

Desde agosto, se inicia un ciclo de intensidad electoral

# SE AVECINAN CAMBIOS EN EL PANORAMA POLÍTICO DE LA REGIÓN



Ocho países del cono sudamericano comienzan el camino para acudir a las urnas y elegir a sus mandatarios para los próximos años. Así, Bolivia, Chile, Ecuador y Honduras tendrán elecciones presidenciales antes de finalizar el 2025 y Argentina, elecciones legislativas. El proceso seguirá en 2026, con los cambios de gobierno para Brasil, Colombia, Costa Rica y Perú. Un momento decisivo para los destinos no solo de cada nación, sino de Latinoamérica en conjunto.

PÁGS. 18 a 21

### CARNAVAL DEL PUEBLO 2025. VIVE EL ENCUENTRO CULTURAL LATINOAMERICANO, POR EXCELENCIA



Celebra la vida con artistas, comparsas, música, comerciantes y miles de asistentes. El 10 de agosto es la cita. Conozca cómo participar, las posibilidades de negocio y no se pierda esta oportunidad de hacer parte del mayor festival artístico, insigne, tradicional y emblemático de todos.

PÁGS. 4 a 7

### LATINOS EN LONDRES CELEBRAN NUEVA CONQUISTA



En un acto de reivindicación para la representación latinoamericana, el distrito de Haringey acaba de incluir la categoría 'Latin American' en el monitoreo étnico. Un reconocimiento que permitirá recopilar datos demográficos reales, visibilizar a las comunidades y alcanzar objetivos.

PÁGS. 8 y 9

### SENTIDA E HISTÓRICA CONMEMORACIÓN

Bicentenario de Bolivia y 216 años de la independencia de Ecuador se celebran en agosto. Hechos que engrandecen a la diáspora en la distancia.

PÁG. 16



CROWDFUNDING VOLUNTEERS



LLAMA 077 7261 5667

TRADERS & SPONSORSHIP OPPORTUNITIES



REGISTER

# CARNAVAL DEL PUEBLO

Lo que nos une!

AGOSTO 10  
12:00PM-9:00PM

BURGESS PARK  
SE5 OAL LONDON

ir a la contraportada ▶



## DIRECCIÓN

William Pineda

director@globalcommunity.media

## DEPARTAMENTO DE REDACCIÓN

Editora General - Astrid López Arias

londoneditor@expressnews.uk.com

## REDACTORES Y COLABORADORES

Gustavo Portugal

Productor y promotor de cine

Colin Gordon

Corresponsal Londres

Norma Jiménez

Crítico literario

Daniel Fajardo

Corresponsal Deportivo (Colombia)

Carlos Ruiz

Corresponsal España

César Pastor Gamarra

Periodista y analista político

Alejandro Mulero

Filólogo español

Luis Fajardo

Pastor

## COLUMNISTA INVITADO

Raúl Palacio

## DIRECCIÓN DE ARTE Y DIAGRAMACIÓN CREATIVA

Lised Tatiana González Hernández

## DISTRIBUCIÓN

Director - Raúl Palacio

sales4@globalcommunity.media

Walter Pineda

## DEPARTAMENTO AUDIOVISUAL

Director del Departamento - Orlando Mancini

Editor - Diego Bonilla

Director de Pódcast - Pedro Prado

## DEPARTAMENTO DIGITAL Y TÉCNICO

Director - Ángel Cruz

Redes Sociales - Camila Cárdenas

## DEPARTAMENTO COMERCIAL

Lilyette Cabral

sales1@globalcommunity.media

Santiago Valencia

sales2@globalcommunity.media

## PÁGINAS LATINAS VENTAS

Directorio@globalcommunity.media

## DEPARTAMENTO DE PROYECTOS

Directora - Tatiana Ducon

Salesdirector@globalcommunity.media

## DEPARTAMENTO DE RELACIONES PÚBLICAS

Pedro Prado

pr@globalcommunity.media

## CONTÁCTENOS:

Móvil +447765130322 | +44 7883 902227 | +33641860497

Contact@globalcommunity.media

https://expressnews.uk.com/

Unit 4 Overton Road

Hollis House SW9 7AP

## FOTONOTICIA

## Starmer y Trump en reunión bilateral en Escocia

## Una recepción muy escocesa con anfitrión gringo



Al son de las gaitas, Trump recibió al primer ministro Keir Starmer y su esposa Victoria, en una imagen viral que recorrió las redes esta semana. Foto: EFE

Esta semana en Reino Unido, se vio una de las más insólitas imágenes en la que su primer ministro, Keir Starmer, es recibido en su propio país por el presidente de Estados Unidos, Donald Trump. Sí, el alto funcionario inglés sostuvo una reunión bilateral en el complejo de golf de Turnberry, al oeste de Escocia, propiedad del presidente estadounidense.

Los críticos de la política de Starmer consideran que éste es demasiado condescendiente con Trump, pero sus esfuerzos parecen estar dan-

do frutos, según informó en su reseña del hecho, la agencia EFE, pues en mayo alcanzaron un acuerdo arancelario que reduce las tarifas a determinadas exportaciones británicas a cambio de un mayor acceso al mercado del Reino Unido para productos agrícolas estadounidenses.

En el encuentro, Starmer buscó ultimar los aspectos pendientes para la plena aplicación de ese pacto y abordó el tema común entre de las partes del conflicto entre Ucrania y Gaza, donde Londres se ha ofrecido a colaborar con sus

aliados en la elaboración de un plan para garantizar la paz una vez se logre un alto el fuego.

## Recepción a la escocesa

Vestido con traje azul marino y corbata roja, Trump recibió a Starmer y a su esposa, Victoria, a la entrada de su lujoso terreno, mientras de fondo sonaba una gaita escocesa que impidió escuchar buena parte de su conversación ante la prensa.

Al saludar a Victoria, el presidente comentó: "es una primera dama muy respetada en Estados

Unidos", a lo que ella no pareció reaccionar de manera especial. Al término del recibimiento musical, el presidente estadounidense abordó, como es habitual en él, diversos temas. Desde su llegada a Escocia advirtió, —en varias ocasiones— a los países europeos de que deben frenar la inmigración, que —según él— está transformando el continente, y ha reiterado su oposición a las turbinas eólicas, que considera que afean el paisaje, en particular desde sus campos de golf en Turnberry y Menie, cerca de Aberdeen.

Tras la reunión con los Starmer, todos se desplazaron al segundo complejo de su propiedad, al noreste de Escocia, donde el presidente, junto a sus hijos Eric y Donald Trump Jr. dio a conocer un nuevo campo de golf de 18 hoyos.

Starmer y Trump también se reunieron con el ministro principal del Gobierno escocés, el independentista John Swinney, hasta hace poco un férreo crítico de Trump, por ello, respondiendo a los que le tildan de hipócrita, Swinney indicó que el encuentro fue para plantear asuntos relevantes para Escocia, como impulsar una tregua en Gaza, y promocionar a esta región británica como destino turístico. ■

# LA CIFRA

26

nuevos sitios fueron incluidos en la lista de Patrimonio Mundial, tras la 47° edición del Comité de la UNESCO 2025. De ellos tres nuevos tesoros son de A. Latina: Cañón del Río Peruaçu en Brasil (un sitio mixto por su valor natural y cultural, con pinturas rupestres de 10 000 años de antigüedad); la Ruta Colonial Transísmica en Panamá (que conecta los océanos Atlántico y Pacífico), y la Ruta Wixárika a Wirikuta en México (ruta sagrada con diversos sitios espirituales del pueblo Wixárika).



## The Nostalgia of a Peruvian Abroad: Reflections on Identity and Culture

Today, as I sit in a small restaurant with my son, enjoying a delicious purple corn drink and awaiting a surprise dish. After living in Rome for more than 25 years, London is now my new home. Where I've surrounded myself with people who speak languages I don't understand and eat dishes from all over the world, where aromas fill my mind and transport me thousands of miles away, to the land that saw me born: Peru. It is then that nostalgia overwhelms me, and I begin to reflect on what it means to be Peruvian in a globalized world.

Peruvian culture is rich and diverse, a melting pot of Andean, Spanish, and African influences that blend into a unique and fascinating mix. From music and dance to food and crafts, every aspect of Peruvian culture reflects the country's history and identity.

But being away from Peru has made me realize how much I value and miss my homeland. Food, for example, is something I can't stop thinking about. Ceviche, lomo saltado, ají de gallina, a delicious corn on the cob with cheese, or a simple, yet unique, potato with chili sauce... each dish is a memory of my childhood and my family.

And the music, Ah, the music! The Huayno de los Campesinos or the Pastorita Huaracina, a beautiful northern Marinera, the Creole waltz with a guitar by Óscar Avilés, and Sambo Cavero singing with that strength and energy that

makes me cry when I feel it, where each rhythm and each lyric take me to the festivals and celebrations of my Pacha Mama.

However, nostalgia is not just a feeling of sadness and melancholy. It is also an opportunity to reflect on what it means to be Peruvian in an increasingly globalized world. What does it mean to be part of a culture and identity that is constantly changing and evolving? How can I keep my cultural heritage alive in an environment that is not my own?

These are questions I constantly ask myself, leading me to reflect on the importance of identity and culture in our lives. Peruvian culture is a fundamental part of who I am, and even though I am far from my homeland, I feel that I can take it with me anywhere in the world.

In conclusion, the nostalgia of being far from Peru has taught me to value and appreciate my culture and identity in a way I had not experienced before. It has made me realize that, even though I am far from my homeland, I can always carry it with me, spread it and explain it, and show that Peruvian culture is a fundamental part of America, with incredible legacies, history and customs.

My Peru; that's how I describe you, in the simplest, yet most profound way: "You are made of granite... granite for eternity." "I love you from the bottom of my heart." I love you with all my heart...

transcripción creada con IA Quillbot



Raul Palacio

Express News UK



Raul Palacio y sus hijos, Nicolás y Marianna.

## La nostalgia de un peruano en el extranjero: reflexiones sobre la identidad y la cultura

Hoy, mientras estoy sentado en un pequeño restaurante, junto a mi hijo, con una deliciosa chicha morada y esperando un plato sorpresa. Después de **vivir más de 25 años en Roma, hoy Londres es mi nueva casa.** Donde me he rodeado de personas que hablan idiomas que no entiendo y comen platos de todo el mundo, donde los aromas se difunden mi mente y me transportan a miles de kilómetros de distancia, a la tierra que me vio nacer: Perú. Es entonces, cuando la nostalgia me invade, y comienzo a **reflexionar sobre lo que significa ser peruano en un mundo globalizado.**

**La cultura peruana es rica y diversa, un crisol de influencias andinas, españolas y africanas** que se fusionan en una mezcla única y fascinante. Desde la música y la danza hasta la comida y la artesanía, **cada aspecto de la cultura peruana es un reflejo de la historia y la identidad del país.**

Pero, estar lejos de Perú me ha hecho darme cuenta de lo mucho que valoro y extraño mi tierra natal. La comida, por ejemplo, es algo que no puedo dejar de pensar en ella. El *ceviche*, el *lomo saltado*, el *ají de gallina*, un delicioso *choclo con queso* o una simple, pero única, *papa con ají*... cada plato es un recuerdo de mi infancia y mi familia.

Y la música, Ahh ¡la música! El *huayno de los Campesinos* o la *Pastorita huaracina*, una bella marinera norteña, el *vals criollo* con una guitarra de Óscar Avilés y el Sambo Cavero cantando con esa fuerza y energía que me hacen llorar al sentirlo, donde cada ritmo y cada letra

me llevan a las fiestas y celebraciones de mi *Pacha Mama*.

Sin embargo, la nostalgia no es solo una sensación de tristeza y melancolía. También es una oportunidad para reflexionar sobre lo que significa ser peruano en un mundo cada vez más globalizado. ¿Qué significa ser parte de una cultura y una identidad que se está constantemente cambiando y evolucionando? ¿Cómo puedo mantener viva mi herencia cultural en un entorno que no es el mío?

Estas son preguntas que me hago constantemente y que me llevan a reflexionar sobre la importancia de la identidad y la cultura en nuestra vida. La cultura peruana es una parte fundamental de quién soy, y **aunque estoy lejos de mi tierra natal, siento que puedo llevarla conmigo a cualquier lugar del mundo.**

En conclusión, la nostalgia de estar lejos de Perú me ha enseñado a valorar y apreciar mi cultura y mi identidad de una manera que no había experimentado antes. Me ha hecho darme cuenta de que, aunque esté lejos de mi tierra natal, puedo llevarla conmigo siempre, difundirla y explicarla, y hacer ver que la cultura peruana es una parte fundamental de América, con increíbles legajos, historia y costumbres.

Perú mío; así te describo, de la forma más simple, pero muy profunda: "*De granito estás hecho... de granito para la eternidad*". "*Sonqoymanta pacha munakuiki*". Te amo con todo mi corazón...

# CARNAVAL DEL PUEBLO

## La fiesta latinoamericana más grande de Europa en Londres

Este año, en *Burgess Park*, el Carnaval del Pueblo llenará el espacio y hará vibrar a Londres, en una jornada de fiesta cultural incomparable con la participación aproximada de 19 colonias de países de la región. Una asistencia multitudinaria y varias tarimas simultáneas para la presentación de artistas en diferentes géneros musicales.



Sala de Redacción

Express News UK

Desde hace unos 25 años, la historia del Carnaval del Pueblo se escribe entre comparsas, colorido, brillo y derroche de culturas e identidades, una fiesta que recibe a todos y maravilla a los europeos por la energía sin par de las colonias latinas.

Así, en su mayoría, año a año, con sus excepciones, el Carnaval cobra vida, en una fecha a principios del mes de agosto para posicionarse en las calles londinenses y dejar una marca de la presencia migrante y poderosa de los latinoamericanos en Reino Unido.

Como lo cuenta, en una retrospectiva de la historia del Carnaval, su directora, *Nuala Riddell-Morales*, quien es más que ello. Es el corazón, el alma, las alas de lo que nació como un sueño; un proyecto de juventud, atendiendo a ese poder interior que mueve a los amantes del arte y hoy, es uno

de los cinco festivales más consagrados a nivel mundial de Reino Unido.

“Cada año crecemos más y más, es fantástico, como el Carnaval atrae a más y más personas que quieren venir y participar; no solo disfrutar de la música, los grandes artistas que han pasado por el escenario, sino poder mostrar sus emprendimientos, su negocio de comida, de publicidad, su compañía, de cualquier tipo”, dice Nuala, entre sonrisas y emoción.

“Los artistas, los bailarines, no importa, todos pueden encontrar en esta presentación, su momento de Gloria, para que su carrera suba a otro nivel”, añade. Y es que, como continúa Nuala, el Carnaval del Pueblo une en un mismo escenario, muchas actividades culturales, y reúne a mucha gente en un mismo sitio, con derroche de energía incomparable.

**Burgess Park, el gran escenario 2025**

Cada año, a principios de agosto, la ciudad de Londres se engalana con colores brillantes, sonidos embriagadores y bailes animados para albergar al Carnaval del Pueblo, un evento espectacular, festivo y multicultural que atrae a miles de visitantes, londinenses, turistas y entusiastas de la cultura latina, que vienen a celebrar la diversidad, la alegría de vivir y la herencia cultural de sus comunidades latinoamericanas en el Reino Unido.

En esta oportunidad, el 10 de

agosto, en *Burgess Park*, con uno de los montajes más impresionantes realizados para este evento, y varias tarimas para artistas en presentación simultánea, los asistentes podrán disfrutar de los espectáculos y presentaciones musicales de la comunidad latinoamericana en todo su esplendor.

Con sus coloridos desfiles, espectáculos callejeros, conciertos, puestos de cocina típica y entretenimiento para toda la familia, El Carnaval del Pueblo es un viaje sensorial a través de los ritmos, sabores y tradiciones del continente sud-



Directora del Carnaval del Pueblo, Nuala Riddell-Morales,



americano, justo en el corazón de la capital británica.

### Colorido desfile en el corazón de Londres

Lo más destacado del carnaval es su gran desfile, que comenzará cerca del *Ayuntamiento de Londres*, cerca de las orillas del Támesis. Luego pasa por los distritos multiculturales de *Southwark*, antes de llegar al vasto y frondoso *Burgess Park*, donde se llevan a cabo las principales festividades hasta la noche.

El desfile cuenta con carrozas decoradas con la imagen de los países participantes como: Colombia, Brasil, Ecuador, Bolivia, Perú, México, Cuba, etc., en este 2025 se espera a cerca de 19 comparsas de igual número de naciones, con bailari-

nes con sus trajes tradicionales. Mucho brillo, lentejuelas, máscaras y trajes folclóricos se pondrán en escena.

Habrán conjuntos de música en vivo. Percusionistas, instrumentos autóctonos, ritmos de cumbia, música tropical, capoeira, mariachis, grupos andinos, salsa, merengue, bachata, batucadas, en fin una muestra cultural inigualable.

Un evento de familia y de integración en el que puedes reunirte con familiares, amigos, con o sin vínculo con la cultura latina, simplemente para vivir un cálido momento de celebración, inclusivo y para todos.

Un evento intercultural El Carnaval del Pueblo fue creado hacia 1998, con el objetivo de mostrar la riqueza de las culturas latinoamericanas en Londres, una ciudad cono-



cida por su diversidad étnica y cultural. Organizado por una coalición de asociaciones británicas latinas, en principio, rápidamente creció en notoriedad hasta convertirse en un evento emblemático en la agenda de verano de la capital londinense, donde la participación de culturas fue enrique-

ciendo el programa. Se incluyen: compañías nacionales e internacionales de los cuatro rincones de América Latina; artistas emergentes así como figuras de la escena latina internacional; presentaciones que mezclan tradiciones ancestrales y tendencias modernas. Todo hace parte

de un mensaje de unidad, diversidad y orgullo cultural.

Finalmente, este Carnaval no es solo un espectáculo es también, una celebración de la identidad Latina; un momento de expresión comunitaria y una muestra de la vitalidad de las diásporas latinoamericanas en Europa.

Cabe destacar que en esta ocasión en la versión 2025, la última fue en 2023, *Global Community Media* y sus productos *Express News UK*, *Noticias en Portugues*, *Express Podcast*, *Express TV* y permanentemente en sus redes sociales encontrarán información paso a paso, de cómo participar, disfrutar y vivir el mayor *Carnaval del Pueblo* realizado hasta ahora.

## INVIERTE EN COLOMBIA DESDE Londres

Te invitamos a nuestra feria de vivienda.

Agosto 30, 31 y 1 Sept.  11am-7pm

**Hotel Park Plaza Country Hall London**

1 Addington St. London SE1 7RY, Reino Unido

- Proyectos exclusivos.
- Asesoría personalizada.
- Beneficios especiales para colombianos en el exterior.

Agéndate y visítanos  
**REGÍSTRATE AQUÍ**



Recuerda llevar tu cédula colombiana

# Guía Práctica: Prepara tu negocio para el Carnaval del Pueblo

El *Carnaval del Pueblo* no es solo una fiesta, es una oportunidad de oro para que tu negocio crezca. Participar en este evento masivo te permite conectar directamente con miles de clientes potenciales, aumentar tus ventas y dar a conocer tu marca. Pero para sacar el máximo provecho, la preparación es clave.

*Express News* te da una guía a seguir paso a paso para que tu participación en el Carnaval sea un éxito rotundo.

## Paso 1: Planificación Estratégica Antes del Evento

Antes de montar tu puesto, haz una lista de objetivos claros ¿Quieres aumentar tus ventas? ¿Lanzar un nuevo producto? ¿Conseguir nuevos seguidores en tus redes sociales?

**Define tu producto estrella:** elige 1 o 2 productos que sean fáciles de vender y que representen lo mejor de tu negocio. Si vendes comida, quizás un plato especial del día. Si vendes artesanías,

una serie de artículos a un precio atractivo.

**Calcula tu inventario:** asegúrate de tener suficiente stock. Es mejor que sobre a que falte. Un error común es quedarse sin mercancía a mitad del evento, perdiendo ventas y clientes.

**Prepara tu equipo:** si vas con ayudantes, asigna roles específicos (uno para cobrar, otro para atender a los clientes, etc.). ¡El trabajo en equipo hace la diferencia!

## Paso 2: Diseño y Montaje del Puesto

Tu puesto es el escaparate de tu negocio. Debe ser atractivo, funcional y fácil de navegar para los clientes.

**Sé visible:** usa un cartel grande y claro con el nombre de tu negocio y tu logo. Si es posible, utiliza los colores de tu marca. ¡La gente debe poder verte desde lejos!

**Organiza tu espacio:** coloca tus productos de forma ordenada y a la vista. Crea un “camino” para que los clientes puedan ver toda

tu oferta sin sentirse agobiados.

**Decora tu puesto:** añade elementos que reflejen la cultura o la historia de tu negocio. Por ejemplo, si vendes comida colombiana, puedes usar banderitas o elementos típicos que hagan el espacio más llamativo y auténtico.

## Paso 3: Interacción y Venta en el Evento

El Carnaval es una experiencia. No solo vendas; interactúa, conecta y crea una impresión duradera. **Crea una oferta especial para el evento:** ofrece un “combo del Carnaval” o un descuento exclusivo para los asistentes. Esto te ayudará a destacar y a que la gente se anime a comprar.

**Acepta múltiples formas de pago:** la mayoría de la gente no lleva mucho efectivo. Ten un lector de tarjetas como *SumUp* o *Square* para aceptar pagos con tarjeta y con el móvil.

**Promociona tus redes sociales:** coloca un código QR en tu puesto que dirija a tu *Instagram* o *Facebook*. Ofrece un pequeño

incentivo, como un descuento en su próxima compra online, a quienes te sigan en ese momento.

**Recoge datos:** si tienes un boletín de noticias, invita a los clientes a que se registren a cambio de un descuento. Es una excelente manera de construir una base de datos para futuras promociones.

## Paso 4: Amplifica tu Mensaje

El *Carnaval del Pueblo* es un gran paso, pero no el único. Para mantener el impulso todo el año, es clave seguir conectado con la comunidad.

**Aprovecha la visibilidad:** considera compartir tu historia y tus logros en medios que lleguen directamente a tu público, como los periódicos *Express News* y *Noticias em Português*.

**Mantente conectado:** anuncia tus ofertas y promociones a través de plataformas digitales confiables. Publicar en directorios especializados como *Páginas Latinas* te asegura que los clientes te encuentren cuando te busquen.

**Sigue educando a tu público:**

Un artículo en línea o una entrevista en un podcast pueden convertir tu negocio en un referente. ¿Has pensado en compartir tus conocimientos o la historia de tu negocio en plataformas como *Express News Podcast* o *Express News TV*?

## ASÍ PUEDES PARTICIPAR CON TU NEGOCIO, EMPRENDIMIENTO O PROYECTO

El Carnaval del Pueblo es una fiesta y una gran oportunidad de negocio. ¡Con esta guía, tu microempresa estará lista para brillar!

¿Te gustaría que te ayudara a redactar una oferta especial o un mensaje para redes sociales para promover tu participación en el carnaval? Tenemos el espacio, la oportunidad y el acompañamiento para que tu marca y negocio se destaquen en el Carnaval, más importante del año en Londres: Contacto: Tatiana Ducon +447772615667



# Galería histórica del año 2023

# CARNAVAL DEL PUEBLO



Un distrito más que reconoce a la comunidad latina y anuncia el regreso de la Latin Village

# Gran logro social y político de la comunidad latinoamericana en Londres



Distrito de Haringey

**Haringey es el tercer distrito con mayor población hispana en Londres que reconoce, después de varias décadas, la lucha de la comunidad por su identidad y derechos. El esfuerzo de los líderes locales logró la inclusión de la categoría 'Latin American' en el monitoreo étnico oficial y la reapertura 'simbólica' del icónico mercado Seven Sisters.**

El logro alcanzado por un incansable grupo de líderes de la comunidad no es solo simbólico, sino que tiene profundas implicaciones prácticas. La inclusión de la categoría 'Latin American' en el monitoreo étnico de Haringey permitirá recopilar datos demográficos precisos sobre sus habitantes de origen latino; diseñar políticas públicas específicas y garantizar que los servicios de salud, educación, empleo y asistencia social respondan a las necesidades reales de la comunidad.

El reconocimiento en Haringey significa que ahora, la comunidad figura en una categoría propia en los monitoreos oficiales, precisando su tamaño, necesidades y desafíos. Esto abrirá la puerta a recursos específicos para combatir la explotación labo-

ral, la desigualdad y promover su integración social.

Además, el reconocimiento fortalece la identidad cultural y el orgullo de los latinoamericanos en Londres, un proceso que ha avanzado con la reapertura del emblemático Latin Village y la revitalización del mercado Seven Sisters (Siete Hermanas).

Desde hace más de una década, la comunidad latina en Londres ha estado luchando por ser reconocida oficialmente. En 2012, Southwark fue pionero en reconocer a los latinoamericanos como grupo étnico distinto, una conquista que ha sido replicada en otros distritos como Lambeth, Hackney, Islington y Newham. Sin embargo, en muchas áreas, su invisibilidad estadística sigue siendo un obstáculo para la implementación de políticas públicas efectivas.

## Una ceremonia memorable

En un acto trascendental en la historia de la comunidad latinoamericana en Londres, el Consejo de Haringey aprobó por unanimidad una moción que reconoce oficialmente a los residentes de origen latinoamericano como un grupo étnico distinto. La sesión plenaria se llevó a cabo el lunes 21 de julio pasado, en el edificio municipal de Tottenham,

a donde asistió un grupo de latinos para presenciar un momento de celebración y esperanza para miles de familias que, durante años, han luchado por su reconocimiento y derechos en el Reino Unido. La consejera Peray Ahmet, líder del Consejo del distrito, expresó: "este es un momento histórico. Reconocer oficialmente a la comunidad latinoamericana en Haringey significa que sus voces serán es-



Zona de Seven Sisters.



Consejal de Haringey Londres, Cllr Peray Ahmet.

*cuchadas y que podrán acceder a recursos y apoyos adecuados a sus necesidades. Además, es un paso hacia una sociedad más inclusiva y pluralista”.*

Haringey ha sido durante la última década uno de los principales epicentros de la presencia latinoamericana en Londres. Según datos del censo de 2011, **la comunidad ocupaba el sexto lugar en población latina en la ciudad, con aproximadamente 4500 residentes.** Para 2021, esa cifra se había más que duplicado, alcanzando **los 10 012 habitantes, lo que coloca en tercer lugar al distrito, en presencia de la fuerza Latina en Londres,** después de los distritos de *Southwark* y *Lambeth*.

Este crecimiento refleja **las olas migratorias provenientes de países latinoamericanos, así como la incorporación de ge-**

**neraciones nacidas en el Reino Unido** que mantienen viva su cultura y tradiciones.

Sin embargo, **a pesar de su expansión, los latinoamericanos en Haringey seguían, hasta ahora, estadísticamente invisibles,** ya que en los censos oficiales no existía una categoría específica para ellos. **La mayoría de las veces, aparecen agrupados en la categoría genérica de “Otros”,** lo que dificulta la asignación de recursos y la atención efectiva de objetivos.

### El renacer de *Latin Village*

El **Mercado de las Siete Hermanas, conocido como Latin Village,** ubicado en *Seven Sisters Market* cierra sus puertas en marzo de 2020 debido a la pandemia. Ahora, tras años de organización comunitaria y movilización, **se ha anunciado su reapertura prevista para septiembre próximo, en un acto simbólico de resistencia y orgullo.**

Este mercado no solo es un espacio comercial, sino un centro de identidad y comunidad para los latinoamericanos en Londres. La **colaboración entre comerciantes, activistas y el Ayuntamiento de Haringey** ha permitido que este espacio, que ha resistido cambios y desafíos,

vuelva a florecer, fortaleciendo los lazos culturales y económicos de la zona.

**Jacobo Belilty, coordinador de la Coalición de Latinoamericanos en el Reino Unido (Clauk),** destacó la importancia de este logro al indicar: *“la reapertura del Latin Village simboliza mucho más que un mercado. Es un acto de resistencia, identidad y orgullo cultural. Es la prueba de que la comunidad puede organizarse, luchar y ganar espacios que reflejen su historia y su vitalidad”.*

**Clauk ha sido un actor clave en este proceso, promoviendo campañas, diálogos y acciones legales para lograr que los latinoamericanos sean reconocidos oficialmente,** y la lucha continua, ahora, se trabaja en alcanzar la inclusión de la comunidad en el censo de 2031, que busca que la **Oficina de Estadísticas Nacionales (ONS) agregue la categoría específica ‘Latinoamericano’** ya que, sin duda, la invisibilidad estadística limita el acceso a derechos y recursos.

Durante años, **comerciantes, activistas y residentes han luchado para mantener viva la historia del mercado y evitar su desaparición.** Así, tras años de consensos y una ardua movilización de esfuerzos, **en próximos días, el mercado reabrirá**



Crédito Clauk Latinoamericanos en UK

**oficialmente, tras en un proceso de remodelación dirigido por la comunidad, en colaboración con el Ayuntamiento de Haringey y organizaciones como Places for London.**

La lucha por la visibilidad de los latinoamericanos en Londres ha sido larga y persistente. Desde las primeras migraciones en la década de 1980, pasando por las reivindicaciones en *Southwark* y otros distritos, hasta la actual victoria en *Haringey*, la comunidad ha demostrado que su voz es poderosa cuando se organiza y se mantiene firme en sus demandas. ■

Nota realizada con información de Orlando Mancini, director de Express News TV y las páginas de CLAUK (Coalición de Latinoamericanos en el Reino Unido), y la agencia EFE.

**10 012**  
**habitantes**  
**latinoamericanos**  
**había en Haringey**  
**en 2021,** en un significativo crecimiento en la última década.

**2020**  
**año en que el**  
**Mercado de las**  
**Siete Hermanas**  
**(Seven Sisters),**  
**conocido como**  
**Latin Village,**  
cierró sus puertas en marzo, como consecuencia de la pandemia. Sin embargo, el próximo mes de septiembre, reabrirá para seguir siendo ese centro comercial y cultural emblemático.

**450 000**  
**personas**  
**aproximadamente,**  
es la cifra que se estima, son la comunidad latinoamericana en el Reino Unido, aunque es un número subestimado, debido a la falta de estadísticas claras y presencia en los censos oficiales.



Comunidad Full council latin american community.

'Vive Colombia en Londres'

## Feria de servicios: cita con el progreso

Con total éxito se desarrolló la tercera edición de la Feria de Servicios Londres 2025. La asistencia y el potencial comercial y de servicios cumplió con todas las expectativas en lo que se denominó **'Viva Colombia en Londres'**.

Sala de Redacción  
Express News UK



La Feria de Servicios, una iniciativa del **Gobierno Nacional de Colombia**, a través del **Consulado**, la **Cancillería** y su programa *Colombia Nos Une* ofreció a los colombianos en el exterior acceso a **información sobre vivienda, educación, salud, retorno, remesas, seguros,**

**migración y otros servicios.** La tercera edición alcanzó **la asistencia de 2500 personas**, el fin de semana del 19 y 20 de julio, en un estupendo lugar como es *St Paul's Church*, en *Marylebone*, Londres. La entrada fue gratuita.

Para *Express News* haber hecho parte de esta **'fiesta' comercial y de servicios de la colombianidad fue todo un orgullo y una realización profesional** en los diferentes frentes y abordaje comunicativos como el pódcast, las redes sociales y, por supuesto,

los medios escritos. Cabe indicar que la Feria es organizada por *"la Dirección de Asuntos Migratorios, Consulares y Servicio al Ciudadano del Ministerio de Relaciones Exteriores, el Consulado de Colombia en Londres y el CIT Colombia Nos Une de la Cancillería"*.

A continuación, encontrarán una referencia de algunas de las empresas, organizaciones y marcas que, desde Colombia viajaron para exponer a los connacionales su oferta para los nacionales en el exterior.

### Maicol Umaña Umana Events (Equipo Logístico)



Esta firma de realización de eventos a gran escala se ha ido posicionando en el escenario londinense y han ido acumulando horas de servicio adquiriendo gran experiencia y reconocimiento por el cumplimiento, la eficiencia y el empeño que imprimen en cada proyecto.

Testigo de ello es la confianza que organismos del nivel del Consulado y la Cancillería de Colombia en Londres ha puesto en la firma *Umana Events*, para que fuese el operador logístico y organizador de la *III Feria de*

*Servicios Londres 2025*, un espacio comercial y de promoción del Gobierno colombiano para sus connacionales en el exterior.

La compañía ha realizado el montaje y organización de eventos académicos, musicales, conciertos, festivales de variado tipo, como culturales y gastronómicos, y de acompañamiento a organizaciones como el Consulado, donde el trabajo, de *Umana Events* como operador fue 360; multipropósito asistiendo no solo el montaje sino el relacionamiento con las marcas y entidades asistentes para que su presencia fuera todo un éxito

dentro de la Feria. Específicamente, en relación con la Feria de Servicios, en la que participaron 31 entidades entre instituciones públicas, organizaciones sociales, empresas privadas y emprendimientos, con una asistencia cercana a las 2500 personas durante las dos jornadas, se ofrecieron diversos espacios de apoyo, intercambio y bienestar para la comunidad colombiana en el Reino Unido. Entre otros servicios y desarrollos en el caso específico de la Feria, *Umana Events* hizo posible la realización de talleres y charlas temáticas, encuentros literarios, conferencias, presen-

taciones, actividades y la Expo con stands comerciales, un apoyo incondicional, profesional y efectivo en materia de realización y organización, clave en cualquier evento de todo tipo. Así *Umana Events*, con Maicol Umaña dirigiendo un equipo de gran calidad y profesionalismo hizo posible que la *Feria de Servicios Londres 2025* fuera un ejemplo de posicionamiento y presencia de marca Colombia, en Reino Unido.

Instagram [@umanaevents](https://www.instagram.com/umanaevents)  
[www.umanaevents.com](http://www.umanaevents.com)



**Ana María Alonso**  
Seccional Unión Europea de la UNAD

Ana María Alonso es la directora seccional para la Unión Europea de la UNAD (Universidad Nacional Abierta y a Distancia). Otra de las organizaciones que está en la mente y el corazón de los colombianos, con sus 40 años de historia y certificación de alta calidad, que se ha convertido en una pieza clave para los connacionales, especialmente, aquellos que residen en Europa, ofreciéndoles oportunidades para progresar y avanzar en sus carreras.

La UNAD, presente en Europa desde hace dos años, no busca competir, sino

complementar y fortalecer las opciones educativas disponibles para los colombianos en el exterior. Su oferta abarca todos los niveles educativos, desde programas de alfabetización hasta doctorados, adaptándose a las necesidades de cada estudiante.

Un aspecto destacado de la UNAD es su apoyo a los profesionales colombianos que buscan homologar sus títulos en Europa. A través de acuerdos de doble titulación con universidades europeas, la UNAD facilita este proceso. Un ejemplo concreto es el programa en colaboración con la Universidad Católica de Avila, que permite a los psicólogos colombianos obtengan un título europeo en tan solo siete meses, abriendo así, las puertas al ejercicio de su profesión en el continente. También se están desarrollando programas similares para ingenieros de sistemas, dada la alta demanda de estos profesionales en Europa.

Para obtener más información sobre los programas y servicios que ofrece la UNAD, puedes visitar su página web oficial: <https://www.unad.edu.co/>.



**Fabián Andrés Plata**  
SENA (Servicio Nacional de Aprendizaje)

La entidad por excelencia del Estado colombiano que promueve la educación en el país es el SENA, con un nivel de recordación generacional incomparable y ellos también hicieron parte de esta fiesta de 'Vive Colombia en Londres' para dar a conocer las oportunidades educativas que esta institución ofrece a los colombianos que residen en el exterior.

El SENA es reconocido como una de las instituciones más queridas por los colombianos, tanto en el país como en el extranjero, gracias a su compro-

miso con la educación gratuita y de calidad, ya que ofrece una amplia gama de programas, que incluyen cursos complementarios de corta duración (entre 50 y 80 horas), programas técnicos con una duración promedio de un año, y programas tecnológicos que suelen durar alrededor de dos años. Estos programas están diseñados para brindar a los estudiantes las habilidades y los conocimientos necesarios para insertarse en el mercado laboral y contribuir al desarrollo del país.

Una de las principales ventajas de estudiar en el SENA es que la educación es completamente gratuita, sin importar el lugar donde se encuentre el estudiante. Los únicos requisitos para acceder a estos programas son ser colombiano, poseer cédula de ciudadanía y haber completado al menos el quinto grado de primaria. No existe un límite de edad para ingresar al SENA, lo que significa que personas de todas las edades pueden beneficiarse de sus programas educativos. El SENA ha establecido convenios con diversas institu-

ciones y empresas a nivel internacional, lo que permite a los estudiantes realizar prácticas profesionales en países como España, Australia y Estados Unidos. Además, el SENA está trabajando para establecer acuerdos con universidades en el exterior que permitan homologar los títulos obtenidos en Colombia, facilitando así la inserción laboral de los egresados en otros países.

Ahora, el SENA está comprometido con brindar oportunidades educativas a los colombianos migrantes y se encuentra trabajando para acercarse a esta comunidad y brindarles información sobre los beneficios de estudiar en esta institución y conocer los programas de formación que hay para ellos. "Así que no pierda tiempo seguramente hay un programa de educación a distancia o bajo convenio de su interés que puede cambiar su vida en materia de conocimientos y capacitación".

Mayor información en la página web oficial del SENA: <https://www.sena.edu.co/es-co/Paginas/default.aspx>.



**Laura Roa Zeidán**  
Presidenta del Fondo Nacional del Ahorro (FNA)

Una de las entidades del Estado colombiano más sólidas y queridas, que ha hecho realidad el sueño de tener casa propia para millones y millones de ciudadanos en su país a lo largo de más de 55 años. Pero, alcanzar esa meta es posible también para quienes están fuera de la Patria, con líneas y programas que ayudan a los connacionales en el exterior a tener un hogar en su amada Colombia.

Así, la doctora Roa, estuvo en

la Feria compartiendo y atendiendo a todos los asistentes explicándoles que el FNA puede apoyarlos en la adquisición de vivienda propia a partir del ahorro. El FNA ofrece créditos para diferentes propósitos relacionados con la vivienda, como compra de vivienda nueva o usada, construcción en lote propio o el mejoramiento de la vivienda actual.

El FNA cuenta hoy, con 2 300 000 afiliados y de ellos, cerca de 8000 están en cualquier parte del mundo, y ellos están con el FNA mediante cualquiera de los dos canales de afiliación principales. El primero, que está dirigido a los colombianos que tienen cesantías, o el segundo, diseñado para aquellos que no las tienen, como los colombianos residentes en el exterior, pero que a través de ese ahorro programado puede acceder a los recursos para sus objetivos.

Para este último grupo, existe la línea AVC (Ahorro Volunta-

rio Contractual), que les permite ahorrar de manera constante y alcanzar el monto mínimo requerido y así tener la oportunidad de solicitar un crédito hipotecario en el futuro.

Los colombianos que se encuentran en el exterior pueden ahorrar a través de la línea CRE (Colombianos Residentes en el Exterior) y sus aportes los pueden enviar por medios como Western Union, pagos por PSE o cualquier banco con presencia en Colombia. "Se recomienda ahorrar el 10 % del salario mensual, aunque se entienda que habrá meses en los que se podrá ahorrar más y otros en los que se podrá ahorrar menos. Lo importante es mantener la constancia en el ahorro". Así que la invitación fue a que todos busquen la oportunidad de invertir en su país y para afiliarse y obtener más información, pueden visitar el sitio oficial web del Fondo Nacional del Ahorro en: <https://www.fna.gov.co/>



**LATINA SOY**  
Ximena Coskuner  
[@latinasoyuk](https://www.instagram.com/latinasoyuk)

Latina Soy, una voz empoderada, es un espacio creado con amor por mí, Ximena Coskuner para dar visibilidad, apoyo y comunidad a mujeres migrantes y emprendedoras latinas en el Reino Unido. Esta fue nuestra primera vez participando en la Feria de Servicios y nos sentimos profundamente agradecidas por la oportunidad de compartir y conectar.

Durante la Feria, tuvimos el honor de realizar dos charlas muy significativas que fueron recibidas con gran entusiasmo. La primera fue una tertulia literaria, donde di-

mos a conocer la obra de cinco autores colombianos 4 mujeres, celebrando nuestras raíces y el poder de la palabra.

La segunda, fue una charla dedicada a emprendedores, en la que compartí mi historia personal y la misión de Latina Soy: acompañar a quienes atraviesan el duelo migratorio, impulsar sus proyectos y tender puentes de colaboración.

Mi experiencia fue enriquecedora. Confirmé que hay una comunidad lista para escucharse, apoyarse y crecer unida. Espero, en próximas oportunidades, promover más y generar más conversatorios porque estamos con 'hambre de conocimiento' y de ser escuchadas.

A quienes están comenzando, especialmente como migrantes, les decimos: no están solas. Su historia importa. Su voz merece ser escuchada. Emprender en tierra ajena es un acto de coraje, pero con comunidad y propósito, todo es posible.

**¡Sigamos creciendo juntas!**



**Diego Escobar**  
*Constructora Gerenciar (Pereira)*

**C**onstructora Gerenciar de Pereira, es otra de las empresas que, desde Colombia viajó a Londres para hacer presencia en este encuentro de nacionalismo en medio de la celebración de Independencia, para participar en la Feria de Servicios por invitación del consulado colombiano.

Su objetivo principal es presentar a los colombianos residentes en Londres las oportunidades de inversión en proyectos de vivienda ubicados en Pereira y Dos Quebradas, lugares de la geografía nacional. Escobar destaca que esta región del Eje Cafetero está experimentando un notable crecimiento y valorización, lo que la convierte en un destino atractivo para inversionistas de diversas partes de Colombia, incluyendo grandes ciudades como Medellín, Bogotá y Cali.

Cabe decir que la constructora ha entregado 15 000 unidades de vivienda en la zona del país fortaleciendo el desarrollo de la región.

Escobar subraya que los colombianos en el exterior, especialmente en Londres, ven el potencial de invertir en Pereira, **aprovechando el tipo de cambio favorable de la libra esterlina frente al peso colombiano.** Esta situación les permite **adquirir propiedades a precios más accesibles y rentables.** Además, muchos colombianos en el exterior tienen **un interés genuino en regresar a su tierra natal o en invertir en ella como una forma de asegurar su futuro.** En cuanto a las cifras, Escobar menciona que aproximadamente el **40 % de los colombianos que residen en Londres provienen del Eje Cafetero,** lo que demuestra el **fuerte vínculo que existe entre esta región y la diáspora colombiana en el Reino Unido.**

Uno de los aspectos más destacados de la oferta de la Constructora Gerenciar es la **facilidad de acceso a la vivienda para los colombianos en el exterior.** El principal requisito es poseer la **cédula de ciudadanía colombiana, lo que simplifica el proceso de compra y elimina la necesidad de presentar un estatus migratorio específico.**

Con el documento y una **preaprobación de crédito, los colombianos en Londres pueden acceder a una vivienda en Colombia sin mayores inconvenientes.** La constructora ofrece **proyectos para todos los presupuestos y con facilidades de pago, adaptándose a las necesidades de cada cliente.** Sitio web oficial: **Constructora Gerenciar:** <https://gerenciar.com.co/>



**María Teresa Soliman**  
*Fundadora*  
*Soliman Travel Ltd*

**M**aría Teresa Soliman es la fundadora y directora de Soliman Travel, una agencia que ha servido a la comuni-

dad latinoamericana durante 46 años, desde 1979. En la Feria 'Vive Colombia en Londres', María Teresa expresó su emoción al ver cómo este evento une no solo a colombianos, sino también a muchos latinos, especialmente en una fecha tan significativa como el 20 de julio, día de la Independencia colombiana. Destacó la armonía familiar y la excelente organización del consulado y la embajada.

Soliman Travel ofrece un servicio personalizado y especializado, adaptándose a las necesidades de cada cliente. Esto incluye **facilidades de crédito y venta a plazos, así como la organización de viajes y excursiones a diversos destinos alrededor del mundo a precios accesibles.**



**Alejandra Sacipa**  
*Directora*  
*Casa en Casa*

**A**lejandra, directora de Casa en Casa, describe la empresa como una facilitadora del sueño de los migrantes colombianos de invertir en vivienda en su país. **La constructora ofrece un amplio portafolio de viviendas en toda Colombia y gestiona créditos con diversas entidades financieras colombianas,** permitiendo a los colombianos en el exterior acceder a financiamiento para adquirir propiedades en su

país de origen.

Con **20 años de experiencia en el mercado,** Casa en Casa se ha posicionado como un aliado estratégico para los colombianos que residen en el exterior. **La empresa cuenta con una oficina principal en Bogotá y una oficina en Londres,** además de una red de asesores en diferentes países, lo que le permite brindar un servicio personalizado y adaptado a las necesidades de cada cliente.

Ellos han identificado cuatro perfiles de compradores entre los colombianos en el exterior: **inversionistas que buscan rentabilidad, profesionales que desean invertir de manera estratégica, personas que planean regresar a Colombia y buscan un hogar para su retorno, y aquellos que desean comprar una vivienda para sus familias en Colombia.** Sus principales mercados son *Estados Unidos, Londres, Australia y Chile,* lo que demuestra el interés de los colombianos en diferentes par-

tes del mundo por invertir en su país.

Alejandra destaca que, si bien aún hay colombianos que desconocen las facilidades existentes, hoy en día es mucho más sencillo acceder a créditos y opciones de financiamiento para comprar una casa en Colombia desde el exterior en comparación con hace 20 años.

**Los bancos nacionales han ampliado su oferta de productos y servicios para los colombianos en el exterior,** y las constructoras ofrecen planes y beneficios específicos para este segmento del mercado. Casa en Casa, a través de sus asesores en diferentes países, incluyendo Londres, brinda apoyo y **asesoramiento integral a los colombianos que desean invertir en vivienda en Colombia, adaptándose a las particularidades de cada lugar y ofreciendo soluciones a medida.**

Si busca mayor información para la compra de vivienda en Colombia consulte: <https://casaencasa-co.com/>

La agencia se distingue por ser anglo-colombiana y contar con todas las licencias de IATA (*Organización Internacional de Agencias de Viajes*) y ATOL (*Organización del Gobierno Inglés para Agencias de Viajes*), lo que garantiza la seguridad financiera de sus clientes.

**María Teresa es pionera como mujer en el sector del turismo internacional en Inglaterra,** un campo dominado por hombres en sus inicios. Gracias a su ética, responsabilidad y el apoyo de su equipo, logró posicionarse a Soliman Travel entre las **50 mejores agencias de Inglaterra.** El gobierno británico los ha reconocido como una de las agencias más establecidas, responsables y con alta ética en el Reino Unido.

A lo largo de los años, Soliman Travel ha sabido innovar, adaptándose a los cambios tecnológicos. Inicialmente, el internet representó un desafío, pero se convirtió en una herramienta valiosa. Ahora, la agencia espera que **la inteligencia artificial les brinde nuevas oportunidades para mejorar sus servicios.** La meta del equipo es seguir ofreciendo un servicio de alta calidad y adaptado a las necesidades de sus clientes. Toda la información de viajes y servicios en: <https://www.solimantravel.com/contact>



El mundo levanta muros, pero construye puentes con mensajes de afirmación

# Tus palabras: armas de construcción masiva



Pastor Luis Fajardo (\*)

Express News UK



Descubre cómo una palabra de afirmación puede transformar vidas, inspirar valor y proteger el corazón de quienes más amas.

**M**adre o maestra, elija ahora\*  
María, una profesora de primaria en Londres, terminó de corregir algunos ejercicios y guardó sus apuntes al sonar el timbre del recreo de media mañana. Salió de su aula con la esperanza de disfrutar un breve descanso y algo de fruta. Al pasar frente a un salón contiguo, escuchó palabras filosas: [*No olvides que no eres de aquí. Con tu situación, pocas posibilidades tienes de llegar a ser alguien.*]

La maestra se detuvo, alzó la vista y descubrió a una colega señalando con desdén a un niño de once años. Al reconocer a su propio hijo, sin vacilar entró al aula: —¿Qué está pasando?— Preguntó indignada.

El silencio invadió la estancia. El niño bajó la mirada y la maestra reclamó respeto. Al finalizar la jornada, María pidió hablar con el director. Él le respondió: —*María, aquí debes elegir: madre o maestra. No puedes ser ambas cosas*—.

Esta historia verídica revela las batallas silenciosas que muchas familias migrantes

enfrentan cada día. Donde palabras de desaprobación y desánimo puede arremeter incluso, en el mismo salón de clases. Por el contrario, las palabras correctas pueden erigir un escudo para el alma.

Debemos convertir nuestro hogar en un refugio donde los niños encuentren afirmación constante frente al rechazo social. Esto es especialmente necesario en los hogares inmigrantes.

## Palabras que sostienen: escudo del alma en tierra extranjera

En nuestra comunidad migrante, cada frase es un acto revolucionario. Tus palabras pueden salvar una vida... Especialmente de quienes duermen bajo tú mismo techo:

**A padres:** *“tus manos callosas construyeron mis oportunidades. Cada arruga es medalla de honor”.*

**A cónyuges:** *“tu abrazo es mi patria portátil. En tu mirada encuentro raíces”.*

**A hijos:** *“hijo te amo y eres el mayor regalo que la vida me ha dado. Eres su sueño cumplido”.*

## Tres afirmaciones bíblicas que transformaron destinos

**Gedeón, el valiente oculto:** *“¡Guerrero valeroso!”*, llamó un ángel a aquel joven aterrorizado en su era de opresión (Jueces 6:12). Aquella palabra lo impulsó a liderar ejércitos.

**Daniel, “hombre muy amado”:** En un exilio hostil, un mensajero celestial lo levantó: *“Daniel, hombre muy amado, vuelve a levantarte”* (Daniel 10:11). Más que una misión, recibió la convicción de su valor.

**Josué contra gigantes:** Dios ordena *“¡Sé fuerte y valiente!”* cuando el miedo lo paralizaba ante desafíos que parecían imposibles. (Josué 1:9).

## La carta que forjó a un genio

Nancy Edison recibió una carta escolar: *“Thomas es incapaz para aprender”*, decía el profesor de su hijo. Sin embargo, cuando el niño le preguntó a su madre qué decía la carta, con ternura, la tradujo al niño así: —*“La carta dice que eres un genio y que la escuela es pequeña para ti. Me pide*

*que te eduque yo misma*—. Décadas después, el gran inventor, Thomas Edison, confesó: —*“La afirmación de mi madre me hizo creer que era el inventor del siglo”*— al descubrir la verdad: el texto original lo declaraba *“mentalmente deficiente”*.

## El grito del cielo que redefinió la paternidad

Durante el bautismo de Jesús (Mateo 3:17), Dios Padre declaró ante la multitud: *“¡Este es mi Hijo amado! ¡Estoy orgulloso de él!”*. No celebraba hazañas, sino esencia. Antes de milagros o sermones, Jesús recibió la certeza de su valor intrínseco. Un acto revolucionario: **la validación precede a la vocación.**

*¿Por qué esperar a que tu hija te traiga buenas notas para decirle lo orgullosa que estas de ella? ¿Saben quiénes te rodean cuán valiosos son para ti? ¿Cuándo fue la última vez que dijiste a tus hijos: “Te amo y estoy orgulloso de ti”?*

*\*Nota final: Relato verídico con identidades protegidas.*

**Luis Fajardo.** Pastor de las iglesias adventistas hispanas en Londres. Autor, teólogo Antiguo Testamento (M.A. Univ. Wales Trinity Saint David), Lic. en Informática, Máster en Gestión Empresarial (IE University) y certificado PMP. Contacto: Lfajardo@secadventist.org.uk

## Conclusión

Cuando el mundo levanta muros de desprecio, conviértete en el eco del Cielo. Hoy, dedica unos minutos a decir a quienes te rodean: “te aprecio, te valoro, confío en ti”. **No postergues la semilla de la afirmación:** podría florecer en la valentía que necesitas para vencer cualquier batalla. “Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para edificar” (Efesios 4:29).

**Para ti, que me lees:** vales mucho no solo para Dios, sino para muchos que te rodean. Llénate de ánimo y sigue abrazando tu sueño. Cada mañana dite a ti mismo: “todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Filipenses 4:13).

Un llamado por la naturaleza

# Cuando cortan un árbol que no era tuyo, pero sí lo sentías tuyo...



La Amazonía peruana es hoy territorio herido por la minería ilegal, la tala indiscriminada y la contaminación por mercurio. Entretanto, en Reino Unido se llora por la tala de un arce solitario y centenario, plantado por la naturaleza junto al Muro de Adriano.

60%

del pulmón del Planeta está en el corazón del Brasil.

*Sycamore Gap Tree* cortado genera ejemplar condena.



Gustavo Portugal (\*)

Corresponsal  
Express News UK

Hace unas semanas, las noticias del Reino Unido estallaron por lo que, a simple vista, podría parecer un acto menor: **dos hombres, de entre 30 y 40 años, talaron sin razón aparente el *Sycamore Gap Tree*, uno de los árboles más emblemáticos de Inglaterra.** Un arce solitario y centenario, plantado por la naturaleza junto al *Muro de Adriano*, convertido en símbolo nacional, **retratado en miles de postales, documentales y películas.**

Para muchos latinoamericanos, esto puede sonar lejano, incluso irrelevante. ¿Por qué llorar un árbol en el norte de Inglaterra, cuando en nuestros países se pierden hectáreas de bosque cada semana sin que nadie lo lamente?

## La ironía es dolorosa

Mientras aquí se llora la caída de un solo árbol, allá —en Brasil, que alberga el 60 % del pulmón del planeta— **se han aprobado leyes que legalizan y hasta promueven la deforestación sistemática de la Amazonía.**

En *Rondônia*, se eliminó una reserva natural para legalizar la ganadería ilegal. En *Mato Grosso*, se derogó la moratoria que prohibía la venta de soja proveniente de tierras deforestadas. A nivel federal, se aprobó una ley que debilita **los permisos ambientales y permite abrir carreteras, minas y monocultivos sin control.** Todo esto mientras Brasil se prepara para presidir la **COP30 en Belém**, este mismo año.

Y esto sin mencionar al Perú, país andino, pero también amazónico. Porque el gran río Amazonas nace en las alturas de la sierra peruana y se forma a partir del deshielo de sus glaciares, arrastrado por la ceja de selva hasta alcanzar la región de *Loreto*. **Allí comienza su largo viaje, cargado de vida, hasta convertirse en el río más caudaloso del mundo.** Y, sin embargo, la Amazonía peruana también es hoy territorio herido por la minería ilegal, la tala indiscriminada y la contaminación por mercurio.

Y nadie se escandaliza. Nadie viaja a ver los claros vacíos del bosque. No hay ritual de duelo por los millones de árboles perdidos. No hay silencio

compartido ni lágrimas por lo que desaparece en nombre del “progreso”.

## Un sentir solidario y de profundo respeto

Cuando vi las imágenes del *Sycamore Gap Tree* derribado, me tocó algo profundo. No conocí ese árbol, nunca fui a *Northumberland*. Pero verlo cortado me dolió. ¿Por qué? Porque **como migrante, uno adopta símbolos ajenos para anclar su pertenencia.** Porque, a veces, solo en el exilio, uno se reencuentra con sus propias raíces.

Durante la pandemia, quedé varado al sur de Italia, en *Sicilia* —específicamente en *Trapani*, un pequeño pueblo costero. Y allí, **entre los olivares**



Para muchos este árbol es y será un motivo, un lugar... un símbolo.



centenarios y los huertos de tomates, recordé las laderas verdes de la ceja de selva peruana. Vi en esos campos europeos algo familiar: la misma luz, el mismo silencio, la misma tierra fértil que dejamos atrás. Y comprendí que la pertenencia no siempre se hereda; a veces se elige.

Pero también descubrí otra cosa: allí, el árbol es sagrado. No se tala. Se cuida. Y aunque su lucha ambiental no es contra la deforestación, sino contra el plástico en el mar, su compromiso es profundo. Me sorprendió ver, cada mañana, entre las seis y las ocho, a grupos enteros de personas —jóvenes, mayores, familias— que salían en comunidad a limpiar las

playas de *Trapani*. Sin cámaras ni aplausos. Simplemente porque el mar es suyo. Porque el paisaje es responsabilidad compartida. Y entonces me pregunté: ¿por qué allá, en una isla olvidada por muchos, se siente tan claramente la urgencia de cuidar lo propio, mientras nosotros dejamos morir lo nuestro en silencio?

Así como me dolió ese árbol inglés, me duele cada árbol amazónico talado por codicia. Porque los árboles — como las lenguas, las memorias o las culturas— son más que madera: son raíces que nos sostienen.

Pensé entonces en la Amazonía. En ese bosque que regula el clima del planeta,

que guarda saberes ancestrales y biodiversidad única. Ese pulmón del mundo que se quema se tala y se vende. Y pensé en lo fácil que lo dejamos ir. En lo poco que lo defendemos. Tal vez porque aún arrastramos una herida colonial que nos impide valorar lo propio.

Como dije en otra *Crónica*, seguimos marcados por la conquista. Nos cuesta reconocernos como herederos de *Mario Vargas Llosa*, *Gabriel García Márquez*, *Rosario Castellanos* o *Juan Rulfo*. Nos cuesta decir que nuestras culturas tienen valor universal, que nuestra tierra es sagrada. Y que defenderla no es un gesto romántico, sino un acto urgente de amor propio.

### Al cuidado de la belleza natural

Aquí en Londres, ese árbol inglés era paisaje, historia, belleza viva. En América Latina, la selva sigue siendo tratada como mercancía. Allí, el silencio ante un tronco cortado es respeto. Aquí, el silencio es complicidad.

Para mis estimados lectores, he decidido no seguir siendo cómplice con mi silencio. No solo con respecto al medio ambiente, sino también frente a lo que pasa en mi país —el Perú— y en América Latina en general.

No quiero callar más ante la destrucción que nos atravie-

sa, ni aceptar con resignación que lo nuestro se pierda sin duelo, sin protesta, sin memoria. Creo que ya no podemos darnos el lujo de mirar hacia otro lado. Ni afuera ni adentro.

Porque el verdadero cambio empieza cuando dejamos de normalizar el daño y nos atrevemos a mirar de frente nuestras contradicciones. Cuando comprendemos que proteger un árbol, una lengua, una selva o una historia es también defendernos a nosotros mismos. Y tú, lector o lectora, ¿cuánto tiempo más vas a quedarte en silencio?

## Fallece joven integrante de la comunidad Garífuna y Hondureña



En un comunicado expedido por *Garifuna Heritage UK* y la *Red de Apoyo Comunitario* a la opinión pública, y en especial a los hermanos hondureños y garífunas residentes en Reino Unido, se informa que el señor Celso Suazo falleció y se adelanta un proceso oficial para

obtener mayor información de los hechos.

Celso era un joven hondureño, de aproximadamente 30 años que llegó a Londres hace tres, en compañía de su familia, y en busca de mejores horizontes y oportunidades de progreso, nuevas experiencias y aprendizajes, y hoy, sus seres queridos lamentan su partida, que deja un profundo vacío y desconcierto en sus vidas y corazones.

Para *Jeaneth Suazo*, presidenta de *Garifuna Heritage UK*, organización que busca preservar y promover la cultura de la comunidad, y que además, a través de sus programas y servicios brindan apoyo y acompañamiento a los migrantes y connacionales que llegan a tierras británicas, este es un momento de gran dolor para sus

seres queridos y relacionados, para quienes pide, respeto, calma y que las personas en redes sociales y otros espacios, se abstengan de compartir información no confirmada, que afecte el nombre y dignidad de Cesó o de sus familiares.

### Acompañamiento, ayuda y canalización de recursos

Express News UK con un mensaje de condolencias, y a través de sus espacios de comunicación, abre un canal para difundir la labor que la organización *Garifuna Heritage UK* adelanta al reunir fondos para apoyar, en el cubrimiento de la serie de gastos que se generan en situaciones como el fallecimiento de un compatriota, y que son difíciles de cubrir, lo que ahonda el dolor de su familia, en aspectos

como el proceso de las honras fúnebres y la representación ante los entes oficiales. Si Usted desea colaborar, comuníquese con *Jeaneth Suazo*, en el teléfono (0044-7404-899691), y así podrá conocer la forma de hacerlo y brindar estabilidad a la familia de este hermano de la comunidad. También ingresando a la página de la organización, donde encontrará información de sus programas y líneas continuas de servicio en casos como estos y otros temas: <https://www.garifuna-heritage-uk.org>

### Un punto de encuentro para la diáspora

Cabe indicar que el centro cultural posee también espacios para el desarrollo humano y ofrecen acompañamiento social emocio-

nal en momentos en que situaciones como llegar a un país extraño; salir de casa, dejar atrás todo lo conocido para enfrentarse a lo desconocido; conseguir un estado migratorio y la soledad, entre otras emociones y obstáculos, puede afectar la salud mental. Por esto, la presidenta de *Garifuna Heritage UK*, hace un llamado a que se promueva la vida y, sobre todo, “sensibilizar a nuestros hermanos inmigrantes para que piensen que no importa la situación que están pasando, deben cuidar su vida que tiene gran valor. Nosotros podemos abrir espacios de apoyo. Tenemos una línea telefónica de acompañamiento para el emigrante. Si necesita hablar, comunicarse, que le escuchen...”.

**La libertad, un camino que nunca cesa**

## Bolivia y Ecuador de efemérides de Independencia

Sala de Redacción

Express News UK

**B**olivia: 6 de agosto de 1825 y Ecuador: 10 de agosto de 1809. Dos fechas que marcaron un hito en los destinos de estas Naciones.



### ¡Viva el Bicentenario de Bolivia: libertad y transformación!

El 6 de agosto de 1825 es una fecha crucial en la historia de Bolivia: el día en que el país proclamó su independencia de la dominación española. Esta fecha no solo conmemora la liberación política de Bolivia, sino que también celebra el nacimiento de una nación que ha ido configurando su identidad a lo largo de estos dos siglos.

Hoy, Bolivia sigue enfrentando desafíos y oportunidades mientras trabaja para fortalecer su democracia y promover el desarrollo sostenible. El Día de la Independencia no solo se celebra el pasado, sirve también como recordatorio de la importancia de seguir construyendo un futuro inclusivo y próspero para todos los bolivianos.

Durante la época colonial, lo que hoy es Bolivia formaba parte del Virreinato del Río de la Plata, una vasta jurisdicción española en Sudamérica. A principios del siglo XIX, las ideas de independencia estaban en auge en toda América Latina, impulsadas por las luchas y movimientos revolucionarios en otras colo-

nias. La influencia de la Revolución Francesa y las independencias en Estados Unidos y en el continente latinoamericano fueron factores determinantes para el surgimiento de un fervor independentista en las colonias españolas.

Bolivia, entonces conocida como el Alto Perú, no fue la excepción. A lo largo de la década de 1820, los movimientos independentistas ganaron fuerza y culminaron en una serie de enfrentamientos y negociaciones que llevaron al establecimiento de un nuevo estado soberano.

El proceso para lograr la independencia de Bolivia se intensificó con la llegada de Simón Bolívar, el Libertador de cinco naciones, aunque en realidad hizo mucho más. Bolívar y sus tropas jugaron un papel fundamental en la liberación del Alto Perú, y su influencia fue crucial en la declaración formal de independencia del país.

Así, hace 200 años, ese 6 de agosto de 1825, el Congreso General de Bolivia, reunido en la ciudad de Sucre, proclamó oficialmente la independencia del país. Este evento fue el resultado de meses de negociaciones y conflictos, y marcó el inicio de una nueva era para el territorio.

Ese mismo año, de la independencia, Bolivia adoptó su primera constitución, que estableció los principios fundamentales del nuevo estado y sentó las bases para su desarrollo político y social.

### El legado boliviano del 6 de agosto

El Día de la Independencia en Bolivia se celebra con gran fervor en todo el país. Las festividades incluyen desfiles cívico-militares, ceremonias oficiales, y eventos culturales que rinden homenaje a los héroes de la independencia y a la rica herencia cultural de Bolivia.

Las celebraciones reflejan el orgullo nacional y el espíritu de unidad del pueblo boliviano, en un momento de reflexión sobre los desafíos y logros del país a lo largo de su historia, renovando el compromiso con los ideales de libertad y justicia que inspiraron la independencia.

La Independencia del Ecuador fue el proceso de liberación de la Real Audiencia de Quito del dominio colonial español. Este proceso se inició el 9 de octubre de 1820 con la toma del poder en Guayaquil por criollos revolucionarios.

### ECUADOR CELEBRA 216 AÑOS DE LIBERTAD

La historia como república libre de Ecuador inicia en 1809 pero, en realidad, fue un hilar de acontecimientos pues, los primeros pasos fallaron, pero, al final, no se apagó la chispa de la libertad encendida por el inconformismo, la presión de los impuestos y el desdén español.

Así, un grupo de criollos en Quito intentó tomar el poder, liderados por Juan Pío Montúfar, pero fueron reprimidos por los realistas. Una segunda junta en 1810, liderada por Carlos de Montúfar, proclamó la independencia en 1812, aunque también fue efímera debido a la intervención de tropas realistas.

En 1820, la expedición de José de San Martín en Perú impulsó a los criollos de Guayaquil a levantarse en armas, proclamando la Independencia de Guayaquil. José Joaquín de Olmedo fue elegido presidente de la Provincia Libre de Guayaquil y buscó la ayuda de Simón Bolívar para liberar Quito.

Antonio José de Sucre fue enviado por Bolívar y logró una victoria crucial en la batalla de Pichincha el 24 de mayo de 1822, asegurando la independencia de Ecuador. Tras esta victoria, Ecuador se unió a la Gran Colombia hasta 1830, cuando finalmente proclamó su independencia definitiva.

### La comunidad en Londres dice ¡Presente!

El próximo 16 de agosto, el Consulado y la Embajada del Ecuador en Reino Unido hará un homenaje al pasado y sus héroes del Grito de Independencia de 1809. Se celebrarán los 216 años de ese momento memorable, con una tarde de cultura y fraternidad ecuatoriana, haciendo Patria desde tan lejos.

Los corazones y el espíritu vibrarán con la pasión y la sangre ecuatoriana de los ancestros. La conmemoración contará con muestra gastronómica, artística y musical, con aires de la tierra.

La Copa Europea Femenina se queda en UK

# El príncipe William y la princesa Charlotte acompañaron a las leonas británicas en su triunfo



Astrid López Arias (\*)

Editora  
Express News UK

El príncipe William y su hija de 10 años, la princesa Charlotte asistieron a la final del torneo líder del deporte en Europa, para ver a las deportistas regresar con la Copa en la mano.

## Viaje padre e hija

El príncipe William tuvo una salida inolvidable de padre e hija con la princesa Charlotte pero no fue a un lejano y cautivante país, a un lugar de diversión no, fue a la final de la Eurocopa femenina de la UEFA 2025, para vivir la experiencia el domingo 27 de julio y ver al equipo británico derrotar a las españolas, poseedoras del título.

El príncipe de Gales lució elegante con un traje negro al entrar en el St. Jakob-Park de Suiza, acompañado de Charlotte de 10 años, quien lucía adorable con un vestido azul marino de lunares y volantes.

Al parecer, el deporte ha impactado a la pequeña Charlotte, ya que en la red circula un video en el que equilibra un balón de fútbol en su rodilla antes de añadir: "Mucha suerte, Lionesses". Ya el príncipe William había visto previamente a las Lionesses cuando compitieron en la final de la Eurocopa Femenina de la UEFA 2022, donde pudo conocer a las jugadoras al finalizar el partido.

## ¿Una deportista en potencia?

La princesa, suponiendo que su padre saludaría de cerca a las jugadoras les envió un mensaje especial, destacando sus cualidades deportivas. "Charlotte quería que les dijera que es real-



Wimbledon pantallas a la calle. © Courtesy of the Prince and Princess of Wales/ Instagram

mente buena bajo los tres palos", comentó el príncipe William al equipo en aquel momento. "Me dijo: 'Por favor, díselo'. Es una estrella en ciernes para el futuro".

Si bien Charlotte ha seguido los pasos deportivos de su padre, él no la presiona a ella ni a sus hermanos para que compartan sus propias aficiones futbolísticas. "Le dejo elegir su propio camino. Se trata de encontrar lo que ella desea", dijo William, previamente durante una aparición en "That Peter Crouch Podcast" en julio de 2020, refiriéndose específicamente a George, quien ahora tiene 12 años.

"Me gustan los valores y el espíritu del club [Aston Villa]. Quiero que cuiden a los jugadores y sean un buen ejemplo para los jóvenes aficionados. Quiero que nuestros hijos, al ir al estadio, salgan encantados con lo que han visto, disfrutando y observando a sus referentes comportarse como a todos nos gustaría". ■

Astrid López Arias. Periodista y correctora de estilo colombiana es la editora General de Express News UK. Especialista en temas de economía internacional, negocios, ciencia y salud ha realizado esta nota con el apoyo de los medios de comunicación y/o agencias de noticias: AP y EFE. Si tienes un tema o un comentario escribe un correo a los correos: [expressnewspremsa@gmail.com](mailto:expressnewspremsa@gmail.com) y [londreditor@expressnews.uk.com](mailto:londreditor@expressnews.uk.com)

## 2022

la selección femenina de fútbol británica compitió en la final del torneo, pero allí regresaron a casa en el segundo lugar.

**MISAS CATÓLICAS EN ESPAÑOL**  
Capellanía Latinoamericana y Española en Londres

**De martes a sábado**  
🕒 7:00 p.m. - St. Anne's Vauxhall  
📍 363 Kennington Lane, London SE11 5QY

**Domingos**  
🕒 12:30 p.m. - Holy Apostles  
📍 The Priests House, 47 Cumberland St, Pimlico, SW1V 4LY

🕒 12:30 p.m. - Our Lady of Dolours  
📍 264 Fulham Road, London SW10 9EL

🕒 1:30 p.m. - St. George's Cathedral  
📍 Lambeth Road & St George's Road, London SE1 7HY

🕒 1:30 p.m. - St. Anne's Vauxhall  
📍 363 Kennington Lane, London SE11 5QY

🕒 3:00 p.m. - St. Antony's of Padua  
📍 56 St Antony's Road, Forest Gate, London E7 9QB

🕒 4:30 p.m. - St. Ignatius  
📍 27 High Road, Stamford Hill, London N15 6ND

🕒 6:00 p.m. - St. Patrick's  
📍 21 Soho Square, London W1D 4NR

**Citas presenciales con reserva previa:**  
[www.clalondres.com](http://www.clalondres.com) | [clalondres@gmail.com](mailto:clalondres@gmail.com)

LONDRES (AP) — Después de ser recibidas por hinchas que las vitoreaban a su llegada a suelo patrio, las 'Leonas' acudieron a Downing Street para una recepción tras consagrarse campeonas en la Eurocopa de fútbol femenino.

Desde los tiros penal, Inglaterra revalidó su título al vencer a la campeona mundial España en la final disputada el domingo pasado en Basilea, Suiza. Después de convertirse en el primer equipo de Inglaterra que se proclama campeón en un torneo importante en suelo extranjero, la selección dejó su hotel en Zúrich el lunes, con la capitana Leah Williamson escoltando cuidadosamente el trofeo hasta el autobús.

Sosteniendo el trofeo, Williamson fue la primera en bajar del avión junto a la entrenadora Sarina Wiegman. Fuera del aeropuerto, las multitudes se alinearon para dar la bienvenida al equipo y de allí, al 10 del Downing Street para encontrarse con la hinchada y celebrar en casa.

Esta llegada podría ser en medio de todo, muy normal, por la importancia del título, pero este capítulo de la historia tiene un toque especial y es que el príncipe William, que será el rey, acompañó a las deportistas en la final, con otra apasionada de la selección, la princesa Charlotte.

## Análisis de las elecciones presidenciales en A. Latina 2025-2026

## ¿Qué cambios políticos y geoestratégicos se perfilan para la región?

**Las elecciones de 2025-2026 en A. Latina no solo definirán quién liderará en cada país, sino que configurarán el mapa político regional en un momento de gran incertidumbre global y desafíos internos.** La forma en que estos procesos se desarrollen determinará el futuro democrático, económico y social de la región en los años venideros.



Astrid López Arias (\*)  
Editora  
Express News UK

**A**mérica Latina se prepara para una intensa etapa electoral que marcará el rumbo político, social y económico de la región en los próximos años. Entre agosto de 2025 y noviembre de 2026, ocho países latinoamericanos convocarán a sus ciudadanos a las urnas en procesos que, más allá de la renovación de liderazgos, reflejarán las tensiones y tendencias que atraviesan sus democracias.

La distribución de estas elecciones no solo configura un mapa político en constante cambio, sino que también anticipa posibles escenarios de estabilidad, reconfiguración de alianzas y nuevos desafíos en gobernabilidad.

#### Elecciones 2025: escenario de cambio y desafíos

El calendario comienza con Bolivia, el 17 de agosto de 2025, en un proceso que enfrentará al oficialismo del *Movimiento al Socialismo (MAS)* y a una oposición fragmentada, en medio de

una crisis interna que involucra a figuras como **Evo Morales** y **Luis Arce**. La disputa interna y las restricciones legales, en un contexto de protestas y tensiones sociales, podrían definir si el país mantiene su rumbo socialista o si **emergen nuevos actores políticos con propuestas de mayor apertura o cambio.**

**Haití, en tanto, enfrentará el 15 de noviembre de 2025 una elección sumida en la violencia,** con el Estado prácticamente debilitado tras años de crisis institucional, desastres naturales y control territorial parcial por bandas armadas.

La incertidumbre en este proceso refleja no solo una crisis política crónica, sino también un posible punto de inflexión en la región, si logra consolidarse una salida democrática o si la violencia y la inestabilidad prevalecerán, afectando la credibilidad del siste-

ma y la estabilidad regional.

**Chile, en su primera elección con voto obligatorio en más de una década, también votará el 16 de noviembre.** La tendencia hacia la derecha, con figuras como *Evelyn Matthei* y *José Antonio Kast*, sumada a la tensión social heredada del proceso constituyente, plantea un escenario donde la seguridad, economía y reformas sociales serán los temas centrales. La participación masiva puede redefinir el mapa político, consolidando o debilitando a los bloques tradicionales y emergentes.

**Honduras, en su segunda elección desde la llegada de Xiomara Castro, el 30 de noviembre,** enfrenta un proceso con alta participación ciudadana, donde la inseguridad y la presencia de movimientos sociales marcarán la campaña. La reconfiguración del poder

en Centroamérica, con una oposición que busca capitalizar el malestar social, puede influir en las dinámicas regionales, especialmente en temas migratorios y de cooperación internacional.

#### Elecciones 2026: escenario de polarización y continuidad

El año 2026 promete ser especialmente decisivo, con elecciones en Costa Rica, Perú, Colombia, Brasil y Nicaragua, cada una con particularidades que reflejan las tensiones y tendencias globales. **Costa Rica, el 1 de febrero, enfrentará una elección sin reelección inmediata,** en un contexto de crisis económica y debates sobre seguridad, donde la búsqueda de estabilidad será clave para definir una posible continuidad o cambio en la política conservadora o progresista.

**Perú, en su primera elección con Congreso bicameral desde 1992, el 12 de abril,** enfrentará un escenario marcado por la fragmentación política, desgastada por protestas y crisis institucional. La participación y el voto en el exterior serán determinantes para evitar una polarización extrema o una crisis de legitimidad. Colombia, con elecciones el 31 de mayo, tendrá en juego la continuidad del gobierno de Gustavo Petro y la posibilidad de una reconfigura-



ción del espectro político, en un país donde temas como la reforma agraria, la seguridad y el proceso de paz siguen siendo centrales.

Brasil, en su fecha clave del 4 de octubre, será el escenario de un posible enfrentamiento entre Lula y la derecha, con influencias tanto de Bolsonaro como de nuevos actores políticos. La Amazonía, la economía y la po-

larización social serán los ejes en una campaña que puede definir no solo el destino del país, sino también el equilibrio regional.

Por su parte, Nicaragua, con las elecciones previstas para 2027 tras una reforma constitucional, sigue siendo un caso atípico en la región, donde la consolidación del régimen Ortega-Murillo dificulta cualquier

análisis electoral convencional y plantea interrogantes sobre la legitimidad y la influencia regional de su sistema autoritario.

### Cambios en el mapa regional y la política internacional

El escenario que emerge para 2025-2026 es de gran com-

plejidad y potencial transformación. La región podría experimentar desde un reforzamiento de gobiernos de izquierda y progresistas en países como Perú y Colombia, hasta una tendencia hacia la derecha en Chile y Brasil, con un aumento en la fragmentación política y en los desafíos para la gobernabilidad.

Este reordenamiento tendrá efectos directos en la cooperación regional, en las relaciones con Estados Unidos y China, y en temas globales como la crisis climática, la migración y la seguridad. La capacidad de los nuevos gobiernos para gestionar estos desafíos será crucial para la estabilidad y el desarrollo sostenible en la región.

## ¿Izquierda o Derecha, qué le espera al Perú?

# Un análisis profundo para las elecciones 2025 y 2026



Cesar Pastor Gamarra (\*)  
Analista Político  
Express News UK

El Perú enfrenta un escenario político marcado por una profunda fragmentación, evidenciada en la inscripción de 43 partidos políticos para las próximas Elecciones Generales de 2026. Esta diversidad refleja las dificultades para consolidar alianzas sólidas en un contexto de intereses partidarios, egos y requisitos legales.

La carrera electoral, que culminará en abril del próximo año, se perfila como una de las más complejas y dispersas en la historia política peruana, generando inquietudes sobre el rumbo que tomará el país en los próximos años.

Hasta ahora, solo una alianza electoral formal ha sido anun-

ciada: la integrada por el Partido Popular Cristiano (PPC) y Unidad y Paz, partidos de derecha y centro derecha. Sin embargo, las conversaciones continúan y se esperan más coaliciones en las próximas semanas, dado que el plazo final para inscribir alianzas vence el 2 de agosto.

La tendencia muestra que los partidos políticos prefieren esperar hasta el último momento para definir sus movimientos, lo que contribuye a la incertidumbre. Por otro lado, varias agrupaciones optan por presentar candidaturas individuales, lo que aumenta la dispersión y reduce las posibilidades de consolidar un proyecto de cambio coherente.

### Perfiles de posibles candidatos y el impacto del humor político

Las encuestas, aunque cuestionadas, ofrecen un panorama de los posibles favoritos si las elecciones fueran hoy. Los tres nombres que lideran las pre-

ferencias son Keiko Fujimori, Rafael López Aliaga y Carlos Álvarez. Este último, un humorista e imitador, destaca por su impacto mediático y su posible rol como outsider, similar a figuras internacionales como Volodymyr Zelensky.

Álvarez, afiliado al partido País para Todos, ha centrado su discurso en la lucha contra la inseguridad ciudadana, proponiendo medidas extremas como la pena de muerte. Sin embargo, su falta de experiencia en política y la limitada visión sobre otros problemas graves del Perú generan dudas sobre su capacidad de gobernar. La presencia de un candidato humorístico en la contienda refleja la crisis de liderazgo y la desafección ciudadana hacia los políticos tradicionales.

### El escenario ideológico: ¿Qué le espera al Perú?

El análisis político revela dos perspectivas enfrentadas. Por un lado, Juan Carlos Tafur advierte que la izquierda radical podría imponerse en las próximas elecciones, beneficiada por una tendencia a la polarización y la movilización en el sur del país. Según Tafur, esto podría traducirse en una segunda vuelta con candidatos de izquierda extrema y una mayoría parlamentaria de esa tendencia, si la derecha no logra consolidarse y si la legislación electoral favorece a estas fuerzas.

Por otro lado, Rodrigo Gil Piedra, del Instituto de Estudios Peruanos, sostiene que el conservadurismo está ganando terreno, con un movimiento que ha evolucionado desde las calles hacia las instituciones políticas. Los partidos y figuras conservadoras, como Rafael Ló-

pez Aliaga, ya cuentan con una marca consolidada y una base que les permite mayor ventaja en la carrera electoral.

Ambos expertos coinciden en que la politización del movimiento conservador y su presencia en partidos y en el Congreso le otorgan un capital político que puede ser determinante en las elecciones.

### Alianzas y candidaturas: la primera coalición oficial

El 11 de julio, se anunció la candidatura de Roberto Chiabra, exgeneral del Ejército, como candidato de la alianza entre el PPC y Unión por el Perú, partido fundado por Chiabra León. Esta coalición representa la primera alianza formal y busca fortalecer una opción de derecha.

Sin embargo, la fragmentación de partidos y la proliferación de agrupaciones aún generan dudas sobre la formación de un bloque cohesionado capaz de competir eficazmente. La participación de más agrupaciones podría reducir aún más la cantidad de partidos que logren superar la valla electoral, lo que podría simplificar el panorama y definir quiénes serán los actores principales en la legislatura.

Las fuerzas de izquierda, representadas por agrupaciones como Juntos por el Perú, Ahora Nación, Voces del Pueblo y otros, intentan formar una coalición, pero aún enfrentan obstáculos internos: egos, falta de una agenda común y requisitos legales para oficializar una candidatura conjunta.

La falta de unidad y de una propuesta programática clara limita su capacidad de competir con

mayor fuerza, lo que favorece a las fuerzas conservadoras y de derecha que ya consolidan su presencia en el escenario político.

### ¿Hacia dónde va el Perú?

Las proyecciones para las Elecciones 2025 y 2026 muestran que Perú se encamina hacia un proceso electoral marcado por la fragmentación, la polarización y la incertidumbre. La posible presencia de fuerzas extremas, tanto de izquierda como de derecha, y la dificultad para lograr alianzas sólidas reflejan un país en busca de identidad política y de soluciones efectivas.

La baja credibilidad en las instituciones, la falta de propuestas concretas y la desafección ciudadana pueden traducirse en una crisis de gobernabilidad si no se establecen mecanismos que fomenten la unión y el compromiso con un proyecto de país.

### Un reto para la democracia peruana

Las próximas elecciones en Perú serán cruciales para definir su rumbo político y social. La historia reciente muestra que las crisis de liderazgo y la fragmentación pueden abrir puertas a movimientos populistas, extremismos o nuevas formas de participación política.

La ciudadanía, los partidos y las instituciones deberán trabajar en conjunto para fortalecer la democracia, promover propuestas sólidas y superar los egos y la fragmentación. Solo así, el Perú podrá avanzar hacia un futuro con mayor estabilidad, justicia y desarrollo, dejando atrás las incertidumbres que hoy lo aquejan.



Rafael López Aliaga..jpg

## Analysis of the 2025-2026 Presidential Elections in Latin America

# What political and geostrategic changes are shaping up for the region?

**The 2025-2026 elections in Latin America will not only define who will lead in each country but will also shape the regional political map at a time of great global uncertainty and internal challenges. The way these processes unfold will determine the democratic, economic, and social future of the region in the years to come.**



Astrid López Arias (\*)

Editora  
Express News UK

**L**atin America is preparing for an intense electoral phase that will shape the political, social, and economic course of the region in the coming years. Between August 2025 and November 2026, eight Latin American countries will call their citizens to the polls in processes that, beyond the renewal of leadership, will reflect the tensions and trends that run through their democracies.

The distribution of these elections not only shapes a constantly changing political map but also anticipates possible scenarios of stability, reconfiguration of alliances, and new challenges in governance.

## 2025 Elections: A Landscape of Change and Challenges

The calendar begins with **Bolivia on August 17, 2025**, in a process that will pit the ruling *Movement for Socialism (MAS)* against a fragmented opposition, amid an internal crisis involving



figures like **Evo Morales and Luis Arce**. The internal dispute and legal restrictions, in a context of protests and social tensions, could determine whether the country maintains its socialist course or **if new political actors emerge with proposals for greater openness or change**.

**Haiti, meanwhile, will face an election on November 15, 2025, engulfed in violence**, with the state practically weakened after years of institutional crisis, natural disasters, and partial territorial control by armed gangs.

The uncertainty in this process reflects not only a chronic political crisis but also a possible turning point in the region, whether a democratic solution is consolidated or **if violence and instability will prevail**, affecting the credibility of the system and regional stability.

**Chile, in its first election with mandatory voting in over a decade, will also vote on November 16. The trend towards the right**, with figures like *Evelyn Matthei and José Antonio Kast*,

combined with the social tension inherited from the constitutional process, presents a **scenario where security, the economy, and social reforms will be the central themes**. Mass participation can redefine the political map, consolidating or weakening traditional and emerging blocs.

**Honduras, in its second election since the arrival of Xiomara Castro on November 30**, faces a process with high citizen participation, where The reconfiguration of power in Central America, with an opposition seeking to capitalize on social discontent, can **influence re-**

**gional dynamics, especially on migration and international cooperation issues.**

## 2026 Elections: A Scenario of Polarization and Continuity

The year **2026** promises to be especially decisive, with **elections in Costa Rica, Peru, Colombia, Brazil, and Nicaragua**, each with particularities that reflect global tensions and trends. **Costa Rica, on February 1, will face an election without immediate re-election**, in a context of economic crisis and debates on security, where the search for stability will be key

to defining a possible continuity or change in conservative or progressive policy.

**Peru, in its first election with a bicameral Congress since 1992, on April 12**, will face a scenario marked by political fragmentation, worn down by protests and institutional crisis. **Participation and voting abroad will be crucial to avoid extreme polarization or a legitimacy crisis. Colombia, with elections on May 31, will have at stake the continuity of Gustavo Petro's government and the possibility of a reconfiguration of the political spectrum**, in a country where issues such as agrarian reform, security, and the peace process remain central.

**Brazil, on its crucial date of October 4**, will be the stage for a possible confrontation between **Lula and the right**, with influences from both **Bolsonaro and new political actors. The Amazon, the economy, and social polarization** will be the focal points in a campaign that could define not only the country's destiny but also the regional balance.



Evo Morales y Luis Arce.



Luis Ignacio Lula da Silva, presidente de Brasil.

For its part, Nicaragua, with elections scheduled for 2027 following a constitutional reform, remains an outlier in the region, where the consolidation of

the Ortega-Murillo regime complicates any conventional electoral analysis and raises questions about the legitimacy and regional influence of its authoritarian system.

#### Changes in the regional map and international politics

The scenario emerging for 2025-2026 is one of great complexity and potential transformation. The region could experience anything from a strengthening of leftist and progressive governments in countries like Peru and Colombia, to a shift towards the right in

complexity and potential transformation. Chile and Brazil, with an increase in political fragmentation and challenges to governance. This realignment will have direct effects on regional cooperation, on relations with the United States and China,

and on global issues such as the climate crisis, migration, and security. The ability of the new governments to manage these challenges will be crucial for stability and sustainable development in the region.



Gustavo Petro, presidente de Colombia.

#### Left or Right, what awaits Peru?

## A deep analysis for the 2025 and 2026 elections



Cesar Pastor Gamarra (\*)  
Analista Politico  
Express News UK

Peru faces a political landscape marked by deep fragmentation, evidenced by the registration of 43 political parties for the upcoming General Elections of 2026. This diversity reflects the difficulties in consolidating solid alliances in a context of partisan interests, egos, and legal requirements.

The electoral race, which will culminate in April of next year, is shaping up to be one of the most complex and fragmented in Peruvian political history, raising concerns about the direction the country will take in the coming years.

So far, only one formal electoral alliance has been announced: the one formed by the Christian People's Party (PPC) and Unity and Peace, right and center-right parties. However, negotiations continue and more coalitions are expected in the coming weeks, given that the final deadline for registering alliances is August 2nd.

The trend shows that political parties prefer to wait until the last moment to define their moves, which contributes to uncertainty. On the other hand, several groups choose to present individual candidacies, which increases dispersion and reduces the chances of consolidating a coherent change project.

#### Profiles of potential candidates and the impact of political humor

The polls, although questioned, offer a glimpse of the possible favorites if the elections were held today. The three names that lead the preferences are Keiko Fujimori, Rafael López Aliaga, and Carlos Álvarez. The latter, a comedian and impersonator, stands out for his media impact and his potential role as an outsider, similar to international figures like Volodymyr Zelensky.

Álvarez, affiliated with the País para Todos party, has focused his speech on the fight against citizen insecurity, proposing extreme measures such as the death penalty. However, his lack of experience in politics and limited vision on other serious issues in Peru raise doubts about his ability to govern. The presence of a humorous candidate in the race reflects the crisis of leadership and the public's disaffection towards traditional politicians.

The ideological scenario: What awaits Peru? The political analysis reveals two opposing perspectives. On one hand, Juan Carlos Tafur warns that the radical left could prevail in the upcoming

elections, benefiting from a trend towards polarization and mobilization in the southern part of the country. According to Tafur, this could result in a runoff with far-left candidates and a parliamentary majority of that tendency, if the right fails to consolidate and if the electoral legislation favors these forces.

On the other hand, Rodrigo Gil Piedra, from the Institute of Peruvian Studies, argues that conservatism is gaining ground, with a movement that has evolved from the streets to political institutions. Conservative parties and figures, such as Rafael López Aliaga, already have a solid brand and a base that gives them a greater advantage in the electoral race.

Both experts agree that the politicization of the conservative movement and its presence in parties and Congress grant it political capital that could be decisive in the elections.

#### Alliances and candidacies: the first official coalition

On July 11, the candidacy of Roberto Chiabra, a former Army general, was announced as the candidate of the alliance between the PPC and Unión por el Perú, a party

founded by Chiabra León. This coalition represents the first formal alliance and aims to strengthen a right-wing option.

However, the fragmentation of parties and the proliferation of groups still raise doubts about the formation of a cohesive bloc capable of competing effectively. The participation of more groups could further reduce the number of parties that manage to surpass the electoral threshold, which could simplify the landscape and define who the main actors in the legislature will be.

The leftist forces, represented by groups such as Juntos por el Perú, Ahora Nación, Voces del Pueblo, and others, are trying to form a coalition, but they still face internal obstacles: egos, lack of a common agenda, and legal requirements to formalize a joint candidacy.

The lack of unity and a clear programmatic proposal limits their ability to compete more strongly, which benefits the conservative and right-wing forces that are already consolidating their presence on the political stage.

#### Where is Peru headed?

The projections for the 2025 and 2026 Elections show that Peru is heading towards an electoral pro-

cess marked by fragmentation, polarization, and uncertainty. The possible presence of extreme forces, both from the left and the right, and the difficulty in achieving solid alliances reflect a country in search of political identity and effective solutions.

The low credibility in institutions, the lack of concrete proposals, and citizen disaffection can translate into a governance crisis if mechanisms are not established to promote unity and commitment to a national project.

#### A challenge for Peruvian democracy

The upcoming elections in Peru will be crucial in defining its political and social course. Recent history shows that leadership crises and fragmentation can open doors to populist movements, extremism, or new forms of political participation.

Citizens, parties, and institutions must work together to strengthen democracy, promote solid proposals, and overcome egos and fragmentation. Only in this way can Peru move towards a future with greater stability, justice, and development, leaving behind the uncertainties that currently afflict it.

El mundo requiere paz y un alto a la barbarie

## ¿Hasta cuándo?



La destrucción es incontable en vidas, recursos y bienes en la zona de la Franja de Gaza.

**La humanidad clama por un alto no solo del fuego, sino de actitudes tan peligrosas o más que ello: la indiferencia y la falta de caridad y conciencia.**

Frases contundentes de una canción mítica rezan: “¿cuántas veces puede un hombre volver la cabeza y pretender que no ha visto nada?” y ¿cuántas muertes hacen falta para que él sepa que demasiada gente ha muerto?”, encierran una realidad que lamenta el mundo entero.

Palestina lleva dos años siendo bombardeada atrocemente sin distinción entre miembros de Hamás, civiles, mujeres o niños y, lo que es peor los miles de muertos no has sido suficientes, en esta Guerra irracional.



Alejandro Mulero (\*)

Corresponsal  
Express News UK

**E**n la exitosa nueva película de *Superman*, un país imaginario es atacado vilmente por otro con saña hacia la población civil —es imposible no pensar en Israel y Palestina—. La gente indefensa levanta carteles y grita pidiendo ayuda al héroe de la capa roja. *Superman no es un personaje realista, no porque vuele o porque no sepa que los calzoncillos rojos deben ir por dentro del pantalón, sino porque es cien por ciento bondad.*

Su lema era ‘verdad, justicia

y el modo de vida americano’. Lo último, desentona en los oídos de medio mundo en el siglo XXI y por eso, fue cambiado en 2021. Los espectadores disfrutaban viendo en pantalla cuando la verdad, la justicia y la bondad triunfan en casi todas ellas, sin embargo, esto contrasta con la realidad.

La letra de la canción de Bob Dylan *Blowin’ in the wind* de 1962, hoy produce desasosiego y decepción, cuando los músicos *folk* creían que podían cambiar el mundo con canciones, su letra

tiene varias líneas que empiezan con la misma estructura: “hasta cuándo”, “cuántas veces”, etc.

Dos frases parecen escritas hoy mismo: “¿cuántas veces puede un hombre volver la cabeza y pretender que no ha visto nada?” y ¿cuántas muertes hacen falta para que él sepa que demasiada gente ha muerto?” Palestina lleva dos años siendo bombardeada atrocemente sin distinción entre miembros de Hamás, civiles, mujeres o niños, ¿qué más da? de todas formas para Trump y para el líder israelí Benjamin Netanyahu esas muertes es como limpiar suciedad, según las palabras del presidente americano de que había que “limpiar” Gaza deportando a todos los gazatíes y crear un resort turístico al estilo de Dubái.

**Vacunados contra la empatía y la compasión**

No sólo hubo vacunaciones masivas contra el COVID. Las sociedades tenemos los corazones



Más de 3700 niños han muerto en Gaza.



El presidente de los Estados Unidos, Donald Trump, se reúne con el primer ministro británico, Keir Starmer, en el campo de golf Trump Turnberry, en Turnberry, Escocia, Reino Unido. © Reuters - Evelyn Hockstein

vacunados contra la empatía y la compasión. ¿Hasta cuándo hemos de ver fotos y vídeos de padres con sus niños muertos en brazos, tras un ataque indiscriminado de Israel o de madres abrazando unos huesos rodeados de piel, *que son sus hijos moribundos por hambre, en un mundo donde la gente es cada vez más individualista, fomentado por el uso adictivo de la tecnología?*

La gente y sus gobiernos están paralizados en una inacción mortífera que choca con la inanición de los niños de Gaza. Sólo ahora, **lentamente** —a cuenta-gotas de sangre— algunos gobiernos están aumentando su presión hacia Israel, porque,

**a pesar de tener corazones de piedra, los mandatarios no pueden ignorar más las imágenes de niños muertos y muriendo de hambre** que hace que más y más civiles aumenten, a su vez, su presión para que haya consecuencias contra Israel.

El **presidente francés, Emmanuel Macron**, ha dicho valientemente que en septiembre, **Francia reconocerá a Palestina como estado independiente**. Los distorsionadores de turno del lenguaje dicen que eso es **antisemita y que favorece al terrorismo**. Falso, eso es **provida, projusticia y proinfancia**.

En el Reino Unido, *Keir Star-*

*mer* ha tenido que subir el tono de sus críticas a Israel y ha insinuado que quizá, reconozca a Palestina como estado. No lo ha hecho motu propio, sino porque **220 parlamentarios se lo ha exigido**. Ningún país debería ser cómplice de gobiernos genocidas. **La ONU clama mayoritariamente contra las permanentes violaciones de los derechos humanos por parte de Israel: bombardeos masivos contra la población civil, bloqueo al acceso de medicinas, comida y de ayuda humanitaria**, lo que está produciendo una hambruna que se ceba sobre todo, con los niños.

Sin embargo, *Superman* no irá a ayudarlos. La ONU, que parece

**“La ONU clama mayoritariamente contra las permanentes violaciones de los derechos humanos por parte de Israel: bombardeos masivos contra la población civil, bloqueo al acceso de medicinas, comida y de ayuda humanitaria”.**

tan importante, en la práctica, no sirve para casi nada, aún menos, porque tres de los miembros de su **Consejo de Seguridad tienen derecho a bloquear cualquier decisión; países cuyos líderes parecen malvados personajes de películas de James Bond (Trump, Putin y Xi Jinping)**. El sentido de humanidad en los gobiernos es sustituido por su sentido del egoísmo y por cobardía.

**Si no se aprende, se repiten los errores**

Así como la mayoría de maltratadores familiares fueron maltratados a su vez de niños, Israel ha pasado de ser la presa del genocidio nazi a ser un país genocida. El cacique del mundo, Estados Unidos, **apoya y apoyará a Israel haga lo que haga**, aunque *Netanyahu* se coma un niño delante de todo el mundo en televisión.

El resto de países, por cobardía supina y por intereses

**egoístas, sus líderes intentan no llevar la contraria a Trump** como el jefe de la OTAN, *Mark Rutte*, halagando a Trump ridícula y humillantemente hace unas semanas o *Starmer*, invitándolo plácidamente para que visite el Castillo de Windsor para tomar té con el rey.

El cine está bien como escapismo para olvidarnos de los problemas, pero también para inspirarnos. *Superman* inspira a hacer el bien y nos recuerda que nosotros podemos ser los héroes **si hay una masa crítica suficiente de personas metiendo presión a sus líderes políticos**, al menos en democracias, ellos tendrán que rendir cuentas en las urnas; políticos que, a su vez, pueden meter presión a los políticos de más arriba **hasta que esa presión rompa sus corazones de piedra, más duro que el del personaje La Roca de los 4 Fantásticos** y vean al fin esas imágenes de niños muertos malnutridos con ojos humanos. ■

**Alejandro Mulero**. Ciudadano español residente en Londres es Licenciado en filología Inglesa de la Universidad de Almería, profesor de inglés y español, y corresponsal de prensa, especializado en temas culturales en especial cine, música, arte e historia. Contacto: [jandrom@yahoo.com](mailto:jandrom@yahoo.com)

**“La gente y sus gobiernos están paralizados en una inacción mortífera que choca con la inanición de los niños de Gaza”**



En la franja de Gaza, más de 10 000 niños han muerto.



Cerca de 21 000 niños palestinos sufren de desnutrición aguda.

Una situación incapacitante




---

La Cumbre de la OCDE fue el punto de partida para una serie de acuerdos, anuncios y reflexiones estratégicas, en un evento que consolidó a Barranquilla como un referente regional e internacional en innovación, sostenibilidad y gobernanza urbana.

---

Colin Gordon (\*)  
Corresponsal  
Express News UK

“**L**a gente solo oye lo que quiere”. Cuando el cantautor y novelista brasileño **Paul Coelho** hizo esta observación, la implicación era que, para la mayoría de nosotros, si no nos gusta o no estamos de acuerdo con lo que dice la otra persona, dejaremos de escucharla.

La cadena farmacéutica *Boots*, en cambio, ofrece una interpretación bastante más comprensiva. Esta “*atención selectiva*”, sugieren en su sitio web aunque pueda parecer una falta de respeto, a menudo es solo un mecanismo de defensa para proteger nuestro cerebro de demasiados estímulos en el entorno, lo que **nos permite bloquear sonidos, ruidos o palabras que consideramos, menos importantes en ese momento.**

Sin embargo, *Boots* añade que, si sospecha que sus síntomas

pueden indicar un problema de pérdida auditiva, debería consultar con un profesional. Este es, por supuesto, uno de los servicios que ofrecen: **primero una prueba inicial de 15 minutos y luego, una mucho más larga de 75 minutos si consideran que podría necesitar un audífono.** El coste medio de uno de sus artefactos, según la organización de protección al consumidor ¿Cuál?, es de alrededor £2914.

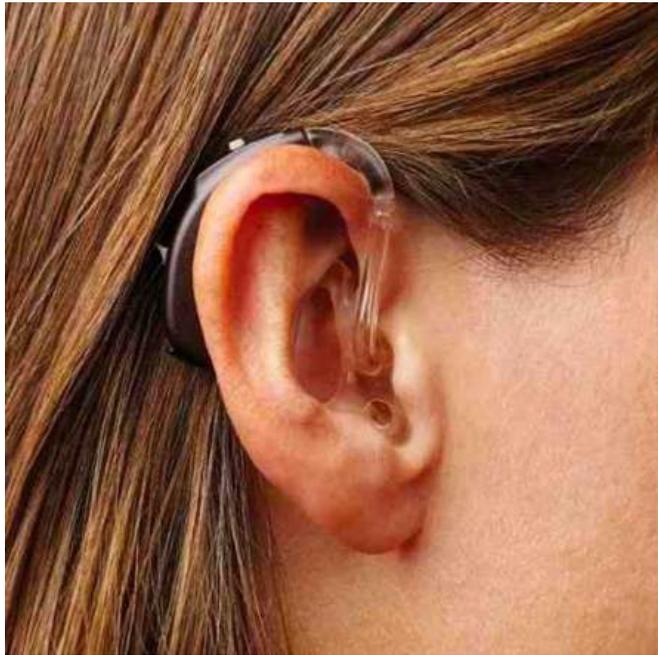
Estadísticas citadas por el editor de *Electro IQ*, *Rohan Jambhale*, muestran que el mercado mundial de audífonos aumentará de \$15 110 mil millones este año a **\$29 580 mil millones en 2032, con una tasa de crecimiento anual compuesta (TCAC) del 10,19 %.** Esto coincide con la predicción de que para 2030 habrá 509 millones de personas mundialmente con pérdida auditiva y 711 millones para finales de 2050. Los

más afectados se encuentran en India (**100 millones**), China (**96 millones**), Indonesia (**18,5 millones**), EE. UU. (**15 millones**), Pakistán (**14,5 millones**) y Brasil (**13 millones**).

**No escuchar o no querer hacerlo**

Según [hearingaid.org.uk](http://hearingaid.org.uk), las cifras disponibles de la organización benéfica nacional de audición RNID revelan que, aproximadamente 18 millones de personas en Gran Bretaña padecen esta discapacidad, especialmente el 50 % de los mayores de 50 años y el 80 % de los mayores de 70. Pese a eso, **solo unos dos millones de personas en el país utilizan audífonos, principalmente debido al estigma asociado a ellos,** la falta de información sobre las opciones disponibles y la percepción de que son ineficaces o demasiado caros.

El 8 de julio, *Joanna Pearl*,



investigadora de salud de ¿Cuál?, tras una encuesta realizada por la organización, publicó una lista de los precios de los audífonos en otros minoristas del Reino Unido: Hidden Hearing (£3720), Bayfields (£3353), Amplifon (£2850) y Specsavers (£2143). Hidden Hearing esta promocionando, para la gente que lleva gafas, un modelo que se fija discretamente a las patillas, no dentro o detrás de las orejas. Pearl enfatiza que el precio no es la única consideración y que es igualmente importante asegurarse de recibir un buen cuidado posterior.

Además, recomiendan que se

investigue a fondo las alternativas antes de comprar. Igual no debe sentirse presionado a cambiarlo después de solo un año (tienen una vida útil de tres a cinco años) y verifique si la garantía cubre reparaciones o reemplazo en caso de extravío.

### Se pierde más que solo escuchar

Como señaló el cirujano otorrinolaringólogo del Hospital Thornbury de Sheffield, **Wale Olarinde, el 4 de febrero, la causa más común de pérdida auditiva es la "presbiacusia",** que afecta

principalmente a adultos mayores. Sin embargo, afirma, existen **otros factores importantes, por ejemplo, trabajar en ambientes tales como construcción y fábricas, la exposición frecuente a conciertos, discotecas o eventos deportivos ruidosos y el uso prolongado de auriculares a un volumen alto.**

Este último tema se ha convertido en foco de considerable debate, principalmente porque, observó el corresponsal de Lebara, **Kaushal Vijay, el 27 de noviembre de 2024, los teléfonos móviles se han convertido en una parte integral de nuestra vida diaria, tanto para**

la comunicación como para el entretenimiento. En 2024, **la Organización Mundial de la Salud (OMS) advirtió que más de mil millones de personas internacionalmente corren el riesgo de acceder a música de forma insegura.**

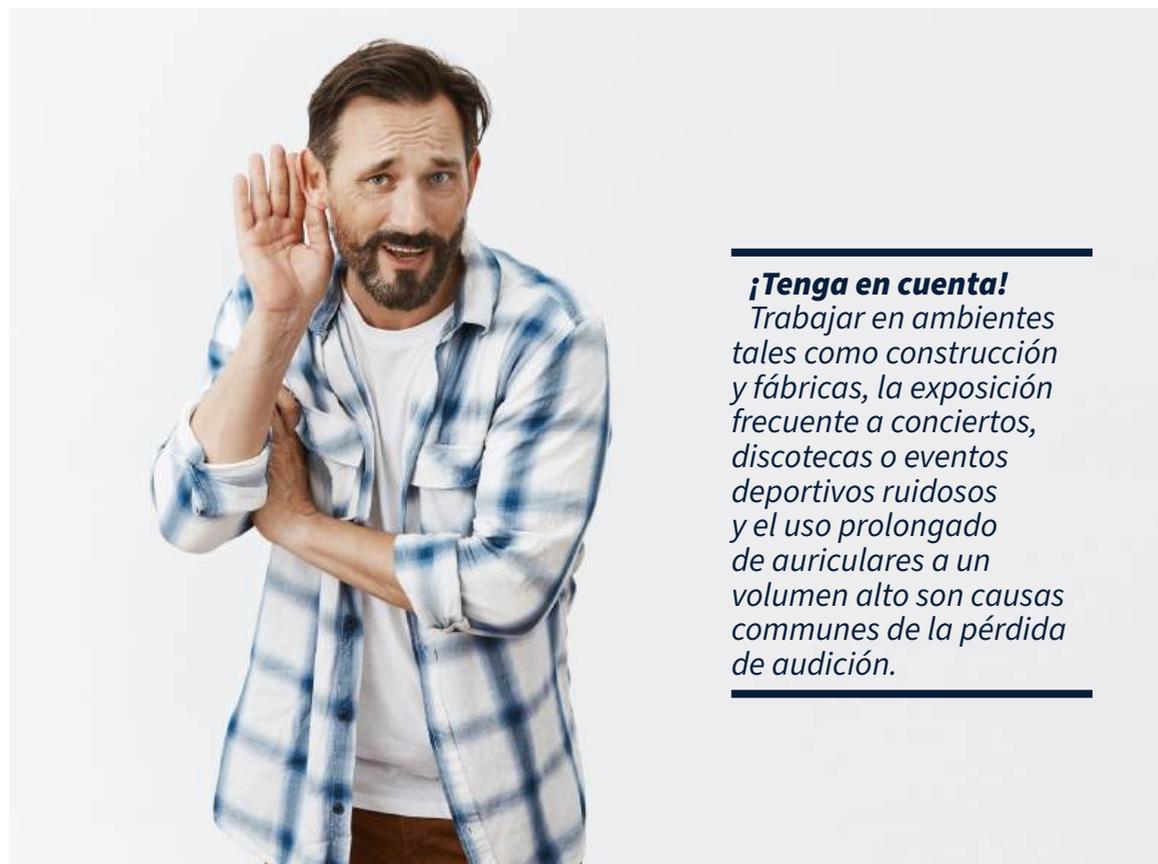
Por lo tanto, la organización ¿Cuál? y el Servicio Nacional de Salud (NHS) recomienda escuchar música a un **volumen máximo del 60 %**, y no emplear auriculares sin interrupción durante más de una hora, luego tomar un descanso de al menos, cinco minutos antes de reanudar.

**Cualquier molestia en los oídos causada por la radiación electromagnética que emana del teléfono puede reducirse considerablemente, señala [adictosalosmóviles.com](http://adictosalosmóviles.com), al no sostenerlo demasiado cerca de la cabeza,** preferiblemente a una distancia de 30-40 centímetros. ¿Cuál? aboga por adquirir auriculares con buena claridad de sonido y un sellado acústico seguro alrededor de las orejas, para no tener que subir demasiado el volumen.

Los cálculos de **Matthew Boyle y Sophie Barber, colaboradores de [finder.com](http://finder.com), publicados el 4 de julio, indican que casi el 99 % de los residentes del Reino Unido de entre 16 y 54 años posee un smartphone, al igual que el 82 % de los mayores de 65. De estos,**

el 48 % posee un Apple y el 51,5 % un Androide; su consumo mensual de datos móviles es de aproximadamente 9,9 GB; las personas pasan una media cotidiana de 3 horas y 21 minutos en su aparato y el 93 % puede acceder a una red 4G o 5G.

Colin Gordon. Miembro de diferentes organizaciones de prensa británicas como el Sindicato Nacional de Periodistas (NUJ), Asociación de Prensa Extranjera (FPA), Federación Internacional de Periodistas (FIP), Asociación de Periodistas Europeos (AEJ), y el Club de Prensa de Londres. Es profesor invitado en: Escuela de Negocios de la Universidad de Roehampton. Además, de arpista en la banda de ritmos latinoamericanos Bahareque.



### ¡Tenga en cuenta!

*Trabajar en ambientes tales como construcción y fábricas, la exposición frecuente a conciertos, discotecas o eventos deportivos ruidosos y el uso prolongado de auriculares a un volumen alto son causas comunes de la pérdida de audición.*

18

**millones de personas en Gran Bretaña padecen de falta de audición.** Una condición en la que el 50 % de las personas son mayores de 50 años y el 80 %, mayores de 70.

509

**millones de personas en el mundo, en 2030, habrán perdido el sentido de la audición y 711 millones serán sordas a finales de 2050.**

Un golpe a la oposición en época preelectoral

# La condena al expresidente Álvaro Uribe lo pone de cara a la 'Muerte Política'

El expresidente colombiano Uribe Vélez fue condenado a 12 años de detención domiciliaria (144 meses); la sanción de inhabilidad para ocupar cargos públicos y participación en política, y un alto monto económico como multa. Un hecho sin precedentes en el país sudamericano, al ser el primer exmandatario en la historia, investigado y encontrado culpable de los cargos.

Sala de Redacción

Express News UK



Expresidente Álvaro Uribe Vélez

**B**ogotá. - Con 73 años de edad y una condena que lo inhabilita para ejercer cargos públicos y/o participar en ellos, se habla de una 'Muerte política' para el expresidente Uribe Vélez.

El 28 de julio de este año, la jueza del circuito de Bogotá (Colombia), Sandra Liliana Heredia condenó al expresidente Álvaro Uribe Vélez por los delitos de fraude procesal y soborno en actuación penal, dos de los tres cargos de los que se le acusó, el otro, se declaró como de bajo impacto y que no se comprometía la participación del político.

Cuatro días después del anuncio del fallo se dio a conocer la condena en los términos de: **12 años de detención domiciliaria, 100 meses y 20 días de inhabilidad política que lo deja más de ocho años sin poder aspirar a cargos públicos, hacer proselitismo o intervenir de alguna manera en ello.**

Recordemos que es en este momento, Uribe es la cabeza visible de un partido político de la oposi-

ción y un gran dirigente colombiano. Además, deberá **pagar 2.420,5 salarios mínimos legales mensuales vigentes**, una suma millonaria por demás.

**¿Qué acciones le quedan a la defensa?**

Ahora, *¿Qué posibilidades o escenarios le esperan al expediente, con la apelación que ya anunció la defensa del expresidente?*

**Lo primero es que la defensa apele la decisión**, pidiendo que otra instancia u otro juez analice la determinación de la condena y, de no modificarse el fallo, **la condena se pueda desarrollar en casa por cárcel**. Cabe indicar que el fallo encontró que el líder del *Centro Democrático* fue el determinante de una red de manipulación de testigos que engañaron a la justicia para que hablaran a su favor, y en contra del senador Iván Cepeda.

Esa determinación se debería conocer antes del 8 de octubre de este año, que es el mes en el que el caso prescribirá. En términos sencillos, ese fallo, que es

el de segunda instancia, puede definir tres caminos.

El primero: **confirmar la culpabilidad completa de Uribe Vélez y respaldar toda la sentencia de la jueza Heredia**. El segundo: **tumbar ese fallo y absolver al expresidente**. Y el tercero: **emitir un fallo modulado, es decir, confirmar algunas decisiones de Heredia, pero absolver a Uribe de otras**.

Si el *Tribunal Superior de Bogotá* no toma una decisión antes de octubre de este año, el proceso tendría que cerrarse por vencimiento de términos, es decir, que se agotó el tiempo que tenía la justicia para resolver el expediente.

Si logra llegar a una decisión antes de dos meses, **el caso no termina allí, pero su futuro depende de lo que defina la Sala Penal del tribunal**. Además de la segunda instancia, queda la casación. Aunque esa es una decisión aún desconocida, el Código Penal permite explicar qué sigue porque el proceso todavía tiene camino por recorrer.

**2018 el exmandatario renunció a su curul en el Senado de la República para perder el fuero que le permitía a la Corte investigarlo. Por eso, su caso llegó a la Fiscalía.**



El expresidente Álvaro Uribe Vélez, durante el anuncio del fallo en su contra, desde su finca de residencia en el oriente antioqueño.



Sandra Liliana Heredia, jueza 44 del Circuito de Bogotá. Foto tomada del Consejo Superior de la Judicatura.

## Los últimos recursos

Si el Tribunal confirma cualquiera de las condenas contra Uribe, su defensa puede acudir a la *Corte Suprema de Justicia*, como ya dijo que lo hará de ser necesario. **Ese es un escenario que resulta paradójico, pues el expresidente trató de evitar como fuera que su caso siguiera en ese alto tribunal.**

Tanto así, que renunció a su curul en el senado en 2018 para perder el fuero que le permitía a la Corte investigarlo. Por eso, su caso llegó a la Fiscalía.

Así las cosas, **los 13 años de los sucesos de que se acusa al expresidente, los 7 del proceso podrían extenderse mucho más**, al poder acceder a todos estos recursos de Ley para poder cambiar el fallo o, iniciar una nueva investigación.

## Reino Unido declararía Estado a Palestina en septiembre



**L**ondres.- El Reino Unido ha anunciado, en cabeza de su primer ministro, Keir Starmer su intención de reconocer al Estado palestino, pero para dar el paso, ha establecido condiciones estrictas para Israel y Hamás. Este reconocimiento está previsto para septiembre, coincidiendo con la Asamblea General de la ONU, pero solo si se cumplen

ciertas condiciones clave.

Además, sería una adhesión a la decisión del presidente de Francia, Emmanuel Macron que declaró Estado a Palestina con todo lo que esto implica para la realidad en Medio Oriente y el mundo. Sin embargo, UK ha exigido a Hamás, la liberación incondicional de todos los rehenes israelíes que aún mantiene cautivos, un alto el

fuego por parte de Hamás, su renuncia a cualquier papel en el gobierno de Gaza y un compromiso firme con el desarme, renunciando a la violencia como medio para alcanzar sus objetivos políticos.

Por su parte, el gobierno israelí ha rechazado enérgicamente el anuncio del Reino Unido, argumentando que este tipo de medidas solo sirven para recompensar a Hamás y socavan los esfuerzos por alcanzar una paz duradera. A ello, la respuesta del gobierno británico ha defendido su postura, señalando que la situación en Gaza es insostenible y que es necesario, tomar medidas audaces para impulsar el proceso de paz. El anuncio se produce en un contexto de creciente presión internacional sobre Israel para que mejore la situación humanitaria en Gaza y avance hacia una solución pacífica del conflicto.

## México y EE. UU. cerca de acuerdo £65.5 millones (€75 millones) fue el pase del colombiano, Luis Díaz al Bayern



**L**ondres.- Luis Díaz, el astro colombiano, tuvo un impacto significativo en el Liverpool FC desde su llegada en enero de 2022 hasta julio de 2025, fecha en que es fichado para el club alemán, Bayern de Múnich. Fueron tres años y medio en el club, jugó 148 partidos y marcó 41 goles, convirtiéndose rápidamente en un jugador clave gracias a su velocidad, habilidad y versatilidad.

Durante su tiempo en Liverpool, Díaz ayudó al equipo a ganar cuatro trofeos importantes, incluyendo la Premier League 2024/25. En su primera temporada, contribuyó a la victoria en la FA Cup y la Carabao Cup. Su llegada impulsó el ataque del Liverpool, y fue fundamental

para alcanzar la final de la Champions League en 2022.

Su temporada más prolífica fue la 2024/25, con 17 goles y 5 asistencias. Más allá de las estadísticas, Díaz se convirtió en un favorito de la afición por su estilo y, su conexión con el club se fortaleció después del secuestro de su padre en Colombia, con la comunidad de Liverpool que le demostró su apoyo.

Su traspaso al Bayern de Múnich fue un movimiento significativo, con el Liverpool recibiendo una tarifa de £65.5 millones (€75 millones). Díaz dejó un mensaje de despedida emotivo, recordando especialmente a su ex compañero de equipo Diogo Jota, quien falleció recientemente en un accidente de tránsito en España.

## Sismo de gran magnitud en Rusia llegó a generar alertas a lo largo del planeta



**Moscú.-** Un terremoto de magnitud 8.8 sacudió la península de Kamchatka, sobre el mediodía del miércoles 30 de julio en Rusia, desencadenando una alerta de tsunami a nivel internacional que llegó hasta las costas de países como Estados Unidos, Canadá, y varios en Sudamérica (México, Ecuador, Chile y Colombia, entre otros), implementaron también, medidas preventivas, con alertas que posteriormente fueron rebajadas.

Al cierre de esta edición de Express News, y pese a la magnitud del sismo, Rusia reportó la ausencia de víctimas y levantó la alerta de tsunami en la región afectada, aunque la evaluación completa de los daños se tomará cerca de una semana para su estimación. En su momento, el evento causó evacuaciones masivas, especialmente en Japón, donde aproximadamente dos millones de personas fueron desplazadas y se registró una muerte relacionada con la evacuación.

La magnitud del terremoto también activó la erupción del volcán Kliuchevskói en Siberia, añadiendo otra capa de complejidad a la situación. El evento destaca la eficacia de los sistemas de alerta temprana de tsunami en la región del Pacífico, permitiendo a muchos países reaccionar con rapidez y minimizar las consecuencias.

Sin embargo, el suceso también pone de manifiesto la vulnerabilidad de las poblaciones costeras ante los fenómenos naturales de gran escala y la necesidad de una preparación constante. Al cierre de esta edición, la situación continuaba siendo monitoreada para evaluar posibles réplicas y daños reales tras el suceso.

## EN CIFRAS

**8,8** fue la magnitud del seísmo ocurrido esta semana en Kamchatka (Rusia), uno de los diez principales terremotos de los que se tiene registro en la historia. Se destaca el de Valdivia (Chile) de 1960, que mantiene el récord y número uno de la lista con una magnitud de 9,5.

Desde Australia hasta España

## Bañadores fotográficos



Hay quienes piensan que los trajes de baño para hombres son aburridos, pues se equivocan, ya que la firma australiana **Phoneyduds**, ha diferenciado esta prenda masculina que, definitivamente, viste miradas con mucha innovación, estilo y una identidad inconfundible que solo su creador supo darle gracias al particular espíritu viajero de una foto.



Carlos Manuel Ruiz Suárez (\*)

Corresponsal  
Express News UK

Es la temporada que más esperamos del año, el verano nos pone de buen humor ya sea porque nos vemos tumbados en una playa o al borde de una piscina tomando un *cocktail*. Por tal motivo, dentro de esta atmósfera de relax hay una particular prenda que destaca: **el bañador**.

Un traje de baño es como una armadura muy sexy que depende de la personalidad de cada quien. Y como dice el refrán español “entre gustos y colores no han escrito los autores”, es así como cada persona tiene sus propias preferencias bastante subjetivas.

Entrado ya en el modo verano y echando un vistazo por *Instagram* me encontré con unas imágenes que, sin duda alguna, capturaron mi atención. Se trata de *Phoneyduds*, una sorprendente marca de *speedos* que utiliza **impresiones fotográficas en sus osados diseños solo para hombres que no temen destacarse entre las aguas dulces y saladas**.

Inspirado en un ritual diario de natación en *Bondi Beach* —la playa más famosa de Sídney en Australia, que atrae a un montón de surfistas y amantes del sol durante todo el año inclusive en invierno— comenta su promotor *Kym Cheek*, que el proyecto realmente nació en “rechazo a los trajes de baño caricaturescos y comerciales”.

Consciente de todo esto, se nota que, al también diseñador de estas cortas prendas atemporales, le hace ilusión hablar de su marca y lo que verdaderamente le entusiasma: “para qué usar estampados llamativos cuando puedes lucir arte fotográfico. Me encanta viajar y tomar fotos; de ahí surgió la idea de confeccionar bañadores con imágenes impresas en alta resolución tomadas íntegramente con un iPhone

durante mis viajes.

“Investigué mucho para encontrar un fabricante que pudiera imprimirlas con suficiente claridad hasta que lo encontré y empecé a trabajar en ello”.

Por lo visto, el concepto es simple y original en cuanto a cada detalle. Todos los diseños son una elección de estilo que combina moda, pero con arte. Desde la dorada costa de Bondi y el resplandeciente puerto de Sídney, hasta los acantilados de Grecia y el encanto adoquinado de España y Francia, cada pieza es una sorpresa visual que se convierte en un tema de conversación por sus colores vibrantes estampados en tela de secado rápido y alta elasticidad que permite movimientos fluidos.

Cada *slip* cuenta con un elegante cordón negro y un panel de doble frente ideal para nadar, hacer *body surf* o simplemente tomar el sol. La gama también incluye series inspiradas en texturas vegetales y estampados urbanos

**Carlos Manuel Ruiz Suárez**. Lic. en Comunicación Social de la U. Central de Venezuela -UCV- y en Ciencias de la Información de la U. Complutense de Madrid. Especializado en temas de *Life Style*, Arte y Cultura, con participación destacada en medios impresos y audiovisuales es corresponsal en Madrid (España) de *Express News UK*.



Modelo de Bañador masculino.

Con envío gratuito a nivel mundial, tienen presencia en Australia, Estados Unidos, Reino Unido y Europa. “El negocio está creciendo con el tiempo porque *Phoneyduds* es más que un traje de baño, es una forma de escapar de la rutina. No conozco ninguna otra marca que haga impresiones fotográficas, son totalmente únicos”, defiende *Kym Cheek*. Sin embargo, confiesa que lamentablemente aún no hay ventas en Latinoamérica, “hagámoslo realidad”, exclama. Cosa que haremos a nivel profesional con estas interesantes líneas. ■



# Express PODCAST

Londres en  
español

HISTORIAS | ENTREVISTAS | ANÁLISIS



ESCANEA EL  
CÓDIGO QR  
Y SUSCRÍBETE  
GRATIS



Una forma de tener presente nuestra realidad

## Nuestra voz en la pantalla: el cine latino que conecta con nosotros

En este artículo encontrarán un recorrido por algunas de las películas más significativas del cine latinoamericano reciente. No se trata de un ranking, sino de una selección que busca dar cuenta de la diversidad y potencia narrativa que recorre nuestra región.



*Utama, una cinta con identidad y emotividad.*

El cine latinoamericano atraviesa una etapa compleja pero fértil. Mientras algunos títulos destacan en festivales internacionales, otros enfrentan dificultades para llegar a sus propios públicos. Aun así, lo que une a muchas de estas películas es algo esencial: el deseo de contarnos a nosotros mismos, desde nuestras voces, nuestras contradicciones y nuestras esperanzas.

Desde Londres —ciudad cada vez más diversa y con una comunidad latina en crecimiento— es importante que miremos nuestro cine con atención y sentido de pertenencia. No como un producto para ser validado afuera, sino como una expresión legítima de quienes somos. Ver cine latino es reconocernos, abrir un diálogo entre quienes fuimos, quienes

somos y quienes queremos ser, incluso a miles de kilómetros de distancia.

En muchos países de la región, como Colombia, Perú o México, se han consolidado fondos públicos de apoyo a la producción. Sin embargo, los desafíos en distribución, exhibición y acceso siguen siendo profundos. Es por eso por lo que el desarrollo de proyectos sólidos y la creación de audiencias activas —también desde la diáspora— es clave para la sostenibilidad de nuestra industria. En este artículo encontrarán un recorrido por algunas de las películas más significativas del cine latinoamericano reciente. No se trata de un ranking, sino de una selección que busca dar cuenta de la diversidad y potencia narrativa que recorre nuestra región.

### Argentina

Rodrigo Moreno  
*Los delincuentes*

Dirigida por Rodrigo Moreno, esta película parte de un robo bancario para explorar el deseo de escapar del sistema. Con un humor seco y un ritmo singular, plantea una mirada existencial sobre el tiempo, el trabajo y la libertad.

### Bolivia

Alejandro Loayza Grisi  
*Utama*

Un drama visualmente deslumbrante sobre una pareja de ancianos quechuas enfrentando la sequía en el altiplano. Ganó el Premio del Jurado en Sundance y fue muy bien recibida por la crítica europea.

### Brasil

Kleber Mendonça Filho  
*Retratos fantasmas*

El director Kleber Mendonça Filho crea un ensayo cinematográfico sobre los antiguos cines de Recife y su vínculo con la memoria urbana. Es una carta de amor al cine como experiencia colectiva.

### Chile

Maite Alberdi  
*La memoria infinita*

Maite Alberdi ofrece un documental conmovedor sobre el periodista Augusto Góngora y su pareja, Paulina Urrutia, enfrentando juntos el Alzheimer. Una historia íntima que también dialoga con la memoria política de Chile.



Gustavo Portugal (\*)

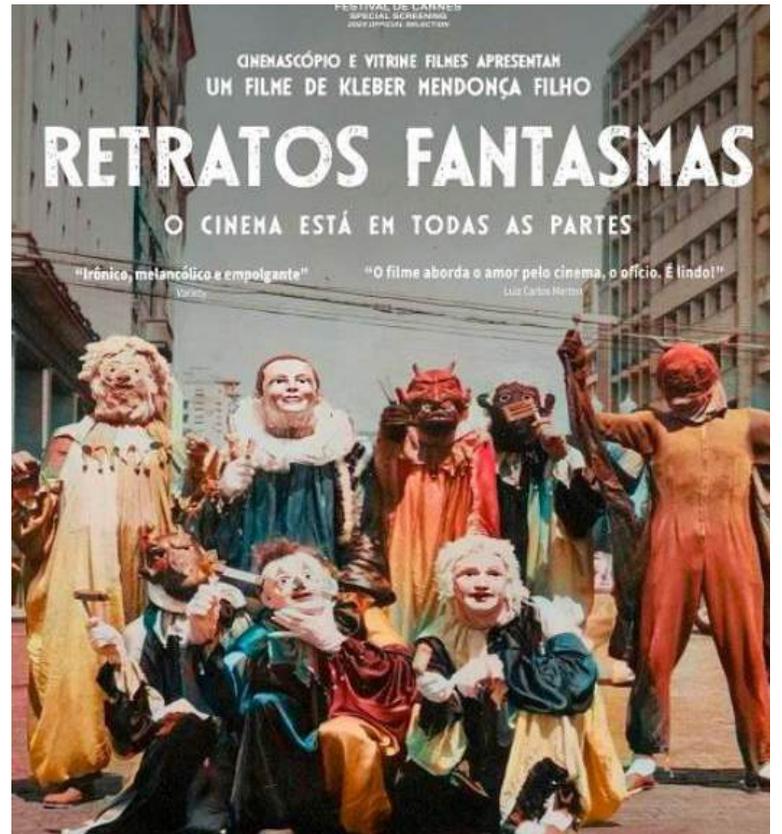
Corresponsal  
Express News UK



La piel pulpo, una historia sobre la complejidad familiar.



La teoría de los vidrios rotos.



Retratos Fantasmas, película brasileña.



Willaq Pirqa. La primera película completa en idioma quechua.

### Colombia

Steven Morales Pineda  
*Agua Salá*

Una de las propuestas más íntimas del cine colombiano reciente. Ambientada en la costa, es una historia de deseo, pérdida y resiliencia afrocaribeña, dirigida con una estética atmosférica y contemplativa.

### Cuba

Carlos Lechuga  
*Vicenta B.*

Carlos Lechuga narra la historia de una espiritista de barrio que pierde la fe mientras observa el éxodo de sus seres queridos. Una película sobria, cargada de simbolismo y tristeza contenida.

### Ecuador

Ana Cristina Barragán  
*La piel pulpo*

Un coming-of-age visual y sensorial, centrado en una familia que vive aislada en la costa ecuatoriana. La película explora la adolescencia, la sexualidad y el deseo de libertad con una estética hipnótica.

### México

Lila Avilés  
*Tótem*

Lila Avilés retrata un día en la vida de una niña que celebra el cumpleaños de su padre enfermo. Una obra sensible, poética y sutil que confirma la madurez de una nueva generación de cineastas mexicanos.

### Perú

César Galindo  
*Willaq Pirqa*

Dirigida por César Galindo, es la primera película hablada íntegramente en quechua que llega al circuito comercial peruano. Un niño descubre el cine y se convierte en puente entre su comunidad y el mundo audiovisual.

### República Dominicana

Silvina Schnicer y Ulises Porra  
*Carajita*

Dirigida por Silvina Schnicer y Ulises Porra, aborda con crudeza la relación entre una adolescente de clase alta y su niñera. Un drama social que interpela las jerarquías raciales y afectivas en el Caribe.

### Uruguay

Diego Fernández  
*La teoría de los vidrios rotos*

Una sátira político-policia que juega con el absurdo y la burocracia, dirigida por Diego Fernández. Refleja con humor la idiosincrasia rioplatense y la fragilidad institucional.

### Entender y apropiarnos

Estas películas reflejan los múltiples caminos que toma hoy el cine latinoamericano: desde el cine de autor más contemplativo hasta narrativas populares con nuevos lenguajes. Hablan de lo íntimo y lo colectivo, de lo político y lo poético, de lo urbano y lo ancestral. Pero, sobre todo, hablan desde una perspectiva propia.

Para la comunidad latina en el Reino Unido, apoyar este cine no es solo un gesto cultural. Es también una forma de construir identidad desde la distancia, de compartir experiencias que nos son cercanas, de reconocernos en pantalla. Si no vemos nuestras propias historias, ¿quién lo hará por nosotros?

Que esta columna sea, entonces, una invitación a mirar, comentar, compartir y discutir el cine latinoamericano. En nuestras casas, en los cines independientes, en clubes de cine o en festivales. Porque nuestras películas no solo merecen ser vistas, necesitan ser vividas por nosotros. ■

## ¿Es el afán por ofrecer ayuda desinteresada, una trampa del ego?

Esta novela nos hace pensar sobre esa necesidad del ser humano de sentirse indispensable para otra persona



Norma Constanza Jiménez G.  
ExpressNews UK

La más reciente novela de **Elvira Sastre**, publicada en 2024, nos trae de nuevo el estilo narrativo particular de esta reconocida poeta. Un lenguaje cuidadoso, una prosa bella —como todo lo que la autora escribe— con frases magistrales y una historia de *suspense* psicológico que en ocasiones hace rabiar al lector.

En *Las vulnerabilidades*, la autora se inspira en una historia personal para ficcionar la co-dependencia entre dos mujeres: **Elvira de 30 y Sara de 17, alrededor de un caso de violencia digital**, en el que el lector termina siendo testigo de una relación asfixiante.

Al inicio de la historia, en la que la autora se ubica como protagonista, **Elvira simula**

### DEFINICIÓN DE LA OBRA

Nombre de la obra:

**Las Vulnerabilidades**

Autor: **Elvira Sastre**

Nacionalidad: **Española**

Género: **Novela**

Año: **2024**

Editorial: **Seix Barral**

Páginas: **347**



la filtración de un video suyo de carácter sexual, para generar una campaña de conscientización sobre protección de datos. Es entonces, cuando entre la montaña de mensajes que recibe, una adolescente la contacta para contarle que ella también ha sido víctima de un caso similar.

Sara ha sido chantajeada por Rodrigo, su exnovio, con un video íntimo que finalmente expone y ahora está absolutamente desesperada. Su familia está furiosa, sus propios compañeros del instituto la acusan y revictimizan, e incluso tiene un intento de suicidio.

Es allí cuando Elvira encuentra a una Sara tan desvalida y vulnerable que se propone a ayudarla a salir de ese lío, y lo hace sin ningún tipo de conocimiento psicológico o terapéutico. Y tal vez ese es el primer error de Elvira.

La mujer se entrega tan de lleno en el propósito de salvar a Sara, que se olvida de sí misma. Ella al parecer no se da cuenta —el lector sí— pero se convierte en una relación tan sofocante y tóxica que, aunque está basada en un fin completamente altruista, como lo es querer ayudar a una desconocida, terminamos cuestionándonos acerca del rol de las personas cuidadoras y la importancia de su preparación para enfrentar una situación límite en el otro, sin olvidar protegerse a sí mismas.

Durante los meses que dura el relato, **Elvira vive, respira y existe en torno al bienestar de Sara** y a la gratificación que le produce ser necesaria para ella. Y es allí donde empieza a revelarse la relación de poder entre Elvira y Sara: **la adolescente hace todo lo que ella le aconseje, y para Elvira que Sara le haga caso**

**es su mayor anhelo**, así esté disfrazado de las mejores intenciones.

Y entonces nos preguntamos ¿Cuál es el límite entre el altruismo y la gratificación propia? ¿Hasta dónde podemos llegar por sentirnos importantes para alguien?

Y como les decía, no podemos olvidar que Sara es una joven ingenua y desconocida. Aún así, Elvira le abre las puertas de su casa, le cuenta su vida, permite que le aliente en sus propios días difíciles, comparten temores, obsequios y consejos. **Se necesitan la una a la otra, como el aire para respirar.**

Esta novela nos hace pensar sobre esa necesidad del ser humano de sentirse indispensable para otra persona, y vemos cómo en esta historia, **el ego termina tendiéndole una trampa espantosa**

**a Elvira.** Con un *plot twist* al cierre, nos preguntamos qué tan cierto es el dicho aquel de *“Toda buena acción trae consigo su correspondiente castigo”*.

#### De la violencia digital

Aunque el tema de la **violencia digital y la exposición de datos privados no queda completamente desarrollado en la historia**, la autora sí reflexiona y hace énfasis en que hay que creerle a las víctimas. **También ofrece señales para reconocer las relaciones violentas, especialmente en las que hay maltrato psicológico**, porque ese es el terreno en el que se inician los agresores.

**Y nos habla de la importancia de la denuncia.** Aunque el sistema está diseñado desafortunadamente para revictimizar a las mujeres, para

que tengan que contar una y otra vez la historia, para ser cuestionadas y culpadas por la situación, cuando realmente la única responsabilidad es del agresor.

#### Relaciones de poder

Sastre, en su obra, nos habla de las **relaciones de poder que se dan en las parejas con grandes diferencias de edad.** Aquí **conocemos a una niña de 13 años con un tipo que le lleva más de diez**, —una relación desigual por donde se mire— y cómo durante 4 años estuvo abusando de ella, mientras la chica pensaba que eso era amor.

Y por supuesto, no podemos dejar de pensar en la relación de poder que se genera entre **una Elvira de 30 y una Sara de 17**, en la que una de las dos no saldrá indemne.

### LA AUTORA

*Elvira Sastre*, la autora de la premiada novela *Días sin ti*, (Premio Biblioteca Breve 2019), nos trae un nuevo relato basado en una experiencia real, a partir de la cual ficciona la relación de codependencia entre dos mujeres vulnerables.

La escritora nacida en Segovia, (1992) es también traductora y filóloga. Desde joven mostró interés por la lectura y la escritura, destacándose en su

adolescencia con su blog: *‘Relocos y recuerdos’*.

Se mudó a Madrid para estudiar y cursar un máster en Traducción Literaria, participando activamente en circuitos poéticos. Entre sus obras destacan los poemarios *Ya nadie baila*, *Baluartes* y *Acualírica*. También ha trabajado como traductora de autores como *Gordon E. McNeer* y *Oscar Wilde*.



# Un recorrido por los sabores andinos

En el corazón de Sudamérica, Bolivia y Ecuador se destacan por su rica diversidad cultural y gastronómica. Cada región de estos países ofrece un festín de sabores que evocan tradiciones ancestrales y la conexión con la tierra. A través de sus ingredientes frescos y recetas autóctonas, cada bocado revela la historia de su gente. A continuación, te invitamos a descubrir la esencia de dos de las regiones del continente, a través de sus platos más emblemáticos.



## PLATO TÍPICO DE BOLIVIA

### Pique macho



Lised Tatiana Hernández

Express News UK



#### INGREDIENTES

- 500 g de carne de res (en tiras)
- 4 salchichas (cortadas en rodajas)
- 4 papas (cocidas y cortadas en cubos)
- 1 cebolla (picada)
- 2 tomates (picados)
- 1 cucharadita de ají amarillo
- Sal y pimienta al gusto
- Perejil (para decorar)

#### Preparación

1. En una sartén, cocina la carne hasta dorarse. Agrega las salchichas y cocina por unos minutos más.
2. Incorpora la cebolla, los tomates y el ají amarillo. Cocina hasta que las verduras estén tiernas.
3. Agrega las papas cocidas y mezcla bien. Cocina por unos minutos más.
4. Sirve caliente, decorado con perejil.

## PLATOS TÍPICOS DE ECUADOR

### Ceviche de camarón

#### Preparación

1. Cocina los camarones en agua hirviendo durante 2-3 minutos hasta que estén rosados. Escurre y enfría.
2. En un tazón, mezcla los camarones con la cebolla, el tomate, el jugo de limón, el cilantro, la sal y la pimienta.
3. Deja reposar en el refrigerador durante 30 minutos para que los sabores se integren.
4. Sirve frío, acompañado de aguacate y chifles.

#### INGREDIENTES

- 500 g de camarones (pelados y limpios)
- 1 cebolla morada (en rodajas)
- 2 limones (su jugo)
- 1 tomate (picado)
- 1 aguacate (en cubos)
- Cilantro fresco (picado)
- Sal y pimienta al gusto
- Chifles (plátano frito, para acompañar)



### Hornado

#### Preparación

1. Marina el cerdo con ajo, comino, sal, pimentón y cerveza durante al menos 2 horas.
2. Precalienta el horno a 180°C. Coloca el cerdo en una bandeja para hornear.
3. Agrega la cebolla y el agua a la bandeja. Cubre con papel aluminio y hornea durante 2 horas.
4. Retira el papel aluminio y hornea por 30 minutos más para dorar la piel.
5. Sirve caliente, acompañado de mote y ensalada.

#### INGREDIENTES

- 1 kg de cerdo (en trozos)
- 4 dientes de ajo (picados)
- 1 cucharada de comino
- 1 cucharada de sal
- 1 cucharada de pimentón
- 1/2 taza de cerveza
- 1 cebolla (en plumas)
- 2 tazas de agua



*Se repite la historia, Colombia se queda con el subcampeonato*

## Brasil por 9ª. vez alza la Copa 2025: el poder, la ilusión y lo que hay que mejorar

En un duelo deportivo digno de una final, Brasil se lleva la Copa América de Fútbol Femenino 2025 de la CONMEBOL por quinta vez consecutiva y novena de diez ediciones, imponiéndose al onceno colombiano. Todo se definió en un partido para la historia, en los tiros penal en segunda ronda quedando, 5 a 4. Al final, brasileñas y colombianas irán a los Olímpicos 2028.



fotografía oficial tomada de Conmebol

partido de infarto con goles, enfrentamientos y mucha polémica arbitral.

En un encuentro no apto para cardíacos, la selección de Brasil se alzó con el título en medio de una contienda deportiva verdaderamente digna de una final. Colombia demostró su garra y calidad, adelantándose en el marcador en varias ocasiones gracias a los goles de Linda Caicedo y Mayra Ramírez, sumado a un autogol de la defensa brasileña. Sin embargo, la Canarinha, con la experiencia y el talento de sus jugadoras, logró igualar el marcador una y otra vez, llevando el partido a la prórroga.

En el tiempo extra, Marta, la legendaria jugadora brasileña, volvió a marcar, pero un espectacular gol de tiro libre de Leicy Santos le devolvió la esperanza a Colombia, forzando la de-

finición desde los once pasos. A pesar de la destacada actuación de Tapia, la portera colombiana, quien atajó dos penales, Brasil se impuso 5-4, conquistando su novena Copa América del torneo, la quinta consecutiva sin soltar el prestigioso título.

Para Colombia, este representa su cuarto subcampeonato, consolidándose como una de las selecciones más competitivas del continente y su historia sigue puliendo su garra, camino de la corona. Y es que, durante el torneo, Colombia fue la selección más consistente fuera del gigante brasileño.

Ganó sus partidos con solidez, respaldada por la creatividad de Linda Caicedo, la madurez de Daniela Montoya y el liderazgo de Catalina Usme. Ha demostrado que está lista para pelear por el título sin complejos. Brasil, por su parte, mantuvo su esencia: presión alta, calidad

individual —con Ary Borges y Geyse como figuras— y la participación de la que fuera catalogada como la mejor jugadora del mundo la mítica Marta, con una capacidad para ganar incluso, sin dominar, todo el tiempo.

### Un torneo de contrastes:

talento en la cancha, abandono fuera de ella. Más allá de los finalistas y ganadores, el torneo dejó otras sorpresas notables. Venezuela y Paraguay mostraron evolución táctica; Argentina, sin brillar, logró competir; Chile decepcionó. Pero lo que unió a todas las selecciones fue algo que no debería: las condiciones precarias del país anfitrión: Ecuador. Canchas en mal estado, sin VAR en fase de grupos (Aunque esto hace parte de las reglas de la competencia), horarios desfavorables, logística deficiente,

y frente a ello, las jugadoras, una vez más, respondieron con fútbol. Sin embargo, eso no quita la pregunta incómoda: ¿hasta cuándo tendrán que resistir en vez de simplemente jugar? La Copa América Femenina ha dado pasos hacia adelante, pero sigue arrastrando estructuras de otras épocas. El crecimiento del fútbol femenino en Sudamérica exige algo más que talento: respeto, inversión y condiciones a la altura de las jugadoras.

Lo que falta, sin embargo, no está en los pies, sino en las decisiones fuera del campo. En resumen, Brasil y Colombia tienen su cupo a los Olímpicos 2028 de Los Ángeles y Argentina y Uruguay, quedaron en el tercer y cuarto lugar, respectivamente, en la edición 10 del torneo que, por cierto, estrenó copa plateada con diseño renovado especial por cumplir una década de historia.



**Daniel Fajardo Belmonte**

(@Noctusfe)  
Corresponsal Colombia  
Express News UK

Brasil se corona, una vez más, como campeona de la Copa América Femenina 2025, al vencer a Colombia en una dramática final de penales, luego de 120 minutos de

## Tour de Francia 2025: el alma del ciclismo sigue intacta



**Tadej Pogačar recuperó el trono del Tour de Francia 2025 con una actuación tan calculada como brillante.** Su duelo con Jonas Vingegaard volvió a encender la leyenda de la montaña. El podio se completó con Florian Lipowitz, en la tercera escala. Mientras, jóvenes como Juan Ayuso y Biniam Girmay dejaron ver sus señales de éxito al futuro. Una edición fiel a la esencia del ciclismo: dolor, gloria y resistencia.

### Pogačar vs Vingegaard: la montaña escenario de grandeza

El Tour terminó como suele hacerlo: en París, entre aplausos y piernas agotadas. Esta edición dejó momentos para el recuerdo. El duelo en los Alpes entre Jonas Vingegaard y Tadej Pogačar fue ciclismo en estado puro: estrategia, resistencia y emoción hasta el último kilómetro. El esloveno recuperó la corona con inteligencia, ambición y una notable gestión del desgaste a lo largo de las tres semanas.

Tadej Pogačar volvió a lo más alto del ciclismo mundial con una actuación de enorme madurez. Su agresividad habitual se combinó este año con paciencia estratégica: eligió cuándo atacar y cuándo esperar. En las etapas clave de montaña, impuso su ritmo sin desgastarse,

y en la contrarreloj fue simplemente imbatible. Mostró que no solo es el más talentoso, sino también el más completo. Ganó con cabeza, piernas y corazón.

### Nuevas promesas, victorias históricas y espíritu

Entre los jóvenes, brilló el español Juan Ayuso, que firmó podio y promete ser protagonista en la próxima década. También hubo victorias parciales llenas de emoción, como la de Biniam Girmay, primer eritreo en ganar una etapa en los Pirineos. El Tour sigue siendo eso: un lienzo donde el sufrimiento se convierte en hazaña.

Hay algo poético en ver a ciclistas destrozados por la montaña, pero aún así, empujando su bicicleta un metro más. El Tour es una de las pocas competencias donde perder tiempo no significa perder dignidad. Aquí, llegar también es vencer.

## ‘El golpe’ del Opinómetro



Daniel Fajardo Belmonte

(@Noctusfc)  
Corresponsal Colombia  
Express News UK

### LUIS DÍAZ AL BAYERN: UN SALTO ENTRE CERTEZAS Y DESAFÍOS

Luis Díaz cambia Liverpool por el Bayern Múnich en un movimiento que combina ambición y riesgo. El colombiano busca consolidarse en la élite europea, mientras el club alemán intenta renovar su identidad ofensiva. Un fichaje que refleja carácter, pero exige adaptación inmediata.

El fichaje de Luis Díaz por el Bayern Múnich sacudió el mercado. Tras años en Liverpool, el colombiano cambia de país, idioma y sistema de juego. Lo hace para seguir compitiendo en la élite, en un club que domina en Alemania, pero, que busca revalidar su poderío en Europa.

Uno de los factores clave en su salida fue económico: su salario en el Liverpool estaba lejos del nivel de otros titulares indiscutibles, una desproporción que no pasaba desapercibida en el entorno del jugador. Bayern no solo le ofrece un nuevo reto deportivo, sino también el reconocimiento económico que corresponde a su impacto en el campo.

Díaz llega como una solución para un Bayern que busca desborde y gol desde la banda izquierda, una zona donde el equipo perdió chispa, tras la salida de jugadores como Coman o Sané. En teoría, el estilo del colombiano encaja: vertical, directo, con sacrificio defensivo. Sin embargo, los retos son grandes. La Bundesliga no tiene la exposición de la Premier, y el entorno bávaro es exigente como pocos.

¿Un paso adelante o una apuesta con trampa?

¿Es una buena decisión? Dependerá de su adaptación, de su regularidad, y de cómo el Bayern se reconstruya tras una temporada de transición. Lo cierto es que Díaz se atreve cuando otros dudan. Ese mismo carácter que lo llevó de Barrancas a Anfield es el que ahora lo empuja al Múnich. Y en el fútbol de élite, atreverse ya es parte del triunfo.

Lugares, personas y sucesos increíbles

## ¿Sabías que...?

# Datos curiosos que desafían la realidad

Lised Hernández (\*)  
ExpressNews UK

Esta sección trae para Ustedes una serie de sucesos, historias y referencia de lugares, personas y hechos inexplicables o incomparables que hacen de este mundo, uno mágico y extraordinario.

### El código de la vida

Biología

**El ADN (ácido desoxirribonucleico) es la molécula que contiene la información genética** necesaria para el desarrollo y funcionamiento de todos los organismos vivos. Cada célula del cuerpo humano contiene aproximadamente **2 metros de ADN, que está empaquetado en estructuras llamadas cromosomas.**

Curiosamente, si se desenrollara todo el ADN de un solo ser humano, podría alcanzar una distancia de **más de 100 mil millones de kilómetros**, suficiente para llegar a Plutón y volver. El ADN no solo determina características físicas, sino que también influye en aspectos como la **predisposición a enfermedades y ciertos rasgos de personalidad.** La **investigación en genética ha llevado a avances significativos en la medicina personalizada**, donde los tratamientos pueden adaptarse a la composición genética de cada individuo, lo que promete revolucionar la forma en que abordamos la salud y las enfermedades.

### Un solvente universal

Química

El agua es conocida como el **“solvente universal”** debido a su capacidad para **dissolver más sustancias que cualquier otro líquido.** Esta propiedad se debe a su estructura molecular polar, que permite que las moléculas de agua interactúen con diversas partículas.

Aproximadamente el **70 % de la superficie de la Tierra está cubierta de agua**, y es esencial para la vida tal como la conocemos. Sin embargo, solo alrededor del **2.5 % de toda el agua en el planeta es agua dulce**, y de esta, **solo una fracción está disponible para el consumo humano.**

El agua tiene propiedades únicas, como su capacidad para **regular la temperatura del planeta y su papel crucial en procesos biológicos como la fotosíntesis.** La investigación en química del agua ha llevado a avances en tecnologías de purificación y conservación, **destacando su importancia no solo en la naturaleza, sino también en la sostenibilidad del futuro.**

### Un monumento a la resiliencia

Historia

La **Gran Muralla China es una de las construcciones más icónicas del mundo**, pero su historia es tan fascinante como su tamaño. Construida a lo largo de varios siglos, **desde el siglo VII a.C. hasta el siglo XVI**, abarca un total de más de **21,196 kilómetros.**

Esta monumental obra no solo fue diseñada para proteger a los estados chinos de invasiones, sino que también sirvió **como una vía para controlar el comercio y la migración.** Curiosamente, **la muralla no es una única estructura continua, sino una serie de murallas y fortificaciones construidas por diferentes dinastías**, incluyendo la **Dinastía Ming, la más conocida.**

A pesar de su imponente presencia, la muralla no siempre fue efectiva para detener a los invasores; los mongoles y otros grupos que lograron cruzar en varias ocasiones. **En la construcción participaron miles de trabajadores y prisioneros, muchos de ellos, perdieron la vida durante su edificación.**

Hoy en día, la **Gran Muralla es un símbolo de la fuerza y resiliencia del pueblo chino**, y fue declarada **Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1987.**

### ¡A la velocidad del segundo!

Física

La **velocidad de la luz en el vacío es de aproximadamente 299,792 k por segundo.** Este valor es fundamental en la física moderna, ya que establece un límite para la velocidad a la que se puede transmitir información y materia en el universo. La **teoría de la relatividad de Albert Einstein establece que a medida que un objeto se acerca a la velocidad de la luz, su masa efectiva aumenta**, lo que requiere más energía para continuar acelerándolo. Esto significa que es imposible para cualquier objeto con masa alcanzar o superar la velocidad de la luz. Este concepto ha llevado a la exploración de teorías como los **agujeros de gusano y la dilatación del tiempo, donde el tiempo puede transcurrir de manera diferente** para observadores en movimiento relativo. La comprensión de la velocidad de la luz ha revolucionado nuestra percepción del espacio y el tiempo, **permitiendo avances en la cosmología y la tecnología moderna, como los sistemas de GPS.**

### La paradoja del barco de Teseo

Filosofía

Es un dilema filosófico que plantea preguntas sobre la identidad y el cambio. Según la historia, si un barco se va reparando y sus partes se reemplazan una a una, **¿sigue siendo el mismo barco?**

Ahora, si todas las piezas originales se reúnen para formar otro barco, **¿cuál es el barco original?** Este problema aborda cuestiones sobre lo que significa ser **idéntico y cómo definimos la identidad a lo largo del tiempo.**

La paradoja **ha sido discutida por filósofos desde la antigüedad, incluyendo a Heráclito**, quien afirmó que **“no se puede entrar dos veces en el mismo río”**, sugiriendo que todo está en constante cambio. **La reflexión sobre esta paradoja invita a considerar la naturaleza de la identidad personal** y cómo nuestras experiencias y recuerdos influyen en quiénes somos a lo largo de nuestras vidas.

### Mundos más allá de nuestro sistema solar

Astronomía

Los **exoplanetas, o planetas que orbitan estrellas fuera de nuestro sistema solar, han revolucionado nuestra comprensión del universo.** Desde el descubrimiento del primer exoplaneta en **1992, se han identificado más de 5000 exoplanetas en nuestra galaxia, la Vía Láctea.**

Algunos de estos mundos se encuentran en la **zona habitable de sus estrellas, donde las condiciones podrían permitir la existencia de agua líquida** y, potencialmente, vida. Sorprendentemente, se estima que podría haber más de **100 mil millones de exoplanetas solo en nuestra galaxia.**

Este campo de investigación no solo amplía nuestro conocimiento sobre la formación de sistemas planetarios, sino que **también plantea preguntas fascinantes sobre la posibilidad de vida en otros lugares del universo.** La exploración de exoplanetas continúa siendo una de **las áreas más emocionantes de la astronomía moderna.**

■ Crédito: AstroVisión

**ARIES**  
21-3 / 19-4

Planeta: Marte  
Elemento: Fuego  
Color: Rojo  
Número: 5

Estás que te lanzas a todo como si fuera tobogán de agua... sin saber si hay piscina. Calma, valiente. Esta semana no es para arriesgarlo todo: piensa antes de actuar. El universo no es tu parque extremo personal.

**TAURO**  
20-4 / 20-5

Planeta: Venus  
Elemento: Tierra  
Color: Verde  
Número: 6

Tu necesidad de estabilidad está en modo "quiero una finca, un gato y una rutina fija". Pero esta semana todo cambia. Adapta te sin rabia. No es caos, es crecimiento... aunque venga envuelto en estrés con moño.

**GÉMINIS**  
21-5 / 20-6

Planeta: Mercurio  
Elemento: Aire  
Color: Amarillo  
Número: 9

Tu cerebro está más hiperactivo que Wi-Fi público. ¿Ideas? A montones. ¿Ejecutarlas? Ehhh... bueno. Esta semana enfócate en una sola cosa. Sí, una. No 5. Menos es más (especialmente si quieres terminar algo).

**CÁNCER**  
21-6 / 22-7

Planeta: Luna  
Elemento: Agua  
Color: Blanco  
Número: 2

Te sentirás como un meme emocional andante. Lloras, ríes, te enojas, todo en 10 minutos. Es normal. Esta semana el corazón habla más fuerte que la cabeza. Solo no tomes decisiones con hambre ni nostalgia.

**LEO**  
23-7 / 22-8

Planeta: Sol  
Elemento: Fuego  
Color: Dorado  
Número: 1

Temporada Leo: estás brillando sin pedir permiso. Esta semana, todo lo que hagas llama la atención. Usa eso sabiamente: ¿vas a inspirar o solo buscar aplausos? Tu ego puede bailar, pero no se robe el show completo.

**VIRGO**  
23-8 / 22-9

Planeta: Mercurio  
Elemento: Tierra  
Color: Beige  
Número: 8

¿Organizaste tu semana con agenda, cronograma y código de colores? Qué bello. Pero todo se va a desordenar. Esta semana el universo quiere que improvises. Sufrirás un poco, pero aprenderás a no depender del control.

**LIBRA**  
23-9 / 22-10

Planeta: Venus  
Elemento: Aire  
Color: Rosa  
Número: 6

Tu diplomacia será puesta a prueba. Alguien quiere que elijas bando y tú solo querías paz, velas aromáticas y neutralidad. Esta semana: no todos quedarán felices... y eso está bien. Priorízate, aunque suene egoísta.

**ESCORPIO**  
23-10 / 21-11

Planeta: Plutón  
Elemento: Agua  
Color: Negro  
Número: 4

Tus emociones están haciendo fila como en el banco: todas quieren atención. Esta semana tu intensidad sube, y también tu intuición. Usa esa energía para transformar, no para obsesionarte. Respira antes de lanzarte al drama.

**SAGITARIO**  
24-11 / 21-12

Planeta: Júpiter  
Elemento: Fuego  
Color: Morado  
Número: 3

Quieres viajar, escapar, huir del grupo de WhatsApp de vecinos. Lo entendemos. Esta semana todo te huele a encierro. Pero en lugar de renunciar a todo, busca una salida creativa. A veces cambiar de ruta es interno.

**CAPRICORNIO**  
22-12 / 20-01

Planeta: Saturno  
Elemento: Tierra  
Color: Gris  
Número: 10

Quieres viajar, escapar, huir del grupo de WhatsApp de vecinos. Lo entendemos. Esta semana todo te huele a encierro. Pero en lugar de renunciar a todo, busca una salida creativa. A veces cambiar de ruta es interno.

**ACUARIO**  
21-01 / 18-02

Planeta: Urano  
Elemento: Aire  
Color: Turquesa  
Número: 11

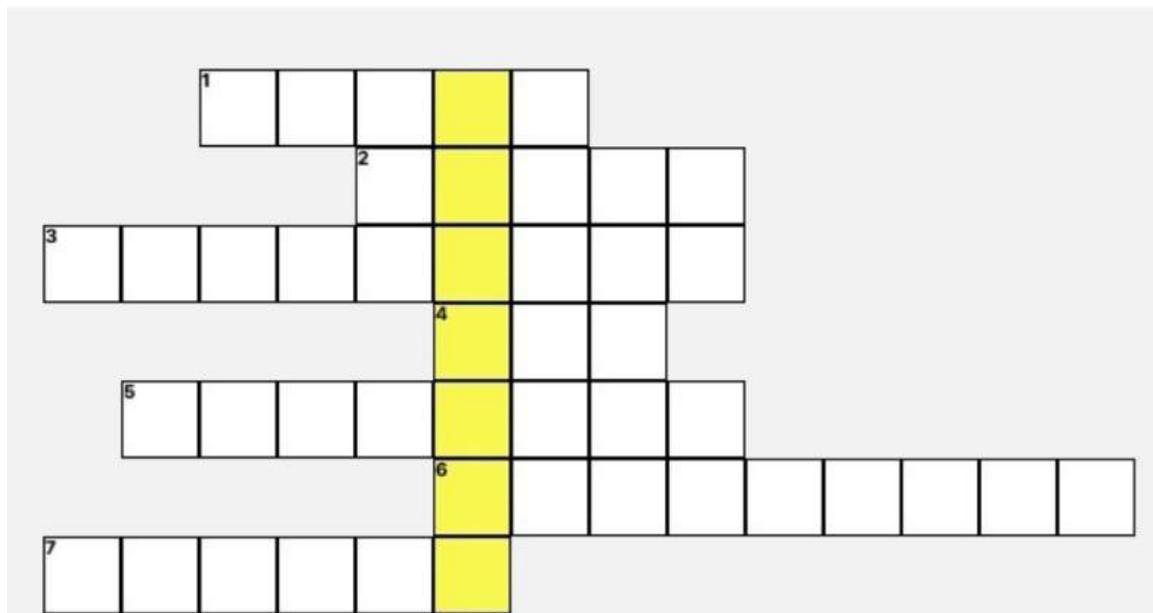
Tus ideas esta semana están más creativas. Quieres viajar, escapar, huir del grupo de WhatsApp de vecinos. Lo entendemos. Esta semana todo te huele a encierro. Pero en lugar de renunciar a todo, busca una salida creativa. A veces cambiar de ruta es interno.

**PISCIS**  
19-02 / 20-03

Planeta: Neptuno  
Elemento: Agua  
Color: Lila  
Número: 12

Te verás dando consejos como gurú emocional, pero por dentro estás en crisis silenciosa. ¿Por qué ayudas tanto y no te ayudas a ti? Esta semana cuídate tú primero. El mundo puede esperar mientras te das amor.

CRUCIGRAMA



1. Obra literaria normalmente en verso.
2. Olor desagradable y penetrante.
3. Juego entre dos equipos de siete jugadores cada uno, cuyo objetivo es introducir el balón en la portería contraria impulsándolo con las manos.
4. Onda de gran amplitud que se forma en la superficie de las aguas.
5. Pasillo estrecho y algo elevado, destinado al desfile de artistas, modelos, etc.
6. Amar o admirar con exaltación a alguien o algo.
7. Nombre de la protagonista de un famoso cuento infantil escrito por Lewis Carroll.

**ExpressNEWS UK**

**¿NECESITAS VENDER, COMPRAR O SORPRENDER A ALGUIEN ESPECIAL?**

**¡NOSOTROS TE AYUDAMOS A HACERLO RÁPIDO Y GRATIS!**

Publica tu anuncio en **CLASIFICADOS EXPRESS** sin costo y llega a más personas en **Reino Unido**. *Express News UK*, el periódico comunitario líder, te ofrece **35 palabras GRATIS** (incluyendo teléfono y dirección) para que alcances tus objetivos.

**¿Quieres un anuncio más grande o con características especiales? ¡Tenemos precios exclusivos para ti!**

Envía tu clasificado ahora mismo a:  
 ■ [Salesdirector@globalcommunity.media](mailto:Salesdirector@globalcommunity.media)  
 ■ [Londoneditor@expressnews.uk.com](mailto:Londoneditor@expressnews.uk.com)



DOMINGO  
**AGOSTO 10**  
 12:00PM-9:00PM  
 2025



**BURGESS PARK**  
 SE5 0AL  
 LONDON



# CARNAVAL DEL PUEBLO

*Lo que nos une!*

**Plataforma Principal**

**Gabriel Romero**  
**Alfredo De La Fé Salsa Set**  
**Roberto Pla Big-Band**

**Omar Puente Charanga Jazz Sextet** • **Cali Swing Salsa School** • **Latin Fiesta Band**  
**Rockanbolas Clásicos Rock en Español** • **Vivi Guerrero** • **Fiesta Fusión**  
**DJ Mauro Granada** • **DJ Jorge Devia**

**Orquídeas Tarima 2**

**Queernaival**

**Club Bodega** • **Bella Silveria** • **Popola Takeover + DJ's** • **Bella Bronze**

**Salsateca Takeover**

**Salsateca Dance School Salsa & Bachata Workshops** • **Nicky B** • **Cali Swing** • **Dj Ivan**

**El Domo Tarima 3**

Por Guyana **EasySkanking & Adrian Smith**

Curà Exhibition, **Heartstone** by **Nick Sidle**

**Sound Latino** Anfitrión **El Domo**

**Mauro Calero Salsa** • **Leo Rivera** • **Cuco**

**HOW TO GET THERE**

Elephant and Castle  
 Old Kent Road: 53, 63, 78, 168, 172, 363, 453  
 Camberwell Road: 12, 35, 40, 45, 68, 468  
 Albany Road: 42, 343

**SCAN OPPORTINUTIES ▶**

[www.carnavaldelpueblo.org](http://www.carnavaldelpueblo.org)  
[carnavaldelpueblo](#)  
[carnavaldelpuebloassociation](#)

