

Tatiana Capote sufre un infarto y su estado es delicado



Famoso cantante de "rock" pedófilo es asesinado en su celda



Cómo saber si estás deshidratado? Expertos describen síntomas que muchas veces no tomas en cuenta



Estos son los 10 beneficios de tomar agua con limón en ayunas



infosur90@gmail.com

+58-414-8567736

Upata Estado Bolívar Venezuela

Upata 13 - 10 - 2025

DIARIO DIGITAL

INFOSUR
GUAYAYANA

Con la información desde el Sur de Venezuela

90.9
Amiga F.M.
Diario Digital
Opinión
DEMOCRÁTICA
YouTube TV

No hay vuelta, el registro de vehículos lo debe hacer el dueño



El Catire, asesina a machetazos y golpes al padre de su expareja en Upata



Maduro ordena acelerar la expansión de la milicia Bolivariana indígena



La alcaldesa Ornella Arbeláez atiende la salud de la mujer en "el mes rosa"



Alcalde Vicente Rojas llevó jornada de Salud Integral en los sectores Sifontes I, II y III de Tumeremo

Gobierno advierte que "vendedores de falsas guías escolares serán sancionados por estafa"

La venezolana Clara Fuentes gana oro en Mundial de Parapowerlifting en Egipto

Más de 900 mujeres de Caroní fueron atendidas en jornada médica

Directorio
Director Editor:
José (Cheo) Ladera
Columnista y
Asesor jurídico:
Dr. Raimond Gutiérrez
Diagramador:
Jonfer.L.L.

Colaboradores
Licda: Zuleima Idrogo CNP 18.404
Licda: Rosangely Bruces CNP 26.291
Licdo: Julio Vahlis CNP 24.456
Columnista
Luís Bartolo Luigi

Maduro ordena acelerar la expansión de la milicia Bolivariana indígena

El presidente de la República, Nicolás Maduro ordenó al comandante de la Milicia Bolivariana, M/G Orlando Romero acelerar y expandir la Milicia Nacional Bolivariana Indígena, incorporando plenamente a los pueblos originarios para profundizar la defensa integral de la nación y la soberanía.

El jefe de Estado instruyó que “se conformen las brigadas milicianas internacionalistas de los pueblos indígenas de Suramérica, para venir a defender a Venezuela, si fuese necesario, a través de las Milicias Bolivarianas indígenas”.

Agregó que había recibido cartas “de los pueblos originarios de América, dispuestos a guerrear por defender la República bolivariana de Venezuela, la patria d Guaicaipuro y Bolívar”.

UN



Padrino López resalta vocación antiimperialista y anticolonialista de Venezuela

El vicepresidente sectorial de Defensa y Soberanía, G/J Vladimir Padrino López, reafirmó el carácter antiimperialista y anticolonialista que rige los principios de la nación, a propósito de la conmemoración de los 533 años del Día de la Resistencia Indígena.

Mediante un comunicado, el ministro de la Defensa resaltó que, en tiempos de Revolución Bolivariana, cada 12 de octubre, el pueblo patriota reafirma su irrevocable vocación de mantener la libertad, por encima de las amenazas de naciones que se creen con el poder de continuar oprimiendo. Indicó que al igual que en



siglos anteriores, el pueblo venezolano está determinado a no permitir que se quebrante su voluntad de lucha, coraje y dignidad por quienes recurren

a las armas de opresión y supremacía.

Indicó que aunque en el curso de la historia, la hegemonía ha

cambiado de nacionalidad, rostro y formas, continúan manteniendo su esencia depredadora. “Por eso, en pleno siglo XXI. Gobiernos como el norteamericano, practicantes de la misma lógica de dominación, expoliación y muerte, pretenden someter a naciones soberanas con un moderno arsenal: bloqueos económicos asfixiantes, sanciones coercitivas unilaterales, guerra difusa y la permanente amenaza de incursión bélica”.

En ese sentido, refirió que el despliegue militar que mantiene Estados Unidos en el mar Caribe constituye “un grosero ejemplo de la reedición del método colonizador: la intimidación por

la vía de la fuerza”.

No obstante, el imperio se ha encontrado con un pueblo organizado que no permitirá que “que se mancille esta noble tierra y se repita, como otrora, el primitivo despojo del invasor”.

“La batalla que en este momento libramos es la misma de hace 500 años: la defensa al derecho a la autodeterminación”, puntualizó.

Este domingo, el pueblo venezolano se movilizará en distintas ciudades del país para conmemorar esta fecha en defensa de la paz y la soberanía de la patria.

Suministros Las Hermanas 21



Desinfectantes, Cloro, Cera, Silicona, Javón Líquido
Calabreza, Mortadela, Jamón Salchichas

Upata - Bolívar, Calle Miranda Fte A Ferretodo

RECARGAS ELECTRÓNICAS AQUÍ

RECARGAS TELEFÓNICAS	RECARGAS TV-PAGA
 movistar	 inter
 DIGITEL	 DIRECTV
 movilnet	 movistar TV
 cantv Habla Ya	 cantv TV Satelital

No hay vuelta, el registro de vehículos lo debe hacer el dueño

Los registros vehiculares en el país, se tramitan a través del Instituto Nacional de Tránsito Terrestre (Intt), para lo que es necesario consignar una serie de requisitos, en los que figura el documento de compra-venta.

La gestión del registro la realiza el propietario o su apoderado legal al momento de adquirir el vehículo o cuando este se transfiere a un nuevo dueño. Este documento se expide sin mayores contratiempos, siempre que se cuente con todos los recaudos, pero ¿qué sucede cuando se compró un carro o una moto, pero no se reúnen todos los requerimientos para registrarlo?

El titular está fuera del país

Uno de los principales problemas para registrar un vehículo ocurre cuando el titular del documento se encuentra fuera del país.

En ese caso, es menester efectuar el trámite con el apoyo de un apoderado (puede ser un familiar o gestor) que posea un poder especial notariado y debidamente legalizado en el país, que lo faculta para realizar el registro.

Una vez obtenido el poder, se debe acceder al portal web del Intt, descargar la planilla única de trámite y consultar los recaudos. Por último, debe dirigirse a la oficina más cercana y entregar copia de la cédula, el certificado de origen y la factura de compra del vehículo (originales o copias certificadas), así como el poder notarial y el comprobante de pago.

En caso de muerte

También puede darse la muerte del propietario que aparece en el registro. En esta situación los herederos deben iniciar un trámite de sucesión ante el Servicio Nacional Integrado de Administración Aduanera y Tributaria (Seniat) y un tribunal, a través de los cuales se declara el vehículo como parte de la herencia.

Los nuevos propietarios deben realizar el registro ante el instituto de tránsito, presentando la planilla única de trámite, la cédula de identidad de los herederos y el documento de traspaso autenticado. Una vez completado este trámite, sí pueden vender la propiedad a un tercero.



El Intt explica que toda venta de propiedades debe realizarse ante una notaría nacional, para que pueda tener un soporte legal. Corrección de datos

Otro de los casos por los que se necesita solicitar un nuevo certificado es cuando se requiere la revisión de algún dato por error u omisión. De acuerdo con el Intt, están permitidos los cambios de color y de motor que aplican a todo tipo de vehículos.

Para los transportes públicos, se puede modificar la cantidad de puestos, el color y el motor. Para los vehículos de carga (estaca, furgón, plataforma, grúas de tipo pluma, plataforma o nodrizas), está autorizado el color, motor, estructura y función.

De igual manera, la gestión de este documento requiere la planilla única de trámite, presentar cédula de identidad laminada (vigente), certificado de registro de vehículo (original) y copia de la Póliza de Responsabilidad Civil.

Si el trámite lo hace un apoderado, debe llevar un poder debidamente notariado. Si se trata de personas naturales con correcciones en datos de identificación, necesitan una

constancia emitida por el Saime. Si son personas jurídicas y requieren correcciones en datos de identificación, deben presentar el Registro de Información Fiscal (RIF) actualizado y el debido comprobante de pago.

Nuevo certificado por hurto. Cuando el usuario no conserva su documento original por robo, hurto, pérdida o deterioro, este podrá tramitar, pagar y obtener en línea un duplicado del documento original. Para eso, debe ingresar a la web intt.gob.ve y descargar la planilla única de trámite.

Si al momento de realizar la gestión, la información de su vehículo no se encuentra actualizada ante el Intt, el sistema le informará que debe acudir a la oficina regional más cercana a su procedencia para efectuar la actualización.

Antes de iniciar el proceso de solicitud, debe tener a la mano los siguientes documentos: imagen digitalizada por ambos lados de la constancia de revisión (experticia vehicular), con vigencia no mayor a seis meses, en formato JPG. Esta debe tener un peso mínimo 4 kb y máximo 2 MB y medidas de 640 por 480 px. También necesita

una póliza de RCV vigente (no mayor a un año).

Una vez cargadas, las imágenes pasan por un proceso de verificación en el sistema, de ser aprobadas, el usuario recibirá el certificado de registro de vehículo en 24 horas. De lo contrario, se le enviará un correo con el motivo por el cual fueron rechazadas sus imágenes. El usuario cuenta con tres intentos para adjuntar la fotografía.

Otros casos

Existen personas que poseen carros o motos que compraron a un tercero, pero que por algún motivo no cuentan con todos los requisitos para solicitar el certificado de registro de vehículo.

Por ejemplo, está el caso de ciudadanos que compraron un vehículo a una persona que también lo adquirió legalmente, pero que no efectuó el traspaso cuando le correspondía. De acuerdo con la información suministrada por el Intt, para poder expedir el certificado, el segundo dueño debe regularizar su situación ante el ente, es decir, tramitar el título primero y después vender.

Si por alguna razón el primer dueño del vehículo no aparece,

bien sea porque está fuera del país y no puede ser localizado o porque ya murió y no hay herederos, el dueño actual del vehículo debe esperar un operativo especial del ente para solventar esta situación.

Esta jornada cuenta con la presencia de la Policía Nacional Bolivariana, el Cuerpo de Investigaciones Científicas, Penales y Criminalísticas, Defensa Pública y el Servicio Autónomo de Registros y Notarías. Mientras tanto, el nuevo propietario puede circular libremente, presentando su carnet de circulación y los documentos del vehículo. Requisitos de los trámites

Vehículos nuevos. Para tramitar el registro de vehículo en el caso de adquirir un carro o una moto nueva, se debe llevar la planilla de solicitud descargada de la página web intt.gob.ve, certificado de origen, factura de compra, copia de la cédula y del seguro de Responsabilidad Civil de Vehículos (RCV) y el pago del arancel que aparece en la planilla.

Traspasos. Para tramitar el registro, en el caso de los vehículos usados, se debe llevar la planilla de solicitud, la revisión de la Policía Nacional Bolivariana original y vigente, el título de propiedad original, el documento de compra-venta o documento traslativo de propiedad debidamente autenticado, original y originales y copias de la cédula y de la RCV. También debe tener el certificado de registro de vehículo (original), constancia de experticia de verificación legal (original), el comprobante de pago. En caso de registro de gravamen sobre vehículo hay que realizar pago por liberación de reserva de dominio. Si se trata de un apoderado, debe presentar un documento notariado.

Vehículos rezagados. Aquí se incluyen vehículos particulares y de carga menor o igual a 1986, así como transporte público y moto, menor o igual a 1998. Para este trámite se requiere la planilla única, cédula, certificación de datos emitida por la oficina regional de origen en formato M3, placas identificadoras del vehículo (físicas), constancia de experticia, factura de compra del vehículo, poder (si es un apoderado) y el pago.

"No es disuasión ni ultimátum, sino diálogo": el mensaje del papa León XIV sobre la paz

El papa León XIV reflexionó el sábado sobre el significado de la paz, afirmando que no se construye con amenazas ni imposiciones, sino a través de la fraternidad, el diálogo y el perdón.

“La paz es desarmada y desarmante. No es disuasión, sino fraternidad; no es ultimátum, sino diálogo. No llegará como fruto de victorias sobre el enemigo, sino como el resultado de sembrar justicia e intrépido perdón”, escribió el pontífice en un mensaje difundido en sus redes sociales.

Las palabras del santo padre se producen en un contexto internacional marcado por tensiones bélicas y conflictos en

distintas regiones del mundo, donde el Vaticano ha insistido en promover caminos de "reconciliación y entendimiento". León XIV ha reiterado en varias ocasiones que la paz "no puede basarse en la acumulación de armas ni en la lógica del poder, sino en el compromiso por la justicia social, la empatía y el respeto a la dignidad humana".

Además, el pronunciamiento del papa se produce en el contexto de la entrega del Premio Nobel de la Paz 2025, otorgado a la opositora María Corina Machado, reconocida por su liderazgo en la "lucha democrática y pacífica" de Venezuela.

EFE.



Trump viaja a Oriente Medio por el alto al fuego e instar a un "acuerdo de paz duradero"

El presidente de Estados Unidos, Donald Trump, partió este domingo hacia Israel y Egipto con el objetivo de celebrar el alto al fuego alcanzado entre Israel y Hamás, así como el acuerdo para la liberación de rehenes mediado por Washington.

Durante su visita, Trump buscará instar a los líderes árabes a aprovechar la ocasión para "construir una paz duradera en la región", Según Associated Press. El viaje se produce en un momento decisivo, cuando Israel y Hamás comienzan a implementar la primera fase del acuerdo impulsado por la Casa Blanca, que busca poner fin a la guerra iniciada tras el ataque del 7 de octubre de 2023. Trump afirmó que existe "una ventana estrecha" para reconfigurar Oriente Medio y fortalecer los vínculos entre Israel y los países árabes, tras años de tensiones.

Según la Casa Blanca, el proceso de paz avanza gracias al nuevo interés de los estados árabes y musulmanes en resolver el conflicto israelí-palestino y, en algunos casos, en profundizar sus relaciones con Estados Unidos.

“Creo que van a tener un éxito

tremendo y Gaza va a ser reconstruida”, dijo Trump el viernes. “Hay países muy ricos por allí que podrían ayudar con una pequeña fracción de su riqueza, y creo que quieren hacerlo”.

La primera fase del acuerdo

El pacto establece la liberación de los últimos 48 rehenes retenidos por Hamás, incluidos unos 20 que se cree siguen con vida; la liberación de cientos de prisioneros palestinos; un incremento de la ayuda humanitaria a la Franja de Gaza y una retirada parcial de las fuerzas israelíes de las principales ciudades del enclave.

Las tropas israelíes comenzaron su retirada el viernes, lo que activó una cuenta regresiva de 72 horas para la liberación de los rehenes. Trump espera que ese proceso se complete durante su estadía en la región.

El mandatario estadounidense fue invitado a dirigirse al Parlamento israelí (Knéset), un honor que solo se ha concedido a pocos líderes extranjeros. Luego viajará a Egipto, donde encabezará junto al presidente Abdul Fatá el Sisi una cumbre en Sharm el Sheij con



representantes de más de 20 países para abordar el futuro de Gaza y la estabilidad regional.

Aunque el alto al fuego se mantiene, persisten dudas sobre el futuro político y administrativo del territorio. Israel exige el desarme total de Hamás, algo

que analistas consideran poco probable. El primer ministro Benjamin Netanyahu aseguró que su país mantendrá la presión militar. “Hamás acordó el trato solo cuando sintió que la espada estaba en su cuello, y todavía está en su cuello”, declaró. La guerra ha dejado a Israel cada

vez más aislado internacionalmente, enfrentando acusaciones de genocidio en tribunales internacionales, mientras que Hamás, debilitado militarmente, podría reconstruirse si se prolonga la tregua.

Cancelan el amistoso Venezuela vs. Belice previsto para el martes en Estados Unidos

El partido amistoso Venezuela vs. Belice, que estaba previsto para el próximo martes en la ciudad estadounidense de Chicago, fue cancelado por "circunstancias de fuerza mayor", informó este sábado la Federación Venezolana de Fútbol (FVF).

En un comunicado compartido en la red social X, la institución aseguró haber sido notificada de la cancelación por parte de "la empresa productora VMG Sports & Entertainment LLC, encargada de la organización" del amistoso.

"La empresa reconoció que se realizaron esfuerzos iniciales para explorar sedes alternativas, incluyendo una posible reubicación a Miami. Sin embargo, fuimos

notificados de la inviabilidad -a consideración de la productora- de esta opción", reza el texto.

La FVF lamentó esta situación que, dijo, afecta "la planificación deportiva de la selección nacional absoluta, diseñada con antelación y en estricto cumplimiento de los protocolos FIFA para la presente fecha internacional".

El viernes, la selección venezolana perdió por 0-1 ante su par de Argentina, vigente campeona del mundo y bicampeona de América, en un partido amistoso disputado en el estadio Hard Rock de Miami.

Este encuentro marcó el comienzo del proceso de renovación de la plantilla y de



la dirección técnica de la Vinotinto, tras quedar fuera del Mundial de 2026, a la vez que sirvió a la Albiceleste de preparación para la cita de EE.UU., México y Canadá.

Ese fue el debut del exfutbolista Oswaldo Vizcarrondo como técnico interino de la Vinotinto, en sustitución del argentino Fernando 'Bocha' Batista, que

concluyó su ciclo sin lograr que el conjunto venezolano llegara a su primer Mundial.

Fuente: EFE

La venezolana Clara Fuentes gana oro en Mundial de Parapowerlifting en Egipto

La paraatleta venezolana Clara Fuentes conquistó la medalla de oro en el Campeonato Mundial de Parapowerlifting, que se celebra en El Cairo, Egipto, al lograr un impresionante levantamiento de 121 kilogramos en la categoría de 50 kg.

La mirandina de 28 años de edad se alzó con la presea dorada, frente a las participantes de Nigeria Nworgu Esther (120 kg) y Ajiboye Rukayal (118 kg). Esta medalla se suma a la que obtuvo en los Juegos Paralímpicos París 2024, el bronce en Tokio 2020 y dos medallas de plata en los Campeonatos Mundiales 2021 y 2023.

Fuentes demostró vez más la fortaleza del deporte paralímpico venezolano en escenarios de alto nivel internacional, aunque no es primera vez que la criolla brilla en el podio de los Parapowerlifting; en mayo de 2024, se colgó la medalla de oro en la World Cup de Para Powerlifting que se celebró en Acapulco, México, además de imponer récord de las Américas con 116 kilos levantados.

Con información de medios nacionales



Gobierno advierte que "vendedores de falsas guías escolares serán sancionados por estafa"

El Ministerio de Educación advirtió la noche del viernes que las personas que estén vendiendo documentos o materiales presentados como "guías para educación inicial y primaria" supuestamente emitidos por el ente oficial enfrentarán la ley por delitos de fraude y estafa.

En un comunicado difundido en sus redes sociales, el ministerio alertó a la comunidad educativa, especialmente a las maestras y maestros, sobre la "circulación y venta de materiales falsos que utilizan ilegalmente la imagen institucional para aparentar ser recursos oficiales".

El despacho educativo recordó que todos los documentos y recursos pedagógicos producidos y difundidos por el Ministerio son de consulta absolutamente gratuita, con el



propósito de orientar, organizar y apoyar el trabajo de las y los docentes del país.

"Por tanto, ningún material en

venta, y mucho menos de un tipo tan precario, ha sido elaborado por nuestros equipos", aclara el texto.

El comunicado también enfatiza que el uso de la imagen del Ministerio constituye un delito, y que quienes incurran en esta

práctica "deberán responder ante la ley por las estafas y fraudes que estén cometiendo".

El 90% del pueblo repudia a "La Sayona": Maduro advierte que una minoría no podrá con los hijos de Guaicaipuro

Al cierre de la marcha por el Día de la Resistencia Indígena, que partió de Chacao y terminó en Plaza Venezuela, el presidente Nicolás Maduro dedicó duras palabras a quienes promueven una agresión militar extranjera y atacan a la patria desde otros países.

En un discurso en el que celebró la identidad indígena y la "descolonización", el mandatario rechazó los intentos de desestabilización y lanzó advertencias a quienes intenta promover una invasión.

"90% de toda la población repudia a la bruja demoníaca de 'La Sayona' (María Corina Machado). Un 90% de nuestro pueblo repudia cualquier amenaza de invasión o guerra contra Venezuela. Todas las encuestas lo dicen, un 80-85% de nuestro pueblo está dispuesto a combatir por su patria, por su tierra Venezuela", recordó el mandatario.

Invocó la idea de defender la soberanía con fuerza organizada: "Si quieres la paz... Prepárate para ganar la paz", y subrayó que "La orden está dada, ganar la paz, ejercer la soberanía permanente en nuestro territorio y mares".

"Nosotros queremos paz, y paz vamos a tener, pero paz con libertad. Con soberanía, con independencia, con dignidad y con igualdad. ¡No a la paz de los imperios! ¡La paz de las ruinas de Gaza! ¡No a la paz de la miseria y del hambre!, expresó.

El presidente también aprovechó la conmemoración para anunciar una ampliación del componente indígena dentro de la estructura de defensa nacional: pidió al mando militar "profundicemos y aceleremos la expansión de la milicia bolivariana indígena en todos los territorios del país", y proponerse la creación de "brigadas milicianas



internacionalistas de los pueblos indígenas de nuestra Sudamérica para venir a defender Venezuela si fuese necesario".

Esa iniciativa, dijo, responde a cartas que ha recibido "de varios pueblos indígenas de Nuestra América, dispuestos a

guerrear por defender la República Bolivariana de Venezuela".

La movilización indígena de este 12 de octubre incluyó la inauguración de una obra y la entrega de reconocimientos a caciques y representantes originarios. Maduro finalizó su

discurso con un llamado a la unidad y a la resistencia cultural e histórica: "Somos un pueblo indestructible... La paz tiene opción. ¡Levanten la mano los que apoyan una invasión militar de los gringos!", afirmó ante la multitud.

Famoso cantante de "rock" pedófilo es asesinado en su celda

El pedófilo y exvocalista de la banda de "rock" alternativo Lostprophets, Ian Watkins, fue asesinado en su celda en la prisión de la ciudad de Wakefield (Reino Unido) la mañana de este sábado, recoge el diario The Sun.

Según informa, el cantante británico fue emboscado por otros dos presos, quienes le cortaron el cuello con un cuchillo improvisado. La Policía y los servicios médicos acudieron rápidamente a la prisión, conocida como 'la mansión de los monstruos', pero no pudieron salvarlo y murió desangrado.

Watkins, de 48 años, cumplía una condena a 35 años desde 2013, después de admitir 13 delitos sexuales contra menores de edad, incluida la tentativa de violación de un bebé.

Los sospechosos del asesinato, dos hombres de 25 y 43 años, fueron detenidos y se encuentran actualmente bajo custodia policial. "Watkins ha sido asesinado de la forma más brutal posible, y el ataque fue impactante incluso para los estándares de la prisión", afirmó una fuente al medio, añadiendo que se trató de un hecho premeditado.

"Era, obviamente, muy conocido y estaba involucrado en los crímenes más repugnantes. Eso significaba que iba por ahí con una diana en la espalda, y eso es lo que ha pasado", aseveró el informante. Watkins ya había sido atacado en la cárcel varias veces y, en 2023, fue trasladado al hospital luego de ser apuñalado por tres reclusos.

Fuente: Actualidad RT



Tatiana Capote sufre un infarto y su estado es delicado

La tarde del sábado 11 de octubre, el actor venezolano Franklin Virgüez, reportó a través de su cuenta en Instagram que, la actriz Tatiana Capote sufrió un infarto y se encuentra en cuidados intensivos.

El periodista Diego Kapeky detalló la información y, explicó que, la también exreina de belleza está en la UCI del Hospital Jackson Memorial en la ciudad de Miami. Afortunadamente, está en compañía de su esposo José Paniagua.

Kapeky indica en su post que, Capote superó el infarto, pero, aún su estado es delicado por lo que aún no se encuentra completamente fuera de peligro.

Debido a las complicaciones posteriores, la actriz de 63 años fue sometida a diálisis para purificar su sangre y exceso de agua, pues, hasta el momento, aún no había podido expulsar orina por sí sola.

La grandeza de Tatiana Tatiana Capote es una actriz



cubana-venezolana y exreina de belleza con una carrera prolífica en televisión desde su infancia. En 1979 participó en el Miss Venezuela representando al estado Barinas, donde obtuvo el título

de Miss Mundo Venezuela.

Su fama creció especialmente durante las décadas de los 80 y 90, al protagonizar roles destacados en telenovelas como "Natalia de 8 a 9",

"Marisela", entre otras.

Más adelante su presencia en pantalla fue disminuyendo, aunque hizo apariciones esporádicas, siendo su más reciente aparición importante

en la telenovela "Corazón Valiente" en 2012.

Fuente: Meridiano

Junto a la gobernadora Yulisbeth García

La alcaldesa Ornella Arbeláez atiende la salud de la mujer en “el mes rosa”

-Instruyó la instalación de un «punto rosa», en la fundación social Casa de la Mujer de Upata.

Upata(Especial)CNP: 5.564.- Por orientaciones del Presidente Nicolás Maduro, y la gobernadora del estado Bolívar, Yulisbeth García, avanza con éxito el operativo de captación de mujeres, para practicarles exámenes de mamografía, informó Sulmary Prieto, presidenta de la fundación social Casa de la Mujer de Upata, ubicada en la Av. Valmore Rodríguez.

Precisó que entre el 21 de septiembre y el 10 de octubre, se han realizado 67 mamografías, calificando la jornada de exitosa.

«Punto rosa»

Precisó que la alcaldesa Ornella Arbeláez, instruyó la instalación de un «punto rosa», durante el mes de octubre, para captar a las pacientes necesitadas de una mamografía. En este punto-subrayó-las mujeres son anotadas en una lista, para posteriormente hacerles el respectivo despistaje o la mamografía que se vayan a hacer en el hospital Gervasio Vera Custodio.

131 captaciones

Detalló que desde el momento en que la alcaldesa Ornella Arbeláez, llamó a las mujeres a incorporarse al proceso de captación el pasado 19 de septiembre, ha habido 131 captaciones. Asimismo, se han emitido 80 órdenes para la realización de exámenes de mamografía.

Atención a la salud de la mujer

Sulmary Prieto manifestó igualmente, que se han practicado 64 exámenes de citologías y 56 ecos mamarios. «La gestión del Presidente Nicolás Maduro, la gobernadora Yulisbeth García, y de la alcaldesa Ornella Arbeláez, están velando por la salud de la mujer piarense», observó.

Dijo también que desde que



inició el mes de octubre o «el mes rosa», en el «punto rosa», se están haciendo captaciones y charlas sobre la importancia que tiene el hecho de practicarse las ecografías mamarias, que por cierto son totalmente gratis. Las captaciones se efectúan los días lunes y viernes en el horario de 8:00am., a 11:00am. Recordó que ha habido mucha receptividad por parte de la mujer piarense, al punto que hemos entregado citas hasta el 11 de noviembre.

Otras atenciones

En la fundación social Casa de la Mujer, igualmente se cumple a cabalidad el programa Parto Humanizado, a cargo de un médico gineco-obstetra. Actualmente están siendo atendidas 120 mujeres o parturientas, los martes y jueves. Entre 12 y 15 mujeres, reciben atención médica semanalmente por un equipo de especialistas.(Miguel Bellorín).



Mercedería
Labores
Todo para su Taller de Costura
Al Mayor y Detal
Sublimación
Repuestos Para Maquina de coser
Pasamanerías
Todo Para Bisutería
Calle Miranda C/C Sucre Upata Edo. Bolivar
0424-2195949

Moto Repuestos y Accesorios



Kit de Rodaje todos los Números
Guayas de Croche, Cadenas, Piñones
Bastones, Tubos de Escape, Corneta
Aceites, Luces, Velocimetro, Caretas
Amortiguadores, Tapa Cadenas
Bujias, Partes Eléctricas
Casco, Guantes, Adornos

+58-424-926 79 16

Visítanos en Pleno centro de Upata
Centro Comercial "La Favorita"
Calle Ayacucho C/C Unión Local #1



212 VIP Carolina Herrera para Mujeres

Carolina Herrera



acordes principales

- avainillado
- ron
- duice
- tropical
- atrutados
- floral blanco
- ataicado
- amaderado
- fresco
- almizoiado



Perfumes
Infinito

Todas las Fragancias
para él, para ella. A
base de aceite y Feromonas,
"CALIDAD Y
DURABILIDAD GARANTIZADA
VISITANOS Y LO COMPROBARAS

Upata Edo. Bolívar C/ Ayacucho en Tienda MOZA
a pocos mts del Mercado Municipal

¿Cómo saber si estás deshidratado? Expertos describen síntomas que muchas veces no tomas en cuenta

Aunque lo usual es que te hidrates porque te da sed ¡Cuidado! La sed no siempre es un indicador confiable para hidratarte lo suficiente, según advierte un artículo de mayoclinic.

A menudo, la sed aparece cuando el cuerpo ya ha perdido una cantidad significativa de líquido. Esto es particularmente cierto en adultos mayores, quienes pueden no sentir sed hasta que la deshidratación está más avanzada. ¿Cómo saber si estoy deshidratado?

Aunque la sed no siempre es el primer signo, tu cuerpo te envía otras señales importantes. Presta atención a los siguientes síntomas, incluso si no tienes sed:

- Orina oscura y escasa.
- Piel seca o con poca elasticidad. Si al presionar levemente la piel tarda en volver a su lugar, es un signo de deshidratación.
- Fatiga, mareos o aturdimiento.
- Boca seca y mal aliento. La deshidratación reduce la producción de saliva, lo que puede causar sequedad en la boca y un

- aumento de bacterias.
- Dolor de cabeza.
- Calambres musculares, por un desequilibrio de electrolitos.
- ¿Qué debo hacer para evitarlo?

La prevención es clave. No esperes a sentir sed para beber agua. Aquí tienes algunas estrategias para mantenerte hidratado:

- Bebe con regularidad: Ten siempre a mano una botella de agua y toma pequeños sorbos a lo largo del día.
- Incorpora alimentos ricos en agua: Frutas y verduras como el pepino, la patilla, las fresas y las naranjas son excelentes fuentes de hidratación. Las sopas y caldos también contribuyen.
- Ajusta tu consumo según la actividad y el clima: Si haces ejercicio, trabajas al aire libre o hace mucho calor, aumenta la cantidad de líquidos que bebes.
- Limita las bebidas deshidratantes: El alcohol, el café y las bebidas azucaradas pueden actuar como diuréticos.
- ¿Qué debo hacer si estoy



deshidratado?

Si experimentas síntomas de deshidratación leve a moderada, puedes tomar las siguientes medidas para rehidratarte:

Bebe agua a pequeños sorbos o soluciones de rehidratación oral, si

ha habido pérdida de líquidos por vómitos o diarrea.

Evita bebidas azucaradas, no son ideales para la rehidratación.

Busca atención médica, si presentas síntomas graves como: confusión, desmayos, fiebre alta o incapacidad para retener líquidos, se requiere rehidratación

intravenosa.

Si tienes dudas sobre tu estado de hidratación o el de alguien a tu cargo (como niños o adultos mayores), es preferible consultar a un profesional de la salud.

2001

Estos son los 10 beneficios de tomar agua con limón en ayunas

Incorporar agua con limón en ayunas se consolidó como hábito matutino para millones de personas a nivel mundial. Esta

bebida simple se destaca por su potencial para mejorar la hidratación, aportar nutrientes y promover el bienestar general.

Diversos expertos y fuentes científicas analizaron sus propiedades, resaltando ventajas y precauciones. A continuación, se detallan los beneficios respaldados por especialistas, así como recomendaciones para aprovechar este recurso natural en la rutina diaria. Todos los beneficios de tomar agua con limón en ayunas

El agua con limón en ayunas ofrece beneficios respaldados científicamente, resultado de la combinación entre hidratación y las propiedades del limón. Uno de los principales aportes es el aumento en el consumo de líquidos. Según la experta



Julia Zumpano, de la Cleveland Clinic, comenzar el día con agua con limón facilita la hidratación óptima después de dormir. Además, promueve la inclusión de agua en la dieta al reemplazar refrescos y bebidas azucaradas, de acuerdo con lo que señalan los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Entre los principales beneficios se incluyen:

Hidratación: reposición de

líquidos tras el ayuno nocturno.

Fuente de vitamina C: un vaso proporciona hasta un 21% de la cantidad diaria recomendada, lo que favorece múltiples procesos corporales.

Aporte de antioxidantes: el limón contiene compuestos fenólicos que protegen contra daños celulares relacionados con enfermedades crónicas.

Mejora de la digestión: el agua al iniciar el día activa el sistema digestivo y contribuye a la regularidad intestinal.

Prevención de cálculos renales: el ácido cítrico del

limón disminuye el riesgo de formación de piedras en los riñones, de acuerdo con la Fundación Nacional del Riñón.

Cuidado de la piel: la vitamina C y los flavonoides favorecen la producción de colágeno, lo que ayuda a mantener la piel sana y retrasar los signos de envejecimiento.

Regulación del ánimo: estudios citados por Real Simple mencionan que el aroma y consumo de limón pueden mejorar el estado anímico y disminuir tensiones.

Mejora en la absorción de

hierro: la vitamina C incrementa la asimilación de hierro de origen vegetal.

Beneficio antiinflamatorio: el extracto de limón contiene compuestos que pueden aliviar síntomas de artritis y favorecer la salud de las articulaciones.

Apoyo en el control de peso: aunque no elimina grasa de manera directa, genera saciedad y facilita la reducción de bebidas calóricas, según el análisis del endocrinólogo Borja Bandera.

Estos efectos convierten al agua con limón en una alternativa accesible y versátil para sumar a la dieta cotidiana, siempre que se utilice con las precauciones necesarias.

Mayor hidratación tras el ayuno nocturno

Aporte significativo de vitamina C

Beneficio antiinflamatorio para las articulaciones

INFOBAE

Alcalde Vicente Rojas llevó jornada de Salud Integral en los sectores Sifontes I, II y III de Tumeremo

En aras de fortalecer el Sistema de Salud público municipal, el alcalde humanista y revolucionario VICENTE ROJAS, conjuntamente con el ISP y la Misión Barrio Adentro, realizó una Jornada de Salud Integral, beneficiando a más de 300 personas, entre niños y adultos, todos habitantes de las comunidades Sifontes I, II y III, de la parroquia Tumeremo del municipio Bolivariano General Domingo Antonio Sifontes del estado Bolívar.

En la mencionada actividad que se realizó en las instalaciones de la "cancha techada de Sifontes", se brindaron consultas de medicina general, pediatría, planificación familiar, vacunación, desparasitación, malaria y entrega gratuita de medicamentos a la población.

Durante el despliegue se contó con la presencia de trabajadores de la alcaldía de Sifontes, voceros del Consejo Comunal, personal médico, vacunadoras, equipo político municipal del PSUV.

Es importante mencionar que estas acciones son ejecutadas gracias a los lineamientos emanados por el presidente de la República, Nicolás Maduro, bajo la gestión de la ministra del MPPS, Magaly Gutiérrez, de la gobernadora del estado Bolívar, Yulisbeth García (La Tata), y del alcalde VICENTE ROJAS, siempre garantizando la salud de manera gratuita y de calidad, como lo rige nuestra Constitución bolivariana.

(Prensa Alcaldía Bolivariana de Sifontes).



Transformación de la avenida Guarapiche de Caroní presenta 55% de avance

Labores comprenden el replanteo de seis tramos de isla central, desde el Paseo Caroní hasta la avenida Atlántico

Prensa Gobernación de Bolívar

Construyendo ciudades más humanas, la gestión de la gobernadora Yulisbeth García avanza por amor a Bolívar, impulsando las 7 Transformaciones orientadas por el presidente Nicolás Maduro.

A través de las cuadrillas de ConstruBolívar y en perfecta fusión con el alcalde de Caroní, Yanny Alonzo, la Revolución Bolivariana ha acometido 330 metros lineales de replanteo de la isla central de la avenida Guarapiche, ubicada entre el Paseo Caroní y la avenida Atlántico, parroquia Unare, para un 55% de avance.

Las labores enmarcadas en la segunda línea estratégica de las 7T, consisten en el encofrado de la isla central, empleando hasta la fecha 124 metros cúbicos de concreto, unos 3.5 rollos de malla truckson, 1.240 sacos de cemento, además



de arena lavada, piedra picada, siembra de plantas, saneamiento y la aplicación de pintura en brocales.

De los seis tramos de la isla central que conforman la Guarapiche, tres

ya están listos con su respectiva pintura de brocales. Esta transformación refleja el amor de un gobierno comprometido con el bienestar integral de su pueblo.



Más de 900 mujeres de Caroní fueron atendidas en jornada médica

Gobierno Bolivariano del presidente Nicolás Maduro continúa atención a través de la Gran Misión Venezuela Mujer

Prensa Gobernación de Bolívar

Integrantes de comités femeninos y consejos comunales de la parroquia Chirica fueron atendidas en una jornada médica realizada en el municipio Caroní, gracias al Gobierno Bolivariano del presidente Nicolás Maduro, que lidera la gobernadora Yulisbeth García en el estado Bolívar.

En la jornada integral participaron especialistas de la Fundación Social Bolívar (FSB) y la Ruta Integral de la Salud, quienes a través del Vértice 1 de la Gran Misión Venezuela Mujer (GMVM) brindaron atención a más de 900 mujeres.

Medicina general, ginecología, obstetricia, planificación familiar, urología y odontología, fueron parte de los servicios ofrecidos a las mujeres.



También se realizaron ecografías, logopedia, inmunización, atención contra la malaria, oftalmología, fisiatría, podología y servicio de farmacia.

Mujeres de la parroquia Chirica agradecieron al presidente

Nicolás Maduro, a la ministra Yelitze Santaella y a la gobernadora Yulisbeth García, por impulsar esta jornada que les garantizó atención de calidad, medicinas y estudios especializados.



El Catire, asesina a machetazos y golpes al padre de su expareja en Upata

El homicida, conocido como “El Catire”, agredía físicamente a su ex esposa. Al intervenir el padre de la joven para protegerla, fue atacado con un machete y un bate, falleciendo en el acto. El agresor huyó del lugar y es buscado por las autoridades policiales

Juan Hilde Alfonzo Cova Ladera, de 79 años, fue brutalmente agredido por su exyerno con un machete y varios golpes contundentes en la cabeza con un bate, falleciendo en el sitio. El homicida huyó inmediatamente después del ataque.

La víctima había ido a visitar a su hija, Yulitza Ladera, quien era perseguida y acosada constantemente por Eddy Rivas, apodado “El Catire”. Al llegar a la vivienda, Juan Hilde encontró a Rivas agrediendo físicamente a su hija. Al intentar intervenir, Rivas tomó un machete y lesionó a Juan Hilde en los brazos; posteriormente lo derribó y le propinó múltiples golpes en la cabeza hasta causarle la muerte.

El suceso ocurrió a las nueve de la noche del viernes en la calle 17 de Mayo, sector Las Malvinas, municipio Piar, Upata.
NPD



Preso en San Francisco un profesor de taekwondo por abuso sexual contra adolescente: casi lo linchan

En una operación realizada por la Policía del municipio San Francisco (Polisur), se ejecutó el arresto de un ciudadano, tras una denuncia por presunto abuso sexual a una adolescente en la entidad sureña.

Los hechos ocurrieron en la avenida 5, frente al terminal Simón Bolívar. La comunidad había retenido a un hombre, identificado como Jhon Jairo Munera Mejía, quien fue señalado por presuntamente haber cometido actos lascivos contra una adolescente de 13 años. Al llegar al lugar, los oficiales encontraron al sospechoso gravemente herido y ensangrentado, pues los vecinos le propinaron una fuerte golpiza.

La policía actuó rápidamente para calmar a la multitud y solicitó asistencia médica. Una ambulancia del servicio médico de la PNB llegó al sitio, y trasladó al supuesto agresor al Hospital General del sur Doctor Pedro Iturbe, donde fue diagnosticado con traumatismo multisistémico, y quedó bajo

observación momentánea.

La víctima, acompañada por su representante, corroboró la veracidad de los hechos. Se informó que el presunto abuso se había estado cometiendo desde que la niña tenía siete años, y que el agresor era su profesor de taekwondo, quien además, presuntamente, la contagió con el virus VIH.

La adolescente fue trasladada al hospital Doctor Manuel Noriega Trigo, donde se reportó en condiciones clínicas estables. Posteriormente, se tomó su denuncia en el comando policial, notificando las actualizaciones al Ministerio Público.

Este incidente resalta la importancia de la denuncia y la protección de los niños, niñas y adolescentes, ante situaciones de abuso. Las autoridades continúan investigando para garantizar justicia en este lamentable caso.
VF

