

hablemos de...

EDICIÓN N15
AGOSTO 2025



DESASTRES NATURALES



SECCIÓN DE
CHISTES



SECCIÓN DE
CULTURA



SECCIÓN DE
ANIMALES

REVISTA LITERARIA E INFORMATIVA
"Somos CLE-mentes"

Nuestra edición de AGOSTO

En esta edición, nos sumergimos en el impactante mundo de los desastres naturales, explorando su fuerza, sus causas y sus consecuencias tanto para el planeta como para nuestras emociones. A través de artículos informativos y visuales, entenderás fenómenos como terremotos, huracanes, incendios y erupciones volcánicas de una forma cercana y educativa.

Pero nuestra revista no solo se trata de temblores y tormentas. También te traemos secciones llenas de vida, humor y creatividad, como chistes que alivian cualquier sismo interior, cuentos que despiertan la imaginación, poemas que estremecen el alma y un rincón cultural que conecta pasado y presente.

ÍNDICE

- Editorial "Cuando la Tierra Ruge: Reflexiones sobre los desastres naturales"
- Ursus marítimus: bajo la piel del hielo
- Entre nieve y montañas: pantera uncia
- Las plumas de la noche
- Receta para preparar unas ricas Churrascas
- ¿Cómo se hacen los Pancakes?
- Intenta Hacer este rico Pavlova con frutos rojos
- Prepara este Risotto de betarraga con queso de cabra y nueces
- Escritos realizados por estudiantes participantes en "VERSOS EN EL AULA" por el día de la poesía 24.03.25 (Selección)
- Fútbol
- Cuando el cuervo se siente enfermo... busca a las hormigas
- La importancia de dormir bien
- Obesidad: países más y menos afectados y diferencias en estilos de vida
- Canciones nuevas (2025) que están rompiendo en este momento
- Amor
- Me voy de viaje...
- Reflexión famosa
- Incomplete
- Una historia que desafía lo que creemos posible
- Sección de chistes

CUANDO LA TIERRA RUGE: REFLEXIONES SOBRE LOS DESASTRES NATURALES

La naturaleza puede ser tan bella como destructiva. En esta editorial reflexionamos sobre los desastres naturales recientes, sus causas y consecuencias, así como sobre el papel que podemos desempeñar como sociedad para hacer frente a ellos.

INTRODUCCIÓN AL FENÓMENO

En los últimos años, el mundo ha sido testigo de una alarmante intensificación de desastres naturales. Huracanes devastadores, incendios forestales incontrolables, terremotos que arrasan ciudades y sequías extremas que afectan a millones de personas. La magnitud y frecuencia de estos eventos no solo demuestran el poder de la naturaleza, sino también las vulnerabilidades de nuestras sociedades frente a ella. Lo cual hace que nos preguntemos: ¿Estamos realmente preparados para enfrentar esta nueva realidad?

PERO...¿QUÉ ES UN DESASTRE NATURAL?

Un desastre natural es un evento natural que causa daños graves, como muertes, pérdidas económicas o daños a la infraestructura.

Son eventos extremos que superan los límites de lo normal, pueden ser causados por fenómenos naturales como terremotos, tsunamis, huracanes, volcanes, inundaciones, incendios, tormentas, deslizamientos de tierra, entre otros, pueden llegar a destruir ciudades enteras y medios de vida, inutilizando infraestructuras de transporte, comunicación, electricidad, agua, saneamiento y atención médica.

CAUSAS Y AGRAVANTES: ¿QUÉ ROL JUEGA EL SER HUMANO?

Estos no se pueden evitar, sin embargo los ingenieros y científicos tratan de minimizar su impacto, los sistemas de alerta temprana pueden ayudar a que la población se prepare o proteja; la respuesta médico-humanitaria inmediata es crucial para salvar el máximo de vidas posible.

Cada desastre natural nos recuerda que vivimos en un entorno en constante cambio, y a menudo, las fuerzas que gobiernan nuestro planeta son impredecibles e incontrolables. Sin embargo, no podemos ignorar la relación directa entre estos fenómenos y las acciones humanas. El cambio climático, la deforestación, el mal manejo de los recursos naturales y la urbanización desmedida han alterado los equilibrios ecosistémicos, exacerbando las consecuencias de estos eventos.

El cambio climático intensifica sequías, huracanes e incendios.
La deforestación debilita los suelos, favoreciendo deslizamientos.
La urbanización desordenada expone a comunidades vulnerables a mayores riesgos.

Nuestro impacto sobre el medio ambiente ha alterado los equilibrios ecosistémicos, y eso se refleja en la violencia de estos fenómenos últimamente. Desde la tragedia del terremoto en Turquía y Siria hasta las intensas lluvias que provocaron inundaciones en Libia, el sufrimiento humano sigue siendo el denominador común en cada uno de estos episodios. Sin embargo, también surge una respuesta colectiva, tanto a nivel local como internacional, que busca mitigar los daños y reconstruir vidas. En este contexto, es crucial reflexionar sobre cómo podemos prepararnos mejor ante lo inevitable y cómo podemos actuar para prevenir lo que está a nuestro alcance.

Los desastres naturales, aunque incontrolables, no deben verse sólo como tragedias, sino como una llamada urgente a la acción. La ciencia, la tecnología y la cooperación global son herramientas clave para reducir los riesgos y proteger a las comunidades más vulnerables. Pero también lo son el compromiso político, la conciencia social y, sobre todo, la solidaridad.



NUESTRA OPINIÓN COMO REVISTA

El sufrimiento humano es el denominador común de todos estos episodios. No obstante, también surge una reacción esperanzadora: redes de ayuda local, apoyo internacional, médicos, rescatistas, ingenieros, voluntarios. La respuesta médico-humanitaria y los sistemas de alerta temprana son fundamentales para salvar vidas y reconstruir comunidades.

Los desastres naturales, aunque incontrolables, no deben verse solo como tragedias, sino como una llamada urgente a actuar. La ciencia, la tecnología y la cooperación internacional son claves para reducir riesgos y proteger a las personas más vulnerables. Pero también lo son la educación, la conciencia ambiental, el compromiso político y, sobre todo, la solidaridad.

Esta revista busca ser un espacio para pensar colectivamente cómo prepararnos mejor, visibilizar tanto el dolor como la resiliencia, y mostrar las soluciones que ya se están desarrollando alrededor del mundo.

ÚLTIMOS DESASTRES NATURALES EN EL MUNDO

- INUNDACIONES EN TEXAS Más de 120 fallecidos (07/07/25)
- Cuerpos de bomberos trabajan a destajo para contener dos incendios forestales en Arizona (15/07/25)
- Histórico incendio en el Gran Cañón (14/07/25)
- Fallecidos por sismos en Guatemala (11/07/25)
- Inundaciones en Nuevo México
- Cuatro tormentas caen en menos de una semana en EE.UU
- Avalancha de Bello de 2025
- Colapso del glaciar Birch de 2025
- Erupción del volcán Poás de 2025
- Inundación en Bahía Blanca de 2025
- Tornado de Puerto Varas de 2025
- La temporada de ciclones del Índico Norte de 2025 (24/05/25 - ahora)
- Temporada de tifones del Pacífico de 2025(11/06/25- ahora)
- Temporada de Huracanes del Pacífico y Atlántico de 2025 (Mayo/2025- ahora)
- Terremoto de Colombia central de 2025
- Terremoto de Estambul de 2025
- Terremoto de Lima y Callao de 2025
- Terremoto de Myanmar y Tailandia de 2025

"No podemos evitar los desastres naturales, pero sí podemos evitar que se conviertan en catástrofes humanas."

- Ban Ki-moon, ex Secretario General de la ONU

URSUS MARÍTIMUS: BAJO LA PIEL DEL HIELO

Los osos polares, también conocidos como *Ursus maritimus*, son una de las especies más emblemáticas del Ártico. Adaptados a uno de los ambientes más extremos del planeta, estos mamíferos destacan por su espeso pelaje blanco, su gran tamaño y su habilidad para nadar largas distancias en aguas heladas. Sin embargo, el cambio climático y el deshielo de su hábitat son amenazas cada vez más serias para su supervivencia, convirtiéndolos a ellos y su hábitat en un símbolo mundial del medio ambiente.

Los osos polares presentan un cuerpo robusto, cubierto por un espeso pelaje blanco que les sirve de camuflaje entre la nieve. Además, poseen una gruesa capa de grasa que los protege del intenso frío ártico, de al menos 11 centímetros, muchos no saben que su pelaje es translúcido y su piel es negra, lo que les ayuda a mantenerse calientes.

Viven entre 20 a 35 años, pueden medir hasta 3 metros de largo, siendo los osos más grandes, su gran tamaño acompaña su peso, que va desde los 400 a 700kg.

Estos gigantes peludos habitan zonas como Canadá, Groenlandia, Rusia y Alaska, en general, zonas árticas, alimentándose de principalmente focas, morsas, aves marinas, carroña y huevos, cabe aclarar que las focas anilladas son sus favoritas, siendo la mayor parte de su dieta.

Son animales solitarios excepto durante la época de apareamiento o crianza. Suelen parir de una a dos crías en madrigueras de nieve.

Los cachorros nacen ciegos y sin pelo, completamente dependientes de su madre, quien los alimenta con una leche rica en grasa que puede superar el 30% de contenido graso, permitiéndoles crecer rápidamente en un entorno tan hostil. Las hembras muestran un fuerte instinto maternal, y pueden ayunar durante meses mientras cuidan a sus crías en las madrigueras.



Estos increíbles animales son excelentes nadadores, usando sus grandes patas traseras como timón. se han registrado osos que han nadado hasta 100km sin descanso, en tierra firme cambia la cosa, solo corren distancias cortas y si es necesario, alcanzando los 40km por hora. Lastimosamente se fatigan rápido debido a su gran tamaño y espeso pelaje, generando un calor excesivo dentro de ellos.

A pesar de su apariencia adorable, los osos polares son depredadores formidables, dotados de un agudo sentido del olfato que les permite detectar a sus presas a kilómetros de distancia o incluso bajo capas de hielo de casi un metro de grosor. Esta habilidad les resulta esencial, ya que suelen esperar pacientemente cerca de los agujeros de respiración en el hielo para atrapar a las focas cuando emergen por aire.

Su supervivencia depende directamente del hielo marino, el cual utilizan como plataforma para cazar. Pero con el deshielo acelerado causado por el calentamiento global, se ven obligados a nadar distancias más largas entre bloques de hielo o a acercarse a comunidades humanas en busca de alimento, aumentando los conflictos entre humanos y osos. Incluso se han documentado casos de canibalismo entre osos polares, un comportamiento poco común, pero que ha aumentado en los últimos años por la escasez de comida.

A pesar de sus adaptaciones extraordinarias, la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN) clasifica a los osos polares como una especie vulnerable. Se estima que existen alrededor de 22.000 a 31.000 ejemplares en estado salvaje, pero esta cifra disminuye conforme aumenta la temperatura global. La protección de su hábitat es fundamental no solo para su supervivencia, sino como reflejo del delicado equilibrio de los ecosistemas polares.

Escrito por: Anabella Romero



ENTRE NIEVE Y MONTAÑAS: PANTERA UNCIA



Los leopardos de las nieves, conocidos científicamente como *Panthera uncia*, son felinos enigmáticos que habitan las regiones montañosas de Asia Central, desde el Himalaya hasta las estepas de Mongolia. Adaptados a altitudes que superan los 3.000 metros, estos depredadores solitarios destacan por su capacidad de sobrevivir en entornos fríos, rocosos y escarpados donde pocas especies logran prosperar. Su presencia silenciosa convierte a estos felinos en símbolos de resiliencia y equilibrio ecológico en uno de los ecosistemas más frágiles del mundo.

Reconocidos por su espeso pelaje grisáceo con manchas negras y rosetas oscuras, los leopardos de las nieves poseen una cola extremadamente larga y peluda que les sirve como manta durante el descanso y como timón al desplazarse entre riscos. Su cuerpo compacto, sus patas anchas y sus fosas nasales agrandadas son adaptaciones que les permiten resistir el frío extremo y moverse con agilidad por terrenos abruptos.

Estos felinos pueden vivir entre 15 a 20 años en estado salvaje y llegar a pesar entre 22 y 55 kg, con una longitud que puede alcanzar los 1,3 metros, sin contar la cola. Su dieta es variada, aunque principalmente cazan animales como íbices, ovejas azules, marmotas y liebres. A pesar de su tamaño más reducido en comparación con otros grandes felinos, son depredadores eficientes y silenciosos, capaces de arrojar sobre una presa desde más de 15 metros de distancia.

Los leopardos de las nieves son animales solitarios, salvo durante la época de apareamiento o cuando una madre cuida de sus cachorros. El apareamiento ocurre a finales del invierno, y tras una gestación de unos tres meses, nacen entre uno a tres cachorros ciegos y vulnerables en una cueva protegida. La madre los alimenta con leche rica en grasa y los cría sola hasta que alcanzan la madurez.

A diferencia de otros grandes felinos, estos leopardos no rugen. En cambio, se comunican mediante gruñidos, bufidos y un sonido característico llamado “chuffing”. Este comportamiento, junto a su naturaleza esquiva, ha contribuido a su reputación como uno de los felinos más difíciles de observar en libertad.

A nivel ecológico, los leopardos de las nieves juegan un papel vital como depredadores a tope en sus ecosistemas. Ayudan a mantener el equilibrio poblacional de herbívoros, lo cual es crucial para evitar el sobrepastoreo y conservar la vegetación de montaña. Sin ellos, se podría alterar la dinámica de las praderas alpinas, afectando no solo a otras especies animales, sino también a comunidades humanas que dependen del pastoreo.

A pesar de sus extraordinarias adaptaciones, la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN) clasifica a los leopardos de las nieves como una especie vulnerable. Se estima que existen entre 4.000 y 6.500 ejemplares en estado salvaje, pero estas cifras disminuyen ante las amenazas constantes que enfrentan. La protección de su hábitat y la conservación de sus presas naturales son fundamentales no solo para la supervivencia de esta especie única, sino también como reflejo del delicado equilibrio de los ecosistemas montañosos que albergan una biodiversidad asombrosa.



Escrito por: Anabella Romero

LAS PLUMAS DE LA NOCHE



Los búhos, pertenecientes al orden Strigiformes, son aves rapaces nocturnas que habitan prácticamente todos los continentes, desde frondosos bosques hasta desiertos áridos y regiones polares. Conocidos por su vuelo silencioso, sus ojos penetrantes y su enigmática presencia en la oscuridad, los búhos se han convertido en símbolos de sabiduría y misterio en muchas culturas. Sin embargo, más allá de su imagen mitológica, cumplen un rol vital en el equilibrio de los ecosistemas donde viven.

Estas aves presentan una anatomía especialmente adaptada a la vida nocturna. Sus ojos, fijos en sus órbitas, son de gran tamaño y sensibilidad, lo que les permite ver en condiciones de muy poca luz. Para compensar la falta de movilidad ocular, pueden girar el cuello hasta 270 grados, lo que les otorga un amplio campo visual sin mover el cuerpo. Además, su vuelo es prácticamente inaudible gracias a las plumas con bordes suaves que reducen el ruido al desplazarse por el aire.

Existen alrededor de 200 especies de búhos, con tamaños que varían desde el pequeño mochuelo pigmeo, de apenas 15 cm, hasta el majestuoso búho real, que puede alcanzar los 70 cm de altura y pesar más de 3 kg. A pesar de su diversidad, todos comparten características comunes como un pico curvo, garras afiladas y una audición extremadamente aguda, capaz de detectar el más leve movimiento de una presa entre las hojas o bajo la nieve.

Se alimentan principalmente de pequeños mamíferos como ratones, ratas, conejos o murciélagos, pero también pueden consumir aves, insectos e incluso peces, dependiendo de la especie y su entorno. Son cazadores solitarios y precisos, capaces de abalanzarse con rapidez y exactitud sobre sus presas, incluso en completa oscuridad.

Los búhos suelen anidar en huecos de árboles, acantilados o estructuras abandonadas. La mayoría de las especies pone de dos a seis huevos, y es común que solo la hembra incube mientras el macho se encarga de buscar alimento. Los polluelos nacen cubiertos de un fino plumón blanco y dependen totalmente de sus padres durante las primeras semanas de vida.

Su papel en el ecosistema es fundamental, ya que regulan las poblaciones de roedores y otras pequeñas especies, evitando plagas y manteniendo el equilibrio natural. En áreas agrícolas, por ejemplo, su presencia puede reducir la necesidad de pesticidas, beneficiando tanto a los cultivos como al medio ambiente.



A pesar de su importancia, muchas especies de búhos enfrentan amenazas como la pérdida de hábitat, la caza ilegal y el uso de pesticidas, que afectan directamente a sus presas. Algunas especies, como el búho manchado del norte (*Strix occidentalis caurina*), están clasificadas como en peligro debido a la deforestación y fragmentación de su entorno.

Aún con sus notables adaptaciones, la supervivencia de los búhos depende del cuidado de sus hábitats y del equilibrio ecológico de sus territorios. Aunque no siempre sean visibles, los búhos son indicadores clave de la salud de los ecosistemas. Protegerlos no solo garantiza su continuidad como especie, sino que también refleja nuestro compromiso con la preservación del mundo natural y su compleja red de vida nocturna.

Escrito por: Anabella Romero

RECETA PARA PREPARAR UNAS RICAS CHURRASCAS

INGREDIENTES

- 300 gr harina sin polvos de hornear
- ¼ cucharadita de Polvos de Hornear
- 1 cucharadita de Sal de Mar
- 30 gr de manteca o margarina, derretida
- 160 a 180 ml de agua tibia

PREPARACIÓN

Poner la harina, Polvos de Hornear y Sal de Mar en un bol. Agregar la manteca derretida y mezclar con las manos hasta integrar.

Ir de a poco agregando el agua tibia necesaria, amasando hasta tener una masa blanda.

Tapar la masa y dejar reposar 30 minutos.

Dividir la masa en 8 porciones y dar forma de bolita a cada porción.

Formar los panes, aplastando las bolitas, hasta tener un pan chato de unos 8 cm de diámetro.

Calentar una sartén, idealmente de fierro (también se pueden cocinar a la parrilla).

Cocinar los panes por ambos lados hasta que estén dorados y se vean cocidos.

Servir inmediatamente con queso de cabra o queso mantecoso.

ORÍGEN

Las churrascas surgieron en el campo chileno durante la época colonial como un pan sencillo y rápido de preparar. Se hacían con harina, agua y sal, y se cocinaban sobre brasas o planchas calientes, sin necesidad de horno. Eran comunes entre campesinos por su practicidad y bajo costo.



¿CÓMO SE HACEN LOS PANCAKES?

INGREDIENTES

1. 1 huevo.
2. 200 ml de leche entera.
3. 120 gramos de harina.
4. 30 ml de aceite de girasol.
5. 20 gramos de azúcar blanco.
6. 1 sobre de levadura
7. sal
8. Canela.

PREPARACIÓN

En un bol, mezcla la harina, el azúcar, los polvos de hornear y la sal.

En otro recipiente, bate el huevo con la leche y la mantequilla derretida.

Une los ingredientes secos con los líquidos y mezcla hasta que no queden grumos (no sobrebatir).

Calienta una sartén antiadherente a fuego medio y engrásala ligeramente.

Vierte un poco de la mezcla y cocina hasta que salgan burbujas en la superficie. Da vuelta y cocina un minuto más.

Sirve calientes con miel, frutas, mermelada o lo que más te guste.

ORÍGEN

Los pancakes tienen raíces antiguas: se preparaban versiones similares ya en la Antigua Grecia y Roma. La receta moderna, sin embargo, proviene de Estados Unidos, donde se popularizaron como desayuno esponjoso servido con miel, frutas o jarabe.



INTENTA HACER ESTE RICO PAVLOVA CON FRUTOS ROJOS



INGREDIENTES

Para el merengue:

- 4 claras de huevo
- 1 taza de azúcar granulada
- 1 cucharadita de vinagre blanco
- 1 cucharadita de maicena (fécula de maíz)
- 1 cucharadita de esencia de vainilla

Para decorar:

- 1 taza de crema para batir
- 2 cucharadas de azúcar flor (impalpable)
- Frutos rojos frescos (frutillas, frambuesas, arándanos, moras)
- Hojas de menta (opcional)

PREPARACIÓN

Precalienta el horno a 120°C. En una bandeja con papel mantequilla, dibuja un círculo de unos 20 cm (puedes ayudarte con un plato).

Bate las claras a punto de nieve. Agrega el azúcar poco a poco sin dejar de batir hasta que el merengue esté brillante y firme.

Incorpora suavemente el vinagre, la maicena y la vainilla.

Coloca el merengue dentro del círculo en la bandeja, formando un nido con bordes más altos.

Hornea por 1 hora y 15 minutos. Apaga el horno y deja enfriar dentro con la puerta entreabierta (importante para que no se agriete).

Bate la crema con el azúcar flor hasta que esté firme.

Arma tu pavlova: rellena el centro con la crema batida y decora con frutas rojas.

Agrega hojitas de menta para darle un toque fresco.

ORÍGEN

La Pavlova fue creada en honor a la famosa bailarina rusa Anna Pavlova, durante su gira por Australia y Nueva Zelanda en los años 1920. Ambos países se disputan su origen, pero lo que es seguro es que se inspiraron en la ligereza y gracia de la bailarina. El postre imita su tutú con el merengue blanco y crujiente por fuera, suave por dentro, coronado con crema y frutas frescas.

PREPARA ESTE RISOTTO DE BETARRAGA CON QUESO DE CABRA Y NUECES



INGREDIENTES

- 1 taza de arroz arborio
- 1 betarraga grande cocida y hecha puré
- ½ cebolla morada picada finamente
- 2 cucharadas de mantequilla
- 1/3 taza de vino blanco
- 3 tazas de caldo de verduras (mantener caliente)
- 60 g de queso de cabra (puede ser en bolitas o desmenuzado)
- 2 cucharadas de nueces picadas
- Sal, pimienta y aceite de oliva
- Opcional: un toque de ralladura de limón para frescor

PREPARACIÓN

En una olla, sofríe la cebolla en mantequilla hasta que esté transparente. Agrega el arroz arborio y revuelve por 1 minuto hasta que se vea ligeramente nacarado.

Vierte el vino blanco y revuelve hasta que se evapore el alcohol.

Comienza a añadir el caldo caliente, de a un cucharón, revolviendo constantemente. Agrega más a medida que el arroz lo absorba (unos 15-18 minutos en total)

A mitad de cocción, incorpora el puré de betarraga y mezcla bien para teñir el arroz de ese color intenso.

Una vez el arroz esté al dente y cremoso, apaga el fuego. Ajusta sal y pimienta, y deja reposar 1 minuto con una cucharadita de mantequilla.

Sirve en un plato hondo. Agrega por encima el queso de cabra desmenuzado, nueces picadas y si quieres, unas hojitas verdes o ralladura de limón.

ORÍGEN

El risotto es un clásico italiano del norte, especialmente de la región de Lombardía. Esta versión con betarraga es una reinención moderna que destaca por su color fucsia vibrante y sabor terroso, combinando lo tradicional con lo creativo. Se ha vuelto popular en restaurantes contemporáneos por su apariencia impactante y su textura cremosa.

ESCRITOS REALIZADOS POR ESTUDIANTES PARTICIPANTES EN "VERSOS EN EL AULA" POR EL DÍA DE LA POESÍA 24.03.25 (SELECCIÓN)

"La mente me acosa
La sensibilidad y la falta de ella
La existencia es una actividad mental o algo así
Sé que la sensibilidad existe por que existo yo y estoy llena de ella
Me asusta más la vida que la muerte"

(Catalina)

Lo Divino

"¿Qué es creer y no creer?
Con la poesía y los ojos de un poeta hasta lo más cotidiano se vuelve divino
Si no admiro, cuestiono y pongo mi FE en creencias,
Si vivo sin sentido ni objetivo
Si mi objetivo no es tocar lo que creo, alcanzar lo Divino,
¿De qué sirve creer, de qué sirve vivir?"

Sí creo en mi vida y en la tuya, sí creo en nuestras almas conjuntas
Si veo divinidad en tus ojos, eres mi astro más brillante
Si ante mis ojos eres lo más Bello, inalcanzable
Si no vivo por amarte, por una vida con tu amor como objetivo
¿De qué sirve vivir si no es contigo? "

(Ali)

QUE EXTRAÑO PENSAR

"Me incomoda pensar, me hace sentir agotada
Como si tuviera que pensar en algo concreto para validarme,
Me llaman rara y loca, no me molesta ni me extraña
¿Tengo que pensar PARA SER NORMAL?
Considero las letras como pienso. No soy rara solo fanática
Pienso y no existo, pero escribo."

(Trinidad)

LA POESÍA

“La poesía no es solo un texto
Es un reino, un mundo nuevo
Donde los muertos no mueren

Los vivos no solo viven, sino que sueñan
Sueñan sobre deseos, fantasías y aspiraciones
Las cuales immortalizan en un solo papel con un
Y aquellos escritos no sirven solo para entretener ni recordar
Si no que también crear nuevos poetas

Que querrán su pensamiento immortalizar su pensamiento en un par de letras.”

(Sofía)

¿Por qué mis decisiones siempre tienen que ser blanco y negro como la cebra,
por qué no pueden ser como los arcoíris?

Siempre tengo que buscar qué fue primero: ¿el huevo o la gallina? ¿por qué no
puedo ser libre como la mariposa?

(Morin)

“Hablarle puede sonar fácil, pero, sin embargo, para mí se vuelve de lo más
complicado

Por que con el pasado pesándome esto me hace extrañarte, extrañar tu voz tan
suave y

Tan frágil, hablarle extrañando tus temas tan interesantes.

Tu caminar que me hace llorar tan frágil como a un cisne al vadear con tus ojos y
mirada tan profunda como la oscuridad, con ese fulgor tan especial como una
estrella fugaz que me hace sentir un cosquillar”.

(Andre)

SONIDO

¿Por qué tiene que existir ese sonido tan breve, corto, con algo
Áspero, escoba te haces llamar: ¿de dónde saldrán tus pelos?, por qué lo tendría
que saber cómo, ¿cuándo, de dónde tu procedes...serán árboles, hojas de donde
sale tu pelo tan brillante y en cuántos días desaparece?

Te mandan a todo, ¿a qué mandarán a la escoba, por qué tendrías que saberlo?

(Martín)

LA EXISTENCIA

“¿Qué nos aferra a seguir existiendo?

¿Será la familia, los amigos o los objetos?

Creo es una pregunta que se repite constantemente en mi mente

¿Por qué seguimos a pesar del dolor, de las dudas?

No soy escritora, tampoco artista, pero me esfuerzo en lo que hago

Escribo y escribo y lloro mientras lo hago y a pesar de todos mis malos pensamientos

Y mis dudas sigo escribiendo, pintando, refugiándome en mi arte:

A pesar de las dudas, de dudar de mi existencia, estoy aquí dándolo todo por descubrir

El propio valor de mí misma, de mis capacidades, buscando mi significado pero, sin miedo a descubrirlo.”

(Antonia)

LA NO REALIDAD

“¿Qué es la no realidad?

Es el pensamiento encapsulado de la creatividad o es como uno percibe su entorno,

La realidad debería ser relativa ya que se crean mundos solo con pensar en una

Realidad que inspira la creatividad, o la creatividad inspira la realidad,

¿Cómo lograr diferenciar una de la otra si en ambas estás presente, la mente puede crear una realidad de cómo llegar al cuestionamiento del huevo y la gallina?

En la vida se vive la realidad que creas tú, siempre ayudada por la de los demás, los autores crean una mostrándosela al mundo presentada como su mente y corazón.

¿Algún día llegaré a entregarme de esa manera?, mi realidad comienza cuando ignoro en la que vivo, pero no puede existir sin ella ni yo existir sin la realidad de los otros.

La realidad es mi todo?.

(Isabella)

FÚTBOL

Resumen corto

Juego entre dos equipos de once jugadores cada uno, cuyo objetivo es hacer entrar en la portería contraria un balón que no puede ser tocado con las manos ni con los brazos, salvo por el portero en su área de meta

REGLAS CLAVE:

- El campo: Un terreno de juego rectangular con porterías en los extremos.
- El balón: Esférico, con características específicas de tamaño, peso y presión.
- Los jugadores: Dos equipos de 11 jugadores cada uno, con la posibilidad de realizar sustituciones.
- El objetivo: Anotar goles, haciendo que el balón entre en la portería contraria.
- El ganador: El equipo que anote más goles al final del partido.
- Infracciones: No se puede tocar el balón con las manos (excepto el portero), ni realizar faltas peligrosas.
- Duración del partido: Dos tiempos de 45 minutos cada uno, con posibles prórrogas y penaltis en caso de empate.
- Fuera de juego: Un jugador atacante no puede estar adelantado al balón cuando recibe el pase.
- Sanciones: Amonestaciones y expulsiones por faltas y otras infracciones.
- Saques de esquina y saque de banda: Reglas específicas para cuando el balón sale de las líneas de la portería o de banda.

REGLAS ADICIONALES:

- El árbitro: Dirige el juego y aplica las reglas.
- Los asistentes: Ayudan al árbitro a tomar decisiones.
- Las tarjetas: Amonestaciones y expulsiones.
- Fair play: Se anima a la deportividad y al respeto por el oponente y el árbitro.

CHAMPION LEAGUE

Torneo prestigioso en el mundo del fútbol, este torneo consiste de los primeros equipos en el campeonato son 32 equipos y se ponen 4 equipos por cada grupo, hay 8 grupos en el torneo y pasan los primeros dos luego se juegan los octavos de final luego de los octavos se juegan los cuartos de final y luego las semifinales y luego se juega la final luego el que gana se lleva 25 millones de euros.

El máximo ganador de champions league fue el Real madrid con 15 champions league la más reciente fue la del año 2024 en cual se la ganó al borussia dortmund 2-1. El máximo jugador ganador de la champion es el director técnico Carlo Ancelotti ganando 7 veces.

Copa del mundo La Copa Mundial de la FIFA, también conocida como Copa Mundial de Fútbol, Copa del Mundo o simplemente Mundial, y cuyo nombre original fue Campeonato Mundial de Fútbol, es el principal torneo internacional oficial de fútbol masculino a nivel de selecciones nacionales en el mundo.[n 1]

Este evento deportivo se realiza cada cuatro años desde 1930, con la excepción de 1942 y 1946, en los que se suspendió debido al desarrollo y las consecuencias de la Segunda Guerra Mundial, respectivamente. Cuenta con dos etapas principales: un proceso clasificatorio en el que participan más de 200 selecciones nacionales y una fase final realizada cada cuatro años en una sede definida con anticipación en la que participarán 48 equipos a partir de la edición de 2026; durante un periodo cercano a un mes.

Ha sido realizada en 22 ocasiones, en las que ocho países —considerados históricamente potencias mundiales y candidatos— han alzado la copa: Brasil es la selección más exitosa, con cinco victorias; Alemania e Italia le siguen con cuatro trofeos; Argentina con tres; Uruguay y Francia la han ganado dos veces, en tanto Inglaterra y España se han titulado campeones una vez.[n 2] Los equipos europeos han ganado el título en doce ocasiones, mientras que los sudamericanos lo han hecho en diez. Solo tres equipos de otras confederaciones han llegado a semifinales: Estados Unidos en 1930, Corea del Sur en 2002 y Marruecos en 2022.

La fase final del torneo es el evento deportivo de una sola disciplina más importante del mundo (la final de la Copa Mundial de Fútbol de 2002 fue vista por más de 1100 millones de personas),[2] y el segundo más importante a nivel general después de los Juegos Olímpicos. El balón oficial es fabricado por la compañía alemana adidas.



La Copa Libertadores de América, denominada oficialmente Conmebol Libertadores desde 2017,[11] también llamada Copa Libertadores o simplemente La Libertadores; es un torneo anual internacional oficial de fútbol organizado por la Confederación Sudamericana de Fútbol, creado en 1960 bajo la denominación de Copa de Campeones de América o Copa Campeones de América. En 1965 el torneo adoptó el nombre «Libertadores» en honor a los líderes de las guerras de independencia hispanoamericanas y brasileña de América del Sur.^[12] Es uno de los más prestigiosos torneos en el mundo y la más prestigiosa competición a nivel de clubes de fútbol en América.

El torneo ha tenido diferentes formatos desde su creación. Al inicio, solo participaban los campeones de las ligas. En 1966, comenzaron a participar los subcampeones.^[12] En 1998, los equipos de México fueron invitados a competir y participaron de forma regular hasta 2016, en 2017 se retiraron del torneo por no lograr ajustarse al nuevo calendario aprobado para los años siguientes.^[13] En el año 2000 el torneo se expandió de 20 a 32 equipos.



Al menos cuatro clubes por país compiten en el torneo, mientras que Argentina y Brasil tienen la mayor cantidad de clubes participantes. Tradicionalmente, se ha utilizado siempre una fase de grupos, pero el número de equipos por grupo ha variado en numerosas ocasiones. En la actualidad, desde la edición 2017, participan 47 clubes y se disputa anualmente desde enero hasta noviembre.^[14]^[15]

Desde 1989 el ganador de esta competición disputa la Recopa Sudamericana; del mismo modo, desde 2000, juega la Copa Mundial de Clubes, competición que reemplazó a la Copa Intercontinental, la cual se jugó de 1960 a 2004 entre el ganador del torneo y el campeón de Europa; y desde 2024 comenzó a disputar la Copa Intercontinental de la FIFA.[16][17] También, clasifica a la segunda fase de la siguiente Copa Libertadores. Asimismo, entre 1968 y 1998 el campeón disputaba la Copa Interamericana con el vencedor de la Copa de Campeones de la Concacaf. Y también desde 1993 hasta 1996, el campeón jugó la Copa de Oro con el ganador de la Supercopa Sudamericana, el campeón de la Copa Conmebol, y el campeón de la Copa Máster de Supercopa (luego reemplazada por la Copa Máster de Conmebol). Entre 1998 y 2016, los clubes de México participaron de la competición continental con notables actuaciones; entre ellas, tres finales disputadas –aunque no pudieron ganarla en ninguna (2001, 2010 y 2015)–. El club con más títulos es Independiente, de Argentina, con siete conquistas. El actual campeón del certamen es el equipo brasileño Botafogo, que logró su primer título, tras ganarle a Atlético Mineiro en la primera final de su historia.

-Escrito por: Tomás Cortes



CUANDO EL CUERVO SE SIENTE ENFERMO...

BUSCA A LAS HORMIGAS

Tal como lo lees. Cuando un cuervo se siente mal, se posa cerca de un nido de hormigas, abre sus alas, se queda inmóvil y deja que las hormigas lo ataquen.

Lo hacen por una poderosa razón: las hormigas rocían su cuerpo con ácido fórmico, una sustancia que actúa como antiparasitario natural. Este ácido ayuda al cuervo a eliminar hongos, bacterias y parásitos, permitiéndole recuperarse sin necesidad de medicina.

Este comportamiento se llama “anting” y ha sido observado en varias especies de aves. Es una forma asombrosa de automedicación animal.

¡La naturaleza no deja de sorprendernos con su sabiduría silenciosa!

¡Sal del Himalaya!

Tenía curiosidad por saber de qué se trataba, entonces hice ingeniería inversa en mi laboratorio para probar eso mismo. Tomé sal del Himalaya y agua destilada un litro exacto y lo puse a calentar hasta que se disolvió completamente. Se disolvieron 400 gramos en un litro. Como la sal de mar disuelve a 375 gramos por litro en una salmuera concentrada, supuse que habían impurezas y quise saber que eran esas impurezas.

Cuando terminó de cristalizar toda la sal encima flotaba un residuo color café. Lo hice analizar y se trataba de arcilla simplemente, era arcilla de tierra. Bueno esta sal viene de Pakistán, de una montaña llamada Khewra, es obtenida mediante trabajo muy mal pago, sin ningún tipo de higiene. De ahí llega a tu mesa y tú pones eso en tus alimentos. La sal de Himalaya es sal de mina contaminada con hierro y barro que no le sirve a la industria, entonces inventaron venderla para tu mesa.

¡Excelente reflexión!

Cuando el pájaro vive,
se alimenta de hormigas.

Cuando muere,
las hormigas se alimentan de él.

El tiempo y las circunstancias
cambian sin aviso,
recordándonos que nada es
eterno.

No lastimes ni menosprecies a
nadie,
pues hoy puedes ser fuerte,
pero el tiempo siempre será más
fuerte que tú.

Un árbol puede dar vida a mil
fósforos,

pero basta un solo fósforo
para consumir mil árboles.

Por eso, elige la bondad,
haz el bien sin mirar a quién.

-Escrito por: Fernando García



LA IMPORTANCIA DE DORMIR BIEN

Dormir bien no es solo una recomendación, es una necesidad vital para nuestro cuerpo y mente. Muchas veces creemos que podemos rendir igual durmiendo poco, pero lo cierto es que la falta de sueño tiene consecuencias profundas y acumulativas.

Cuando no dormimos lo suficiente, uno de los primeros efectos que notamos es la falta de concentración. Cuesta poner atención, se nos olvidan las cosas fácilmente y cometemos errores que normalmente no haríamos. El cerebro no logra procesar bien la información ni guardar los recuerdos de manera eficiente, lo que afecta directamente nuestro día a día.

También se altera nuestro estado de ánimo. Dormir mal nos hace más irritables, impacientes y, en algunos casos, incluso tristes o ansiosos sin razón clara. Las emociones se desordenan porque el cuerpo no ha tenido tiempo suficiente para “resetearse” durante la noche.

También el cuerpo se resiente. Dormir mal baja las defensas, así que es más fácil resfriarse o enfermarse. Y si uno duerme poco por mucho tiempo, puede llegar a tener problemas más serios como presión alta, depresión mayor, ansiedad, diabetes, problemas al corazón, metabolismo lento o incluso se ha relacionado con un mayor riesgo de cáncer. Suena fuerte, pero es verdad.

Otra cosa es que las neuronas también se ven afectadas. No es que se “quemem”, pero sí pueden funcionar peor o ir muriendo más rápido. Eso afecta la memoria, el aprendizaje y la forma en que uno se siente cada día.

Hoy en día hay muchas cosas que nos quitan el sueño: el estrés, las tareas, trabajos, problemas y un gran etc. Por eso, es importante crear hábitos que ayuden a dormir mejor, como tener un horario fijo, no usar pantallas justo antes de dormir, evitar bebidas como la Coca-Cola en la noche y tratar de dormir en un lugar tranquilo.

Se recomienda que los adolescentes durmamos entre 8 y 10 horas por noche. Dormir menos de 6 horas seguido puede ser muy dañino, aunque no se note al tiro.

En resumen, dormir bien no es una pérdida de tiempo. Al contrario, es una forma de cuidar nuestra salud, sentirnos con más energía y rendir mejor en todo. Hay que tomarse en serio el descanso, porque afecta mucho más de lo que parece a corto y largo plazo.

-Escrito por: Amanda Romero



OBESIDAD: PAÍSES MÁS Y MENOS AFECTADOS Y DIFERENCIAS EN ESTILOS DE VIDA

La obesidad es un problema de salud pública que afecta a distintos países de formas muy diferentes, dependiendo de factores como la alimentación, la actividad física, la cultura y el acceso a recursos.

PAÍSES CON MAYOR ÍNDICE DE OBESIDAD:

Estados Unidos, México, Arabia Saudita y algunos países del Pacífico Sur (como Tonga y Samoa) tienen altos índices de obesidad en su población adulta. En estos países, el estilo de vida suele caracterizarse por una alimentación alta en comidas procesadas, azúcares y grasas, junto con niveles bajos de actividad física debido a la vida sedentaria, el uso frecuente de transporte motorizado y el trabajo de oficina.

PAÍSES CON MENOR ÍNDICE DE OBESIDAD:

En contraste, países como Japón, Corea del Sur, Suiza y algunos países africanos tienen tasas de obesidad mucho más bajas. En estos lugares, las dietas tradicionales son más equilibradas, con mayor consumo de verduras, pescados y granos, y un estilo de vida que incluye más movimiento diario, ya sea caminando, usando bicicleta o realizando actividades al aire libre.

DIFERENCIAS EN ESTILOS DE VIDA:

La diferencia principal entre los países con altos y bajos índices de obesidad está en la alimentación y la actividad física. Mientras que en los países más obesos predomina la comida rápida y ultraprocesada, en los menos obesos se consumen alimentos frescos, menos industrializados y en porciones moderadas. Además, el sedentarismo es un factor clave: en los países con menos obesidad, las personas suelen moverse más durante el día, ya sea por costumbre cultural o por diseño urbano.



También influyen factores socioeconómicos y de educación sobre salud, pues en muchos países más obesos el acceso a alimentos saludables es limitado por precio o disponibilidad, y la educación sobre nutrición no está tan extendida. En resumen, combatir la obesidad no solo es cuestión de voluntad individual, sino de cambios culturales, económicos y sociales que promuevan hábitos saludables y accesibles para todos.

CHILE Y SU SITUACIÓN:

Chile ocupa un lugar preocupante en el ranking mundial de obesidad, posicionándose alrededor del puesto 26 en tasa de obesidad adulta, con cerca del 34% de su población adulta clasificada como obesa, según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Encuesta Nacional de Salud (ENS) 2016-2017. Esta cifra es bastante alta en comparación con muchos otros países de Latinoamérica y refleja un problema creciente en la salud pública nacional.

En Chile, por ejemplo, la urbanización y el ritmo de vida acelerado han favorecido el consumo de alimentos ultraprocesados y disminuido la actividad física, especialmente en zonas urbanas. Esto se refleja en cifras preocupantes sobre obesidad infantil y adulta.

-Escrito por Amanda Romero



CANCIONES NUEVAS (2025) QUE ESTÁN ROMPIENDO EN ESTE MOMENTO

1. BAD BUNNY

El Apagón (2025)

Reproducciones Spotify: +120 millones

2. TAYLOR SWIFT

Mirrorball (Taylor's Version) (2025)

Reproducciones Spotify: +90 millones

3. ROSALÍA

Fufunufa (2025)

Reproducciones Spotify: +50 millones

4. OLIVIA RODRIGO

I'm a Mess (2025)

Reproducciones Spotify: +70 millones

5. DUA LIPA

Lost In The Fire (feat. The Weeknd)

Remix 2025

Reproducciones Spotify: +60 millones

6. PESO PLUMA

Claro (2025)

Reproducciones Spotify: +40 millones

7. BIZARRAP

BZRP Music Sessions #76 (2025)

Reproducciones Spotify: +35 millones

8. HARRY STYLES

Boyfriends (2025)

Reproducciones Spotify: +55 millones

9. BAD GYAL

Juicy (2025)

Reproducciones Spotify: +30 millones

10. J BALVIN

Nivel de Perreo (2025)

Reproducciones Spotify: +25 millones

AMOR

Cuando nació Noah, los médicos le dijeron a su joven padre, Ben, con síndrome de Down, que no podría criar a un niño.

Que no entendería los horarios de alimentación.

Que no sabría cómo consolar a un bebé que lloraba.

Que no sería suficiente.

Pero Ben no escuchó.

Abrazó a su recién nacido, le besó la frente y le susurró:

"Puede que no lo sepa todo... pero sé cómo amarte".

Y lo amaba.

Ben lo alimentaba con manos temblorosas, aprendía canciones de cuna tarareando y lo mecía todas las noches hasta que salía el sol. Trabajaba a tiempo parcial doblando servilletas en un restaurante local, ahorrando cada centavo para el futuro de Noah.

Había miradas. Susurros.

Otros padres preguntaban: "¿Es él... el padre?".

Ben simplemente sonreía y asentía con orgullo.

"Es mi hijo. Mi mejor amigo".

Noah crecía. Ben envejecía.

Los años pasaban como páginas de un libro silencioso. Noah se hizo hombre.

Fuerte, amable, exitoso. La gente decía:

"¡Qué bien te has portado!".

Él respondía:

"Porque me crio alguien que solo veía el mundo con amor".

A medida que Ben crecía, su memoria empezó a desvanecerse. Olvidaba dónde guardaba las cosas. Luego los nombres. Luego el de Noah.

Y un día, lo miró a los ojos y le preguntó:

"¿Eres mi amigo?".

Noah le tomó la mano y le susurró:

"Soy tu hijo. El que criaste. A quien le diste todo".

Ahora, Noah lo alimenta. Lo ayuda a caminar. Tararea canciones de cuna cuando

Ben no puede dormir.

No solo cuida de su padre.

Le está devolviendo el favor al hombre que lo crio... dos veces.

Y cuando se toman fotos ahora, Noah sonríe ampliamente.

Porque el mundo ve a un anciano con síndrome de Down y a su hijo adulto

Pero él ve a su héroe.

A su maestro.

A su corazón.

ME VOY DE VIAJE...

Amor, me voy de viaje,
sí amor, me voy de viaje,
no mi vida, no puedo llevarte,
tengo que partir, no te llevo,
solo tengo unos minutos
para despedirme de ti.
¡Gracias amor por llegar a mi vida!
¡Por amarme!

Ven, acércate, sí aquí a mi lado,
déjame decirte un secreto,
¡Siempre te ame!

Después de tanto tiempo
¡Te sigo amando!

¡Me voy de viaje amor!

¡No puedo llevarte!

Tomaré un vuelo
o viajaré en tren,
aún no lo sé, allá donde voy
no sé cuanto tiempo
pero te esperaré.

Antes de irme,
quiero darte una estrella,
bajaré la luna,
te regalaré una flor,
de mis poemas,
te recitare el mejor:

"VOY A EXTRAÑARTE".

No llores mujer, no llores,
solo me voy de viaje,
no, no puedo llevarte,
no te olvides regar las
rosas del jardín,

ni tampoco los sábados
hacerles a los nietos el budín.

¡Amor no llores!
solo me voy de viaje,
no, no amor, tampoco
llevo equipaje,
me voy con lo puesto,
me llevo los recuerdos,
un abrazo y un beso tuyo,
el cariño de los míos,
mientras me recuerden
no muero.
¡NO LLORES AMOR, NO LLORES!
¡SOLO ME VOY DE VIAJE!...

REFLEXIÓN FAMOSA

Ernest Hemingway dijo una vez: En nuestros momentos más oscuros, no necesitamos soluciones ni consejos. Lo que anhelamos es simplemente una conexión humana: una presencia tranquila, un toque gentil. Estos pequeños gestos son las anclas que nos mantienen firmes cuando la vida parece demasiado.

Por favor no intentes arreglarme. No cargues con mi dolor ni alejes mis sombras. Siéntate a mi lado mientras supero mis propias tormentas internas. Sé la mano firme que puedo alcanzar mientras encuentro mi camino.

Mi dolor es mío para soportarlo, mis batallas son mías para enfrentarlas. Pero tu presencia me recuerda que no estoy solo en este mundo vasto y a veces aterrador. Es un recordatorio silencioso de que soy digno de amor, incluso cuando me siento destrozado.

Entonces, en esas horas oscuras en las que me pierdo, ¿estarás aquí? No como salvador, sino como compañero. Sostén mi mano hasta que llegue el amanecer, ayudándome a recordar mi fuerza.

Tu apoyo silencioso es el regalo más preciado que puedes dar. Es un amor que me ayuda a recordar quién soy, incluso cuando lo olvido.

INCOMPLETE

Le fue difícil aceptarlo, demasiado complicado. No podía creer que todo lo que estaba sintiendo era culpa de él. Era culpa de esos ojos color chocolate, esa piel canela, ese cabello castaño y esa atrevida sonrisa.

Dentro de él había una montaña rusa de emociones, el cual el único abordo era él. Todas sus emociones lo llenaban, como una ola, esto ocurría siempre que lo veía a él. Se sentía como si se derritiera cuando ese hermoso chico le dirigía la palabra. No podía respirar al notar que los ojos que más deseaba tenían toda su atención en él.

¿Él sentirá lo mismo que yo? ¿A él le encantarán tanto mis ojos cómo a mí me gustan los suyos?

Se sentía como un idiota mientras escribe sobre él. Cuando piensa en él y sus mejillas se tornan de un color carmesí mientras sonrío de oreja a oreja, olvidándose de todo. Cuando lo observa de lejos su corazón va rápido, así perdiendo la noción del tiempo. Cuando nada más existe para él, solamente su divino amado. Sí, debía ser un idiota. Pero este idiota adoraba verlo feliz, verlo divertirse y sobre todo, amaba su sonrisa, ya que era lo más hermoso que haya podido ver en toda su vida. Anhelaba ver su sonrisa todos los días, así quizá un día esa sonrisa sería causada por él.

En el fondo de su corazón le lastimaba no poder hablarle gracias a sus nervios y miedos. Se sentía demasiado avergonzado, ya que a lo único que se dedica es a escribir sobre sus divinos ojos, más nunca podría decirle a su cara lo mucho que le encantan.

Quisiera que sus sentimientos fueran correspondidos, poder gritarle al mundo cuánto lo amaba. Anhelaba tenerlo a su lado, mientras lo tenía en sus brazos, pero quizás eso no era lo correcto, ya que los dos eran de género masculino. Sin duda no era lo correcto...

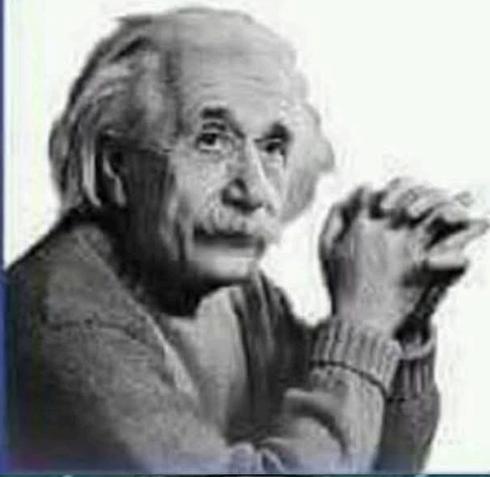
Se dedicaría a amarlo en silencio, a escondidas, por el resto de su vida.

UNA HISTORIA QUE DESAFÍA LO QUE CREEMOS POSIBLE:

en 2013, Xiao Wei, un obrero chino, sufrió un accidente laboral tan brutal que perdió su mano. La situación era crítica, pues sin un flujo adecuado de sangre, los tejidos comenzaban a morir. Frente a este dilema, los médicos tomaron una decisión asombrosa: coser la mano amputada a su tobillo, aprovechando los vasos sanguíneos de la pierna para mantenerla con vida. Durante más de un mes, Xiao vivió con su mano adherida a su tobillo, sintiendo una extraña pesadez pero sin dolor. Aunque la mano permaneció caliente, la falta de sensibilidad le daba una sensación desconcertante. Finalmente, cuando los médicos determinaron que la extremidad estaba lista, reimplantaron la mano en su lugar original. A pesar de que la movilidad no era completa, el brazo había sido salvado. Este increíble caso no solo brindó una segunda oportunidad a Xiao, sino que también se convirtió en un hito mundial en la medicina, demostrando que la ciencia puede llevar los límites de lo imposible mucho más allá de lo que imaginamos.



"SI TIENEN FRÍO
ACUESTENSE EN LA ESQUINA DE
SU PIEZA... TIENE 90 GRADOS"

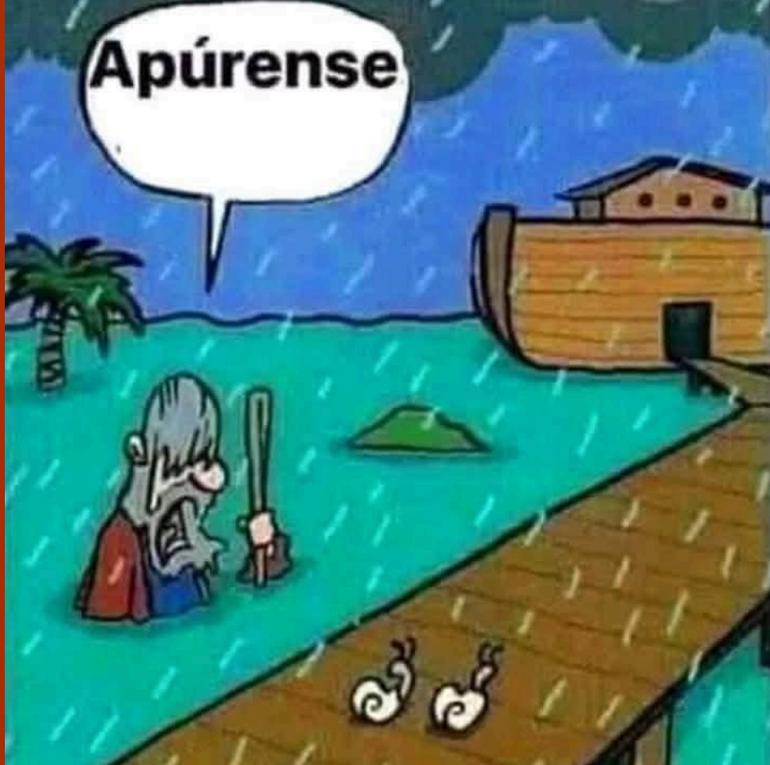


-ALBERT EINSTEIN

Que la fuerza
te acompañe,
no olvides
limpiarte el
lado oscuro.



Apúrense

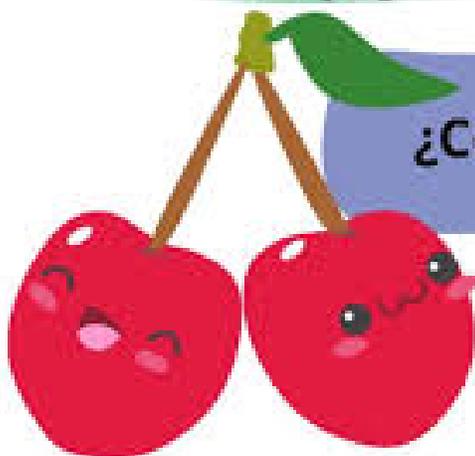


Tengo más flojera que el que
diseño este reloj.



Pino A

¿Qué dice una cereza cuando se mira al espejo?



¿Cereza yo?

Había una vez una piña colada y...



...la sacaron de la fila.

¿Cuál es la fruta que más se ríe?

La naranja ja ja ja



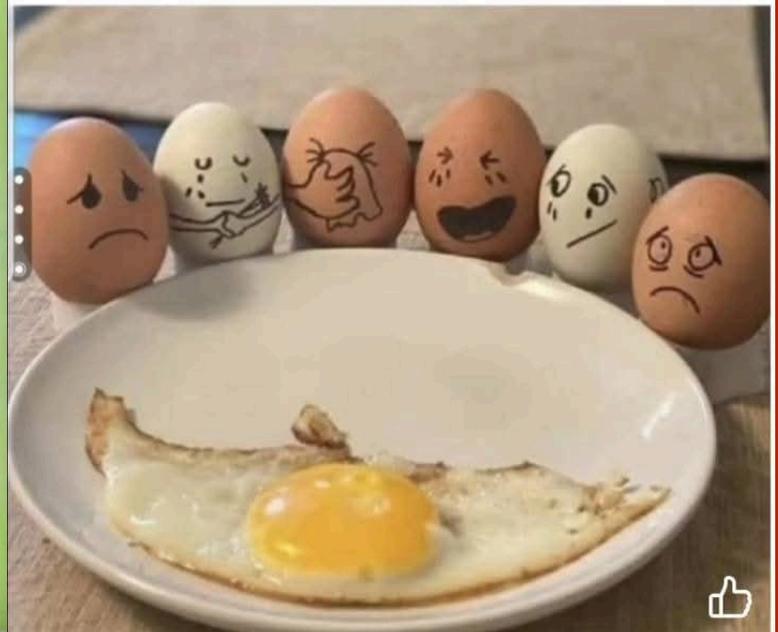
¿Cuál es el baile favorito del tomate?



La salsa



Un verdadero **amigo** siempre está ahí aunque estés frito...



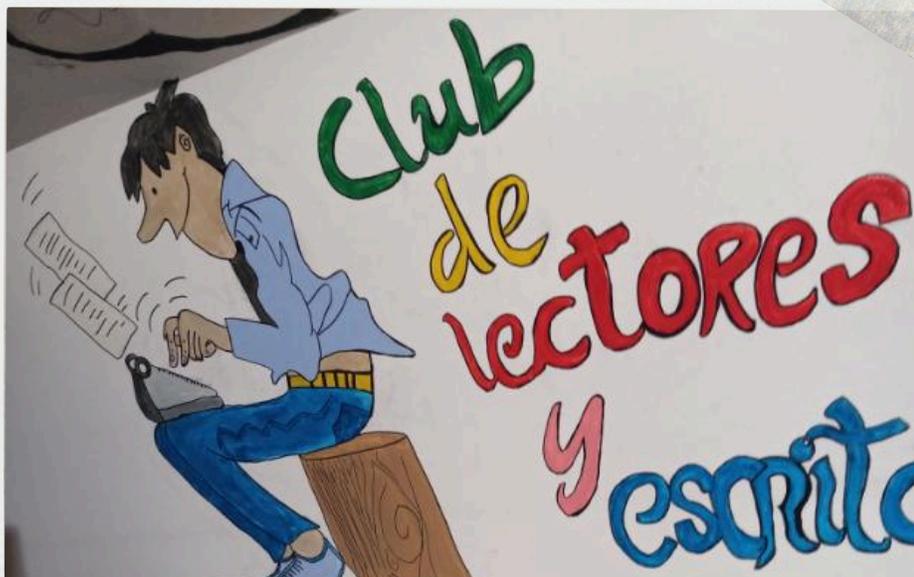
SOMOS ENTERAS DIVINAS PORQUE...

¡Somos Clementinas!

¡Somos una familia creativa! Aquí creamos, reímos, escribimos, opinamos y compartimos nuestras ideas sin miedo. Si tienes imaginación, ganas de aprender o simplemente quieres pasarlo bien, este es tu lugar.

¡Conoce a las CLE-MENTINAS!

Amanda Romero, Anabella Romero, Morín Villalobos, Camila Montoya, Ivy Osorio, Stacie Osorio, Josefa Villanueva, Sofia Figueroa, Tomás Cortes, Fernando García



¿Quieres que tu escrito aparezca en la próxima revista?, ¡envíalo a nuestro correo!

CLEmentinasLourdes@gmail.com