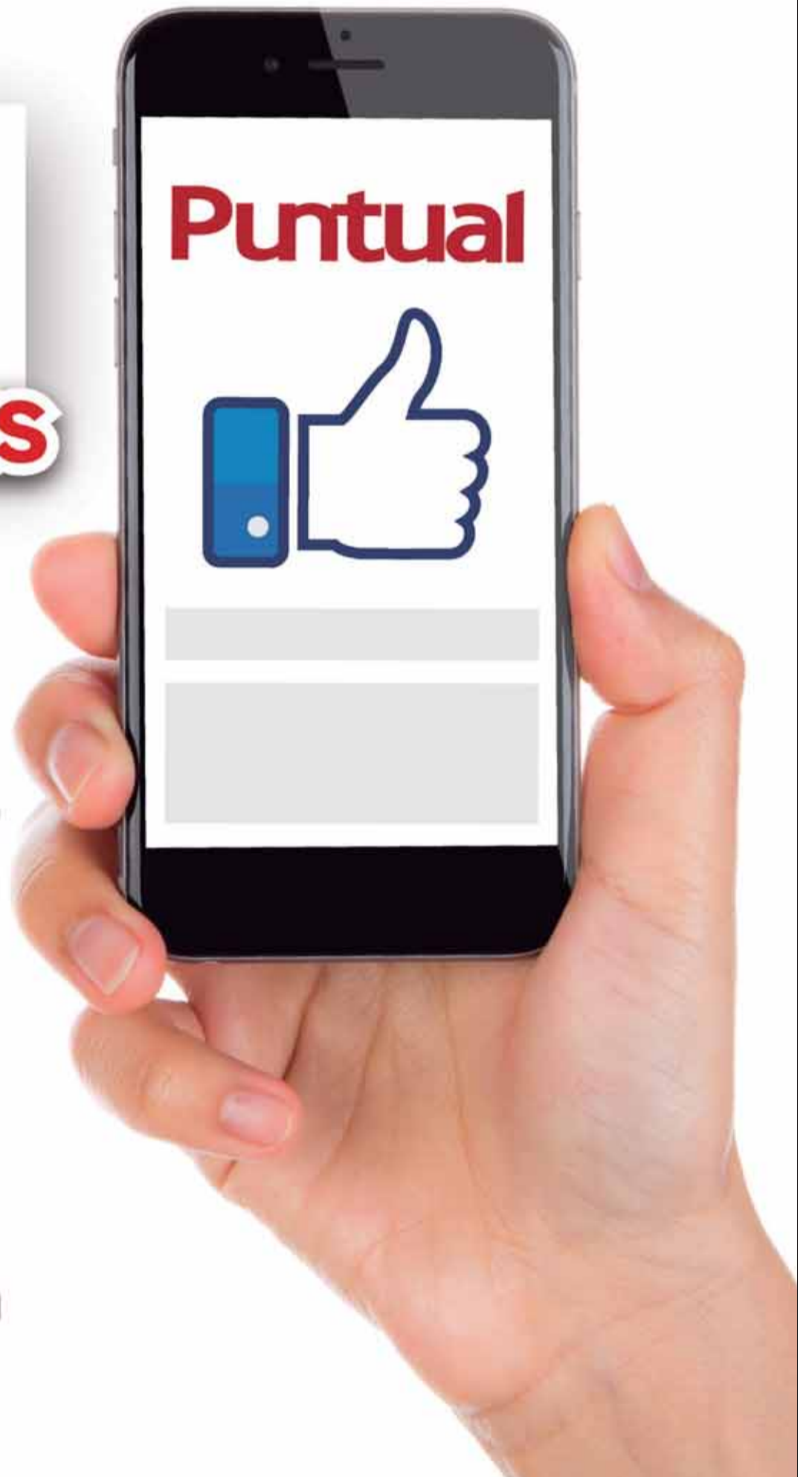
YA SOMOS

1.1M
DE SEGUIDORES

**¡ÚNETE A
NUESTRA
COMUNIDAD!**

**Y MANTENTE
BIEN INFORMADO**

 **@puntualpuebla**



Mataron a una mujer y la metieron en bolsas de basura en la Mixteca poblana



Izúcar de Matamoros, Pue. El cadáver de una mujer fue hallada dentro de bolsas negras en terrenos baldíos de Santa Mónica Cohetzala, en la zona de la Mixteca. El cuerpo presentaba varias lesiones y signos de estrangulamiento.

Al parecer la mujer tenía unos 30 años de edad, de tez delgada, vestía un pantalón de varios colores, una blusa gris y tenis blancos. Hasta el momento se encuentra en calidad de desconocida.

Fueron habitantes de esta comunidad los que hallaron las bolsas negras con apariencia de un cuerpo humano, por lo que al acercarse se dieron cuenta que era una mujer, por lo que dieron aviso a las autoridades.

Al lugar arribaron elementos de Seguridad Pública Municipal y paramédicos, pero confirmaron que la mujer ya no contaba con signos vitales, por lo que dieron aviso a la Agencia Estatal de Investiga-

ción, cuyos agentes dieron inicio a las indagatorias.

Los primeros informes apuntan a que la mujer no es de la comunidad ni de zonas aledañas y hasta el momento no se cuenta con el reporte de desaparición de alguna persona.

El cuerpo fue trasladado al Anfiteatro de Izúcar para la necropsia de ley y dar inicio con la carpeta de investigación.

REDACCIÓN

Motociclista derrapa y auto le aplasta la cabeza en Izúcar

Izúcar de Matamoros, Pue. Durante las primeras horas del domingo, un motociclista perdió la vida, tras derrapar y un auto le apastara el rostro, frente a la Plaza de los Toros La Joya, en Izúcar de Matamoros.

De acuerdo con los primeros informes, la víctima que hasta el momento no ha sido identificada, circulaba sobre la carretera estatal Izúcar - Atlixco, cuando la gravilla sobre el asfalto provocó que perdiera el control de su motoneta Italika y acabara por derrapar.

Sin embargo, el automóvil que circulaba detrás de él, le pasó por encima de la cabeza, causándole la muerte de manera inmediata, por lo que el conductor del vehículo se dio a la fuga. Por último, el área fue acordonada a fin de evitar contaminar la zona, posteriormente, elementos de la Fiscalía Regional con sede Izúcar arribó al lugar para emprender acciones correspondientes para el levantamiento del cadáver. **URIEL MEMNDOZA**



Operativo de Seguridad en Izúcar evitaron delitos durante Día de Reyes

Izúcar, Pue. Con motivo de la celebración del Día de Reyes, el gobierno de Izúcar de Matamoros, bajo la dirección de la presidenta municipal Irene Olea Torres, implementó un sólido Operativo Preventivo destinado a fortalecer la seguridad durante estas festividades.

Los equipos de Protección Civil, Vialidad y Seguridad Pública de Izúcar de Matamoros llevaron a cabo patrullajes exhaustivos en los puntos comerciales más concurridos, así como en la zona del Mercado Revolución, para evitar incidencias delictivas.

Esta estrategia de seguridad se complementó con el Operativo Mando Coordinado, en el que participaron los municipios de Chietla, Tilapa, Atzala e Izúcar de Matamoros, junto con elementos de la Policía Estatal.

El propósito fue establecer un cerco de seguridad intermunicipal para garantizar la protección integral de la ciudadanía en la región.

El Operativo Preventivo de Seguridad por el Día de Reyes estuvo en funcionamiento durante todo el 5 de enero, hasta el cierre de los negocios en las primeras horas del 6 de enero. Se espera que estas medidas contribuyan a que la actividad comercial transcurra de manera segura y sin incidentes.

De esta manera, el gobierno de Irene Olea trabaja con compromiso para asegurar la tranquilidad y paz de los habitantes de Izúcar de Matamoros, al mismo tiempo que impulsa la actividad comercial, fortaleciendo la economía local y promoviendo el bienestar de la comunidad. **REDACCIÓN**

EN ATLIXCO SE FORTALECE LA SEGURIDAD CON INFRAESTRUCTURA EN JUNTAS AUXILIARES

Atlixco, Pue. A fin de fortalecer las áreas de Seguridad Pública para tener una mejor reacción y resultados, el Ayuntamiento de Atlixco, informó que comenzaron los trabajos para ampliar y fortalecer el Sistema de Videovigilancia, tomando en cuenta a 10 juntas auxiliares, acercando este servicio, además de un punto de monitoreo inteligente en el Mirador de Cristal.

Actualmente, el municipio cuenta con 42 puntos, abastecidos del mismo número de alarmas comunitarias del Sistema "SAI" y 180 cámaras, tecnología que permite el monitoreo de las principales vías de acceso, así como zonas estratégicas para el combate a la delincuencia, capaz de operar las 24 horas del día, los 365 días del año.

El actual proyecto contempla la instalación en 14 nuevos sitios, distribuidos en 10 juntas auxiliares: San Pedro Benito Juárez, San Miguel Ayala, San Jerónimo Coyula, San Juan Ocotepic, la Magdalena Axocopan, San Diego Acapulco, así como La Trinidad Tepango, Santo Domingo Atoyatempan, Santa Lucía Cosamaloapan y San Jerónimo Caleras; mientras que en la ciudad, se implementará un monitoreo inteligente en el Mirador de Cristal, ubicado en el cerro de San Miguel y 3 más en entradas del municipio, mismas que cuentan con lectoras de placas, que coadyuvará en la vigilancia del Camino Real a Huaquechula, Camino a Nexatengo y Casas Geo.

Para lograr con éxito este programa y, derivado de que en las comunidades de la zona Oriente del municipio no cuentan con señal alguna debido a la orografía de la zona, restringiendo el paso de redes de comunicación por la altura de las colinas, también se aplicará el plan "Cerro de Zopile", que consiste en la colocación de 3 torres de Videovigilancia, las cuales se situarán en la junta auxiliar de San Jerónimo Caleras, la localidad de San Esteban Zoapiltepec y San Felipe Xonacayucan, permitiendo así establecer una vía de conexión para la rápida respuesta y atención de emergencias.

Con todo lo anterior, el municipio de Atlixco cerrará el año con 239 cámaras de Videovigilancia, 15 de ellas lectoras de placas, 140 alarmas comunitarias del Sistema "SAI" y 56 equipos de perifoneo, refrendando así el compromiso de la actual administración de trabajar por la seguridad para mantener la paz y tranquilidad. **REDACCIÓN**



POR
PEPE HANAN

EN LÍNEA DEPORTIVA

SE DESGRANA LA MAZORCA

A unos cuantos días de que inicie la Liga Mx, para el Puebla de la franja las cosas en lo deportivo mejoran bajo la tutela del nuevo director general Gabriel Saucedo.

Por principio de cuentas, se logró mantener al 95 % del plantel que bajo la tutela del DT Ricardo Carbajal logró sumar 25 puntos y colarse en el sexto lugar de la tabla general.

Es cierto que salió Guillermo 'Menomandante' Martínez a Pumas debido a que era una situación de urgencia ante la buena temporada que el Celayense logró con la franja en cuanto a producción de goles y la venta, créame amigo lector, era ahora o nunca por la edad que ya tiene el jugador.

La salida de Martínez, que no deja de ser dolorosa, le permitió a los que manejan al Puebla hacer caja para el próximo torneo y lograron traer mediante préstamos, a dos jugadores que hace algunos años dieron buenos frutos en la delantera poblana, Lucas Cavallini y Santiago Ormeño; el primero a sus 31 años prefirió bajar sus pretensiones económicas al quedar libre y continuar su carrera en nuestro país y más en una ciudad como Puebla donde se sintió muy a gusto.

Saucedo con todas las cosas en contra en cuanto a presupuesto, logró repatriar a Santiago Ormeño a manera de préstamo con opción a compra con la salvedad que el sueldo será pagado de manera íntegra por las Chivas rayadas del Guadalajara.

Se fue uno y vinieron dos los cuales se espera se puedan complementar con Barragán quien ya superó sus problemas personales y se espera retome el nivel que tuvo hace dos torneos.

El arranque de la competencia para los de Carbajal nos deja claro que deberá mantener la magia en el vestidor para volver a tener una temporada similar a la anterior donde la franja sin muchas expectativas logró hacer un torneo más que decoroso. Hay que recordar que el próximo sábado Puebla se presenta a las 9 pm vs los Rayados del Monterrey en el Gigante de Acero.

DATOS DE UNA COMIDA INCÓMODA.

Sucedió hace algunos días con el pretexto de las fiestas recientes donde los empleados del Puebla fueron convocados a una comida de fin de año con miembros de los medios de comunicación.

Las conclusiones finales de tal evento es que se comprobó que la relación Gabriel Saucedo con Ro(b)a no pasa por su mejor momento.

Durante la comida y frente a todos, el jefe de los 40 ladrones (Ro(b)a mencionó en su discurso que había que reconocer que este Puebla había sobrevivido a muchas cosas, vean por ejemplo a Veracruz que ya no está y nosotros aquí seguimos, haciendo alusión a que el Director General del equipo dentro de su paso por distintas escuadras del máximo circuito estuvo precisamente en Veracruz cuando vinieron los problemas con el equipo Jarocho.

Ro(b)a está que arde porque de a poco le están desgranando la mazorca, sus incondicionales de a poco los hacen a un lado, ya le quitaron al Tío Puebla (tan venido a menos), ya se le murió su porrista favorito con quien tantos negocios realizó con la venta de boletos a la porra y la movilización de playeras.

Valdría la pena que se supiera el motivo real por el que este sujeto perdió la vida, algunos hasta homenaje le quisieron realizar cuando solamente se aprovechó de ellos en vida.

Lo más triste es que lo acabaron transportando en la misma carroza de la funeraria en la que vendían los boletos de reventa, así es la vida, pero no perderé más tiempo escribiendo de alguien que sólo extorsionó a las distintas directivas que pasaron por el Club Puebla.

Historias de él tengo mil, pero de los muertos es mejor no hablar.

Volviendo al tema principal de esta columna (se desgrana la mazorca) le comento que durante la comida de medios en la mesa principal se sentaron Gabriel Saucedo y Julio González de frente y Ro(b)a fue mandado a una esquina del lugar del evento en una mesa donde solo convivió con algunos facebookeros de medio pelo.

La molestia viene entre otras cosas a que en una reunión privada con los empleados del club, el Sr. Saucedo

les dijo que él no venía a sudar calenturas ajenas y que si existía algún diferendo entre quien esto escribe y Ro(b)a era tema nuestro y que nadie se metiera, y que al que viera sumándose a la guerra mediática que este ladrón ha emprendido conmigo tendría que ser despedido.

Así se lo hizo saber incluso de manera personal al jefe de seguridad del Estadio quien es gente de Ro(b)a y quien está advertido que en caso de meterse, también será despedido.

Todo esto después de que hice público que a las personas a las que les presté mi palco durante los últimos años, este señor, junto con el porrista difunto, se apersonaron en mi palco tratando de someter a mis invitados con preguntas como: ¿De quién es este palco? ¿Quién se los prestó? Nada tienen que estar haciendo aquí, entre otra serie de linduras.

Por esa razón y como están identificadas las personas que mandó este sujeto quien además es un cobarde pues no da la cara, serán demandadas ante las autoridades competentes por acoso y extorsión, pues hasta dinero les pidieron para dejar de molestarlos.

Por cosas como esas y más es que la relación Saucedo-Ro(b)a está más que fracturada pues después de las investigaciones realizadas por quien llegó como director general, resultó que tanto la información dada a conocer por quien esto escribe, como por el periodista policiaco Edmundo Velázquez y por el periódico Grada, eran más que ciertas y nos trataron de callar con amenazas y demandas, situación que como todos saben fueron combatidas en materia judicial obteniendo la razón los que nos atrevimos a denunciar el cúmulo de fechorías que estos sujetos, junto con el 'chileno' vividor que revende boletos afuera del estadio, tanto daño le han hecho a la afición y a los medios serios poblanos.

Para ser la primera columna del año creo que han quedado lo suficientemente bien informados.

Nosotros como siempre seguiremos en línea.

Hasta la próxima.

Twitter X @pepehanan

Instagram: @pepehanan / Tiktok: @pepehanan1

Mantente bien informado

www.diariopuntual.com

y síguenos



@diariopuntual

92,6 K
de seguidores



Bienestar

REPROGRAMACIÓN DEL SUBCONSCIENTE CONTRA EL 'BURNOUT' LABORAL

Mariana Fresnedo creó un método de reprogramación que prioriza el bienestar de las personas y les ayuda a cambiar su percepción sobre sí mismas.

➔ DESPUÉS DE 15 AÑOS EN EL mundo corporativo, Mariana Fresnedo vivió una transformación significativa en su vida profesional debido a la presión y el estilo de liderazgo autoritario al que estaba sometida y del que era parte. A pesar de tener una carrera exitosa y ocupar múltiples roles, se vio obligada a dejar su industria tras experimentar un agotamiento extremo y problemas de salud. Este punto de inflexión la llevó a reevaluar sus prioridades, optar por alejarse de un entorno laboral que comprometía su bienestar y elegir un nuevo camino, a pesar de las dudas y preocupaciones de su familia.

“Hay mucha presión en las empresas por llegar a resultados, por ser productivos y los más efectivos. Pero cuando este intento de ser efectivos se convierte en una obsesión, comienza a estrangular el estado de equilibrio de los colaboradores. Y cuando el empleado empieza a creer que es malo, que no es suficiente, que no tiene posibilidades, cuando se convierte esta obsesión en terrorismo mental, ahí se empiezan a complicar las cosas”, nos cuenta Mariana, quien a raíz de ello fundó Quantum Quip, un método de



MARIANA FRESNEDO es la creadora y fundadora de Quantum Quip.

reprogramación subconsciente, del que profundiza en esta entrevista con *Newsweek en Español*.

POR
CAMILA
SÁNCHEZ BOLAÑO

—Hablemos de estos métodos de salud y bienestar enfocándonos en las empresas, pensando que el trabajo es uno de los factores de estrés más importante el día de hoy.

¿Cómo sana una empresa cuyos empleados están sufriendo *burnout* y ansiedad?

—Creo que no hay un verdadero liderazgo sin autoconocimiento porque el liderazgo es de dos. Cuando las cosas van bien, todo va a ser inspiracional. Pero cuando las cosas empiezan a ir mal, esa inspiración se va por la ventana y todos en la empresa entran en estado de estrés, y cuando estamos en estrés estamos en supervivencia. Los líderes tenemos que conocer nuestros mecanismos y lo que nos pasa cuando sufrimos estrés.

“Ahora, el *burnout* es la cronificación del estrés laboral. Ese agotamiento físico y mental es tanto que llega a alterar tu personalidad, tu autoestima, tu performance, tu productividad y tu mente”.

—¿Qué pasa con la mente cuando se activa el modo de supervivencia?

—Lo primero que se apaga es la creatividad. Cuando llega el estrés, todas las mentes sufren una mini regresión al último sistema de creencias no evolucionado. Entonces, ahí tu colaborador ya se te fue a su infancia, a cómo eran sus padres. Ya no hay un colaborador ahí, hay un niño asustado, herido, que está intentando ponerse la camiseta del colaborador, porque en el mundo corporativo no hay espacio para los

EL ESTRÉS LABORAL ES INEVITABLE.

La clave está en adoptar herramientas para gestionarlo.



procesos humanos emocionales que todos atravesamos. Eso desencadena cambios a nivel sistema inmunológico, en nuestras hormonas, y poco a poco todo se empieza a somatizar en nuestros órganos y a afectar nuestra salud.

AUTOCONOCIMIENTO, LA CLAVE DEL LIDERAZGO

—¿Cuál es el primer paso para sanar un ambiente laboral estresado?

—Existen líderes genuinamente preocupados por el bienestar de su gente. Esa es una cualidad humana que va más allá de la empresa, los resultados y el objetivo. En mi experiencia, es mejor no confrontar porque la confrontación puede llegar a ser violenta y cerrar puertas. En mi caso, utilizo una metodología que se llama QLT, que está basada en “El Trabajo de Byron Katie”. Es una metodología que yo cocreé con mi socia para poder llevarla a empresas, y solo por aplicar esta metodología el líder se autoconfronta y la clave para un buen liderazgo está en el autoconocimiento.

“Esta metodología es una herramienta de un autoconocimiento muy profundo que te permite voltear a verte y reconocer todo lo que te produce la salud mental o la falta de salud mental”.

—Háblanos de la reprogramación...

—Todos nuestros comportamientos, desde nuestros movimientos corporales, el tono de nuestra voz, las palabras que utilizamos, la reactividad, el comportamiento elegido, todo eso es lo que se ve, pero hay otros factores que lo produjeron desde antes. Entonces, muchas creencias son programas. Las creencias son todo aquello que tú tomas como absoluta verdad, esas creencias producen pensamien-

“Existen líderes genuinamente preocupados por el bienestar de su gente. Esa es una cualidad humana que va más allá de la empresa”.

tos, que generan emociones, que se muestran en reacciones y al final, en comportamientos.

“Toda esa cadena es una elección. Aquí, desde la primera sesión colocamos palabras a todo lo que nos pasa: ¿Qué pasa con los pensamientos? ¿A dónde está brincando mi mente? ¿Qué estoy afirmando como verdad? Esto te hace ver qué emociones se descargan, en dónde se sienten, cómo eso te hace reaccionar y cómo tratas al otro. A la hora de que vas desmenuzando toda esa información inconsciente y con las herramientas de transformar esa percepción, se da el efecto de reprogramación mental brutal”.

—¿Qué sugieres tú para eliminar el estrés de las empresas?

—Lo primero es comprender que el estrés es inevitable. No lo vamos a poder evitar. Creo que la clave está en adoptar herramientas para gestionar el estrés. Y estas herramientas son para todos, porque todos somos humanos y hasta el más resiliente de la empresa va a necesitar adoptar herramientas para aprender a gestionar el estrés.

Mariana Fresnedo ofrece más de 40 cursos distintos de reprogramación mental, que van desde sanar heridas de infancia, autoconocimiento, transformar la relación con la comida, la relación con el cuerpo, la relación con el dinero y con el tiempo, hasta la sobreproductividad y el burnout.

Además, tiene muchos cursos sobre salud mental: codependencia, heridas de traición o infidelidad. Su historia destaca la relevancia de un enfoque centrado en el equilibrio y la salud mental en un mundo laboral desafiante. Visita sus redes sociales para conocer más sobre su práctica en @quantumquip. **N**



AMLO va por reforma al sistema de pensiones para aumentar el pago a jubilados



El presidente Andrés Manuel López Obrador dio a conocer que enviará al Congreso una reforma al sistema de pensiones, aprobado en 1997 durante el sexenio de Ernesto Zedillo, para que los trabajadores reciban su salario completo al momento de su jubilación.

“Vamos a hacer una propuesta porque es completamente inhumano, injusto, que un trabajador después de 30 años de estar laborando, cuando termina ni siquiera recibe, porque así está esa reforma, su salario cuando estaba en activo, sino la mitad, si le va bien, de ese salario. Eso ya no va a continuar así, voy a enviar también una reforma a esa legislación antiobrerista, esa legislación contraria a los intereses de los trabajadores”, dijo el mandatario en un evento en Veracruz.

Aunque el mandatario prometió pensiones más justas, no ofreció detalles de cómo lo haría, por lo que una de las opciones es que las empresas retengan más dinero a los empleados.

López Obrador también aseguró que otra de las iniciativas que enviará será una reforma al Artículo 123 de la Constitución para que el salario mínimo nunca esté por debajo de la inflación.

“Jamás va a aumentar el salario menos que la inflación, nunca más. Vamos a seguir con esa política”, dijo.

¿Cómo es la actual ley de pensiones a la que se refiere AMLO?

Andrés Manuel López Obrador hizo referencia a la Ley de Pensiones del IMSS que fue reformada en 1997, y con la que se dio paso a la Administradora de Fondos para el Retiro, mejor conocidas como AFORE, una institución que se encarga de llevar la administración de fondos para el retiro de los trabajadores.

El objetivo de la Afore es recibir las cuotas obrero patronales por concepto del seguro de retiro, cesantía y vejez, así como recibir de los trabajadores o patrones el ahorro voluntario.

También se pueden individualizar las aportaciones y rendimientos de las cuentas individuales de ahorro para el retiro.

Además se crearon tres modalidades para el retiro:

- A) RENTA VITALICIA. DONDE LA PENSIÓN LA PAGA UNA ASEGURADORA
- B) RETIRO PROGRAMADO. DONDE LA PENSIÓN LA PAGA TU AFORE
- C) PENSIÓN MÍNIMA GARANTIZADA. DONDE EL GOBIERNO FEDERAL PAGA LA PENSIÓN

La última reforma realizada a dicha ley fue en 2020. Entre los cambios más importantes están la disminución de semanas a cotizar, el incremento de aportaciones obligatorias por parte de los patrones y el incremento de la cuota social por parte del Gobierno.

Andrés Manuel López Obrador prometió que antes de finalizar su sexenio mandaría al congreso dos iniciativas de ley: una en materia salarial y otra en materia de pensiones.

POR: REDACCIÓN ANIMAL POLÍTICO

lodehoy

MÉXICO



LIVE

NOTICIERO

Con Miguel Ángel Crisanto

¡CONÉCTATE!

LUNES A VIERNES

14:00 HORAS



LIVE



LA MEJOR INFORMACIÓN, LA MAYOR COBERTURA

BÚSCANOS EN TODAS LAS REDES SOCIALES COMO @LDHNoticias



lodehoy.com.mx