



## Selección

● Ya no se necesitan más pruebas de que la “generación dorada” es parte del pasado. Ya fue. Hay que ser agradecidos y apoyar a los nuevos valores que están surgiendo.

*Óscar Ramón Sepúlveda*

## Trump- Musk

● Confieso que he seguido con devoción casi religiosa el reciente desencuentro entre dos de los titanes más humildes de nuestro tiempo: Donald Trump y Elon Musk, el visionario espacial que algún día nos llevará a Marte –porque este planeta ya no le parece lo suficientemente exclusivo. Qué alivio saber que mientras el mundo se enfrenta a guerras, crisis climáticas y pandemias olvidadas, aún podemos entretenernos con duelos de ego entre magnates que compiten a ver quién tuitea con menos filtros y más megalomanía. Ya estoy preparando mis palomitas para el próximo episodio de esta saga, que a este paso terminará con uno comprando la Luna y el otro proclamándose su presidente. A veces uno se pregunta si estamos viendo el colapso de una civilización o solo una co-

media mal escrita. Quizá ambas.

*Paola Castillo*

## Licencias médicas

● La corrupción es una plaga que, como bien señala la Convención de Naciones Unidas, mina la democracia, debilita el Estado de derecho, agrava la desigualdad y socava los derechos humanos. En Chile, los escándalos de corrupción ya no sorprenden: se han instalado como parte del paisaje institucional. Pero cuando esa corrupción adopta formas sistémicas, como en el caso de las licencias médicas fraudulentas, el daño es mucho más profundo y golpea con fuerza el bienestar de la población más vulnerable.

Sin embargo, gracias a la valentía de la actual contralora general de la República Dorothy Pérez, quien expuso con firmeza este esquema corrupto, el tema ha sido puesto por fin en el centro del debate nacional. La medida adoptada por la contralora no sólo revela la profundidad del problema, sino que desafía a la clase política a actuar con urgencia y decisión.

El mayor daño no es solo económico: es moral y estructural. La confianza en las instituciones se erosiona, el cumplimiento de las normas se relati-

viza, y los más pobres –que dependen del sistema público– ven cada día más lejana una atención digna.

No podemos seguir mirando al costado. La democracia, la economía y los derechos de las personas dependen tanto de la capacidad y voluntad de la clase política para enfrentar este fenómeno, como de cada uno de los ciudadanos, quienes no podemos eludir la responsabilidad de depositar nuestra confianza, al momento de elegir autoridades, en personas realmente idóneas que se comprometan a ejercer sus cargos mirando el interés de Chile.

*Jorge Astudillo*

## Entre la corrupción y la astucia

● Chile vive un momento de profunda decadencia ética e institucional. La corrupción, el uso abusivo de licencias médicas, la malversación de fondos públicos y la falta de prolijidad en el ejercicio de cargos han dejado de ser escándalos aislados para convertirse en parte del paisaje. La moral retrocede y lo anómalo se normaliza.

En este contexto, llama la atención la habilidad política del presidente Boric. Al instalar temas como el aborto libre o el cierre del penal

Punta Peuco, ha logrado descolocar a una oposición errática, torpe y cada vez más amateur. No fue casualidad: Boric sabía lo que hacía, y lo hizo justo en un año electoral.

Más allá de las diferencias ideológicas, el presidente ha demostrado ser un orador hábil y un estratega sagaz. La derecha, en cambio, ha reaccionado con errores no forzados y salidas de libreto, revelando su falta de preparación y visión política.

Y mientras el oficialismo se apresura a definir a su candidato presidencial en primarias, el resto del espectro político parece atrapado en un juego que no sabe jugar. En la política, como en el ajedrez, no gana quien más grita, sino quien mejor mueve sus piezas.

*Rodrigo Durán Guzmán*

## Pan, mitos y verdades

● En nuestro país, el pan es uno de los elementos principales en la dieta de los chilenos. Según la Federación Chilena de Industriales Panaderos (Fechipan), el consumo de pan en Chile ocupa el primer lugar en Latinoamérica, entre 88 a 90 kilos per cápita, y solo superados por Turquía y Alemania a nivel mundial.

En torno a este popular alimento se han generado cientos de creencias, algunas verdaderas, otras falsas.

Una de las creencias más comunes es que el pan ‘engorda’. Sin embargo, ningún alimento engorda por sí solo; lo que influye en el aumento de peso es un balance energético positivo: es decir, consumir más calorías de las que se gastan diariamente.

Además, no todo pan blanco es igual de “malo”, ni todo pan integral es necesariamente saludable.

Por otra parte, también se debe desmentir que es necesario eliminar el pan de la dieta para poder bajar de peso, ya que para esto se debe lograr un déficit calórico sostenido. El pan ha sido injustamente demonizado. Lejos de ser el enemigo, puede ser un aliado nutricional si se elige con criterio. Como con cualquier alimento, la clave está en la moderación.

*Perla Valenzuela*

El Mercurio de Antofagasta invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres e ir acompañados del nombre completo, cédula de identidad y número telefónico del remitente. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las misivas. Las cartas deben ser dirigidas a [cartas@mercurioantofagasta.cl](mailto:cartas@mercurioantofagasta.cl) o a la dirección Manuel Antonio Matta 2112, Antofagasta.