



Por DAYAMI MONGES
CORRALES
dayamimonges99@gmail.com

ZAMIRA camina sola por una calle y a menos de 20 metros de distancia hay dos hombres, ambos enfocan a la muchacha, quien por un momento siente temor. Apresura el paso y, al acercarse, escucha a uno de los señores decir: "Ni hablarle, ya es un peligro, viste lo del noticiero, compadre, cadena perpetua". La joven, para sí, sonríe; algo cambió, aunque no conoce del todo la magnitud del impacto.

El 25 de octubre, del presente año, el Noticiero Nacional de la **Televisión Cubana** informó sobre un caso de feminicidio, la Fiscalía solicitaba la sentencia de cadena perpetua para el acusado, al cual se le imputaban los cargos de asesinato de su expareja y del actual compañero de la mujer.

Ni una menos

Las modificaciones del reciente Código Penal señalan a este tipo de delito con severidad, porque, a pesar de los enfoques de igualdad de género, en la práctica, los vestigios patriarcales no son sencillos de borrar en el entorno; si bien los hombres comprende el valor y las capacidades de las féminas, existen algunos que solo las ven como simples amas de casa o seres inferiores.

El machismo tiene varias caras. La violencia física y sexual son dos grandes exponentes, aunque existe, también, la agresión verbal. En nuestro país, los piropos constituyen manifestaciones de la cultura y la tradición; sin embargo, la vulgaridad en los mensajes hace desagradable la intención, tal vez, de elogio hacia la belleza femenina.

Recuerdo que el artículo de **Ciro Bianchi Ross**, publicado en **Cubadebate**, el 27 de noviembre de 2021, Piropos,

trajo comentarios polémicos, porque el redactor explica que esta práctica es parte de la identidad y hoy día la llaman acoso. Un porcentaje de los lectores apoyó al comentarista y otros explicaron por qué lo consideran una falta de respeto.

Desde mi punto de vista, es parte del acoso sexual, unos son más delicados que otros, pero reflejan la agresión al espacio personal. Sería incapaz de negar la acción de piropo a los varones, aunque nunca he visto a una mujer arrimarse a un hombre y decirle en plena calle: "Papi, si te cojo...".

Granma no escapa a las manifestaciones de violencia contra la mujer. En algunas comunidades, se justifica este hecho con la frase "Entre marido y mujer nadie se debe meter". Lo triste es cuando no existen expresiones, ni socorro ni denuncias, pero sí huesos rotos, moretones en el rostro u otra parte

del cuerpo, incluso funerales, y ellas guardan silencio. Las buenas nuevas llegaron con el avanzado Código de las Familias y sus artículos en defensa de las víctimas.

El desconocimiento genera ignorancia, a veces es necesario escudriñar la Ley para no ser intimidadas. Igual, se precisa la compasión y la empatía en el género femenino. Si alguna conocida se encuentra en una situación de constante maltrato, no es porque quiera, a veces no sabe cómo salir de su ambiente abusivo.

La lucha en contra de la violencia hacia las mujeres y las niñas es tarea cotidiana; sin embargo, se enfatiza los días 25 de cada mes, llamándolo Día Naranja. Hoy es una jornada para marcar la diferencia, por eso, como defienden los movimientos sociales contra la violencia, ni una menos.



Por FÁTIMA POMPA FRÓMETA
fati99pf@gmail.com

LAS nuevas tecnologías forman parte de nuestra existencia. Muchas personas tienen un móvil o una computadora con acceso a internet y algunas no pueden estar sin estos dispositivos. Su uso es bueno y nos facilita la vida, pero el abuso puede llegar a producir problemas graves de salud, sobre todo, entre infantes y jóvenes.

Estos avances tecnológicos han llegado para quedarse y cada vez los niños son más precoces a la hora de utilizar móviles, ya sean smartphones, tabletas, computadoras, dispositivos de juegos, como playstations, nintendos, etc.

No es sorpresa ver cómo un chiquillo de apenas un par de años sabe manejar una tablet casi a la perfección, de manera intuitiva, nos hace pensar que las nuevas generaciones nacen con ese "chip"

incorporado; también se les conoce como nativos digitales.

Muchos son los daños provocados por la adicción a las tecnologías digitales que, a corto o a largo plazo, dejan secuelas para el crecimiento de nuestros infantes.

El abuso de las tecnologías se ha vinculado a los trastornos del sueño y, consecuentemente, con problemas de rendimiento académico y falta de atención. Provoca desarrollo más lento en habilidades; aumenta la obesidad en la población infantil, pues disminuye el tiempo dedicado a jugar al aire libre, hacer deporte o ejercicio físico; deteriora las relaciones sociales y familiares, y genera problemas con la confianza en sí mismos y de ansiedad.

Constituyen otros riesgos, el acceso a contenidos indeseables para su edad y el peligro de sufrir ciberacoso (cyberbullying), que

daña la autoestima y la capacidad de los menores para relacionarse entre sí y, en casos extremos, puede conducirlos a una depresión.

Según las nuevas recomendaciones de los expertos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), a los dos años, los niños podrían comenzar a pasar tiempo delante de una pantalla, como televisión o videojuegos, pero nunca más de una hora, algo que también se recomienda para los de tres y cuatro años. Mayores de cinco años no deberían sobrepasar las dos horas diariamente, con la regla de "cuanto menos, mejor".

La OMS distingue entre el tiempo que el niño pasa solo, frente a una pantalla, y el que transcurre haciendo alguna actividad tranquila, pero acompañado de una persona adulta, lo que llaman "tiempo de calidad".

El lapso sedentario tiene que convertirse en tiempo de calidad. Leer un libro con su hijo, por ejemplo, le ayuda a desarrollar sus habilidades de lenguaje. Cantar juntos, practicar deportes o juegos de mesa, ir al cine o al teatro, son algunas de las variadas acciones que pueden disfrutarse en familia.

Los padres deben estar alertas a los comportamientos de sus pequeños y, si es necesario, conseguir el apoyo de un profesional, sea un psicólogo o un pediatra.

Los chicos han nacido en la era digital, pero eso no significa que sepan usarla bien. Es responsabilidad de padres y educadores facilitar la incorporación positiva de la tecnología. Las potencialidades resultan infinitas, los riesgos pueden evitarse. Es necesario favorecer el crecimiento saludable y pleno de los infantes, pues ellos serán los padres y educadores del futuro.

No es juego de niños

Donde encontrarnos con Fidel



Por EUGENIO PÉREZ ALMARALES

Un sitio al que todo patriota debiera visitar alguna vez es el Centro Fidel Castro, ubicado en la Calle 11 # 707, entre Paseo y A, El Vedado, La Habana, donde muestran documentos y objetos vinculados al Líder de la Revolución.

Delegados granmenses al XI Congreso de la Upec rindieron homenaje allí al Comandante en Jefe, y apreciaron, como parte de la amplia colección, fotos tomadas en el territorio de nuestra provincia, como en la Comandancia, en La Plata, y en el acto de constitución de las MTT, en Guisa.