



enREDados



Internet no olvida

Por Yaisa Beatriz Coronado
Foto: Tomada de Internet

¿Te acuerdas de lo primero que publicaste en tu cuenta de Facebook? Quizás tú no, pero Internet sí y está esperando el momento adecuado para recordártelo.

La actriz de *Emilia Pérez*, Karla Sofía Gascón, se encuentra en el punto de mira por una serie de publicaciones en su cuenta de X, realizadas, en su mayoría, durante 2020 y 2021. Resurgieron con fuerza sus tuits racistas, antimusulmanes, antidiversidad, e incluso, uno que critica a su coprotagonista Selena Gómez.

Karla Sofía ha intentado de todo: disculparse, plantear que sus sentimientos fueron sacados de contexto y, finalmente, borrar su cuenta. El daño ya está hecho y la medida de contención de Netflix para impulsar el resto de nominaciones a los Oscar, incluye obviar la presencia de la actriz en la campaña de promoción.

Cada persona construye una identidad digital y poco resuelve negar lo que ya se publicó. La agenda de Karla Sofía, rebotante de compromisos esta temporada de premios, quedó trunca y Netflix ya no quiso promocionarla como un símbolo de minorías y decidió prescindir de su presencia.

La carrera por los Oscar se ha convertido en una constante búsqueda de trapos sucios. Las redes se han ensañado con todos, incluso con Fernanda Torres, cuyos seguidores fueron de los más críticos hacia Gascón. Ante

la aparición de un vídeo suyo disfrazada de mujer negra en un programa de humor brasileño, debido a esto la actriz necesitó ofrecer disculpas por esa grabación de 2008.

La fuerte controversia generada lleva otra vez a la misma pregunta, ¿resulta posible eliminar mis publicaciones de manera definitiva? Si bien las redes sociales permiten a los usuarios eliminar sus publicaciones de forma manual, esto no garantiza nada.

Siempre pueden permanecer capturas de pantalla, el caché de motores de búsqueda, bases de datos de terceros o archivos de Internet que almacenan versiones antiguas de páginas web. Para tratar de evitar que cualquier publicación indeseada resucite, siempre se puede eliminar la cuenta o hacer solicitudes específicas para eliminar el caché de Google, en casos extremos.

Los perfiles en redes constituyen los primeros lugares donde una futura pareja, amistades o ese trabajo deseado buscan información. La imagen de persona «formal y seria» se puede caer fácilmente con la foto de la última fiesta loca, allá por 2012.

No se trata de dejar de publicar, borrar todo rastro y esconderse debajo de una roca. La fórmula está en pensar un poco y no descargar frustraciones al alcance de millones de extraños. Es más saludable comentar «Qué lindo» a un vídeo de gatitos sin repercusiones.



MUJER COMETA

¿Y el anillo pa cuándo?



Por Claudia Yera Jaime
Foto: Tomada de Internet

El pasado 14 de febrero muchísimas mujeres cometas recibieron un anillo de compromiso que las hizo explotar de felicidad y pasar el día observando su mano izquierda, como si algún pedacito de cielo reposara en sus dedos.

Desde niña, la mayoría soñamos con lucir esta joya que representa, en el mundo occidental, un futuro enlace matrimonial y el amor del cual goza una pareja. Mostrar el dedo anular izquierdo, ataviado con un anillo de compromiso, nos hace sentir empoderadas y protegidas; suele llevarse allí debido a que, según contaban en el antiguo Egipto, en este dedo se encuentra la llamada vena del amor, la cual supuestamente se conecta de forma directa al corazón, aunque anatómicamente no existe prueba de la existencia de tal unión.

¿Y el anillo pa cuándo?, nos hemos preguntado cuando nos encontramos en no-

viazgos consolidados, sustentados en la pasión, el respeto y la fidelidad. Yo recibí los míos el pasado 14, luego de 8 años fortaleciendo lazos tan firmes como una casa erigida ladrillo a ladrillo, con sumo sudor y sacrificio y dos hermosos hijos. Una de mis amigas también sonrió como loca y presumió su prenda en redes sociales, en fabulosa instantánea con su esposo, su niña y su título de Doctora en Ciencias. Otra mujer cometa se tatuó junto a su compañera de vida un diseño de aros para parejas, tan hermoso como moderno.

Y es que no importa el momento en que lleguen, ni si son de acero, plata o minerales preciosos, o si nuestra piel les sirve de lienzo. Lo que vale es el voto de quererse y apoyarse siempre, la urgente felicidad, el profuso deseo de amarse y entregarse hasta juntos tocar el cielo.

Posdata: en algunas culturas hindúes el anillo de compromiso se coloca en el dedo del pie: ¿podríamos ponerlo de moda?



SALUD VERDE

Por Claudia Yera Jaime
Foto: Tomada de Internet

El romerillo constituye una de las plantas medicinales más consumidas por los cubanos, crece casi siempre silvestre en parcelas o áreas aledañas a caminos, carreteras o vías férreas. Múltiples son las bondades de este pequeño arbusto de color verde oscuro y pequeñas flores blancas.

A lo largo de toda nuestra Isla se registran cerca de 200 especies de *bidens pilosa*, nombre científico de esta familia de la flora su-

perempleada en casos de amigdalitis. Para combatir esta afección se aconsejan las gárgaras con el sumo logrado luego de triturar el romerillo, previo meticuloso enjuague de sus hojas y flores. Resulta favorable, además, para erradicar las aftas bucales.

Dentro de sus propiedades se encuentra ser analgésico, antibacteriano, expectorante, antiasmático, antiviral, laxante, cicatrizante, diurético, antioxidante, sedante, antidiarreico, astringente y antiparasitario. También, disminuye el colesterol, alivia la sensación de picazón tanto en uso tópico como al

ingerirlo, fortalece las defensas del organismo y alivia los dolores de muelas.

A la decocción de las hojas y sumidades floridas se les ha comprobado su acción antialérgica, antipirético, antiinflamatoria, antiespasmódica y antianémica. En caso de cistitis se aconseja beber 20 gotas de extracto fluido de romerillo en una cucharada de agua, tres veces al día. Puede prepararse igualmente en forma de infusión.

Esta planta con sumas propiedades medicinales se puede cultivar también en macetas preferentemente llenas de tierra procedente de suelos calcáreos

¡Cuidemos el Romerillo!



rojos, gracias a su larga vida se mantiene florecida y vital en casi todo el año y no demanda demasiadas atenciones. ¡Cuide-

mos y empleemos el romerillo!, un bálsamo natural para la salud.



© JUVENILES.VANGUARDIA