

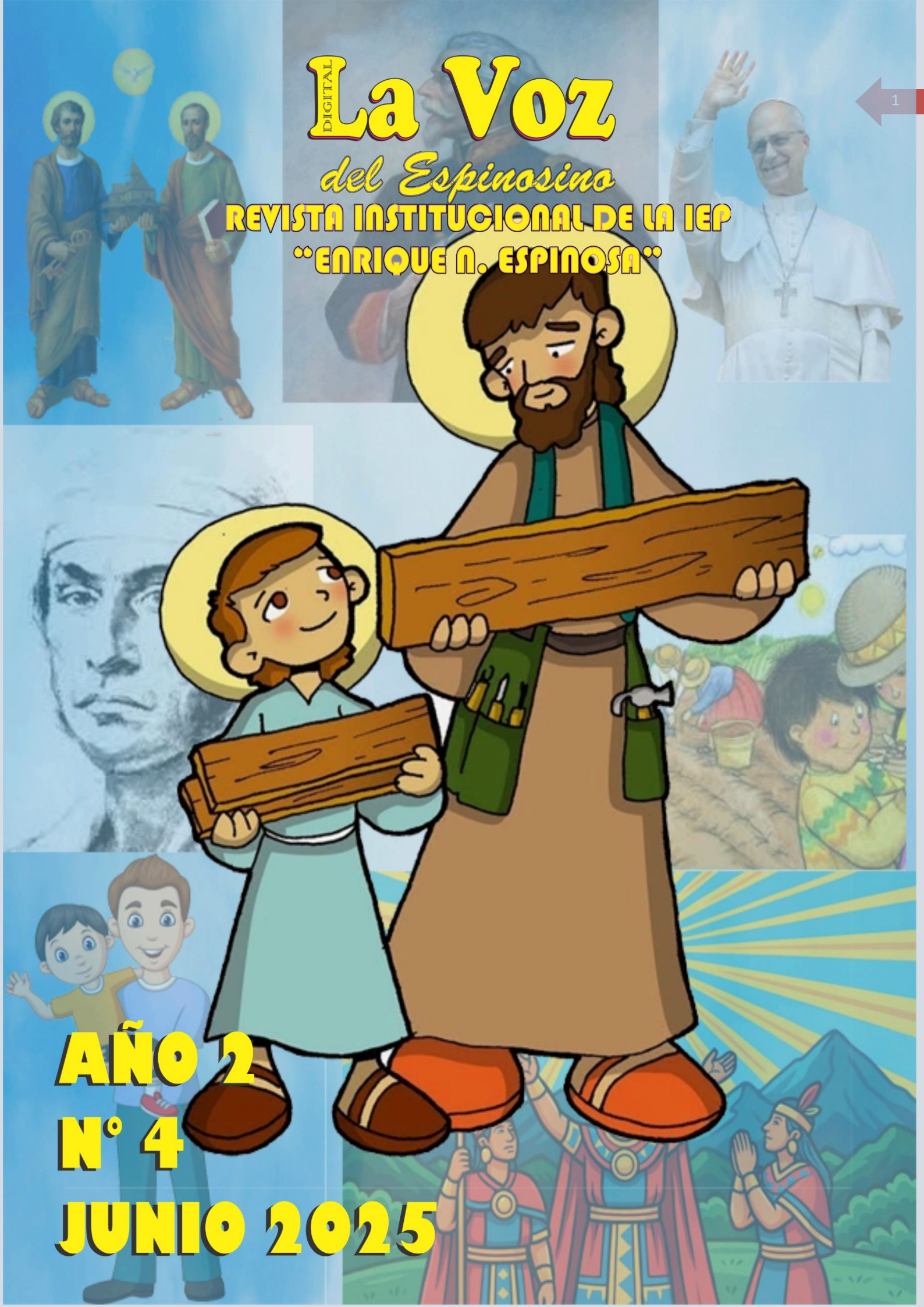
DIGITAL La Voz

del Espinosino

REVISTA INSTITUCIONAL DE LA IEP

"ENRIQUE N. ESPINOSA"

1



AÑO 2

Nº 4

JUNIO 2025



LA VOZ DEL ESPINOSINO (DIGITAL)

Revista Institucional de la IEPr ENRIQUE N. ESPINOSA DIOSES

JUNIO 2025 N° 04 / 25

Revista editada por el área de Recursos Humanos de la empresa Enrique Napoleón Espinosa Dioses SAC

Colaboradores permanentes:

- Sr. José Luis Infantes Espinosa
- Sr. Guillermo Infantes Espinosa
- Sr. Luis Navarrete Lévano

Colaboradores invitados:

- Dra. Liliana Aldazabal Melgar Directora IEPr Enrique N. Espinosa
- Luana Valentina Baila Puicón 2° grado de primaria
- Sofía Mikella Gonzales Rosel 2° grado de primaria
- Zoe Xiara Fernández Prada Murrieta 2° año de secundaria
- Félix André Tomaylla Denegri 2° año de secundaria
- Alanis Valentina Mendoza Gutiérrez 3° año de secundaria
- Paola Maruja Vilca Lajo Psicóloga Coordinadora TOECE

Con la llegada del mes de junio estamos concluyendo la primera parte del año 2025. Parece que hace poco tiempo estuvimos festejando la culminación del 2024 y dándole la bienvenida al nuevo año.

Parece increíble que ya hayan pasado casi 180 días desde que hicimos nuestras promesas para el 2025. Y sobre eso debemos recapacitar, ¿cuántas de esas promesas han sido cumplidas, o están en camino al cumplimiento?, ¿cuántas promesas, deseos o planes todavía no hemos comenzado a cumplirlos?, ¿cuántas promesas, deseos o planes ya no podrán ser cumplidos en este año?

Si tenemos promesas, planes o deseos inconclusos o que ya no podrán ser realizados debemos de pensar y determinar el porqué de esta situación. Quizá al momento de fijarlos fuimos demasiado ambiciosos y lo hicimos sin medir nuestras propias posibilidades, o quizá no hicimos las acciones necesarias para cumplirlos.

Dentro de poco se inicia la segunda parte del año 2025, hagamos que ésta sea mucho mejor que la que culmina, realicemos nuestros esfuerzos máximos para conseguir mejores resultados, tratemos de ser mejores cada día: mejores padres, mejores hijos, mejores hermanos, mejores trabajadores, mejores alumnos, mejores profesores, mejores ciudadanos, y sobre todo **mejores personas**.

Según la Enciclopedia Humanidades (<https://humanidades.com/>), *“una buena persona es aquella que siempre desea lo mejor para los demás y actúa en consecuencia. Cuando una persona reconoce a otra como un par y la respeta, puede actuar de manera compasiva, bondadosa y humilde (ya que no se considera superior a otro ser).*

Una buena persona se destaca por su capacidad de empatía, que consiste en percibir y comprender los sentimientos, pensamientos y emociones de los demás. Se considera que alguien es una buena persona por sus actos y por sus palabras”.

¿Cómo sería nuestro país y el mundo si fuéramos gobernados por buenas personas?, ¿Cómo sería la humanidad si las “buenas personas” fueran mayoría? Si las buenas personas serían mayoría: ¿habría guerras?, ¿habría hambruna?, ¿desigualdad social? el mundo sería mejor

En 1927, Max Ehrmann (Terre Haute, Indiana; 26/09/1872 – 09/09/1945) poeta, escritor, filósofo y abogado escribió el poema “Desiderata” (del latín desiderata: “cosas deseadas”, plural de desiderátum) que es un poema sobre la búsqueda de la felicidad en la vida. Este poema fue publicado en 1948 (después de la muerte de su autor) en una colección de poemas titulada <Desiderata of Happiness>, recopilados por la esposa de Ehrmann.

En este poema podemos leer algunas recomendaciones que nos pueden ayudar a ser buenas personas.

Anda plácidamente entre el ruido y la prisa
y recuerda la paz que puede haber en el silencio.

Vive en buenos términos con todas las personas
todo lo que puedas, sin rendirte.

Di tu verdad tranquila y claramente,
escucha a los demás, incluso al aburrido y al ignorante;
ellos también tienen su historia.

Evita a las personas ruidosas y agresivas,
sin vejaciones al espíritu.

Si te comparas con otros puedes volverte vanidoso y amargo;
porque siempre habrá personas más grandes, y más pequeñas que tú.

Disfruta de tus logros, así como de tus planes.

Mantén el interés en tu propia carrera, aunque sea humilde,
es una verdadera posesión en las cambiantes fortunas del tiempo.

Usa la precaución en tus negocios, porque el mundo está lleno de trampas.

Pero no por eso te niegues a la virtud que pueda existir.

Mucha gente lucha por altos ideales
y en todas partes la vida está llena de heroísmo.

¡Sé tú mismo!, especialmente no finjas afectos
tampoco seas cínico respecto del amor
porque frente a toda aridez y desencanto
el amor es perenne como la hierba.

Recoge mansamente el consejo de los años,
renunciando graciosamente a las cosas de juventud.

Nutre tu fuerza espiritual para que te proteja en la desgracia repentina
pero no te angusties con fantasías.

Muchos temores nacen de la fatiga y la soledad;
junto con una sana disciplina, sé amable contigo mismo.

Tú eres una criatura del Universo,
no menos que los árboles y las estrellas;
tú tienes derecho a estar aquí
y te resulte evidente o no
sin duda el universo se desenvuelve como debe.

Por lo tanto, mantente en paz con Dios
de cualquier modo, que lo concibas
y cualesquiera sean tus trabajos y aspiraciones,
mantén en la ruidosa confusión, paz con tu alma
con todas sus farsas y sueños rotos
éste sigue siendo un mundo hermoso.

Ten cuidado...

Esfuézate en ser feliz.



Dra. Liliana Hilda
Aldazábal Melgar
Directora IEP Enrique N. Espinosa
Dioses

que a través de la reflexión desarrolla su autonomía e incrementa su confianza.

¿SABES QUE ES EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO?

Es la capacidad que tiene una persona para regular, gestionar y dirigir su propio proceso de aprendizaje.

Este tiene sustentos teóricos: Vygostki (teoría sociocultural), Piaget y Bruner quienes afirman que la construcción del conocimiento es individual y propio de cada estudiante, que depende del contexto, sus saberes previos, sus emociones y otros.

Además, se relaciona con la evaluación formativa

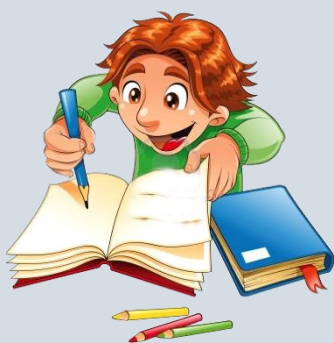


¿Qué impacto tiene en el rendimiento académico?

- Mejora la comprensión y el logro.
- Fomenta la motivación y la responsabilidad
- Desarrolla habilidades de autorregulación como: planificación, seguimiento y evaluación de su propio aprendizaje.

¿Qué impacto tiene en la permanencia en la educación?

- Mejora la adaptación a diferentes entornos educativos.
- Desarrollo de la persistencia y resiliencia, vence desafíos académicos y continúa estudiando.



¿Qué impacto tiene en la futura empleabilidad?

- Desarrolla habilidades a lo largo de la vida, se prepara para el constante cambio en el mundo.
- Mejora la capacidad de adaptación y solución de problemas, adquiere conocimiento para saber actuar en cualquier situación.
- Fomento de la creatividad e innovación.



La justicia representa un conjunto de criterios y actitudes necesarios para que las relaciones entre las personas, las instituciones y los grupos humanos sean adecuadas y equilibradas. Es un concepto social profundamente arraigado en la filosofía moral y en la ética, considerado un bien común de las sociedades.

En ese sentido, la justicia se ejerce prohibiendo, autorizando o regulando las diversas interacciones entre los elementos de una sociedad.

Justicia es “darle a cada uno lo que le corresponde”

Hacer justicia es: “actuar de manera correcta y equitativa, respetando los derechos de los demás y asegurando que cada uno reciba lo que se merece. Implica dar a cada persona lo que le corresponde, ya sea a nivel individual, social o legal”.



La justicia (del latín iustitia, que, a su vez; viene de ius —derecho— y significa en su acepción propia «lo justo») tiene varias acepciones en el Diccionario de la lengua española. Nació de la necesidad de mantener la armonía y resolver los conflictos entre los integrantes de una sociedad. Es el conjunto de pautas y criterios que establecen un marco para las relaciones entre personas e instituciones, autorizando, prohibiendo y permitiendo acciones específicas en la interacción de estos.

IMPORTANCIA DE LA JUSTICIA

La justicia es crucial para una sociedad equitativa, pacífica y próspera, garantizando que a cada individuo se le brinden los derechos y oportunidades que le corresponden. La justicia, como virtud social, fomenta el respeto, la igualdad y la equidad, contribuyendo a construir una sociedad más justa y solidaria.

Busca el equilibrio entre las partes, asegurando que todos tengan los mismos derechos y obligaciones, y que se considere el interés general.

Promueve el respeto a los derechos de los demás y la capacidad de actuar de manera imparcial.

Busca garantizar la igualdad y la equidad en el trato de todas las personas, independientemente de su origen, género, religión o cualquier otra característica.

Sirve de base para la construcción de sistemas legales, jurídicos y éticos, y es fundamental para el orden y la paz social.

Es esencial para el desarrollo social, ya que contribuye a reducir la pobreza, garantizar el acceso a oportunidades y fortalecer la democracia.

La justicia social, en particular, busca garantizar que a todos se les respeten sus derechos fundamentales, lo que contribuye a la estabilidad y el desarrollo de una nación.

Es vital que todas las personas tengan acceso a los tribunales para reclamar que se protejan sus derechos, independientemente de su estatus social, económico o cualquier otra característica.

La justicia educativa busca asegurar que todas las personas tengan acceso a una educación de calidad, incluso aquellas privadas de libertad, contribuyendo a su transformación y desarrollo.

CARACTERÍSTICAS DE LA JUSTICIA

- **Objetividad:** Debe ser imparcial y no estar influenciada por prejuicios o intereses personales.
- **Imparcialidad:** Debe tratar a todos por igual, sin discriminación y garantizando la igualdad ante la ley.
- **Equidad:** Busca la distribución equitativa de los bienes y recursos, teniendo en cuenta las necesidades y circunstancias individuales.
- **Honestidad:** Se basa en la verdad y en la rectitud, evitando la mentira y el engaño.
- **Respeto a los derechos:** Debe garantizar el respeto a los derechos humanos y a la dignidad de cada persona.
- **Reparación de daños:** Busca reparar los daños causados a las víctimas de injusticias, tanto materiales como emocionales.
- **Prevención de conflictos:** Busca prevenir futuros conflictos mediante la aplicación de la ley y la promoción de la convivencia pacífica.
- **Bien común:** Persigue el bienestar de la sociedad en su conjunto, buscando un equilibrio entre los intereses individuales y el interés general.
- **Fundamento cultural y formal:** Se basa tanto en el consenso social (fundamento cultural) como en las leyes establecidas (fundamento formal).
- **No arbitraria:** No es arbitraria, sino que se basa en la razón y en la aplicación de normas y principios justos.
- **Vinculada a otros valores:** Se relaciona con otros valores como la honradez, la equidad, la verdad, la responsabilidad y el respeto.

DIVERSOS CONCEPTOS DE JUSTICIA

DESDE LA FILOSOFÍA

Es una virtud cardinal que reside en la voluntad mediante la cual, la persona está inclinada a dar a cada uno lo suyo, ya sea de manera individual, como sociedad o como grupos de personas, miembros de la sociedad.

La palabra justicia designó, originalmente, la conformidad de un acto con el derecho positivo, no con un ideal supremo y abstracto de lo justo. Ulpiano definió la justicia inspirándose en la filosofía griega de pitagóricos y estoicos. Resulta, así que la iustitia es una voluntad que implica el reconocimiento de lo que se estima justo y bueno (aequum et bonum).

DESDE EL PUNTO DE VISTA CRISTIANO

La palabra «justicia» aparece más de doscientas veces en cualquier traducción de la Biblia. Sin embargo, la palabra justicia tiene significados y matices diferentes al español u otras lenguas modernas. En ella supera el ámbito moral o del derecho ya que profundiza el ámbito más profundo de lo religioso: la relación entre Dios y el hombre y entre los hombres entre sí precisamente por su dimensión religiosa. El concepto de justicia tiene cada vez mayor amplitud y trascendencia. Este es el valor profundo de la justicia en el momento de la Alianza de Dios con los hombres. Este primer significado de «la justicia» está en el entorno de la fidelidad, de la sinceridad, de la conformidad del cumplimiento de la Alianza de Dios con los hombres.

- La justicia en el Antiguo Testamento.-En el Antiguo testamento, sobre todo en el texto hebreo original, hay unas referencias constantes a este término que es «la acción de Dios que quiere salvar al hombre» al que se le revelará poco a poco los designios salvíficos de que Dios había establecido con el pueblo elegido, con el pueblo de Israel, especialmente ratificados en el momento de la Alianza en el Monte Sinaí donde quedaron concretados los lazos vinculantes: las promesas de Dios y los compromisos del pueblo.[12] Dios ofrece el compromiso de la salvación al pueblo y este asume la fidelidad al pacto. La justicia de Dios es salvación y benevolencia y en el hombre, su fidelidad personal. La justicia veterotestamentaria conlleva unas exigencias, muy conocidas, entre los hombres y en la sociedad que están recogidas y especificadas en los Diez Mandamientos. La justicia que conlleva la Alianza no es una mera relación jurídica sino la que emana de la relación del don gratuito de Dios para con los hombres que es el don de la salvación.
- La justicia en el Nuevo Testamento. -El concepto fundamental de la justicia en el Antiguo Testamento, después transmitida al Nuevo Testamento, no sufrió modificación alguna ni por los escritos extracanónicos del judaísmo ni por la influencia helenística. A partir de la revelación en toda su plenitud hecha por Jesucristo, también adquiere el concepto religioso de la justicia una dimensión mucho más profunda que en el Antiguo Testamento.



Se dice que la justicia es ciega porque debe ser imparcial y tratar a todos por igual, sin tener en cuenta su estatus social, riqueza, raza, sexo, o cualquier otro factor externo. La venda en los ojos representa la idea de que la justicia se debe basar únicamente en los hechos y la ley, sin dejarse influenciar por prejuicios o favoritismos.

La justicia ciega es un ideal que se refleja en la representación simbólica de la Justicia con una venda en los ojos. Esta imagen, que se encuentra en juzgados, tribunales y otros lugares relacionados con la ley, simboliza la idea de que la justicia debe ser imparcial y objetiva, sin importar quiénes sean los involucrados.

La justicia ciega también puede ser interpretada como una forma de evitar que la justicia sea corrompida por factores externos, como el poder o el dinero. La venda en los ojos impide que la justicia vea quiénes son los implicados en el caso y, por lo tanto, se enfoca únicamente en los hechos y en la ley.

FRASES SOBRE LA JUSTICIA

- *Si la justicia existe, tiene que ser para todos; nadie puede quedar excluido, de lo contrario ya no sería justicia. (Paul Auster)*
- *Los pueblos a quienes no se hace justicia se la toman por sí mismos más tarde o más pronto. (Voltaire)*
- *Cuando un hombre pide justicia es que quiere que le den la razón. (Santiago Rusiñol)*
- *Una cosa no es justa por el hecho de ser ley. Debe ser ley porque es justa. (Montesquieu)*
- *Más que la civilización, la justicia es la necesidad del pueblo. (Pietro Colletta)*
- *Cuatro características corresponden al juez: Escuchar cortésmente, responder sabiamente, ponderar prudentemente y decidir imparcialmente. (Sócrates)*
- *La justicia es la reina de las virtudes republicanas y con ella se sostiene la igualdad y la libertad. (Simón Bolívar)*
- *Antes de juzgar al prójimo, pongámosle a él en nuestro lugar y a nosotros en el suyo, y a buen seguro que será entonces nuestro juicio recto y caritativo. (San Francisco De Sales).*
- *La justicia es una constante y perpetua voluntad de dar a cada uno lo que le toca. (Francisco de Quevedo)*



MG. José Luis Infantes
Espinosa Past Director de la
IEP Enrique N. Espinosa

Inculcando Valores IX

Importancia de inculcar valores en los niños

Los valores familiares fortalecen los lazos de unión, respeto y confianza. Cuidar uno del otro, respetar a las personas mayores, colaborar con las labores del hogar, ser bondadosos y honestos, hace que las personas actúen como buenos ciudadanos en cada uno de los grupos sociales de los que forma parte.

La ausencia de la enseñanza de los valores en la educación repercute en el desarrollo de la sociedad, debido a que al no enseñar a los ciudadanos desde pequeños la importancia de respetar los valores, éstos cometerán más tarde injusticias, ocasionando que otros

sean perjudicados y no haya una balanza de igualdad para todos.

En la primera infancia, los niños aprenden valores a través de la interacción con sus padres, por lo que es importante centrarse en animar a su hijo a vivir según los valores correctos y guiar su desarrollo moral.

“LA CAÍDA DE LA EMPRESA”:

El gerente de una empresa se percató que la situación de la misma no era tan buena como antes. Decidió reunir a todos los trabajadores para comunicarles la noticia y les dijo que en vista de la situación debían preocuparse por conseguir otro trabajo.

Todos se pusieron muy tristes, pues no se imaginaban dejar este trabajo que por tantos años les había ido muy bien.

Pasado un tiempo, el Gerente puso un letrero en la entrada de la empresa diciendo: “Señores Trabajadores, quedan todos invitados a la reunión de despedida del causante de la mala situación en que se encuentra la empresa”

Los trabajadores sintieron un gran alivio al leer el comunicado pues se imaginaban que toda la responsabilidad de la mala situación recaía sobre una persona, la cual había sido detectada y sería expulsada de la empresa.

Todos acudieron a la reunión y para su sorpresa ingresó el gerente con un ataúd y les pidió que se acercaran a ver quién era el responsable. Para asombro de todos, en el fondo el ataúd había un espejo, en donde se reflejaban los rostros de todos los trabajadores.

El Gerente de inmediato les explicó que todos somos responsables del éxito o del fracaso de una empresa. No esperemos en apoyarnos en el trabajo de otros. Si todos trabajamos en conjunto la empresa logrará el éxito. Eso hay que tenerlo muy presente en nuestra vida.

2. “LAS DOS GOTITAS DE AGUA”:

En una granja ubicada en una playa del América del Sur, abundaban las plantas de chirimoya, paltas y mango, mientras que al lado de dicha granja, un campesino pobre tenía una pequeña plantación de caña de azúcar y por más que las podaba y quitaba las hierbas malas, éstas plantas no crecían y estaban frágiles y amarillentas.

Desilusionado se sentó al borde de la plantación.

De lo alto de las nubes dos gotitas de lluvia lo vieron y comentaron: Mira, ese campesino está desesperado porque no puede regar sus plantas. Voy a ayudarlo. Dicho esto, se desprendió de la nube y se lanzó hacia la plantación. La otra gotita de agua hizo lo mismo y se lanzó tras la primera, enseguida miles de gotitas hicieron lo mismo diciendo: “Yo también iré”.

Las plantas al recibir abundante agua cambiaron su color amarillento a un color Verde esperanza, se enderezaron y dieron abundantes Cañas de Azúcar.

El Campesino se alegró mucho y ese año tuvo una gran producción de Caña.

Este video-cuento nos enseña que siempre hay que ser el que da el primer paso en cualquier proyecto y verás como los demás te van a seguir hasta obtener un triunfo colectivo.

Bien niños me despido, con el deseo de que les haya agradado estos dos video-cuentos y les sirva en su vida, poniéndolos en práctica y aprendiendo a trabajar en equipo.

SALUDO A LOS MAESTROS ESPINOSINOS

Aprovecho la oportunidad para saludar afectuosamente a todos los maestros y maestras de la Institución Educativa Privada “Enrique N. Espinosa” por el DÍA DEL MAESTRO, que se celebrará este próximo 06 de Julio, instándolos a continuar sin desmayo, en su fructífera labor en bien de la niñez y la juventud Rímense. Muchas Felicidades y Éxitos Profesionales estimados Profesores.

Atentamente

José Luis Infantes Espinosa

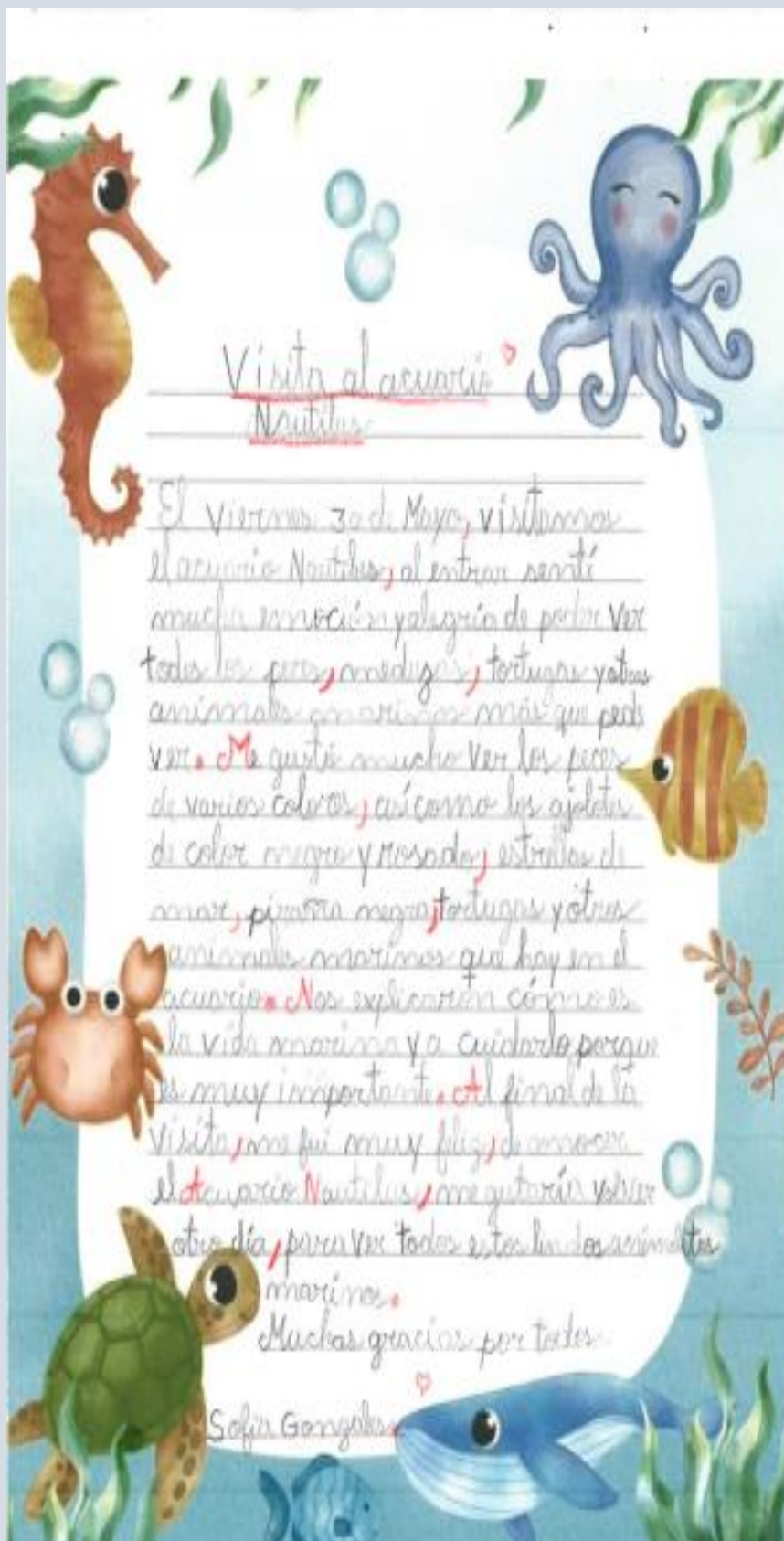


El viernes 30 de mayo, visitamos el Acuario Nautilus, al entrar sentí mucha emoción y alegría de poder ver todos los peces, medusas, tortugas y otros animales marinos más que pude ver.

Me gustó mucho ver los peces de varios colores, así como los ajolotes de color negro y rosado, estrellas de mar, piraña negra, tortugas y otros animales marinos que hay en el Acuario.

Nos explicaron cómo es la vida marina y a cuidarlo porque es muy importante. Al final de la visita, me fui muy feliz de conocer el Acuario Nautilus, me gustaría volver otro día, para ver todos estos lindos animalitos marinos.

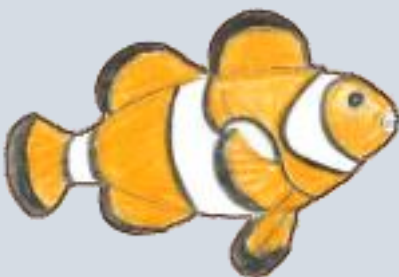
Muchas gracias por todos.





El día 30 de mayo visitamos mis compañeros y yo, el Acuario Nautilus que se encuentra ubicado en el distrito de Comas.

Ese día conocimos una gran variedad de peces, entre ellos: pez león, pez payaso, también pudimos ver estrellas de mar, erizos, langostas, rayas marinas, y el atractivo más grande el tiburón de punta negra. Pero el pez que más me gustó a mí fue el pez payaso.



Visita al acuario Nautilus

El día 30 de Mayo visitamos mis compañeros y yo, el acuario Nautilus que se encuentra ubicado en el distrito de Comas.

Ese día conocimos una gran variedad de peces, entre ellos: pez payaso, también pudimos ver estrellas de mar, erizos, langostas, rayas marinas y el atractivo más grande el tiburón de punta negra.

Pero el pez que más me gustó a mí fue el pez payaso.

Luana Baila



MEMORIAS DE UNA VISITA SAGRADA



Era una mañana con mucho frío cuando la clase de 2do de secundaria abordó el bus rumbo a Pachacamac. Los estudiantes, emocionados, comentaban sobre las leyendas del antiguo oráculo y el misterio de los templos. La tutora Karina Varas, siempre atenta, recordó la importancia del sitio arqueológico antes de llegar. Al bajar del bus un guía local nos recibió con una sonrisa y un sombrero de ala ancha, “Bienvenidos a Pachacamac, tierra sagrada de los antiguos peruanos”, anunció con voz firme. Caminamos por senderos de tierra, entre restos de adobe que parecían susurrar historias.

El guía explicó que allí veneraban al dios Pachacamac, el creador del mundo y que los peregrinos llegaban desde todo el Tahuantinsuyo. Al llegar al Templo del Sol, todos quedamos impresionados por la vista del mar desde la cima. “Aquí hablaba el oráculo”, dijo el guía y el silencio envolvió al grupo. La brisa soplaba con fuerza, como si quisiera contar secretos del pasado. Desde esa altura, el océano parecía infinito y las ruinas, aunque desgastadas por el tiempo, mantenían una presencia imponente, casi sagrada. Los estudiantes, conmovidos por la solemnidad del templo del Sol, imaginaron las ceremonias ancestrales y sintieron el peso del pasado en cada piedra para conectar con el lugar. De regreso al colegio, el bullicio habitual se convirtió en conversaciones profundas del tema.



"PACHACAMAC: UN VIAJE AL CORAZÓN DE LA HISTORIA PRECOLOMBINA"



Mi visita a Pachacamac fue una experiencia fascinante, pero también me dejó con sentimientos encontrados. Desde el primer momento, el tamaño y la imponentia del complejo arqueológico me impresionaron. Es asombroso pensar que estas estructuras fueron construidas hace cientos de años y que aún se mantienen en pie, resistiendo el paso del tiempo, el clima y la historia.

El Templo del Sol, con su ubicación estratégica sobre una colina y su vista hacia el mar, transmite una sensación de poder y espiritualidad que ayuda a imaginar cómo era la vida religiosa en la época prehispánica.

Sin embargo, también noté algunos aspectos que podrían mejorar: Por ejemplo, aunque hay carteles informativos, sentí que faltaba una narrativa más envolvente que ayude a los visitantes a conectar con las historias del lugar.

Un guía turístico bien capacitado puede marcar la diferencia, y en mi caso, no encontré suficiente personal disponible para responder preguntas o enriquecer la experiencia.

En resumen, Pachacamac es un lugar cargado de historia y misterio, que merece ser visitado y protegido.

Fue una experiencia enriquecedora, aunque con oportunidades claras de mejora, especialmente en la forma en que se presenta la información al visitante y en los esfuerzos de conservación.

Aun así, salí del sitio con una profunda admiración por las culturas que existieron y un renovado respeto por nuestras raíces.

EL ECO DE LOS DIOSES



En la costa central del Perú, donde el desierto besa el océano, se alza Pachacamac, un santuario ancestral que aún murmura leyendas en el viento. Andar por sus caminos polvorientos es como pisar las huellas de miles de peregrinos que, siglos atrás, llegaban desde rincones lejanos del Tahuantinsuyo para rendir culto al dios creador del mundo.

El sol cae implacable sobre las pirámides de adobe, templos escalonados que emergen como testigos del tiempo. Entre ellos, destaca El templo del Sol, imponente sobre una colina con vista al Pacífico, donde los sacerdotes contemplaban el horizonte buscando respuestas en los astros.

Las paredes hablan. Cuentan de un oráculo temido y respetado, capaz de decidir la suerte de los guerreros. Los incas, sabios administradores del poder, no destruyeron el lugar; lo adoptaron, lo enriquecieron, entendiendo que Pachacamac no podía ser vencido, solo reverenciado.

Las excavaciones revelan cerámicas, telas finas y restos humanos en posición fetal, recordándonos que aquí se celebraban tanto la vida como la muerte. Mujeres tejedoras, guerreros chancas, curacas del norte... todos encontraron en Pachacamac un punto de unión espiritual.

Hoy, el sitio arqueológico permanece en silencio, vigilado por arqueólogos y custodios. Pero si uno escucha con atención, puede oír el rumor de cánticos antiguos y el murmullo de un pueblo que aún conversa con sus dioses. Pachacamac no es ruina: es memoria viva, latente bajo el polvo sagrado del tiempo.

En los recientes días hemos escuchado o leído muchas frases alusivas al día del padre: “Papá eres mi héroe”, “El superpapá”, “eres mi ídolo” y otras más que grafican el amor y admiración de los hijos hacia sus padres.

A través del tiempo muchas personas han dedicado muy hermosas frases para rendir homenaje a los padres.

«Es un gran tipo mi viejo». Mi viejo – Piero

«Espera de tu hijo lo mismo que has hecho con tu padre» (Tales de Mileto 625 a.C.-546 a.C.).

«Una casa es indestructible cuando está sostenida por un padre valiente, una madre prudente y un hijo obediente» (Confucio 551 a.C.-479 a.C.).

«¡Cuán grande riqueza es, aun entre los pobres, el ser hijo de buen padre!» (Juan Luis Vives 1492-1540).

«Es un hombre sabio el que conoce a su propio hijo» (William Shakespeare 1564-1616).

«No hay palabra ni pincel que llegue a manifestar el amor de padre» (Mateo Alemán 1547-1614).

«Un buen padre vale por cien maestros» (Juan Jacobo Rousseau 1712-1778).

«Un padre se ocupa más de diez hijos que diez hijos de un padre» (Adam Smith 1723-1790).

«Lo que un padre dice a sus hijos no lo oye el mundo, pero puede ser oído por la posteridad». (Jean Paul Richter 1763-1825).

«El sueño del héroe, es ser grande en todas partes y pequeño al lado de su padre» (Víctor Hugo 1802-1885)

«Cuando yo tenía 14 años, mi padre era un ignorante insoportable. Pero cuando cumplí los 21, me parecía increíble lo mucho que mi padre había aprendido en siete años» (Mark Twain 1835-1910).

«No puedo pensar en ninguna necesidad en la infancia tan fuerte como la necesidad de la protección de un padre» (Sigmund Freud 1856-1939).

«Solo un padre lo da todo para allanar el camino de sus hijos, haciendo con coraje inquebrantable las cosas que su padre hizo por él. Y esta línea quiero dedicarle: Solo un padre, pero el mejor hombre» (Edgard Guest 1881-1959).

«Un hombre que no sabe ser un buen padre, no es un auténtico hombre» (Mario Puzo 1920-1999).

«Cuando un recién nacido aprieta con su pequeño puño, por primera vez, el dedo de su padre, lo tiene atrapado para siempre» (Gabriel García Márquez 1927-2014).

«Un padre no es un ancla que nos retiene, ni una vela que nos lleva, sino una luz que nos guía y cuyo amor nos muestra el camino» - Desconocido.

«Cuando necesitas comprensión de verdad, cuando necesitas a alguien que te cuide, cuando necesitas a alguien que te guíe... Un padre siempre está ahí» - Thomas J. Langley

«Siempre habrá unas pocas personas que tengan el valor de amar lo que hay de indómito en nuestro interior. Uno de esos hombres es mi padre» - Alison Lohman

«Todo hijo cita a su padre, en las palabras y en los hechos» - Terri Guillemets

«Papá me enseñó todo lo que sé. Por desgracia, no me enseñó todo lo que él sabe» - Al Unser

«Un buen padre es aquel cuya única razón para dejar a un bebé que ríe es recoger a uno que llora» - Linda Poindexter

«Papá: El primer héroe de un hijo, el primer amor de una hija» - Desconocido

«El poder de un padre en la vida de un hijo es incomparable» - Justin Ricklefs

«Se sabe que la sonrisa de un padre ilumina el día entero de un niño» - Susan Gale

«Un padre no te dice que te quiere. Te lo demuestra» - Dimitri Corazón de Piedra

«Los padres tienen la habilidad de unirlo todo» - Erika Cosby

«Detrás de cada gran hija hay un padre realmente increíble» - Desconocido

«Para ella, el nombre de padre era otro nombre para el amor» - Fanny Fern

«Cuanto más viejo me hago, más inteligente parece volverse mi padre» - Tim Russert

«Ninguna música es tan agradable a mis oídos como la palabra padre» - Lydia María Child

«Un padre lleva fotos donde solía estar su dinero» - Steve Martin

«Cuando mi padre no tenía mi mano, tenía mi espalda» - Linda Poindexter

«Un padre es alguien a quien admiras sin importar lo alto que crezcas» - Desconocido

«Los papás son los hombres más corrientes convertidos por el amor en héroes, aventureros, narradores y cantantes de canciones» - Desconocido

«Mi padre me dio mis sueños. Gracias a él, pude ver un futuro» - Liza Minnelli

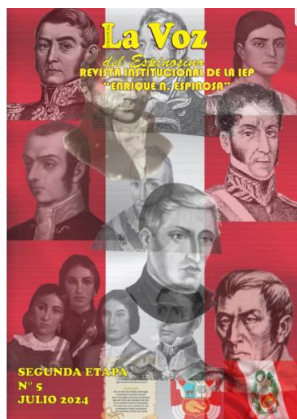
«Un padre es un hombre que espera que su hijo sea tan buen hombre como él quería ser» - Frank A. Clark

«Para cuando un hombre se da cuenta de que tal vez su padre tenía razón, suele tener un hijo que piensa que está equivocado» - Charles Wadworth

«Ser un gran padre es como afeitarse. No importa lo bien que te hayas afeitado hoy, tienes que volver a hacerlo mañana» - Reed Markham

«Mi padre me dio el mayor regalo que alguien puede dar a otra persona, creyó en mí» - Jim Valvano.

JULIO 2024



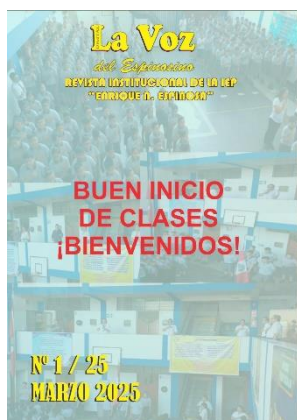
<https://heyzine.com/flip-book/5df3d5526f.html>

OCTUBRE 2024



<https://heyzine.com/flip-book/3ea58c1968.html>

MARZO 2025



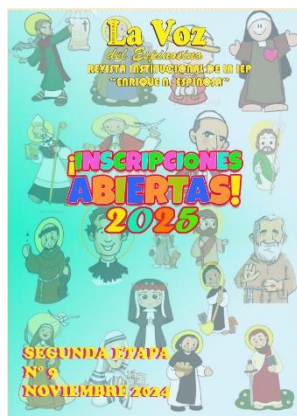
<https://heyzine.com/flip-book/98df67aba6.html>

AGOSTO 2024



<https://heyzine.com/flip-book/5730e6e223.html>

NOVIEMBRE 2024



<https://heyzine.com/flip-book/8fff1ffcf.html>

ABRIL 2025



<https://heyzine.com/flip-book/0251232140.html>

SETIEMBRE 2024



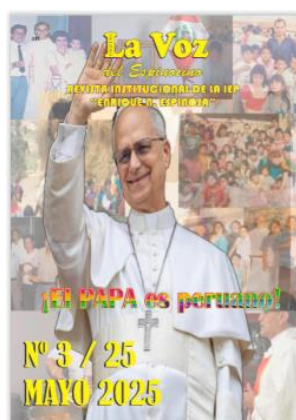
<https://heyzine.com/flip-book/b17cf289e3.html>

DICIEMBRE 2024



<https://heyzine.com/flip-book/aa1b4dae0f.html>

MAYO 2025



<https://heyzine.com/flip-book/cf12ad8d1c.html>

CONSEJOS PARA UNA BUENA SALUD RESPIRATORIA

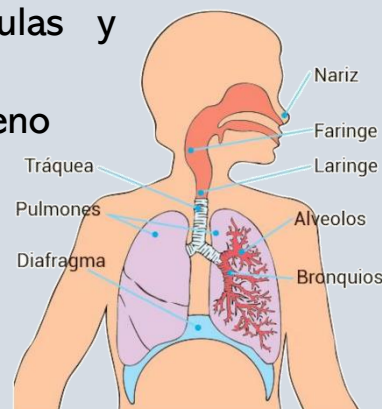
<https://my.clevelandclinic.org/health/body/21205-respiratory-system>

<https://kidshealth.org/es/parents/lungs.html>

<https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/pulmones#:~:text=Al%20inhalar%2C%20el%20aire%20ingresa,el%20centro%20del%20sistema%20respiratorio.>

El aparato respiratorio está compuesto por los pulmones, las vías respiratorias (tráquea, bronquios y bronquiolos), el diafragma, la laringe, la garganta, la nariz y la boca. Su función principal es inhalar oxígeno y exhalar dióxido de carbono. También ayuda a protegernos de partículas y gérmenes dañinos, y permite oler y hablar.

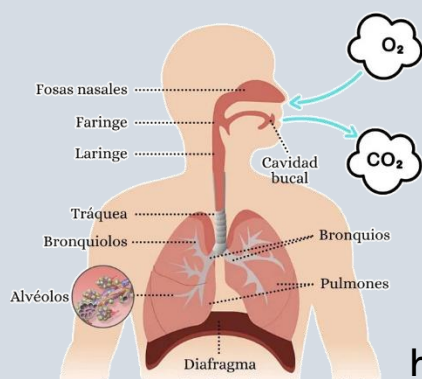
Cuando respiramos, el aparato respiratorio recibe oxígeno y elimina dióxido de carbono. Las células de nuestro cuerpo necesitan oxígeno nuevo para vivir. A medida que las células hacen su trabajo, generan y desechan dióxido de carbono. Este intercambio de oxígeno y dióxido de carbono recibe el nombre de respiración.



RESPIRACION

Al inhalar, el aire ingresa a los pulmones y el oxígeno de ese aire pasa a la sangre. Al mismo tiempo, el dióxido de carbono, un gas de desecho sale de la sangre a los pulmones y es exhalado. Ese proceso, llamado intercambio de gases, es fundamental para la vida.

Los pulmones son el centro del sistema respiratorio. El sistema respiratorio también incluye la tráquea, los músculos de la pared torácica y el diafragma, los vasos sanguíneos y otros tejidos. Todas esas partes posibilitan la respiración y el intercambio de gases. El cerebro controla la frecuencia respiratoria (que tan rápido o lento respiramos) al identificar la necesidad de oxígeno del cuerpo y también la necesidad de eliminar dióxido de carbono.



El diafragma es un músculo ubicado entre el pecho y el abdomen que permite que el cuerpo mueva el aire hacia el interior y el exterior del aparato respiratorio. Cuando inhalamos (entrada de aire), el diafragma se

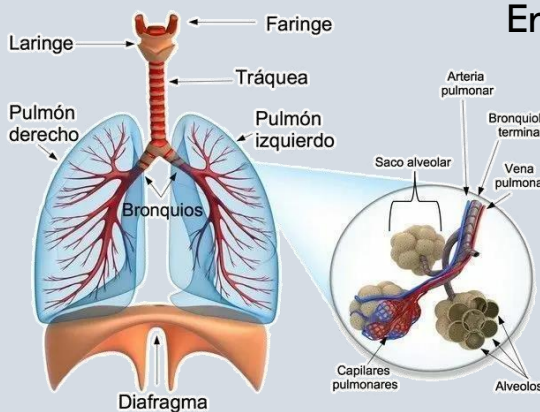
mueve hacia abajo, en dirección al abdomen, y los músculos de las costillas empujan a las costillas hacia arriba y hacia afuera. Esto hace que la cavidad torácica se agrande y tome aire a través de la nariz y la boca para enviarlo a los pulmones.

Cuando exhalamos (salida de aire), el diafragma se mueve hacia arriba y los músculos de la pared torácica se relajan. Esto hace que la cavidad torácica se

achique y empuje el aire hacia el exterior del aparato respiratorio a través de la nariz y la boca.

El aire entra en el aparato respiratorio a través de la nariz o de la boca y después continúa su recorrido hacia los pulmones. En las fosas nasales, el aire se entibia y humedece. En la nariz, unos pelos diminutos llamados cilios se encargan de filtrar el polvo y otras partículas.

La cavidad nasal y la boca se unen en la parte posterior de la garganta, llamada faringe. La faringe forma parte de dos sistemas (el aparato respiratorio y el aparato digestivo) porque a través de ella pasan tanto el aire como los alimentos.



En la parte inferior de la faringe, hay dos conductos: uno para el aire y otro para los alimentos. Uno de esos conductos, que es exclusivamente para el aire, recibe el nombre de laringe. Allí también se encuentran las cuerdas vocales, que vibran para emitir sonidos cuando hablamos. (El otro conducto recibe el nombre de esófago y es a través de él que los alimentos llegan hasta el

estómago). La laringe está protegida por una pequeña lámina de tejido que recibe el nombre de epiglotis. Cuando tragamos, la epiglotis cubre la laringe para impedir que los alimentos y los líquidos lleguen a los pulmones.

La tráquea forma parte del conducto que continúa hasta llegar a la laringe. Las paredes de la tráquea tienen anillos rígidos de cartílago que la mantienen abierta. Además, está revestida de cilios, que expulsan los líquidos y las partículas extrañas de las vías aéreas para que no lleguen a los pulmones.

Más adelante, la tráquea se divide en dos conductos (izquierdo y derecho) que reciben el nombre de bronquios. Los bronquios conectan la tráquea a los pulmones.

Los bronquios se ramifican y forman bronquios más pequeños o conductos incluso más pequeños llamados bronquiolos. En el extremo de cada bronquiolo hay pequeños sacos de aire que se denominan alvéolos. Este es el lugar en el que ocurre el intercambio de oxígeno y dióxido de carbono. Cada persona tiene cientos de millones de alvéolos en los pulmones. Esta red de alvéolos, bronquiolos y bronquios recibe el nombre de árbol bronquial.

Los pulmones contienen tejido elástico que les permite inflarse y desinflarse fácilmente. Están cubiertos por una capa delgada llamada pleura. El tórax es un espacio hermético que aloja al árbol bronquial, los pulmones, el corazón y otras estructuras. La parte superior y las partes laterales del tórax están formadas por las costillas y los músculos. Estas paredes rodean a los órganos

que se encuentran dentro de la cavidad torácica y les sirven de protección. La parte inferior de la cavidad torácica está formada por el diafragma.

Los hábitos para un estilo de vida saludable, como hacer actividad física y no fumar, pueden ayudar a prevenir lesiones y enfermedades pulmonares.

FUNCIONES DEL APARATO RESPIRATORIO

La función principal del sistema respiratorio es absorber oxígeno para las células del cuerpo y eliminar el dióxido de carbono, un producto de desecho. Esto se logra inhalando y exhalando y mediante el intercambio de gases entre los pequeños sacos de aire de los pulmones (alvéolos) y los vasos sanguíneos adyacentes. El sistema respiratorio también:

- Calienta y humedece el aire que se respira. El sistema respiratorio calienta el aire para que coincida con la temperatura corporal. Humedece el aire para alcanzar el nivel de humedad que el cuerpo necesita.
- Protege el cuerpo de las partículas que se inhalan. Partes del sistema respiratorio pueden impedir que entren gérmenes dañinos e irritantes, o expulsarlos si entran.
- Permite hablar. El aire hace vibrar tus cuerdas vocales, lo que produce sonidos.
- Ayuda a oler. Inhalar aire mueve sus moléculas a través del nervio olfativo, que envía mensajes al cerebro sobre el olor.
- Equilibra el nivel de acidez en el cuerpo. El exceso de dióxido de carbono reduce el pH de la sangre, volviéndola ácida. Al eliminar el dióxido de carbono, el sistema respiratorio ayuda a mantener el equilibrio ácido-base en el cuerpo.



CUIDADOS DEL APARATO RESPIRATORIO

Para mantener su sistema respiratorio saludable:

- No fumar ni vapear. Fumar causa o empeora muchas enfermedades pulmonares y respiratorias. Los líquidos para vapear suelen contener muchos de los mismos ingredientes que los cigarrillos.



- Evitar los contaminantes que pueden dañar las vías respiratorias. Esto incluye el humo de segunda mano, las sustancias químicas y el radón (un gas radiactivo que puede causar cáncer). Usar una mascarilla si se está expuesto a humos, polvo u otros tipos de contaminantes en el trabajo o aficiones.

- Mantenerse hidratado. Beber abundante agua mantiene la mucosidad de los pulmones fluida y facilita su eliminación.



- Hacer ejercicio con regularidad. El ejercicio fortalece los músculos de los pulmones y facilita la respiración.
- Prevenir infecciones. Lavarse las manos con frecuencia y vacunarse contra enfermedades respiratorias puede ayudar a prevenir enfermedades.
- Higiene nasal, realizar lavados nasales con solución salina para limpiar el moco, polen y otros residuos de tus fosas nasales.
- Evitar irritantes, reducir la exposición a alérgenos, humo, polvo y otros irritantes.
- Sonarse correctamente, no hacerlo con fuerza y utilizar pañuelos desechables para evitar la irritación.
- Considerar el uso de un humidificador, especialmente en ambientes secos o durante el invierno, para mantener la nariz húmeda.
- Si se utiliza aerosoles nasales, usarlos con la frecuencia recomendada y no por más de 3 días seguidos, a menos que el médico lo indique.
- No tocarse la nariz, evitar rascarse o tocarse la nariz con los dedos, ya que puede causar heridas y lesiones.
- Evitar estornudos retenidos, no contenerse los estornudos, ya que pueden causar daños en la nariz.
- Cuidado ante hemorragias nasales, en caso de hemorragia, elevar la cabeza y aplicar presión en la nariz durante al menos 10 minutos.
- Se debe evitar las corrientes de aire principalmente para prevenir el enfriamiento repentino del cuerpo y posibles problemas de salud, como la rigidez en el cuello o la exacerbación de alergias.
- El smog debe evitarse porque es perjudicial para la salud y el medio ambiente. Sus efectos incluyen problemas respiratorios, enfermedades cardiovasculares, y daños a los ecosistemas. Además, contribuye al cambio climático y a la degradación de la calidad del aire en general.
- Es fundamental vacunarse contra enfermedades respiratorias porque ayudan a protegerse uno mismo y a proteger a otros contra infecciones graves que pueden causar complicaciones, hospitalización e incluso la muerte. Las vacunas estimulan el sistema inmunológico para reconocer y combatir enfermedades respiratorias. Las vacunas más recomendadas son: contra la gripe (anual), la vacuna neumocócica, la vacuna contra el VSR y la vacuna contra la tos ferina.

A 1984 no se le puso un nombre específico. El 1º de enero fue domingo. En el calendario Chino se le llamó Año de la rata de madera.

- 9 de enero, en Panamá, los representantes de Costa Rica, El Salvador, Guatemala, Honduras y Nicaragua —con la intercesión de los países del Grupo de Contadora— firman un anteproyecto de paz para Centroamérica.
- 10 de enero, Estados Unidos y la Santa Sede reanudan sus relaciones diplomáticas después de 117 años.
- 7 de enero, en Estocolmo (Suecia) se inaugura la Conferencia sobre Desarme en Europa, en la que participan representantes de 35 países.
- 24 de enero, en los Estados Unidos, la empresa Apple Inc. presenta el Macintosh 128K, la primera computadora personal comercializada exitosamente, que utiliza una interfaz gráfica de usuario (GUI) y un mouse.
- 25 de enero, en São Paulo (Brasil), durante las conmemoraciones del aniversario de la ciudad, se llevó a cabo una manifestación (Directas Ya) con la participación aproximada de 100 000 personas y decenas de políticos y artistas, exigiendo elecciones libres para presidente de la república y el fin del régimen militar.
- 3 de febrero, se firma la declaración de Caracas, donde seis países democráticos hispanoamericanos y España, tras varios gobiernos dictatoriales, concluyen que la democracia es el mejor sistema político para Hispanoamérica.
- 4 de febrero, una mujer estéril dio a luz, tras la implantación de un óvulo fertilizado en otra mujer en Long Beach (California).
- 11 de febrero, Aterriza en Cabo Cañaveral el transbordador espacial Challenger, tras una misión donde dos astronautas realizaron por primera vez un paseo espacial autopropulsado.
- 23 de febrero, en el hospital Bellvitge de Barcelona (Cataluña) se lleva a cabo con éxito el primer trasplante de hígado en España, realizado por los doctores Margarit y Jaurieta.
- 28 de febrero, el vuelo 901 de Scandinavian Air System se accidenta en el Aeropuerto Internacional John F. Kennedy de Nueva York (Estados Unidos) sobreviviendo todos sus ocupantes a bordo. El mismo día, en Borja (España) se estrella un Lockheed C-130 Hércules, denominado como el Accidente aéreo de Borja: fallecen sus 18 ocupantes.
- 22 de marzo, Deja de editarse el Diario de Barcelona, conocido popularmente como 'El Brusi', y decano de la prensa diaria española.
- 23 de marzo, En Roma (Italia) roban una caja fuerte blindada de la Brink's Securmark, con valores equivalentes a 3.500 millones de pesetas. Calificado por muchos medios como el 'robo del siglo'.

- 9 de abril, en La Haya (Países Bajos), el Gobierno socialista de Nicaragua solicita ante la Corte Internacional de Justicia de la ONU, abrir un proceso judicial contra Estados Unidos, por su apoyo económico y logístico a los Contras. El 27 de junio de 1986, la Corte sentenciará a Estados Unidos a pagar 17 000 millones de dólares estadounidenses por 38 000 víctimas civiles y por la destrucción de infraestructura. En septiembre de 1992, la presidenta nicaragüense Violeta Chamorro perdonará esa deuda.
- 19 de abril, el papa Juan Pablo II, con motivo del Año Jubilar de la Redención, pide «un estatuto internacional garantizado para Jerusalén»
- 23 de abril, el descubrimiento de un virus que puede ser el causante del SIDA, fue aclamado como un "enorme avance" en la investigación médica para detener su progreso. Se sabía que el virus es una variante de un conocido virus canceroso humano llamado HTLV-3.
- 27 de abril, se produce la primera unidad del modelo de automóvil Sea Ibiza en la cadena de montaje de la empresa Seat, en Barcelona (España).
- 6 de mayo, en Lourdes (Francia) colisiona un autocar que transportaba 55 peregrinos, dejando 6 muertos y 29 heridos.
- 10 de mayo, el Tribunal Internacional de La Haya sentencia que Estados Unidos debe suspender el bloqueo y minado de los puertos de Nicaragua.
- 5 de junio, en Nueva Delhi (India), la primera ministra de la India, Indira Gandhi ordena un ataque contra el Templo Dorado, el mayor sitio sagrado para la religión sij, que fue tomado por cientos de civiles sijes.
- 6 de junio, El ingeniero informático ruso Alekséi Pázhitnov crea el Tetris, uno de los videojuegos más famosos de la historia.
- 9 de julio, en Inglaterra cae un rayo sobre la catedral Minster de York; el incendio resultante se expande por todo el edificio. Sin embargo, los sacerdotes rescatan todos los bienes y no se destruye la Ventana Rosa.
- 25 de julio, La cosmonauta soviética Svetlana Savítskaya se convierte en la primera mujer en realizar un paseo espacial.
- 28 de julio, con 140 países y 6.829 deportistas, se inauguran en Los Ángeles (EE.UU.) las XXIII Olimpiadas de la Era Moderna. La clausura fue el 12 de agosto. Los países de Rusia, Alemania Oriental y Bulgaria hacen boicot tras el realizado por EE.UU. a los anteriores juegos de Moscú 1980.
- 11 de agosto, en Estados Unidos, el presidente Ronald Reagan, mientras probaba un micrófono, sin saber que estaba en el aire pronuncia en broma las siguientes palabras: «Compatriotas estadounidenses, me alegra decirles que hoy he firmado una ley que ilegalizará a Rusia para siempre. En cinco minutos empezaremos a bombardear».
- 30 de agosto, El transbordador espacial Discovery inicia su primera misión. Es una de las tres naves que forman la flota de la agencia espacial norteamericana (NASA), junto con el Atlantis y el Endeavour.

- 14 de setiembre, por primera vez se cruza el océano Atlántico en un globo de gas, realizado en solitario por el aviador estadounidense Joe Kittinger.
- 26 de setiembre, el torero Francisco Rivera Paquirri es herido mortalmente en la plaza de toros de Pozoblanco, Córdoba (España), por un toro llamado 'Avispado'.
- 23 de octubre, en Londres, el canal BBC News emite varios reportajes de televisión que revelan al mundo que en Etiopía se está produciendo una hambruna, donde miles de personas ya han muerto de inanición y hasta 10 millones de personas se encuentran en riesgo de muerte.
- 25 de octubre, la Comunidad Económica Europea aporta 1,8 millones de libras para ayudar a combatir la hambruna en Etiopía.
- 31 de octubre, Indira Gandhi, primera ministra de la India es asesinada por sus guardias de seguridad. Su hijo Rajiv Gandhi, le sucede en el cargo.
- 19 de noviembre, en México, una serie explosiones en las instalaciones de Petróleos Mexicanos situadas en la localidad de San Juan Ixhuatepec (Tlalnepantla de Baz, México) deja alrededor de 500 y 600 muertos carbonizados y varios miles de heridos. Son evacuadas unas 200 000 personas del norte del valle de México.
- 3 de diciembre, Un escape de 45 toneladas de isocianato de metilo, un gas letal, de la fábrica de pesticidas de Unión Carbide en Bhopal, India, se extiende sobre una zona poblada, lo que provoca entre 15.000 y 20.000 muertes directas y deja también alrededor de medio millón de afectados con dolencias médicas crónicas. En 2010 un tribunal indio condenará a 8 directivos a 2 años de prisión y una pequeña multa.
- 21 de diciembre, La Unión Soviética lanza la sonda espacial Vega 2, la segunda de las dos destinadas al estudio del planeta Venus y el cometa Halley.

En el Perú

A 1984 se le llamó "Año del sesquicentenario del natalicio del almirante Miguel Grau."

- El 1 de enero, asume la alcaldía de Lima el político socialista Alfonso Barrantes Lingán.
- El 26 de enero, una célula terrorista encabezada por una mujer, realizó un atentado con explosivos contra la sede de la Dirección General de Establecimientos Penales (DGEP) en Jesús María. Después de perpetrar el atentado, los presuntos terroristas se dieron a la fuga en dos camionetas y disparando con el objeto de evitar que los persigan. En el transcurso de la fuga, uno de los carros chocó y la situación fue aprovechada por la policía para reducir a dos de los ocupantes, mientras que los otros huyeron.
- El 22 de enero, Miembros del MRTA lanzan un ataque armado contra la comisaría de Villa El Salvador.

- 16 de febrero, apagón en Lima que afectó a un 20 por ciento de la ciudad, especialmente a los distritos sureños y a La Victoria y Santa Anita, además de Trujillo y Huancayo. Las causas del recorte de energía se debieron a un acto de sabotaje por parte de terroristas, esto fue corroborado pues en el Banco Wiese detonó un explosivo y otro ocurrió en el segundo piso de las Galerías Boza. Por otro lado, en Santa Beatriz, la Policía de Investigaciones del Perú frustró otro atentado, logrando capturar a dos presuntos terroristas, asimismo, otra explosión ocurrió en la 83° comisaría de la Guardia Civil de Infantas y en La Atarjea.
- El 27 de marzo, en Lima, se produjo un motín en el Penal El Sexto, en el centro de Lima. Fue un evento de alto impacto debido a su transmisión por televisión en vivo durante 15 horas, interrumpiendo la programación habitual y mostrando escenas de violencia a nivel nacional. Estas imágenes conmocionaron a la opinión pública y desencadenaron un intenso debate sobre la seguridad en las prisiones y la responsabilidad del Estado de proteger la integridad de las personas.
- El 1 de mayo, una banda terrorista asesina al policía de la Guardia Civil Laurencio Paulino Rodríguez Escobar.
- Entre el 5 y 7 de junio, un grupo de 15 campesinos de diversos anexos del distrito ayacuchano de Vinchos fueron detenidos y asesinados en un operativo militar, bajo la sospecha de ser miembros de Sendero Luminoso. Los restos de las víctimas se hallaron en una fosa colectiva y tres fosas individuales
- El 16 de julio de 1984, entre 30 y 40 miembros de Sendero Luminoso tomaron por asalto un bus, victimando con piedras, picos y armas de fuego a más de 100 personas hasta llegar a la localidad de Soras (provincia de Sucre, Ayacucho). Estos asesinatos se cometieron en represalia por la decisión de los comuneros de aliarse para luchar contra la organización subversiva.
- El 31 de julio, el tirador deportivo peruano Francisco “Pancho” Boza ganó la medalla de plata en fosa olímpica en las olimpiadas de Los Ángeles.
- A fines de 1984, el club Sport Boys del Callao se proclamó Campeón Nacional de Fútbol, segundo quedó Universitario de Deportes. Los goleadores fueron el jugador Jaime Drago de Universitario y Francisco Montero de Atlético Torino ambos con 18 goles.

EN NUESTRO COLEGIO.

- En 1983, nuestra población escolar siguió creciendo y se mantuvo la misma plana docente con: Berta Espinosa Balaguer de Directora, José Luis Infantes Piedra, Esther Ruiz Murga, Mercedes Infantes Espinosa, Guadalupe Zegarra Gutiérrez, Liliana Aldazábal Melgar y Carlos Antonio Infantes Espinosa. Se integró el profesor José Luis Infantes Espinosa.
Y la historia continúa

Siguiendo con las diversas celebraciones en el mundo -algunas un tanto raras- (bastante raras) del mes de junio, nos encontramos con las siguientes:

- 06, Día Mundial del yo-yo
- 07, Día Mundial del Parkour
- 09, Día del Pato Donald
- 14, Día Mundial de la Ginebra
- 14, Día Mundial de Tejer en Público
- 18, Día Internacional del Picnic
- 18, Día Mundial del Orgullo Autista
- 19, Día Mundial del Paseo
- 21, Día Mundial de los Malabares
- 21, Día Mundial del Selfie
- 21, Día Mundial del Skate
- 22, Día Internacional del Volkswagen Escarabajo
- 25, Día Mundial Antitaurino
- 28, Día Mundial de los Pitufos
- 28, Día Internacional del Piercing Corporal

En el mes de junio celebramos las siguientes fechas cívicas:

- 2, *Día de Faustino Sánchez Carrión.*
- 3, *fallecimiento de Julio C. Tello, padre de la arqueología peruana.*
- 4, *Día Internacional de los Niños Víctimas Inocentes de la Agresión.*
- 5, *Día Mundial del Medio Ambiente.*
- 7, *Aniversario de la Batalla de Arica y Día del Héroe Francisco Bolognesi.*
- 8, *Día Mundial de los Océanos.*
- 12, *Día Mundial contra el Trabajo Infantil.*
- 12, *Día del Prócer Toribio Rodríguez de Mendoza.*
- 15, *Día de la Canción Andina.*
- 17, *Día Mundial de Lucha Contra la Desertificación y la Sequía.*
- *Tercer domingo, Día del Padre.*
- 20, *aniversario del primer grito libertario de Francisco de Zela.*
- 22, *fallecimiento de Manuel González Prada.*
- 24, *Fiesta del Sol o Inti Raymi.*
- 24, *Día del Campesino.*
- 26, *Día Internacional de la Preservación de los Bosques Tropicales.*
- 26, *Día Internacional de las Naciones Unidas en Apoyo de las Víctimas de la Tortura.*
- 26, *Día de la Lucha Contra el Tráfico Ilícito y el Uso Indebido de Drogas.*
- 26, *Día del Registro del Estado Civil.*
- 29, *Día del Papa - San Pedro y San Pablo.*
- 29, *Día del Sacrificio del Mártir José Olaya Balandra.*

Trataremos alguna de ellas.

DIA INTERNACIONAL DE LOS NIÑOS VICTIMAS INOCENTES DE LA AGRESIÓN

<https://www.un.org/es/observances/child-victim-day>

El Día Internacional de los Niños Víctimas Inocentes de la Agresión se celebra



cada 4 de junio. Esta conmemoración, establecida por las Naciones Unidas, busca reconocer el sufrimiento de los niños alrededor del mundo que son víctimas de abuso físico, mental y emocional, y reafirma el compromiso de la ONU con la protección de sus

derechos. Originalmente, el día se enfocó en las víctimas de la guerra del Líbano de 1982, pero su propósito se ha extendido para abarcar todas las formas de agresión contra niños.

Cada día, los niños que viven en guerras en todo el mundo se enfrentan a horrores indescriptibles. No están a salvo mientras duermen en sus casas o juegan al aire libre, estudian en la escuela o buscan atención médica en los hospitales. Desde asesinatos y mutilaciones, secuestros y violencia sexual hasta ataques a centros educativos y sanitarios, pasando por la denegación de la ayuda humanitaria que necesitan desesperadamente, los niños se ven atrapados en el punto de mira de las partes en conflicto a una magnitud asombrosa.

El Informe anual del Secretario General de las Naciones Unidas sobre los niños y los conflictos armados destacó que sólo en 2023:

Fuente: Informe anual del Secretario General sobre los niños y los conflictos armados

- *11.649 niños fueron asesinados o sufrieron mutilaciones.*
- *8.655 niños fueron reclutados o utilizados, y 4.356 fueron secuestrados.*
- *1.470 niños fueron víctimas de violencia sexual.*
- *5.205 incidentes de denegación al acceso humanitario.*
- *1.650 incidentes en escuelas y hospitales.*

DÍA MUNDIAL DEL MEDIO AMBIENTE

<https://www.actualidadambiental.pe/por-que-el-5-de-junio-se-celebra-el-dia-mundial-del-medio-ambiente/#:~:text=Se%20eligi%C3%B3%20el%205%20de,como%20la%20Cumbre%20de%20Estocolmo.>

Cada 5 de junio se celebra el Día Mundial del Medio Ambiente, una fecha creada para que los habitantes de este planeta recuerden lo importante que es cuidar el único hogar que tenemos y, además, para realizar acciones concretas y urgentes que ayuden a mitigar la contaminación y remediar los daños que ya se han generado.

Se eligió el 5 de junio porque esa misma fecha, en 1972, se desarrolló en Estocolmo (Suecia) la primera gran conferencia sobre temas relativos al medio ambiente, conocida como la Cumbre de Estocolmo.



Visión general creada por IA

Tiene como objetivos principales crear conciencia sobre la importancia de la protección ambiental y promover la acción individual y colectiva para abordar los problemas ambientales que enfrenta el planeta. Busca, además, involucrar a todos los sectores de la sociedad, desde ciudadanos hasta gobiernos y empresas, en la búsqueda de soluciones sostenibles.

- Sensibilizar sobre la problemática ambiental: Informar y educar a la población sobre la gravedad de los problemas ambientales actuales, como la

contaminación, el cambio climático, la pérdida de biodiversidad y la deforestación.

- Fomentar la acción individual y colectiva: Motivar a las personas a adoptar prácticas más sostenibles en su vida diaria, como reducir el consumo de plástico, ahorrar energía, consumir productos locales y apoyar iniciativas de conservación.
- Promover la participación de todos los sectores: Involucrar a gobiernos, empresas, organizaciones no gubernamentales y ciudadanos en la búsqueda de soluciones a los desafíos ambientales.
- Destacar la importancia de la restauración de ecosistemas: Enfatizar la necesidad de proteger y restaurar los ecosistemas dañados, como bosques, humedales y océanos, para garantizar la salud del planeta y el bienestar humano.
- Impulsar la cooperación internacional: Fomentar la colaboración entre países para abordar problemas ambientales globales, como el cambio climático y la pérdida de biodiversidad.
- Celebrar los logros ambientales: Reconocer los esfuerzos y avances realizados en la protección del medio ambiente y destacar ejemplos de buenas prácticas.
- Crear un sentido de urgencia: Recordar que el tiempo para actuar es limitado y que es necesario tomar medidas urgentes para proteger el planeta para las generaciones futuras.

ANIVERSARIO DE LA BATALLA DE ARICA Y DÍA DEL HÉROE FRANCISCO BOLOGNESI.

<https://www.elperuano.pe/noticia/214764-por-que-se-celebra-el-dia-de-la-bandera-el-7-de-junio-en-peru>

El 7 de junio se celebra el Día de la Bandera en Perú, en conmemoración de la Batalla de Arica, donde los soldados peruanos lucharon heroicamente. En esta



fecha se festeja que, hace 145 años, casi dos mil peruanos lucharon hasta quemar el último cartucho en la defensa de Arica, durante la guerra con Chile, homenaje a héroes nacionales como coronel Francisco Bolognesi, Alfonso Ugarte y José Joaquín Inclán.

La batalla de Arica es recordada como un acto de valentía y sacrificio de los héroes peruanos que defendieron el país. En particular, se destaca la figura de Alfonso Ugarte, quien, siendo el jefe de la Octava División, decidió lanzarse desde el morro de Arica para evitar que la Bandera Nacional fuera capturada.

Francisco Bolognesi Cervantes (1816-1880) coronel del ejército peruano, reconocido por su valentía y defensa de la patria en la Guerra del Pacífico, especialmente durante la Batalla de Arica. Su famosa frase, "Tengo deberes sagrados que cumplir y los cumpliré hasta quemar el último cartucho", resume su entrega y compromiso hasta el final.

En 1880, durante la Guerra del Pacífico, Bolognesi lideró la defensa de Arica. A pesar de la abrumadora superioridad del ejército chileno, se negó a rendirse, enfrentando la batalla con valentía junto a sus hombres.



En la Batalla de Arica, el 7 de junio de 1880, Bolognesi falleció en combate, convirtiéndose en un símbolo de patriotismo y sacrificio.

Bolognesi es recordado no solo por su valentía en la batalla, sino también por su integridad, disciplina y sentido del deber, valores que lo llevaron a defender la patria hasta el último aliento.

La celebración del Día de la Bandera el 7 de junio es un homenaje a la valentía y el honor de los soldados peruanos que ofrendaron su vida en defensa del país y de su estandarte nacional.

Aunque la celebración se oficializó en 1924, se sabe que previamente se había establecido el "Día del juramento de fidelidad a la Bandera" en 1905 durante el gobierno de José Pardo y Barreda (1864-1947). Esta festividad se celebraba el primer domingo de junio. El 25 de octubre de 1905, el dos veces presidente de la República, José Pardo y Barreda (1864-1947), había firmado un decreto supremo que establecía que cada primer domingo de junio sería el Día de Juramento de fidelidad a la Bandera.

Previamente, el presidente Manuel Candamo (1841-1904) había suscrito un decreto supremo del 8 de noviembre de 1903, mediante el cual se establecía el juramento de fidelidad a la bandera.

DÍA DEL PADRE

El Día del Padre es una fecha especial en la que rendimos homenaje a esos héroes silenciosos que con su esfuerzo y amor diario hacen del mundo un lugar mejor.

La idea de crear el Día del Padre surgió en Estados Unidos, concretamente en 1910, cuando una mujer llamada Sonora Smart Dodd quiso rendir homenaje a su padre que había criado en solitario a ella y a sus cinco hermanos, en una granja del estado de Washington. A Sonora se le ocurrió la idea, mientras escuchaba un sermón sobre el Día de la Madre en la Iglesia. Propuso la fecha para el 5 de junio, que era el cumpleaños de su padre.

En 1924 llegó la primera declaración oficial por parte del presidente Calvin Coolidge que apoyó la idea de establecer un día nacional del padre.

No fue hasta 1966 cuando llegó la declaración definitiva del presidente Lyndon Johnson, estableciendo la fecha de la efeméride en Estados Unidos para el tercer domingo de junio.

La celebración fue ganando adeptos y se extendió por todo el mundo, eso sí, con diferentes fechas y tradiciones.

CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL PADRE EN EL MUNDO:

- Tercer domingo de junio: Estados Unidos, Argentina, Colombia, México, Venezuela, Perú, Chile, Reino Unido, y la mayoría de países iberoamericanos.
- 19 de marzo: España, Italia, Portugal y algunos países de tradición católica.
- Primer día de verano: Líbano, Egipto, Jordania.
- 23 de febrero: Rusia (coincidiendo con el Día de los Defensores de la Patria).
- 5 de diciembre: Tailandia (en honor al nacimiento del rey Rama XI).
- Primer domingo de septiembre: Oceanía.

INTI RAYMI

<https://www.boletomachupicchu.com/inti-raymi-como-celebra-cusco-peru/#:~:text=El%20Inti%20Raymi%20fue%20una,d%C3%ADa%20es%20feriado%20en%20Cusco.>

El Inti Raymi es una antigua celebración religiosa Inca donde los Incas le rendían culto a su Dios "El Inti o Sol" en la capital, el Cusco. Antiguamente, el Inti Raymi duraba unos 15 días, durante los cuales se realizaban sacrificios y se presentaban bailes o danzas para adorar al "Dios Sol". El último Inti Raymi que se realizó con la presencia del Emperador Inca fue en el año de 1535; un año antes de "La Conquista Española".

El Sol es la mayor adoración en el Inti Raymi, siendo su esencia y su fuente de vida. Es el dios supremo y uno de los astros más importantes dentro del mundo andino. En esta festividad, el sol da inicio a un nuevo ciclo anual, por lo que se le dedicaban ofrendas al Sol por las cosechas ya que era quien bendecía, por lo tanto, se le debía respeto y adoración.



El Inti Raymi celebra el solsticio de invierno, cuando el sol estaba más cerca en el hemisferio sur del planeta. Los incas, cuya deidad suprema era el sol (Inti) celebraban esto con rituales religiosos multitudinarios y liderados por el propio emperador inca.

El Inti Raymi es un espectáculo de puesta en escena multitudinaria que se lleva a cabo en tres escenarios de la ciudad del Cusco: el templo del Coricancha, la Plaza de Armas y la explanada de Sacsayhuamán.

Los cusqueños festejan el Inti Raymi como una conmemoración a su pasado inca. Desde 1944 se adoptó una gigantesca puesta en escena que teatralice la antigua fiesta de Inti Raymi celebrada por los incas.

El Wawa Inti Raymi fue la festividad religiosa inca en honor al sol. El emperador Pachacútec fue quien instauró esta fiesta en el siglo XV. Luego de la conquista española en el siglo XVI, se dejó de realizar esta multitudinaria celebración.



2 de junio
Faustino Sánchez Carrión



3 de junio
Fallecimiento de Julio C. Tello



8 de junio
Día de los océanos



12 de junio
Día contra el trabajo infantil



12 de junio
Toribio Rodríguez de Mendoza



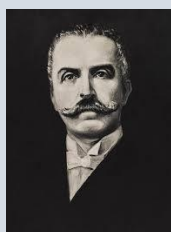
15 de junio
Día de la canción andina



17 de junio
Lucha contra la desertificación



20 de junio
Grito libertario Francisco de Zela



22 de junio
Muerte de Manuel Gonzáles Prada



24 de junio
Día del campesino



26 de junio
Bosques tropicales



26 de junio
Apoyo a las víctimas de tortura



26 de junio
Lucha contra las drogas



26 de junio
Día del Registro Civil



29 de junio
Día del Papa



29 de junio
José Olaya Balandra

MARAVILLAS NATURALES DEL PERÚ. MACHU PICCHU

Visión general creada por IA

<https://trexperienceperu.com/es/blog/todo-sobre-machu-picchu>

<https://trexperienceperu.com/es/blog/machu-picchu-flora-fauna>



Machu Picchu, la ciudadela inca ubicada en los Andes peruanos, es reconocida como una de las Siete Maravillas del Mundo Moderno. Fue elegida en una votación mundial por internet El 7 de julio de 2007, organizada por la Fundación New7Wonders. Machu Picchu es un testimonio de la ingeniería y la arquitectura inca, y un importante sitio arqueológico y patrimonio cultural.

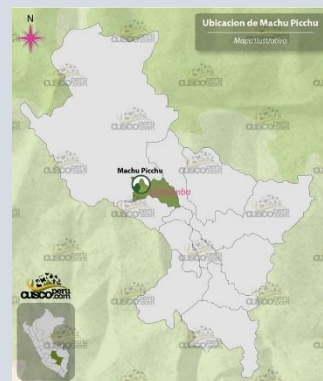
cultural.

El nombre Machu Picchu proviene de dos palabras quechuas: "Machu," que significa "viejo," y "Picchu," que significa "montaña," lo que se traduce como la Montaña Vieja o Gran Montaña. Es un lugar de gran importancia histórica y cultural.

UBICACIÓN:

Se encuentra en la cima de una montaña, a una altitud de 2.430 metros sobre el nivel del mar, en medio de un bosque tropical de montaña.

Es un paraje de gran belleza, en medio de un bosque tropical de montaña, el santuario de Machu Picchu fue probablemente la realización arquitectónica más asombrosa del Imperio Inca en su apogeo. Sus murallas, terrazas y rampas gigantescas dan la impresión de haber sido esculpidas en las escarpaduras de la roca, como si formaran parte de ésta. El marco natural, situado en la vertiente oriental de los Andes, forma parte de la cuenca superior del Amazonas, que posee una flora y fauna muy variadas.



El Santuario Histórico de Machu Picchu se ubica en la provincia de Urubamba, Región Cusco. Se encuentra en la Cordillera Oriental de los Andes, sobre el margen izquierdo del río Vilcanota, en el Valle Sagrado de los Incas, a unos 80 kilómetros al noroeste de la ciudad del Cusco. Se encuentra en una cresta montañosa rodeada por las montañas Machu Picchu, Huayna Picchu y Putucusi. Comprende un extenso paisaje cultural y natural localizado en diversos ecosistemas, en el que también existen otros sitios arqueológicos conectados por caminos que conducen a la ciudad inca. Machu Picchu es el sitio arqueológico inca más sobresaliente debido a su creativo diseño urbano, la belleza de su arquitectura y el fino trabajo en piedra de sus construcciones. En su planificación se aprovechó notablemente la topografía de la cima de la

montaña a la que transformó en una imponente Ilaqta (*pueblo, ciudad, lugar o territorio habitado o acondicionado por humanos*).

Fue edificada en el siglo XV por el Inca Pachacútec, abandonada en los primeros años de colonia española y redescubierta en el año 1911. La arquitectura de esta ciudad inka, plasmada en sus 200 recintos, se mimetiza excepcionalmente con el maravilloso entorno natural al que se encuentra estrechamente ligado.



ARQUITECTURA

La arquitectura de Machu Picchu es una proeza de ingeniería inca, caracterizada por la construcción de edificios con paredes de piedra tallada y pulida, la integración de la naturaleza y la adaptación al terreno montañoso. Los edificios, incluyendo el Intihuatana, el Templo del Sol y el Templo de

las Tres Ventanas, son ejemplos de la técnica de mampostería de sillar, donde los bloques de granito se ensamblan sin mortero. Las ventanas y puertas, así como los nichos en los muros, tienen forma trapezoidal, y las cubiertas suelen ser de doble jamba.

Destaca por sus terrazas, casas, plazas, cementerios, santuarios y el reloj solar conocido como Intihuatana.

Materiales y técnicas de construcción:

Piedra tallada: Se utiliza granito, cuidadosamente tallado y pulido para obtener una precisión excepcional en la construcción.

Mampostería de sillar: Los bloques de granito se ensamblan sin mortero, lo que permite la creación de estructuras sólidas y duraderas.

Trapecios: Las ventanas, puertas y nichos tienen forma trapezoidal, una característica distintiva de la arquitectura inca.

Cúpulas y cubiertas: Las cubiertas suelen ser de doble jamba, lo que facilita la apertura y cierre desde el interior.

ELEMENTOS ARQUITECTÓNICOS CLAVE:

Intihuatana: Una roca tallada con forma poligonal, utilizada como calendario y reloj astronómico, además de ser un lugar de adoración al dios sol (Inti).

Templo del Sol: Un templo religioso con paredes de piedra finamente pulidas, considerado uno de los más importantes de Machu Picchu.



Templo de las Tres Ventanas: Un edificio con tres ventanas que se cree que estaban orientadas hacia el Este, Norte y Sur.



Terrazas: Un sistema de terrazas agrícolas que permiten la adaptación de Machu Picchu al terreno montañoso y facilitan la agricultura.

Caminos y plazas: Machu Picchu cuenta con un sistema de caminos y plazas que conectan las diferentes áreas de la ciudadela, como el Espacio Sagrado y el

Espacio Residencial.

SIGNIFICADO Y FUNCIÓN:

Integración con la naturaleza: La arquitectura de Machu Picchu se integra armoniosamente con el paisaje montañoso, respetando la geografía y el entorno natural.

Cosmovisión inca: Las construcciones reflejan la cosmovisión inca, donde la naturaleza y la agricultura eran fundamentales.



Proeza de ingeniería: Machu Picchu es un ejemplo de la habilidad de los ingenieros incas para construir estructuras resistentes y duraderas en un terreno difícil.

Espacio sagrado: La ciudadela fue un centro ceremonial y religioso, con edificios dedicados a la adoración de

los dioses y a la realización de ritos.

Centro urbano: Machu Picchu también fue un centro urbano, con viviendas, tiendas y espacios públicos para la vida cotidiana.

FLORA Y FAUNA

Machu Picchu es conocido por sus impresionantes ruinas incas, pero pocos se detienen a observar y descubrir la riqueza natural que lo rodea. Este santuario es el hogar de una asombrosa variedad de plantas y animales: desde especies exóticas hasta animales que solo habitan en esta región. Es un verdadero refugio de biodiversidad que merece ser explorado y protegido.



El Santuario Histórico de Machu Picchu fue creado en 1981 por el Instituto Nacional de Recursos Naturales (INRENA) para proteger su biodiversidad y patrimonio arqueológico. Alberga una asombrosa variedad de flora y fauna en un entorno único. En 1983, la UNESCO lo declaró Patrimonio Cultural y Natural de la Humanidad, destacando su vasta biodiversidad y su significado histórico, lo que lo convierte en uno de los lugares más increíbles del planeta.

FLORA EN MACHU PICCHU

Se estima que hay entre 2,350 y 3,400 tipos de plantas, muchas de las cuales están en peligro de extinción. Esta diversidad se debe a la ubicación del Santuario en los bosques nubosos montanos únicos de los Andes, que tienen una variedad de microclimas y hábitats.

En las alturas crecen pastizales andinos, mientras que en las zonas bajas destacan árboles como el aliso, pisonay, quishuar, queuña y cedro. También hay helechos, palmeras y más de 200 especies de orquídeas que florecen todo el año. Entre las bromelias más llamativas están la Puya weberbaueri y la tillandsia, creando un entorno lleno de vida y color.

- **Orquídeas:** Machu Picchu es uno de los mejores lugares del mundo para las orquídeas, alberga más de 30 géneros y 300 especies de orquídeas, muchas endémicas de la zona. Estas flores destacan por sus formas, colores y pétalos simétricos. Entre las más representativas están la orquídea Wiñay Wayna, de tonos rosados, la Sobralia Dichotoma, de color morado intenso, y el Wakanqi, muy valorado en el Camino Inca.



También sobresale la orquídea de Darwin, nombrada en honor a Charles Darwin exclusiva de los Andes, y la cattleya, famosa por su dulce aroma. Otra especie fascinante es la orquídea de las abejas, conocida por su particular relación con estos polinizadores.



- **Helechos:** Los helechos le dan un aspecto antiguo y especial al paisaje. En la zona se han identificado más de 300 especies, muchas creciendo sobre troncos o entre las rocas del Camino Inca. Su nombre científico es Pteridofitas. En el tramo final, desde Wiñayhuayna hasta Intipunku, se registraron 12 especies de

helechos en 2011, y en años recientes el número aumentó a 15 especies de helechos.

- **Bromelias:** Las bromelias (Bromeliaceae) son plantas epífitas que crecen en los troncos de los árboles y en las rocas del Santuario Histórico de Machu Picchu. Con su forma de roseta, capturan agua de la lluvia y la niebla, creando pequeños refugios para insectos y aves. Se han identificado hasta 30 especies, algunas con flores llamativas que atraen colibríes y contribuyen a la polinización. Entre las que destacan están la Puya weberbaueri y tillandsia



- **Queuña:** La queuña (*Polylepis*) es uno de los árboles más resistentes de los Andes, capaz de crecer a más de 4,000 metros de altura. Su corteza rojiza y descamada le permite resistir el frío extremo y protegerse del viento. Además, sus bosques ayudan a captar agua y a mantener la humedad en los suelos. Es clave en la conservación de los ecosistemas alto andinos.
- **Cedro:** El cedro andino (*Cedrela montana*) es un árbol imponente que puede alcanzar hasta 30 metros de altura. Su madera ha sido muy valorada, lo que ha llevado a la reducción de su población. En Machu Picchu, algunos ejemplares crecen protegidos en el santuario. Su sombra favorece el crecimiento de otras especies y es hogar de diversas aves.
- **Quinoa:** La quinoa (*Chenopodium quinoa*) es una planta andina de gran valor nutricional y cultural. Aunque es más común en zonas agrícolas, algunas variedades silvestres crecen en los alrededores de Machu Picchu. Sus semillas son ricas en proteínas y han sido un alimento básico para los pueblos andinos desde tiempos prehispánicos. Su resistencia la hace ideal para suelos difíciles.
- **Ichu:** El ichu (*Stipa ichu*), conocido como el pasto alto andino o paja, cubre grandes extensiones en las montañas de Machu Picchu. Es la principal fuente de alimento para llamas, alpacas y vicuñas. Su capacidad para resistir sequías y vientos fuertes lo convierte en un elemento importante del ecosistema. También ayuda a evitar la erosión del suelo en zonas elevadas.
- **Puyas:** Las puyas (*Puya raimondi* y otras especies) son plantas impresionantes de la familia de las bromelias. Algunas pueden tardar décadas en florecer, produciendo enormes inflorescencias de hasta 10 metros de altura. Sus flores atraen colibríes y abejas, cumpliendo un rol importante en la polinización. Son símbolos de la resistencia de la flora andina.



Las puyas crecen en lo alto de las montañas que rodean Machu Picchu y en gran parte de los Andes peruanos.

- Claveles y floripondios: Los claveles andinos y los floripondios decoran el paisaje de Machu Picchu con sus colores brillantes. El floripondio (*Brugmansia*), con sus grandes flores colgantes, ha sido utilizado en rituales andinos por sus propiedades psicoactivas. Estas plantas no solo embellecen el entorno, sino que también tienen un profundo significado en la cosmovisión inca.

FAUNA EN MACHU PICCHU



Machu Picchu alberga una asombrosa diversidad de vida. Con diez zonas de vida y dos ecorregiones, este espacio es hogar de 443 especies de aves, 77 mamíferos, 26 reptiles, 13 peces y 12 anfibios. Además, hay 123 tipos de artrópodos y 700 especies de mariposas, tanto diurnas como nocturnas. La flora también es impresionante, con 2,350

variedades de plantas, muchas exclusivas de esta región. Cada rincón del santuario revela un ecosistema lleno de vida y belleza natural.

MAMIFEROS Hay 53 tipos diferentes de mamíferos en el Santuario de Machu Picchu.

- Oso de anteojos, Los osos de anteojos son la única especie de oso nativa de Sudamérica, llamado "ukuku." Es importante para el medio ambiente ya que se alimenta de animales muertos y controla plagas.
- Venado de Cola Blanca (*Odocoileus virginianus*) y Venado Pudu (*Pudu mephistophiles*), Estos ciervos viven en los bosques nubosos alrededor de Machu Picchu.
- Vizcachas (*Limidium peruanum*), frecuentemente vistas en las áreas rocosas cercanas a los sitios.
- Llamas y alpacas, aunque mantenidas como mascotas, estos animales suelen verse pastando en los campos de gran altitud y son una parte importante de la cultura del área.



Aves: Más de 423 tipos de aves viven en el Santuario.

- Condor Andino (*Vultur gryphus*), un ave que representa a los Andes y que a menudo se puede ver volando sobre la reserva.



- Gallito de las Rocas Andino (*Rupicola peruvianus*), un favorito para los observadores de aves debido a sus plumas brillantes.
- Colibríes (*Trochilidae*), los bosques nubosos llenos de flores son el hogar de muchas especies que prosperan allí.
- Tangaras (*Thraupidae*) y Mosquiteros

(*Tyrannidae*), algunas de las especies más diversas en la reserva.

- Reptiles, Lagartijas y Anfibios: El Santuario también es hogar de muchos reptiles y anfibios.
- Ranas y Sapos, prosperan en los bosques nubosos húmedos y son importantes para la cadena alimentaria.

Los animales únicos que viven alrededor de Machu Picchu necesitan ser protegidos mediante esfuerzos de conservación. El gobierno peruano y grupos extranjeros han tomado estas medidas.



CLIMA EN MACHU PICCHU

Machu Picchu se encuentra en una zona sub-tropical, asentada entre las montañas Machu Picchu y Huayna Picchu, protegida por el nevado Salkantay al sur y la Verónica al norte. Esta accidentada geografía le da a Machu Picchu un clima muy peculiar, fresco y cálido, con días soleados y lluviosos, dependiendo de la época en la que decida viajar; toda esta variación climática hace del Santuario de Machu Picchu un lugar maravilloso, con una enorme biodiversidad, que habita uno de los ecosistemas más ricos del planeta.

La temporada de lluvias en Machu Picchu va de noviembre a Marzo, durante este tiempo se presentan la mayor cantidad de lluvias del año; de este tiempo, el mes que recibe la



mayor cantidad de lluvias es febrero, es por eso que el Camino Inca se cierra durante este mes. Pero a pesar de las continuas lluvias, los días son más cálidos, con temperaturas que oscilan entre 19 y 21 °C, y las noches no son tan frías como en temporada seca. Sin embargo, visitar Machu Picchu en tiempo de lluvias tiene sus ventajas y lo peor que puede pasar durante esta época, es que se moje.

Es posible que haya días en los que la lluvia caiga sin parar; no obstante, las lluvias se presentan normalmente en ráfagas intermitentes que pueden durar desde unos minutos a un par de horas y generalmente son por la tarde. Esta abundancia de lluvias viste a la ciudad inca de su verde más intenso, esto es algo espectacular en Machu Picchu. Si bien las lluvias caen por la tarde, puede haber precipitaciones en cualquier momento del día, no se confíe.

HISTORIA

No existen libros ni relatos antiguos sobre Machu Picchu; todo parece haber sido mantenido en secreto por los Incas. Nadie conoce su nombre verdadero ni está mencionado en ninguna de las crónicas. Machu Picchu es un misterio que fascina a muchos. Todo lo que sabemos proviene de las excavaciones y nuevos hallazgos que los arqueólogos e historiadores tratan de juntar para plantear la posible historia de Machu Picchu.

LOS INICIOS

El área de Machu Picchu fue habitada por asentamientos preincas antes del siglo XV. Las pinturas rupestres y petroglifos descubiertos cerca de Machu Picchu y el pueblo de Aguas Calientes no están vinculados a la cultura inca. Probablemente el área fue hogar de grupos amazónicos o de la comunidad Tampu que se asentó en la región de Urubamba.

EL IMPERIO INCAICO

En 1440, Pachacútec inició una campaña para conquistar la región norte del Valle de Urubamba, donde se encuentra Machu Picchu. En 1450 d.C., Pachacútec decidió diseñar y construir una magnífica ciudadela en esta región. Aunque no se sabe con precisión cuánto tiempo llevó la construcción, los expertos piensan que la mayoría de los edificios principales se completaron en unos 20 a 30 años.

Para construir esta increíble ciudadela se trajeron obreros y artesanos especializados de grupos étnicos recientemente conquistados; entre los grupos más importantes estaban los Collas, Lupacas, Chimus, Cañaris y Chachapoyas. Los Collas del Lago Titicaca eran expertos canteros, y los Chimus eran conocidos por sus habilidades en la orfebrería. Además, se trajeron Mitimaes (colonos) y Yanaconas (sirvientes) a Machu Picchu para la construcción y el mantenimiento de la ciudadela.

Se cree que el nombre original de Machu Picchu era Patallacta, derivado de las palabras quechuas "Pata" (alto o escalón) y "llacta" (pueblo o ciudad). Juntas significan "pueblo de escalones" o "ciudadela alta." Las Crónicas de la Conquista del siglo XVI apoyan esto. En ellas, Atahualpa (el último rey inca, capturado y ejecutado en Cajamarca por Francisco Pizarro) pide ser enterrado en Patallacta, que ahora se cree que es Machu Picchu. Esta información fue encontrada por la historiadora María Carmen Rubio y luego confirmada por

Federico Kauffmann Doig y Luis Guillermo Lumbreras, ambos historiadores y arqueólogos peruanos.



Pachacútec fue enterrado en su "Palacio" en Patallacta en 1471. Su momia fue venerada y mantenida en un lugar especial en Machu Picchu. Los españoles trataron de erradicar las religiones nativas, por lo que muchas momias incas fueron escondidas, destruidas o perdidas. Algunas historias dicen que las momias, incluida la de Pachacútec, fueron llevadas a Lima y exhibidas en eventos religiosos durante la era colonial hasta que desaparecieron de la historia.

DECLIVE Y ABANDONO

Las razones exactas del abandono de Machu Picchu siguen siendo un misterio, pero varios factores probablemente jugaron un papel determinante. Durante la conquista española en el siglo XVI, la región enfrentó una disrupción significativa. Los españoles obligaron a los indígenas a trasladarse a pueblos más grandes para pagar impuestos y servir a nuevos terratenientes, lo que llevó a la despoblación de sitios remotos como Machu Picchu.

El colapso del Imperio Inca debilitó aún más la capacidad de mantener asentamientos distantes debido a que en el Incanato, comercio muy importante que se daba entre los diferentes pueblos con el fin de intercambiar productos, se vio seriamente afectado. Además, las enfermedades europeas como la viruela redujeron significativamente la población indígena, dificultando la sustentación de las comunidades.

Los conflictos internos y las luchas de poder dentro del Imperio Inca pueden haber desestabilizado aún más la región. Los incas también podrían haber abandonado Machu Picchu para protegerlo de ser descubierto por los españoles. Con el tiempo, Machu Picchu quedó cubierto por la selva, ocultándose hasta su redescubrimiento a principios del siglo XX.

Redescubrimiento y Exploración Temprana

Machu Picchu permaneció relativamente desconocido para el mundo exterior hasta principios del siglo XX.

Agustín Lizárraga Ruiz fue un explorador y agricultor peruano que descubrió Machu Picchu el 14 de julio de 1902, 9 años antes que el explorador estadounidense Hiram Bingham.

Machu Picchu ganó atención internacional cuando Hiram Bingham III, historiador estadounidense llegó allí en 1911. Con el apoyo de la Universidad de Yale y la National Geographic, Bingham realizó extensas excavaciones arqueológicas. Sus publicaciones y conferencias dieron a conocer Machu Picchu a nivel mundial, destacando su importancia histórica y cultural.

Las cataratas del Iguazú (en portugués: cataratas do Iguçu) son un conjunto de cataratas que se localizan en el río Iguazú, entre la ciudad de Puerto Iguazú, provincia de Misiones, Argentina, y Foz do Iguazu, estado de Paraná, Brasil.

Este paraje natural está protegido en ambos países por sendos parques

nacionales, la figura de máxima protección ambiental: el Parque Nacional Iguazú en Argentina y el Parque Nacional do Iguçu, en Brasil. El territorio protegido asciende a 250.000 hectáreas de bosque subtropical.

El nombre de las cataratas en español, Iguazú y arcaicamente Yguazú, proviene de dos palabras de origen guaraní: la palabra «y» (que se lee [i]) como vocal

cerrada central no redondeada y la palabra «guazú», que en esa lengua quieren decir y= 'agua', guazú= 'grande'; es decir, Iguazú significa “agua grande”. En portugués se las denomina cataratas do Iguçu.

Es Patrimonio de la Humanidad de la Unesco desde 1984 en su parte argentina y desde 1986, también su parte brasileña. Además, en 2011 fueron elegidas como una de las «Siete maravillas naturales del mundo». Esta fue una iniciativa del suizo Bernard Weber a través de su empresa New Open World Corporation.

Están formadas por 275 saltos; el 80 % de ellos se ubican del lado argentino.

Un espectáculo aparte es su salto de mayor caudal y, con 80 m, también el más alto, la Garganta del Diablo, el cual se puede disfrutar en toda su majestuosidad desde solo 50 m, recorriendo las pasarelas que parten desde Puerto Canoas, al que se llega utilizando el servicio de trenes ecológicos. Por este salto pasa la frontera entre ambos países.

Debido a las características de la zona se pueden observar: “Una exuberante y casi tropical vegetación, la frondosidad de los grandes helechos, las cañas de los bambúes, los graciosos troncos de las palmeras y miles de especies de árboles, con sus copas inclinándose sobre el abismo adornado con musgos,



begonias rojas, orquídeas de oro, bromelias brillantes y bejucos con flores trompetas.

GEOLOGÍA Y GEOGRAFÍA

El carácter de escalera de las cataratas del río Iguazú consiste en una cascada de dos escalones formada por tres capas de basalto. Los escalones son de 35 y 40 metros de altura. Las secuencias de roca basáltica columnar son parte de la Formación Serra Geral de 1,000 metros de espesor dentro de la Cuenca Paleozoico-Mesozoica del Paraná. Las cimas de estas secuencias se caracterizan por 8-10 m de basalto vesicular altamente resistente. El contacto entre estas capas controla la forma de las cataratas.



Las tasas de erosión de las cabeceras se estiman en 1,4–2,1 cm / año. Numerosas islas a lo largo del borde de 2,7 kilómetros de largo dividen las cataratas en muchas cascadas y cataratas separadas, que varían entre 60 y 82 m de altura. El número de estas cascadas más pequeñas fluctúa de 150 a 300, dependiendo del nivel del agua.

Aproximadamente la mitad del caudal del río cae en un abismo largo y estrecho llamado Garganta del Diablo. El cañón Garganta del Diablo tiene 80 a 90 m de ancho y 70 a 80 m de profundidad. A la izquierda de este cañón, otra parte del río forma 160-200 caídas individuales. Estas se fusionan en un solo frente durante la etapa de inundación. Las cataratas más grandes se llaman San Martín, Adam y Eva, Penoni y Bergano.

Aproximadamente 900 m de los 2,7 km de longitud no tienen agua fluyendo sobre ellos. El agua del bajo Iguazú se acumula en un cañón que desemboca en el río Paraná, a poca distancia aguas abajo de la represa de Itaipú. La unión de los flujos de agua marca la frontera entre Brasil, Argentina y Paraguay.

Algunos puntos en las ciudades de Foz do Iguaçu, Brasil, Puerto Iguazú, Argentina y Ciudad del Este, Paraguay, tienen acceso al río Iguazú, donde se pueden ver las fronteras de las tres naciones, una atracción turística popular para los visitantes del tres ciudades.

Aproximadamente 900 m de los 2,7 km de longitud no tienen agua fluyendo sobre ellos. El agua del bajo Iguazú se acumula en un cañón que desemboca en el río Paraná, a poca distancia aguas abajo de la represa de Itaipú. La unión de los flujos de agua marca la frontera entre Brasil, Argentina y Paraguay.



Algunos puntos en las ciudades de Foz do Iguaçu, Brasil, Puerto Iguazú, Argentina y Ciudad del Este, Paraguay, tienen acceso al río Iguazú, donde se pueden ver las fronteras de las tres naciones, una atracción turística popular para los visitantes del tres ciudades.

FLORA Y FAUNA

Las Cataratas del Iguazú albergan una rica biodiversidad, tanto en flora como en fauna. La vida silvestre prospera gracias al clima húmedo subtropical.

A pesar de que la selva paranaense ocupa solamente el 1% de la Argentina, ahí se concentra la mitad de todas las especies de plantas y animales del país. La flora incluye una gran variedad de árboles, como el lapacho, el timbó, el palmito y el cedro misionero, así como especies epífitas como orquídeas y bromelias. La fauna es igualmente diversa, con mamíferos como el yaguararé, el tapir, el coatí y el oso hormiguero, así como numerosas especies de aves, incluyendo tucanes y vencejos de cascada.

FLORA EN IGUAZU

La principal característica de la flora selvática es la multiplicidad de estratos en



los que se desarrolla, que ocupan desde el suelo hasta la copa de los árboles más altos, formando una verdadera telaraña verde de enredaderas, lianas y plantas colgantes.

Una de las especies más típicas del Parque es el Palo Rosa, un árbol que supera los 40 metros de altura, lo que lo hace sobrepasar la altura media de todos los otros árboles de la selva. Su

nombre se debe al color de su madera, que se nota más cuando el corte es reciente. Debido a que su número es escaso está declarado Monumento Nacional.

Este gigante convive con una especie de palmera también muy típica, el palmito, formando bosques o comunidades. El cogollo de esta planta es comestible y muy sabroso, pero su extracción provoca la muerte de la planta, por lo que también es una especie en peligro.

Otras plantas típicas de las regiones tropicales que se encuentran en el área son los helechos arborescentes, las orquídeas, el guatambú, la palmera, el pindó y el clavel del aire. Y no hay que olvidar que es la tierra del ceibo, el árbol cuya flor roja y llamativa es la flor nacional de la Argentina.

FAUNA EN IGUAZU

Muchos de los mamíferos tienen hábitos determinados por el medio selvático que habitan: son arborícolas y comunitarios. Una de las adaptaciones más llamativas a la vida en las copas de los árboles es el desarrollo de una cola prensil, que funciona como una quinta mano. Si se presta atención, sobre todo al recorrer el Sendero Macuco, y se mira hacia lo alto, se puede ver al mono caí o capuchino, que con ágiles movimientos que parecen una danza, se traslada por lo alto de los árboles. Otros animales que comparten esta



característica son el oso melero, las comadreas o zarigüeyas y el coendú, un roedor cubierto de espinas.

Los coatíes, con su cola llena de anillos son un espectáculo muy frecuente para los visitantes que transitan las pasarelas. Es travieso y se desplaza siempre en grupos, haciendo las delicias de los chicos, que juegan con ellos.

Los felinos, ágiles, silenciosos y astutos cazadores, son otra maravilla del parque. El más importante es el yaguareté, declarado Monumento Natural Nacional en el año 2001. Consume una gran variedad de presas, incluidos mamíferos mayores. Otros felinos, de menor tamaño, son el puma, el ocelote y el yaguarundí.

Un espectáculo aparte es la enorme variedad de insectos que pueblan el parque. ¡Las mariposas son enormes, con colores brillantes y formas extrañas,

un festival de diseño natural!

Las aves suman más de 400 especies, entre papagayos, picaflores, tucanes y otros. Pero los más típicos son los vencejos de cascada, que hacen sus nidos y se refugian detrás de las caídas de agua, en las rocas.

En cuanto a los peces, hay que distinguir dos grandes áreas, ya que las Cataratas han constituido una barrera entre el río superior e



inferior durante muchos milenios, lo que hizo que la fauna acuática evolucionara separadamente.

En el río inferior se encuentra el Surubí, el Pacú, el Sábalo y la Piraña, mientras que en el río superior hay Chanchitas de colores, Tarariras, Dientudos y Moncholos.

HISTORIA

En el año 1541, mientras realizaba una travesía desde el océano Atlántico hasta Asunción del Paraguay, el adelantado español Álvar Núñez Cabeza de Vaca divisó las sorprendentes cataratas del río Iguazú y las bautizó como «saltos de Santa María». El primer europeo en divisar estas cataratas fue el náufrago de la expedición de Juan Díaz de Solís, Alejo García, en 1524, cuando cruzó por esa región en busca de la sierra de la plata. El nombre de «Saltos de Santa María», con el tiempo fue reemplazado por su antigua denominación guaraní Iguazú (antigua ortografía de Iguazú 'gran cantidad de agua', y guazú 'grande').



Por entonces la región era habitada por indígenas de la etnia mbyá-guaraní, quienes alrededor de 1609 comenzaron a vivir el proceso evangelizador protagonizado por los sacerdotes de la Compañía de Jesús, llamados jesuitas,



quienes desarrollaron exitosamente en esta región de Latinoamérica un sistema de reducciones que llegó a contar con 30 pueblos distribuidos en las regiones del Tapé y La Guayrá (ubicados actualmente en el sur de Brasil, Paraguay y en Argentina, en toda la provincia argentina de Misiones y el norte de Corrientes). Fueron las misiones

jesuíticas guaraníes.

Por diferencias políticas y económicas con la corona de España los jesuitas fueron expulsados en 1768.

La zona de las cataratas volvió a cobrar un nuevo impulso hacia junio de 1881 —poco antes de la federalización de Misiones—, momento en que la provincia de Corrientes, que ejercía la jurisdicción, vendió 50 leguas cuadradas de tierras sobre los ríos Paraná, Iguazú y Uruguay a Severo Fernández y Ernesto Arnadey. Estos transfirieron sus derechos, en octubre de ese mismo año, a Rafael Gallino, quien volvió a enajenarlos a favor de Gregorio Lezama.

En diciembre de 1881 Misiones se separó de Corrientes y en 1882 asumió el primer gobernador, Rudecindo Roca, quien dividió el territorio en cinco departamentos.

Uno de sus comandantes, Francisco Cruz, llegó hasta la confluencia de los ríos Paraná e Iguazú llevando con él a una comisión científica alemana que buscaba tierras para colonizar.

Esta expedición era costeadada por Ledesma (propietario de las tierras de Iguazú) y dirigida por el explorador Carlos Bossetti. Entre los expedicionarios se encontraba también Jordan Hummell, que años más tarde organizó el primer viaje de turismo a las cataratas del Iguazú. Así, las cataratas son “descubiertas” nuevamente y volvieron a ser admiradas.

En 1888, Gregorio Lezama vendió las «tierras del Iguazú» a Martín Erracaborde Cía. En 1902, el Ministerio del Interior de Argentina encomendó al arquitecto paisajista Carlos Thays realizar un estudio de las cataratas, que fue la base para la creación del parque nacional Iguazú, en 1934, que posee 67 620 hectáreas de selva misionera.

El 20 de septiembre de 1895, el gobernador Balestra dividió la provincia en 14 departamentos. El departamento Iguazú pasó a integrar el departamento Frontera junto a Manuel Belgrano, Eldorado y parte de San Pedro.

El 19 de julio de 1897, se designó juez de paz de la incipiente población de Iguazú a Alberto Múgica. Para entonces, Jordan Hummell, acompañado de los señores Núñez y Gibaja, ya había realizado una nueva incursión hasta las cataratas del Iguazú, pero por el lado brasileño, ya que del lado argentino la selva era impenetrable. De ese viaje llevaron al gobierno su interés en promover la llegada de turistas.

Una de las varias leyendas cuenta de la existencia de una serpiente gigante, "Mbói", la cual vivía en el interior del río. Para aplacar su ferocidad, los aborígenes sacrificaban a una dama una vez por año, arrojándola a las aguas como ofrenda para la bestia. En una de esas ocasiones un valiente guaraní raptó a la doncella elegida, para salvarla del tradicional rito, escapando con ella en canoa por el río.



Al enterarse de la osadía, Mbói entró en cólera y encorvando su lomo partió el curso del río, creando así las cataratas y separando de este modo a ambos indígenas.

CATARATAS DE IGUAZU – LADO ARGENTINO

Las cataratas de Iguazú del lado argentino tienen la porción turística más grande del parque nacional, pues ofrece varios senderos y caminos para conocer el lugar.

Éstas están a 18 kilómetros de Puerto Iguazú.

El parque nacional Iguazú del lado argentino cuenta con 6 circuitos diferentes para realizar.

- Circuito superior, este circuito permite recorrer la parte superior de los principales saltos ofreciendo



una atractiva vista panorámica de las cataratas.

Tiene una extensión de 1.75 kilómetros, tiene una vista desde arriba de los saltos Dos Hermanas, Chico, Ramirez, Bosetti, Adan y Eva, Mendez, y finalmente Mbiguá.

Llegando al final, se tiene una imponente vista panorámica del parque nacional tanto argentino como brasilero.

- Circuito inferior, permite ingresar por la parte inferior del parque nacional, donde se ve la flora y fauna característica de la zona. En algunos momentos este tramo terminará, y se puede ver el Rio Iguazú.

Paralelamente a lo lejos se puede ver un poco de la garganta del diablo, junto con la Isla San Martín y el Salto Bossetti.



Al seguir el camino, se encuentran unas escaleras que te llevan al salto de las Dos Hermanas, donde hay una pequeña plaza para descansar. Al seguir el camino, se regresa al punto de entrada, por un camino empinado.

- Garganta del diablo, La garganta del diablo es uno de los principales

atractivos que tiene las Cataratas de Iguazú. Si viste fotos, seguramente muchas de las tomas habrán sido de este lugar.

La garganta del diablo es la caída más imponente de las cataratas.

Para llegar a la garganta del diablo, es necesario tomar el Tren Ecológico de la Selva, que lleva a todos sus visitantes a través del parque. El mismo está disponible todo el día y tiene una frecuencia de aproximadamente cada 15 minutos.

Al llegar a la estación "Garganta del Diablo", se toma el camino que te lleva directo hacia la garganta del diablo.

Este camino es de aproximadamente 2200 metros, y tiene varias paradas con asientos en el medio para descansar (incluso en algunos árboles se pueden ver aves autóctonas).



Hacia al final, está la plataforma donde se ve a la garganta del diablo propiamente dicha, con una fuerte corriente de agua que envía un gran caudal de agua que luego se convierte en bruma.

- Sendero Macuco, El sendero macuco es un camino de aproximadamente 7.7 kilómetros (ida y vuelta) que permite conocer un lugar con nula intervención del hombre. El sendero no tiene construcciones ni nada similar, solo un camino despejado para que se pueda caminar.

Gracias a esto, se puede ver una variedad de fauna y flora que no se verá en ningún otro lado del parque nacional. En los árboles, hay grupos de monos caí que suelen andar en a lo sumo 20 individuos. Se recomienda, por motivos de seguridad, no intentar acercarse ni alimentarlos.

Al final del sendero, está la cascada Arrechea, un pequeño salto de 20 metros de alturas que completa la visita.

- Tren ecológico de la selva, Este tren fue diseñado para transportar a personas en todo el parque y, al mismo tiempo, mantener la integridad de la selva y no dañarla en el camino.

Usa un combustible especial que no emite humo ni desechos sólidos, siendo muy amigable con el medio ambiente. Además, tampoco genera ruido que pueda afectar a los animales del lugar.

Tiene una capacidad para 250 personas, y no está cerrado, así que en los costados se puede seguir disfrutando del paisaje sin ningún problema.

Este tren tiene tres estaciones: una se encuentra en el centro de visitantes, el otro está en la mitad del parque, cerca del faro, y finalmente la última estación está a 2 kilómetros de la garganta del diablo (la única forma de llegar aquí es utilizando el tren).

- Sendero verde, este sendero es un pequeño camino plano y sin escaleras de 600 metros, que conecta al centro de visitantes con la estación de tren Cataratas.

Es un camino agradable, en donde se puede apreciar la naturaleza del lugar e incluso algunos animales como aves o coatíes.

Además, por este sendero también conecta con el circuito inferior o superior.

CATARATAS DE IGUAZU – LADO BRASILEÑO

Las cataratas de Iguazú del lado brasileño fueron declaradas Parque Nacional en 1939, y a diferencia del lado argentino, este parque cuenta con



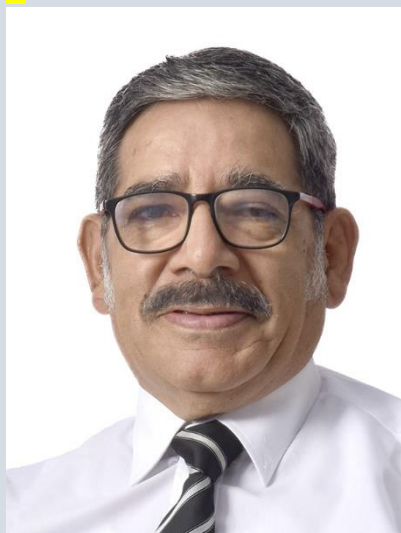
aproximadamente 180.000 hectáreas, tres veces más grande que el argentino.

Cuando se combina con el lado argentino, el Parque Nacional Do Iguazu ofrece una experiencia completa con vistas panorámicas y hermosas de las cataratas de Iguazú.

El Parque Nacional Do Iguazu tiene una característica única: un recorrido de aproximadamente 1500 metros que puede llevar unas 2 horas completar. Durante el trayecto, se está constantemente admirando las cataratas.

Al final del recorrido, se puede disfrutar de la mejor parte del parque, ya que se está a poco más de 100 metros de un imponente salto de 200 metros.

El camino es fácil de transitar, ya que no tiene muchas escaleras ni subidas empinadas.



Ing. Guillermo Infantes Espinosa
Jefe de Seguridad

SIMULACRO NACIONAL MULTIPELIGRO

El domingo 15 de junio a las 11:35 de la mañana Lima y Callao sufrieron un fuerte sismo de 6.1 grados, que tuvo como consecuencia una persona fallecida, varios heridos y daños materiales. El lunes 16 a las 12:40 del día, nuevamente Lima y Callao volvieron a temblar ahora con un sismo de 4.2 grados. Esta situación se repitió en la madrugada del martes 17, pues a las 00:31 se produjo otro sismo, esta vez de 3.7 grados.

Estos acontecimientos nos llevan a la pregunta: **¿Estamos preparados?**

Los simulacros multipeligro, también conocidos como simulacros nacionales multipeligro, son ejercicios de preparación y respuesta a desastres naturales o de origen humano, como terremotos, inundaciones, incendios, etc. Se realizan con el objetivo de evaluar la capacidad de la comunidad y las autoridades para responder ante situaciones de emergencia, mejorar la coordinación entre instituciones y fortalecer la conciencia sobre la importancia de la prevención y preparación.

Según lo dispuesto en la Resolución de la Secretaría de Gestión del Riesgo de Desastres N° 001-2025-PCM/SGRD, el Viernes 30 de Mayo de 2025 a las 10 de la mañana se programó el Simulacro Nacional Multipeligro - "Por un País preparado", con el objetivo de Fortalecer las capacidades de preparación y respuesta de las entidades integrantes del Sistema Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres (SINAGERD) y de la población en general para responder de manera eficiente y oportuna ante peligros de origen natural o inducidos por la acción humana.



En nuestra institución educativa se realizó dicho ejercicio el Jueves 29 de Mayo, debido a que el Viernes 30 se llevó a cabo una visita de estudio, de los niveles: Primaria (Acuario Nautilus) y Secundaria (Pachacamac).

(Simulacro realizado por los alumnos espinosinos en el Santuario Arqueológico de Pachacamac)

De acuerdo a lo señalado en la Resolución N.º 001-2025-PCM/SGRD de la Secretaría de Gestión del Riesgo de Desastres de la Presidencia del Consejo de Ministros (PCM), se han aprobado las fechas de los simulacros de sismo para los años 2025, 2026 y 2027. A continuación se presenta el Cuadro de Simulacros para el presente año:

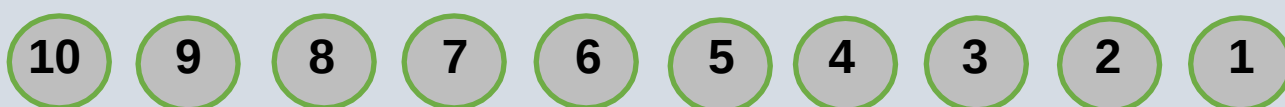
Nº	Denominación	Ámbito	Tipo	Fecha	Hora
1	Simulacro Nacional Multipeligro	Todo el territorio nacional	Diurno	Viernes 30 de Mayo	10.00 am
2	Simulacro Nacional Multipeligro	Todo el territorio nacional	Vespertino	Viernes 15 de Agosto	3:00 pm
3	Simulacro Nacional Multipeligro	Todo el territorio nacional	Nocturno	Lunes 13 de Octubre	8:00 pm

El ejercicio se realizó en recuerdo a los 55 años del sismo del 31 de mayo de 1,970 ocurrido frente a las costas del departamento de Ancash. Aquel sismo ocasionó el desprendimiento de una cornisa de hielo del pico norte del nevado Huascarán, generando un alud – aluvión que sepultó la ciudad de Yungay y sus aproximadamente 20 mil habitantes.

Participar en los simulacros de sismo es esencial para estar preparados y responder de manera efectiva ante emergencias. Estos ejercicios brindan una valiosa oportunidad para practicar medidas de seguridad, revisar y mejorar los protocolos establecidos, y aumentar la conciencia y preparación de la comunidad en general. Además, ayudan a reducir el pánico y la ansiedad durante eventos reales al familiarizar a las personas con los procedimientos de evacuación y seguridad.

EN LA IEP ENRIQUE ESPINOSA :

1. En la parte exterior del Centro Educativo, se encuentran marcados 10 círculos de seguridad.



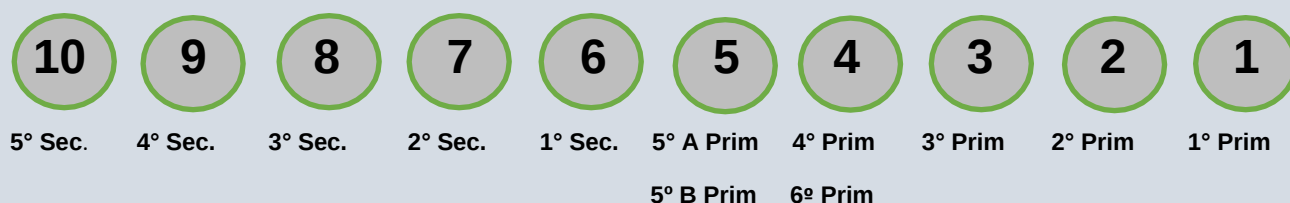
CENTRO EDUCATIVO "ENRIQUE N. ESPINOSA"

2. La evacuación el día de los simulacro, se hará siguiendo las siguientes indicaciones:
 - **CUARTO PISO:** Los alumnos y docentes de 3º Año (Aula 13) deben salir en forma ordenada, bajar por la escalera de concreto y ubicarse en el exterior del Centro Educativo:
 - 3º Año de Secundaria se agrupará en el Círculo 8
 - **TERCER PISO:** Los alumnos y docentes de las aulas ubicadas en este

piso, igualmente deben salir en forma ordenada, de la siguiente manera:

- Los alumnos de 4° Año de Secundaria (Aula 8) bajarán por la escalera de concreto
 - Los alumnos de 2° Año (Aula 9) y 5° Año de Secundaria (Aula 10) respectivamente, bajarán por la escalera de metal.
 - Llegando al exterior,
 - 2° Año de Secundaria se agrupará en el Círculo 7, con el personal Administrativo.
 - 4° Año de Secundaria se agrupará en el Círculo 9,
 - 5° Año de Secundaria se agrupará en el Círculo 10.
- **SEGUNDO PISO:** Los alumnos y docentes de las aulas ubicadas en este piso, deben salir en forma ordenada, de la siguiente manera:
- Los alumnos de 1° Año de Secundaria (Aula 5) bajarán por la escalera de concreto
 - Los alumnos de 5° Grado B (Aula 6) y 6° Grado (Aula 7) bajarán por la escalera de metal.
 - Llegando al exterior,
 - 6° Grado de Primaria se agrupará en el Círculo 4, con 4° Grado
 - 5° Grado B de Primaria se agrupará en el Círculo 5, con 5° Grado A
 - 1° Año de Secundaria se agrupará en el Círculo 6.
- **PRIMER PISO:** Los alumnos de las aulas ubicadas en este piso, 5° Grado A (Aula D), 3° Grado (Aula 1), 1° Grado (Aula 2), 4° Grado (Aula 3), así como 2° Grado (Aula 4), deben salir en forma ordenada, por el patio principal, hasta llegar al exterior, donde:
- 1° Grado de Primaria se agrupará en el Círculo 1
 - 2° Grado de Primaria se agrupará en el Círculo 2
 - 3° Grado de Primaria se agrupará en el Círculo 3
 - 4° Grado de Primaria se agrupará en el Círculo 4, con 6° Grado
 - 5° Grado A de Primaria se agrupará en el Círculo 5, con 5° Grado B

3. **FINALMENTE,** La ubicación de los alumnos y docentes en el exterior del Centro Educativo será la siguiente:



NOTA: En la pared de cada salón hay un círculo rojo con el número hacia el cual se deben desplazar.

4. Se recomienda efectuar un desplazamiento ordenado, con calma, sin correr, empujar o gritarse entre compañeros.

RECOMENDACIONES A SEGUIR PARA LOS SIMULACROS:

Antes del simulacro:

- Conocer las rutas de evacuación y zonas seguras:
- Familiarizarse con las rutas de evacuación de la edificación o área de trabajo y con las zonas seguras designadas en caso de emergencia.

Tener un Plan familiar de emergencia:

Diseñar un plan familiar de emergencia que incluya puntos de encuentro, rutas de evacuación y responsabilidades de cada miembro.

Tener un kit de emergencia (Mochila de emergencia):

Preparar una mochila de emergencia con agua, comida no perecedera, linterna, radio de pilas, botiquín de primeros auxilios y cualquier medicamento necesario.

Conocer las señales de alarma:

Identificar las señales de alarma que se utilizan en el entorno familiar, local o regional (bocinas, campanas, silbatos, etc.).

Durante el simulacro:

Mantener la calma

Evitar el pánico y seguir las indicaciones de las autoridades o brigadistas.

Escuchar las indicaciones, prestar atención a las indicaciones que se dan a través de los altavoces, los brigadistas o las autoridades.

Evacuar en forma ordenada siguiendo las rutas de evacuación, caminar sin correr ni empujar, y evitar congestionar las salidas.

Dirigirse a la zona segura, una vez que se haya evacuado, dirigirse a la zona segura designada.

No saturar las líneas telefónicas, solo se debe utilizar el teléfono en caso de emergencia real.

Si se maneja, detenerse y mantener la calma, si se está conduciendo, detenerse en un lugar seguro y seguir las indicaciones.

Después del simulacro:

Reunirse en el punto de encuentro.

Una vez que el simulacro haya terminado, reunirse con la familia o compañeros en el punto de encuentro designado.

Evaluar la experiencia.

Analizar el desempeño del simulacro y evaluar qué funcionó bien y qué se puede mejorar.

Reportar cualquier problema:

Si se notó algún problema durante el simulacro, reportalo a las autoridades o brigadistas.

En caso de estar en un transporte público:

Mantener la calma. No se debe intentar salir corriendo o empujar a otros pasajeros.

Seguir las indicaciones del conductor: El conductor indicará hacia dónde dirigirse.

Evacuar en forma ordenada, siguiendo las rutas de evacuación, caminar sin correr ni empujar, y evitar congestionar las salidas.

Dirigirse a la zona segura. Una vez se haya evacuado, dirigirse a la zona segura designada.

Si estás en casa:

Buscar un lugar seguro:

Dirigirse a un lugar seguro dentro de la casa, como una habitación interior o un rincón de la pared.

Alejarse de objetos que puedan caer:

Mantenerse alejado de ventanas, estantes o cualquier objeto que pueda caerse durante el movimiento del suelo.

Evitar espacios con riesgo:

No detenerse en la cocina, donde pueden caer objetos o abrirse los gabinetes.

Si estás en un espacio público:

Mantener la calma, evitar el pánico y seguir las indicaciones de las autoridades.

Buscar un lugar seguro, dirigirse a un lugar seguro dentro del espacio público, como un área abierta o un lugar donde no haya objetos que puedan caer.

Alejarse de objetos que puedan caer: Mantenerse alejado de ventanas, estantes o cualquier objeto que pueda caerse durante el movimiento del suelo.

Recordar que la participación en los simulacros multipeligro es fundamental para estar preparados ante una emergencia

TELÉFONOS DE EMERGENCIA

Bomberos: 116

Policía: 105

SAMU: 106

Cruz Roja: 475- 5787

Defensa civil: 225- 9898

Instituto Nacional Materno Perinatal: 328-1370 / 3280988

A nuestros compañeros y alumnos que en el mes de junio cumplen años:



César Bravo Chávez
01 de junio

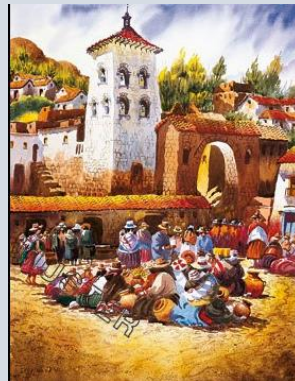
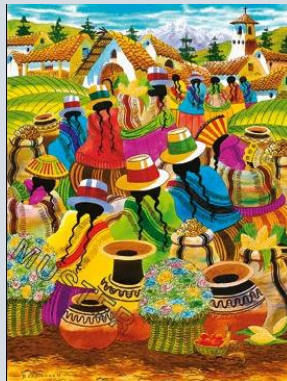
ALONZO GOMEZ Gael Matias	2	3S
ACOSTA DIAZ Fabrizio Raphael	8	1S
MACHADO CORDOVA Arleth Luana	9	2S
LUZALDE ARRIETA Arianna Antonella	10	5AP
FLORES ROSAS Camila Luciana	10	1S
SAAVEDRA SOTO Abigail Vanessa	13	3P
TESEN SACCACO Ayelen Berid	14	4S
MORENO PALOMINO Luciana Guadalupe	15	2S
ROJAS ALANIA Adrian Steve	17	2S
RIOJA SAYAN Oscar Eduardo	17	5S
DIAZ OLIVERA Octavio Valentino	18	2S
BAILA PUICÓN Luana Valentina	22	2P
HERRERA MORETO Joseph Mathias	22	2P
SALCEDO LASTRES Fabrizio Abdiel	23	5BP
SANTOS ARANA Phoebe Melany	23	1S
MEZA AVALOS Fatima	29	6P

A TODOS ELLOS ¡FELIZ CUMPLEAÑOS !



¿Cuántas veces cuando se nos ha encomendado una tarea hemos visto primero las dificultades para cumplirlas y hemos terminado por decir que era muy difícil?.

Si vemos las siguientes pinturas:



Estas obras de arte han sido hechas por el artista pintor peruano Félix Espinoza Vargas un pintor sin brazos.

Felix es un pintor con la boca, también realiza esculturas con un cincel apretado entre sus dientes.

Vino al mundo el 6 de marzo de 1955 en La Oroya (Junín). Nació sin ambos antebrazos y con un solo pie por la enfermedad congénita agenesia (*La agenesia es una anomalía congénita que consiste en la ausencia total de un órgano o estructura corporal debido a un fallo en el desarrollo embrionario. Esto significa que el órgano en cuestión no se formó correctamente durante la gestación*).

Muy pequeño perdió a su padre, quedando al cuidado de su madre una vendedora de periódicos que tuvo muchas dificultades para atender a su hijo discapacitado.

A los dos años ingresó a un colegio de educación especial. No caminaba solo se arrastraba, pero, a los seis años pudo caminar en forma recta apoyándose de una muleta.

Félix cuenta que comía, escribía dibujaba y pintaba con el pie. Cuando comenzó a caminar, sus codos y su boca se convirtieron en las partes más importantes de su cuerpo.

Recuerda que a los 4 años su madre y él se emocionaron hasta las lágrimas cuando, pese a no tener brazos había dibujado y pintado en una hoja de papel un hermoso paisaje.



Posteriormente, pasó al colegio Especial Alegría del Señor, donde tuvo la suerte de conocer a la Directora Rose Marie Stemmler, quien le enseñó a vestirse y cómo escribir usando la boca.

A pesar de tener buenos amigos, muchas veces sentían lástima por él, pero Félix demostrando su fortaleza de

ánimo les decía que no se sentía inferior a nadie.

Después de terminada su educación escolar, ingresó a la Pontificia Universidad Católica del Perú para estudiar arte.

Gracias a su talento ganó una Beca de estudios del St. Edmund College de Inglaterra.

En 1975 regresó al Perú para estudiar en la Universidad de Bellas Artes. Fue en este año que decidió probar hacer esculturas.

Estudió, posteriormente, en Inglaterra, Estados Unidos y México. También en Cuba, donde recibió un curso de litografía del que resultó ser el mejor alumno

Probó hacer tallados en madera usando el cincel con los dientes, lo que le ocasionaba grandes dolores.

Félix decía de sí mismo: “parezco un pájaro carpintero ya que tengo que picar la madera moviendo mi cabeza de atrás hacia adelante”.



En 1990 recibió una Beca de la Fundación de pintores con la Boca y el Pie (organización que representa a artistas que, debido a discapacidades físicas, pintan utilizando la boca o los pies. Su objetivo principal es apoyar a estos artistas, tanto económicamente como promoviendo su obra. La APBP vende reproducciones de las obras de sus artistas, como tarjetas, calendarios y otros artículos, para generar ingresos para sus miembros. Su sede principal está en el Principado de Liechtenstein, pero tienen filiales en varias partes del mundo).

Luego en el año 2005 fue promovido como miembro activo de la asociación.

Félix ha sido profesor de arte, conferencista en Perú y en el extranjero y ha realizado estudios en Inglaterra, México, U.S.A., España, Cuba y Austria; en las técnicas de: pintura, litografía, cerámica, acuarela, talla en madera y mural. Además es un ávido nadador y practica este deporte en las aguas del Océano Pacífico. Durante sus más de 30 años de trayectoria, ha realizado 160 exposiciones, entre colectivas e individuales. En sus obras prefiere los temas costumbristas inspirados en paisajes serranos de Cuzco, Arequipa, Puno y Huancayo, aunque también ha explorado otros temas en sus creaciones.

Palabras de Félix: “Antes de enseñar mis obras por primera vez, se las llevé a un reputado crítico de arte para que me dijera que es lo que pensaba de ellas. Él me dijo: No estoy interesado en cómo pintas, si con tu mano o con tu pie., lo único que me interesa es el resultado final.

Él me hizo comprender que lo único que al final cuenta, es el resultado final de una obra”.

“Me he preguntado muchas veces por qué nací de esta manera. Solía pensar así porque para todo tenía que trabajar el doble de duro, pero he de ser sincero para decir que nunca dudé que sería capaz de hacer lo que me propusiera. Estoy agradecido a Dios por haber nacido así, porque me hizo aprender a depender exclusivamente de mis propios recursos”.

La trayectoria de Espinoza es bien reconocida. Sus obras recorren el mundo y fueron expuestas en el museo del dibujo de Alemania, junto a las de Leonardo Da Vinci, Miguel Ángel, Picasso. Ha obtenido más de 20 premios tanto en Perú como en el extranjero, y cuenta con más de 150 exposiciones colectivas e individuales en países como México, Brasil, Suiza, Australia, España, Rumania, Argentina, Estados Unidos, Rusia, Inglaterra, entre otros



En el 2015 la presidenta del congreso de la República Ana María Solórzano, premió a Félix en mérito a su

ardua labor pictórica. De la misma forma, en La Habana, el presidente cubano Raúl Castro lo reconoció, en el 2012, por su labor artística. Además, ha recibido condecoraciones en República Dominicana.

Félix falleció el 3 de febrero de 2023...

¿PATO O ÁGUILA?

<https://www.superacion.net/cuentos-de-superacion/>

Rodrigo estaba haciendo fila para poder ir al aeropuerto. Cuando un taxista se acercó, lo primero que notó fue que el taxi estaba limpio y brillante.

El chofer iba muy bien vestido con una camisa blanca, corbata negra y pantalones negros muy bien planchados, el taxista salió del auto dio la vuelta y le abrió la puerta trasera del taxi.

Le alcanzó una tarjeta plastificada y le dijo: yo soy Willy, su chofer. Mientras pongo su maleta en el portaequipaje me gustaría que lea mi Misión.



Después de sentarse, Rodrigo leyó la tarjeta:

Misión de Willy: “Hacer llegar a mis clientes a su destino final de la manera más rápida, segura y económica posible brindándole un ambiente amigable”

Rodrigo quedó impactado. Especialmente cuando se dio cuenta que el interior del taxi estaba igual que el exterior, ¡¡limpio sin una mancha!!

Mientras se acomodaba detrás del volante Willy le dijo, “Le gustaría un café?”



Tengo unos termos con café regular y descafeinado”. Rodrigo bromeando le dijo: “No, preferiría un refresco” Willy sonrió y dijo: “No hay problema tengo una pequeña nevera con refrescos de todos los sabores y sin azúcar, agua y zumo de naranja”. Casi tartamudeando Rodrigo le dijo: “Tomaré un zumo, gracias”

Pasándole su bebida, Willy le dijo, “Si desea usted algo para leer, tengo todo tipo de lecturas, revistas y una pantalla para que las pueda leer.”

Al comenzar el viaje, Willy le pasó a Rodrigo otra tarjeta, “éstas son las estaciones de radio que tengo y la lista de canciones que tocan, si quiere escuchar la radio”

Y como si con todo esto no llegara, Willy le dijo que tenía el aire acondicionado encendido y le preguntó si la temperatura estaba bien para él. Luego le avisó cuál sería la mejor ruta a su destino a esta hora del día.

También le hizo conocer que estaría contento de conversar con él o, si prefería lo dejaría solo con sus pensamientos. ...

“Dime Willy, -le preguntó asombrado Rodrigo- siempre has atendido a tus clientes así?”

Willy sonrió a través del espejo retrovisor. “No, no siempre. De hecho solamente los dos últimos dos años. Mis primeros cinco años manejando, los gasté la mayor parte del tiempo quejándome igual que el resto de los taxistas.

Un día escuché en la radio acerca del Dr. Dyer un “Gurú” del desarrollo personal. El acababa de escribir un libro llamado “Tú lo obtendrás cuando creas en ello”. Dyer decía que si tu te levantas en la mañana esperando tener un mal día, seguro que lo tendrás, muy rara vez no se te cumplirá.

El decía: Deja de quejarte. Sé diferente de tu competencia.

Moraleja:

No seas un pato. Sé un águila. Los patos sólo hacen ruido y se quejan, las águilas se elevan por encima del grupo”.

“Esto me llegó aquí, en medio de los ojos”, dijo Willy. “Dyer estaba realmente hablando de mí. Yo estaba todo el tiempo haciendo ruido y quejándome, entonces decidí cambiar mi actitud y ser un águila. Miré alrededor a los otros taxis y sus choferes... los taxis estaban sucios, los choferes no eran amigables y los clientes no estaban contentos.

Entonces decidí hacer algunos cambios. Uno a la vez. Cuando mis clientes respondieron bien, hice más cambios”.

“Se nota que los cambios te han pagado”, le dijo Rodrigo.

“Sí, seguro que sí”, le dijo Willy. “Mi primer año de águila dupliqué mis ingresos con respecto al año anterior. Este año posiblemente los cuadruplicé. Usted tuvo suerte de tomar mi taxi hoy.

Usualmente ya no estoy en la parada de taxis. Mis clientes hacen una reserva a través de mi teléfono o celular o bien dejan mensajes en mi contestador. Si yo no puedo servirlos consigo un amigo taxista águila confiable para que haga el servicio”.

Willy era fenomenal. Estaba haciendo el servicio de una limusina en un taxi normal.

Posiblemente haya contado esta historia a más de 50 taxistas, y solamente dos tomaron la idea y la desarrollaron. Cuando voy a sus ciudades, los llamo a ellos. El resto de los taxistas hacen ruido como los patos y me cuentan todas las razones por las que no pueden hacer nada de lo que les sugería.

Willy el taxista, tomó una diferente alternativa:

El decidió dejar de hacer ruido y quejarse como los patos y volar por encima del grupo como las águilas.

No importa si trabajas en una oficina, en mantenimiento, eres maestro, Un servidor público, “político”, ejecutivo, empleado o profesionalista, ¿Cómo te comportas? ¿Te dedicas a hacer ruido y a quejarte? ¿Te estás elevando por encima de los otros?

Un "pato" se refiere a alguien que se queja, hace ruido y se enfoca en lo negativo, mientras que un "águila" representa a alguien que se eleva por encima de los problemas, se enfoca en soluciones y actúa con determinación.

"Había una vez un campesino chino, el cual iba a ir a la ciudad a vender la cosecha de arroz en la que él y su esposa habían estado trabajando. Su mujer le pidió que, aprovechando el viaje, no se olvidase de traerle un peine.



El hombre llegó a la ciudad y una vez allí vendió la cosecha. Tras hacerlo, se encontró y reunió con varios compañeros y se pusieron a beber y a celebrar lo conseguido. Después de ello, y aún un poco desorientado, el campesino recordó que su esposa le había pedido que le trajera algo. Sin embargo no

recordaba el qué, con lo que acudió a una tienda y compró el producto que más le llamó la atención. Se trataba de un espejo, con el cual regresó a su hogar. Tras dárselo a su esposa, se marchó de nuevo a trabajar en el campo.

La joven esposa se miró en el espejo, y repentinamente empezó a llorar. La madre de ésta le preguntó el por qué de tal reacción, a lo que su hija le pasó el espejo y le respondió que la causa de sus lágrimas era que su marido había traído consigo otra mujer, joven y hermosa. La madre de ésta miró también el espejo, y tras hacerlo le respondió a su hija que no tenía de qué preocuparse, dado que se trataba de una vieja".

Un cuento de origen chino, de autor anónimo. Se trata de una narración muy breve que tiene diversas interpretaciones posibles, pero que entre otras cosas nos habla de cómo nos vemos nosotros mismos reflejados en el mundo, y la diferencia entre cómo nos creemos que somos y cómo somos en realidad, a menudo subestimándonos o sobrevalorándonos.

Para entender el cuento, es necesario tener en consideración que ninguno de los personajes se había visto jamás reflejado en un espejo, no sabiendo qué es lo que ve realmente. Así, la esposa no es capaz de comprender que la joven hermosa que ve es ella misma, mientras que la madre tampoco ve que la anciana que ve es ella. También se observa que mientras la primera se preocupa porque considera que lo que ve en el reflejo es más hermoso que ella misma, la segunda lo minusvalora críticamente, prácticamente burlándose de su propia imagen.

EL ÁGUILA QUE CREÍA SER POLLO

<https://salesianos.info/blog/el-aguila-que-se-creia-ser-un-pollo/>

Un granjero tomó un día un huevo en un nido de águila y se lo llevó a su corral, allí lo puso con los huevos que una gallina estaba incubando; salieron los pollitos y también salió la pequeña águila, ella vio que su madre era una

gallina y sus hermanitos, los polluelos. Se hizo uno más y aprendió a comportarse como todos. Un día, al elevar la mirada al cielo vio a un precioso animal que planeaba entre las nubes y le preguntó a uno de sus hermanos pollos: “¿Qué animal es ese que vuela tan magistralmente?”

Recibe por respuesta: “Es el ave entre las aves, el rey de los cielos, es un águila” A lo que le responde el águila que se creía pollo: “¡Como me gustaría volar como lo hace ese pájaro!”

“Nosotros no podemos volar, no somos águilas somos pollos” Todo esto se lo creyó el águila que se creía pollo; bajó la cabeza. Y así vivió siendo consciente que su comportamiento era de pollo. Ésa era su identidad y, así murió.

Llevaba dentro de sí toda una mina de explosivos, podía volar y nunca lo hizo, se conformó con lo que se creyó ser, no rompió su estatus, murió pollito siendo águila.

¡Triste realidad que abunda entre las gentes!

Muchos humanos mueren como humanoides, águilas que mueren creyendo ser pollos.

Muchas personas creen ser lo que son por sus comportamientos, por hacer lo del colectivo, lo de todos. Están convencidos que eso no se puede cambiar.

Al resignarse a no cambiar, se excusan asegurándose que eso es lo válido.

Ya se sabe, los perdedores siempre tienen alguna excusa, los ganadores

buscan un plan, no se conforman con lo que les dicen de sí o de la vida o del destino, buscan usar sus alas, ya que las tienen y se las quieren ocultar, no cejarán hasta dar con ellas, con la verdad.

Están vivos y sanos, no se sienten víctimas de nada ni de nadie. Admiten sus errores y fallos, se arremangan y lo vuelven a intentar. Tienen claro que han de esforzarse, que les va a

costar alcanzar lo que se proponen, han de luchar, perseverar, tener paciencia y humildad para volver atrás ya que han entrado en la calle de “Sal si puedes”, (calle en Santiago de Compostela significa una calle sin salida).

Se preguntarán, buscarán respuestas coherentes, claras y reales, no genéricas.

Tienen confianza en sí mismos y aceptan pagar el precio que hay que pagar por alcanzar la meta que se han propuesto. Llegarán a volar como las águilas, no morirán como pollitos, ya que lo que llevan dentro son alas.

¿Eres perdedor o ganador? Tienes alas, úsalas. Lucha, sufre y vence. Puedes, ten confianza en ti.

Si caes en la calle “Sal si puedes”, ya sabes, puedes, vuelve atrás y ya sabes, a comenzar, a luchar y a vencer.



Salimos de la Plaza de Acho y nos encaminamos por el jirón Hualgayoc hasta llegar al jirón Marañón donde doblamos a la derecha, caminamos aproximadamente dos cuadras y nos encontramos en el Parque Nicolini, un espacio público importante en la zona y, en ocasiones, se le menciona como la Plaza de Armas del Rímac. El parque lleva el nombre de Juan Bautista Nicolini Bollentini, el primer alcalde del Rímac, quien inició el funcionamiento de la municipalidad en una casa alquilada antes de que se inaugurara el actual Palacio Municipal. El parque está ubicado en la misma zona que la Plaza de Armas y el Palacio Municipal.

El parque cuenta con un anfiteatro que ha sido reactivado por la municipalidad para eventos como ferias gastronómicas y musicales.

Es un lugar que ha sido escenario de diversas actividades, incluyendo la "Gran Feria Gastronómica y Musical por el Día del Amor y la Amistad". La municipalidad ha mostrado interés en reactivar este espacio para el disfrute de los vecinos.



Con motivo de celebrarse los 80 años de creación del Distrito del Rímac, la Alcaldesa Gloria Jaramillo Aguilar, dispuso la remodelación integral del Parque Nicolini, con el mejoramiento del suelo, ampliación del atrio y áreas peatonales, colocación de faroles, bancas, así como una fuente de agua con un conjunto escultórico alegórico en piedra de alabastro, que representa a una familia de indígenas pescadores de camarones del río, como los que encontró Pizarro en 1535. Cuenta también con un anfiteatro y una estructura circundante que recuerda a la Plaza de Toros de Acho (arquero), todo sin perder sus trazos originales ni sus centenarios árboles, siendo una importante plaza principal de carácter cívico, por estar frente a la sede principal del gobierno local, así como un parque turístico de esparcimiento y descanso.

Desde el 2 de febrero de 2018, en homenaje a su legado musical, aporte al criollismo y por haber

sido uno de los más ilustres vecinos rimenses, la Municipalidad del Rímac cambió desde esa fecha el nombre de su Plaza de Armas por el de Plaza Augusto Polo Campos.

Mediante la ordenanza N° 530, el alcalde Enrique Peramás, decidió celebrar el aporte de Polo Campos al patrimonio cultural del país bautizando la Plaza de Armas con el nombre del compositor.

Augusto Polo Campos fue vecino del Rímac por más de 40 años. La vivencia de sus calles nutrió su extraordinario talento, así como sus composiciones, que ahora forman parte del patrimonio inmaterial de la nación.

PALACIO MUNICIPAL DEL RIMAC

El Rímac como distrito, se creó el 2 de febrero de 1920.

El primer alcalde fue Don Juan Bautista Nicolini Bollentini.

Una casona alquilada en el jirón Trujillo fue el primer espacio donde se establecieron las oficinas y se llevaron a cabo las primeras actividades municipales. La municipalidad funcionó en este local hasta el 31 de diciembre de 1937 cuando el alcalde de esa época Dr. Augusto Thorndike inauguró el nuevo Palacio Municipal.

Este Palacio tiene una fachada muy sobria y lineal, consta de 2 pisos unidos por una escalera con pisos de mármol de Carrara. Destaca el Salón de Actos que exhibe

importantes fotografías históricas y muebles de madera tallada, en estilo colonial. los halls principales del primer y segundo piso, funcionan desde Enero de 1999 como Salas de Exposiciones Temporales, donde se exhibe



mensualmente, diversos objetos de valor artístico, histórico y cultural, de instituciones y personalidades invitadas.

En la actualidad en el Palacio Municipal del

Rímac, funcionan diversas oficinas administrativas y áreas de atención al público. Entre ellas se encuentran la Oficina General de Administración, que incluye recursos humanos, contabilidad, tesorería, y abastecimiento; así como la Oficina General de Secretaría, Gestión Documentaria, Archivo Central y

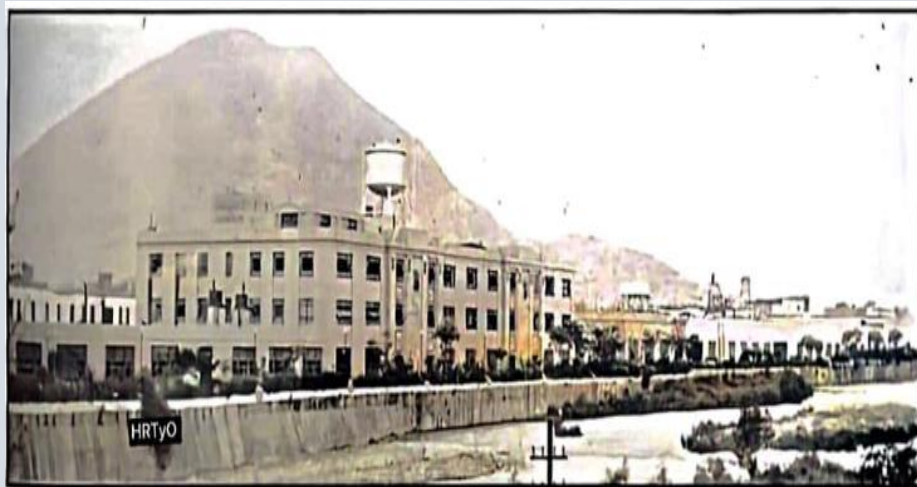
Registro Civil, y la Oficina General de Asesoría Jurídica. Además, se encuentran la Subgerencia de Control y Sanciones y la Gerencia Municipal.

ESTANCO DEL TABACO Y ESTANCO DEL ALCOHOL

<https://www.facebook.com/100057600578529/posts/el-desaparecido-estanco-del-tabaco-en-el-r%C3%ADmac-tradicional-estanco-del-tabaco-/543012924295389/>

Saliendo de la Municipalidad a la derecha, se ven algunas edificaciones que son ahora oficinas del Archivo General de la Presidencia del Consejo de Ministros. Allí funcionaba el Estanco del tabaco

(Un estanco es un establecimiento comercial, a menudo con licencia estatal, donde se venden productos sujetos a monopolio estatal, como tabaco y sellos postales).



El Estanco del Tabaco fue uno de los organismos fiscales mejor organizados del país.

Fue creado por ley de 22 de Febrero de 1904 y durante su larga trayectoria, contribuyó notablemente a la intensificación de las

rentas nacionales.

El edificio del Estanco del Tabaco construido en el año 1927 para sede de la industria y que se amplió para los servicios de los Estancos del Alcohol y de los Fósforos.

Su edificio de sobria arquitectura y estilo netamente americano, está ubicado en la margen derecha del río Rímac.

El Congreso Nacional con el fin de encauzar debidamente la administración de las rentas fiscales del tabaco, expidió el 16 de Febrero de 1910 una ley para la expropiación de las fábricas manufactureras de cigarros y cigarrillos, quedando desde esa fecha definitivamente organizado el Estanco.

El Estanco del tabaco terminó sus funciones el 14 de junio de 1955 mediante ley firmada por el Presidente Manuel Odría, en la que se restablecía la libertad de producción, industrialización y comercio del tabaco en todo el territorio de la república.

El Estanco del alcohol se creó mediante ley del 23 de abril de 1923 firmada por el presidente Augusto B. Leguía.

El funcionamiento del Estanco del Alcohol terminó el 17 de junio de 1955 por ley firmada por el presidente Manuel Odría.



Lic. Paola Vilca Lajo
Coordinadora TOECE

Una alianza estratégica es un acuerdo colaborativo entre dos o más organizaciones que tienen un interés común, con el objetivo de lograr metas que de manera individual serían más difíciles o tardías de alcanzar. Se basa en la cooperación y el intercambio de recursos, conocimientos y capacidades para generar valor mutuo.

El Área de TOECE (Tutoría, Orientación Educativa y Convivencia Escolar) a partir del presente año escolar, ha programado alianzas y colaboraciones con diferentes entidades públicas y privadas, con el fin de que brinden a nuestros estudiantes charlas, seminarios, y cualquier actividad que permitan en

ellos una mejor integración y adaptación a los constantes cambios que se dan en la sociedad.

CHARLAS CON ALIADOS ESTRATEGICOS

La educación integral es importante para el desarrollo de nuestros niños, niñas y adolescentes, ya que fortalece sus habilidades cognitivas, sociales y emocionales; por ello, en aras del crecimiento personal y académico de nuestros estudiantes, durante el mes de junio se han desarrollado las siguientes actividades:

BOMBEROS

Se realizó una “Charla de primeros auxilios” el lunes 02 de junio con las aulas de 4to a 6to de primaria y de 1ero a 5to de secundaria.

El objetivo de esta charla fue el de preparar a los estudiantes, para responder eficazmente en situaciones de emergencia y brindar atención inicial hasta que llegue ayuda profesional



FISCALIA

Se realizó una charla sobre los “Derechos y Deberes de los niños y adolescentes; y la no violencia” el lunes 02 de junio con las aulas 6to de primaria, 1ero y 2do de secundaria. Así mismo se llevó a cabo la charla de “Adolescentes infractores” con las aulas de 3ero a 5to de secundaria, el 09 de junio. Estas charlas se enfocaron en la importancia de conocer y ejercer estos derechos, para un desarrollo integral y una convivencia pacífica.

Se habló sobre los derechos fundamentales para la protección y bienestar de los niños y adolescentes, mientras que los deberes implican responsabilidades para con ellos mismos y la sociedad. Además, debe promover la erradicación de la violencia en todas sus formas, creando conciencia sobre la importancia de un entorno seguro y respetuoso.



POLICIA

Se realizaron charlas sobre “Trata de personas” el martes 03 de junio con las aulas de 4to a 6to de primaria y 1ero a 5to de secundaria. Se trató de una actividad de prevención y sensibilización. En estas charlas, se busca informar a los estudiantes sobre qué es la trata de personas, cómo se manifiesta, los riesgos asociados y cómo protegerse. También se enfatiza la importancia de la denuncia y se ofrecen recursos como líneas telefónicas de ayuda

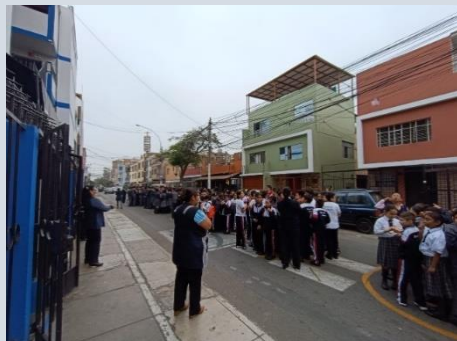


EJERCITO

Se desarrollaron charlas sobre “El reconocimiento a nuestro héroe Bolognesi y la identificación con nuestra bandera” el jueves 05 de junio con las aulas de 1ero a 5to de secundaria; con el objetivo de inculcar el sentido de pertenencia a nuestra patria.



El Simulacro Nacional Multipeligro 2025 en Perú se realizó en nuestra I.E este jueves 29 de mayo a las 10:00 de la mañana. Este ejercicio busca preparar a la población para responder a diversos escenarios de riesgo, como sismos, tsunamis, lluvias intensas, deslizamientos y otros desastres naturales.



SIMULACRO INOPINADO

Frente a los constantes movimientos telúricos que se vienen presentando en nuestra capital se realizó un Simulacro Inopinado el jueves 19 junio a las 11:00am con la participación de la comunidad educativa, con el fin de educar en prevención para minimizar riesgos.



ACTIVIDADES

JURAMENTACIÓN DE DELEGADOS DEL MEDIO AMBIENTE Y CHARLA

Se cumplió con la juramentación de nuestros delegados del Medio ambiente con la colaboración de las Promotoras ambientales de Servicio a la ciudad; el 08 de junio en nuestra I.E.

Además de una Charla sobre el cuidado del medio ambiente y la participación actividad a los delegados de aula.



Nuestra alcaldesa, en compañía de tres de sus regidoras participaron el viernes 13 de junio en el Segundo Congreso de alcaldes y regidores escolares realizado por la Subgerencia de educación y deporte de la Municipalidad del Rímac; donde asistieron estudiantes representando a las diversas instituciones educativas públicas y privadas del distrito.

Esta convocatoria ha permitido que nuestro alcalde distrital conozca la realidad de cada I.E y los estudiantes puedan expresar sus inquietudes y propuestas para una mejora en su comunidad.



Fuente: Facebook Municipalidad del Rímac

Con el firme propósito de fortalecer la participación estudiantil y fomentar una ciudadanía activa y responsable entre los jóvenes, la Municipalidad del Rímac a través de la Subgerencia de Educación, Deporte y Juventudes, llevó a cabo con éxito el II CONGRESO DE ALCALDES Y REGIDORES ESCOLARES. El evento congregó a los alcaldes y regidores escolares, quienes tuvieron la oportunidad de debatir y reflexionar sobre su rol como líderes dentro de sus comunidades educativas. Durante el congreso, se desarrollaron diversas mesas temáticas que abordaron aspectos cruciales para la formación de los jóvenes dirigentes.

La Voz del Espinosino

AÑO 2 / N° 4 JUNIO 2025

Contenido

E DITORIAL	3
¿ PALABRAS DE DIRECTOR.....	5
¿SABES QUE ES EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO?.....	5
N UESTROS VALORES / JUSTICIA	6
DIVERSOS CONCEPTOS DE JUSTICIA	7
FRASES SOBRE LA JUSTICIA.....	9
C UENTOS ANIMADOS.....	10
Inculcando Valores IX	10
“LA CAÍDA DE LA EMPRESA”:.....	10
2. “LAS DOS GOTITAS DE AGUA”:	11
N UESTROS ALUMNOS ESCRIBEN.....	13
VISITA AL ACUARIO NAUTILUS	13
SOFÍA MIKELLA GONZALES ROSEL 2° GRADO DE PRIMARIA	13
LUANA VALENTINA BAILA PUICÓN 2° GRADO DE PRIMARIA	14
VISITA AL SANTUARIO ARQUEOLÓGICO DE PACHACAMAC	15
Zoe Xiara Fernández Prada Murrieta 2° año de secundaria	15
Félix André Tomaylla Denegri 2° año de secundaria	16
Alanis Valentina Mendoza Gutiérrez 3° año de secundaria	17
D ÍA DEL PADRE	18
N UMEROS ANTERIORES	20
S ALUD.....	21
CONSEJOS PARA UNA BUENA SALUD RESPIRATORIA.....	21
RESPIRACION	21
FUNCIONES DEL APARATO RESPIRATORIO.....	23
CUIDADOS DEL APARATO RESPIRATORIO	23
N UESTRA HISTORIA	25
El año 1984 EN EL MUNDO	25
En el Perú.....	27
EN NUESTRO COLEGIO.....	28
E L CALENDARIO CIVICO	29
DÍA INTERNACIONAL DE LOS NIÑOS VÍCTIMAS INOCENTES DE LA AGRESIÓN	29
DÍA MUNDIAL DEL MEDIO AMBIENTE	30

ANIVERSARIO DE LA BATALLA DE ARICA Y DÍA DEL HÉROE FRANCISCO BOLOGNESI.	31
DÍA DEL PADRE.....	32
<i>CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL PADRE EN EL MUNDO</i>	33
INTI RAYMI.....	33
N ATURALEZA.....	35
MARAVILLAS NATURALES DEL PERÚ. MACHU PICCHU	35
MARAVILLAS DEL MUNDO. CATARATAS DE IGUAZU.....	44
CATARATAS DE IGUAZU – LADO ARGENTINO	49
CATARATAS DE IGUAZU – LADO BRASILEÑO.....	51
S EGURIDAD.....	52
SIMULACRO NACIONAL MULTIPLELIGRO.....	52
RECOMENDACIONES A SEGUIR PARA LOS SIMULACROS:	55
F ELICITACIONES.....	57
T EXTOS DE AUTOAYUDA.....	58
QUERER ES PODER.....	58
CUENTOS DE AUTOAYUDA	61
¿PATO O ÁGUILA?.....	61
EL ESPEJO CHINO	63
EL ÁGUILA QUE CREÍA SER POLLO	63
N UESTRO RIMAC	65
LA MUNICIPALIDAD DEL RIMAC	65
PALACIO MUNICIPAL DEL RIMAC.....	66
ESTANCO DEL TABACO Y ESTANCO DEL ALCOHOL.....	67
T OECE EN ACCION	68
CHARLAS CON ALIADOS ESTRATEGICOS.....	68
BOMBEROS	68
FISCALIA	68
POLICIA	69
EJERCITO	69
SIMULACRO NACIONAL MULTIPLELIGRO 2025.....	70
SIMULACRO INOPINADO	70
ACTIVIDADES	70
JURAMENTACIÓN DE DELEGADOS DEL MEDIO AMBIENTE Y CHARLA	70
INVITACIÓN AL SEGUNDO CONGRESO DE ALCALDES Y REGIDORES ESCOLARES.....	71

INTI RAYMI

