J-29714691-1
Alitalia SKYTEAM
VOLI DIRETTI GIORNALIERI
CARACAS - ROMA.

Premio Nacional de Periodismo
La voce d'Italia
Fondatore Gaetano Bafile
Direttore Mauro Bafile
Anno 64 - N° 1 | Caracas, mercoledì 9 gennaio 2013 | Deposito legale: 76/0788
@voceditalia | www.voce.com.ve | La Voce d'Italia

J-29714691-1
Alitalia SKYTEAM
alitalia.com | Call center 312.5000
Agenzie di viaggio

Istat, la disoccupazione giovanile macina record

(Servizio a pagina 3)

Tra i turisti italiani dispersi anche Vittorio Missoni, figlio del noto stilista Ottavio Missoni

Ancora nessuna traccia del bimotore scomparso a Los Roques

Il quattro gennaio scorso, come quattro anni fa, un aeromobile con a bordo turisti italiani è scomparso misteriosamente mentre seguiva la rotta Los Roques-Caracas

CARACAS – Ancora nessuna novità. Proseguono le ricerche dell'aeromobile scomparso il quattro gennaio scorso dai radar mentre seguiva la rotta Los Roques-Caracas. A bordo, oltre al pilota e al co-pilota, vi erano quattro turisti italiani tra cui Vittorio Missoni, figlio del noto stilista Ottavio Missoni, e la moglie Maurizia Castiglione.
Motovedette, elicotteri, imbarcazioni private e barche di pescatori setacciano lo spicchio di mare in cui, si presume, possa essere caduto l'aereo. In giornata si attende l'arrivo dall'Italia di un "team" di esperti della Protezione Civile. Avrá la responsabilità di fornire consulenza ai colleghi venezolani impegnati nella ricerca dell'aeroplano scomparsa nel nulla. E' stato reso noto dalla Farnesina che ha anche spiegato che il "team" italiano sarà integrato da esperti nella ricerca e soccorso dei Vigili del Fuoco, da un esperto navale e da un rappresentante dell'Agenzia nazionale per la sicurezza del volo esperto in attività aeronautiche.
Strana coincidenza, il 4 gennaio del 2008, mentre era in volo tra Caracas e l'archipelago di Los Roques, scomparse il bimotore della Transaven, sigla YV2081, con a bordo un gruppo di turisti, tra cui 8 italiani. Le ricerche di questo aeromobile dovrebbero riprendere il 29 gennaio.

(Servizio a pagina 2)

POLEMICA POLITICA

Monti attacca Berlusconi: "Tasse? Colpa di irresponabili"

ROMA - Mario Monti torna all'attacco: del governo precedente e di Silvio Berlusconi, che definisce "quegli irresponsabili" che stavano portando il Paese "verso il precipizio", costringendo lui, il professore, ad aumentare le tasse per evitare il disastro. Ma anche di quelle anime della sinistra, come Sel e Cgil, che "soffocano" la crescita.

(Continua a pagina 6)

LA CAMPAGNA ELETTORALE

Bersani: "Noi siamo la lepre da inseguire"

(A pagina 5)

VENEZUELA

Domani il presidente Chávez non si insedierà

CARACAS - "Il presidente ha chiesto di rendere noto che per raccomandazione dell'equipe medica... il suo recupero post-operatorio potrà prolungarsi" al di là del 10 gennaio, "ragione per la quale non potrà prendere parte" alla cerimonia per l'insediamento in programma domani presso il Parlamento. Lo ha reso noto il presidente dell'Assemblea, Diosdado Cabello, che ha letto una lettera inviatagli dal Vicepresidente Nicolás Maduro.
Stando a quanto scritto dal vicepresidente Maduros, il presidente Chávez, sottoposto lo scorso 11 dicembre al quarto intervento chirurgico contro il cancro, è tutt'ora convalescente. Attraverso trasmissioni televisive a rete unificate, è stato piú volte informato che le condizioni del capo dello Stato sono "complesse e delicate". Nell'ultimo bollettino è stato precisato anche che il capo dello Stato si trova"in una situazione stazionaria".

(Servizio a pagina 4)

SPORT

Tutto pronto per la Coppa Gatorade

IL CASO DEI MARÒ

Ministro indiano assicura: "Sentenza rapida"

(Servizio a pagina 8)

Laura
Desde 1953
EL UNICO CALZADO DE HOMBRE CON NOMBRE DE MUJER
Rif. J - 00089287 - 3
Calle Bolivia, Edf. Laura, Catia - Caracas
www.calzadoslaura.com e-mail: calzadoslaura@cantv.net

Tra i turisti italiani scomparsi anche Vittorio Missone, figlio del noto stilista Ottavio Missoni

Ancora nessuna traccia del bimotore scomparso a Los Roques

CARACAS – E' ancora mistero sulla sorte del bimotore scomparso improvvisamente dai radar il 4 gennaio mentre, a 10 miglia dalla costa, si recava dall'arcipelago Los roques a Caracas. A bordo, oltre al pilota, Germán Merchán di 72 anni e con 18 mila ore di volo, e al co-pilota, Josè Ferrer di 45 anni, vi erano quattro turisti italiani: Vittorio Missoni, figlio del noto stilista Ottavio Missoni, la moglie Maurizia Castiglione e due loro amici, Elda Scalvenzi e Guido Foresti.

Anche ieri sono proseguite le ricerche nonostante il mare mosso di questi giorni renda difficile la navigazione. Motovedette della Guardia Costiera, elicotteri, imbarcazioni private e barche di pescatori setacciano lo spazio marino dove, si suppone, possa essere caduto l'aeromobile. Diminuisce col passare delle ore la speranza di trovare superstiti. E' possibile che, nei prossimi giorni, la ricerca si estenda anche lungo la costa. Infatti, gli esperti considerano molto probabile che alcuni rottami del bimotore possano essere trasportati dalle correnti in terraferma.

Strana coincidenza, il 4 gennaio del 2008, mentre era in volo tra Caracas e l'archipelago di Los Roques, scomparve il bimotore della Transaven, sigla YV2081, con a bordo un gruppo di turisti, tra cui 8 italiani. Le ricerche di questo aeromobile dovrebbero riprendere il 29 gennaio.

- La ricerca in mare – ha detto giorni fa Mario Pica, ex pilota dell'aviazione e consulente delle famiglie dei connazionali che erano a bordo dell'aereo della Transaven – sono essenziali. E' un'operazione decisiva. Se non troviamo l'aereo vuol dire che non è precipitato.

Ed allora prenderebbe corpo l'ipotesi del dirottamento del piccolo aereo da parte dei narcos, per poi impiegarlo nel trasporto della droga. In quel caso, resterebbe un mistero la sorte dei passeggeri e del pilota che potrebbero essere ancora in mano dei malviventi.

Il 2 marzo, del 1997, sempre sulla stessa rotta, scomparve un altro bimotore con a bordo un avvocato di Amnesty International, un suo amico australiano ed una coppia di giovani sposi veneti, Mario Parolo e Teresa de Bellis. Di loro, come di tutti gli altri turisti italiani scomparsi nelle acque di Los Roques, non si è più saputo nulla. Si spera che in questa occasione i connazionali dispersi possano essere trovati con vita. Nel caso del bimotore di fabbricazione inglese (Britten Forman), con Vittorio Missoni a bordo, l'ipotesi dell'incidente pare prendere sempre più consistenza. Infatti, stando alla testimonianza di Enrique Prada – un pilota decollato attimi dopo – raccolta da "La Stampa", il bimotore sarebbe scomparso in un cumulo di nubi.

- Ho visto l'aereo sparire davanti ai miei occhi. E' scomparso inghiottito da un cumulo di nubi. – ha riferito il pilota per poi lanciare l'ipotesi che il bimotore possa essere stato colpito da un fulmine e, quindi, precipitato. C'è chi avvalla questa ipotesi sottolineando che era stato dato l'avviso di maltempo e che, in alcune circostanze, tra quelle nuvole si può scatenare una energia tale da mandare in frantumi un aereo. Lo stesso Giuseppe Scalvenzi, fratello di Elda, tra i quattro italiani dispersi, al suo rientro a Brescia ha raccontato d'aver visto fulmini.

- C'era un temporale – ha detto ai giornalisti.

Qualunque cosa sia accaduto, il pilota, su questo tutti sono d'accordo, non ha avuto il tempo di comunicare l'emergenza o il sistema radio non ha più funzionato dovuto a un guasto.

Chi ha conosciuto Germàn Merchàn, 72 anni con più di 18 mila ore di volo alle spalle, non ha dubbi nell'affermare che era un pilota di grande esperienza, capace di seguire quella "rotta maledetta" a occhi chiusi, senza cioè bisogno degli strumenti di bordo. Sempre stando alle testimonianze raccolte, Merchàn oltre ad essere un bravo pilota era anche una persona assai prudente. Cosa lo abbia indotto a entrare nel cumulo di nubi, nonostante l'avviso di maltempo, è un mistero Lo spicchio di mare in cui gli esperti credono possa essere caduto l'aereo, nonostante il mare mosso, è scandagliato con estrema attenzione. Non si scarta che l'area di ricerca, già ampliata in questi giorni, possa essere ulteriormente allargata nelle prossime ore. C'è infatti chi pensa che il pilota abbia potuto tentare un atterraggio disperato, planando dopo aver perso i motori e cercando di portarsi il più vicino possibile alla costa. Stando agli abitanti del posto, ed ai pescatori consultati, i fondali, oltre la barriera corallina possono raggiungere profondità enormi. Se l'aereo si è inabbissato, allora sarà difficile trovarlo senza l'aiuto di navi con la tecnologia adeguata.

I parenti di Vittorio Missoni, comunque, continuano a sperare. A Caracas è ora Luca Missoni, uno dei fratelli di Vittorio, che segue da vicino, accompagnato dalla nostra Ambasciata, lo sviluppo delle ricerche. Il Direttore dell'ufficio stampa del "Ministerio de Relaciones Interiores y Justicia", Jorge Galindo, ha informato, attraverso il suo account in Twitter, che l'Ambasciatore Paolo Serpi si è recato nell'area in cui si svolgono le ricerche. Stando sempre a Jorge Garrido, il nostro ambasciatore avrebbe manifestato fiducia nelle autorità venezolane. L'Unità di Crisi del Ministero degli esteri segue con attenzione lo sviluppo della tragica vicenda.

Vittorio Missoni, uno dei quattro turisti scomparsi questo 4 gennaio, è assai noto nel mondo della moda. Figlio dello stilista Ottavio Missoni, è, di fatto, l'ambasciatore del marchio di famiglia, "Missoni Spa", di cui è stato Direttore Generale. Vittorio Missoni, che ha tre figli, si era recato a Los Roques, in compagnia della moglie e di alcuni amici, per trascorrere le vancanze natalizie dedicandosi alla pesca, che è sempre stata la sua grande passione.

Luca Missoni, fratello di Vittorio, in questi giorni a Caracas, commentando ai microfoni del Tg2 l'andamento delle richerche ha affermato di "avere fiducia".

- Noi siamo fiduciosi – ha detto - per quello che i venezuelani stanno facendo con atteggiamento molto positivo.

Luca Missoni si è detto convinto che le autorità locali ''andranno oltre gli otto giorni'' di ricerche previsti in questi casi, sottolineando che si sta cercando verso ''tutte le piste possibili''; una convinzione, quasi una certezza, condivisa dal nostro ambasciatore, Paolo Serpi.

Il Comunicato Stampa dell'Ambasciata d'Italia in Venezuela

En relación al conocido caso de la desaparición de la avioneta YV-2615 con cuatro pasajeros italianos y dos tripulantes venezolanos a bordo acaecido en fecha 4.1.2013 en el área del Archipiélago de Los Roques, la Embajada de Italia en Caracas desea expresar públicamente, también a través de la prensa escrita, su profundo agradecimiento – también en nombre de los familiares de los italianos desaparecidos – por todo el apoyo y la preciosa colaboración que se está recibiendo del hermano Gobierno venezolano, en particular a través del INAC, la Protección Civil y el SAR.

El Gobierno italiano sigue con gran aprensión el desarrollo de las labores de búsqueda en estas horas tan cruciales, manifestando su fuerte cercanía y solidaridad también a las familias venezolanas afectadas por lo ocurrido.

La Embajada de Italia desea asimismo agradecer la generosa e inmediata contribución en recursos humanos y materiales ofrecida por el Reino de los Países Bajos así como por diferentes empresas, organizaciones y personas privadas a las actividades de búsqueda.

La Embajada, por último, desea también agradecer el constante y apreciado interés que los medios de comunicación venezolanos están prestando a este suceso, y desea reiterar su disponibilidad a suministrar las informaciones que esté en su poder brindar.

LAVORO E GIOVANI

Le ricette dei partiti

ROMA - Dall'apprendistato al contratto di lavoro unico, dall'abolizione della Legge Biagi a incentivi in favore della formazione passando per i referendum per abolire la riforma dell'articolo voluta dal governo Monti: le ricette dei partiti, in vista del voto, per combattere la disoccupazione, in particolare quella giovanile che ha raggiunto, a novembre, il 37% attestandosi suo valori più alti dal 1992, divergono profondamente. Di seguito le posizioni delle formazioni politiche.

PDL - Investimenti per facilitare il passaggio dalla scuola al lavoro, rilanciare l'istruzione professionale ed il contratto di apprendistato, rivalutare le esperienze di lavoro durante lo studio, ripensare il ruolo della formazione universitaria: sono questi i capitoli sui quali il Pdl punta per rilanciare l'occupazione.

PD - Tra le proposte chiave dei Democratici, l'introduzione del contratto di ingresso per i giovani e di quello di reingresso per chi il lavoro lo ha perso in modo da ridurre le forme contrattuali 'atipiche'. I democratici puntano poi a estendere gli ammortizzatori sociali e a prevedere un compenso minino orario. L'articolo 18 viene infine salvaguardato, anche se viene prevista una gradualita' nella sua applicazione.

AGENDA MONTI E CENTRO - Nessuna marcia indietro sulla riforma del mercato del lavoro. Per combattere la disoccupazione, in particolare, il premier uscente e con lui i partiti che lo appoggiano si dicono convinti della necessita' di rilanciare un Piano Occupazione giovanile con incentivi a sostegno della formazione e con forme di detassazione per chi assume lavoratori tra i 18 e i 30 anni. Un altro fronte su cui occorre intervenire - sottolineano - e' quello dei lavoratori over 55.

SEL - Il partito di Vendola, insieme a Idv e al movimento arancione, è impegnato in prima linea per i referendum che tra l'altro vogliono ripristinare l'articolo 18. Per favorire l'occupazione servono invece, dice Sel, politiche attive sul lavoro, sull'innovazione, politiche industriali, programmazione economica, investimenti pubblici. L'indebolimento dei diritti dei lavoratori, sostiene Sel, non produce un solo posto di lavoro in più.

IDV e MOVIMENTO ARANCIONE - Oltre a essere attivi sul fronte referendario, il partito di Antonio Di Pietro e il movimento guidato da Antonio Ingroia puntano a riscrivere la riforma delle pensioni, convinti che i dati dell'occupazione siano peggiorati a causa delle politiche del governo Monti.

LEGA - Tradizionalmente vicina alle piccole e medie imprese del Nord, la Lega è a favore dei contratti territoriali che tengano conto del costo della vita, sottolinea il Carroccio, diverso nelle varie aree del paese.

MOVIMENTO 5 STELLE - Due le chiavi di volta per rilanciare l'occupazione: l'abolizione della legge Biagi e l'introduzione del sussidio di disoccupazione garantito.

Da almeno venti anni l'Italia non sperimentava un tasso cosí alto di under 25 alla ricerca di un posto di lavoro. Le fila dei disoccupati rimangono copiose, un esercito che ormai è vicino ai 2,9 milioni di persone

Istat, La disoccupazione giovanile macina record: -42 mila posti in 5 anni

ROMA - La disoccupazione giovanile segna un nuovo record e stavolta é un massimo assoluto: a novembre balza al 37,1% come mai era avvenuto prima. Non c'é traccia di livelli superiori sia nelle serie storiche mensili sia in quelle trimestrali dell'Istat, cominciate nel 1992. E' quindi da almeno venti anni che l'Italia non sperimenta un tasso cosí alto di under 25 alla ricerca di un posto. Negli ultimi mesi, infatti, la quota di ragazzi alla disperata caccia di un impiego é andata sempre più aumentando, basti pensare che rispetto al 2007 il tasso di disoccupazione dei 15-24enni é quasi raddoppiato.

Oltre ai giovani a novembre risentono particolarmente della crisi anche i lavoratori maschi, tra loro l'occupazione tocca il minimo storico. E rispetto a cinque anni fa si contano ben 740 mila uomini a lavoro in meno. Insomma secondo le stime dell'Istat novembre è stato un altro mese 'nero' per il mercato del lavoro, con il tasso complessivo di senza posto all'11,1%, lo stesso di ottobre, quindi ancora ai massimi dall'inizio del 1999.

Anche le fila dei disoccupati rimangono copiose, un esercito che ormai è vicino ai 2,9 milioni di persone, mezzo milione in più rispetto a un anno prima. E guardando ai giovani, tra loro sono in cerca di un impiego oltre 640 mila under 25. A novembre anche il fronte occupazione sembra iniziare a cedere, con 42 mila persone a lavoro in meno nel giro di appena un mese. In termini tendenziali la perdita ricade tutta sugli uomini. La discesa è, però, bilanciata dall'occupazione 'rosa', che almeno durante l'anno sale, come risultava anche dai dati del terzo trimestre. Un fenomeno che può essere dovuto all'inasprimento dei requisiti pensionistici. Inoltre le donne trovano più facilmente un impiego nei servizi, meno colpiti dalla crisi, con alcune figure, tra cui le colf, in crescita.

I dati dell'Istat suscitano reazioni preoccupate: per la Cgil la disoccupazione record è il ''risultato delle politiche di solo rigore'', secondo la Cisl ''il lavoro deve essere il primo punto di qualsiasi programma elettorale''. Mentre la Uil sostiene la necessità di interventi immediati per fare fronte a quelli che l'Ugl definisce cifre ''allarmanti''.

Poco prima dell'uscita dei dati, il ministro del Lavoro, Elsa Fornero, aveva spiegato come non considerasse il peggioramento della disoccupazione un fallimento, precisando:

- Noi paghiamo errori di lungo periodo.

Non mancano i commenti dei politici: per il leader dell'Idv Fornero e il premier ''o sono bugiardi o sono incapaci''; critici verso il Governo anche il coordinatore dei dipartimenti del Pdl, Renato Brunetta, e il fondatore movimento Fratelli d'Italia-Centrodestra nazionale, Ignazio La Russa. Secondo il leader dell'Udc, Pier Ferdinando Casini, invece, non è dimostrabile che la riforma Fornero possa aver contribuito al peggioramento del trend. Il mondo del lavoro è in piena crisi anche nel Vecchio continente: a novembre l'Eurozona non ha fatto altro che aggiornare il record di disoccupazione, salita all'11,8%. Eurostat registra un nuovo picco pure per i giovani (24,4%), ma l'Italia supera di gran lunga la media europea, piazzandosi tra i Paesi con il più alto tasso di 15-24enni a caccia di un impiego.

L'impennata della disoccupazione

ROMA - Il tasso di disoccupazione giovanile (15-24 anni) in Italia ha sfondato per la prima volta la soglia del 30% a settembre del 2011, quindi proprio nel periodo in cui la recessione si riaffacciava e iniziava la galoppata dello spread, il differenziale tra il rendimento dei Btp decennali italiani e i medesimi titoli di Stato tedeschi.

Ecco di seguito circa un anno e mezzo di rialzi nel livello di disoccupazione, mettendo a confronto i tassi degli under 25 con quelli generali, in base ai dati mensili dell'Istat

PERIODO	GIOVANI	TOTALE
2011 LUGLIO	28,6	8,3
AGOSTO	29,9	8,4
SETTEMBRE	31,3	8,9
OTTOBRE	30,9	8,8
NOVEMBRE	32,2	9,4
DICEMBRE	31,9	9,5
2012 GENNAIO	32,6	9,7
FEBBRAIO	33,4	10,0
MARZO	34,6	10,3
APRILE	34,1	10,5
MAGGIO	34,4	10,4
GIUGNO	33,6	10,6
LUGLIO	34,7	10,5
AGOSTO	34,5	10,5
SETTEMBRE	35,9	10,8
OTTOBRE	36,5	11,1
NOVEMBRE	37,1	11,1

FONDATO NEL 1950
DA GAETANO BAFILE

DIRETTORE
Mauro Bafile - CNP 5.613
mauro.bafile@voce.com.ve

REDAZIONE
Cultura e attualità
Anna Maria Tiziano
amrytiz@gmail.com

Venezuela
Berki Altuve
berki.altuve@voce.com.ve

Sport
Fioravante De Simone
fioravante.desimone@voce.com.ve

DISEGNO GRAFICO
Juan José Valente
italiano82@gmail.com

EDIZIONE DIGITALE
www.voce.com.ve
Alfredo Bencomo
alfredo.bencomo@voce.com.ve
Leonardo Fernández
leofernan71@gmail.com

PUBBLICITÀ
Direzione
Giuseppina Liberatore
giuseppina.liberatore@voce.com.ve
Asistente de la Gerencia
Maria Luisa Baños
marialuisabanos@hotmail.com
Advertising manager
Franca Sipala
francasipala@gmail.com

MARKETING E DIFFUSIONE
Gianni Testasecca
marketing@voce.com.ve

CONSIGLIO DI AMMINISTRAZIONE
Presidente
Vincenzo Rasetti
Consigliere
Amedeo Di Lodovico

Amministrazione
Yoselin Guzmán
amministrazione@voce.com.ve

Consulente Legale
Humberto Di Cocco

La Voce d'Italia è una tribuna aperta a tutti i lettori senza preclusioni di ordine politico. Le opinioni dei nostri collaboratori non rispecchiano necessariamente quelle del giornale.

www.voce.com.ve
@voceditalia
La Voce d'Italia
Ed. Caracas. Local 2.
Av. Andrés Bello, 2da. transv.
Guaicaipuro Norte
Caracas - Venezuela
Telefax: (0058-0212)
576.9785 - 576.7365
571.9174 - 571.9208
E-mail: lavoce@cantv.net

"La testata fruisce dei contributi statali diretti di cui alla legge 7 agosto 1990, n. 250".

Agenzie giornalistiche:
ANSA, ADNKRONOS, AISE, GRTV, Migranti Press, Inform, AGI, News Italia Press, Notimail, ABN, 9 colonne.
Servizi fotografici:
Ansa, Notimail, Luciano Biagioni, Emme Emme.

En una carta enviada al presidente de la Asamblea, Diosdado Cabello, el vicepresidente, Nicolás Maduro, explica las razones por las cuales el jefe de Estado no podrá estar presente

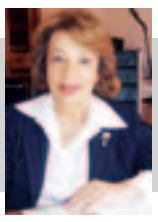
El presidente Chávez no podrà juramentarse il 10 de enero

CARACAS- El presidente de la República, Hugo Chávez, no podrá asistir al acto protocolar de la toma de posesión en la sede del Poder Legislativo, pautado para este jueves 10 de enero. El presidente de la AN, Diosdado Cabello, leyó una misiva enviada por el vicepresidente Nicolás Maduro, en la que, sin entrar en detalles, se informa que el jefe de Estado deberá guardar reposo médico más allá del 10 de enero. En la misiva se señala, que este hecho constituye un "irrebatible motivo sobrevenido, por lo cual se invoca el artículo 231 de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, a objeto de formalizar en fecha posterior la juramentación correspondiente ante el Tribunal Supremo de Justicia".
En la misiva, después de agradecer en nombre del presidente de la República "la autorización constitucional que la Asamblea Nacional le otorgó el pasado 9 de diciembre de 2012, por decisión unánime de su plenaria, gracias a la cual se encuentra en la ciudad de La Habana, luego de someterse a la importante intervención quirúrgica", se informa que, "de acuerdo con las recomendaciones del equipo médico, que vela por el restablecimiento de su salud, el proceso de recuperación post quirúrgica deberá extenderse más allá del día 10 de enero del año en curso, motivo por el cual no podrá comparecer en esa fecha ante la Asamblea Nacional, constituyendo un irrebatible motivo sobrevenido".

10/E

Capriles pidió al TSJ que se pronuncie

CARACAS - El gobernador de Miranda, Henrique Capriles, en referencia al acto de juramentación del presidente Chávez, lamentó ayer que el TSJ no actúe ante lo que considera "un conflicto constitucional".
- El país – dijo el gobernador de Miranda y ex candidato presidencial - está esperando respuestas sobre la interpretación del TSJ.
Y señaló que en el país hay cada vez más problemas y, expresò, "a todos hay que darles solución".
Manifestó que el Máximo Tribunal está a horas para pronunciarse y dar una respuesta que ponga freno a la incertidumbre y contribuya con el objetivo superior de generar tranquilidad y paz.
Por otra parte, Capriles Radonski solicitò a los presidentes de América Latina no prestarse a "un juego político" que es interno.
- Quiero arrancar estas palabras haciéndome solidario, no sólo con el Presidente de la República, sino con los familiares y con todos los seguidores de él - dijo Capriles al comienzo de la rueda de prensa.
Capriles dijo que la respuesta está en la Constitución. Y esta, subrayó, "no es de un color político y es de todos los venezolanos".
Comentó que el espíritu del legislador apunta que el 10 de enero termina un período constitucional y arranca otro nuevo. Aclaró que el 10 de enero se toma juramento para luego precisar que, en su opinión eso no quiere decir que si el Presidente no toma juramento esa fecha deje de ser el Presidente. Dejó claro que, en la Constitución, se establecen que mecanismos para que no exista una falta o vacío en el ejercicio del gobierno. Capriles recalcó que en octubre fue elegido un Presidente y no un gobierno. Y afirmó que los rumores sobre la salud del Presidente y de paro cívico han tenido su origen en el mismo gobierno. Aunque, desde su punto de vista, "sería una desgracia para el país que Diosdado Cabello asumiera el cargo de Presidente", aclaró que en estas circunstancias no se trata de lo que le gusta a él o no. Subrayó que lo importante es acatar lo que establece la Constitución.
Capriles, quien estaba acompañado por el gobernador del Estado Lara, Henry Falcòn, aseguró que el 10 de enero no puede asumir la Primera Magistratura el Vicepresidente.



"OBITER DICTA"

Por: Hildegard Rondón de Sansó

"Parlamentos versus Rae"

Dos instituciones de gran seriedad y prestigio, han entrado en conflicto: las Naciones Unidas y la Real Academia de la Lengua Española. El motivo que podría determinar la confrontación, es el régimen del llamado "género", en virtud del cual, las reglas de la ONU exigen que, cuando se deba mencionar a un ser humano cualquiera que sea (esto es, en su condición de ciudadano, de elector, de juez, de fiscal, de maestro o como titular de cargos públicos relevantes), no basta con llamarlo por su designación masculina, sino que es menester que se aluda a ésta y a la femenina. Así, si la norma que se redacta se refiere a los venezolanos, no puede limitarse a decirlo en esa forma, sino que debe señalar que se refiere "a los venezolanos y a las venezolanas", o viceversa. La consecuencia de tal sistema es no solo un esfuerzo doble de redacción y de disponibilidad de más espacio, sino que llega incluso a situaciones absurdas: Cuando se habla de "Fiscal" debe aludirse "al Fiscal" y a "la Fiscala"; si se trata de jueces, "al Juez" y a "la Jueza".
Es sabido que la conformación del idioma se va haciendo paso a paso, atendiendo a las necesidades de identificación de los objetos y personas, y es por ello que esas posibilidades pueden referirse solo a uno de los sexos, por lo cual aludir a ambos, es forzar el lenguaje; es una utilización redundante del masculino y del femenino. Pues bien, la Academia ha dicho que la alusión a ambos sexos es una repetición innecesaria que conforma un vicio del lenguaje, por lo cual desaprueba ese tipo de tautología contraria a las reglas gramaticales.
Además, nos dice la Academia que no es admisible identificar el concepto de sexo con el de género, señalando que género no es igual que sexo, porque el género es una propiedad de los nombres y de los pronombres y produce efectos en la concordancia con los adjetivos. Si bien todas las personas tenemos un sexo, no por ello tenemos un género, por lo cual la expresión "violencia de género" es incorrecta porque la violencia la originan las personas, no las palabras. Dicen los lingüistas que en nuestra lengua se debe hablar de "violencia sexual" o de "violencia doméstica", pero la violencia de género no tiene ningún significado. Hay que recordar que uno de los objetivos esenciales de la lengua, es la economía y la simplificación: se trata de obtener la máxima comunicación con el mínimo esfuerzo posible. Lo que puede decirse con dos palabras, no debe ser enunciado con cuatro, con ocho o con dieciséis. Es cierto que en todos los países de habla hispana, ha existido un conflicto entre quienes hacen la leyes (los parlamentos) y las Academias y se da el caso de la consulta que el Parlamento Andaluz hiciera a la Real Academia Española, solicitando la corrección del desdoblamiento de expresiones como "los diputados y las diputadas", "los padres y las madres", "los niños y las niñas". La Academia le respondió que tales desdoblamientos son innecesarios y que el empleo de circunloquios y situaciones inadecuadas, resulta empobrecedor de la lengua.
El indicado desdoblamiento como triunfo del "feminismo" es crear una nueva forma de discriminación. Venezuela, por la Constitución de 1999, se unió a la corriente no mayoritaria de quienes reivindicaban el desdoblamiento de los sujetos a los cuales se destina la norma de conformidad con el sexo; pero ello no tiene significado positivo alguno, sino que ha hecho una legislación más rebuscada, más difícil de leer y condensar y, en el fondo, divorciada de los conceptos abstractos con los cuales se mencionan a los sujetos del ordenamiento, porque la mayor parte de las veces no existe femenino alguno para enunciarlos, como sería el caso, en la frase anteriormente expresada que, si la quisiéramos desdoblar deberíamos decir: "los sujetos y las sujetas".

LA GIORNATA POLITICA

E se poi non vince nessuno?

Pierfrancesco Frerè

ROMA - C'è un fantasma che si aggira nella campagna elettorale: la possibilità che alla fine non vinca nessuno. E' un pericolo concreto, figlio di una legge elettorale sbagliata. Uno dei paradossi è questo: con le modifiche volute a suo tempo da Carlo Azeglio Ciampi (l'attribuzione al Senato del premio di maggioranza su base regionale) le forze politiche sfavorite hanno tutto l'interesse a lottare per impedire la formazione di una maggioranza stabile a palazzo Madama. In modo da condizionare la formazione del governo. In altre parole la legge elettorale è solo apparentemente maggioritaria.

Lo stesso Berlusconi ha avuto difficoltà di governo nonostante la conquista di un'amplissima maggioranza. Adesso ciò che si profila è una lotta senza esclusione di colpi proprio per il Senato. Pdl e Lega sono coscienti di non poter ambire alla vittoria (che alla Camera, stando ai sondaggi, sarà appannaggio del centrosinistra): ma se il rinnovato asse del Nord tornerà ad attirare il blocco sociale che fin qui lo ha sostenuto in Lombardia, Piemonte e Veneto, la conquista del premio di maggioranza in queste regioni (o forse anche in due sole di esse) sarebbe sufficiente per impedire a Bersani e Vendola di ottenere la maggioranza nel secondo ramo del Parlamento.

Ciò spiega come mai, commenta il politologo Roberto D'Alimonte, Monti sia costretto a ''tifare'' per il Cavaliere: se il centrodestra sconfigge il centrosinistra nelle regioni chiave del Nord, il suo centro diventa decisivo. E in fondo è quanto ha già previsto il segretario democratico che non esclude dopo il voto una collaborazione con l'area montiana. Insomma, c'è un effetto distorsivo della legge elettorale di cui buona parte dell'opinione pubblica non è nemmeno consapevole. Non a caso Giorgio Napolitano si è battuto fino all'ultimo perchè le forze politiche riformassero il famigerato Porcellum. Ma alla fine hanno prevalso le convenienze di partito, la possibilità di controllare le liste.

Gli scontri sulla loro compilazione stanno lì a dimostrarlo. Nel Pd sono venuti a galla i malumori per i paracadutati in periferia che a volte hanno contraddetto i risultati delle primarie (vedi le dimissioni del segretario regionale della Puglia, Sergio Blasi, il quale parla di ''tradimento''). Nel centro la ''scrematura'' attuata da Enrico Bondi, a dispetto dei cinguettii sull'armonia che regnerebbe sovrana, hanno creato molto nervosismo: le difficoltà riguardano in particolare le candidature dei veterani Cesa e Buttiglione, ma in generale è tutto l'apparato di Udc e Fli sotto osservazione. Certo il Professore non esce rafforzato dalle rinunce di Riccardi e Montezemolo alla candidatura (sebbene esse non significhino defezione) e nemmeno dalle polemiche nel mondo cattolico che hanno portato all'annullamento del Forum di Todi 2.

Il fatto è che questo mondo è diviso, non tutti sono pronti a seguire il premier in un'avventura che ha i suoi rischi. Il principale è la rimonta di Berlusconi, l'uomo dalle sette vite. In più occasioni l'ex premier ha dimostrato - nello scetticismo generale - le sue doti di sprinter dell'ultimo chilometro: nel 2006 sfiorò il pareggio contro Prodi sebbene i suoi principali alleati lo ritenessero già spacciato.

Adesso Monti incrocia la lama con il Cavaliere soprattutto per il controllo degli incerti e dei potenziali astensionisti: qui si giocherà la partita decisiva. Per farlo, tuttavia, si deve acconciare a parole d'ordine (come per esempio la revisione dell'Imu e il calo delle tasse) che non sono poi molto diverse da quelle del suo avversario. Al quale Monti attribuisce la colpa di aver condotto l'Italia sull'orlo del precipizio per pura irresponsabilità.

''Sono dalla parte della gente comune'', decreta il Professore. E accusa una parte della sinistra di soffocare i meccanismi di crescita con l'ostilità verso concetti come produttività e competitività. Il calcolo è di poter giungere ad un'alleanza anche con un Vendola ritenuto assai più realistico di quanto dicano i suoi comizi. E' una strategia credibile? Difficile dirlo. Per ora si può osservare che l'estrema sinistra paragona Monti al peggior Berlusconi. La Lega lo accusa di aver aggravato la situazione. E gli indicatori economici non lo aiutano.

Il leader del centrosinistra ostenta sicurezza e assicura di "non temere il pareggio" al Senato nel caso in cui il Pd dovesse non ottenere il premio di maggioranza nelle 4 regioni ribattezzate l'Ohio d'Italia

Bersani apre la campagna elettorale: "Noi siamo la lepre da inseguire"

ROMA - Il Pd chiude le liste e mette fine a trattative estenuanti e malumori in anticipo rispetto agli altri partiti, un vantaggio temporale che Pier Luigi Bersani sprona a sfruttare rispetto ai rivali ancora alle prese con le candidature.

- Noi siamo la lepre da inseguire e tutti faranno la gara dietro di noi - è l'immagine venatoria usata dal leader Pd che già nel fine settimana avvierà il tour delle Regioni con i 20 capilista e che ha una strategia ad hoc, a partire da 100mila volontari in campo, per le 4 regioni (Lombardia, Veneto, Sicilia, Campania) in bilico.

Il leader del centrosinistra ostenta sicurezza e assicura di ''non temere il pareggio'' al Senato nel caso in cui, come ha evidenziato Roberto D'Alimonte sul Sole 24 Ore, il Pd dovesse non ottenere il premio di maggioranza regionale nelle 4 regioni ribattezzate l'Ohio d'Italia, dove cioè l'esito può influenzare il raggiungimento della maggioranza a Palazzo Madama. E scongiurare quel fantasma del governo Prodi, appeso a numeri esili e alla presenza in aula dei senatori a vita.

Ma il rischio c'è: non a caso Bersani sarà capolista in 2 regioni in bilico su quattro: Lombardia e Sicilia. E i nomi schierati a guidare le regioni a rischio sono tutti di peso, dall'economista Dell'Aringa e il giornalista Massimo Mucchetti in Lombardia a Guglielmo Epifani e Rosaria Capacchione in Campania. Nomi che uniscono la promessa riformista e liberal del Pd con la priorità del lavoro in cima all'agenda di Bersani. E che puntano a sfidare sul suo terreno il principale competitor, Mario Monti.

- Non capisco - ribatte Bersani al Prof - che cosa significhi quando dice che la sinistra frena. Quando ero ministro ho fatto più riforme di quelle viste in quest'ultimo anno.

La differenza tra il Pd e gli altri, secondo il segretario democrats, è evidente ai cittadini già a partire dal metodo scelto per la formazione delle liste.

- Sulle liste - punzecchia Bersani - abbiamo ammazzato il Porcellum con le primarie. Non abbiamo conventi o case private, facciamo tutto all'aria aperta.

Insomma, il Pd parte con le carte in regola e, rincara il leader Pd, ''più che i favoriti ci sentiamo i vincenti''. Ma per scongiurare il ritorno di incubi del passato, la strategia elettorale democrats si concentrerà nelle regioni più a rischio puntando molto sul contatto con la gente e sull'aiuto dei militanti che tanto hanno fatto per le primarie.

Se il leader Pd batterà Lombardia e Sicilia, il vice Enrico Letta, capolista in Campania, cercherà di recuperare l'emorragia di consensi in quella regione. Un traino fondamentale per vincere la Lombardia è dare il massimo rilievo e peso alla vittoria di Vittorio Ambrosoli al Pirellone. Una partita delicatissima che ha spinto il segretario Maurizio Martina a fare un passo indietro rispetto alla candidatura.

- La sfida regionale e quella nazionale - sostiene Martina - si intrecciano inesorabilmente forse come mai accaduto prima.

Passo indietro che Bersani comprende e ringrazia due volte visto quanto sia raro, in tempo di formazione di liste, che un candidato si ritiri invece che pretendere il posto.

Letta: "16 donne saranno capilista"

ROMA - ''Su 38 capilista 16 saranno donne''. Lo ha detto ieri sera Enrico Letta, illustrando ai componenti della Direzione nazionale del Pd la rosa dei nomi che guideranno le liste del Partito alla Camera e al Senato.

- Complessivamente - ha specificato il vicesegretario del Pd - la rappresentanza delle donne, sia per i capilista sia per il resto dei candidati, sarà intorno al 40%, ben oltre la quota raggiunta nella legislatura appena conclusa. Un risultato straordinario conseguito soprattutto grazie all'introduzione del criterio della doppia preferenza di genere utilizzato nelle primarie per i parlamentari del 29-30 dicembre

LEGA NORD

La base mugugna ma Maroni difende l'accordo col Cavaliere

MILANO - All'indomani dell'annuncio della nuova alleanza con il Pdl, Roberto Maroni è andato in radio a spiegare ai leghisti perchè il patto con Silvio Berlusconi è stato necessario. Prima su Radio 24 ha ribadito che ''Berlusconi si è impegnato per iscritto a non candidarsi alla presidenza del Consiglio, un atto di generosià'' che ha permesso di chiudere la trattativa. Poi al filo diretto su Radio Padania, subito dopo la riunione del Consiglio federale che ha approvato l'accordo di Arcore ''all'unanimità'', il segretario ha illustrato quelle ragioni che aveva spiegato ai suoi dirigenti in privato e ai giornalisti in pubblico.

- Capisco le reazioni di una parte di militanti - ha detto Maroni sapendo dei dubbi di quanti non si fidano del Cavaliere e delle sue promesse -. Ma - ha assicurato - ho voluto l'accordo ragionandoci sopra, perchè è un accordo per vincere.

Vincere in Lombardia, con lui candidato presidente, è una ''occasione storica'' che vale anche qualche sacrificio, e non smetterà di ripeterlo fino al 25 febbraio.

In via Bellerio si ostenta sicurezza: aver ricompattato il centrodestra avvantaggia la candidatura di Maroni. Spiegare il perchè del ritorno con Berlusconi sarà comunque un esercizio lungo. La realizzazione del ''sogno'' di una guida leghista (ma in coalizione) nelle tre maggiori Regioni del nord Italia - verso una macroregione che trattenga il 75% di tasse, possibilità che è estesa a tutte le Regioni anche del sud - è il traguardo che viene offerto per la sfida.

A mettersi di traverso, le diffidenze di chi vede nel Cavaliere uno degli elementi che già hanno ostacolato prima la devolution poi il federalismo.

- Io mi fido degli impegni scritti - ha assicurato Maroni tranquillizzando la base -. Berlusconi quando prende un impegno, soprattutto scritto, lo mantiene.

- I lombardi - gli ha dato man forte Matteo Salvini, fra i leghisti meno berlusconiani - sono gente concreta, se vedono i risultati danno fiducia.

Ora si lavora per la campagna elettorale vera e propria. Il Consiglio federale di ieri ha dato mandato a Maroni di gestire i nomi delle liste, per regionali e politiche: in Lombardia si punta a nomi di richiamo magari anche di parlamentari uscenti, a Camera e Senato ci sarà ancora posto per Umberto Bossi e Roberto Calderoli, pur in un generale ricambio generazionale. Maroni ha già fissato una serie di appuntamenti pubblici. Venerdì a Bergamo, sabato a Varese per gli Stati Generali della Sanità, poi il 15 e 16 fra Como e Cernobbio per raccogliere idee della società civile per il suo programma.

Nel mezzo una coda di trattativa: a sostegno della candidatura a governatore ci sono il Pdl e la lista 3L di Giulio Tremonti (che ieri è passato da via Bellerio), ma c'è da chiudere con gli ex An di Ignazio La Russa. Ai leghisti non piacerebbe vedere accostato un nome come Fratelli d'Italia, ma pare che un accordo si troverà. Ancora in silenzio, invece, il presidente uscente Roberto Formigoni: grande sponsor di Gabriele Albertini - che l'altro giorno ha incontrato riservatamente - sembra ormai rientrato nei ranghi del Pdl. Ma su Maroni non ha pronunciato ancora parola dopo il patto di Arcore.

Dopo gli esponenti del Pdl e della Lega, pare sia ora il turno di quelli dell'Opposizione; dovrebbero essere infatti questi gli sviluppi dell' inchiesta della Procura di Milano sui presunti rimborsi illeciti

Lombardia, GDF in Regione: attesi nuovi "inviti"

MILANO - Dopo gli inviti a comparire per una sessantina di consiglieri lombardi della maggioranza, sono attese le eventuali convocazioni, con tanto di iscrizione nel registro degli indagati per peculato, per quelli dell' opposizione. Dovrebbero essere questi gli sviluppi dell' inchiesta della Procura di Milano sui presunti rimborsi illeciti in Regione Lombardia annunciati a metà dello scorso dicembre dalla consegna di un 'ordine di esibizione'. E proprio in forza di quell'ordine di esibizione firmato dal procuratore aggiunto Alfredo Robledo e dai pm Paolo Filippini e Antonio D'Alessio ieri, giorno fissato tre settimane fa dai magistrati, la Guardia di Finanza si è recata negli uffici dei gruppi consiliari di Pd, Sel, Idv (''Abbiamo distribuito i mazzi di mimose in occasione della Festa della donna e secondo noi è una spesa ammissibile'' ha commentato il capogruppo dell'Italia dei Valori, Stefano Zamponi) Pensionati, gruppo Misto per 'ritirare' una ventina di scatoloni pieni zeppi di carte. Carte che, come è accaduto per i consiglieri di Pdl e Lega, ora verranno analizzate in vista della probabile convocazione di alcuni per chiarire i motivi delle spese effettuate a partire dal 2008 con i soldi pubblici.

Intanto sempre ieri sono proseguiti gli interrogatori degli indagati nella prima tranche dell'indagine che ha coinvolto, tra gli altri, anche Nicole Minetti e Renzo Bossi 'il Trota' che, invitato a comparire per domani, salvo ripensamenti, non si presenterà. Ieri mattina, invece, si sono presentati gli ex assessori in quota al Popolo delle Libertà Raffaele Cattaneo e Francesco Fiori e nel pomeriggio il consigliere, nonchè ex sindaco di Milano, Giampiero Borghini. Tutti hanno giustificato le spese che avevano - ha precisato - un regolare contratto con la giunta, ed erano componenti della mia segreteria''.

L'ex responsabile dei trasporti del Pirellone ha aggiunto che quando fece quella spesa, nel 2009, si stava avvicinando la conclusione della legislatura e che i suoi collaboratori usarono quegli strumenti per rendere conto quello che aveva fatto, non come assessore, ma come semplice consigliere. In sostanza ha pagato usando il budget del gruppo del Pdl per ''evitare confusione con le spese dell' assessorato''.

Sulla stessa linea Francesco Fiori, che ha incasellato in ''attività istituzionale'' i 52 mila euro spesi tra il 2008 e il 2010 in cene, pranzi e anche taxi e Borghini il quale deve rispondere di una cifra ben più bassa, circa 3 mila euro utilizzati per ''quattro taxi e cinque cene'', ha affermato, a cui si aggiungono alcune bollette del telefono e articoli di cancelleria.

- E' stato un incontro cordiale e cortese - ha dichiarato, prima di lasciare la Procura, l'ex numero uno di Palazzo Marino sottolineando di aver lasciato ''un residuo di oltre 100 mila euro''. E mentre fino a martedì prossimo continueranno gli interrogatori dei consiglieri di maggioranza, per la fine del mese è atteso il recapito degli eventuali inviti a comparire per i consiglieri dell'opposizione.

ora nel mirino degli inquirenti come legate al loro mandato e alla loro attività in Consiglio regionale.

Cattaneo, al quale sono stati contestati presunti rimborsi illeciti per un totale di circa 13 mila euro per l'acquisto di 6 computer e altrettanti I-Phone, ha spiegato ai pm, come lui stesso ha dichiarato al termine dell'interrogatorio, che erano serviti ''per i miei collaboratori

Formigoni scioglierà le riserve

MILANO - Nel giro di poche ore Roberto Formigoni dovrebbe sciogliere definitivamente le riserve e dire esplicitamente se sosterrà nella corsa al Pirellone Gabriele Albertini o Roberto Maroni, che ha incassato l'appoggio del Pdl. L'altro ieri Formigoni ha partecipato alla direzione nazionale del partito di Berlusconi, e anche ieri ha avuto alcuni incontri nella sede del Popolo della Libertà a Roma. Formigoni ha anche incontrato Albertini. E' stato l'ex sindaco a spiegarlo parlando con il TgR, senza rivelare il contenuto dell'incontro.

- Aspetto che dica lui pubblicamente quello che vuol fare - ha detto -. Ha avuto la cortesia di anticiparmelo in privato. E una volta che lo avrà fatto, commenterò.

Intanto Gabriele Albertini va avanti con il suo progetto e a sua volta sta valutando la possibilità di correre non solo per la presidenza della Lombardia ma anche nella lista al Senato di 'Con Monti per l'Italia'.

DALLA PRIMA PAGINA

Monti attacca Berlusconi:...

Perchè, spiega il leader di Scelta Civica, se l'emergenza finanziaria è finita, non lo è quella ''economica e sociale'', come dimostrano i dati sulla disoccupazione, soprattutto giovanile. Quindi chiama gli italiani a dare la 'spallata' necessaria per tagliare le spese del settore pubblico e rilanciare il paese.

Il professore torna in Tv per dire agli italiani che non è più ''super partes'', che è sceso ''dal piedistallo'' per mettersi ''dalla parte della gente''. Un modo per sottolineare come la sua offerta politica sia l'unica davvero innovativa, tesa a riformare la società, anche attraverso le candidature.

Dopo un pomeriggio trascorso a palazzo Giustiniani con Enrico Bondi per controllare personalmente che i candidati corrispondano ai rigidi criteri stabiliti con l'ex commissario Parmalat, Monti ne annuncia quattro in diretta televisiva: Alberto Bombassei, presidente di Brembo, da lui definito ''uno degli imprenditori italiani più ammirati e stimati del mondo''; Valentina Vezzali, pluricampionessa olimpica di scherma e icona dello sport femminile italiano; Mario Sechi, direttore de Il Tempo; Ilaria Borletti Buitoni, presidente del Fondo Ambiente Italiano (Fai). Nomi simbolo di una lista civica in cui, però, potrebbero non figurare i più stretti collaboratori del premier: salvo sorprese dell'ultim'ora, infatti, non si candideranno la portavoce Elisabetta Olivi; il vicesegretario generale di palazzo Chigi Federico Toniato; il consigliere per gli Affari Europei Stefano Grassi; la storica segretaria Silvia Colombo.

Incerta anche la candidatura di Enzo Moavero Milanesi, amico e consigliere del professore, oltre che fidatissimo ministro per gli Affari Europei. Alcuni di loro preferiscono restare ''a fianco del professore'', come lo chiamano con rispetto, nella nuova avventura. Magari anche per non vincolarsi troppo nel caso in cui, come ormai sospettano diversi, il premier si lasci aperta la strada europea. Ipotesi che lui stesso non ha scartato a SkyTg24, ricordando che sulla possibilità di succedere a Herman Van Rompy - il cui mandato alla guida del Consiglio Ue scade nell'autunno 2014 - non ha ancora ''riflettuto''. Parole che ridanno forza a quel progetto, da tempo ventilato nei palazzi romani, di una 'staffetta' a palazzo Chigi fra lui e Bersani.

- Tutto dipenderà dall'esito del voto - riconosce uno dei più stretti collaboratori del premier. Che anche per questo continua a cercare consensi in televisione, sottolineando l'aspetto di novità della sua offerta politica che ''fa capo alla società civile'' ed è l'unica in grado di dare quella ''spallata'' di cui il Paese ha bisogno per impedire che ''i sacrifici degli italiani vadano dispersi''. Monti ripete di voler ridurre progressivamente la pressione fiscale, attraverso tagli della spesa pubblica. Nel farlo si toglie alcuni sassolini dalle scarpe, sia a destra che a sinistra.

- Una parte della sinistra spesso soffoca i meccanismi per la crescita basati su efficienza produttitvità e competitività.

Un implicito riferimento a Vendola (e Fassina) ed uno, esplicito, alla Cgil di Susanna Camusso. Ma ce n'è anche per Berlusconi:

- Sono stato costretto ad aumentare le tasse per evitare che l'Italia deragliasse verso un precipizio e lo ho dovuto fare perchè alcuni irresponsabili hanno portato l'Italia in quella situazione.

Non dimentica la Lega Nord di cui bacchetta quella ''specie di aborto di pulsione federalista'' che ha solo contribuito a peggiorare il Paese.

SOCIAL NETWORK

In politica tweet superstar

ROMA - Bersani, Berlusconi o Monti poco importa. Il vero vincitore delle elezioni è twitter. Il social network ha conquistato tutti i leader di partito (o di 'movimento' che dir si voglia). Ormai inondano la rete di tweet: annunci, dichiarazioni, foto, video, attacchi, risposte. Una pioggia di messaggini di propaganda che fanno capolino in tv e quotidiani. Salvo poi scoprire che alcune dichiarazioni sono false perchè inviate da profili 'fake', ovvero realizzati da qualche 'imitatore'.

Gli ultimi account 'fake' sono quelli di Gianni Letta e Paolo Bonaiuti che con una nota hanno smentito di 'cinguettare'. Insomma, bisogna stare attenti agli originali. Non che i profili certificati siano 'veri': il più delle volte, infatti, dietro l'account dei big c'è un ufficio stampa o uno staff di comunicazione che lavora per ''costruire l'immagine'' (nel marketing si chiama 'image building').

La moda arriva dagli Usa. Il primo ad usare, efficacemente, i social network in politica è stato Barack Obama: per le prime presidenziali investì ingenti somme sul web. I guru della comunicazione politica spergiurano che twitter può muovere migliaia di voti ed hanno convinto i politici 'made in Italy'. Ma anche gli hacker nostrani hanno fiutato il colpo: tutti i leader italiani hanno avuto almeno un finto account (i migliori arrivano anche a 10). Ma sono fioriti i finti 'seguaci'. Una 'scorciatoia' per vincere la battaglia dei follower.

Tornando a quelli reali, Monti ne ha raccolti a migliaia nella giornata del debutto. Ieri ha dato i numeri in un tweet che poi ha cancellato: "Il primo question time di un candidato premier in Italia: @senatoremonti'', si legge. ''Il più retweetato nell'arco della giornata'', prosegue. Dati più che lusinghieri. Anche se a molti risulta difficile immaginare il professore twittare dal suo smartphone. Più semplice che lo faccia il suo staff.

Berlusconi non poteva essere da meno. E ha battuto tutti i record: ben 79mila follower in una notte. Salvo poi, a guardare bene, scoprire che la maggior parte proveniva dall'America Latina: continente che sembrerebbe non avere molti legami con la parabola politica del Cavaliere. Berlusconi affida il suo profilo ad uno staff e ha detto di non amare twitter perchè permette ''molte cattiverie inutili''. Però, nel dubbio, c'è.

Meglio di Berlusconi e Monti fanno Pier Luigi Bersani e Beppe Grillo, in realtà entrambi attivi da tempo su twitter. Il segretario del Pd ha 214mila follower e, già in passato, ha spesso usato i tweet per comunicare. Beppe Grillo con 800mila 'seguaci' è sicuramente il più seguito in Italia. Anzi, il leader del M5S comunica solo attraverso il suo blog e su twitter. Sarà la sua 'avversione' per la televisione ma, se non si ha un account twitter, si rischia di rimanere tagliati fuori. Va a finire che gli utenti più attivi sono i giornalisti, costretti a passare la giornata a twittare per avere notizie. Ma c'è anche chi si è inventato un nuovo lavoro, come 'Press On.' che propone interviste ai politici e le ritwitta per giornali e tv. Di fatto, la comunicazione è cambiata. L'avvento di twitter da un lato sembra aver democratizzato il flusso, avvicinando gli utenti al soggetto della comunicazione (salta la mediazione dei giornalisti); dall'altro, però, il flusso è monodirezionale.

I politici non sono più costretti a rispondere alle domande ma comunicano solo quello che interessa loro, rendendo di fatto la comunicazione meno democratica.

KASHMIR

Alta tensione tra India e Pakistan

NEW DELHI - L'India ha accusato il Pakistan di aver compiuto ''un odioso attacco'' alla frontiera provvisoria comune in Kashmir entrando in territorio indiano per centinaia di metri ed uccidendo due soldati, uno dei quali è stato decapitato. Un attacco a cui l'India "risponderà". L'operazione ha immediatamente rilanciato le tensioni sempre latenti fra New Delhi e Islamabad, soprattutto perchè l'episodio si verifica 48 ore dopo la denuncia del Pakistan, che ha accusato domenica l'India di aver violato la Linea di Controllo (LoC) che funge da confine, con un bilancio di un militare ed un civile uccisi.

Ieri, l'esercito indiano ha sostenuto che truppe pachistane hanno realizzato con il favore della nebbia ''uno sconfinamento all'altezza del distretto di Poonch tendendo un'imboscata ad un gruppo di militari con cui hanno avuto un conflitto a fuoco''. Oltre ai due soldati morti altri due sarebbero rimasti feriti. Fonti militari hanno confermato che almeno una delle due vittime ''avrebbe subito mutilazioni'', mentre l'agenzia di stampa statale indiana Pti ha sostenuto però che i soldati deceduti, Hemraj e Sudhakar Singh, ''sono entrambi stati decapitati''.

Un portavoce del Comando settentrionale dell'esercito indiano ha da parte sua aggiunto che dopo il primo blitz avvenuto prima di mezzogiorno, truppe pachistane sono nuovamente entrate in azione a fine giornata impegnando i militari indiani in un secondo scontro a fuoco terminato soltanto in tarda serata. Questa versione dell'accaduto è stata categoricamente respinta dal Pakistan che ha smentito seccamente le accuse di aver ucciso i due soldati. Al riguardo una fonte militare a Islamabad ha detto all'Ansa che ''l'esercito ha negato di aver sparato per primo, senza essere provocato, contro la postazione nemica''. In serata sulla vicenda è intervenuto anche il ministro degli Esteri indiano Salman Khurshid il quale ha dichiarato in diretta alla tv Ndtv che ''l'India risponderà a questo odioso attacco''.

- Noi - ha aggiunto - dobbiamo fare qualche cosa, e lo faremo. Ma dovremo prima fare un esame prudente di tutti i dettagli in concerto con il ministero della Difesa. Comunque - ha concluso -, voglio sottolineare che l'attacco è assolutamente inaccettabile, odioso e veramente terribile ed estremamente irresponsabile da parte loro.

Si deve ricordare che lungo la LoC - sorta di linea di demarcazione stabilita 40 anni fa ma non riconosciuta come confine definitivo indo-pachistano - è in vigore dal 2003 una tregua che è stata spesso violata. Lo scorso anno in Jammu e Kashmir vi sono stati 71 incidenti: le violazioni del cessate il fuoco lungo la divisione territoriale indo-pachistana hanno causato la morte di sette persone, fra cui quattro membri delle forze di sicurezza, e 15 altre ferite.

Per la prima volta un'esponente del governo dell'India ammette che ''troppo tempo è passato'' da quando il giudice Altamas Kabir si è riservato il giudizio lo scorso 4 settembre

Caso Marò, il ministro indiano assicura: "Sentenza rapida"

KOCHI (INDIA - Il ministro indiano degli Esteri, Salman Khurshid, ha promesso all'Italia una ''rapida'' sentenza della Corte Suprema sul caso dei marò e ha ringraziato il governo di Roma ''per rispetto dei patti'' presi prima di Natale quando Massimiliano Latorre e Salvatore Girone sono stati autorizzati a lasciare l'India per un permesso speciale di due settimane.

In un'intervista all'Ansa da Kochi, in Kerala, il capo della diplomazia indiana ha sottolineato il comportamento ''lodevole'' dei due militari e della diplomazia italiana.

- E' stata una prova importante che ha rafforzato la fiducia nel nostro sistema e in quello italiano - ha detto insistendo in particolare sul carattere ''eccezionale'' della licenza natalizia concessa dall'Alta Corte del Kerala.

- Abbiamo apprezzato il fatto che il vostro ministero degli Esteri al più alto livello - ha precisato - ci abbia fornito una garanzia che poi è stata puntualmente rispettata.

Il ministro, che prima del rimpasto di governo dello scorso ottobre era a capo del dicastero della Giustizia, ha partecipato insieme al primo ministro Manmohan Singh al convegno annuale della diaspora indiana che conta 25 milioni di emigrati, soprattutto keralesi nei Paesi del Golfo. Ma prima di ripartire per New Delhi, ha voluto assicurare che ''farà tutto il possibile'' per accelerare la vicenda giudiziaria.

- Spero davvero che la sentenza della Corte Suprema arrivi molto presto così come è stato richiesto - ha dichiarato davanti a una tazza di tè nella suite dell'hotel Le Meridien, a oltre dieci chilometri dalla borgata di Fort Kochi dove si trovano i marò in libertà vigilata dietro cauzione.

- Capisco che in Italia c'è stata una forte pressione sul governo - ha riconosciuto a proposito del pressing di Roma per avere il verdetto del massimo organo giudiziario prima della pausa natalizia -. Ma questa è una sventurata circostanza che deve essere risolta attraverso una procedura legale. Sono ragionevolmente fiducioso che questa procedura sarà condotta in maniera veloce e corretta.

Ha poi riconosciuto - ed è la prima volta che un'esponente del governo dell'India lo ammette - che ''troppo tempo è passato'' da quando il giudice Altamas Kabir si è riservato il giudizio lo scorso 4 settembre.

- Stiamo cercando di fare tutto il possibile perchè le procedure si svolgano nel modo più rapido possibile. E questo è quello che chiederemo alla Corte di fare.

Khurshid è inoltre convinto che ''l'opinione pubblica in Italia ha ora più fiducia nel sistema giudiziario indiano'' dopo il sì alla licenza, un gesto, ha ribadito ''che non ha precedenti''.

- Sono molto contento - ha aggiunto - che l'accordo abbia funzionato bene. Anche i due imputati coinvolti hanno agito in maniera molto apprezzabile.

Il capo della diplomazia di New Delhi ha poi smentito il braccio di ferro tra governo centrale e il governo del Kerala guidato dal ''chief minister'' Oommen Chandy (dello stesso partito del Congresso).

- Il giudizio sui reati è di competenza degli Stati e quindi è il Kerala che deve giudicare, ma non penso che esprimerà ulteriori opinioni, salvo quella che il processo sia rapido. Il governo keralese era molto preoccupato - ricorda concludendo poi con una battuta che allude alle forti resistenze a livello locale - e di sicuro non è stato facile per Chandy autorizzare la partenza dei militari italiani.

CALCIOMERCATO

Per Sneijder c'è il Galatasaray

ROMA - In tempi di spending review anche il calciomercato si adegua, e che questa fosse la tendenza, sempre più marcata, era chiaro fin dall'estate scorsa, quando il Milan ha lasciato partire due pezzi da 90 come Thiago Silva e Ibrahimovic. Adesso è stato ceduto anche Pato, e manca solo Robinho per completare l'opera. Galliani continua a respingere la corte del Santos e non abbassa la richiesta di 10 milioni di euro, così Allegri si dice certo della permanenza dell'attaccante: tanto Balotelli, definito "mela marcia" da Berlusconi, non arriverà.
Comunque il vicepresidente 'santista' Odilio Goncalves non mollerà Robinho fino all'ultimo giorno utile del mercato. Da Rio Dedé, difensore centrale che piace a mezza Europa e in patria è soprannominato 'il Mito', fa sapere di essere entrato nell'ordine di idee di lasciare il Vasco da Gama. Se fossero stati altri tempi Juve e Milan, a lungo sul giocatore, si sarebbero fatte subito avanti, adesso invece il solito Corinthians potrebbe mettere d'accordo tutti, tirando fuori la decina di milioni d'euro che serve. Il Vasco si muove anche in entrata, e ha chiesto Williams all'Udinese, che vuole in cambio il giovanissimo difensore Cley. Il problema è che Willians punta ad andare all'Internacional di Porto Alegre. Tira a risparmiare anche la Milano nerazzurra, Moratti lo ha ribadito anche nelle ultime ore, e adesso ha come priorità risolvere la vicenda Sneijder. A confortare il presidente c'é l'annuncio del Galatasaray, che ha fatto sapere di aver aperto una trattativa con l'Inter per l'olandese. Considerando che in Turchia, in base a una legge che definisce il calcio (e altri sport come basket e volley) attività di particolare rilevanza sociale, i guadagni dei giocatori non vengono tassati il fantasista potrebbe accettare la destinazione e andare alla corte di Terim. In ogni caso, il Galatasaray ha precisato di non voler fare follie: come dire che la revisione delle spese va di moda anche a Istanbul.
Ma il mercato invernale interista si svolge anche su altri fronti, infatti è stato lanciato l'assalto a Schelotto, per bruciare la concorrenza del Genoa. L'offerta di Branca all'Atalanta è stata di 2 milioni di euro più la comproprietà di Livaja. L'accordo non è ancora stato trovato. Il Gremio vuole Edu Vargas del Napoli, ma c'é sempre la concorrenza di San Paolo e Flamengo. Il club di Porto Alegre non può spendere gli 11 milioni chiestigli per il cileno, e insiste per un prestito con diritto di riscatto. Il Palermo è alla caccia di un attaccante. Sfumato Borriello, si lavora ancora sul romeno Marica, ma il nome nuovo è quello del ceco Baros, proposto da un intermediario. Il 31enne Baros gioca nel Galatasaray, e ha il contratto in scadenza a giugno.
Il Siena ha ceduto D'Agostino al Pescara e sta per fare altrettanto con Larrondo, che andrà alla Fiorentina. Il d.s. di Mezzaroma Stefano Antonelli dai viola vorrebbe anche Olivera, ma l'uruguayano ha chiesto un ingaggio troppo alto.
Possibile anche un vorticoso giro di portieri lungo tutta la penisola: Stekelenburg passerebbe dalla Roma al Milan, l'argentino della Lazio BIZZARRI si trasferirebbe al Chievo, con Sorrentino al Palermo. Lascerebbe il rosanero Ulkani, che andrebbe a fare il 'dodicesimo' alla Lazio. E proprio la società del presidente Lotito è molto attiva: continua a sognare Lampard, al quale però si è avvicinato con decisione il Manchester United, e tratta anche con il presidente del River Passarella, in questi giorni in Italia, per il giovane talento Cirigliano.

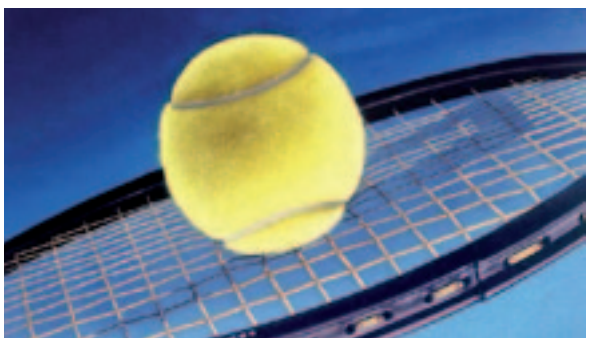
Prova di forza dei biancocelesti che con un gol di Radu nel primo tempo e una doppietta di Hernanes nella ripresa eliminano gli etnei e strappano il pass per la semifinale di Coppa Italia

La Lazio asfalta il Catania ed è in semifinale

ROMA – E' la Lazio la prima semifinalista di Coppa Italia. I biancocelesti di Vladimir Petkovic hanno raccolto il tredicesimo risultato utile consecutivo battendo in casa 3-0 il Catania nel primo quarto di finale. Vantaggio laziale con un colpo di testa di Radu al 30' su angolo di Candreva. Il Catania risponde con Bergessio ma non trova il pareggio e al 61' cade sulla deviazione vincente di Hernanes. Il Profeta firma poi la sua doppietta a tempo scaduto.
Vladimir Petkovic con la sua Lazio ha fatto tredici. Non ha vinto al vintage Totocalcio, non ne avrebbe neppure troppo necessità, ma ha infilato il tredicesimo risultato utile consecutivo che vale, e non è roba da poco, la semifinale di Coppa Italia. All'Olimpico contro il Catania i biancocelesti hanno limitato il turnover e minimizzato i rischi di un altro ribaltone come quello subito a campi invertiti in campionato (allora fu 4-0 per il Catania).
Novanta minuti dall'andamento lento con qualche picco di crescita qua e là, senza troppo ritmo e regolarità. L'inizio spaventa i laziali. Come un fulmine a ciel sereno Izco esplode un destro dai 20 metri che si stampa sull'incrocio dei pali. La pericolosità del Catania fino all'intervallo si esaurisce qui. La Lazio, senza mai strafare, prende campo ma trova il vantaggio alla mezz'ora solo su azione d'angolo. Candreva, uno dei più attivi, pennella il pallone in mezzo all'area, Radu, difensore dal gol centellinato, infila l'1-0.
Come in un replay beffardo il Catania si risveglia nei primi cinque minuti della ripresa, quasi il massimo dell'autonomia per la squadra versione trasferta di Maran. In quei trecento secondi però la Lazio trema e non poco. Dopo pochi istanti dal fischio dell'arbitro Almiron accarezza la traversa con un destro in caduta dopo un errore di Ledesma, ma è al 5', come nel primo tempo, che arriva l'occasione più ghiotta: Gomez lotta come un leone sulla trequarti e serve Bergessio in mezzo all'area; sul destro a colpo sicuro dell'argentino si esalta Bizzarri. Dall'altra parte la Lazio non sbaglia e al 61' chiude i conti con Hernanes, bravo a deviare in rete l'assist di Floccari dopo un'insistita azione personale sulla sinistra. Sul doppio vantaggio Petkovic si copre con Konko e Brocchi, il Catania attacca con Castro ma cade ancora sotto i colpi di Hernanes che al 91' sigla la sua doppietta e il 3-0 finale. In semifinale ci andrà la Lazio dove attenderà la vincente del big match tra Juventus e Milan (in campo oggi a Torino).

TENNIS

Tutto pronto per la Copa Gatorade 2013



CARACAS – Il meglio del tennis giovanile si darà appuntamento sui campi dell'Altamira Tennis Club di Caracas per cercare di conquistare la 'Copa Gatorade'. Da oggi e durante quasi due settimane si daranno battaglia nel recinto capitolino. Un torneo giovanile di grado 1 che assegnerà 150 punti ai vincitori del torneo singles e 100 nel doppio, punti valevoli per il ranking mondiale juniores.
Nei suoi 36 anni di vita, il campionato è diventato un vero e proprio trampolino di lancio per questi "grandi" tennisti, la kermesse fa parte dei circuito della 'Confederación Suramericana de Tenis' (Cosat) e vede ogni anno la partecipazione di giovani atleti proveniente non solo dal continente americano ma anche dall'Europa. Molti di questi, poi, sono diventati veri e propri campioni.
Dall'Altamira Tennis Club sono passati infatti grandi nomi. Basta pensare allo statunitense John McEnroe, al checo Ivan Lendl o all'azzurro Claudio Panatta. Oltre, naturalmente, ai venezuelani Nicolás Pereira e José Antonio de Armas che tante soddisfazioni hanno dato al tennis 'criollo' soprattutto in Coppa Davis.
La qualità è come sempre molto alta; nel tabellone femminile ci sono alcune ragazze che vale la pena segnalare: la statunitense Christina Marakova, la favorita a vincere il torneo. Attualmente è 18esima nel ranking juniores. La seconda favorita è la venezuelana Carmen Blanco che vanta già due partecipazioni ai mondiali giovanili. Oltre alla Blanco ci saranno anche Maria Paulina Pérez e le italo-venezuelane Ana Gabriela Gerbasi e Gabriela Anzola. Nel tabellone maschile spiccano il venezuelano Rafael Coutinho che recentemente ha partecipato nella Copa Café in Costa Rica.

Fioravante De Simone

L'agenda sportiva

Mercoledì 9
Calcio, Coppa Italia: Juventus-Milan
-Baseball, Round Robin della Lvpb: Magallanes-Caracas e Lara-Zulia

Giovedì 10
-Baseball, Round Robin della Lvpb: Zulia-Caribes e Caracas-Lara

Venerdì 11
-Baseball, Round Robin della Lvpb: Zulia-Caribes e Caracas-Magallanes

Sabato 12
-Baseball, Round Robin della Lvpb: Lara-Caribes e Magallanes-Caracas
- Calcio, giornata Serie A

Domenica 13
- Calcio, giornata della Serie A
-Baseball, Round Robin della Lvpb: Lara-Caribes e Zulia-Magallanes

Lunedì 14
-Baseball, Round Robin della Lvpb: Zulia-Caracas e Magallanes-Lara

Il nostro quotidiano

Salute

Anniversario 1950 62 2012
www.voce.com.ve

La rutina de ejercicio debe estar compuesta por una fase de calentamiento, acondicionamiento –basado en actividades cardiovasculares y de fuerza

10 pasos para quitarse esos kilitos de más

CARACAS- Se acabaron las fiestas decembrinas y ahora nos toca rebajar esos kilitos de más. Para ello debemos tener fuerza de voluntad para comenzar con una rutina de ejercicios y comenzar a comer saludable.

En este sentido, queremos ofrecerle a nuestros lectores una serie de recomendaciones que la doctora Samar Yorde, especialista en medicina de obesidad y embajadora de la cadena fitness Gold´s Gym, nos aporta, lo primero que se debe hacer es realizar un chequeo médico y bajo la asesoría de especialistas, para emprender una rutina de ejercicios:

El ejercicio debe ser una práctica regular: Introducir la actividad física a los hábitos diarios es lo más indicado. De esta manera es posible practicar el ejercicio de manera regular y constante, haciéndolo un hábito. Para obtener resultados satisfactorios, se recomienda iniciar con un plan de ejercicios por lo menos cuatro a cinco días a la semana.

¡Entre en calor!

Aprender a reconocer la intensidad con la cual realizar la actividad es indispensable para lograr una práctica correcta. Esta debe ser moderada, agradable, cómoda y sin dolor, a un punto en el que se pueda mantener una conversación. "Si la persona es nueva, debe comenzar lentamente y aumentar progresivamente la intensidad y duración de los entrenamientos, hasta lograr un esfuerzo sostenible en un tiempo prolongado", comenta la doctora.

¡Ponga a correr su reloj!

Los minutos que se dedican al ejercicio suman días de vida, aportan beneficios a la salud y ayudan a bajar de peso. De 30 a 60 minutos diarios –o 150 minutos semanales como mínimo– son necesarios para lograr la meta y adelgazar. Incrementar de 5 a 10 minutos cada dos semanas, es una buena manera de alcanzar la condición física para entrenar 60 minutos diarios.

Escoja y disfrute

Elegir una actividad física agradable es el secreto para lograr la constancia. "La rutina se debe basar en un ejercicio cardiovascular, ya que este involucra los grandes grupos musculares del cuerpo y ayuda a quemar muchas calorías. Lo importante es hacerlo durante 60 minutos, cinco veces a la semana", asegura la galena.

Entrene con todos los hierros

La especialista asevera que por lo menos tres a cuatro días a la semana es recomendable seguir un programa de entrenamiento de fuerza, con una resistencia suficiente para completar tres series de 10 a 15 repeticiones. Esto ayuda a mantener e incluso desarrollar masa muscular magra, por lo cual el metabolismo aumenta y se queman calorías. Asimismo, fortalece los huesos, mejora el funcionamiento del músculo cardiaco, estimula el sueño y contribuye con el descanso.

Estírese

Se recomienda estirarse para lograr elasticidad, tonificar los músculos y prevenir lesiones. La persona debe realizarlo una vez los músculos estén calientes, al final de la sesión de ejercicio. Lo ideal es dedicarle 10 minutos y acompañarlo de respiraciones profundas para lograr la relajación.

La organización es la base

Llevar una secuencia es fundamental. "Se debe iniciar con un calentamiento de 5 a 10 minutos a una intensidad leve a moderada, con actividades de tipo cardiovascular. Posteriormente se realiza el período de acondicionamiento, compuesto por un entrenamiento de pesas y el ejercicio cardiovascular –en ese orden–. Finalmente, se aconseja realizar 5 a 10 minutos de enfriamiento y una fase de estiramiento" comenta la también Directora del programa de bienestar "Soy Saludable".

Sume voluntades

La clave para mantenerse activo es estar motivado. Por esta razón, es de gran utilidad buscar un compañero de ejercicio que contribuya a mantener la energía durante los entrenamientos e impulse la constancia.

No espere sentir sed

Consumir pequeñas cantidades de líquido no es suficiente. Para lograr una buena hidratación se debe ingerir medio litro de agua, si el plan de ejercicios tiene una duración de una a dos horas. Si supera ese periodo de tiempo o es de alta intensidad, se puede complementar con una bebida rehidratante.

El momento es hoy y ahora

Muchas veces es suficiente con empezar por pequeños detalles para estar en movimiento. Lo más importante es luchar contra el sedentarismo para evitar el sobrepeso y la obesidad.

B.A.

Calentamiento	Al menos de 5 a 10 minutos a una intensidad leve a moderada y con actividades de fortalecimiento muscular
Acondicionamiento	20-60 minutos de actividades aeróbicas, de resistencia, neuromusculares y/o deportes (series de menos de 10 minutos continuo)
Enfriamiento	Al menos de 5 a 10 minutos a una intensidad leve a moderada y con actividades de fortalecimiento muscular
Estiramiento	Por lo menos 10 minutos de ejercicios de estiramiento realizados después de la fase de calentamiento o enfriamiento

Fuente: Exercise in Medicine, American College of Sports Medicine

1500 personas están a la espera de un donante
Donación de órganos una acción que ofrece vida

CARACAS- La donación de órganos se ha convertido hoy por hoy en una oportunidad de vida para muchos pacientes. Según la Organización Nacional de Trasplantes de Venezuela (ONTV), existen más de 1.500 individuos esperando por un donante que les provea de algún órgano o tejido para sobrevivir.

En el país el reglamento que regula todos estos procesos es la Ley sobre Donación y Trasplante de Órganos, Tejidos, y Células que entró en vigencia en noviembre de este año, donde se explica en el artículo 27 que todas las personas son consideradas donantes potenciales, a menos que expresen en vida su deseo de no serlo; en estas situaciones la familia juega un papel fundamental durante este proceso, puesto que son los encargados de expresar cual era la voluntad del individuo.

Uno de los requisitos primordiales para realizar la donación y posterior trasplante es que se haya declarado la muerte cerebral o encefálica para extraer los órganos. En los casos más idóneos, una persona puede beneficiar a diez individuos ya que pueden realizarse trasplantes de cornea, corazón, pulmones, intestino, páncreas, riñones e hígado.

Biológicamente cada órgano cuenta con un índice isquémico o lo que se llama comúnmente como el tiempo de vida que tiene cada miembro, si estos sobrepasan los períodos estipulados no actúan inmediatamente, trayendo como consecuencia fallas en sus funciones, lo que los convierte en inutilizable para los efectos de la intervención quirúrgica.

Por otro lado en algunas ocasiones el trasplantado puede generar un rechazo causado por la reacción del sistema inmunológico ante un cuerpo extraño, por lo que se administran medicamentos inmunosupresores los cuales disminuyen estos efectos y ayudan a tener una mejor calidad de vida.

Asimismo las personas que han padecido enfermedades infecciosas como: hepatitis B, C o sida; al igual que aquellas con algún tipo de cáncer, no pueden realizar donaciones, debido a que el receptor podría contraer estas patologías por el tipo de transmisión.

Trasplante y donación de células madre

Para el presidente de la Cámara Venezolana de Criopreservación de Células Madre, Xavier Bello la Ley de donación y trasplante lo que trata "es de ofrecer mayor oportunidad de vida a las personas que padecen determinadas enfermedades". Asimismo destacó que como lo especifica la ley, las donaciones deben ser voluntarias tanto de órganos, tejidos y células.

En el caso de trasplante de células de cordón umbilical a personas ajenas al núcleo familiar, Bello especificó que las mismas deberían ser donadas libremente por los padres o tutores del menor a un banco público. De igual forma manifestó el deseo de la Cámara en colaborar con el Ministerio del Poder Popular para la Salud en la creación de un Banco Público Nacional que esté a la disposición de todos los venezolanos. "Queremos aportar nuestra experiencia y conocimiento en el área para beneficiar a miles de vidas".

Los trasplantes de células madre hasta los momentos sólo están destinados a tratamientos de enfermedades hematológicas malignas y no malignas. Entre las que podemos mencionar están: la Leucemia que es un tipo de cáncer del sistema inmunológico de la sangre; Síndromes Mielo displásicos; Leucemia mielomonocítica crónica (CMML); Linfomas como el Hodgkin y el Burkitt; Anormalidades congénitas de los glóbulos rojos.

Las células madre de cordón umbilical son una fuente alternativa de obtención de células madre para el tratamiento de ciertas enfermedades hematológicas. Tal y como en cualquier terapia de trasplante, la eficacia de la terapia no sólo depende de las células madre en sí, sino también de otros factores como la relación y compatibilidad entre el receptor y donante.