



Por IVETT DE LA CARIDAD RIVERA MACÍAS, estudiante de Periodismo

NADIE duda de la importancia de Internet. Cada día son más los internautas albergados en el ciberespacio y eso no está mal. Pero sucede que desde hace un tiempo este mundo digital ha mostrado su cara más oscura.

Las redes sociales no son gratis, como pensamos a veces, y no están cobrando porque nosotros resultamos el producto. Si no, pregúnteles a los 87 millones de usuarios de Facebook, cuya privacidad se vio lacerada por la empresa británica Cambridge Analytica.

La consultora -especialista en el análisis de datos- recolectó esa información mediante un “inocente” test de personalidad. Infirió perfiles psicológicos y los utilizó en campa-

ñas encaminadas a cambiar la decisión de los votantes, para favorecer las elecciones presidenciales de 2016 en Estados Unidos.

Este caso constituye una prueba fehaciente de la facilidad con que se vulnera nuestra vida privada. Aunque, ¿no somos también responsables?

Publicamos cotidianamente cantidades exorbitantes de información personal: los lugares visitados, las personas con quienes salimos, nuestros sueños y aspiraciones e, incluso, posturas políticas o afiliaciones religiosas.

Algunos de estos datos los resguardan empresas publicitarias o posibles empleadores. Unas proponen ofertas comerciales adaptadas a gustos particulares y otras ahondan en la vida privada para conocer a sus posibles trabajadores.

Y por si se lo pregunta, no están violando los términos legales de sus condiciones de uso. Ellos se encargan de divulgar qué hacen con la información y cómo podemos evitar cederles ese poder. Sin embargo, casi nadie tiene el tiempo o la paciencia para leerlos.

De hecho, un ingenioso proveedor de servicios de Internet -interesado en exponer esa verdad- incluyó en su contrato, como parte de las obligaciones de los usuarios, el deber de acariciar mascotas de la calle y limpiar baños públicos.

Poco más de mil personas aceptaron, antes de percatarse de la inusual cláusula. Tal vez, resulta casi cómico, pero en verdad muestra una problemática sobre la cual parecemos no tomar conciencia.

Aún no comprendemos que una vez publicado algo perdemos el con-

trol sobre ello, ya no nos pertenece y por muchos intentos de borrarlo nunca desaparecerá del todo.

Más allá de encontrar amigos de antaño o divertirnos con algún material gracioso, debemos tener responsabilidad en su uso.

Esto no es una guerra contra Internet y tampoco se trata de satanizar las redes, estas tienen demasiadas ventajas como para hacer semejante cosa. Solo hago una reflexión oportuna, pues nos concentramos en publicar nuestra vida y dejamos de disfrutarla.

Entonces entendemos aquella frase del escritor irlandés Oscar Wilde (1854-1900): “No hay ninguna razón para que un hombre muestre su vida al mundo. El mundo no entiende las cosas” y las redes no siempre revelan su verdadera cara.



Por MARÍA VALERINO SAN PEDRO
mariaval@enet.cu

GRANMA, como cualquier otra provincia, tiene fortalezas, y en el sector de la Salud Pública el servicio de Oftalmología es una de estas.

La especialidad tiene un personal calificado y altamente humano, que cala en la sensibilidad y en el corazón de quienes, por azares de la vida, padecen de afecciones visuales.

Bayamo tiene el privilegio de contar, desde 1991, con el Centro provincial de retinosis pigmentaria, primero en materializarse después del centro nacional, por existir en Granma un elevado número de pacientes con esta enfermedad, que provoca disminución lenta pero progresiva de la agudeza visual, y en

los primeros periodos afecta predominantemente la visión nocturna y el campo periférico, manteniéndose, sin embargo, la visión central.

Cuando hace algunos meses publiqué en la página web de nuestro semanario una información sobre la institución de Salud, señalaba que desde su inauguración, el 2 de noviembre de 1991, por el científico cubano Doctor Orfilio Peláez, más de 47 mil pacientes han recibido atención allí.

Lo cual me hizo recordar con respeto y admiración a ese eminente científico cubano, que tuve el gusto de conocer y con el cual pude intercambiar en más de una ocasión, en funciones de trabajo.

El denominado Padre de la retinosis pigmentaria, cuando visitaba la provincia, con esa modestia que lo caracterizaba, solía resaltar la labor del colectivo del centro, que con

solo 12 camas, y personal altamente calificado y especializado en esa afección visual, cumplía, y aún lo hace, su misión de la atención médica integral, el diagnóstico y el tratamiento de pacientes portadores de retinosis pigmentaria y de otras distrofias de la retina.

Pasados ya casi 29 años, ese colectivo continúa firme en sus propósitos de prestar cada vez mejor servicio y honrar la memoria de Orfilio Peláez, por ello muestra favorables resultados en la labor sindical y emulativa del sector, ha realizado diferentes acciones de salud a personas procedentes de la región del Cauto, de Granma y de otras provincias aledañas, como pesquisaje, promoción, prevención y rehabilitación a pacientes y a sus familiares en los niveles de atención primaria y secundaria.

Quizás el hecho de que una colega y amiga, Ángela Valdés, fuera operada y tratada allí -donde aún se atiende-, me acercó bastante a la instalación, que presta servicios, además de los ingresados, a unas 50 personas de manera ambulatoria, incluidos niños.

Entre los logros de esa “familia” de batas blancas, sobresale la existencia de pacientes que llevan 30 o 40 años en tratamiento y no han perdido la visión totalmente, en lo cual, influye, unida a la profesionalidad, la ozonoterapia, tratamiento alternativo que oxigena la sangre y amplía el campo visual.

Entonces, ellos, los trabajadores del Centro provincial de retinosis pigmentaria de Granma merecen los aplausos de pacientes y familiares, no solo del territorio, sino de otras provincias cubanas.



Por EUGENIO PÉREZ ALMARALES
reperez@enet.cu

Desayuno, merienda y café gratis

Quizás se asombre si le digo que cada año, durante toda la vida -hasta ahora- desaprovechamos apreciables volúmenes de un valioso alimento, útil para el consumo humano y para animales; codiciado en otras latitudes en desayunos y repostería.

Se trata de la algarroba, que es el nombre del fruto del algarrobo, esa planta de agradable sombra, cuyo origen se sitúa en Asia sudoccidental, y que luego se extendió a muchos otros sitios del planeta.

Con alrededor del 50 por ciento de azúcar y 10 por ciento de proteína, es rica en tanino, un poderoso antioxidante, y contiene, también, vitaminas A y B, fósforo, potasio, calcio, hierro, pectina (espesante natural) y vitaminas A y B.

Deprime saber que botamos recursos valiosos, pero no hemos sido los únicos errados, fue subestimado durante mucho tiempo en casi todas partes, pues se le veía solo como alimento para el ganado.

Sin embargo, probablemente por aquello de que “tantas vacas no pueden estar equivocadas”, comenzó a consumirse por los primeros hombres “atrevidos”, cayó en el olvido, luego resurgió su empleo, y hoy es un negocio próspero y materia prima apreciada para bebidas y otras recetas.

Resultan útiles al madurar, pues de ellas se obtiene la denominada algarrobina, un jarabe sirope o melaza que se usa para tomarlo con leche o agua, y similar uso tiene el polvo que de ellas se logra. La harina se consigue de la pulpa deshidratada, tostada y molida.

Se aprecia su uso en la elaboración de dulces (no tiene gluten, por lo que es ideal para celíacos). Sirve para elaborar galletas, pasteles y otros postres. También, para caramelos y licores.

Cuentan que las semillas que atesoran las vainas son tan estables en forma, que en la antigüedad se tomaban como patrón del quilate, que es la unidad de peso para valorar piedras preciosas y joyas.



En nuestros campos, los mayores saben que sus semillas se tuestan, muelen y cueban, cuando no hay café.

¡No dejemos que se siga perdiendo!