

Magazine digital >>

- < Exportación ilegal del gas de Camisea
- Las razones de la derrota de Argentina
- Las tejas: trocitos de cielo
- Batalla contra la gripe >



## Muerte en la cuna



Generación es una publicación de Editora Evisto S.R.L.

Los artículos firmados y publicados en Generación son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

[www.generacion.com](http://www.generacion.com)

## CONTENIDO



**4 EDITORIAL**  
Uruguay:  
Ejemplo de entrega y actitud

**6 ACTUALIDAD**  
¿Por qué perdió Argentina por  
goleada?

**10 INTERNACIONAL**  
Abu Daud muere injustamente  
en Paz

**14 INFORME**  
Gas de Camisea

**18 HOGAR Y SALUD**  
Muerte en la cuna

**22 HOGAR Y SALUD**  
Batalla contra la gripe

**26 GASTRONOMÍA**  
Las Tejas

**30 GENERARTE**  
La jaula de las locas



## URUGUAY: EJEMPLO DE ENTREGA Y ACTITUD

Más allá de los resultados, por lo demás sumamente reveladores en torno a la calidad del juego desplegado por el combinado uruguayo en los campos de Sudáfrica, hay algo digno, dignísimo, que es importante resaltar. Algo que para quien, incluso un escéptico en lo que a las cosas que suceden en el fútbol atañe, no podía pasar inadvertido y dejarlo, por ende, indiferente. Un hecho ante el cual nadie que tenga en alto, independientemente de su interés por el fútbol, lo que es la entrega y la pasión a la hora de ejecutar lo que se hace puede sustraerse. He ahí la esencia.

Ya que lo que el histórico martes 6 de julio por la noche mostró la selección charrúa fue la entrega llevada a niveles insospechados. Once jóvenes, durante los más de 90 electrizantes minutos que duró la contienda contra la nueva versión de la Naranja Mecánica, dieron todo lo que humanamente podían dar en aras de acceder al estadio más alto en un mundial: la gran final. Y aunque la fortuna en esta oportunidad les fue adversa; su derrota, sin desmerecer a su adversario, tuvo un increíble sabor a victoria para Uruguay sin duda, pero también para todo un continente.

Estos bravos muchachos, bajo la señera dirección de Oscar Tabárez, emocionándonos hasta más no poder, nos ilustraron sobre lo que ponerse la camiseta de la patria que a uno lo vio nacer significa. Sobre la necesaria actitud que cualquier jugador debe mostrar cuando

tiene la responsabilidad de hacer realidad las expectativas que millones detrás de ellos depositan plenos de ilusión en lo que puedan hacer. Uruguay, país pequeño en superficie, nos ha mostrado con esta pléyade deportiva, una forma de hacerse grande ante los ojos del mundo.

Una pregunta se impone. Ya no para plantársela a los uruguayos, pues ellos han adelantado con los hechos una respuesta, sino más bien para nosotros los peruanos. A saber si existe esa capacidad de entrega y de organización deportiva para sacar adelante una iniciativa a nivel colectivo en el Perú. Si podremos en un futuro aceptemos no inmediato plantear algo diferente a todo lo que hemos lamentablemente experimentado en las últimas décadas en el país: un proyecto realista que le permita a nuestra patria aspirar justificadamente a un sitio en el escenario deportivo.

Claro que sí. El Perú ha demostrado que si de individualidades se trata, existe la materia prima, vale decir el potencial y el talento individual para echar a andar un proyecto de tal envergadura y ambición. Alguna vez ya lo ha hecho. Solo es cuestión de ponerse a trabajar en una estructura sólida que nos permita propulsarnos hacia el futuro. Ah, sin olvidar que nunca debemos dejar de emular la incondicional entrega, la garra charrúa, que nos hizo soñar en este insólito mundial sudafricano. Pues sin una nueva actitud nada se consigue. ■

*Francisco Huanacane*  
Director Fundador



La muerte del pequeño Adrián de un año de edad pocas horas después de ser vacunado en el Hospital Hipólito Unanue puso nuevamente en entredicho los riesgos que implica la vacunación. Sin embargo, el ministro de Salud, Oscar Ugarte, ha dejado claro que su cartera no detendrá sus programas de vacunación.

Por Cristian Velasco



La actuación de Maradona en Sudáfrica 2010

# ¿Por qué perdió Argentina por goleada?

**El sábado 3 de julio el equipo de Alemania humilló 4 - 0 a su similar de Argentina y lo dejó fuera de un Mundial en el que era uno de los favoritos para ganar el título. El mundo futbolístico quedó atónito, no por el resultado sino por la diferencia en el marcador. ¿Qué factores se conjugaron para que se produjese esta goleada histórica?**

→ El rostro atónito del seleccionador argentino Diego Maradona mientras observaba al goleador Miroslav Klose marcar el segundo gol alemán en el preciso momento en que él le daba las últimas indicaciones antes de su ingreso al delantero Javier Pastore refleja de alguna manera lo que sucedió durante todo el partido.

“ Maradona le daba instrucciones a su yerno (o quizás le recordaba el amor de la mujer que los unía y le pedía que hiciera su mayor esfuerzo por ella) cuando se producía el tercer gol alemán ”

Siete minutos después, faltando 15 para el final del encuentro, al ver que sus jugadores no encontraban la manera de entrar con inteligencia y eficacia en el área teutona, Maradona dispuso el ingreso del atacante Sergio Agüero, esposo de su hija mayor, Dalma.

Pero sucedió exactamente lo mismo. Maradona le daba instrucciones a su yerno (o quizás le recordaba el amor de la mujer que los unía y le pedía que hiciera su mayor esfuerzo por ella) cuando se producía el tercer gol alemán.

El Pelusa no pudo más. Recostó la cabeza en la espalda de su yerno para consolarse de la humillación. ¿Qué pasó por su cabeza en ese instante? Nadie sabe con certeza.

Quizás recordara con nostalgia la final de México 86, cuando Argentina venció a Alemania por 2 - 1 para coronarse campeona mundial. O quizás la final de Italia 90, cuando Alemania se desquitó con un 1 - 0 y Maradona se fue del campo con lágrimas en los ojos.

Lo cierto es que se aferró al Kun Agüero del mismo modo que minutos más tarde, en la zona media que precede a los vestuarios, se fundiría en un interminable abrazo con su hija Dalma para no dar la cara tras la humillante derrota.

## ¿POR QUÉ UN EQUIPO COMO ARGENTINA PIERDE 4-0?

Argentina tiene una cantidad tan numerosa de excelentes jugadores que tranquilamente podría alinear





dos selecciones para competir en dos torneos distintos. Pero no logra conformar un equipo compacto y sólido. La razón es muy simple: carece de director técnico.

Maradona no es director técnico. Es una leyenda futbolística, sin duda la más grande de Argentina, un país futbolero cien por ciento. Prácticamente él solo llevó la Copa del Mundo de 1986 a su país, luego de dos goles históricos a los ingleses en cuartos de final, años después de la guerra de las Malvinas. De alguna manera, él solo se cobró la revancha de una guerra que Argentina había perdido. Él lo sabe. Sus seleccionados lo saben. El país entero lo sabe.

Pero eso no basta para ganar un campeonato mundial. No basta con juntar al mejor jugador del mundo con algunos casi tan buenos como él, darles besos y abrazos y decirles antes de cada encuentro: "hagan lo que saben, muchachos".

“ No basta con juntar al mejor jugador del mundo con algunos casi tan buenos como él, darles besos y abrazos y decirles antes de cada encuentro: "hagan lo que saben, muchachos" ”

Cuando Argentina se enfrentó a Alemania, sus errores y vacíos como conjunto quedaron a la vista del mundo entero. No había una estrategia definida. Solo besos y abrazos y muchachos, todos a dársela a Messi. Y que ese chico prodigio de 23 años hiciera en la cancha lo que ese hombre desorientado de 50 no podía hacer desde el banco.

Evidentemente, a pesar de ser un jugador espectacular, a su edad Messi no estaba preparado para asumir la conducción de la selección argentina en un campeonato mundial, ni para ponerse la cinta de capitán que le dio Maradona, cargando sobre sus hombros todavía más responsabilidades.

Un equipo en el que brillaban estrellas como Messi, Tévez, Higüaín, Di María, Mascherano, Agüero, entre otras, que destacan en los principales clubes europeos, debe funcionar como un reloj. Si no lo hace, ¿de quién es la responsabilidad? Del técnico.

Dicho de otro modo, ¿de quién es la responsabilidad de que un seleccionado funcione como un verdadero equipo?, ¿quién tiene el deber de saber ubicar a un jugador en el lugar indicado del campo, en el momento preciso del partido y con las instrucciones correctas?, ¿quién mueve las fichas? No basta con decirles: "muchachos, háganlo por los millones de argentinos que los ven por la televisión".

Como escribió en un artículo el periodista argentino Jorge Barraza, "Alemania le dio a Argentina una cátedra acelerada de fútbol en 90 minutos. Diego Maradona nunca hizo el curso de entrenador, pero ya pueden darle el diploma, acaba de dictárselo Joachim Löw (entrenador germano)".

### ¿HABRÁ REVANCHA, UNA VEZ MÁS?

Cualquiera que haya seguido este Mundial se ha dado cuenta de que Alemania es el mejor equipo. El que mejor juega, el más disciplinado tácticamente, el más veloz, el que no perdona un solo error, el que posee individualidades que resuelven los partidos en una jugada.

¿Eso era suficiente para derrotar a la Argentina de Maradona y Messi? Sí. El encuentro entre Alemania y Argentina era de pronóstico reservado. Cualquiera podía ganar. Y entre los cálculos cabía la posibilidad de que Alemania ganase a Argentina.

Pero nadie se imaginó que lo hiciese por un contundente 4 - 0. Para explicar ese resultado no basta con el excelente juego desplegado por los bávaros. Hacía falta que un grupo de excelentes jugadores como

los argentinos jugase muy mal, sin brújula, sin ritmo, sin una estrategia concreta.


El seleccionado argentino no pudo demostrar nada de eso cuando debió enfrentarse a un equipo cohesionado en todas sus filas como el alemán. Derrotó en primera ronda a Nigeria, Corea del Sur y Grecia, selecciones con mucho entusiasmo pero que no opusieron mayor resistencia.

En octavos de final venció a México por 3 - 1 luego de que el delantero Carlos Tévez marcara el primer gol en posición adelantada. Pero, a pesar de que México es un seleccionado compacto y aguerrido que habría complicado a cualquier equipo en esta Copa, tampoco era un equipo de primera categoría.

Maradona rendía su prueba de fuego como entrenador en el partido con Alemania, ese viejo enemigo ante el cual se había enfrentado en dos finales consecutivas hace 24 y 20 años, con el saldo de una victoria y una derrota respectivamente.

Lamentablemente para él, para sus jugadores y para el resto de sus compatriotas, no pasó el examen. Salió jalado groseramente. El fútbol siempre da revanchas. Quizás en el futuro a Maradona le toque la suya. Pero deberá ofrecer algo más que besos y abrazos. Con eso no alcanza, aunque sea un soldado veterano que con una pelota ganara el solo una guerra. ■




 Por Sergio Paz Murga

Cerebro de los atentados de Munich 72

# Abu Daud muere injustamente en paz

**Comando de "Setiembre Negro" secuestró y asesinó a 11 atletas israelíes en plenos Juegos Olímpicos ante la consternación del mundo.**

→ *"Una bomba en la Casa Blanca, una mina en el Vaticano, la muerte de Mao Zedong; ninguna de esas cosas podría haber producido un eco de tan largo alcance como la operación de Setiembre Negro en Munich". (Editorial del periódico libanés Al Sayad)*

Fue de largo el atentado más espantoso en la historia de las Olimpiadas, la fiesta deportiva que mejor celebra la vida y la confraternidad entre seres humanos, pero que aquella madrugada del 5 de setiembre de 1972 se volcó en sangre y odio.

Estos días se ha conocido que Mohamed Udeh, también conocido por su alias de Abu Daud, murió en Damasco (Siria) a los 73 años de edad por un fallo renal y en la paz y el abrigo de una cama rodeado por sus familiares, un injusto final para el cerebro retorcido que maquinó los ataques en Munich.

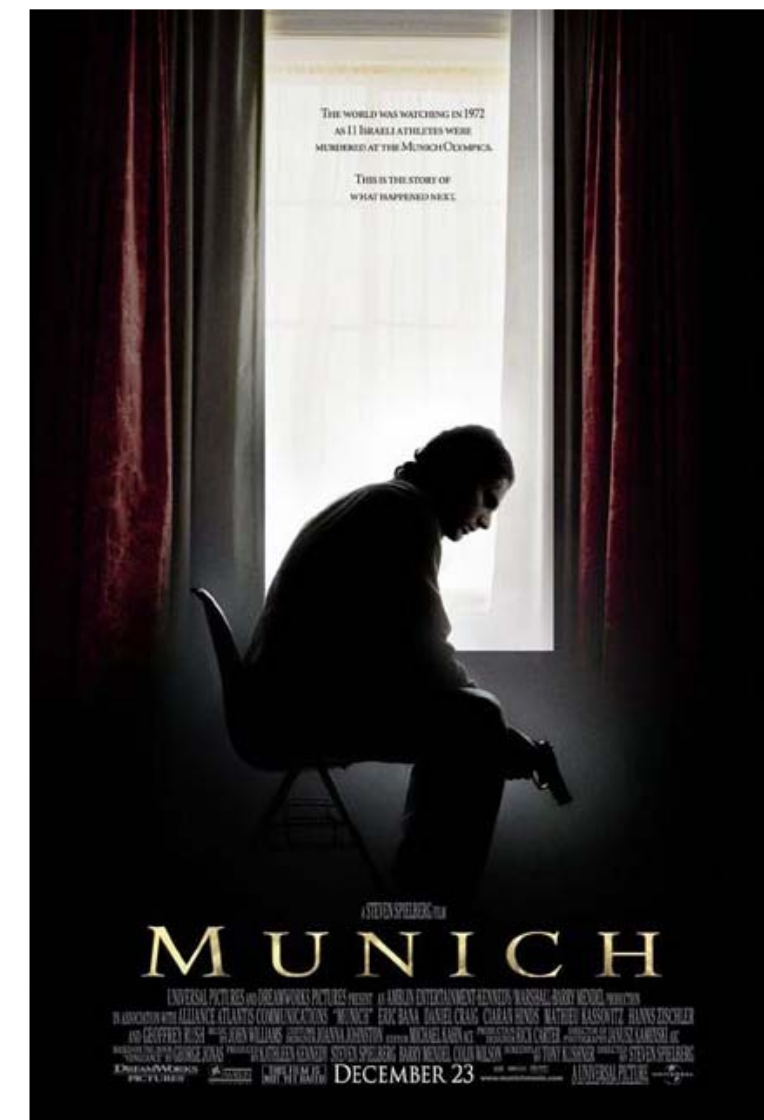
Muy pocos recuerdan ese capítulo negro de la historia y la paranoia que causaba en Occidente en esos años el terrorismo de los grupos extremistas palestinos y que volvieron en moneda común el secuestro de aviones y la toma de rehenes para lograr sus objetivos políticos.

Hoy, y en estas líneas, recordamos la masacre de Munich con el ánimo de aprender la lección histórica, evitar nuevas tragedias, y recordar que la amenaza tiene nuevos protagonistas –Al Qaeda, Hamás, Hezbollah, entre otros– listos para dar un nuevo zarpazo.

## EL ORIGEN DE LA BESTIA

Setiembre Negro nació por deseos de venganza. Para finales de la década de los sesenta los palestinos constituían el 60% de la población en Jordania –la mayoría vivía en campos de refugiados– y se habían organizado en cientos de organizaciones y milicias cuyo mayor deseo era destruir a Israel.

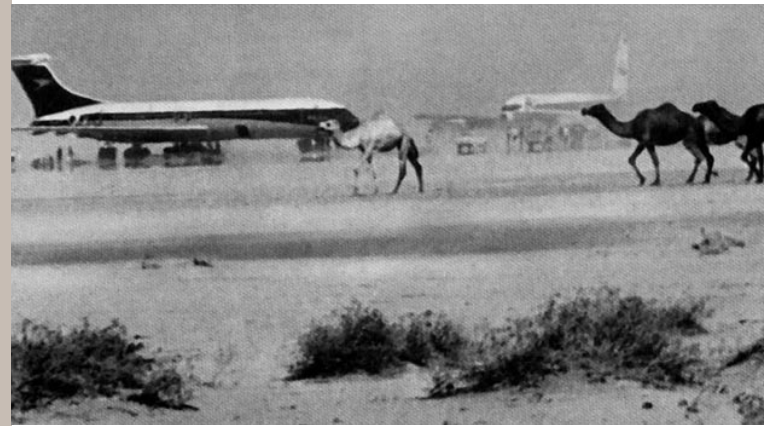
El rey Hussein los había apoyado pero con el tiempo había resentido la creciente radicalización y militarización de los fedayín, que en algunos casos llamaron a derrocar al monarca hachemita.



“ Las cámaras de televisión de todo el mundo ofrecían imágenes en directo del secuestro y mostraban una y otra vez a los comandos encapuchados en las terrazas de los aposentos israelíes ”

Para setiembre de 1970 el país entró en una espiral de violencia y protestas y el monarca no tuvo más remedio que ordenar la destrucción de los campamentos guerrilleros y la expulsión de los dirigentes palestinos, que dejó un saldo de más de 3,500 muertos.

Los fedayines palestinos, congregados en la OLP y dirigidos por Yaser Arafat, huyeron hacia el Líbano y sus miembros más radicales formaron el comando



“ A comienzos de 1972, los servicios de inteligencia mundiales eran un hervidero de informes sobre el terrorismo palestino, pero nadie previó lo de Munich ”

Setiembre Negro, cuyo objetivo máximo era hacer pagar a Jordania por su traición, y recordar a Israel y sus aliados que ellos “no estaban destruidos”.

El 28 de noviembre de 1971, comandos palestinos asesinaron en el lobby del Hotel Sheraton de El Cairo al primer ministro jordano Wasfi Tal, uno de los responsables de las represalias contra la OLP.

En un obscuro gesto, que subraya el odio que había dado lugar al ataque, uno de los asesinos, identificado como Mansur Suleiman Khalifafah, se arrodilló y lamió la sangre que brotaba de las heridas de Tal.

La ejecución del primer ministro no fue más que el primer golpe de Setiembre Negro que siguió sembrando el terror con el intento de asesinato, en diciembre, del embajador jordano en Londres, Zeid al Rifai, quien salió ileso después que acribillaran su auto.

### EL GRAN GOLPE

A comienzos de 1972, los servicios de inteligencia mundiales eran un hervidero de informes sobre el terrorismo palestino, pero nadie previó lo de Munich.

En julio de ese año, llegaron a Alemania ocho comandos terroristas pero ninguno voló hasta la República Federal, sino que utilizaron rutas terrestres desde Roma y Belgrado para despistar a la Policía. Tampoco portaron armas ni explosivos que les fueron proporcionados por diplomáticos sirios en Berlín.

Por dos meses, los terroristas se aclimataron a la ciudad y se aprendieron la distribución de la Villa Olímpica que, pese a estar custodiada por 15,000 policías, 25 helicópteros, 12,000 soldados y un centenar de agentes de contraespionaje, fracasaron para detectar a los fedayines.

Pasadas las cuatro de la madrugada del 5 de setiembre, los ocho sujetos enmascarados no tuvieron problemas en violar la endeble seguridad e invadieron los hospedajes de los israelitas, tomando como rehenes a 11 de los 20 integrantes del equipo olímpico de Israel. Comenzó así un día dramático que habría de terminar en tragedia.

Las cámaras de televisión de todo el mundo ofrecían imágenes en directo del secuestro y mostraban una y otra vez a los comandos encapuchados en las terrazas de los aposentos israelíes, la expresión máxima del terrorismo palestino.

Los secuestradores exigían la liberación de 234 presos en Israel, así como la de Andreas Baader y Ulrike Meinhof, los dos fundadores de la organización marxista alemana Facción del Ejército Rojo, quienes estaban tras las rejas en Alemania.

La respuesta israelí fue: “Nunca negociamos con terroristas”. Fue así que los palestinos decidieron pedir que se les dejara ir con sus rehenes hacia El Cairo, por lo que fueron trasladados al aeropuerto militar de Fuerstenfeldbrueck, en las afueras de Munich.

Al caer la noche las autoridades alemanas –con el consentimiento “inseguro” del gobierno de Golda Meir– decidieron que se tenía que intentar un rescate por lo que se hizo creer a los terroristas que se les permitiría tomar un vuelo de Lufthansa hacia la capital egipcia, donde continuarían las negociaciones.

Al caer la noche algunos comandos terroristas descendieron de los helicópteros para inspeccionar el Boeing de Lufthansa, pero al instante se dieron cuenta de que se trataba de una farsa. El avión estaba frío y vacío. No había tripulación a bordo.

Nerviosamente volvieron a los helicópteros, pero antes de que pudieran alcanzarlos fueron detenidos por las balas de 25 francotiradores alemanes apostados rodeando a la nave.

Al verse acorralados, los terroristas iniciaron una feroz balacera que terminó con la muerte de los 11 atletas israelíes, algunos de ellos, destrozados por la explosión de granadas. Cinco fedayines murieron y tres fueron capturados, pero en octubre los soltaron luego que otro avión de Lufthansa fuera secuestrado, también por comandos palestinos.

### LA IRA DE DIOS

Lo que siguió a la masacre de Munich fue la venganza de las autoridades israelíes, que encomendaron a su servicio secreto – el Mosad– la formación de un escuadrón que iría hasta el fin del mundo para matar a los responsables de la tragedia.

Nació así el grupo “Ira de Dios”, conformado por 11 hombres que viajaron a varias ciudades de Europa y Medio Oriente en busca de los asesinos de los atletas. “Deben ser precisos. No dejar víctimas inocentes. Nuestros enemigos deben pensar que están indefensos y que los podemos alcanzar cuando queramos”, dijo en esa ocasión Zvi Zamir, jefe del Mosad.

Los pistoleros y expertos en explosivos israelíes golpearon repetida y mortalmente en acciones que recordaron a la guerra de gánsteres.

El 16 de octubre balean en Roma a Wael Zwaiter, encargado de reclutar al comando de Setiembre Negro. En diciembre una bomba instalada en su teléfono casero mata a Mahmud Hamshari. En enero de 1973, explosivos controlados a control remoto dentro de su colchón destronan a Abal Al Chir.

En Beirut, y en menos de 24 horas, “Ira de Dios” redujo a tres líderes de Setiembre Negro y los golpes siguieron por más de ocho años, dejando un saldo de más de 60 muertos.

Sin embargo, Abu Daud sobrevivió a la cacería. El Mosad le disparó 14 tiros en un café de Varsovia (Polonia) y se recuperó. Sabiéndose indefenso, escapó a Siria, donde vivió estos últimos años, protegido por el gobierno de al-Assad.

Daud nunca se arrepintió por la masacre de Munich, e incluso, tildó de traidores a los jefes de la OLP que, a comienzos de los noventa, abandonaron las tácticas terroristas. Su muerte causó gran malestar entre los israelíes, quienes nunca lo vieron pagar por sus crímenes. Ahora todo queda en manos de Dios y su justicia divina. Que no le tenga piedad. ■





Por Diego Hernández Núñez

“ Las empresas peruanas piden gas al consorcio Camisea pero este no se los da porque el 47% de las reservas está destinado a la exportación ”

había sido autorizada irregularmente al cambiarse leyes con normas de menor valor. Es decir, denunció al gobierno de Alejandro Toledo de facilitar la exportación con precios favorables para los compradores. Denunció, pero no hizo nada al respecto.

Hoy, las empresas peruanas piden gas al consorcio Camisea pero este no se los da porque el 47% de las reservas está destinado a la exportación. Justamente, el pasado 25 de junio partió hacia México el primer buque con más de 170 mil metros cúbicos de gas natural licuado.

A pesar de que el precio internacional del gas ha ido disminuyendo en los últimos meses, Perú LNG ha calculado la facturación en cerca de 700 millones de dólares anuales.

#### RESERVAS

En febrero del 2009, la consultora internacional Gaffney, Cline & Associates, contratada por Pluspetrol, elaboró un estudio para medir las reservas probadas de los Lotes 88 y 56. El resultado fue de 8.8 billones de pies cúbicos. Pero esta cifra resulta escasa para cubrir la demanda de gas del mercado local. Si se mantiene la decisión de exportar el gas del lote 88, Cusco y los departamentos del sur se quedarán sin este recurso.

Como para calmar las aguas, en mayo de este año y a pedido del gobierno, la empresa Netherland, Sewell & Associates, realizó otro estudio y concluyó que el total de reservas en ambos lotes superan los 11 billones de pies cúbicos.



Además, el ministro de Energía y Minas, Pedro Sánchez, ha indicado que en el Lote 57 hay 2 billones de pies cúbicos más y que en total el Perú tiene 13.2 billones de pies cúbicos. Con toda seguridad afirmó que tenemos gas para 40 años y que para el año 2015 todo el sur del país será abastecido con gas natural.

#### PERÚ LNG

Para empezar, ¿por qué le ponen de nombre Perú LNG a esta empresa si los dueños son todos extranjeros? El 50% de las acciones le pertenece a la estadounidense Hunt Oil, el 20% a Repsol de España, la misma cantidad

## Exportación ilegal

# Gas de Camisea

**El sábado 10 de julio se cumple un mes desde que la planta Pampa Melchorita, perteneciente a Perú LNG, inició sus operaciones para exportar el gas de Camisea. La pregunta que todavía no encuentra respuesta es por qué el presidente Alan García cambió de parecer, o mejor dicho, a cambio de qué lo hizo.**

→ **E**n su último mensaje presidencial, García expresó lo siguiente: "Nuestro compromiso es que en ningún caso el uso nacional interno actual o posible para la electricidad, los vehículos o la industria, sea detenido o sacrificado en beneficio de las exportaciones. El gas es para el desarrollo del Perú y después para la exportación, si existe de manera suficiente".

Además, y para seguir con el engaño, en aquel discurso señaló que la exportación del gas de Camisea



a SK Energy de Corea del Sur, y el 10 % restante a la empresa japonesa de nombre Marubeni.

Hunt Oil, SK Energy y Repsol suman en total más del 50% de las acciones del consorcio Camisea. Es decir, son mayoría en la explotación de los Lotes 88 y 56. Así como explotan también exportan.

La planta que han construido con una inversión que bordea los 4,000 millones de dólares, procesará 620 millones de pies cúbicos por día. El consumo interno actual es de 300 millones de pies cúbicos, pero la demanda interna proyectada en 20 años supera los 13 billones de pies cúbicos.



¿Es justo que se exporte el gas cuando en Cusco, por ejemplo, su presidente exige la reserva de 40 millones de pies cúbicos para la petroquímica de Quillabamba y 200 para la de Ilo? ¿No sería mejor abastecer primero el mercado interno y luego como había señalado en un principio el presidente García lo que sobre vaya para la exportación?

### REPERCUSIONES

El especialista en temas de energía, Jorge Manco Zaconetti, pidió que el contrato de exportación con la empresa LNG Perú sea renegociado, debido a las gruesas ilegalidades que se han cometido en todo el proceso y a la total inconveniencia que representa este "negocio" para el Perú.

**“** Perú LNG exportará el gas del lote 56, pero una vez que lo exprima por completo empezará a tomar el gas del lote 88, a pesar de que este sea de uso exclusivo para el mercado interno **”**

Por su parte, el experto en hidrocarburos, Aurelio Ochoa, ha advertido que la empresa Perú LNG exportará el gas del lote 56, pero una vez que lo exprima por completo empezará a tomar el gas del lote 88, a pesar de que este sea de uso exclusivo para el mercado interno.

Las cartas están sobre la mesa, depende del gobierno hacer una buena jugada con ellas en beneficio del pueblo peruano. ■


 Por Karla De Rojas Guedes


 Usó del chupón

# Muerte en la cuna

**Cuando nació mi primer hijo agarré la costumbre de “comprobar si seguía respirando”, pues lo veía dormir tan tranquila y plácidamente al punto de asustarme tanta paz y quietud. Actuaba por puro instinto, pues en aquella época todavía desconocía el llamado síndrome de muerte súbita del lactante...**

→ **U**na escena terrible: alguien acuesta a su bebé en su cuna para que duerma y cuando regresa a verlo lo encuentra muerto... un bebé aparentemente sano que no había presentado ningún síntoma de enfermedad ni molestia alguna, fallece de manera inexplicable sin causa conocida.

La falta de respuestas a las dudas que se plantean es una de las razones por las

que provoca tanto temor el síndrome de muerte súbita del lactante, SMSL, o SIDS por sus siglas en inglés (Sudden Infant Death Syndrome). Como usualmente ocurre mientras los niños duermen, se le conoce también como “muerte en la cuna” o “muerte de cuna”.

La mayoría de los diagnósticos de muerte súbita del lactante se dan luego de que otras posibles causas de fallecimiento se hayan descartado al revisar la historia médica del infante y el ambiente en el que vivía. Esta revisión puede ayudar a distinguir un verdadero caso de muerte súbita de otras que pueden deberse a accidentes, malos tratos o afecciones no diagnosticadas, como trastornos cardíacos o del metabolismo.

Los infantes que son encontrados muertos, en su gran mayoría entre los dos y seis meses de nacidos, no demuestran signos de haber sufrido. Simplemente es como si se hubieran olvidado de respirar...

Según algunas investigaciones, los lactantes que mueren por SMSL pueden

“ En los primeros meses en la madre quien decide cómo acostar a su hijo, pero conforme pase el tiempo será el propio bebé quien decida cómo quiere dormir ”

tener una anomalía en el núcleo arcuato del hipotálamo, zona cerebral que ayuda a controlar la respiración y el despertar durante el sueño.

Resulta que si un bebé respira aire que no es fresco y no obtiene suficiente oxígeno, el cerebro generalmente desencadena la necesidad de despertarse y llorar del bebé. Este movimiento cambia los patrones de respiración y los latidos del corazón, para compensar la falta de oxígeno. Pero si el bebé tiene un problema en el núcleo arcuato, esta reacción involuntaria puede no producirse y, por tanto, el riesgo de morir a causa de SMSL será mayor.

Por tal motivo, se recomienda que el bebé no duerma sobre la barriga o como comúnmente se dice “boca abajo”. Numerosos estudios demuestran



“ Hay quienes creen que si uno pone a dormir a su hijo boca arriba y este regurgita o vomita, puede ahogarse con su propio vómito ”

Sin embargo, hace más de 15 años cuando nació mi primer hijo, no estaba al tanto de esta información y yo solía acostarlo boca abajo, como lo hizo mi madre con sus cuatro hijas (incluida yo, claro está), como lo hizo mi tía con sus dos hijos, como lo hacía tanta gente...

Pero ahora con mi segunda niña en brazos, la historia era diferente... en la misma clínica recomiendan acostar a los niños boca arriba, pero de ningún modo boca abajo.

### USO DEL CHUPÓN

Pero, qué sucede cuándo el bebé prefiere dormir sobre su barriguita porque es más cómodo para él, como mi hija de tres meses que descansa mejor en esa posición. Esa misma pregunta se la hice a su pediatra, un doctor reconocido en el ambiente médico y que me fue recomendado.

El especialista reconoció que la posición boca abajo es más cómoda para los bebés por el hecho de favorecer la expulsión de gases, pero también reconoció que es un factor de riesgo de SMSL, por lo que es mejor hacer dormir a los bebés boca arriba.

No obstante, me dio una salida en aras de la comodidad de mi bebé sin ponerla en riesgo: que use chupón. Sí, así como lo lee. Aunque hay muchos detractores del chupete, lo cierto es que hay estudios que dan cuenta de que su uso está relacionado con un 90% de reducción en el riesgo de SMSL, debido a que supuestamente la superficie sobresaliente del chupón mantiene el

rostro del bebé despegado del colchón, lo que reduce el riesgo de asfixia.

Cabe indicar que esta es una opción, pero no necesariamente la mejor, porque el chupón también tiene sus inconvenientes materia de otro artículo, por lo que hay que tomar en cuenta ciertas recomendaciones: no iniciar su uso antes de los 15 días de vida (hasta que la lactancia materna esté bien establecida, para así no interferir con ella) y restringir su utilización a partir de los 8 ó 10 meses y suprimirlo hacia el año de vida.

Y lo más importante, emplear únicamente aquellos chupones que cumplan con las normas de seguridad: que sean de una sola pieza, tengan una base lo suficientemente grande para impedir que todo el chupón pueda entrar en la boca del niño y un asa para poder tirar del chupete.

Pero nuevamente surge otra interrogante: ¿qué pasa cuando el bebé se niega a usar el chupón porque sencillamente no le gusta (como es el caso de mi hija)? Aquí yo doy mis propias recomendaciones: mis miedos no deben interferir con el descanso de mi niña, así que el temor por acostarla boca abajo lo reduzco estando pendiente de ella.

Es cierto que mucha gente considera que los bebés deben dormir en sus propios cuartos para que se acostumbren a ser independientes y muchos se fían de los llamados monitores, pero no hay nada mejor que su cunita esté al lado de mi cama para levantarme cuantas veces sea necesario para acomodarla y comprobar que nada interfiera con su respiración.

Es obvio que no hay que colocar cerca de su rostro, mantas, muñecos o almohadas que puedan evitar la circulación del aire. También hay que evitar que el



“ Hay que evitar que el bebé esté demasiado abrigado porque –según algunas investigaciones- puede caer en un sueño profundo que le dificultará despertarse ”

bebé esté demasiado abrigado porque –según algunas investigaciones- puede caer en un sueño profundo que le dificultará despertarse.

Hay quienes creen que si uno pone a dormir a su hijo boca arriba y este regurgita o vomita, puede ahogarse con su propio vómito. Generalmente esto sucede con bebés prematuros o muy débiles que no pueden girar la cabeza, ya que un infante saludable por instinto gira la cabeza en caso de vomitar. Pero al fin y al cabo, cada niño es único y es mejor preguntar a su pediatra lo más recomendable para el suyo.

En los primeros meses de vida es la madre quien decide cómo acostar a su hijo, pero conforme pase el tiempo será el propio bebé quien decida cómo quiere dormir, al poder voltearse y colocarse de la manera que mejor prefiera... y poco podremos hacer las mamás para mantener a nuestros bebés en la posición que deseamos... ■

Por Pamela Galarreta S.



Preparados en invierno

# Batalla contra la Gripe

**Cada día hace más frío en la húmeda Lima y todos nos estamos preparando para este invierno que amenaza con recrudecer. Según los últimos reportes meteorológicos, la temperatura descenderá hasta los 17 C° y la humedad llegará hasta casi el 98%.**

→ **E**n este frío panorama la más común protagonista es sin duda la gripe. Esa sensación de malestar, congestión nasal y dolor de garganta que nos hace transformarnos poco a poco hasta convertirnos en seres virulentos capaces de ahuyentar a cualquiera.

La gripe, es prácticamente, un mal inevitable para muchas personas durante

la época de invierno; sin embargo, hay quienes intentamos por todos los medios evitarla y no dudamos en emprender una batalla campal con tal de vencerla o por lo menos, aminorarla.

En esta batalla están definitivamente presentes la gran gama de pastillas, jarabes y antibióticos, todos creados químicamente para alejar al virus de esta enfermedad; pero no muchos son adeptos a este tipo de solución que generalmente alivia los síntomas, pero puede ocasionar otros malestares secundarios como irritación del estómago y las fosas nasales.

¿Qué podemos hacer entonces si las soluciones químicas no nos hacen sentir seguros? Es cuando podemos hablar de los remedios caseros. Sí, esas mezclas mágicas de las abuelas, preparaciones de alto calibre que nos hacen expulsar la fiebre y cual rito antiguo alejan a la congestión, el dolor y los incesables estornudos.

Quién no recuerda los remedios caseros de nuestra madre o de nuestra abuela. Por ejemplo la recordada y aún usada

**“ En invierno es recomendable redoblar nuestros hábitos de higiene: lavar con mayor frecuencia nuestras manos y desinfectarnos luego de utilizar los vehículos de servicio público ”**

caspiroleta, que no es otra cosa que leche caliente mezclada con licor que nos hace transpirar y a través de los poros, “expulsar a la gripe”.

O la dulce cucharada de miel combinada con el zumo de un ácido limón, que no hace otra cosa que calcinar las llagas de la garganta, a manera de una cauterización... y con esto alivia el intenso dolor y garraspera típica de la infección.



### PREVENIR ANTES QUE LAMENTAR

Sin duda hay cientos de remedios caseros para combatir a la odiosa gripe y, aunque muchos de ellos sí resultan ser efectivos, sería mejor enfatizar en la prevención, que por paradójico que suene, está en nuestras propias manos.

La primera medida es vacunarse contra la gripe común y sus variantes. Desde pequeños se puede recibir esta vacuna y más aún si son personas de edad avanzada, enfermos de los pulmones, asmáticos, diabéticos o con antecedentes de problemas en las vías respiratorias. La vacuna contra la gripe está disponible en todos los centros de salud y a bajo costo.

En invierno es recomendable redoblar nuestros hábitos de higiene: lavar con mayor frecuencia nuestras manos y

desinfectarnos luego de utilizar los vehículos de servicio público, lugar frecuente de contagio de la gripe y otras enfermedades.

Otro dato importante es evitar los lugares muy conglomerados, guardar distancia de las personas que estornudan o tosen y tener siempre a la mano un pañuelo desechable para poder cubrirnos la nariz y la boca cuando veamos un riesgo de contagio.

El mantenernos fuertes también es vital para no contraer gripe. Hacer ejercicios, comer saludable, evitar el tabaco y el alcohol es básico para no menguar en nuestro sistema inmunológico y volvernos presa fácil del virus.

Todas estas medidas se complementan con el correcto resguardo de nuestra temperatura. El abrigo es muy importante

“ Un poco de jengibre rallado y mezclado con el zumo de medio limón en cualquier infusión, aliviará los dolores corporales y esa sensación de permanente catarro ”

en esta época de frío. Use guantes, gorros y chompas abrigadoras, pero más que nada, no se exponga a cambios bruscos de temperatura que pueden causarle un espasmo pulmonar. Cuidese de no exponerse innecesariamente a fríos extremos.

### REMEDIOS CASEROS

Pero en caso no haya tomado las precauciones del caso, uno de los remedios caseros más comunes, por si no lo sabía, es el milagroso té de sauco. El sauco es un fruto ampliamente estudiado en la Universidad Hadaza de Israel, donde comprobaron que atenúa los síntomas gripales gracias a sus propiedades. Para que sea efectivo, el té de sauco debe beberse tres veces al día.

Otro de los regalos que la naturaleza nos ha dado para combatir la gripe es el jengibre, o lo que nosotros conocemos como “kión”. Un poco de jengibre rallado y mezclado con el zumo de medio limón en cualquier infusión, aliviará los dolores corporales y esa sensación de permanente catarro.

Ahora, si desean una solución para aliviar la congestión nasal, nada mejor que la mezcla del eucalipto, pino y romero con aceite de almendras. Esta preparación se frota en el pecho todas las noches y asegura un sueño placentero.

Cuando uno tiene gripe, el cuerpo solo pide reposo, y es porque nuestras defensas están bajas. Hay que hacerle caso. El descanso prolongado, abrigado y si es mejor en cama, contribuye en



gran manera al restablecimiento del organismo. Es mejor evitar salir a la calle, no solo para no empeorar los síntomas, sino también para evitar la propagación del virus.

Finalmente, sea cual sea el remedio o la medida de prevención, lo importante es ser conscientes de lo que una gripe mal curada puede significar. En este tiempo, cuando cada mes se descubre una nueva mutación de virus, es importante estar alertas, cuidar de nosotros mismos y también de la gente que nos rodea.

Abríguese mucho en este invierno y tome en cuenta las recomendaciones de esta humilde nota. Evítese las costosas consultas al doctor, a menos que sea realmente necesario, y nútrase de todo lo natural que el planeta nos da. ■

Por Cecilia Portella



Trocitos de cielo

# Las Tejas

Si cada región de nuestro gran país tuviera que instaurar como símbolo de identificación algún dulce o postre, tendríamos a Lambayeque y su contundente king kong, Lima y su insuperable mazamorra morada, el sabroso queso helado de Arequipa y, sin duda, las tejas y su provocativa textura representarían a Ica.

→ El nevado que cubre los secretos de la deliciosa teja, marca la diferencia con las otras que tienen cobertura de chocolate y que encontramos en casi todo el país. Las tejas blancas son solo iqueñas, nacen del encuentro del cielo y las interminables dunas de su superficie.

Sencillos bocados de un tamaño más pequeño que el puño, pero de una elaboración dedicada y delicada, por la presencia de varias formas de texturas, sabores e insumos.

“ La chocoteja poco a poco fue ganando el aprecio de todos los aficionados a los dulces, hasta que llegó el momento en que desplazó a la teja tradicional ”

La capa envolvente, un glaseado blanco, crujiente y frágil, seguido de un relleno de manjar blanco denso y dulce como la leche que lo compone. Y dentro, en el corazón, una pecana, algún fruto seco o trocitos de cáscara de limón, previamente tratada para evitar una sensación agria al final del paladeo.

Pero no nos quedaremos en describir el sabor que muchos de ustedes conocen o de incitar a quienes no las conocen, a descubrir estos dulces de cuna conocida. Detrás hay historias, que nos atrevemos a contar porque tienen la firma y el respaldo de quienes nos la proporcionaron.

Una inquietud que tuvo inmediata respuesta en Marcela Olivas Weston, con quien intercambio una fluida comunicación, en la que recibo más de lo que doy. Una entrevista sin rostro conocido por esas peculiaridades que nos permite la tecnología virtual, pero que me permite hablar de tú a tú, con ella; arquitecta de profesión pero sobre todo estudiosa de nuestra cultura, preocupada por la investigación de grandes pueblos de la sierra como Ancash y Cajamarca. Ex directora del INC de la mestiza ciudad y promotora de la historia, construida a partir de las actividades cotidianas de los antiguos peruanos.

Pero por esas casualidades del destino no es a ella a quien “conozco” en primer término. Mi acercamiento fue a través de la lectura de publicaciones sobre gastronomía peruana de Rosario





Olivas Weston, su hermana. Alguno de nuestros artículos fundamentado en sus escritos, recibió el acertado comentario de Marcela, quien, más de una vez, complementó nuestras teorías. Y desde ese momento, se convirtieron en fuentes importantes para sustentar nuestros párrafos.

### COMENTARIOS QUE TRASCIENDEN

“Conversé con Evangelina hace 10 años, ella era la persona más antigua que elaboraba comercialmente las tejas en Ica. Me mostró unas toronjas y unas naranjas confitadas rellenas de manjar blanco y con grageas de colores encima. Eran grandísimas las de toronja. Yo compré. Ella decía que antes de la aparición de las tejas bañadas en fondant, esa era la manera de consumirlas; eran pocas

“ El nevado que cubre los secretos de la deliciosa teja, marca la diferencia con las otras que tienen cobertura de chocolate ”

las personas que lo solicitaban, solo personas mayores.

La elaboración de cítricos confitados es antigua, del siglo XVI, cuando aparece como una moda a nivel mundial. El azúcar, hace algún tiempo, era muy caro y solo se destinaba para medicina o para los suntuosos banquetes. Llegó al Perú en tiempos virreinales. El manjar blanco, tal como lo conocemos actualmente, es una creación del siglo XIX. De modo que la combinación de fruta confitada con manjar blanco y el fondant es del siglo XIX.



Las chocotejas son una creación moderna. Todavía recuerdo la época que eran novedad. Poco a poco fueron ganando el aprecio de todos los aficionados a los dulces, hasta que llegó el momento en que desplazó a la teja tradicional para convertirse en la única teja iqueña. Hoy son pocas personas que consumen tejas con el baño tradicional de fondant. La mayoría prefiere las chocotejas”.

Marcela y Rosario recuerdan en conversaciones íntimas a su querida madre. “Ella compraba una especie de chocoteja, en una tienda que quedaba a pocos metros de la avenida Wilson, en la avenida que termina en el Centro Cívico de Lima y que conecta al Paseo de la República. La tienda se ubicaba al lado izquierdo, a media cuadra de la avenida Wilson.

Allí vendían estos dulces que no recuerdo el nombre que tenían. Nuestra mamá era muy aficionada a ellos. Consistían en una galleta que tenía encima una mezcla de manjar blanco con alguna otra cosa, como pecanas, naranja confitada,

limones confitados o guindones. Todo era bañado con cobertura de chocolate y artísticamente envuelto en platina de colores, con el nombre del sabor impreso en un papelito blanco, pegado a la envoltura. Tenía la forma de una bolita con superficie irregular. Lo mejor era la variedad de sabores que ahí ofrecían”.

### CONCLUSIONES

La tradicional teja iqueña nos presentó en el camino a la ya mencionada teja bañada en chocolate, la misma que ha copado el mercado nacional. Una blanca y otra morena, ambas con el mismo corazón relleno de sabor, de historia que habla de preparaciones caseras, que se iniciaron con nombres y marcas hasta ahora reconocidos. Tejas que le proporcionaron dulzura a las cáscaras de frutas cítricas, limones y toronjas, las elegidas.

Pronto los frutos secos, pecanas, higos y guindones, además de las pasas y el coco, también sucumbirían a enredarse en amores con el manjar blanco artesanal. Federico More las menciona entre los dulces “absolutamente nuestros”, pues para él las tejas de Ica son aquellas “en las que el azúcar es nido de flores y frutas”.

Aunque tratadas separadamente, las recetas de los ingredientes que componen las tejas son detalladas prácticamente sin modificaciones por Martínez Montillo en su *Arte de Cocina*. Así tenemos las *Memorias de Conservas* que tratan del confitado de algunas de algunas frutas como limones ceutís, y toronjas. Aparte está la receta del manjar blanco y finalmente la cobertura de azúcar. Gracias a la creatividad nacional estos tres elementos permiten elaborar las tejas tal como las conocemos actualmente. (1)

(1) Diccionario de Gastronomía Peruana Tradicional, de Eduardo Zapata Acha, USMP, Lima 2006 ■

Por Laylah Ferreyra

“ La jaula de las locas es una comedia musical que cuenta con el respaldo de ser un espectáculo popular y exitoso, al mismo tiempo de poseer una trama hilarante ”

Zazá, son la atracción de la obra, personajes dibujados con la medida exacta de gracia y sensibilidad.

Desde la versión que se estrenara en Francia en 1973 llamada La cage aux folles, pasando por su adaptación al cine interpretando extraordinariamente a la pareja gay los actores Ugo Tognazzi y Michel Serrault, La jaula de las locas ha divertido y contagiado entre plumas y disfuerzos al público, siendo el desafío inmenso para el elenco peruano que se enfrenta a una pieza de alta calidad interpretativa.

Una comedia musical que cuenta con el respaldo de ser un espectáculo popular y exitoso, al mismo tiempo de poseer una trama hilarante, nacida en la mente del francés Jean Poiret, que busca a cada instante envolver a los asistentes en un juego de pretensiones sin inhibición alguna.

La acción se centra en el ocultamiento de la orientación sexual de Georges y Albin ante los ojos de sus futuros suegros. Georges tuvo un hijo en su juventud y Albin lo ayudó a criarlo. Él, como la madre de esta disfuncional familia, exige un lugar, su lugar; desatando las más complicadas situaciones en pro de ejercer su extraña maternidad.

La propuesta es una iniciativa de la Plaza ISIL y la productora Raquel en Llamas, y va desde el viernes 9 de julio en el Teatro Peruano Japonés, contando en su elenco con Gianella Neyra, Katia Condos, Rómulo Assereto, Bruno Ascenzo, Gisella Ponce de



León y Carlos Cano. Acompañados por un cuerpo de baile de 17 profesionales muy jóvenes que inyectan energía y locura al escenario, intentando seguramente arrancar más de una carcajada con sus pícaras coreografías.

#### TOLERANCIA Y ACEPTACIÓN

Si bien la historia original fue concebida como comedia, encierra una tragedia asolapada. La aceptación y tolerancia frente a una opción de vida diferente está puesta sobre la mesa desde el inicio, el rechazo de la familia de la futura nuera de Georges y Albin concentra una realidad que no se enfrenta si no hay risas de por medio.

¿Cuántas personas estarían dispuestas a aceptar a una pareja de homosexuales



Lima se viste de rosa y aroma gay

## La jaula de las locas

Es una historia que lleva más de 30 años encantando al público. El viernes 9 en el Teatro Peruano Japonés se estrena la versión peruana bajo la dirección de Juan Carlos Fischer. Los experimentados actores Diego Bertie y Carlos Carlín interpretan a los enamorados Georges y Albin, una madura y consolidada pareja gay que regenta un centro nocturno homosexual.

#### → SALIENDO DEL CLOSET

La atención sin duda estará puesta en los protagonistas, Diego Bertie y Carlos Carlín, que con su profesionalismo ejecutarán ambos personajes homosexuales, pero con la particularidad de tener entre sus manos un potencial enorme para explotar.

Georges (Diego Bertie) y Albin (Carlos Carlín), que es también el transformista



“ Si bien la historia original de *La jaula de las locas* fue concebida como comedia, encierra una tragedia asolapada ”

como consuegros? De eso se trata, de llevar la polémica del matrimonio gay, por ejemplo, más allá. En la naturalidad de una convivencia que exige del otro una apertura reveladora. La Jaula de las locas es el reflejo, y siempre lo fue, de lo que sufren y padecen todos aquellos que deben ocultar quienes son.

Albin encarna esa cruel exigencia al intentar Georges que actúe como un pariente pleno de masculinidad ante los visitantes, y sobre todo, negando el vínculo con su hijo. Esto es lo que

más dolor causa y más debería hacer reflexionar. El centro nocturno que ambos manejan es mirado con marginalidad, casi con asco, y en ese universo de travestis y luces, Zazá, era la reina.

Una compleja encrucijada llena de matices que se mezclan entre la risa y la pena, la certeza de saber que es una propuesta teatral, pero también reconocer que Georges y Albin existen, y aún no pueden gritar lo que son y ser amados por eso. Un llamado a la tolerancia y respeto, que finalmente es lo que puede garantizar a una sociedad comprometida con sus integrantes, profesen la fe que profesen y escojan la pareja del sexo que prefieran.

## NADA DE BESOS Y CARICIAS

La dupla Bertie – Carlín está en todo momento con la fuerza de la acción, con diálogos cargados de humor, respetando la versión original por la que se ha pagado todos los derechos. Tienen la misión de generar esa química que permitirá a la comedia fluir. No es fácil hacer reír, y mucho menos sin caer en el recurso fácil y barato.

Han asegurado sus protagonistas que no fue necesario incluir escenas de besos o caricias; el morbo tendrá que trasladarse a otras canchas porque en el Teatro Peruano Japonés no estará. No habrá un manejo cargado del tema homosexual, sino todo lo contrario; la imagen e interpretación de sus protagonistas deberán convencer sin echar mano de vulgaridades.

La boda del hijo de Georges es el objetivo final, antes las familias se conocen y las circunstancias y desafortunados eventos no permiten que la madre biológica del joven llegue para aparentar ser lo que nunca fue: una abnegada madre, así que Albin se presenta ante el conservador congresista que tiene la prometida por padre e interactúa con él como una dama honorable.

Lo curioso es que Albin no engaña al expresar sus ideas sobre la familia y principios morales, porque él así ha vivido, solo su apariencia cambia más no su pensamiento.

Un profundo análisis merece esta obra que hace bien Plaza ISIL y Raquel en Llamas en producir, no solo por la risota sino por lo que queda después de ella. La Jaula de las locas habla de algo más que mariconadas graciosas o vestuarios coquetos, tiene entre líneas un mensaje que debemos empezar a leer. ■

