Camajuaní

Año. XXV. Miami, Florida. USA.
(2015) No. 80

LA TRISTEZA MIRA HACIA ATRAS,
LA PREOCUPACION MIRA ALREDEDOR,
LA DEPRESION MIRA HACIA ABAJO,
PERO LA FE...
LA FE SIEMPRE MIRA HACIA ARRIBA!!

Vista de parque Leoncio Vidal, visto desde el busto de nuestro Apostol José Martí.

El Monumento a los Mártires de Camajuaní, en nuestro Parque Leoncio Vidal, donde falta el nombre de Danny Crespo García, el fue asesinado en diciembre de 1966 en la cárcel de Isla de Pino, por sus custodios, que nunca fueron juzgado, Danny era un revolucionario de extracción humilde y después de luchar contra la tiranía de Batista, creyó que su destino era la luchar contra los comunista que se le había entregado la revolución por los que hoy gobiernan nuestra patria.

Cuentos de pescadores para pasar la noche

Por: Laura Rodríguez Fuentes

Desde que **Alejandro Batista López** y **Edelmis Anoceto Vega** decidieron unirse en la investigación y la literatura no han parado de acumular buenos textos y críticas laudatorias.

Hace apenas una semana se alzaron con el premio literario Fundación de la Ciudad Fernandina de Jagua, en el género testimonio, por su reciente libro **El Poseidón cubano**. Virgilio López Lemus fungió como presidente de la comisión evaluativa.

Los escritores Alejandro Batista (a la derecha) y Edelmis Anoceto. (Foto: Tomada de Internet)

Juntos recorrieron las zonas costeras del centro del país para salvar la oralidad de los pescadores e impedir que tantas historias del mar quedaran perdidas en el tiempo. El volumen aborda una parte importante y a veces poco descrita de la cultura popular cubana, recopilada por ambos escritores, de la misma manera que otrora lo hicieran Samuel Feijóo y René Batista Moreno.

En el norte visitaron *Isabela de Sagua, Juan Francisco (en Camajuaní), Jinaguayabo, Caibarién, Buenavista, Morón y Punta Alegre*; mientras que por el sur llegaron hasta *Cienfuegos, cayo Castillo del Jagua, cayo Reina, Casilda (en Trinidad) y Júcaro (en Ciego de Ávila).*

En todos estos poblados acopiaron fábulas que generalmente se presentan como leyendas escuetas, transmitidas y enriquecidas por generaciones, que forman parte de lo maravilloso-popular de la isla caribeña, según hacen constar en la introducción.

No constituyen, sin embargo, «simples relatos». Por el contrario, son «expresiones que cumplen una función sociocultural, que expresan y definen creencias, comportamientos, prácticas, como un fenómeno identitario en el acervo cultural de las comunidades cos-teras», explican sus autores.

Además, en las narraciones se respeta el lenguaje oral de los testimoniantes, elemento importante si tenemos en cuenta que fueron transmitidas a partir de la imaginación popular. El libro ofrece varias versiones de un mismo cuento, de acuerdo con la adaptación que cada entrevistado haya relatado.

El Poseidón cubano complementa los publicados por Feijóo y René sobre los pueblos, montañas y campos cubanos. Con gran diversidad de temas, Alejandro y Edelmis reviven historias de aparecidos, decapitados, animales fabulosos, tesoros escondidos, sucesos extraordinarios o insólitos, voces o sonidos escuchados sin explicación aparente, luces en la oscuridad, fenómenos meteorológicos misteriosos; en fin, historias que vienen bien para pasarlas de mano en mano y hasta leerlas en grupo en una noche de «apagón».

Raúl Lara Ibarra

Raúl Lara Ibarra
Nacimiento 12 de junio de 1932
Dolores, Remedios, Cuba
Fallecimiento 12 de septiembre de 1958
Fomento, Sancti Spiritus, Cuba
Raúl Lara Ibarra, heróico cubano nacido en Camajuaní, provincia de Villa Clara, caído en combate en la lucha contra la dictadura.

Un Guajiro Camajuanense por el mundo

Por el Profesor : Félix José Hernández Valdés
(Desde París Francia)

LAS VIOLENTAS NAVIDADES DE 1958, EN CAMAJUANÍ, CUBA

¡Lo mataron, lo mataron! Fue la terrible frase, que escuché de labios de **Don Antonio Cabrera**. Hablaba con mi madre, en el portal de la casa de mi abuela. Yo estaba en el cuarto jugando con mis soldaditos de plomo, parodiaba batallas entre alemanes y americanos, imitando las películas que veía. Los tanques americanos avanzaban por debajo de la cama en columna, mientras que los nazis defendían la coqueta, la cual en mi imaginación era Berlín.

La ventana del cuarto daba al portal y, desde su reja de hierro se tendía una hamaca hasta el poste que sostenía el techo de madera, cubierto de tejas marrones acanaladas del portal. Mi madre estaba meciendo a mi hermano, de cinco años, y a su amiguito **«Carli» (Carlito Catoira Martínez).**

Corría por el pueblo la noticia de la muerte de **Raúl Torres Acosta**. Ese muchacho de apenas unos 20 años, tenía un taller de reparacio-nes de bicicletas, en la acera de enfrente de mi casa. Me reparaba la mía, me cogía los ponches y me había vendido unas tiras en colores de plástico, para adornar los extremos de los manubrios, además me había puesto la parrilla sobre el guardafangos de atrás.

En Tampa vi una bicicleta idéntica a la mía, Niágara, color rojo vino. Fue en una tienda, en el edificio que ocupara una tabaquería en el siglo XIX, en la cual trabajaban emigrantes cubanos. Al verla me acordé de Raúl.

Me caía bien, era un chico de ojos grandes, moreno, discreto, pero como admiraba al líder máximo, había reproducido su famoso discurso de defensa en el juicio por el ataque al cuartel Moncada, distribuyéndolo por el pueblo. Sus padres vivían gracias a una bodega, la cual durante La Ofensiva Revolucionaria de 1968, fue expropiada en nombre del pueblo. ¿Qué pensaría Raúl en ese momento desde el cielo?

Como habían llegado fuerzas del ejército desde Remedios, lo cual como verás no fue un remedio para nada, a las órdenes del capitán **Vesada** (que algunos meses después sería fusilado por la «justicia» revolucionaria), Raúl se fue a esconder al *Central Carmita*. Allí lo encontraron, lo golpearon y, un soldado, el tristemente célebre cabo **Centella**, lo llevó a un cañaveral y le pegó un tiro en la cabeza. Fue el padre de Raúl, quien encontró su cadáver. Había salido a buscarlo en unión de otros amigos, al conocer el rumor de su asesinato. Lo llevaron a la funeraria para hacerlo presentable ante la desolada madre.

Raúl Torres Acosta
Nacimiento19 de enero de 1937
Remedios, Villa Clara, Cuba
Asesinado 12 de diciembre de 1958,
Central Carmita,
Camajuaní, Villa Clara, Cuba

Fui al funeral, a pesar de mis nueve años. Estaba prácticamente todo el pueblo. Fue la primera vez en mi vida que vi a un hombre asesinado.

En enero del 1959, el cabo **Centella** fue fusilado. Yo lo había conocido en el cuartel de la Guardia Rural el día 4 de septiembre, pues cada año había un banquete-comelata de lechón, frijoles negros con yuca y arroz blanco con un río de cerveza-, para los policías y la soldadesca, como conmemoración de la

En está foto, las dos últimas de las Muchachitas de la Loma de la calle Leoncio Vidal entre Luz Caballeros y Santa Teresa, ellas son: Pancita Cabrera y su vecina Aurelita Valdés, que todavía residen en la misma dirección en nuestro pueblo.

«hazaña» de El Hombre que nos ingobernaba.

A pesar de saber que era un asesino, me impresionó mucho ver las fotos del fusilamiento de Centella en la revista Bohemia, pero no sería el único caso.

Don Antonio Cabrera era un señor muy amable, carrocero, cabezonero, católico, que se ocupaba de preparar cada año las carrozas, para las parrandas de San José del 19 de marzo. Su barrio era el de Santa Teresa, donde nosotros vivíamos, y su banda era la de Los Chivos, la otra era la de Los Sapos. Sus carrozas más célebres habían tenido temas religiosos: *El Ángel de la Guarda, La mansión de los ángeles, El milagro de Santa Teresa, La fuente de la Samaritana*, etc. Su pasión carrocera era tan grande, que convirtió la sala y el comedor de su casa en una carroza de cartón piedra, con columnas de capiteles dóricos y chimeneas renacentistas. Allí mezcló todos los estilos: rococó, bizantino, barroco, gótico, etc. Tenía dos hijas, la primera, **Panchita**, era una morena, que lucía una gran cola de caballo, simpática, bella maestra Normalista. La segunda se llamaba **Fefa**, tenía ojos azules y una piel que parecía de biscuit. Su madre, **Alaida**, la vestía con lazos, vuelos, tules y encajes, a tal punto, que parecía salida de un cuadro de la Belle Époque. El hijo se llamaba **Tony**, era alto y delgado, con ojos inmensos. Cada año, Melchor, Gaspar y Baltasar le traían regalos que yo encontraba fastuosos: camiones, carros de bomberos, trenes eléctricos, etc.

Un hermano de Raúl Torres, **Ramón,** me llevaba en su bicicleta cada mañana a la escuela del barrio de *La Ceiba*; yo iba delante y su hija **María Elena** detrás. Estábamos en tercer grado y teníamos como maestra a **Josefa Menéndez**, la cual tenía fama de buena pedagoga, pero yo discrepo.

Un día en que yo no había hecho la tarea y para colmo estaba conversando con Raysa (la niña más linda de la clase), Josefa me ordenó que subiera a un taburete, me bajó los pantalones delante de todos – aquellos pantalones cortos azules del uniforme -, y con una caña que llamábamos güín, me dio tres güinazos que me dejaron sendos morados por un tiempo. Lo que me dolió más no fueron los golpes medievales, sino la humillación que me infligió la Menéndez. ¡Qué abuso de poder! A partir de ese día dejé de apreciarla.

Su madre, la honorable **Doña María Fundora**, fundadora de una escuelita, había sido mi maestra de segundo grado. Era una señora cariñosa, con mucho rigor y maestría pedagógicos. Al final del año escolar me dio el Diploma de Aplicación y Conducta. Mi madre estaba tan orgullosa con el éxito escolar de su retoño, que lo puso en un cuadrito en la pared de mi cuarto. Mi pobre madre sólo había llegado hasta el segundo grado en la escuela, al cabo de los cuales pasó a trabajar a una escogida de tabaco, con apenas siete años, junto a sus otras cinco hermanas. Mis abuelos habían enviado a sus 12 hijos a la escuela, sólo para aprender a leer y a escribir y estimaban que con el segundo grado era suficiente. ¡Qué época aquel primer cuarto del siglo XX!

Al regresar a casa de la escogida de tabaco, del

despalillo, mi madre y sus cinco hermanas, aprendían a: bordar, coser, cocer, tejer, hacer flores de papel, etc., para que fueran en el porvenir mujeres de bien, buenas amas de casa.

El Ejército había tomado el pueblo, pues el 18 de diciembre del 1958, los barbudos habían dinamitado el puente de Camajuaní y dos días antes una emboscada en la carretera que unía al pueblo con Santa Clara, había provocado la muerte de un sargento del ejército al que llamaban El Látigo Negro., (como en los episodios de **Los Tres Villalobos)**. Él venía con otro soldado, que también murió, y dos prostitutas que se salvaron pero que fueron heridas, una con un balazo en un brazo y la otra en un muslo. Todos estaban borrachos.

El Látigo Negro, cuyo verdadera nombre era Hilario Rodríguez, era un negro grande, corpulento, muy pulcro en el vestir, pero su defecto era el de pedir dinero prestado a los comerciantes, que después no pagaba. Pero no fue por esto que lo mataron, sino porque la emboscada preparada en la carretera, era para disparar sobre cualquier vehículo militar que se acercara, y por mala suerte le tocó a él.

Yo lo conocí, había estado varias veces en mi casa, siempre me pasaba la mano por la cabeza y me decía, que yo tenía que ser policía siguiendo su ejemplo, para ser un tipo duro como él, para tener muchas mujeres. (?) Por suerte para él, en aquella época aún no existía el SIDA y ya habían descubierto la penicilina.

Esta «heroicidad» de las tropas, del que posteriormente desaparecería misteriosamente, **Camilo Cienfuegos,** provocó indirectamente la muerte de Raúl. Eran las Navidades del 1958. ¡Qué Navidades! Para mí fueron muy violentas y llenas de incertidumbre.

Mi padre, como el 50% de todos los policías de la provincia, había sido enviado a la Sierra del Escambray, donde estuvo tres meses. Desde hacía 21 años era policía y temía que si renunciaba perdería el derecho al retiro y… ¿Cómo íbamos a sobrevivir?

Mi madre rezaba a Santa Rita (abogada de lo imposible), y a San Judas Tadeo, (que desgracia para Tadeo tener el mismo nombre del traidor

Foto tomada en PISCINA CLUB, Camajuaní, en está foto: Mis padres, Ofelia Valdés Ríos y Amado Hernández Padrón, con sus hijos Juan Alberto y Félix José en Camajuaní, Cuba, 1958.

Iscariote). Al fin regresó vivo y el día 18 de diciembre, pero el teniente **Bacallao** le ordenó que fuera a Santa Clara. Al regresar en unión de otro policía, la máquina se rompió a menos de un kilómetro del puente. Todos los automovilistas que pasaban junto a ellos los saludaban, pero después eran detenidos en el puente que acababa de ser destruido como acción de sabotaje, por los rebeldes.

Al llegar a Camajuaní, muchos decían que seguramente mi padre y su colega, habían sido asesinados por los revolucionarios. Por suerte, éstos al arreglar el automóvil y ver a lo lejos a los barbudos y la fila de coches, se detuvieron, dieron marcha atrás y no cayeron en la trampa, que de seguro les hubiera costado la vida.

Mientras tanto los rumores habían llegado a oídos de mi madre, provocando que ésta y la esposa del otro policía, desesperadas, fueran a pedir informaciones a **Bacallao** a la jefatura de policía. Al entrar escuchó al sargento Ferrer que le decía a un policía llamado Pío: «seguro que los mataron».

Según ella, se le heló la sangre. Pero unas horas más tarde, llegó mi padre con su colega vivitos y coleando.

Para mí las Navidades significaban: fiestas familiares, nacimientos, árboles decorados, uvas, peras, manzanas, juguetes, etc.

Pero en las Navidades del 1958, mi padre como todos los policías de Camajuaní y de los pueblos aledaños, fueron enviados al cuartel de Remedios , bajo las órdenes del Capitán Vesada y bajo las balas de los rebeldes al mando de los cuales estaba el «heroico» Dr. Guevara de la Serna.

El día de Nochebuena, mi madre lo pasó rezando, como ya solía hacer, pues se oían los disparos en mi casa, mientras que el pueblo estaba a oscuras. ¿Cómo presagio de una larga noche de más de 50 años que se acercaba? De vez en cuando un avión pasaba muy bajo, rozando los techos.

Yo conocí a los barbudos, en enero del 1959, en la casa de **Carmita y Yayo Pérez Vegas** (hoy las dos en Miami), que eran primas de **RamiroLorenzo Vega**, el héroe del pueblo.

En febrero del 1959 nos mudamos a Santa Clara, para desde allí seguir hacia San Cristóbal de La Habana.

Al salir de nuestra casa, fuimos despedidos por **Digna González** y **Elena Linares**, nuestras dos inolvidables vecinas. Mi madre no cerró la puerta ni las ventanas, dejó nuestro hogar abierto de par en par y les dijo: *«si un día me ven regresar, quiere decir que fracasé en la vida y que perdí toda esperanza»*.

Nunca más en su vida quiso entrar a aquella casa. Pero ésa es otra historia, que quizás te cuente un día..

…en el fondo, nunca dejaste de serlo…

¿Y los «musos» dónde están…?

Por Charly Morales Valido

A juzgar por la historia de la música popular, jamás ha existido un hombre lo suficientemente bueno en materia de amor para merecer siquiera un título de canción. Vaya, que por algo no existe masculino de «musa».

Ahora mismo, sin ser un experto, cualquiera podría enumerar una decena o más de canciones de amor con nombre de mujer. Desde que Beethoven compuso su bagatela para Elisa, la música ha sido un arma de seducción barata, una manera de hacer público que perdemos la cabeza por ellas…

Así encontramos a Noelia, Angie, Michelle, Carrie, Joanna, Gloria, Eloise, Delilah, Roxanne, Layla, Diana, Macarena, Angelina, Lady Laura, Lola, Billie Jean, Ofelia, Marilú, Longina, Adelina, Ligia Elena, y una legión de Marías. Serrat les cantó a Lucía y a Penélope, Pablito Milanés inmortalizó a Yolanda y a Sandra, y la banda española Jarabe de Palo se lo debe todo a la Flaca, «coral negro de La Habana, tremendísima mulata...»

Sin embargo, intente recordar un tema romántico dedicado a un hombre en particular. O seamos más precisos: trate de recordar el nombre de un hombre a cuyo amor se le haya cantado. Y no es que las compositoras no se inspiren en sus amantes. Es que se cuidan de identificarlos…

Por ejemplo, Alejandra Guzmán confiesa que añora «Hacer el amor con otro», pero nunca dice su nombre. Tampoco Whitney Houston identificó al amante prohibido al que le prometió «I will always love you», en aquel clásico que salvó de la infamia el filme El Guardaespaldas.

Solo se me ocurren dos casos: el «Fernando» de ABBA, y el «Alejandro» de Lady Gaga. Curiosamente, la extravagante cantante neoyorquina cita a esa canción del cuarteto sueco como una influencia del polémico single que promocionó «The Fame Monster», su álbum presentación. Aunque ahí Alejandro viene a ser más un símbolo del deseo «pecaminoso», lujurioso… Algunos lo interpretan cómo que Gaga está enamorada de un gay, en alusión al Magno…

En honor a la verdad, los hombres siempre salimos hechos talco en las canciones cantadas por mujeres. Pimpinella, la India o Chabela Vargas hicieron carrera despotricando de los «machos». Pero eso a la inversa es mal visto. Los bolerones de bares y cantinas son acusados de misóginos, y a NG la Banda le abrieron hace 20 años un fuego social por cantarle a una «bruja sin sentimientos». En esa cuerda, el reguettón es un magisterio…

Pero nadie se horroriza cuando Paquita la del Barrio canta su hilarante «Rata de dos patas», cuya letra resuma lirismo de albañal: «Infrahumano espectro del infierno, maldita sabandija, cuanto daño me has hecho. Alimaña culebra ponzoñosa, deshecho de la vida, te odio y te desprecio. Rata de dos patas, te estoy hablando a ti, porque un bicho rastrero, aún siendo el mas maldito, comparado contigo se queda muy chiquito».

Despecho del bueno…

Al parecer, para lo único que los hombres son unos «musos» sin parangón es para el trauma… Ahí si abundan los protagonistas de canciones: Johnny B. Goode, Clint Eastwood, Louis, Arthur, Frank Sinatra, Daniel, Hey Joe, Mr. Jones, Amadeus, Mr. Brownstone, Dani California, Hey Jude, Luka, Simón el Gran Varón y Jeremy, el que habló en clase hoy…

Por su parte, Rubén Blades cantó sobre Pedro Navajas, Adán García, El Padre Antonio y el Monaguillo Andrés, Pablo Pueblo, y en su monumental ópera-salsa «Maestra Vida» narró las tragedias de Carmelo da Souza y su hijo Ramiro, ambos con un final amargo, triste, patético. Porque de eso van las canciones con nombres masculinos: de cualquier cosa menos de amor…

Coletilla de Polito Consuegra y Paz.

Dile a ese cotunto que no se atraque tanto, que la inmensa mayoría de las canciones populares fueron inspiradas por hombres, lo que pasa es que la mojigatería ridícula en que se ha vivido tanto tiempo ha hecho que se disfrazaran las letras, como en el « Mira que eres linda, qué bonita eres », inspirada por un adolescente, o « Aquellos ojos verdes », cuyo inspirador llegué a conocer, aunque ya viejísimo. Y ni hablar de « Tú me acostumbraste », que más claro agua. « Tù no comprendes », « Nosotros », etc., todo lo que cantaba Elvira Ríos eran canciones inspiradas por « musos » que no podían declararse, al igual que todas las canciones de María Grever, como « Júrame », « Cuando me Vaya », etc. Ya todo eso pasó a la historia en Europa y en casi todos los países adelantados de América. ¡Qué lástima que todavía haya gente con un pie en este siglo y con el cerebro en dos siglos atrás !!!

Vanguardia sábado 24 de Octubre del 2015

Obtienen personalidades villaclareñas Premio Memoria Viva 2015

Por Francisnet Díaz Rondón

21 Octubre 2015

Los artistas, maestros y promotores culturales villaclareños María López Martínez, de Camajuaní; y Esperanza de la O González y Toledo Bismat Mesa Moret, ambos de Santo Domingo, en la categoría Personalidades, y La Peña de Negrín, de Placetas, en el apartado de Preservación de Tradiciones, obtuvieron el Premio Memoria Viva 2015, otorgado por el Instituto Cubano de Investigación Cultural Juan Marinello (Icic).

La instructora Esperanza de la O, del municipio Santo Domingo, ha dedicado su vida a formar nuevas generaciones.

Según declaraciones a Vanguardia de Ivonne Sánchez Noroña, vicedirectora de Ciencias del Icic, se premiaron 26 propuestas de todas las provincias de un total de 51 nominaciones. El jurado lo integraron los licenciados Caridad Santos Gracia, Raymalú Morales Mejías y Rafael Lara González.

La reconocida artista **María López Martínez** ha realizado una intensa labor como artesana popular vinculada durante más de tres décadas al quehacer de las parrandas, como decoradora de carrozas, confección de vestuarios, escenografía y ambientación del barrio Los Chivos, además de su colaboración con otras localidades parranderas del territorio.

Esperanza de la O González Toledo ha sido una destacada profesional de las Artes Plásticas y maestra de la cultura popular de Santo Domingo. Durante décadas desarrolló diversas técnicas asociadas a la creación de objetos con variedades de fibras vegetales (palma cana, guano, yuraguano), y ha cultivado otras manifestaciones tradicionales. Se destaca, además, por fundar el Taller de Creación de la Artesanía para la conservación del Punto Santo Domingo, propio de esta región villaclareña.

Toledo Bismat Mesa Moret es reconocido como maestro de la cultura popular musical y danzaría en la tierra dominicana. Durante más de cuarenta años se dedicó a la organización y preservación de comparsas en el municipio. De formación autodidacta, ha transmitido su experiencia a promotores culturales e instructores de arte que reconocen en él a un comparsero por excelencia y un promotor natural que ha contribuido al desarrollo de otras expresiones músico-danzarias, como es el danzón, en la provincia de Villa Clara.

María López Martínez

Por su parte, La Peña de Negrín constituye presencia viva de la música campesina en la comunidad placeteña de Benito Juárez. La agrupación la integran portadores de las tradiciones del campesinado cubano, que ha contribuido a la preservación, divulgación y rescate de la tradición musical campesina en el municipio. Durante años ha desarrollado una encomiable labor sociocultural que garantiza la continuidad de esta manifestación en gran parte del territorio placeteño.

La parrandera camajuanense María López Martínez fue galardonada con el Premio Memoria Viva 2015.

Instituido en 1993, el Premio Memoria Viva «se concede a una destacada labor de preservación, rescate o revitalización, proyección artística y personalidades vinculadas con las manifestaciones o géneros de la cultura popular tradicional, ya sean de carácter espiritual o material».

Los galardonados recibirán oficialmente sus diplomas el jueves 22 de octubre, en la propia sede del Instituto Cubano de Investigación Cultural Juan Marinello.

DON FRANCISCO DE LA TORRE Y SU CASA SOLARIEGA

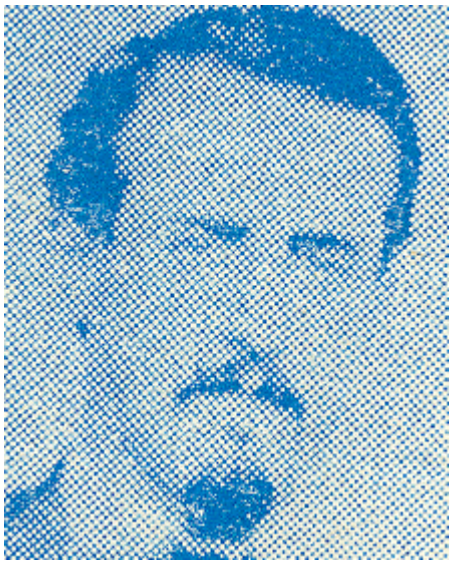
Por: Juan Manuel García Espinosa.

XI

MAXIMO GOMEZ EN LA CASA SOLARIEGA

La soberanía española en Cuba terminó oficialmente el primero de enero de 1899. En Camajuaní, el día dos, en horas de la mañana, se produce un nuevo suicidio: el del español Manuel Naya y Muiño, ex-teniente coronel del ya disuelto Regimiento Voluntarios de Caballería de Camajuaní (**59**), padre adoptivo del Coronel del Ejército Libertador Casimiro Naya Serrano.

Al iniciarse febrero es nombrado alcalde municipal Don José de la Cruz Vidal y Caro, que había regresado del exilio en Estados Unidos: era el primer cubano que ocupaba la alcaldía carnajuanense. Su suegro, el primer alcalde histórico, D. Francisco de la Torre y Caruana, asistió a la toma de posesión de su mandato. Siete días después, el ocho de febrero, se engalana la villa de Camajuaní para recibir al Generalísimo Gómez y su comitiva mambisa. Se le ofrece una recepción en el Ayuntamiento. Se hospeda en la casa solariega de D. Francisco de la Torre, donde éste vivía con dos de sus hijas casadas y la soltera que había sido novia del Brigadier Juan Bruno Zayas, caído algún tiempo después de la llegada de la Invasión a Mantua con el lugarteniente general Antonio Maceo, junto a quien firmó el acta histórica. Allí vivía el nuevo alcalde con su esposa e hijos. También se encontraba residiendo la tercera hija de D. Francisco, doña Adela de la Torre y Mugica, casada con el periodista habanero educado en España Juan José Cañarte y González, alojados en los bajos, donde se prepararon habitaciones al Generalísimo, quien besó en su cuna a la hija de ambos, Rosita Cañarte de la Torre que había nacido en los finales de 1898. Después que Cañarte fue presentado a Máximo Gómez por el alcalde Vidal Caro, el Generalísimo con su acostumbrada rudeza de hombre entero le dijo pausadamente al periodista:»Si lo cojo en la guerra lo ahorco. Dijo usted muchas mentiras de nosotros en los periódicos». «Como estamos en la paz espero que usted se ponga al servicio de La República de Cuba diciendo verdades». y río francamente extendiéndole la mano. Cañarte fallecería en La Habana en octubre de 1902, después haber sido uno de los fundadores de EL CHIVO, periódico humorístico del Barrio de La Loma, en las primeras parrandas tradicionales. Más tarde su viuda terminaría su carrera de farmacéutica, graduándose en la Universidad de La Habana (**60**). La doctora Adela de la Torre guardó siempre hasta su muerte, fervorosamente, el retrato que recibió en obsequió de manos del Generalísimo



Don Francisco de la Torre y Caruana

Y que conservaba su sobrino el doctor Luis Vidal de la Torre en su archivo: debe ser rescatado en su casa de Miramar donde murió hace dos años.

En nuestra monografía LOS VIDAL CARO ya relatamos la conversación del Generalísimo, sostenida en esta casa, con Don Pepe Vidal, referente a su hermano el heroico coronel Leoncio Vidal Caro, inmolado en el estricto cumplimiento del deber en el ataque a Santa Clara preparado por Máximo Gómez.

El rudo soldado era un hombre sentimental y de finas atenciones. Agasajó cuanto pudo a la joven Isabel de la Torre Mugica. la novia romántica del brigadier Juan Bruno Zayas. Durante el banquete que se le ofreció en los bajos de la casa solariega el Generalísimo regaló a Isabel una estrella de plata que se ponía en el cabello: tenía un muellecito

(59) Ibid. (22), p. --(60) Se conserva la foto. con toga, de su. grado.

que al moverse la cabeza vibraba, como si refulgiera. Era un nuevo trofeo que guardaría con aquel pañuelo blanco que supo del sudor de la frente y del polvo del camino del mil veces heroico brigadier que en cierta ocasión le enviara desde la manigua con periodistas recaderos. (**61**).

XII

ULTIMOS TIEMPOS DE UNA FIGURA SINGULAR

Don Salvador Vidal Tapia.

A principios de julio de este 1899 se abrieron en el municipio las inscripciones de los españoles. El primero que se presentó fue D. Francisco de la Torre y Caruana. Antes, en la casa, había tenido una conversación son su yerno Don Pepe Vidal, el alcalde. Este le dijo: **«Usted es ya cubano, no necesita inscribirse»**, a lo que contestó Don Francisco: «No quiero que me confundan con un advenedizo a la hora del triunfo. Mi colaboración- cubana ha sido insignificante. Tengo dos patrias a las qué quiero entrañablemente. En una nací. En esta muero sin nostalgia de ningún género viendo feliz la cosecha de mi descendencia», «Pero usted puede ser útil todavía en la vida pública». «No» le reiteró, «desde mis sesenta y cuatro años sólo sirvo para dar algún consejo, yeso, sí me lo piden». Al estampar su firma en el registro, un montañés y un catalán se le acercaron para preguntarle si se iba para España. Disgustado, con su expresión característica, les contestó enérgicamente: «No tienen derecho a insultarme porque yo no los insulto a ustedes». Además, les dijo con una imagen rural: «De aquí no me saca nadie ni con veinte yuntas de bueyes». Y se alejó pasándose su pañuelo por la calva, «que parecía encendérsele», observaba su yerno al narrar la anécdota a los amigos que la recuerdan.

Al cerrarse el año, el Gobierno Civil de la Provincia, al frente del cual estaba el. Mayor General José Miguel Gómez, publicó la MEMORIA donde aparece Camajuaní con 14495 habitantes. las casas se enclavaban en 520 fincas urbanas. Molían tres centrales azucareros: Fé, Rosalía y San Pablo. Había: 212 fincas rústicas, 2207 cabezas de ganado vacuno, 572 caballar, 166 mular, 48 lanar y 1 560 cerdos, sin contar con los numerosos chivos que parece no se censaron. .

Cuando el 21 de marzo de 1901 llegó a Camajuaní «EI Rey de las Octavas». Claudio José Domingo Brindis de Sala (**62**), fue obsequiado en la llamada entonces «Sociedad de Color *LA NUEVA ERA*», estando entre los blancos concurrentes invitados el primer alcalde de Camajuaní y el último en funciones. Por la noche, ante una gran concurrencia de blancos y negros **Brindis de Sala** ofreció un concierto en el gran salón de la *COLONIA ESPAÑOLA*.

En 1902, por la Orden militar interventora No. 127 de mayo tres, segregadas del Término Municipal de San Antonio de Las Vueltas se agregan al de Camajuaní: «... la parte urbana del Barrio Bosque, la finca de Da. Eladia León y los terrenos donde ‘está enclavado el ingenio MATILDE, fijándose como límites Y punto de partida el Callejón del Bosque, siguiendo por los linderos naturales de la finca, hasta llegar a la vía férrea de Caibarién a Camajuaní, quedando así la parte del terreno conocida por CAFETAL DE LA MATILDE en el Término de Vueltas», al que se agregan doce fincas camajuanenses más. Catorce días después pierde Camajuaní el Barrio de Zulueta, añadido al Término Municipal de Remedios (**63**).

Don Pepe Vidal Caro, decepcionado de las luchas políticas locales después de la aviesa derrota masoísta, es llamado al Servicio Exterior de la República. Va de cónsul a Bremen, Alemania. En mayo ocho de 1906 es designado para inaugurar al Consulado de la República de Cuba en Génova, Italia. En 1907, reconociéndose en él «la más alta autoridad cubana en la materia», se le nombra Inspector General de Consulados de la República, continuando en la carrera diplomática en que Machado lo cesanteó hasta poco antes de su muerte en 1926. Así vemos que, en los últimos años de la vida de Don Francisco de la Torre y Caruana ya Don Pepe Vidal Caro no se encontraba a su lado, añorando el viejo andaluz «las. sabrosas tertulias con Don Pepe».

En los inicios de 1906, un grupo de viejos amigos fue a buscar Él Don Francisco de la Torre y Caruana a su casa para elegirlo presidente de la *COLONIA ESPAIÑOLA*, la sociedad de instrucción y recreo que continuaba, a donde asistía algunas veces a jugar su partida de ajedrez. Bien pronto animó el Cuadro de Declamación que funcionaba en su casa solariega. Y en la velada del cuatro de febrero se llevó a escena en el CASINO la comedia *LA OCASION LA PINTAN CALVA, MI SUEGRA SE ESTA MURIENDO,* seleccionada por Don Francisco que no perdía oportunidad de reírse de su falta de pelos *«en el caput»*, Fueron los artistas: su última hija la joven Isabel de la Torre y Mujica, Gracia Valdés, Mariano Mederos y Ramón Gonzalvo, todos de la localidad. Y

(61) Ibld. (55), T. VI, p. 223. (62) Ibid. {221. p. 65 -(63) ‘bid. {221, p. 67

Dr. Luis Vidal y de la Torre

en la misma noche se puso la otra pieza dramática *SUEÑO DORADO* con la actuación también de su hija Isabel, Gracia Valdés, Adela Martínez Fortún, Fructuoso González, Víctor Herbón y Ramón Gonzalvo (**64**).

Se abre el año 1907 con la ya establecida Segunda Intervención norteamericana. Las barberías camajuanenses se surten de *«los sillones movibles estilo americano»* (**65**) en sustitución de las viejas sillas altas inmóviles que servían también a los sacamuelas-barberos en estas otras operaciones. D. Francisco, que ya salía poco y se afeitaba en su casa con su amigo el barbero Enrique Iribarren, le pide a éste que lo lleve a su barbería para estrenar el sillón recién comprado.

En estos años la salud de Don Francisco estaba muy maltrecha. Padecía de insuficiencia gástrica. Lo trataba su yerno el doctor **Antonio González Pérez** y su amigo el licenciado **D. Juan Rojas Oria.** En su casa solariega, en los bajos, funcionaba un colegio de segunda enseñanza dirigido por su hija la doctora **Adela de la Torre y Mujica**.

El 13 de septiembre de 1907, cuando le faltaban varias semanas para cumplir setenta y dos años, fallece en su cama, rodeado del cariño de los suyos esta figura singular de la historia de Camajuaní. Momentos antes, estando a punto de la *morte fungi*, pero aún consciente, vino su amigo el cura Fausto a actuar como sacerdote, y pidió que no lo dejaran entrar en la habitación *«Porque»*, dijo, **«yo estoy en paz con todo el mundo y no necesito curas»**. **«Díganle a Fausto que le doy mi afectuosa despedida de hombre que se va»**. Cumplida la orden, el propietario ,de la Parroquia camajuanense sólo entró en la habitación cuando ya Don Francisco de la Torre y Caruana era cadáver. Así finalizó -este hombre de acusada personalidad, cuya vida y peripecias hemos esbozado a grandes rasgos en esta monografía sintetizada.

Nota del autor: de las tres formas en que hemos visto escrito el apellido de la esposa de Don Francisco de la Torre (Mujica, Mújica), consideramos la primera como original.

Fin de esta historia de nuestro pueblo

(64) Ibid. (22) p. 74 -- (65) Ibid. (22) p. 76

EL CAMAJUANENSE

http://www.camajuani.net

11230 S.W. 25 Terrace. Miami, FL. 33165.
*Phone: **786-306-6876**
Miami, Florida. U.S.A. Año del 2016.
E-mail clubcamajuani@aol.com

Director: **Miguel García Delgado.**
Asesoras del director:
Gladys Rojas de Alfaraz, Gladys Pérez Suárez .

Corretora : **Carmen Pérez Vega**.

Colaboradores: **En Camajuaní. Cuba. Alejandro Batista, Joel Sequeda Pérez, Ernesto Miguel Fleites, Juan Manuel Gómez Guerra** y **Joaquín Cabezas de León.**

En el Exilio (Miami Fl. U.S.A.)
Dr. Isaac Rotella González,
Jorge Luis Cabrera,
Francisco Vidal,
José Díaz Rojas,
Gerardo Ferrer,
Jesús Linares.

París Francia.
Félix José Hernández Valdés.
New Jersey - New York:
Juan Carlos Recio.

Colaboradores In Memoriam
Ramón Vázquez Ferrer (1923-l999).
Emeterio González Jiménez (1915-2001).
Dr. Antonio Díaz Abreu (1925-2006).
Bernardo Viera Trejo (1931-2008).
René Batista Moreno (1941- 2010)
René Molina Mendéz (1933- 2013)

Aviso a nuestros hermanos.

El banco nos solicita que los cheques, que ustedes tan generosamente nos envían para sostener la Revista, vengan a nombre de Miguel García.
Muchas Gracias.

Las opiniones expresadas por nuestros Articulistas reflejan la opinión de su autor y no necesariamente las de los demás miembros de esta revista, o su director. El Camajuanense no reclama la exclusividad de sus colaboradores y autoriza la reproducción de este material informativo, su publicación y o distribución masiva siempre que se reconozca al autor y la fuente.

Por su Salud

Los beneficios de tomar agua

Eliminación de toxinas nocivas, limpieza en los riñones, mayor agilidad física y mental, así como una disminución más rápida de peso, son beneficios de tomar agua.

Es probable que en más de una ocasión haya escuchado la recomendación de tomar dos litros de agua al día, pero ¿será esto simple mercadotecnia o el mejor consejo para cuidar su salud? Pues en efecto, el vital líquido ayuda en gran medida al organismo, al cual le brinda la posibilidad de desechar las toxinas, equilibrar los jugos gástricos, mejorar el sistema digestivo y ayudar a bajar más rápido de peso.

¿POR QUÉ TOMAR AGUA?

El cuerpo necesita una cantidad abundante de agua para reparar la pérdida que se produce a través del sudor, orina y respiración. Nuestro cuerpo requiere una cantidad mayor de líquidos para mantener la temperatura normal cuando hace mucho calor y cuando hace demasiado frío. Si realiza trabajos duros o ejercicio intenso, su cuerpo pierde mucha agua con la duración y evaporación, por eso la hidratación durante estas actividades es importante. Si se expone al aire caliente o cerrado durante varias horas, el agua se evapora en gran cantidad a través de la piel, así que procure beber abundantes líquidos en invierno. Es común la deshidratación en los pequeños debido a que su sentido de sed está poco desarrollado, por eso es responsabilidad de los padres hidratar bien a sus hijos e inculcarles la importancia del agua.

Durante el embarazo y la lactancia se incrementa la necesidad de beber más líquidos, esto ayuda a evitar retención e hinchazón en pies y piernas. Es probable que en más de una ocasión haya pies o piernas. Enfermedades comunes como fiebre, diarrea y vómitos, originan una gran pérdida de líquidos mercadotecnia o el mejor consejo para cuidar y es necesario reponerlos cuanto antes con su salud? Pues en efecto, el vital líquido ayuda más agua.

DEJE LA SED A UN LADO

Por lo general, el agua se deja en el olvido hasta que la sed es insoportable; sin embargo, el cuerpo demanda a gritos la cantidad justa de este elemental líquido; enseguida algunas recomendaciones para evitar una posible deshidratación: Beba de 1.5 a 2 litros diarios de agua; si es verano y practique ejercicio, ingiera un aporte extra de líquido sin esperar a que la sed le avise. Las dietas ricas en grasas y proteínas requieren más líquido para eliminar sus restos metabólicos, ya que estos alimentos contienen menos agua que otros productos.

El calor, humedad y ejercicio físico aumentan los requerimientos de agua necesarios para el organismo. Quienes padecen cálculos o piedras en el riñón e infecciones urinarias, deben beber más agua. Café, alcohol, té Y otras bebidas similares son diuréticos e incrementan la eliminación de líquido por la orina; sin embargo, estos nunca deben suplirse por el agua. Infecciones, fiebre, vómitos y diarrea ocasionan una rápida pérdida de líquidos, a la que ancianos y niños son más sensibles y deben reponerse de inmediato mediante un suero casero que consiste en agua con una pizca de bicarbonato y unas gotas de limón y azúcar.

El envejecimiento va asociado a la desecación, a la pérdida de agua, que afecta a todos los tejidos del organismo, pero especialmente a la piel. Una óptima hidratación desde la infancia ayuda a mantener una piel joven.

IMPORTANCIA DEL AGUA

El agua es el principal disolvente y componente indispensable de todas las funciones bioquímicas del organismo. En el aparato circulatorio, la sangre, compuesta por un 90 por ciento de agua, tiene la función de transportar los nutrientes a cada célula del cuerpo y recoger los desechos. El aparato digestivo necesita

grandes cantidades de agua para producir diversos jugos digestivos: jugo gástrico, pancreático, biliar e intestinal, además de la saliva que necesitamos para lubricar los alimentos.

Cada día el organismo pierde 2 y 1/2 litros por la orina, heces, transpiración y vías respiratorias, por eso conviene tomar de 6 a 8 vasos diarios. Para saber si toma suficiente agua, observe si la orina está sin olor y de aspecto transparente, sólo así comprobará que los riñones estén en perfecto estado. El agua ayuda a evitar el sobrepeso y la sensación de hambre, lo cual es ideal para los momentos de ansiedad entre comidas.

El cerebro necesita del agua para pensar en forma clara y racional, ya que está formado de un 70 a un 85 por ciento de este líquido. La falta de agua puede extinguir la lucidez mental, por lo que si el nivel del agua baja a menos de 70 por ciento, como sucede con la deshidratación severa, altera la conducta al punto que puede parecerse a la psicosis. El agua es uno de los mejores diuréticos; si tiene problemas de retención de líquidos, tome uno o dos vasos más de agua al día. En los resfríos, gripes y otras enfermedades respiratorias, descansar y beber mucha agua ayuda a recuperarse más rápido, también combate las infecciones, baja la fiebre, fatiga y acelera el metabolismo.

LA MEJOR ALIADA PARA SU DIETA

Para quienes se someten a un plan de adelgazamiento, el agua es un elemento clave para ayudar a que la pérdida de peso sea permanente si se acostumbra al cuerpo a recibir la dosis de dos litros diarios, compruebe por qué .

• El agua suprime el apetito deforma natural y ayuda al cuerpo a metabolizar la grasa almacenada; estudios demuestran que al disminuir la cantidad de agua que se toma, los depósitos de grasa aumentan, mientras que al incrementarla, los depósitos de grasa disminuyen .

• Los riñones no pueden trabajar sin suficiente agua y cuando esto ocurre, le pasan algunas de sus funciones al hígado, mismo que tampoco trabaja en toda su capacidad y, por consecuencia, metaboliza menos grasa, de este modo, más grasa se queda en los depósitos del cuerpo y la pérdida de peso se detiene .

• La gente que es propensa a retener líquidos piensa que reducir el consumo de agua les ayudará a remediar el problema pero en realidad ocurre lo contrario, ya que el cuerpo percibe una falta de agua como una amenaza a su sobrevivencia y empieza a retener cada gota de agua causando hinchazón de pies, manos y piernas .••

DEFINICIÓN DE AGUA

Del latín aqua, el agua es una sustancia cuyas moléculas están compuestas por un átomo de oxígeno y dos átomos de hidrógeno. Se trata de un líquido inodoro (sin olor), insípido (sin sabor) e incoloro (sin color), aunque también puede hallarse en estado sólido (cuando se conoce como hielo) o en estado gaseoso (vapor).

El agua es el componente que aparece con mayor abundancia en la superficie terrestre (cubre cerca del 71% de la corteza de la Tierra). Forma los océanos, los ríos y las lluvias, además de ser parte constituyente de todos los organismos vivos. La circulación del agua en los ecosistemas se produce a través de un ciclo que consiste en la evaporación o transpiración, la precipitación y el desplazamiento hacia el mar.

Se conoce como agua dulce al agua que contiene una cantidad mínima de sales disueltas (a diferencia del agua de mar, que es salada). A través de un proceso de potabilización, el ser humano logra convertir el agua dulce en agua potable, es decir, apta para el consumo gracias al valor equilibrado de sus minerales. Es importante destacar que la escasez de agua potable en numerosas regiones del planeta genera más de 5 millones de muertes al año.

El agua mineral, como su nombre indica, contiene minerales y otras sustancias disueltas, de modo tal que se le agrega un valor terapéutico o se altera el sabor. Este tipo de agua es el que se comercializa envasado en todo el mundo para el consumo humano.

Escasez

La escasez de agua es un problema que tiene lugar en todas partes del planeta. Alrededor de un 20% de la población mundial reside en zonas donde no hay suficiente agua, y otro 10% se acerca a dicha situación. Por otro lado, un 25% debe

enfrentar la falta de recursos por parte de su país para realizar el transporte de agua desde los acuíferos y ríos.

Para muchos, la escasez de agua se ha convertido en uno de los puntos a resolver más urgentes del siglo XXI, en parte a causa del consumo desmedido que tuvo lugar durante los cien años anteriores, cuyo ritmo duplicó el de natalidad. Si bien no es correcto decir que la Tierra entera sufre de falta de agua, el número de zonas que carece de este recurso vital crece de manera preocupante.

Como es sabido, la acción de nuestra especie es, en gran parte, responsable de este fenómeno: la cantidad de agua potable presente en el mundo entero es suficiente para abastecernos a todos; sin embargo, dada la irregularidad con la que se distribuye y el enorme desperdicio por parte de un gran porcentaje de la población, su gestión se vuelve insostenible.

Por lo general, la hidrología se vale de la relación entre agua y población para medir la escasez, la cual existe cuando el suministro anual de agua a una región disminuye en 1000 metros cúbicos por persona; se habla estrés hídrico, en cambio, cuando el descenso es de 1700 metros cúbicos. La escasez absoluta se da cuando cada individuo tiene acceso a menos de 500 metros cúbicos por año.

En otras palabras, la escasez de agua tiene lugar cuando no se puede satisfacer la demanda de dicho recurso, sea por su cantidad o por su calidad. Es importante recordar que no solo se utiliza para beber, sino que el ser humano le ha dado otros usos, que también entran en la ecuación.

Por esta razón, la escasez es un concepto relativo, un fenómeno que puede surgir de una demanda excesiva en un entorno que bien podría abastecer las necesidades reales, o de la falta del mínimo necesario para la vida de sus usuarios.

Un mensaje para hacernos pensar...

Si pones un buitre en un caja que mida 2 metros x 2 metros y que está completamente abierto por la parte superior, esta ave, a pesar de su habilidad para volar, será un prisionero absoluto.

La razón es que el buitre siempre comienza un vuelo desde el suelo con una carrera de 3 a 4 metros. Sin espacio para correr, como es su hábito, ni siquiera intentará volar sino que quedará prisionero de por vida en una pequeña cárcel sin techo.

EL MURCIELAGO

El murciélago ordinario que vuela por todos lados durante la noche es una criatura sumamente hábil en el aire, pero no puede elevarse desde un lugar a nivel del suelo.

Si se lo coloca en el suelo en un lugar plano, todo lo que puede hacer es arrastrase indefenso y, sin duda dolorosamente, hasta que alcanza algún sitio ligeramente elevado del cual se pueda lanzar a si mismo hacia el aire. Entonces, inmediatamente despega para volar.

LA ABEJA.

La abeja al ser depositada en un recipiente abierto, permanecerá allí hasta que muera, a menos que sea sacada de allí. Nunca ve la posibilidad de escapar que existe por arriba de ella, sin embargo persiste tratando de encontrar alguna forma de escape por los laterales cercanos al fondo. Seguirá buscando una salida donde no existe ninguna, hasta que completamente se destruye a si misma.

LAS PERSONAS:

En muchas formas, somos como el buitre, el murciélago y la abeja obrera. Lidiamos con nuestros problemas y frustraciones, sin nunca darnos cuenta que todo lo que tenemos que hacer es ver hacia arriba. Esa es la respuesta, la ruta de escape y la solución a cualquier problema. Sólo mira hacia arriba!!.

LA TRISTEZA MIRA HACIA ATRAS,

LA PREOCUPACION MIRA ALREDEDOR,

LA DEPRESION MIRA HACIA ABAJO,

PERO LA FE… LA FE SIEMPRE MIRA HACIA ARRIBA!!

Camajuaní,

Villaclara. Cuba.

Camajuaní. Municipio de la provincia de Villa Clara, Cuba, fundado el primero de enero de 1879, denominado por muchos coterráneos y foráneos como el territorio de grandes valles, comidas tradicionales, arquitectura y otras manifestaciones de la cultura en general, en las que se destacan sus tradicionales parrandas entre los barrios "Chivos" y "Sapos". Municipio conocido como la "Tierra de valles y parrandas".

Ubicación

Situado en el centro de Cuba, al noreste de la provincia de Villa Clara.

Límites geográficos

Norte : con el Océano Atlántico y Bahía de Buena Vista

Este: con los municipios de Remedios y Caibarién

Sur: con los municipios de Santa Clara y Placetas

Oeste: con Encrucijada, Cifuentes y Santa Clara

Constituye el quinto municipio con mayor extensión territorial y el cuarto en cuanto a población dentro de la provincia de Villa Clara.

Ubicado entre los vértices de coordenadas siguientes:

Extremo **Norte,** X: 638 650; Y: 325 550 (Desembocadura del río Sagua la Chica, conocida por Bahía de Buena Vista).

Extremo **Este,** X: 645 620 y Y: 297 200 (Poblado rural de Carolina).

Extremo **Sur**, X:630 700 , Y: 282 350 (Caserío Santa Clarita)

Extremo **Oeste**, X: 615 850 Y: 296 050 (Intercepción del río Ochoa con el camino del crucero de Margot a Las Margaritas).

Camajuaní I, Camajuaní II, San Antonio de las Vueltas, Aguada de Moya, Batalla de Santa Clara, Sagua la Chica, Vega Alta, Taguayabón, José María Pérez, Sabana, Luis Arcos Bergnes, Vega de Palma, La Quinta.

Características Población

63 096 habitantes. Hombres: 32 045 Mujeres: 31 051 Densidad: 103 hab/km².

Parque Leoncio Vidal Caro en Camajuaní

Poblados importantes.

Vueltas, Taguayabón, Vega Alta, La Quinta, Vega de Palma, José María Pérez (El Fe), Carmita

Localidades más pobladas del municipio Camajuaní:

Poblado Andrés Cuevas, Loma Juan Pérez, San Benigno, Salamanca, La Julia, José María Pérez (El Fe), Rosalía,

Crucero Carmita, Blanquizal, Tarafa, El Níspero, Entronque de Vueltas, Muelas Quietas, Fusté, Poblado Benito Ramírez, El Chalet, El Bosque, Taguayabón, Palenque, Aguano, Vega de Palma, Luis Arcos Bergnes, La Quinta, Vueltas, Júcaro, Vega Alta, Piedra, La Luz, Chorrerón, Carolina, Guerrero, Aguada de Moya, Purial, Entronque Aguada de Moya, Guajén, La Pedrera Guía Guajén, Poblado Roberto Rodríguez, Macagual, Puente Pavón, Jutiero, Poblado Crescencio Valdés, Sagua la Chica
Playa Juan Francisco

Geográficas

El relieve que predomina es la llanura, parcialmente cenagosa hacia la zona costera y alturas (máxima elevación 272 m en las Lomas de Santa Fe)

Topografía e infraestructura geológica

Valle de Camajuaní

Se caracteriza por una topografía con relieve de llanura con rasgos fluviomarinos deltaicos y pantanosos, localizados hacia el norte, es un paisaje erosionado y diseccionado con algunas alturas residuales. Las lomas de Santa Fé, localizadas al sur, constituyen la mayor altura del municipio con más de 200m sobre el nivel del mar y sitios de valor paisajístico como el Valle de Camajuaní.

Topografía e infraestructura geológica
Suelos

La mayor parte de los suelos de la zona norte, este y sur del municipio presentan buenas características para los cultivos de caña y pasto (para la ganadería) debido a que se caracterizan esencialmente por ser llanos, siendo preservados de la urbanización en función del desarrollo cañero-azucarero y agropecuario. La mayor parte de la zona central, incluyendo las cuencas de los ríos de Sagua la Chica y Camajuaní así como otras áreas dispersas también son preservadas del avance de las urbanizaciones con el objetivo de desarrollar la actividad agropecuaria, como base fundamental del territorio ya que los suelos se caracterizan por su buena capacidad agrológica.

Hidrografía Río Camajuaní

El territorio es atravesado de sur a norte por los ríos Camajuaní, afluente de Sagua la Chica y este propio río que sirve además de límite natural, al oeste las tierras pertenecen a esta importante cuenca hidrográfica caracterizándose por su fertilidad y capacidad agrológica.

Clima

El clima del territorio es cálido, definido en dos estaciones (verano e invierno), precipitaciones medias de 1288.00 mm, temperatura promedio de 24,6 grados Celsius, humedad relativa de 83,25 % y vientos de 9,99 m/seg predominantes del noreste y del este, con una altura promedio sobre el nivel del mar de 109 m.

Vegetación

La vegetación predominante son los cultivos agrícolas entre ellos,la caña, frutos menores, viandas y hortalizas, son significativas las áreas del patrimonio forestal de bosques naturales destacándose las lomas de Santa Fé, Sinaloa,el Burro, Piedra, Loma Colorada, entre otras, otras con vegetación secundaria y pastizales. En el litoral costero y áreas de cayos se destacan los manglares en una franja que se extiende a lo largo de su línea costera .El territorio se caracteriza por una topografía con relieve de llanuras con rasgo fluviomarino deltaico y pantanoso, tiene un paisaje erosionado y decepcionado con algunas alturas residuales. También se señalan algunas áreas reforestadas con especies exóticas no siempre de mucha utilidad pero de crecimiento fácil y rápido.

Origen

Las primeras noticias de su existencia datan del año 1703, según consta en Actas del cabildo remediano, donde ya se habla del corral de Camajuaní. El desarrollo progresivo de esta región se extiende a todas las esferas de la vida económica, política y social, conllevándose a su fundación como municipio el 1 de enero de 1879. Este proceso concluye en 1976, al adoptarse la actual división política-administrativa, que incluye a los territorios del antiguo municipio de San Antonio de las Vueltas.

Origen del nombre del municipio,

Acerca del origen del nombre del municipio, existen varias versiones, la más aceptada es la que identifica el vocablo Camajuaní de origen indígena, el que se utiliza para designar al río que baña sus fértiles valles y que quiere decir: aguas claras, cristalinas, corrientes, entre otras acepciones. Aunque no es esta la más generalizada versión del origen del nombre: cuentan que antes este territorio poseía escasas viviendas

y un solo hospedaje a nombre de un chino llamado Juaní, para abreviar todos los huéspedes le preguntaban: ¡Cama, Juaní!, cuando al paso del tiempo, se decidió poner este nombre al lugar habitado para ese entonces por numerosas personas.

Historia

El principal alzamiento en Camajuaní durante la Guerra de independencia ocurrió el 25 de abril de 1895 por Casimiro Naya Serrano. Las tropas mambisas entran en el municipio el 28 de diciembre de 1898.

25 de abril de 1895 , **Juan Bruno Zayas y Alfonso**, en Vega Alta
15 de junio de 1895, **Rafael Casallas Monteagudo**
20 de junio de 1895, **Leoncio Vidal Caro**
15 de julio de 1895, **Ladislao Machado Vidal (Lao)**, en la Sabana
25 de septiembre de 1895, Casimiro Nayas Serrano, Camajuaní

Casimiro Naya Serrano

Al iniciarse la república se produce un avance notable tanto en lo económico-político y social que culmina el proceso de concentración y centralización de la industria azucarera. Se fortalece el cultivo y producción del tabaco unido a un gran auge del comercio local que hizo posible un desarrollo acelerado del municipio llegando a existir 47 publicaciones periódicas y se construyen las principales edificaciones que hoy conforman el centro histórico.

Mártires del Municipio de Camajuaní y Vueltas, contra la tiranía de Batista.

Anastasio Cárdenas Ávila
Andrés Cuevas Heredia
Benito Ramírez Rodríguez
Clemente Cárdenas Ávila
Dagoberto Cúbela Martín
Joaquín Paneca Consuegra

Anastasio Cárdenas Ávila

Clemente Cárdenas Ávila

Moisés Montero García

Elíope Paz Alonso.
Raúl Torres Acosta
Lino Pérez Hernández
Marino Cabrera Piñero

Benito Ramírez Rodríguez

Elíope Paz Alonso.

Raúl Torres Acosta.

Andrés Cuevas Heredia

Joaquín Paneca Consuegra

Moisés Montero García
Ramón Piñero Acosta
Wilfredo Cabrera Portal
Isidro González Morales

Primeras referencias

Según aparece en El Libro de Actas del Ayuntamiento, el 15 de febrero de 1879, se disponen a aprobar los atributos que caracterizaban a Camajuaní, donde se lee: "... acto seguido manifestó el Señor Presidente que el sello de este Ayuntamiento remitido por el de Remedios, el día 1 de enero último para legalizar con él la representación de esta corporación en todas sus actas y documentos oficiales carecían de atributos en el centro como generalmente lo tienen todas las demás instituciones antiguas de igual carácter más marcadas de sus localidades, ya sea porque dominan en ella el trabajo industrial, mercantil o agricultor y que siendo esta comarca esencialmente agricultora, era de opinión que se optase por la insignia más general que la representará".

En el trabajo de revisión del libro de Actas del Ayuntamiento se constata que a partir del día 1 de marzo

de 1879 en su hoja número 0067655, con el número de orden 91 comienza a aparecer sucesivamente el sello que ha llegado hasta los días de hoy como escudo de armas del municipio de Camajuaní.

No aparece en el citado libro ninguna referencia a este sello y se consigna el mismo en las actas hasta el 11 de diciembre de 1880; es menester aclarar que no tenemos los libros que le suceden, pues milagrosamente se conserva este ejemplar de varios incendios que devoraron la documentación gubernamental camajuanense.

En bibliografías inéditas consultadas de los historiadores **René Batista Moreno** y **Juan Manuel García Espinosa**, se citan algunos datos con relación al escudo. El segundo expresa que existía ya desde 1882 y Batista Moreno que fue diseñado en 1880, ambos coinciden en que su inspirador fue el pintor, periodista, inventor y diplomático José Vidal Caro, hermano de Leoncio Vidal Caro, coronel de la guerra de independencia que muriera en el asalto a Santa Clara el 23 de marzo de 1896; y los historiadores anteriores citados toman tal afirmación de labios del hijo de José Vidal llamado **Luis Vidal de la Torre**. El escudo se haya insertado en la medalla que se confeccionó en el año 1882 por el Ayuntamiento, con el objetivo de ser entregada a los concejales y al alcalde de dicha institución.

Geográficas

El relieve que predomina es la llanura, parcialmente cenagosa hacia la zona costera y alturas (máxima elevación 272 m en las Lomas de Santa Fe).

Topografía e infraestructura geológica

Escudo de Camajuaní

Escudo municipal

Esta medalla está confeccionada en metal plata, lo cual se relaciona con las fechas de constitución del Ayuntamiento y se conserva entre los fondos del museo; en su anverso presenta el escudo de Camajuaní. A su alrededor se lee: *I Ayuntamiento de Camajuaní. Año MDCCCLXXXII.* En su reverso dice: *Constituido el primero de Enero de 1879.* Tiene las siguientes medidas, largo: 40 milímetros, ancho: 75 milímetros. Corona real moderna: es una insignia de jerarquía y dignidad, estando formado por un círculo de oro, enriquecido de piedras preciosas, con 8 florones semejantes a las hojas de apio, entrepuestos de una perla, levantados, cubiertos de otras tantas diademas cargadas de perlas, cerradas por lo alto y sobre ellas, en la parte en que se juntan, un globo de oro centrado y cruzado de una cruz llena de lo mismo.

El campo de plata es simple, es decir, sin particiones o cuarteles, tiene forma redonda o de rodela, ya que este estilo es el utilizado milenariamente en representación de los antiguos pueblos.

Se seleccionó el metal plata porque éste simboliza el mes de enero, fecha en que se crea el municipio de Camajuaní y porque dicho metal significa inocencia, blancura, virginidad, al igual que los que traen plata en sus armas están obligados a defender a las mujeres y a amparar a los huérfanos y débiles.

Las insignias que identifican a Camajuaní están dispuestas artísticamente, llenando todo el campo del escudo, sin tocar los extremos de éste, según las reglas de la Heráldica, y están compuestas por: una colmena antigua con entrada visible, techada de guano y cubierta de yaguas, circundada por abejas, que simbolizan la laboriosidad en todas las esferas de la vida.

Alrededor de la colmena y sus abejas, que emblemáticamente simbolizan al trabajador pueblo de Camajuaní, fue colocada a la derecha de ésta, una cornucopia (cuerno de la abundancia) de sinople (verde) vertiendo hacia el centro y a la vista frutos y flores propios de ese territorio. Sobresaliendo a la diestra de la colmena y por encima de la cornucopia, un azadón y un rastrillo como instrumentos de trabajo agrícola, le siguen en ese orden una rama de palma, que en representación de ese árbol simboliza la incorruptibilidad del hombre que vive en esta tierra.

A la izquierda de la colmena y en su base, es colocada una rama de hojas y flores de tabaco como una de las principales producciones de este territorio, y por encima de ésta se incluyen otros aperos de labranza. Al fondo un plantón de caña de azúcar, como el más importante renglón productivo de Camajuaní.

En la base del campo del escudo aparece inscrita la frase: **LABOR PRIMA VIRTUS,** escrita en latín y que enuncia una importante declaración para los camajuanenses: **El Trabajo es la Primera Virtud,** evidenciando una permanente inclinación o propósito de los hombres que viven en ese territorio, la cual ha llevado desde siempre a disfrutar de la prosperidad que les ha brindado el trabajo como única fuerza proveedora de riquezas y transformadora de la vida.

Como ornamentos exteriores que adornan el escudo, encima de su campo y dispuestas en un bello ramo que abarca toda su parte superior hasta casi la mitad de éste, aparecen flores y frutos que son el jeroglífico de la fecundidad y el amor.

Debajo del escudo, y unidas por un lazo de cinta de pergamino con los colores patrios (azul - azur, blanco - plata y rojo - gules) aparecen dos ramas, una de palma simbolizando el virtuosismo y la incorruptibilidad, y la otra de encina, que simboliza el civismo, el ánimo fuerte, el antiguo poder, la nobleza y la fuerza.

Todas las armas ubicadas dentro del campo del escudo, al igual que los ornamentos exteriores aparecen en su color natural.

En el año 1936 y siendo alcalde **Sergio M. Valdés Alba** se le dio colores al escudo llevándolo a un óleo en tela con un fondo verde que simboliza la fertilidad del suelo camajuanense. Todas las armas ubicadas dentro del campo del escudo, al igual que los ornamentos exteriores presentan su color natural.

Desarrollo económico

Municipio eminentemente agrícola basado hasta hoy fundamentalmente en las producciones cañero – azucareras, tabacaleras y de cultivos varios y con un importante número de pequeñas y medianas industrias, algunas de las cuales son reconocidas por su calidad y tradición como en el caso de los embutidos, bebidas y licores, el tabaco torcido y la producción de calzado, entre otras.

Camajuaní es una zona de fértiles tierras dedicadas fundamentalmente a la agricultura. Sus principales rubros son el proceso agroindustrial relacionado con la caña de azúcar, el tabaco (con un sistema de escogidas, despalillos, tabaquerías, etcétera), así como los cultivos varios y la ganadería, en menor proporción. Cuenta el municipio con más de 20 industrias, entre ellas las cárnicas, bebidas y licores y una fábrica de implementos agrícolas y accesorios.

Entre las principales ramas tenemos:

Producción de Caña Azucarera
Producción Tabacalera
Producción Cultivos Varios
Producción Mercantil

La producción de caña de azúcar sufrió un deterioro durante los años 1990-1999 con la fabricación de 39,541 TM. El récord data de 1991 con la fabricación de 129,640 TM.

Continuará en el próximo numero.

Lo que vió y oyó el Duende

Lo que no se quiera que se diga, que no se haga.

¡Yo no soy escaparate de nadie, para guardar sus pecados!.

AMISTAD

Algunas veces encuentras en la vida una amistad especial:
ese alguien que al entrar en tu vida la cambia por completo.

Ese alguien que te hace reír sin cesar; ese alguien que te hace creer que en el mundo existen realmente cosas buenas.

Ese alguien que te convence de que hay una puerta lista para que tú la abras.

Esa es una amistad eterna...

Cuando estás triste y el mundo parece oscuro y vacío, esa amistad eterna levanta tu ánimo y hace que ese mundo oscuro y vacío de repente parezca brillante y pleno.

Tu amistad eterna te ayuda en los momentos difíciles, tristes, y de gran confusión.

Si te alejas, tu amistad eterna te sigue.
Si pierdes el camino, tu amistad eterna te guía y te alegra.

Tu amistad eterna te lleva de la mano y te dice que todo va a salir bien.

Si tú encuentras tal amistad te sientes feliz y lleno de gozo porque no tienes nada de qué preocuparte.

Tienes una amistad para toda la vida, ya que una amistad eterna no tiene fin.

Corría el año 1904 y aquella tertulia, que había abierto el gallego Ramón María del Valle-Inclán en el Nuevo Café de Levante, hervía por las noches con la flor y nata de los intelectuales de la Generación del 98 y los artistas más significados, entre ellos Ignacio Zuloaga, Gutiérrez Solana, Santiago Rusiñol, Mateo Inurria, Chicharro, Beltrán Masses o Rafael Penagos. Y aquella tarde noche del 13 de mayo de 1904 el que sorprendió a todos los presentes fue **Pío Baroja**. Porque cuando se estaba hablando de los españoles y de las distintas clases de españoles, el novelista vasco sorprendió a todos y dijo: a verdad es que **en España hay siete clases de españoles**... sí, como los siete pecados capitales. A saber:

1. Los que no saben;

2. Los que no quieren saber;

3. Los que odian el saber;

4. Los que sufren por no saber;

5. Los que aparentan que saben;

6. Los que triunfan sin saber, y

7. **Los que viven gracias a que los demás no saben.**

Estos últimos se llaman a sí mismos "políticos" y a veces hasta "intelectuales". ¡SENCILLAMENTE GENIAL!

Carta desde Camajuaní.

Amigo Miguel, de la lista de los fallecidos en la lucha revolucionaria en nuestro municipio de Camajuaní, los primeros de esa lista son conocidos. Yo pienso que los otros que le siguen deben ser de algún momento posterior al 59.

DAGOBERTO CUBELA y RAUL LARA

En esa primera parte de la lista, de los que fueron torturados, hechos picadillo, botados en las cunetas con un clavo de línea metido en el cráneo, con la mandíbula perforada por ser colgados en un gancho de carnicería, de esos fueron Dagoberto Cubela que aparece en la lista y falta increíblemente Raúl Lara, conocido como Timoteo.

Los dos fueron apresados juntos el mismo día y a la misma hora. Recuerdo que cuando llegaron los dos yeeps aquella mañana cristalina como solían ser las mañanas en aquel bellísimo campo lo hicieron sin ruido porque normalmente hacían poco ruido ya que venían en bajada y apagados sus motores.

Venían del cuartel de Remedios según decían enviados por el capitán Besada y según creo recordar también algún oficial de Camajuaní. De los dos carros salieron los guardias que desgraciadamente no recuerdo sus nombres, solo sé que había uno que le decían cabeza de puerco.

El chofer del segundo yipe se quedó sentado y como si estuviera soñoliento recostó su cabeza contra el timón y el casco verde se le corrió para atrás. Yo como casi siempre, estaba en la bodeguita de mi papá viendo los dos yipes parados al frente en el terraplén y los guardias corriendo sin gran prisa en dirección a la casa de Lorenzo Cubela, mientras pisaban las matas de boniatos sembradas al frente de su casa. Ya casi en el patio delantero de la casa una mano indicó a la derecha donde algo por detrás de la casa de Lorenzo había un esmirriado bohío no bien visible desde la carretera por estar en la bajada de la lomita y tener interrumpiendo mi visión un llorón no muy frondoso que se interponía.

Como yo estaba en el mostrador de la tiendecita no pude ver lo que pasó en el bohío por estar fuera de mi ángulo de visión del cual sólo veía el techo de guano criollo, pero no tuve que esperar mucho para ver aparecer a Daguito, desgreñado, sin sombrero que trataba de recoger del suelo ya que se lo habían quitado de un golpe.

Si no es que soñaba cosas raras por la tremenda impresión que estaba recibiendo, sus zapatos estaban pintados con pintura azul, al parecer para resguardarlos de la humedad.

Venía pálido y sin hablar. En ese momento salió el otro yipe para la guardarraya de los Fernández buscando la casa de Yiye Lara, padre de Timoteo, el otro que venían a recoger. Este Timoteo era más revoltoso, y peleaba al boxeo en el rin que teníamos al lado de la tiendecita con gentes que le traían de otros lados y siempre ganaba, aunque poco sabía de boxeo dada su esplendida constitución física.

Mientras esperaban al otro yipe se practicaban los guardias repartiéndole algunos galletazos al cubelita y otros se encargaron de arrestar a mi tío **Gilberto Bello**, a **Enrique y Ramón**, hijos de Gregorio Bandera y antes de eso le habían dado plan de machete a José el Isleño, allá en los Cuatro Caminos, el mismo isleño que comía tanto gofio que según decía donde él cagaba se secaba la hierba y todo eso porque siendo vecinos se le había olvidado dónde vivía José de la Luz Bello mi abuelo, que por cierto estaba la casa al alcance de la vista.

Cuando regresó el otro yipe que traía a Timoteo, que por cierto casi no se veía por estar tirado en el piso del yipe, con una bota militar encima de él, casi todos vinieron hasta la tiendecita a tomar refrescos y coger de la caja puñados de tabacos, que al igual que los refrescos y otras cosas que comieron o se llevaron no las pagaron. Yo soy testigo de eso y también soy testigo que un hombre viejo para ser guardia, en aquel momento pidió un refresco de naranja Tarajano y puso los cinco centavos en el mostrador, y el otro que se quedó en el yipe no vino a buscar nada.

No todos eran iguales. También cuando vinieron preguntando ya para el juicio que se les estaba llevando a los asesinos, creo que en Remedios, yo di ese testimonio que a lo mejor les salvó la vida.

Cuando aún no habían aparecido los cadáveres de Daguito y Timoteo, un día antes apareció Gilberto Bello, que se lo llevaron blanco y lo devolvieron negro de los moretones y con las costillas rotas y el pescuezo con las excoriaciones de la soga que le pusieron para darle un estironcito antes de dejarlo en una cuneta cerquita del Níspero.

No se sí por la intervención del altísimo, o por la intervención del coronel Chaviano, que fuera compañero de partido político de mi abuelo José de la Luz desde los tiempos de la Chambelona y era en ese momento un importante jefe militar salvó la vida Gilberto.

Aunque en aquel barrio y sus alrededores, que la naturaleza dotó de fascinante belleza, no por eso el dolor no nos visitaba. No éramos inmune, pero siempre prevaleció la idea de un tiempo mejor que nos llegó pero un poco desteñido.

Saludos Bello.

¿Fábulas de mi pueblo?

El Langostino enorme del río de Camajuaní.

Por: René Batista Moreno Ilustración: María López Martínez

A una oleada de langostinos que llegó al río Camajuaní, se sumó uno de dimensiones extraordinaria, dicen que era una bestia que por las noches salía del río, recorría todo el valle, croaba como un sapo, aullaba como un perro y solo se le veían dos ojos grandes de una luz muy intensa que producía la muerte a todos aquellos que se atrevían a mirarlo.

El gallo de Las Breas

Por: René Batista Moreno
Ilustración: María López Martínez

Una madrugada, los poetas **Amalio Guerra, Martín Espinosa** y **Felo García** lo vieron. Dicen que era más alto que ellos, sus plumas eran negras, calzaba dos espuelas largas y puntiagudas, y fumaba un tabaco que, a cada absorbida, le alumbraba el camino. Y cuando el sol asomó sus primeros rayos, las plumas se hicieron blancas, el tabaco cayó al suelo, cantó tres veces, y después comenzó a reír a carcajadas. **Juan Bulla y Flores Milián** lo habían visto antes, lo habían comentado, y nadie les creyó

El hombre que vio a Dios

Esa tarde Arturo Pérez se fue a bañar al charco La Playita del río Camajuaní. Se quitó la ropa, y cuando se disponía a penetrar en el agua, vio una imagen que recordaría hasta los días de hoy. Él, que pedía en sus oraciones ver a Dios, que lo había pedido durante más de veinte años, fue complacido.

VI UNA nube brillante que venía bajando, llegó frente a mí, se transformó en una persona y comenzó a decirme cosas que yo no entendía. Era de mediana estatura. Tenía una cabeza muy grande y desprovista de pelos. Su cuerpo de la cintura para abajo era rojo y de la cintura para arriba era carmelita, pero estos colores eran brillantes. Sus ojos eran como los nuestros. Él me miraba con mucha atención, y llegó un momento en que se elevó en el aire y retrocedió dándome el frente, nunca la espalda. Se detuvo en la rama de un árbol cercano. Allí dijo muchas cosas más y se enfureció. De la cabeza comenzaron a brotarle pelos, como un surtidor. Se convirtió nuevamente en una nube brillante y fue subiendo al cielo hasta que desapareció.

Yo me arrodillé, lloré mucho y le decía: «¡Gracias, señor, por haberte conocido físicamente, y por haber escuchado tu voz! Gracias, Dios mío».

Un día recibió una convocatoria del Vaticano, para participar en el concurso «¿Usted vio a Dios?» El premio era de 15000 dólares y se dispuso a concursar. No por el dinero en caso de que ganara, sino más bien, para que su verdad, tan cuestionada, fuera conocida en el mundo. Escribió el testimonio que aquí aparece, y lo echó al correo. Transcurrieron dos años de una espera angustiosa y cuando lo había olvidado, recibió una carta de la Ciudad Estado, y la leyó con mucha avidez:

«Usted ha sido finalista en el concurso «¿Usted vio a Dios?». Usted ha tenido el privilegio de verlo. Sin embargo yo no lo he visto nunca en mi vida. Por eso pienso, con mucha tristeza, que el Papa debe ser usted y no yo.

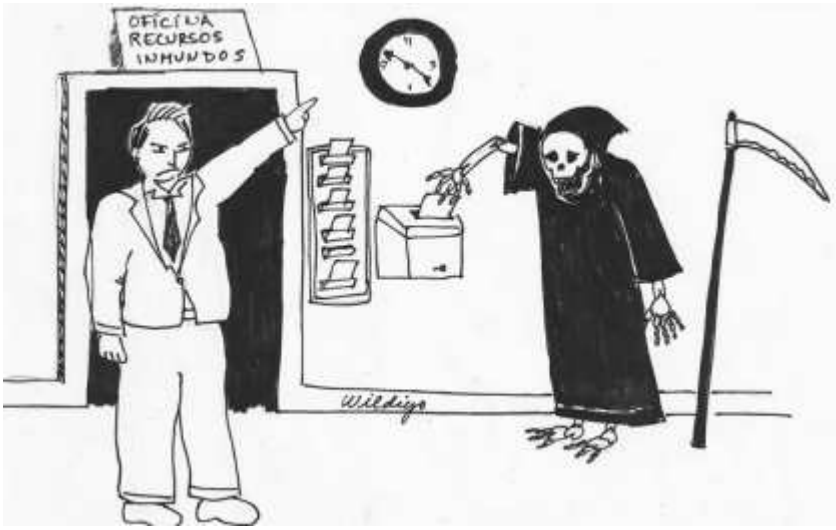
El primer premio lo ganó Maria Teresa de Calcuta tuvo una experiencia muy intensa con Dios, cuando viajaba a Nueva York. Resultó que Dios era el piloto de la nave y que las azafatas eran ángeles travestis. Esperamos que participe usted en la próxima edición, y haga buen uso del pomo de agua bendita que le envío.

En enero del 2008 iré a Cuba, daré misa en Santa Clara, espero nos veamos allá.

Su hermano en Cristo Juan Pablo II»

Como Arturo, Ricardo Riverón y yo habíamos coincidido en la acera de la Casa de la Cultura de Camajuaní, el 17 de diciembre del 2008, lo estimulé para que nos hablara del encuentro con Dios. Cuando terminó el relato, Riverón me dijo:

—Si esto tú lo cuentas, dicen que eres un fabulador. Y si lo cuento yo, dirían lo mismo.



Polito Consuegra Paz, gozando la papeleta en Marsella.

De izquierda a derecha. Polito es el segundo.

Mi querido Miguel, aquí te mando la última foto que me han hecho, el mes pasado, en una fiesta al aire libre de algunos amigos con jardín, piscina y una regia paella. Como ves, me conservo bastante bien a pesar de la venerable edad que algunos se empeñan en atribuirme.

Por acá, aunque la gente no piensa mucho en los problemas americanos, se habla constantemente del acercamiento entre los gobiernos cubano y americano. Todos mis amigos me preguntan qué pienso de ese cambio, y yo me limito a decirles que habrá que esperar un cierto tiempo antes que se puedan ver las consecuencias. Yo me imagino que es en el mundo cultural donde habrá más contactos, teatro, ballet, cine, etc. Por lo demás, ya veremos.

En cuanto a tu amiguitos de calle 8, me pregunto qué va a hacer ahora que los dos presidentes enemigos hoy «se dan la lengua». ¿De qué va a hablar? ¿Dónde va a meter su odio acérrimo, sus delirios y sus deseos de venganza? Vas a tener que mandarle un colagogo o un remedio para el hígado para ver cómo pasa esta época a pesar de sus rencores y su mala leche. Un abrazo «francés», y de Marsella pero sin el snobismo de la «Loma del Rastro»

Copiado de contacto@vanguardia.cu **Flashazo de verano**

UN PALITO ANTES DE LA V

El cuatro en números romanos se escribe IV, detalle que no tuvieron en cuenta para este reloj que desde 1910 se ubica en el municipio villaclareño de Camajuaní.

LUEGO DE VARIOS AÑOS VUELVE A FUNCIONAR EL LEJENDARIO RELOJ DE 4 CARAS DEL MUNICIPIO DE CAMAJUANI...TESTIGO DEL TIEMPO EN LA TIERRA DE VALLES Y PARRANDAS.

ESCRITO POR OSMARY TORRES PERIODISTA DE CMHW EN CAMAJUANI.

La edición impresa del semanario Vanguardia de 29 de agosto de 2015, reseña en la sección Flashazo de verano, lo que su autor considera una errata: la representación del cuatro, en la numeración romana del Reloj Público de Camajuaní, con cuatro barras, en lugar de la I y la V mayúsculas.

Si bien resulta cierto que esta última nomenclatura es reconocida como la correcta, luego de la evolución de ese sistema numérico, en su concepción primitiva el orden aditivo, de influencia etrusca, reconocía al cuatro como ilustra el reloj camajuanense.

No obstante, esta no constituye una exclusividad del territorio. Desde siglos precedentes los relojeros emplean los cuatro palitos –en alusión a la fraseología popular- para la composición de piezas de pulsera, bolsillo, pared y a gran escala. Una tradición palpable, sobre todo, en naciones que asumieron la cultura latina, como España y Francia y, en consecuencia, en los países colonizados por ellas.

El Museo Hermanos Vidal Caro del municipio, atesora en su colección varios ejemplares de pared que también coinciden en la representación de las cuatro barras. Costumbre arraigada de la época.

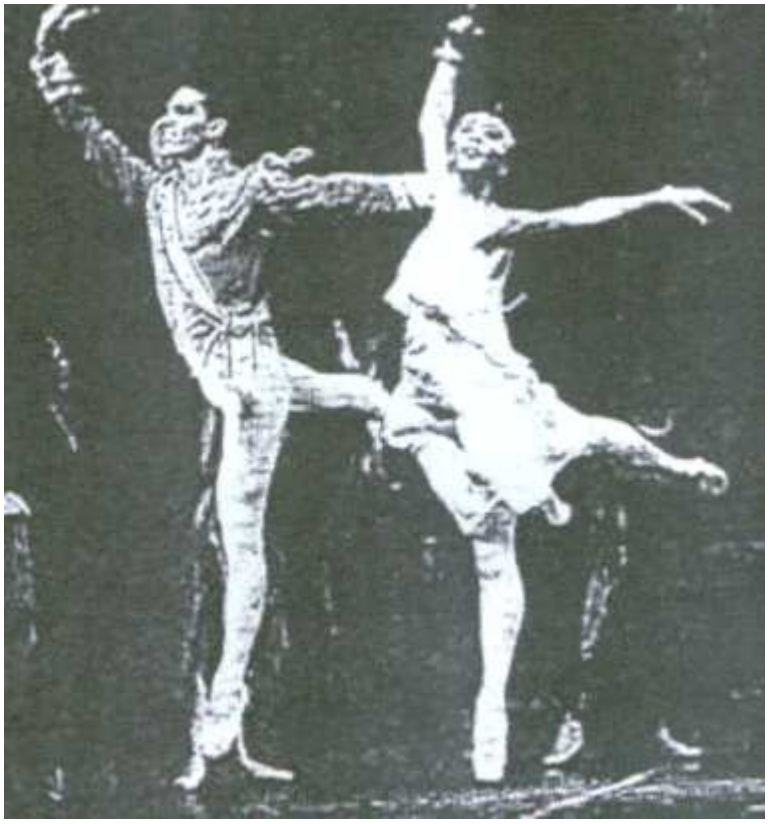
Varias fuentes aseguran que este particular responde a motivos estéticos, en tanto proporciona simetría y equilibrio visual a la esfera mecánica. A la vez, circulan leyendas que justifican las cuatro I mayúsculas en el oficio de relojería, referidas a caprichos de ciertos monarcas que prefirieron esta versión.

El Reloj Público de Camajuaní, erigido en la primera década del siglo XX sobre el Ayuntamiento municipal, engrosa el cúmulo de bienes patrimoniales que significan el parque Leoncio Vidal y su entorno, y descolla, por más de una centuria, como ícono del territorio. Concebido para decorar y respaldar el diseño urbano, y para orientar a hijos y visitantes, el Reloj Público no exhibe errados detalles.

El error no reside en la ausencia de un palito antes de la V –como reseña el autor-, sino en la irreverencia a la historia de un pueblo acogedor y culto, que ha vivido con pasión y acierto cada minuto, cada hora, de su tiempo.

Historia nunca contada sobre la cultura camajuanense.

El Teatro La Caridad.



**Nuestro magistral Pedro Consuegra Paz (Polito)
En un de sus magistrales baile de valet por los escenario del Mundo.**

En la Cuba Republicana sucedió un detalle digno de recordar por nuestros Hermanos camajuanenses, sucedió que nuestro Polito Consuegra Paz : después del gran éxito alcanzado en La Habana (10 funciones a teatro lleno aunque se habían proyectado solamente 4) el Ballet Nacional de Cuba decidió llevar el ballet *« La Cenicienta » de Polito*, por todo el interior, anunciaron una función en « La Caridad » de Santa Clara . Todas las entradas se vendieron en algunas horas, pero una multitud que no pudo comprar ninguna entrada se rebeló y al comenzar el espectáculo irrumpieron en la sala por ambos lados del teatro y como no se les pudo expulsar, vieron el ballet gratis.

«El Cambio.» (¿Vendrá de adentro?)

Cuba, sigue siendo la **«Caja de Pandora»** que ha sido desde que en 1959, triunfara Fidel Castro y su «Revolución». Todos los cambios ocurridos desde aquel lejano 1ro de enero han afectado (y yo diría que siempre para mal) a todos los cubanos, a los de allá y a los que temprana y sabiamente emigraron hacia acá.

Tras la toma del poder por Raúl Castro, se han visto algunos cambios encaminados (supuestamente) a paliar las precarias condiciones de vida de la gente en Cuba:

Hoy día, y lo pude constatar en una reciente visita a la Isla, hay alimentos en los agro mercados y ferias pero no hay dinero (el salario promedio del cubano no supera los $24.00 USD mensuales).

Pude comprobar que se ha dado el «visto bueno» al cuentapropismo (Según el contenido de la nueva ley del sistema tributario, que es la #113 publicada en La Gaceta Oficial ordinaria de fecha 21 de noviembre de 2012), con lo que el estado ha dejado de ser el empleador universal generadose ya, una casta de nuevos ricos. Yo supe de artesanos que salen al exterior (México o Brasil) a comprar materias primas para sus producciones de alta calidad (ej: zapateros en nuestro Camajuaní) que luego venden a precios sumamente altos para el bolsillo de la gente «de a pie», la que no tiene negocios, no labora en el área del turismo, no sale a trabajar fuera del país (médicos, entrenadores deportivos, artistas etc.) o no tiene familiares en esta orilla que les envíen remesas en USD periódicamente).

Supe de la «flexibilización» de las disposiciones legales referentes al tema de Migraciones (todo a tenor del decreto ley 302, que es modificativo de la ley de migraciones #1312 publicado en la edición ordinaria de La Gaceta Oficial de fecha octubre 16 de 2012), mediante las cuales, hora Ud. puede tener pasaporte ($100.00 CUC mediantes) e ir a pedir visa a cualquier embajada o consulado de los existentes en el territorio nacional para viajar libremente(?) y permanecer un máximo de hasta 24 meses fuera de la isla sin ser considerado emigrante, todo según veo yo, encaminado a que USA elimine o restrinja drásticamente lo dispuesto en el « Acta de ajuste cubano».

Pude observar (según reza en el decreto ley #288 que modifica a la ley 65 o ley general de la vivienda publicado en La Gaceta Oficial extraordinaria del miércoles 2 de noviembre de 2011), cambios que en la práctica permiten comprar y vender viviendas libremente y que a quien sale del país no se le confisque su propiedad, como era practica hasta hace muy poco.

A los disidentes y agrupaciones opositoras hoy por hoy, no se les persigue o encarcela con la misma saña que en fechas anteriores (primavera del 2003 por ejemplo), aunque eso sí, el gran público continua estando totalmente desinformado en todo lo referente al tema de la disidencia. Cuando algún opositor se manifiesta, se le crea a nivel local el «background» de que lo que en realidad busca es fabricarse «un caso» para luego emigrar como perseguido político y así la gente los vea y juzgue como aprovechadores que buscan beneficios personales con su actitud.

Realmente no es mucho, pero ¿Quién hubiera soñado todo esto hace solo, digamos tres años atrás?.

Recientemente, Raúl Castro Ruz ha anunciado su retiro del poder en poco más de cuatro años y que quien está previsto le sustituya es Miguel Díaz Canel, quien ha sido en opinión de la propia cúpula gobernante un cuadro efectivo de la nueva generación de dirigentes. Aquí veo una gran similitud con Mijaíl Gorbachov que en su momento fue considerado un cuadro eficiente y capaz, sin ser de la «vieja guardia soviética.

Con **Díaz Canel** y el retiro de **Raúl Castro, José R, Machado Ventura** y demás vejestorios, llegarían entonces (creo yo) las verdaderas y grandes oportunidades para *«El cambio»*. Tanto Díaz Canel como toda una gama de nuevos dirigentes y militares jóvenes de alta graduación (que por cierto no tienen las manos manchadas de sangre) podrían quedar para la historia como los superhombres que generaron el cambio (que esperemos sea de modo gradual y ordenado) desde dentro. Y así, estos «próceres de nuevo tipo» seguramente se beneficiarían económicamente (¡y de qué manera!) con una apertura que lleve al desplome de los obsoletos mecanismos totalitarios existentes (todo al estilo de la perestroika soviética) y genere cambios reales que abrirían Cuba a Occidente, todo con las correspondientes reformas políticas como reconocer y legalizar a la tan fragmentada oposición interna, dando paso al pluripartidismo. Esto pienso que de pronto no constituiría un peligro inmediato de perder el poder; al menos hasta que surja una verdadera alianza o frente unido opositor capaz de presentarse a elecciones democráticas bien cohesionado y con un sólido programa de gobierno que les permita llegar a tomar el poder e iniciar el camino cierto hacia la democracia, que ayude a que nuestra sufrida patria verdaderamente se aleje del espectro del totalitarismo.

«Mijail» Díaz Canel y compañía saben (y comprenden) todo lo anterior a la perfección, son sin dudas personas aunque más jóvenes, más inteligentes que los inmovilistas que les han precedido y lo más importante es que no tienen nada que perder con el cambio (creo que todo lo contrario). Solo nos quedaría esperar un poco más, que no sería nada

comparado con lo que ya hemos esperado. Humildemente me atrevo a decir que hoy, ya estamos asistiendo al «principio del fin», gracias.

¿QUE SE BUSCA EN CUBA CON LAS RECIENTES MODIFICACIONES A LA LEY DE MIGRACIONES?

¿Que plantea básicamente el decreto ley #302 (modificativo de la Ley #1312 de Migraciones), publicado en la página 1354 de la edición ordinaria de La Gaceta Oficial de fecha octubre 16 de 2012, con que el gobierno cubano claramente busca soluciones a problemas crónicos (que se han visto agudizados) y seguir siendo «consecuentes» con su viejo anhelo de que se elimine la tan odiada (para ellos) «Acta de ajuste cubano»?

Mediante este decreto, los ciudadanos cubanos pueden obtener su pasaporte, sin necesidad de carta de invitación (como era anteriormente) y pueden solicitar visado en embajadas o consulados de cualquier país. Con esto el estado recauda 100.00 CUC (más de $100.00 USD) de manera pasiva por cada documento emitido.

Se permite a los nacionales «salir libremente» del territorio nacional por espacio de 24 meses sin ser considerados emigrantes y regresar, con divisas en sus bolsillos que gastarían en el país yendo a parar todo (al final) a las arcas del estado. Anteriormente solo se les permitía salir por espacio de 11 meses teniendo que abonar al estado cubano una cifra en divisas que variaba de acuerdo con el país que se visitara durante los últimos 10 meses antes de regresar.

Ahora se permite a cualquier ciudadano emigrar de manera definitiva sin sufrir la expropiación de su vivienda, auto u otros bienes que posea, como era práctica común antes de la publicación del mencionado decreto ley #302. Estas personas que emigran como se sabe en breve comienzan a enviar remesas a sus familiares que quedaron en el país en moneda libremente convertible.

En el No 2 puse entre comillas la palabra LIBREMENTE, pues en la práctica a un ciudadano cubano residente en la isla no le resulta fácil conseguir un visado, aunque algunos países de América Latina como Chile o Argentina por mencionar solo dos ejemplos suelen otorgar visas de no inmigrantes a los cubanos que las solicitan, con la seguridad de que aunque no regresen a Cuba solo viajan a estos destinos, de tránsito hacia USA y durante su estadía dejan ganancias por concepto de hospedaje, pasajes, alimentos y compra (a nacionales en el mercado negro) de documentos falsificados con los que continuar viaje hacia su destino final (USA), ya que como se sabe con sus pasaportes cubanos es imposible.

Con el incremento de ciudadanos cubanos «viajando libremente como turistas» (y destino final USA), el gobierno de Cuba espera crear un «cuello de botella» en las fronteras (norte y principalmente sur) de los Estados Unidos y que ante esto sea derogada por este país el Acta de ajuste cubano que siempre ha sido un anhelo y una meta de los gobernantes comunistas. De ocurrir esto, los países Latinoamericanos dejarían de dar visas a los solicitantes de la isla pues al no poder entrar a USA se convertirían en emigrantes reales que en nada les beneficiaría. Aquí, cualquiera pensaría que el «cuello de botella» se le crearía entonces al gobierno cubano, pero no!, porque entonces obtener visa temporera para visitar familiares en USA seria menos difícil que en la actualidad, ya que sin el Acta de ajuste cubano estos visitantes no tendrían la opción de quedarse en suelo norteamericano,

Lo anterior a los gobernantes de la isla les vendría bien pues los USD seguirían entrando mansitos al regreso de los que viajen temporeramente; aunque la puerta no quedaría totalmente cerrada para quienes deseen quedarse definitivamente, ya que siempre podrían encontrar un amigo(a) o pariente ciudadano(a) americano(a), con quien contraer matrimonio y obtener automáticamente la residencia. Nada que aunque duela hay que reconocer que en Cuba lo tienen todo o casi todo previsto y juegan tratando de no perder. Pero esto hasta un día, ¿no les parece ?.

Opiniones:

Camajuaní en vilo por corruptela de artesanos, MININT, MINFAR y Fondo de Bienes Culturales.

Medio centenar de personas en diferentes centros de instrucción, figuran fraude, falsificación, cohecho, extorsión, contrabando, abuso de autoridad, enriquecimiento ilícito, violación arancelaria, evasión de impuestos a la ONAT y tráfico de influencias.

Por Juan Juan Almeida
Septiembre 21, 2015

Cuba intenta silenciar un "explote" nacional de gran intensidad, que involucra a funcionarios del MININT, el MINFAR, Fondo de Bienes Culturales, el Banco Nacional de Cuba, empresarios extranjeros y artesanos zapateros del villaclareño municipio Camajuaní.

Según fuentes que trabajan en la Fiscalía Nacional, a uno de los implicados le sorprendió la noticia en el extranjero y, para evadir la justicia, prefiere no regresar.

Entre los presuntos delitos por los que están procesando a más de medio centenar de personas en diferentes centros de instrucción, figuran fraude, falsificación, cohecho, extorsión, contrabando, abuso de autoridad, enriquecimiento ilícito, violación arancelaria, evasión de impuestos a la ONAT y tráfico de influencias.

El monto estimado de sobornos probados supera los 5 millones de pesos y se espera continue, de seguir husmeando esa gaveta; que ahora mismo tiene un impasse dentro del proceso legal. Por decisión del más alto nivel de gobierno, el rollo adquiere “carácter de secretividad” para no empañar la visita de Su Santidad a la isla, por no dar una mala imagen a posibles inversores, y porque involucra además a varios oficiales cuyos nombres no aparecen en la lista de implicados.

Hagamos historia

Camajuaní es un pequeño municipio, fundado en el siglo XIX, ubicado al noreste de Villa Clara, justo en una encrucijada de caminos y líneas de tren. Esa facilidad vial lo convirtió en un lugar de asentamiento para mercaderes y comerciantes. Fue por ello que decenas de años de economía planificada y experimentos “revolucionistas” (mitad revolucionarios, mitad comunistas), no lograron impedir que la mentalidad emprendedora del camajuanense continuara, como ADN, de generación en generación. En Camajuaní la industria del calzado es la locomotora local, de allí, un número importante de artesanos zapateros son miembros del Fondo Cubano de Bienes Culturales (FCBC), institución estatal que tiene la peculiaridad de permitir a los artesanos romper el monopilio de la importación estatal.

Los artesanos del Fondo, pueden salir de Cuba y comprar materia prima, maquinarias y/o herramientas que emplean para producir; pueden importar al país determinadas cantidades de mate-

rial haciendo uso de un documento especial llamado "La Carta de Importación"; y pueden vender sus productos a personas, empresas y/o ministerios. Dicho así parece sencillo, pero no; este sector de emprendedores cubanos, también tiene que enfrentarse a la corrupción general, a un estrecho marco legal, y a un amplio prejuicio social. Es muy fácil delinquir donde casi todo es prohibido.

Entonces, y ante una creciente demanda, estos artesanos para ampliar la producción y como el procedimiento estatal es tan engorroso, falsificaron "La Carta de Importación". Otros, más astutos, comenzaron a alterar el permiso de importación y su capacidad productiva sobornando a jefes y agentes de la Aduana General, oficiales del MININT y a importantes ejecutivos del FCBC que les permitieron, a cambio de billetes verdes, alterar la nomenclatura de "maquinaria artesanal" por "equipamiento industrial".

Un mercado seguro. Las botas que consumen las FAR, y el EJT (Ejercito Juvenil del Trabajo), normalmente se fabrican en COMBELL, una empresa deprimida que intenta garantizar el suministro a los militares. Pero cuando no lo logra, práctica que por lo seguido parece premeditada, los empresarios de las FAR abren una licitación en la que participan los artesanos. Las autoridades cubanas presumen que estos operarios, hoy presos, ganaban las licitaciones después de mantequillar a uniformados con poder de decisión, que en componenda con funcionarios del Banco Nacional, comisión de por medio, daban preferencia en el cobro.

Lo malo, es que estos talleres privados que le dan vida a una buena cantidad de personas, incluyendo a ex trabajadores del sector de la salud que antes percibían salarios irrisorios y, hoy, para particulares, pueden ganar 100, 150 y hasta 200 pesos diarios, tendrán que cerrar por falta de materia prima; es solo cuestión de tiempo.

El municipio Camajuaní tiene una población que no llega a los 60 mil habitantes, es preocupante saber que una parte importante de ellos se quedará sin empleo y por lógica, eso provocará problemas mayores.

Vista de lo que queda del famoso Consolidado del Calzado de Camajuaní, una ruinas, y el recuerdo de lo que no funcionó.

Donaciones recibidas para sufragar este sitio www.camajuani.net y sus revista No. 80.

Rosa Miguel **$25.00**

María y **Arturo Rodríguez** **$20.00**

Teresa Castellón y familia. **$20.00**

Gitel y Maz Lew **$25.00**

Gracias hermanos Camajuanenses por sus donaciones.

Roberto Hernández (Coco), joya del arte Ñañaco.

Por Alejandro Batista López, investigador y promotor cultural.

Considerado por muchos como uno de los mayores exponentes del arte parrandero en Villa Clara, Roberto Hernández (Coco) se encuentra dentro de los creadores más influyentes y respetados que ha tenido la vanguardia artística local. La noticia de su deceso este 9 de septiembre vistió de duelo al poblado Vueltas, lugar en el que vivió hasta sus últimos momentos.

Roberto Hernández (Coco), popular artista parrandero del poblado Vueltas.

Artista por excelencia: músico, pintor, escultor y literato, llenó de sueños y fantasías con sus ideas al barrio Oriente, Ñañacos, donde militó por más de cincuenta años. Hombre de una vasta cultura, fue un innovador en el arte popular con su genial y moderno estilo de diseñar carrozas, desde sus comienzos el año 1965 hasta su último trabajo, el pasado 14 de febrero del 2015.

Marcó momentos de esplendor en la historia cultural del municipio. Durante su trayectoria se realizaron en Vueltas 42 obras bajo su dirección artística, además de otros proyectos elaborados para Encrucijada, Calabazar de Sagua, Chambas, Buenavista, Zaza del Medio, Guayos y El Santo.

Coco logró sobreponer su impronta en todos los tiempos en que ha sobrevivido la parranda, así lo vemos en la concepción de la carroza monumental para su barrio, según las medidas que la topografía del poblado permite, en los estilos del silkscreen, los decorados al directo, las esculturas, los relieves y el laminado. A él debemos títulos considerados clásicos como: Las noches Melancólicas del Emperador Han (1973); Ruslán y Liudmila (1975); Palek (1987) y Kathakali (1990).

Roberto Hernández, junto a **Conrado Colóm –Cumba-**, **Roberto Prieto González** y **Tomás Manso,** fue uno de los cuatro grandes proyectistas de la época moderna de la parranda, una personalidad más de la cultura popular cubana. Escribir la historia de las parrandas del municipio de Camajuaní sin él es imposible, solo nos queda agradecer tantas enseñanzas de historia universal que dejó en sus obras, para el disfrute de su principal espectador: el pueblo.

Coco fue un innovador en el arte popular, con su genial y moderno estilo de diseñar carrozas, desde sus comienzos en el año 1965 hasta su último trabajo, el pasado 14 de febrero del 2015.

5 claves para controlar el azúcar que consumimos sin darnos cuenta

Se ha calificado los azúcares como "calorías vacías" porque no tienen beneficios nutritivos.
Visualiza un kilo de azúcar. Sí, uno de esos paquetes típicos que compramos en el supermercado y con los que podemos rellenar el azucarero varias veces.

Parece mucho, ¿verdad? Y sin embargo un kilo es la cantidad media que un adulto consume en dos semanas. Y los adolescentes ingieren aún más.

Muchos se sorprenderán de que sea tanto. Sabemos que hay azúcar en alimentos obvios como el chocolate o las galletas. Pero también hay grandes cantidades "escondidas" en otras comidas no consideradas dulces.

1. ¿Cuál debería ser el límite diario?
En marzo de 2015 la Organización Mundial de la Salud, OMS, redujo su recomendación diaria de consumo de azúcar a un 5% del total de calorías ingeridas para llevar una dieta sana óptima. En su defecto, no más del 10%.

5 0 gramos de azúcar equivale a 12 cucharillas.
Esa recomendación es un desafío para los hábitos alimenticios de hoy en día: en los países occidentales, el azúcar suele representar hasta 15% de la ingesta diaria de energía. Pero algunos nutricionistas van incluso más allá y recomiendan consumir menos del 3% de azúcar en nuestra dieta. Estos límites son para todo el contenido de azúcar que hay en nuestros alimentos, tanto azúcares naturales como los que hay en la miel, la leche o los jugos de fruta, como azúcares añadidos y refinados, porque el cuerpo no distingue entre el azúcar natural y el procesado.

Efectivamente, todos los tipos de azúcar son transformados en glucosa y fructosa y procesados en el hígado.

2. ¿Cuánto es eso en cucharillas? Esta es la recomendación de la OMS para una persona adulta que consuma aproximadamente 2.000 calorías al día: Siguiendo la recomendación del 10%, sería un máximo de 50 gramos de azúcar al día, equivalente a unas 12 cucharillas. Siguiendo la recomendación del 5% para una dieta óptima y un bienestar adicional, serían 25 gramos al día o 6 cucharillas de azúcar.

3. ¿Cuánto azúcar hay en una lata de refresco?
Una sola lata de refresco del tamaño estándar de 330ml contiene el equivalente en azúcares a 9 cucharillas de azúcar, es decir más de la cantidad diaria óptima recomendada por la OMS. Una lata de refresco puede superar la cantidad máxima de azúcar diaria recomendada por la OMS. Un refresco de cola de 330ml contiene 36g de azúcar. Pero un refresco de cola "light" contiene 0g de azúcar.

4. Cuánto azúcar hay "escondido" en alimentos no considerados "dulces"
Según una investigación de la BBC, las bebidas que más contenido de azúcar tienen, son (de mayor a menor): batidos, bebidas de cola, agua con sabor a frutas, bebidas energéticas y jugos de frutas (no frescos). Estas bebidas no nos llenan tanto como una comida sólida no dulce con el mismo número de calorías.

Un jugo de naranja de 150ml contiene 12,9g de azúcar, equivalente a unas 3 cucharillas. (Fuente
La recomendación para los niños es consumir agua o leche (sin azúcar) en lugar de refrescos y jugos de fruta con azúcar añadido.
El alcohol también es un problema: según datos de una encuesta en Reino Unido entre 2008 y 2012 el 10% del total de azúcar consumido por los adultos proviene de bebidas alcohólicas.

Ilustración del contenido de azúcar en una salsa barbacoa, una salsa de ensalada, ketchup y una salsa agridulce.
Luego están además las salsas: la salsa barbacoa, el Ketchup o la salsa agridulce... todas tienen azúcar. Un par de cucharadas de salsa pueden contener la misma cantidad de azúcar que una dona.

Por su parte, un yogur de fruta de 125 gr contiene 15,9g de azúcar. La misma cantidad de yogur pero natural y con fruta fresca añadida contiene 11.6g. (Fuente Public Health England)

Y algunos productos "light" o de dieta tampoco son necesariamente seguros, porque para potenciar el sabor los fabricantes compensan el bajo contenido en grasa con un alto contenido en azúcar.

5. ¿Cómo calcular cuánto azúcar hay en algo que compras?

Calcular cuánto azúcar hay en la comida puede ser confuso porque en las etiquetas puede aparecer bajo distintos nombres. Pero casi todos acaban en "osa": glucosa, fructosa, sacarosa, lactosa, maltosa, jarabe de maíz de alta fructosa.

Hay una relación demostrada entre las dietas de alto contenido en azúcares y enfermedades como la obesidad y la diabetes de tipo 2. Los fabricantes no suelen estar obligados por ley a separar los azúcares añadidos de los naturales en una etiqueta de nutrición, pero normalmente puedes ves la cantidad total de azúcar presente fijándote en el número que dice "Carbohidratos (de los cuales azúcares)".

En general, si hay más de 15 gramos de azúcares por 100 gramos se considera un producto de alto contenido en azúcar. Mientras que 5 gramos por cada 100 de producto es un contenido bajo azúcar.

El Royal Bank de Canada, En nuestro Camajuaní, ¿año? y la tienda La Paloma

Mitin en el año 1926, en la esquina del Cosmopolita y el Gato Negro, y laque fuera en el año 1958 la Bodega-Bar de los hermanos Alfonso.