

QUIÉNES DEFINEN LAS SUSTANCIAS PROHIBIDAS Y BAJO QUÉ CRITERIOS

Cómo se busca combatir el doping en el deporte

Caso de Nicolás Jarry puso el tema en centro de la discusión.

Un duro golpe sufrió la carrera del tenista Nicolás Jarry la semana pasada, cuando fue suspendido por consumo de sustancias prohibidas. Un caso

que volvió a poner en el tapete el doping en el alto rendimiento.

Conozca quiénes son los que definen lo que está permitido consumir y

cómo se define qué es doping y que no. Un listado que se actualiza cada año, y que es deber de cada deportista conocer en profundidad. **TD PÁGS. 8-9**



Matías Cabrera: el nuevo talento uruguayo de la UdeC

El volante creativo de 33 años pasó por el fútbol italiano y portugués, aunque en dos etapas brilló en su país con las camisetas de Nacional y Defensor Sporting. Compañero, amigo y admirador de Marcelo Gallardo, Cabrera sueña con repetir viejos éxitos de la mano de su tío, el entrenador Eduardo Acevedo. **TD PÁG. 3**

COLUMNA: PARA GANAR NO SOLO BASTA CON TENER DINERO



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.

El balance y adiós de Lorena Rivero al hockey del CDA

TD PÁG. 5



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.



Pablo Robert se reparte entre el taekwondo y las acrobacias circenses

TD PÁG. 12

Los desafíos que se plantean para el balonmano de Adesup

TD PÁGS. 10-11

Ricardo Cárcamo



Columna

Aunque por lo general siempre los títulos se los llevan los que tienen más, hay ejemplos que dicen lo contrario, como el Leicester ganando la Premier League hace tres años o Independiente de Ecuador levantando la Copa Sudamericana en 2019.

Para ganar no solo basta con tener dinero

La semana pasada, el Flamengo hizo un ofrecimiento de 20 millones de euros al Inter de Milán para comprar el 80% del pase de Gabriel Barbosa, "Gabigol", su jugador más determinante y que marcó los dos goles en la final de la última Libertadores, cuando el "Mengao" derrotó a River Plate para volver a ganar el trofeo tras más de 30 años.

En redes sociales, al conocerse la operación fue común ver comentarios de periodistas y público chileno en general del tono "Así no se puede competir", "Nunca volveremos a ganar" o "estamos a años luz de Brasil y Argentina". Sí, es cierto, los equipos de ambos países marcan importantes diferencias con el resto del continente en temas de presupuesto, pero de ahí a justificar con las cifras el mal rendimiento de los equipos nacionales -una tónica de hace mucho tiempo-

Flamengo, el multimillonario campeón de la Libertadores, en su camino al título eliminó con lo justo, por penales, a Emelec de Ecuador en octavos de final.

en los torneos continentales hay un abismo de diferencia.

Justamente, el todo poderoso Flamengo fue primero de su grupo en la fase inicial de la última Libertadores por diferencia de goles, sumando 10 puntos al igual que la Liga de Quito de Ecuador y Peñarol de Uruguay. En octavos de final, transpiró más de la cuenta para eliminar al tam-

bién ecuatoriano Emelec por lanzamientos penales, luego que cada equipo ganara 2-0 en su cancha.

Si fuera por el dinero, la final de la última Copa Sudamericana no la habrían jugado el Independiente del Valle de Ecuador contra Colón de Argentina, que en semis se deshicieron de los brasileños Corinthians y Atlético Mineiro, respectivamente.

A nivel planetario, el PSG ha gastado cuánto dinero ha podido para ganar la Champions League, y no ha podido superar los cuartos de final. Lo mismo el Manchester City, que cayó con Tottenham en cuartos en 2019.

Sí, siempre serán más veces las que ganen los que tienen e invierten más, y son capaces de llevarlo mejores jugadores. Pero también, junto con el dinero, hay factores claves para competir en el alto rendimiento que no dependen de los ceros en la cuenta bancaria.

Mi lado deportivo

Carolina Tapia, seremi de las Culturas

Hincha de... El Club Deportivo Huachipato.

Su recuerdo más importante ligado al deporte: Cuando Huachipato se tituló campeón de Primera División, en 2012. Fue una apasionante final ante Unión Española, que se definió en los penales, donde Omar Merlo anotó el gol que terminó dando el campeonato después de muchos años.

Su mayor alegría o tristeza relacionada con la actividad deportiva: Fue una a nivel personal, cuando logré completar los 35 kilómetros de la carrera de cross country llamada Desaffío al Pino Huacho, que se

realiza camino a Coronel, en el sector Escuadrón.

¿Le hubiese gustado dedicarse a alguna disciplina? Si es así, ¿A cuál? Me hubiese encantado ser nadadora, disfrutar la estética y expresión que esta disciplina refleja. Reconozco que me faltó mayor decisión y un poco de incentivo para ello.

¿Qué deportista le habría gustado ser o admirar? Admiro la pasión de Nicolás Massú, y también la constancia y entrega de Kristel Köbrich.

¿Practica algún deporte hoy en día? Cada vez que puedo junto a mi familia y salgo a pasear en bici-

cleta. Me desconecta y oxigena, y me encanta disfrutar de esos momentos de contacto con la naturaleza.

¿Qué falta para que el deporte crezca más en Chile? Al igual que las culturas, el deporte no es solo entretención. Es también disciplina, compromiso y dedicación, lo cual es indispensable para el desarrollo íntegro de las personas.

Cuando ocurren casos como el reciente doping de Nicolás Jarry: ¿Solo es responsabilidad de su equipo, de sus asesores, o el deportista también tiene algo de culpa? No se puede responsabilizar solo al equipo asesor, existen responsabilidades compartidas. De ahí la importancia de ser cauteloso en la actualización de las normas anti doping. Es una pena el duro momento que está pasando Nicolás, y debemos apoyarlo.

FOTO: RAPHAEL SIERRA P.






MATÍAS CABRERA, NUEVO VOLANTE DEL CAMPANIL

“Trato de copiarle a Gallardo, fue un placer haber jugado con él”

Pasó por el fútbol europeo y jugó con Pinilla, pero el uruguayo de 33 años ahora trajo su talento a la UdeC, donde será dirigido por su tío. “En los clubes donde me tuvo Eduardo, fuimos campeones”, dijo.

Carlos Campos A.
carlos.campos@diarioconcepcion.cl



Fue el último de la colonia uruguaya que se instaló en Concepción, aunque por ganas, el volante Matías Cabrera no se quedó atrás. “Mentiría si digo que ahora estoy pensando en ser campeón, pero por lo menos la idea es pelear por el título”, dijo el ex Cagliari, quien con 33 años llegó al Bío Bío proveniente del Deportivo Cali.

El nuevo creador auricelo tuvo su debut en Cerro en 2009, luego pasó a Nacional donde se consolidó y jugó copas internacionales antes de saltar al Europa. Entre Portugal e Italia maduró antes de retornar a su país donde alzó el título en 2017 y fue escogido el mejor volante de creación de la temporada.

-¿Qué objetivos tiene su llegada a U. de Concepción?

-En un deporte colectivo, las metas son grupales, pero apunto alto. Me gusta mirar hacia arriba. El club no está en una situación fácil, pero veo buen material en este plantel. Queremos pelear por el torneo.

-Será dirigido por su tío, ¿qué significa para usted Eduardo Acevedo?

-Siempre nos fue bien y cada vez que me tuvo en un equipo, fuimos campeones. Me motiva muchísimo

ser dirigido por él, porque sé lo que trabaja y cómo entrena. Es un plus tenerlo acá. Eduardo es ganador y tiene siempre expectativas altas. Junto a Gallardo, ha sido el técnico que más me ha marcado.

-¿Cómo fue compartir camarín con Marcelo Gallardo?

-Fuimos compañeros al inicio. La experiencia fue tremenda, ya que después de jugar pasó a ser nuestro técnico.

Hasta hoy conservo una amistad muy grande con él y nos juntamos cuando viajamos a Buenos Aires. Más allá de lo profesional, es una excelente persona.

-Y futbolísticamente, ¿se parece en algo a él?

-Trato de copiarle. Era un placer jugar con él, ya que con uno o dos toques movía a todo el equipo. Es el enganche que más me gusta, porque en esa posición hay muchos tipos de jugadores, pero el “Muñeco” era un volante ofensivo espectacular. Aprendí lo que más pude de él.

-¿Cómo se describe usted? ¿Qué tipo de enganche es?

-Inicié mi carrera en ese puesto, pero luego tuve entrenadores que no jugaban con un “10” fijo. Así, pasé a ser un volante mixto dentro de un doble 5. Me adapté a lo que pedían los técnicos, pero mi naturaleza es ser enganche.

-Pasó por Cagliari, ¿jugar en Italia lo hizo retrasarse en ese puesto?

-Sí. Allá se prioriza el buen trato de balón y la dinámica es distinta. Disfruté mucho jugar ante estrellas de Juventus, Milán e Inter. En Italia el DT me pedía jugar de doble 5 y así he crecido en distintos puestos, ya que también me gusta ayudar en la recuperación del balón.

-Allá fue compañero de Mauricio Pinilla...

-¡El Mauri! Concentrábamos juntos e hicimos gran amistad y relación junto



FRASE

“Los uruguayos vinimos acá a aportar fuerza y espíritu. Uno no gana cuando entra a jugar, sino que desde el vestuario”.

“Conservo una gran amistad con Marcelo Gallardo. Es el tipo de enganche que más me gusta. Era un jugador espectacular”.

“El club no está viviendo una situación fácil, pero veo buen material como para que podamos pelear por el torneo”.

“Inicié mi carrera jugando de enganche, pero luego pasé a ser un volante mixto dentro de un doble cinco”.

“El grupo se está armando recién, pero creo en las metas a mediano plazo y sé que vamos a escalar de a poco en la tabla”.

a su familia. Hace mucho tiempo no lo veo, pero sé que ahora está acá, así que espero nos crucemos en cancha para darle un fuerte abrazo. Tengo lindos recuerdos junto a él.

-¿Qué conocía de Chile?

-Me tocó venir a jugar la Copa Sudamericana con Iquique, cuando estaba en Nacional. Ahí mismo, chocamos ante U. de Chile en un amistoso. La liga chilena ha crecido mucho y se ve muy competitiva desde Uruguay. Chile es un país muy ordenado y, en lo futbolístico, hay grandes escenarios y jugadores.

-Será uno más de la colonia uruguaya que llegó al club...

-Es cómico. Jugamos juntos en Defensor y salimos campeones. Los uruguayos estamos convencidos en que uno no gana cuando entra a la cancha, sino que, desde el vestuario, remando todos para el mismo lado, uniéndonos y generando un buen ambiente. Vinimos a Chile para aportar fuerza y espíritu.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

2017

fue el mejor

para Matías Cabrera. El volante fue escogido como el creador más destacado de la temporada en Defensor.

Cagliari y Estoril entre 2012 y 2015

El uruguayo estuvo un año y medio en Serie A y anotó un gol en 26 partidos. En Portugal jugó Europa League.

MOTORES '20

Test drive Chevrolet Sail Smart: la respuesta del que domina

Daniel Kuschel D.
danielkusdiaz@gmail.com



El Chevrolet Sail es uno de los modelos claves de la marca en el mercado nacional. Por muchos años fue el auto más vendido en el país, y el vehículo que comenzó con la ruptura del paradigma de calidad que recaía sobre los autos de origen chino.

Ante la arremetida de sus rivales en el segmento B, como por ejemplo Volkswagen con el Voyage o Kia con el Suelto, recientemente premiado como Auto de Valor del año, Chevrolet respondió con una solidificación de su modelo superventas en el segmento, objeto de esta prueba.

Uno de los puntos altos del Chevrolet Sail es la gran distribución de los espacios en él. El sedán de origen chino posee dos plazas delanteras muy amplias. La posición de conducción es cómoda dada la opción de configurar el volante y el asiento del piloto en altura.

En las plazas traseras también hay mucho espacio de pies y cabeza para que vayan dos personas cómodas, o tres niños.

El maletero entrega 357 litros de espacio, y además entrega un repues-

to de neumático real, algo escaso en los autos de hoy.

A todo lo anterior suma un amplio equipamiento para el segmento en el que se encuentra. De serie ofrece con un kit eléctrico completo, ese que incluye alzacristales, espejos y cierre centralizado con mando a distancia, más computador a bordo, doble airbag frontal, frenos ABS con EBD, anclajes Isofix, radio con MP3, puerto USB y *bluetooth*. En versiones más equipadas suma aire acondicionado, volante multifunción, pantalla de 4,2" y neblineros, entre otros aspectos.

La nueva versión Smart añade también airbags laterales, sensor

de retroceso con cámara, llantas de aleación aro 15, sunroof, regulación de altura de los asientos delanteros, y un sistema de conectividad con pantalla táctil de 8", con acceso a aplicaciones como Waze o Spotify.

Eso sí, más allá de ser un auto del año, no es nuevo. Su diseño data de 2015 en la segunda generación y no ha sufrido modificaciones, pero en esta oportunidad Chevrolet quiere dar un golpe de conectividad, con este sistema de infoentretenimiento basado en Android (en el que de hecho las ventanas se cierran como en un celular), que le entrega una característica de la que el modelo

carecía, y que su competencia incorporó.

La intención se logra a medias, porque el sistema al no ser de los comunes, requiere un periodo de acostumbramiento. Eso sí, sin duda, es un paso adelante para el segmento en el que se encuentra el auto, pero no tiene el uso instintivo de Android Auto o Apple Car Play.

Motor y performance

En el resto de sus características el Sail sigue demostrando por qué es el líder del segmento. La unidad posee un motor cuatro cilindros, de 1.5 litros, 109 Hp y 141 Nm de torque, asociado a una caja manual de

cinco marchas. Una configuración muy de uso urbano, en el que muestra su mejor rendimiento y respuesta.

Se siente ágil a baja y media velocidad, dando la sensación de incluso tener más potencia que la que realmente tiene. En carretera eso sí pierde performance, su relación motor-transmisión hace que vaya a cerca de 3.500 rpm a 120km/h y da una sensación de ir exigido. Eso explica también que su rendimiento mixto esté cercano a los 13 km/l en esta prueba en régimen mixto.

La subida en esta versión de los neumáticos a aro 15 marca una diferencia positiva en el rodado, con una suavidad importante en la marcha

El freno en tanto entrega una sensación algo esponjosa, que en un primer uso puede molestar a quien no esté acostumbrado este tipo de sensibilidad, por lo que requiere un periodo de adaptación.

Siempre hay que ponerse en el lugar dentro del mercado en el que se ubica el modelo, y en el suyo, el Sail cumple con una buena sensación de conducción y un muy buen producto. 110 mil unidades no las vende cualquier auto.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



FOTO: CHEVROLET CHILE

Mazda presenta en Chile el nuevo CX-30

El nuevo SUV de Mazda se posiciona entre el CX-3 y CX-5 y aplica dos conceptos de diseño contrastantes: la belleza fluida de un coupé y las proporciones audaces de un SUV. El modelo de la firma japonesa destaca por su completo equipamiento tecnológico, comodidad, desempeño y diseño, situándose en el segmento premium del mercado.

Llega con dimensiones de 4,395 mm de largo, 1,795 mm de ancho y 1,530 mm, con un frontal fuerte y refinado, y ángulo diagonal en la ventana trasera que le da una silueta estilo coupé, más la forma de arco estrecho de la puerta trasera que hace que

la carrocería parezca más corta y más ancha.

Cuenta con la tecnología SkyActiv Vehicle de la marca, para entregar seguridad, estabilidad y comodidad.

En términos de equipamiento, la marca incorporó su sistema de infoentretenimiento MZD Connect que es compatible con Android Auto y Apple Carplay. El HMI controla las funciones de la pantalla de 8.8 pulgadas, que está orientada hacia el conductor, Head Up Display, sistema de audio con 8 parlantes, freno de mano eléctrico con Auto-Hold, climatizador automático bizona, llave inteligente, asientos con función de cale-

facción y ventilación, cuadro de instrumentos con pantalla a color, asiento del conductor con ajuste eléctrico y 8 posiciones, controles de tracción y estabilidad, control crucero y arranque por botón, según versión.

En lo que respecta a la seguridad, incluye 7 airbags de serie, sensores de proximidad y cámara de reversa, una completa variedad de asistencias de conducción según versión, entre las que sobresalen el freno autónomo de emergencia, el asistente de mantenimiento de carril y el monitor de punto ciego.

El nuevo CX-30 equipa un motor Skyactiv-G de 2.0 litros o 2.5 litros, se-



FOTO: DERCO CHILE

gún versión, que cuentan con 1.998 cc y 2.488 cc, respectivamente, además de 200 y 252 Nm, conectados a una caja mecánica o automática de seis velocidades.

Este modelo llega a Chile en ocho versiones con un valor desde los \$13.990.000 que incluye bono financiamiento, disponible para venta regular desde esta semana.

TD Polideportivo

Ignacio Abad P.
contacto@diarioconcepcion.cl

Se hizo conocida en la Región por su estilo de trabajo, tesón y definición de objetivos, así que terminó llamando la atención y siendo contactada por importantes elencos de la capital.

La entrenadora Lorena Rivero cerrará su ciclo con la rama de hockey césped del Club Deportivo Alemán y se establecerá en Santiago para dirigir a los equipos de Sport Francés (en damas) y Prince of Wales Country Club B (en varones).

“La primera oferta que recibí fue la de Sport Francés, cuando jugamos la última fecha del torneo ante Manquehue (victoria de CDA por 4-0). Fue una noticia importante y que me dejó todo el viaje pensando, ya que era un desafío atrayente, pero acá en la zona tenía varias cosas proyectadas. Después tuve otras conversaciones con la gente de Sport Francés por teléfono y, cuando decidí irme, llegó la otra propuesta de Pwcc. Fue algo que llegó y calzó justo”, indicó la directora técnica.

La estrategia argentina también realizó un balance de su paso por

LORENA RIVERO, EX DT DE DEPORTIVO ALEMÁN

“Extrañaré bastante a esta Región”



La estrategia argentina se trasladará a Santiago para dirigir al equipo femenino de Sport Francés y la escuadra masculina de Pwcc B.

la banca del CDA y recaló que “fue una estadía muy buena, sobre todo por el hecho de que llegué a dirigir con un cuerpo técnico que

no conocía, pero con el que logramos trabajar de muy buena manera y con los objetivos establecidos. Nosotros hicimos un trabajo des-

de abajo y con la intención de mantenernos en Primera División. Sé que es algo extraño, ya que llegué cuando estábamos una división abajo, pero nuestra meta siempre fue llegar y quedarse en la serie de honor”.

Rivero añadió al respecto que “fue un proceso positivo y que dio buenos resultados. En este paso también tuve la fortuna de conocer a otros técnicos de la zona sur que viven el hockey de una manera linda y que trabajan muy bien.

Extrañaré hartito esta Región”.

El legado de Rivero en la institución germana será difícil de superar, pues sólo en 2019 consiguió tres grandes hazañas: alzar la copa de la Primera B (tras superar a Ojcc por 2-1), el ascenso a Primera División (al imponerse por 2-1 ante Manquehue C) y mantenerse en la exigente categoría de honor del hockey césped nacional.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

la playa ES DE TOD@S

DESCARGA **PLAYAPP**

DISPONIBLE EN Google Play | Disponible en el App Store

ELIGE LAS PLAYAS DE CHILE, CONOCE LOS ACCESOS AUTORIZADOS Y DENUNCIA LOS ACCESOS RESTRINGIDOS

INFORMATE EN BIENESNACIONALES.CL | LLAMA AL 800 104 559

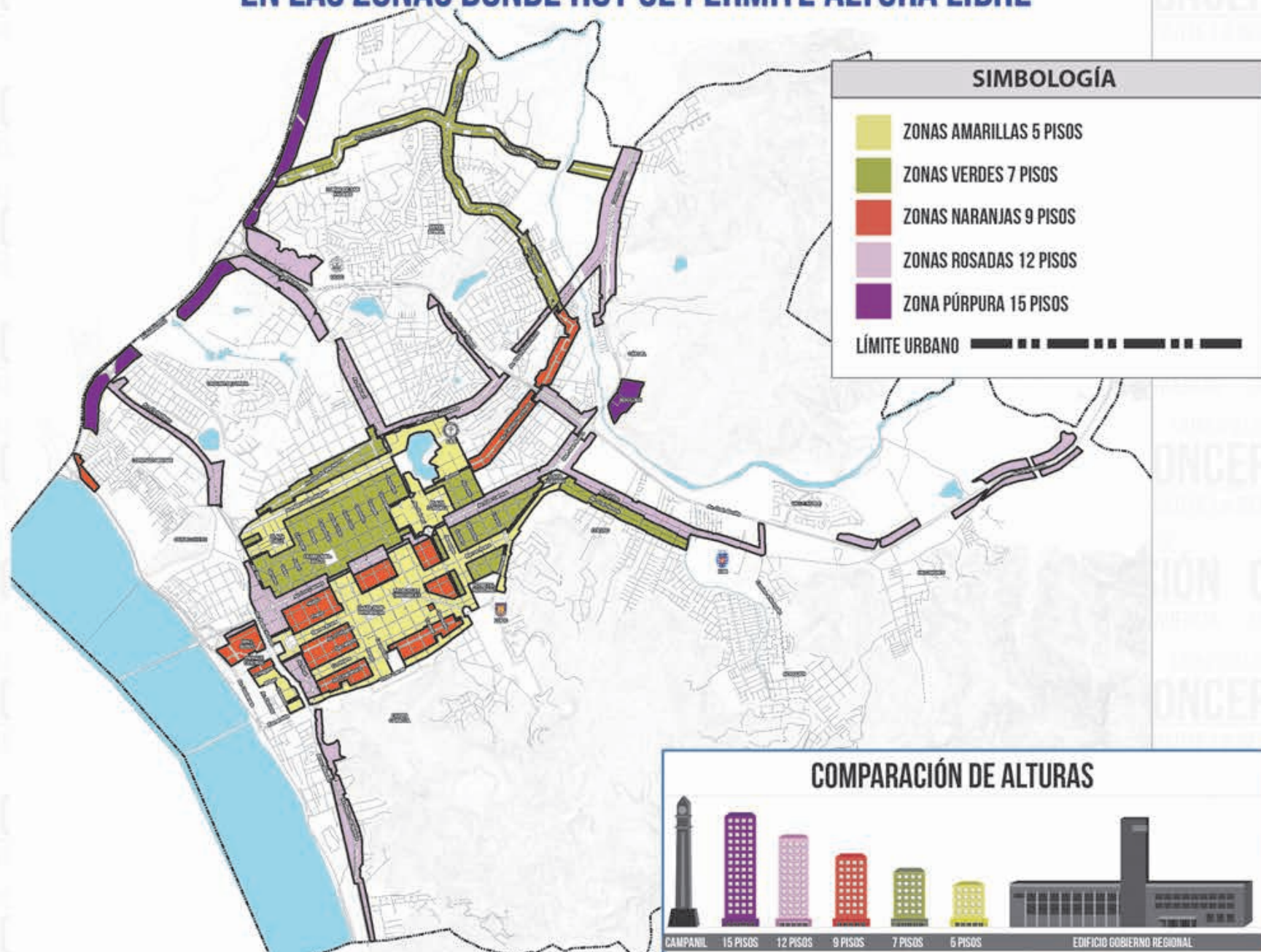
Ministerio de Bienes Nacionales
Gobierno de Chile

MUNICIPIO INVITA A VECINAS Y VECINOS A PARTICIPAR

CONSULTA SOBRE ALTURA DE NUEVOS EDIFICIOS EN CONCEPCIÓN SERÁ MODO ON LINE DEL 23 AL 26 DE ENERO

- En el último año, recogiendo aportes de dirigentes sociales, académicos, gremios y líderes de movimientos sociales, la Municipalidad de Concepción consolidó una propuesta de modificación del Plan Regulador Comunal que plantea una serie de medidas.
- Se plantea un máximo de 5, 7, 9, 12 y 15 pisos en los distintos sectores donde hoy existe altura libre. Además, incorpora incentivos para diseños que favorezcan la integración urbana y la sostenibilidad ambiental, por ejemplo, con "techos verdes", que incluyen vegetación, o patios interiores para uso común.
- Con esta Consulta Ciudadana on line se obtendrá la opinión de vecinas y vecinos sobre esta propuesta de alturas máximas para incorporarla a la decisión definitiva que tomará el Concejo Municipal. Pueden participar todos los inscritos en el padrón electoral de la comuna año 2017 y mayores de 18 años con domicilio en la comuna ingresando en la plataforma dispuesta para este proceso.

PROPUESTA LÍMITE DE ALTURA MÁXIMA PARA NUEVOS EDIFICIOS EN LAS ZONAS DONDE HOY SE PERMITE ALTURA LIBRE



¿CÓMO PARTICIPAR EN LA CONSULTA?

LA CONSULTA SERÁ 100% ELECTRÓNICA, SIN PAPELETA, EXCLUSIVAMENTE EN EL SITIO WWW.CONCEPCIONPARTICIPA.CL

PARA PARTICIPAR:

1. Entre desde su computador, teléfono celular o tablet a www.concepcionparticipa.cl

2. Ingrese su Rut y número de documento (va al costado de la fecha de nacimiento en su cédula de identidad)

3. Marque su opción en cada una de las 10 afirmaciones que irán apareciendo a continuación

INICIO: JUEVES 23 DE ENERO DESDE LAS 9.00 HORAS
CIERRE: DOMINGO 26 DE ENERO 18.00 HORAS

Para facilitar el acceso y brindar asistencia a quienes la necesiten, se habilitarán 7 recintos:

1. Hall de Acceso de la Municipalidad (O´Higgins 525)
2. Galería de la Historia (Parque Ecuador, altura calle Lincoyán)
3. Casa del Adulto Mayor (Tucapel con Ejército)
4. Centro de Salud Familiar Juan Soto Fernández (Sector Costanera, Desiderio Sanhueza 393)
5. Centro de Participación Social de Lorenzo Arenas (Pedro de Oña con Marina de Chile, frente a Vega Monumental)
6. Sede Social Junta de Vecinos Los Lagos (General Novoa 725, sector Collao)
7. Delegación Municipal de Barrio Norte (Manuel Gutiérrez 1745)

ADEMÁS PUEDES HACER TUS PREGUNTAS AL CORREO CONSULTA@EVOTING.CL MESA DE AYUDA +562 28401459

MÁS INFORMACIÓN EN: WWW.CONCEPCION.CL/PLANREGULADOR

¡ INFÓRMATE, PARTICIPA Y DECIDE !



MUNICIPALIDAD DE
CONCEPCIÓN
CIUDAD DE LA INDEPENDENCIA

Samuel Esparza M.
samuel.esparza@diarioconcepcion.cl



DOPAJE EN EL DEPORTE

La gran trampa que amenaza siempre a la alta competencia

La suspensión del tenista nacional, Nicolás Jarry, a raíz del consumo de sustancias prohibidas, trajo a primera línea uno de los principales azotes que hay en el ámbito deportivo mundial. ¿Qué es el doping y cómo ha evolucionado su combate?

La noticia golpeó fuerte en mitad de semana al ambiente deportivo nacional: Nicolás Jarry, segundo mejor tenista del país, era suspendido provisionalmente por la Federación Internacional de Tenis (ITF) debido al uso de "sustancias prohibidas". Según lo informado por el organismo, el deportista se sometió a dos controles en Madrid durante la Copa Davis, el segundo de los cuales (del 19 de noviembre) dio positivo "por presencia de metabolitos de estanozolol y ligandrol", componentes anabolizantes prohibidos en la Lista de Prohibiciones de la Agencia Mundial Antidopaje (AMA).

El hecho, no solo supuso un freno a la incipiente carrera de la joven raqueta de 24 años, sino también enlodó inesperadamente a una familia respetada por el mundo del tenis como los Fillol, y a todo el deporte blanco chileno que por primera vez en su historia tiene que convivir con el resultado analítico adverso en una prueba de este tipo.

Casos como estos son cada vez más comunes y también condenados en la alta competencia. Valga ejemplificar con el duro castigo sufrido por Rusia en diciembre pasado, cuando fue suspendida por la AMA para competir en cualquier evento deportivo internacional en los próximos cuatro años, incluidos los Juegos Olímpicos de Tokio, después de que se demostrara que había manipulado muestras en las pruebas antidopaje de sus atletas entre 2012 y 2015.

Pero, ¿qué es el doping, ¿por qué es sinónimo de sanción?, ¿qué criterios se utilizan a la hora de definir las sustancias prohibidas para los deportistas? y ¿cuál es la forma en que estos se informan de las modificaciones en la lista de sustancias antirreglamentarias?

Tan antiguo como el deporte

Según el Portal Iberoamericano para la Lucha contra el Dopaje (Pild), la palabra derivaría del término holandés "Dop", el nombre de una bebida alcohólica hecha de piel de

uva y usada por los guerreros zulú para mejorar sus destrezas en batalla; el término entró en uso en el siglo XX, refiriéndose a las sustancias ilegales en carreras de caballos.

El Comité Olímpico Internacional (COI) entrega una definición señalando que, en el ámbito deportivo, "se denomina dopaje a la utilización de fármacos o de cualquier sustancia estimulante con el objetivo de potenciar el rendimiento".

El organismo agrega que, el concepto, "engloba aquellas técnicas, métodos o sustancias que se utilizan con el fin de mejorar el rendimiento deportivo y que van en contra de la ética deportiva y/o de la propia salud física o psíquica del deportista".

En cuanto a su historia, el Pild sostiene que el doping es tan viejo como el deporte. "Los antiguos deportistas griegos eran conocidos por el uso de dietas especiales y posiciones estimulantes para fortalecerse. En el siglo XIX, con frecuencia, los ciclistas y otros deportistas de resistencia utilizaban estricnina, cafeína, cocaína y alcohol para mejorar sus capacidades".

En 1928 -sigue señalando la entidad- la IAAF (Federación Internacional de Atletismo) fue la primera federación deportiva internacional en prohibir el dopaje, siendo imitada por muchas otras, pero las restricciones no eran efectivas ya que no se realizaban controles. La muerte del ciclista danés Knud Enemark Jensen en los Juegos Olímpicos de Roma 1960 (la autopsia reveló rastros de anfetamina) aumentó la presión sobre las autoridades deportivas para incorporar controles de sustancias.

En 1966, UCI (ciclismo) y Fifa (fútbol) se convirtieron en las primeras federaciones en incorporar controles de dopaje en sus campeonatos mundiales y, al año siguiente, el COI creó su comisión y la primera lista de sustancias prohibidas. Los controles se introdujeron en los Juegos Olímpicos

de Invierno de 1968 y en los Juegos Olímpicos de México en 1968.

Sin embargo, no fue hasta 1988 cuando se produjo el caso más famoso protagonizado por el velocista Ben Johnson, quien dio positivo por esteroide anabólico en los Juegos Olímpicos de Seúl, centrando la atención mundial en el tema dopaje a un nivel sin precedentes.

Con el tiempo, se fueron desarrollando nuevas formas de doping -ver recuadro- como el realizado a través de sangre (extracción y posterior transfusión de sangre para aumentar el nivel de hemoglobina que transporta oxígeno), hormona de crecimiento (aumenta masa muscular y disminuye la grasa corporal) y el dopaje genético (uso no terapéutico de células, genes, elementos genéticos con capacidad de mejorar el rendimiento deportivo). Fórmulas cada vez más complejas y difíciles de rastrear, y que llevaron a protocolizar definitivamente el tema.

Nace la AMA y su lista

Ante este panorama, en noviembre 1999 y por iniciativa del COI, se creó la Agencia Mundial Antidopaje (AMA) "con el objetivo de promover y coordinar la lucha contra el dopaje en el deporte a nivel internacional, con el apoyo y la participación de organizaciones intergubernamentales, gobiernos, autoridades públicas y otros organismos públicos y privados que luchan contra el dopaje en el deporte".

Sus actividades clave incluyen investigación científica, educación y desarrollo de capacidades antidopaje. Aunque su función más reconocida pasa por el monitoreo del Código Mundial Antidopaje, "documento que armoniza las políticas antidopaje en todos los deportes y todos los países", y que incluye la lista de medicamentos prohibidos en el deporte competitivo.

De acuerdo al presidente de la Comisión Nacional de Control de Dopaje (Cncd), Jorge Cancino, los criterios para que la sustancia esté en la lista son: "que se demuestre que produce un incremento en el rendimiento de un deportista de manera tal que le permita sacar ventaja deportiva por sobre el que no la utiliza, que ponga en riesgo la salud del deportista y que viole el espíritu del deporte", precisa.

Esta nómina de sustancias es elaborada por un equipo multidiscipli-



ILUSTRACIONES: ANDRÉS OREÑA P.



FOTO: AGENCIA UNO

EL ARTÍCULO 2 DEL CÓDIGO MUNDIAL ANTIDOPAJE ESTABLECE LAS DIEZ INFRACCIONES DE LAS NORMAS ANTIDOPAJE



GRUPO DE EXPERTOS LISTA DE PROHIBICIONES AMA

AUDREY KINAHAN (PRESIDENTE)
IRLANDA

RICHARD BUDGETT
REINO UNIDO/ SUIZA

MICHAEL CULLER
ESTADOS UNIDOS

DAVID HANDELSMANN
AUSTRALIA

PETER HARCOURT
AUSTRALIA

KAZUNORI HIROKAWA
JAPÓN

THOMAS J. HUDZIK
ESTADOS UNIDOS

MARILYN HUESTIS
ESTADOS UNIDOS

OLAF SCHUMACHER
ALEMANIA

SABINA STRANO ROSSI
ITALIA

MARK STUART
REINO UNIDO

JUSTICE TETTEY
GHANA/REINO UNIDO

MARIO THEVIS
ALEMANIA

tidopaje mundial para recoger sugerencias, críticas y/o aportes. La lista definitiva se publica oficialmente la última semana de septiembre o primera de octubre para que las organizaciones deportivas tengan tiempo de socializarla con sus adherentes, antes de que entre en vigor el 1 de enero del año siguiente".

Consultada al respecto, fue la propia Agencia Mundial Antidopaje quien profundizó en este último aspecto. "Este es un extenso proceso de consulta de nueve meses que incluye la recopilación de información del grupo de expertos y la confección de un borrador teniendo en cuenta las presentaciones de sus interesados, seguido de la revisión del Comité de Salud, Medicina e Investigación (HMR) de la agencia. El HMR luego hace su recomendación al Comité Ejecutivo de la AMA que aprueba la lista durante su reunión de septiembre, la que debe estar armonizada con todos los deportes".

Y añade, "es importante tener en cuenta que la lista no es estática, sino que evoluciona en función de la nueva evidencia científica; por lo tanto, la AMA mantiene un diálogo con atletas, administradores, expertos científicos y otras partes interesadas, y sigue de cerca la literatura científica para obtener nueva evidencia e información a medida que esté disponible".

Según adiciona Jorge Cancino, la lista de prohibidos así como la información completa es abierta a todo público, y los cambios se hacen extensivos a través de la página mundial

de la AMA y de las comisiones antidopaje de cada país, por lo que es resorte de cada deportista estar informado. Es la manera en que los competidores se informan de las sustancias que pueden o no consumir.

"De momento que un deportista ingresa a la alta competencia sabe que puede ser controlado por ende, junto a su equipo de apoyo, deben estar al tanto de toda la información necesaria respecto a esta lista porque no es una información que se esconda y resulta fundamental para que no caigan en errores. Por ejemplo, usando algún fármaco para la gripe que pudiese tener alguna sustancia que está penalizada como la efedrina o la seudofedrina. La responsabilidad primera y última es del deportista, él arroja la muestra y se asume que consumió la sustancia

sabiendo que no debería hacerlo", asevera.

El partido que le resta a Jarry

En las últimas horas, numerosas han sido las muestras de apoyo para Nicolás Jarry, desde colegas de profesión como Gonzalo Lama y Fernando González, hasta la propia Federación Chilena de Tenis, quien emitió un comunicado respaldándolo "irrestrictamente" luego de su sanción. Incluso el Comité Olímpico de Chile, en persona de su presidente Miguel Ángel Mujica se reunió con el jugador, comprometiéndose a colaborar en su defensa.

Lo cierto es que la suspensión provisoria restó al tenista de importantes eventos como el Abierto de Aus-

tralia, primer Grand Slam del año, el ATP de Santiago y la serie de Copa Davis ante Argentina, por lo que todos sus esfuerzos estarán enfocados a trabajar en su defensa que irá dirigida en demostrar que el anabólico entró a su organismo a través de un suplemento vitamínico contaminado.

En este aspecto, Jorge Cancino es claro al indicar que Jarry deberá demostrar con pruebas concluyentes que el consumo fue fortuito. "Si se produjo por contaminación tendrá que ser capaz de probar que consumió algún producto que en el etiquetado no tenía declarada ese componente, pero no basta con señalarlo sino que necesita probarlo fehacientemente ante el tribunal. Ha habido casos similares, recuerdo la situación del ciclista Alberto Contador que fue encontrado con Clenbuterol producto de haber consumido carne contaminada. Ahí se confirmó que la sustancia se utilizaba como elemento ayudante en la engorda del ganado y pequeñas cantidades quedaban en la carne; no es fácil, pero se puede demostrar", concluye.

FORMAS FRECUENTES DEL DOPING

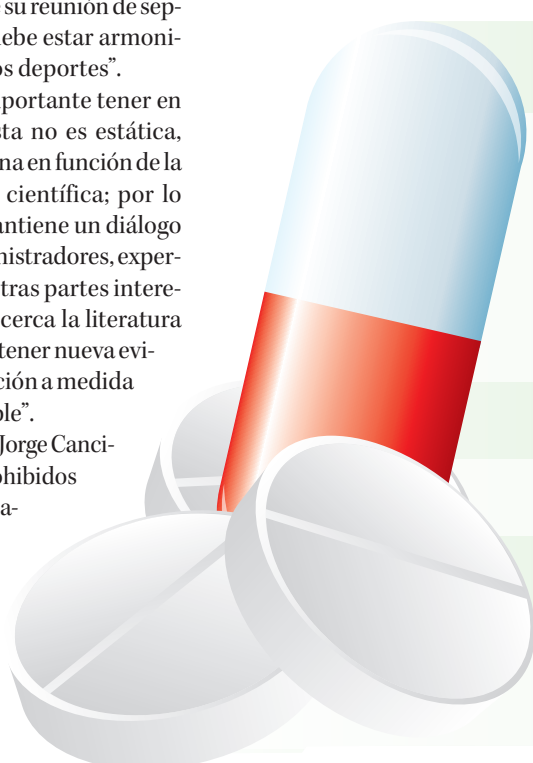
ESTEROIDES, LAS DROGAS IMPLICADAS EN LO QUE SE HA DEFINIDO COMO "EL SUCESO MÁS GRAVE DE LA HISTORIA OLÍMPICA": LA DESCALIFICACIÓN EN SEÚL DE BEN JOHNSON, PLUSMARQUISTA MUNDIAL EN LOS 100 METROS LISOS. SON SUSTANCIAS QUE, AL INFLUIR EN LA PRODUCCIÓN DE AMINOÁCIDOS, CONTRIBUYEN AL AUMENTO DE LA MASA MUSCULAR Y DE LA FUERZA, ASÍ COMO DE LA AGRESIVIDAD. SE DICE, POR EJEMPLO, QUE TODOS LOS RÉCORDS DE LEVANTAMIENTO DE PESAS ALCANZADOS EN LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS DEBEN ATRIBUIRSE AL USO DE ESTAS SUSTANCIAS.

ESTIMULANTES, COMO LA CAFEÍNA Y LA ESTRICNINA, QUE SE UTILIZAN PARA ESTAR MÁS DESPIERTO Y DEMORAR LA FATIGA.

ANALGÉSICOS NARCÓTICOS, PARA MITIGAR EL DOLOR Y CONSEGUIR UN EFECTO TRANQUILIZANTE.

BETABLOQUEANTES, SUSTANCIAS QUE DISMINUYEN LOS LATIDOS DEL CORAZÓN Y ESTABILIZAN EL ORGANISMO, POR LO QUE PARTICULARMENTE LOS USAN LOS ARQUEROS Y LOS TIRADORES.

DIURÉTICOS, PARA PERDER PESO EN POCO TIEMPO Y PARA QUE, CUANDO SE LLEVEN A CABO LAS PRUEBAS, NO SE DETECTEN OTRAS SUSTANCIAS PROHIBIDAS.



nario y renovada anualmente de acuerdo a los nuevos estudios, tal como complementa Roberto Dagnino, secretario ejecutivo de la Cncd. "Existe un Grupo de Expertos de la Lista de Prohibiciones, responsable de entregar al Comité de Salud, Medicina e Investigación de la AMA, consejos, recomendaciones y directrices en materia de gestión, preparación y publicación anual del Estándar Internacional para la Lista de Sustancias Prohibidas".

Dagnino añade que, "previo a la publicación de la lista, su último borrador es difundido en junio de cada año en la comunidad científica an-

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl





Actividad física en la persona mayor

Gladys Navarro Vera
Enfermera
Académica Facultad de Medicina UCSC

La Organización Mundial de la Salud postula que una de las principales claves para mantener una población sana es a través de un envejecimiento activo, el que involucra la práctica de actividad física de manera regular. En concordancia con ello, uno de los objetivos estratégicos para esta década es mejorar el estado de salud funcional de las personas mayores, quienes superan las 2 millones 800 mil personas, de acuerdo al Censo 2017 realizado en el país.

Sin embargo, ¿qué nos muestra la realidad nacional? El sedentarismo en Chile alcanza al 80% de la población adulta mayor. Esta triste realidad nos desafía a trabajar en conjunto con la comunidad, para integrar la actividad física entre los hábitos más importantes y cotidianos de nuestras personas mayores.

¿Por qué es tan importante lograrlo? Porque hay evidencia científica que confirma que la mantención y mejoría de la funcionalidad es el mejor indicador de salud en la persona mayor. La funcionalidad, a nivel general, integra las dimensiones biomédica, física y mental. La biomédica se refiere al equilibrio de órganos y sistemas. Mientras, la física se relaciona a la capacidad de traslado y de ejecución de actividades de la vida diaria, y la mental está ligada a la capacidad cognitiva y afectiva.

La actividad física practicada de manera regular tiene múlti-

Cifras muy preocupantes

En la actualidad, en Chile el sedentarismo en la población adulta mayor alcanza un 80%.

ples beneficios para cualquier persona, independiente de su edad. Se asocia, por ejemplo, con un menor riesgo de morbilidad, ya que es un factor protector para el desarrollo de enfermedades crónicas. También, favorece el mantenimiento o mejora de la independencia funcional; incrementa la longevidad y disminuye el riesgo de discapacidad; mejora el equilibrio; disminuye la presión arterial y la grasa corporal; aumenta el consumo máximo de oxígeno, la sensibilidad a la insulina; mantiene la masa muscular, los rangos articulares y la fuerza muscular y mejora la circulación sanguínea.

Por otro lado, reduce la ansiedad y el estrés, aumenta la confianza y la autoestima, mejora el estado de ánimo y los patrones de sueño. También es importante destacar que potencia la función cognitiva disminuyendo el riesgo de padecer demencias, es decir, maximiza la salud psicológica y la calidad de vida.

El movimiento es vida y si lo creemos así, ayudemos a mejorar la calidad de vida de nuestros mayores. ¿Cómo? Caminando, bailando, acompañándolos y moviéndonos con ellos.

DISCIPLINA CUMPLIRÁ SU TERCERA TEMPORADA EN ADESUP

El balonmano espera seguir su evolución esta temporada

Más allá del estallido social, la falta de canchas continúa siendo la mayor piedra de tope para lograr un calendario más constante. Jugar más partidos aparece como uno de los principales objetivos para 2020.

FOTOS: ADESUP



Ricardo Carcamo U.
ricardo.carcamo@diarioconcepcion.cl



Entre las posibilidades que ofrece Adesup para quienes buscan practicar algún deporte durante su paso por la educación superior, una de las alternativas más nuevas es el balonmano. Hace dos temporadas se sumó a la parrilla de disciplinas en condición piloto, junto al fútbol, y poco a poco va consolidándose como una opción para los interesados en desarrollarse en un ámbito deportivo que, a nivel escolar, tiene bastante fuerza y participantes en la Región.

Como suele pasar con varios deportes, la falta de infraestructura adecuada aparece como el principal obstáculo del hándbol para te-

ner un calendario más intenso y que no sufra constantes suspensiones. Varias de las canchas más importantes y con mayor disposición para recibir esta disciplina son al aire libre por lo que, sobre todo en los meses de otoño e invierno, es común que las fechas agendadas sean suspendidas por las malas condiciones climáticas.

En el caso de 2019, eso se sumó al estallido social iniciado el 18 de octubre, que provocó la suspensión general de todas las competencias de Adesup y también obligó a la cancelación de las finales nacionales universitarias, programadas para noviembre en Punta Arenas. Más allá de los inconvenientes, técnicos de algunos de los equipos participantes agradecen que la disciplina se haya integrado definitivamente a la programación, y apuestan a

que esta temporada sea posible tener un mayor número de encuentros en relación a las primeras dos campañas.

Raúl Umaña dirige a los elencos femenino y masculino de la Universidad del Desarrollo, y comentó que “para quienes estamos en el balonmano, que ahora se juegue en Adesup es una tremenda noticia. Sin embargo, una de las grandes falencias a nivel general en nuestro deporte es que no hay muchas canchas, y varias de las que existen son al aire libre o tampoco tienen las medidas reglamentarias, son más chicas usualmente”.

Además, agregó que “si bien había una planificación de jugar un torneo más largo, al final el tema climático obligó a que se suspendieran varias fechas. La única cancha que acá se puede jugar con mayor regu-

6

Instituciones

Competieron durante el 2019 en el balonmano de Adesup, tanto en damas como en varones: UdeC, Ucsch, UDD, USS, UBB y Unab.

3

gimnasios

Fueron los más usados para programar el año pasado: Municipal de Concepción, Polideportivo Laureate y estadio Atlético Militar.

laridad es la que tiene la Unab, pues el resto como comentaba antes no tienen las dimensiones adecuadas. Por esto, se dio una temporada muy cortada, y en ese sentido uno de los grandes desafíos para 2020 será cómo podemos hacer para tener un calendario con más partidos y menos cortado, pues lo que más quieren los chicos es tener más competencias”.

Del interés de los alumnos de la UDD por jugar balonmano, Umaña aseguró que “existe, pero muchos no vienen con una base del deporte, sino que llegan con las ganas de aprenderlo. En las damas, el número no es tan alto, pero son muy responsables, muy comprometidas con los entrenamientos y con todo lo que involucra estar en el equipo. En los hombres no pasa así, pero como hay una mayor cantidad el abanico es más grande para elegir. Esperamos seguir creciendo durante esta temporada”.

Más trabajo conjunto

Alexie Aeloiza es el entrenador del elenco masculino de la UdeC. Al momento de analizar la temporada 2019 de Adesup, comentó que “hay que dividirla en dos etapas. La primera se relaciona con el proceso normal que se vive todos los años, donde el calendario siempre ha sido un tema por la infraestructura. Además, toda la organización administrativa depende de Adesup, los técnicos no tenemos injerencia. Por ende, esperamos que se nos entregue la programación, y si ellos no la hacen o bien no entregan soluciones por el tema de la infraestructura es difícil tener un campeonato con continuidad, que es lo que se



necesita”.

En ese sentido, agregó que “con esas condicionantes, lo que se jugó fue poco, muy espaciado, a pesar que cada año hay un volumen mayor, con más instituciones y alumnos que desarrollan el balonmano. Ya tenemos seis, y si ahora ingresamos a Ldes se pueden incorporar más casas de estudio, pues le daría más atractivo competitivo, pensando en clasificar a un nacional”.

Sobre el formato del torneo, Ae-

loiza detalló que “era todos contra todos. Alcanzamos a jugar tres, cuatro partidos, que fue el promedio para la mayoría. Aparte generemos la clasificación en Fenaude. No hubo continuidad, y eso es lo que se requiere para que haya más motivación y suba el nivel deportivo. En nuestro caso, como Universidad de Concepción, nunca nos han exigido ser los números uno, pero obviamente sabemos de la tradición de la casa de estudios, que es una de las

más fuertes de la Región”.

Respecto a cómo se pueden mejorar los problemas de cara a la temporada venidera, el entrenador de la UdeC aseguró que “lo importante es que las instituciones universitarias tengan una mayor coordinación. Fundamentalmente porque algunas tienen infraestructuras que pudieran poner más a disposición, pues nuestro deporte necesita canchas techadas. La USM, por ejemplo, tiene dos excelentes pero al aire libre. Entonces, estamos sujetos al clima, lo que genera incertidumbre y suspensiones”.

Al respecto, añadió que “si se fortalece la competencia universitaria, podremos seguir la línea en categorías menores. A nivel escolar, la Región es una potencia nacional en balonmano, de hecho los dos equipos que representaron a Chile en los Sudamericanos Escolares de Paraguay eran de acá. Eso habla de la potencialidad y el alto nivel con que cuenta la disciplina, entonces lo ideal es que eso no se corte, que esos valores se sigan proyectando de la mejor forma posible. Y para eso, es clave tener un mejor torneo de educación superior”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

24 ENE 23 HRS

FIESTA SOCIOS GRATIS

MC
MARINA CLUB DISCOTHEQUE
marinadelsol.cl

25 ENE 23 HRS.

FIESTA RADIO NERVIOS

CON GRINGO DJ

LA MÚSICA QUE NOS HIZO VIBRAR EN LOS 80'S

MC
MARINA CLUB DISCOTHEQUE
marinadelsol.cl


Escolar y Universitario

Ricardo Carcamo U.
ricardo.carcamo@diarioconcepcion.cl



Lo suyo no fue el talento innato, ni las habilidades que fluyeron casi naturalmente. Como él mismo lo reconoce, si llegó a destacar en el taekwondo fue por “constancia y entrenamiento duro”. Pablo Robert, estudiante de último año de Ingeniería Civil en Automatización de la UBB, lleva cerca de una década en esta disciplina. Un deporte que no sólo le ha permitido destacarse a nivel competitivo, sino también que usarlo de apoyo en lo académico y combinarlo con otra de las grandes pasiones de su vida: el circo y la tela acrobática.

“Empecé de bien pequeño, 14, 15 años, en el Colegio San Agustín de Concepción. Vi el deporte y me gustó bastante, me llamó mucho la atención. Cuando comencé a practicarlo no tenía aptitudes muy claras, pero la constancia y el entrenamiento duro me llevó a seguir. Nunca desde niño hice actividades físicas que me ayudaran a lo que se necesita más en el taekwondo: elongación, fuerza, resistencia. Fue todo trabajo duro. Si hubiera partido antes, como a los 7, 10 años, hubiese tenido una formación básica mejor”, dijo de sus inicios en el deporte.

Pablo señaló que en esa etapa escolar no había muchas posibilidades de competir, lo que cambió radicalmente cuando ingresó a la universidad. “Existían algunos torneos, pero en particular el colegio en el que estaba no tenía una rama muy fuerte de taekwondo, pues como la mayor parte de los recintos se centra en los deportes más tradicionales, como el fútbol o el básquetbol. Ya cuando llegué a la universidad fue mejor el tema competitivo, yendo a nacionales, a participar a torneos en otras ciudades”.

En ese camino, destaca la relevancia de Adesup. “Da más posibilidades. La competencia más esperada es Ldes. El año pasado se haría en Punta Arenas, pero no se realizó por el estallido social. Aparte, también existen otras ligas buenas. Huachipato tiene su propia copa, Copa Acero, que es de las más grandes y mejores del sur de Chile. En general, en el ámbito universitario el nivel es mejor que el escolar”.

Junto a la UBB, ha tenido importantes resultados. De hecho, en 2016 se titularon campeones nacionales Fenaude. Ahí, Pablo fue uno de los que obtuvo medalla de oro, en la categoría -80 kilos.

“En 2018 sacamos tercer lugar a nivel nacional, como grupo, y el antepasado fue mejor, pues fuimos primeros. Como la competencia es más individual, me preocupó más de cómo me va a mí y mis ami-



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.

PABLO ROBERT, TEKWONDISTA DE LA UBB

Entre las patadas en el tatami y las acrobacias en la tela

Estudiante de Ingeniería Civil en Automatización, desde los 15 años que practica taekwondo. Una disciplina que se complementa muy bien con su otra gran pasión: el circo, en especial la tela acrobática. “Ambos requieren concentración y se trabaja mucho la elongación”, indicó.

gos. A mí me fue bien, saqué primer lugar a nivel nacional, y ahora quería volver a competir, pero no se pudo. Ojalá esta temporada se pueda nuevamente”.

Abrir círculos

Pablo se define como hiperactivo, y por eso aseguró que fue todo un desafío complementar los estudios con el deporte. “Me ha resultado bastante complejo. Siempre fui hiperactivo, y me gusta hacer muchas cosas a la vez. Aparte de lo que tengo que estudiar y trabajar, el deporte me ayuda a mantenerme estable, con energía, con ánimo para seguir cumpliendo bien en todo. A veces, cuando me siento estresado y sin ganas de estudiar, voy a entrenar un rato y vuelvo. Sirve para sacarse un poco la tensión”, dijo.

En ese camino, también descubrió otra gran pasión. “Soy muy fanático del deporte, y aparte me dedico mucho al circo: malabares, tela acrobática. De hecho, en eso estoy trabajando últimamente, en la tela. Estamos con un grupo de chicos donde practicamos, sacamos nuevos trucos. Hasta nos han salido algunos trabajos en eventos... Como grupo no tenemos un nombre aún, somos un movimiento que partió con ResisteArte, que es el uso del espacio del ex Telepizza para entrenar y compartir el arte”.

Al respecto, agregó que “igual que del taekwondo me enamoré del circo. Me llevó a conocer otras cosas, me ayudó y complementó lo que hago en el deporte. Van un poco de la mano. En el circo estoy hace un año, pero en la tela más, entreno desde que entré a la universidad. Un día me junté con una amiga, me la presentó y partí. Luego seguí, me compré mi propia tela. Desde ahí sigo. Y el circo, acrobacia, malabares, ayuda al taekwondo, porque se trabaja mucho la elongación”.

Pablo también se refirió al estallido social, y aseguró que “hay que generar un cambio: socialmente, abrir los círculos y decirle a la gente que hay cosas que están mal. Pienso que cuando uno es deportista vive en sociedad y no solo debe enfocarse en lo personal, también tienes compañeros que te guían en esto, en la universidad, en los estudios. Tenemos que convivir bien”.

De sus proyecciones, comentó que “siempre ha sido la autosuperación. Nunca me he puesto una meta en particular, ser el mejor de ‘x’ torneo, por ejemplo. Mi meta es ser mejor que yo mismo. Al final, nosotros vemos la competencia como un tema de autoconocimiento, de que puedo ser mejor no para ganarle al otro, sino a mí mismo”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



Escuela de Verano del CDA



AGUSTINA TOLEDO y Laura Basulto.



JOSÉ CORTES
y Ferrán Cortes.



TOMAS PRADO,
Emiliano Sanhueza y Daniel Zilic.



LEONOR REMY e Isabella Hernández.



MATILDE FRANCHI, Matilde Chávez y Josefa Feijo.



JULIETA MUÑOZ y Martina Godoy.



AMANDA SANHUEZA, y Sofía Villagrán.



PETTER SKOG
y Agustín Skog.

Con gran entusiasmo se vivió la Primera Escuela de Verano del Club Deportivo Alemán. Más de 250 menores dieron vida a una nueva versión que estuvo marcada por la diversión y una serie de actividades deportivas.



AGUSTINA RAMÍREZ y Rosario Lacazette.



BÁRBARA LANGDON y Milagros Correa.



Programa hípico jueves 23 de enero

1ª competencia a las 17:00 horas

Norman Yibaro Muñoz Duhalde www.carrerasdecaballos.cl

Un programa con 123 participantes distribuidos en 9 carreras conforma la tercera reunión veraniega de mediocamino. Los más ganadores del 2020 son: Preparadores C.Noramabuena (5 triunfos), Pinochet (5), Amaya (4) y Alarcón (3); Jinetes Donoso (4), Barril (3), Pérez (3) y Cárcamo (2). Revisa la cartilla completa a continuación:



FOTOS: ENRIQUE MOLINA N.

PITBULL CRUZADO "TERCERA VICTORIA CONSECUTIVA" El hijo de Scat Daddy nacido en los Estados Unidos consigue la "Araucaria de Plata" para la casaquilla del Alcanzando Un Sueño. Jely Barril ha guiado al pupilo de Luis Leal en todos estos triunfos sobre el kilómetro.

PRONÓSTICOS:

- 1ª Carrera (4)NAYADER (1)RAYO REAL
2ª Carrera (1)MABRUKA'S GIRL (14)CANTEJONDO
3ª Carrera (6)IMAD AL DIN (4)REY DE SAINT-MALO
4ª Carrera (3)ME TOO (5)CARA DE PIROPO
5ª Carrera (7)PITBULL CRUZADO (6)SALE CHE
6ª Carrera (6)JUEZA BRILLANTE (10)CAUTIVAR
7ª Carrera (5)RINCON DE YAQUIL (4)CAMP LOTUS
8ª Carrera (15)LA UBERLINDA (7)BELLEZA PARISINA
9ª Carrera (1)QUICK MORGAN (5)ANICETTO

1ª Carrera [17:00 Hrs.] Premio: "CHE TOMAS" Handicap - Índice 1B - 1000 metros. Para caballos de 3 años y más.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like RAYO REAL, STUKA GALACTICA, ES MACANUDA, etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like LAST FELU, FERJO, CARPAC, etc.

7ª Carrera [20:00 Hrs.] Premio: "CAFE DE LA PAIX" Handicap - Índice 5 al 2 - 1100 metros. Para caballos de 3 años y más.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like GERARDO MELO M., JULIO ESPINOSA N., ERCIRA ALARCON J., etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like SAHTIR (Don Cavallo), TIO CARLY (Tio Tao), TE DE TAPIT (Fast Company), etc.

2ª Carrera [17:30 Hrs.] Premio: "CRACIPOLI" Condicional - 3 años No Ganadores - 1100 metros.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like JORGE CONCHA M., JONATHAN AZOCAR C., REINALDO BELLO B., etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like GUSTAVO E IVANA, MONIN, STUD EL MIRADOR, etc.

8ª Carrera [20:30 Hrs.] Premio: "CHICA DEL BARRIO" Handicap - Índice 1B - 1000 metros. Para caballos de 3 años y más.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like CARLOS CORDOVA A., REINALDO BELLO B., HUGO TORRES R., etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like QUERIDA TATO (Aragorn II), SODA STEREO (Fast Company), COLICHEU STAR (Cat Scan), etc.

3ª Carrera [18:00 Hrs.] Premio: "CAREMACHO" Handicap - Índice 1 - 1300 metros. Para caballos de 3 años y más.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like JONATHAN AZOCAR G., ERCIRA ALARCON J., ALBERTO PINOCHET P., etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like KAVELYN, ESTAN TODOS LOCOS, DONA JOSEFA, etc.

9ª Carrera [21:00 Hrs.] Premio: "CATFORCE" Handicap - Índice 1 - 1000 metros. Para caballos de 3 años y más.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like REINALDO BELLO B., ALBERTO PINOCHET P., ERCIRA ALARCON J., etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like QUERIDA MORGAN (Viscount Nelson), ROSELENNE (Saddad), KERIM (Bonus Fever), etc.

4ª Carrera [18:30 Hrs.] Premio: "CHARAMBITO" Handicap - Índice 1B - 1000 metros. Para caballos de 3 años y más.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like ERCIRA ALARCON J., JORGE A. LEON E., ERCIRA ALARCON J., etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like CARLTI, LUIS ZANABRIA C., CACIQUE, etc.

5ª Carrera [19:00 Hrs.] Premio: "CANANEJO" Handicap - Índice 19 al 6 - 1100 metros. Para caballos de 3 años y más.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like JOAN AMAYA H., ERCIRA ALARCON J., JOAN AMAYA H., etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like MIS PASIONES, CALUFO, DONA JOSEFA, etc.

6ª Carrera [19:30 Hrs.] Premio: "CAVITA MIA" Handicap - Índice 1B - 1000 metros. Para caballos de 3 años y más.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like ERCIRA ALARCON J., JOAN AMAYA H., ALBERTO PINOCHET P., etc.

Table with 3 columns: Rank, Jockey, and Horse Name. Includes names like CARLITI, NEVER FELU (No Nay Never), SANDRUCIA (Passion For Gold), etc.



GABRIEL URZÚA "SALIÓ DE PERDEDOR"

Con el potrillo Jolly Jumper este jinete aprendiz logra visitar por primera vez al sector de ganadores. El entrenador Jonathan Azócar le entregó la confianza de montar al favorito de la competencia.

Advertisement for La Paz Funerarias. Text includes 'Juntos en el amor y el recuerdo', 'La Paz FUNERARIAS', and contact information: B. Arana 1387, San Martín 1501, Concepción. Av. Colón 1210, Talcahuano. Phone: 223 48 25.

OBITUARIO



Porque Dios nos regaló su maravillosa presencia en nuestras vidas, hoy comunicamos y lamentamos la partida de nuestro amado padre, suegro, abuelito, bisabuelito, cuñado, tío y tío abuelito, Sr.

MANUEL ELISEO RIQUELME SCHLEGEL (Q.E.P.D)

Su funeral será hoy después de una ceremonia a las 11:30 horas, en la iglesia de la Voz Metodista Pentecostal (Manuel Garretón 1211/Vicente Pérez Rosales, Pedro del Río), saliendo el cortejo al Cementerio General de Concepción.

La Familia
Concepción, 20 de enero de 2020.



Porque Dios nos regaló su maravillosa presencia en nuestras vidas, hoy lloramos y lamentamos la partida de nuestra amada hija, hermana y tía, Sra.

CAROLINA ANDREA VALENCIA MUÑOZ (Q.E.P.D)

Su velatorio se realiza en su domicilio (Ainavillo N° 1255, Concepción). Su Funeral se realizará hoy lunes después de una misa que se oficiará a las 13:00 horas en la Parroquia San Juan de Mata; saliendo el cortejo al Cementerio General de Concepción.

Amalia Isabel Muñoz Ravanal e hijos: Daniela y Alejandro Valencia Muñoz

Concepción, 20 de enero de 2020.



Te has dormido en los brazos de nuestro Padre; junto a Él ilumina a todos lo que te quieren y te acompañaron en tu vida amada esposa, madre, Sra.

CAROLINA ANDREA VALENCIA MUÑOZ (Q.E.P.D)

Su velatorio se realiza en su domicilio (Ainavillo N°1255, Concepción). Su funeral se realizará hoy lunes después de una misa que se oficiará a las 13:00 horas, en la Parroquia San Juan de Mata; saliendo el cortejo al Cementerio General de Concepción.

Su esposo Mario Silva e hijita María José.

Concepción, 20 de enero de 2020.



Porque Dios nos regaló su maravillosa presencia en nuestras vidas, hoy lloramos y lamentamos la partida de nuestra amada nieta, sobrina y prima, Sra.

CAROLINA ANDREA VALENCIA MUÑOZ (Q.E.P.D)

Su velatorio se realiza en su domicilio (Ainavillo N° 1255, Concepción). Su funeral se realizará hoy lunes después de una misa que se oficiará a las 13:00 horas, en la Parroquia San Juan de Mata; saliendo el cortejo al Cementerio General de Concepción.

Familia Muñoz Ravanal
Concepción, 20 de enero de 2020.



Dios ha llamado a su Reino Celestial a la sobrina de mi querido yerno: Victor Muñoz Ravanal, Sra.

CAROLINA ANDREA VALENCIA MUÑOZ (Q.E.P.D)

Su velatorio se realiza en su domicilio (Ainavillo N° 1255, Concepción). Su funeral se realizará hoy lunes después de una misa que se oficiará a las 13:00 horas en la Parroquia San Juan de Mata; saliendo el cortejo al Cementerio General de Concepción.

Sofía Ananías A. y Familia
Concepción, 20 de enero de 2020.



"El Señor es mi pastor, nada me faltará..." Con profundo pesar, comunicamos el sensible fallecimiento de nuestra querida esposa, madre, abuelita, hermana y tía, Sra.

LAURA ROSA NOVA NOVA (Q.E.P.D)

Sus restos son velados en la Parroquia San Pablo, Denavi Sur, Talcahuano. Su funeral se realizará mañana, después de una misa que se oficiará a las 09:00 horas saliendo el cortejo en dirección al Cementerio N° 2 de esta ciudad.

Familia Marín Nova
Talcahuano, 20 de enero de 2020.



Ha volado al cielo y desde allí sonrío y nos alienta. No estar tristes, elevemos una plegaria y a compartir la despedida de la nieta, sobrina y prima de la amorosa Familia Muñoz Ravanal, Sra.

CAROLINA ANDREA VALENCIA MUÑOZ (Q.E.P.D)

Su velorio se realiza en su domicilio (Ainavillo N° 1255, Concepción). Su funeral se realizará hoy lunes después de una misa que se oficiará a las 13:00 horas, en la Parroquia San Juan de Mata, saliendo el cortejo al Cementerio General de Concepción.

María Inés Godoy Jiménez y familia
Concepción, 20 de enero de 2020.



Con inmensa tristeza comunicamos el fallecimiento de la sobrina de nuestros queridos amigos Victor y Susana, Sra.

CAROLINA ANDREA VALENCIA MUÑOZ (Q.E.P.D)

Su velorio se realiza en su domicilio (Ainavillo N° 1255, Concepción), su funeral se efectuará hoy lunes después de una misa que se oficiará a las 13:00 horas en la Parroquia San Juan de Mata, saliendo el cortejo al Cementerio General de Concepción.

Lorenzo Ruiz, Roxana Uriarte e hijos: Sebastián y Matías Ruiz Uriarte y nieto Julian
Concepción, 20 de enero de 2020.



Tenemos el sentimiento de comunicar el sensible fallecimiento de nuestro querido esposo, padre, hermano, suegro, abuelo, bisabuelo, tío y amigo, Sr.

AUGUSTO ESTEBAN LORENZO BARRO CORREA (Q.E.P.D)

Su velatorio se realiza en la Parroquia San Agustín (Castellón N° 254, Concepción). Su funeral se realizará hoy lunes después de una misa que se oficiará a las 12:00 horas, saliendo el cortejo al Cementerio N° 1 de Talcahuano, (Calle Valdivia N° 869, Talcahuano).

Familias Barro Pozo y Barro Gutiérrez
Concepción, 20 de enero de 2020.

CON APOYO DE CORFO Y EL GOBIERNO REGIONAL

Nuevo impulso a la competitividad

Unidad de Vigilancia Estratégica de Bío Bío presentó primeros productos en seminario. La iniciativa fue licitada y adjudicada por la UdeC.

Diario Concepción
contacto@diarioconcepcion.cl

Ante la presencia de gremios como Socabío y Pyme-mad, académicos y representantes de instituciones públicas y privadas, se llevó a cabo este viernes la presentación de los primeros productos de la Unidad de Vigilancia Estratégica del Bío Bío (UVE). La iniciativa fue licitada y adjudicada por la Universidad de Concepción (UdeC), mandatada por CORFO Bío Bío y financiado por el Gobierno Regional y tiene por objetivo



FOTO: UVE BÍO BÍO

disponer en la Región un sistema de información que permita la toma de decisiones estratégicas para el desarrollo de las pymes de los sec-

tores industria secundaria de la madera, agroalimentos y logístico-portuario. En la ocasión, la directora del proyecto y economista,

Vanesa Núñez, expuso en el auditorio de la Vicerrectoría de Investigación y Desarrollo, los productos boletín informativo, alerta informativa y estudio de vigilancia tecnológica, asociados a tres sectores estratégicos para la economía regional que fueron definidos durante el diseño de la UVE para su implementación.

Particularmente, el seminario profundizó en el primer estudio de vigilancia tecnológica de la industria de la madera. "Revisamos las innovaciones y las tendencias en secado de madera a partir de 44 patentes mundiales desde 1985 hasta la fecha".

El director de Innovación y Desarrollo de la UdeC, Claudio Maggi (en la foto), comentó que los productos que se desprendan de la UVE, serán clave para la competitividad de las pymes: "Este es un proyecto muy necesario, porque no existía en la Región un sistema de monitoreo de estas características".

OPINIONES
Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Esta semana destacamos en nuestra programación

New Age
Lunes a Viernes, desde las 21.00 horas.

Una selección de los mejores exponentes de este género musical.

Deporte y Sociedad
Lunes, desde las 20.00 horas.

Una mirada académica al mundo del deporte y el ejercicio físico, mediante el análisis de temáticas actuales a nivel regional, nacional e internacional.

Ex Professo
Miércoles, desde las 20.00 horas.

Un espacio semanal para acercarnos al mundo de las humanidades.

f t @
www.radiodec.cl

TD **Entretención & Servicios**

Santoral: Sebastián / Fabián

EL TIEMPO

HOY  **14/22**

MARTES  14/23 MIÉRCOLES  15/20 JUEVES  13/18

LOS ÁNGELES  12/33

RANCAGUA  13/32

TALCA  13/33

SANTIAGO  15/33

CHILLÁN  15/33

ANGOL  15/31

TEMUCO  8/26

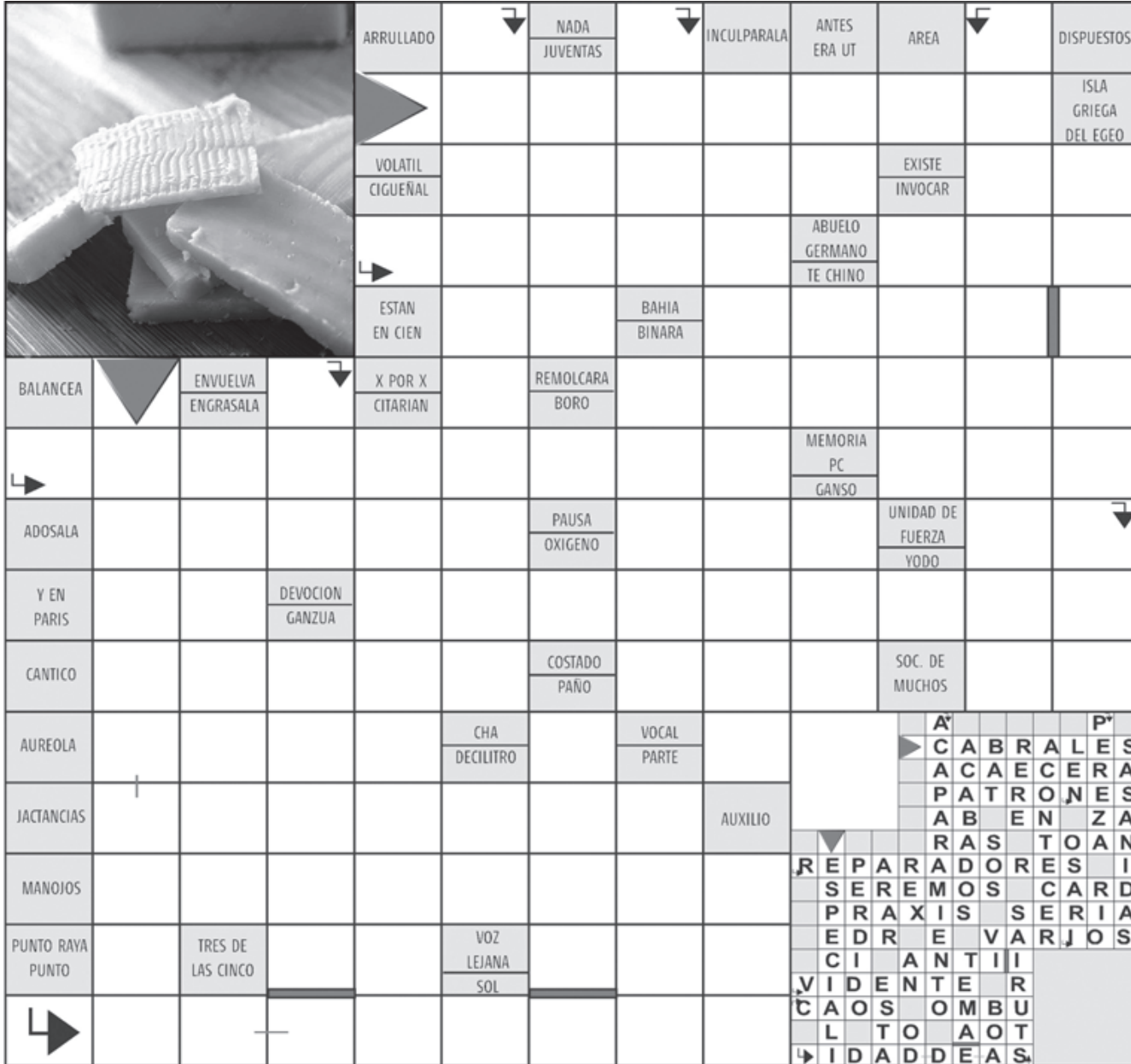
P. MONTT  11/20

RADIACIÓN UV

RIESGO	TIME*	ÍNDICE
EXTREMO	10	11 o más
MUY ALTO	25	8 A 10
ALTO	30	6 A 7
MODERADO	45	3 A 5
BAJO	60 o más	0 A 2

*Tiempo Máximo recomendado de exposición (minutos).

PUZZLE



ARRULLADO NADA INCULPARALA ANTES ERA UT AREA DISPUESTOS

JUVENTAS

VOLATIL EXISTE

CIGUEÑAL INVOCAR

ABUELO GERMANO TE CHINO

ESTAN EN CIEN BAHIA BINARA

BALANCEA ENVUELVA ENGRASALA X POR X CITARIAN REMOLCARA BORO

MEMORIA PC GANSO

ADOSALA PAUSA OXIGENO UNIDAD DE FUERZA YODO

Y EN PARIS DEVOCION GANZUA

CANTICO COSTADO PAÑO SOC. DE MUCHOS

AUREOLA CHA DECILITRO VOCAL PARTE

JACTANCIAS AUXILIO

MANOJOS REPARADORES SEREMOS CARD

PUNTO RAYA PUNTO TRES DE LAS CINCO VOZ LEJANA SOL EDRE VARJOS

VIDENTE R CAOS OMBU L TO AOT IDADDEAS

SUDOKUS

FÁCIL

		5				9	4
		2	5		9	3	
				8	4		2
		4	7				3
		8		3	5	7	
	9	7		1	6		
		9	8				7 6
8			6		7		
2				4		8	

DIFÍCIL

	7		1		9	3	4
			4			9	5
						6	
7	6			5			
3		5	2	9		1	
		8					9
	5	1					
2				6	4	8	

TELÉFONOS

Ambulancias:	131	Inf. Toxicológica:	2- 635 3800
Bomberos:	132	V. Intrafamiliar:	800 220040
Carabineros:	133	Delitos Sexuales:	565 74 25
Investigaciones:	134	Defensa Civil:	697 16 70
Fono Drogas:	135	Fono VTR:	600 800 9000
Inf. Carabineros:	139	Fono Essbío:	600 33 11000
Fono Familia:	149	Fono CGE:	600 -777 7777

FARMACIAS DE TURNO

CONCEPCIÓN Cruz Verde • O'Higgins 449	Ahumada • Av. Juan Bosco 501 (Atención durante las 24 horas)	CHIGUAYANTE Cruz Verde • Manuel Rodríguez 925
SAN PEDRO Cruz Verde • Av. Laguna Grande 115, San Pedro del Valle		TALCAHUANO Araucaria • Araucaria 252 local 3 y 4, Las Higueras



Todo Deporte
TODOS LOS LUNES
www.diarioconcepcion.cl