

te normalización de prácticas. Este fenómeno no ocurre mediante rupturas sino a través de procesos que erosionan los contrapuntos constitucionales.

En América Latina, a mayoría de la población vive formalmente democrática, pero una fracción menor lo hace con garantías liberales plenas. Inclusive, tradicionalmente estables instituciones muestran señales de deterioro institucional que se suma al retroceso de los estándares, que pierde su estatus de garantía liberal, reflejando que el problema no es transversal.

La descomposición de los estándares democráticos sigue percibido como un problema del “modelo”, pero, en todo caso, las señales indican que se trata de un proceso en curso.

*Académico Facultad
de Humanidades U.*

Estado de derecho

● Jorge Correa Sutil, exministro del Poder Judicial y exministro del Tribunal Constitucional, recientemente dijo: “El Estado de derecho pierde cuando las autoridades ejercen su poder al margen de la Constitución y las leyes, y, por ende, los ciudadanos pierden su libertad y no se respetan sus derechos humanos”.

Eso es precisamente lo que ocurre en las causas sobre dere-

chos, en las que militares y carabineros son condenados por jueces que fallan contra leyes expresas y vigentes, y vulnerando garantías constitucionales tales como la igualdad ante la ley y el derecho humano a un debido proceso penal.

Adolfo Paúl Latorre

Dar la hora

● Cada año, cuando se anuncia el cambio de hora de abril, la conversación se repite en oficinas, sobremesas y salas de clase. Algunos lamentan tardes más cortas y otros celebran mañanas menos oscuras, pero lo que rara vez se discute es cómo impacta esta decisión en algo tan básico como dormir bien y despertar con energía. Precisamente, este 4 de abril volveremos al horario estándar y, aunque parezca contradictorio, ese ajuste nos acerca más a un funcionamiento más saludable.

No se trata de una apreciación subjetiva, sino que al contrario, es lo que dice la ciencia. Entre cientos de estudios científicos que avalan el tema, una reciente publicación internacional en la revista *Proceedings of the National Academy of Sciences* comparó distintas políticas horarias y concluyó que alternar la hora dos veces al año resulta más perjudicial para el ritmo circadiano que mantener un esquema fijo. Así, un horario estándar permanente -equivalente al llamado de invierno y con mayor luz en la mañana- se asocia a mejores