



ENTREVISTA | Pag. 3

Alexandra Vasquez

Recomendaciones para mantener la calma y evitar la ansiedad

elidas & ellos

VIDA EN FAMILIA

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

CINE

2

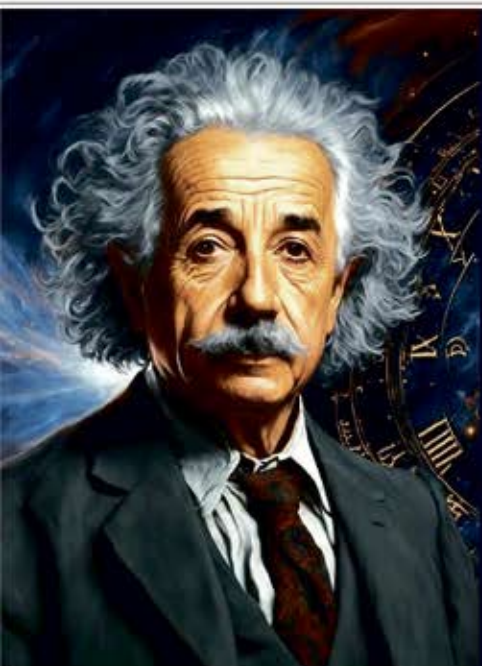
Xbox, 'no more problems'

5

Cuánto pasear a tu mascota

8

Nominaciones al Oscar



IA Einstein, resuélveme este problema

Muchos hubieran querido hacer esta peculiar pregunta a sus profesores en aquellos años del colegio cuando se enfrentaban a esos problemas de geometría que llegaban a generar pesadillas... ¡y vaya que sí las generaban! ¡Tranquilos! Ya esos 'monstruos' no van a ser tan asustadores porque Google se las ha ingeniado para inventar un modelo de inteligencia artificial (IA) capaz de resolver esos problemas al nivel de genios matemáticos.

Se trata de AlphaGeometry, un modelo de IA con una "creciente capacidad para razonar lógicamente y descubrir y verificar nuevos conocimientos", según describe la revista Nature.

AlphaGeometry ha sido capaz de resolver veinticinco problemas de un total de treinta en el tiempo límite que se da a cualquier participante en la Olimpiada Internacional de Matemáticas.

¿Y cómo logra esto? Sintetizando millones de teoremas y demostraciones de distintos niveles de complejidad.

¿Problemas? Ya no tanto.

NOVEDADES:



Samsung lanza 3 nuevos celulares con IA integrada

El gigante tecnológico Samsung presentó sus nuevos celulares de la serie Galaxy (S24) y destacó que la IA está integrada en herramientas innovadoras como la traducción de textos y llamadas en tiempo real o la edición creativa de fotografías. La herramienta "Live translate" permite traducciones de texto y de voz en llamadas con la aplicación nativa del teléfono; "Interpreter" traduce las conversaciones en directo en pantalla partida mediante una transcripción, y "Chat assist" perfecciona el tono y las maneras de los mensajes. "Note assist", hace resúmenes generados con IA en Samsung Notes, o "transcript assist", que con esa tecnología transcribe, resume y traduce grabaciones, incluso cuando hablan varias personas.



Xbox, 'no more problems'

No hay nada más frustrante para un jugador que cuando llega el momento en que está listo para darse contra el mundo con el control, su consola le diga "no puedo". Esto se debe sobre todo a actualizaciones mal hechas o, por el contrario, a algunas que no han llegado. Esta semana, según SomosXbox.com, le llegó un alivio a los millones de jugadores de "Baldur's Gate 3", de Larian Studios, ya que la más reciente actualización para Xbox Series X|S soluciona un problema de pérdida de datos guardados. Es como si se jugara sin memoria. Así que, apreciados amigos, ya pueden seguir divirtiéndose con este espectacular título.



Sueños robóticos bolivianos

En Achocalla, a 15 kilómetros de La Paz, Roly Mamani ha hecho que la palabra robot no sea algo que solo vean los niños y adolescentes de la zona en las películas y la televisión. En su museo, el "Robotics Creators Bolivia", Mamani explica el desarrollo de la tecnología, mientras sueña con crear un "centro de desarrollo biónico". Los robots exhibidos, más de un centenar, van desde modelos competitivos o de lucha hasta animatrónicos, inspirados en "Ironman", "Chappie", "Wall-E" o el temido T-800 de "Terminator". Pero a lo que este visionario boliviano dedica más tiempo en su explicación es a las prótesis robóticas para personas, entre estéticas, mecánicas y robotizadas.

TECNOLOGÍA

40 años del Macintosh, el computador personal que inició una revolución

El 24 de enero de 1978, Apple lanzó el Macintosh que cambió para siempre el mundo de la informática con el primer sistema personal que usaba ventanas, iconos y ratón.



El proyecto de Macintosh fue iniciado por Jef Raskin a finales de 1977, un empleado de Apple que apuntó a:

- Un PC que sea fácil de usar para cualquier persona
- De bajo costo para que lo pueda comprar todo el mundo

Precio: 2.495 dólares
Modelo: M0001
Almacenamiento: Unidad de disquete de 3,5 pulgadas de 400 KB
Peso: 7,5 kg
Puentes: 2 puertos DB5

Pantalla monocromática de 9 pulgadas 512 x 342 píxeles



El ratón

Era el elemento que diferenciaba a los Macintosh 128K del resto de su competencia



Tarjeta madre de 80 pulgadas



Procesador 32-bit Motorola 68000

Tarjeta madre de 80 pulgadas

128 K de RAM, expandible a 512 K

El teclado se unió al equipo con un cable de teléfono fijo

Ventilación externa a través de ranuras



La interfaz gráfica de usuario del 128K fue inspirado en la tecnología desarrollada por Xerox. Se conservan dos características intactas: el Finder y el Notepad.



El ordenador Macintosh era muy diferente de todo lo que había en el mercado, el sistema de ventanas y el ratón se siguen usando en la actualidad.

La evolución de Macintosh



Fuente: elaboración propia

Agencia EFE

Dos apps para aprender a bailar

Aprende a bailar paso a paso: Esta app es ideal para aprender a bailar por tu cuenta desde la comodidad de tu casa. Todos sus videos están enfocados en enseñarte diferentes movimientos que podrás ir agregándolos a tu cada vez más amplio repertorio. Aquí podrás aprender a bailar salsa, bachata, hip-hop, danza moderna, danza árabe...

Koros: La aplicación no solo ofrece divertidas y sencillas clases de baile, sino que además, cuenta con muchos consejos útiles para mejorar tu técnica y así puedas avanzar rápidamente. Puedes elegir entre tomar clases en vivo con excelentes profesores, o simplemente ver las clases pre grabadas que hay disponibles.



Alexandra Vásquez

Aborda recomendaciones para mantener la calma y evitar la ansiedad

De igual manera, los padres deben invertir tiempo de calidad con sus hijos para evitar que se dé un uso excesivo con dispositivos electrónicos y en los que se tiene libre acceso a la información. En los tiempos libres se puede aprovechar con juegos o actividades en los que se integren a todos los miembros del hogar.

Para mantener la calma en situaciones de riesgo, la parte psicológica juega un papel clave. Se recomienda respirar profundamente para calmar el sistema nervioso; mantener pensamientos realistas y positivos para contrarrestar la ansiedad; imaginar resultados positivos y cómo superar la situación; aceptar la imprevisibilidad y desarrollar una mentalidad adaptable. Además, se pueden someter a simulacros para aumentar la confianza y manejar el estrés.

Este y más temas de interés pueden ser consultados con la Psicóloga Clínica, a través de sus redes sociales en Facebook e Instagram o a través de su contacto: 0995835684. Atiende bajo agendamiento de cita en consulta privada.

¿Cómo se puede explicar a los más pequeños sobre los problemas que se viven en el país?

Explicar la complejidad de la situación a los niños implica abordarlo con sensibilidad y empatía. La psicóloga aconseja proporcionar información adaptada a su nivel de comprensión, priorizando la seguridad y el apoyo emocional para promover la resiliencia infantil.

1. Adaptación a la edad: Utilizar un lenguaje sencillo y ejemplos apropiados para la edad del niño.
2. Fomentar un ambiente seguro: Asegurarles que están protegidos y destacar medidas de seguridad.
3. Validación de emociones: Motivarles a expresar sus emociones y validar sus sentimientos.
4. Enfatizar en el amor y el apoyo: Destacar la importancia del apoyo familiar y comunitario.
5. Evitar detalles gráficos: Pueden ser perturbadores, es mejor centrarse en conceptos generales.
6. Hablar sobre resolución de problemas: Explicar cómo las personas colaboran para resolver problemas.
7. Promover la empatía: Ayudarles a entender los sentimientos de los demás y fomentar la amabilidad.
8. Inculcar la resiliencia: Enseñarles sobre la resiliencia y cómo superar desafíos.
9. Ofrecer espacios de preguntas: Animarles a hacer preguntas y responder de manera honesta.
10. Buscar apoyo profesional si es necesario: Considerar la ayuda de profesionales si la situación es especialmente difícil.

La comunicación abierta y el apoyo constante son esenciales para ayudar a los niños a comprender y afrontar estas situaciones.

Texto: Fernanda Ramón
Fotos: cortesía

Alexandra Vásquez es Psicóloga Clínica, graduada en la Universidad de Cuenca. Está cursando dos maestrías en Psicooncología y Cuidados Paliativos, así como en Terapia Familiar y del Bienestar Emocional; además es parte de un Doctorado en Psicología en la Universidad de Buenos Aires.

La profesional brinda algunas recomendaciones a las familias, para mantener la calma y evitar el consumo masivo de información en Internet ante los últimos hechos de conmoción social registrados en el país.

Alexandra Vásquez señala que es importante tratar el estrés y la ansiedad que presentan los seres humanos. En el caso de los adultos, se debe realizar una autoconciencia emocional para saber sus sentimientos, donde muchas ocasiones se necesita de una comunicación abierta con otros adultos para exponer las preocupaciones y miedos. "Es importante limitar la exposición de noticias negativas. Sabemos que es importante mantenerse informados, pero

no hay que saturarnos de información", detalla la profesional.

En los hogares, los padres deben mantener un diálogo con sus hijos con lenguaje e información adecuada a su edad. "Es importante conocer las emociones que presentan y los padres deben ser su ejemplo para combatir el estrés y la ansiedad", agrega.

Los menores de edad, especialmente los niños, son más abiertos a expresar sus emociones y hacer preguntas. Es importante que los padres dialoguen con ellos para explicarles sobre las situaciones que se viven y los cuidados que deben tener. El hecho de retornar al hogar con clases virtuales no debe convertirse en un cambio de rutinas y hay que explicarles que estar en casa significa permanecer en un entorno seguro, donde otras actividades como levantarse, desayunar, bañarse, cambiarse de vestimenta, no tiene que cambiar.

Rutina para **mantener** los “churos”



Mantener el pelo rizado no es tarea fácil, sin embargo si sigues una rutina con algunos consejos lo puedes lucir saludable, hermoso y con unos “churos” envidiables:

*Hidratación: El pelo rizado tiende a ser más seco, así que la hidratación es clave. Utiliza acondicionadores

profundos o mascarillas hidratantes regularmente para mantener el cabello suave y flexible.

* Lava tu cabello con productos suaves y sin sulfatos. Demasiado lavado puede eliminar los aceites naturales del cabello, así que ajusta la frecuencia según tus necesidades.

* Un buen corte puede ayudar a mantener la forma de tus churos. Programa cortes regulares para prevenir puntas abiertas y mantener el cabello sano.

* Evita peinar tu cabello rizado en seco, ya que puede causar frizz y dañar la textura natural. Desenreda suavemente mientras esté húmedo usando un peine de dientes anchos o tus dedos.

* Utiliza productos diseñados para cabello rizado. Esto incluye acondicionadores leave-in, cremas para peinar y geles que ayuden a definir tus churos sin apelmazarlos.

* Permite que tu cabello se seque al aire siempre que sea posible para evitar el calor excesivo. Si necesitas usar un secador, usa un difusor para preservar la textura rizada.

* Si decides usar herramientas de calor, asegúrate de aplicar un protector térmico para evitar daños por calor.

* Evita tocar constantemente tu cabello rizado, ya que esto puede aumentar el frizz. Permítele secarse y establecerse naturalmente.

* Utiliza fundas de almohada de seda o satén para evitar la fricción que puede causar enredos y frizz mientras duermes.

CONSEJITOS!



Cutículas

En general, es recomendable no retirar completamente las cutículas de las uñas. Eliminarlas por completo puede dejar las uñas más vulnerables a infecciones, hongos y otros problemas.

Se recomienda empujarlas suavemente hacia atrás con un palo de cutícula o un instrumento similar después de haber ablandado la piel.

El uso regular de cremas o aceites para cutículas puede ayudar a prevenir que se sequen y agrieten, promoviendo así uñas más saludables.

Pestañas más voluminosas

Antes de aplicar mascara, usa un rizador de pestañas para levantar y curvar las pestañas. Esto crea una base que hará que parezcan más largas y voluminosas.

Busca mascaras específicas que estén diseñadas para proporcionar volumen.

Aplica varias capas de mascara

Aplica una ligera capa de polvo traslúcido entre las capas de mascara. Esto puede proporcionar un poco más de agarre y volumen a las pestañas.



Colores de uñas para manos morenas



Las manos morenas pueden lucir fabulosas con una variedad de colores de uñas. Neutros cálidos: Tonos tierra como beige, nude o marrón claro pueden ser opciones elegantes y sutiles que realzan la belleza de las manos morenas. Los tonos de coral, rosas o un rojo clásico siempre serán una opción atemporal. Esmaltes metálicos en oro, bronce o cobre pueden añadir un toque de glamour y destacar la calidez de la piel morena. Verdes y azules: Desde suaves hasta tonos más profundos, estos esmaltes de uñas pueden destacar y contrastar hermosamente con una piel más oscura.

¿CUÁNTO DEBE DURAR EL PASEO DE TU PERRO?

La duración ideal de un paseo para perros que viven en departamentos varía según diversos factores, pero generalmente se recomienda un tiempo de 20 a 30 minutos. Este período proporciona a los perros la oportunidad de ejercitarse, explorar y socializar, elementos esenciales para su bienestar.

En entornos urbanos, donde el espacio al aire libre puede ser limitado, los paseos adquieren un papel crucial en la rutina diaria de los perros. Estos no solo cumplen una función física al permitir que los caninos se ejerciten, sino que también ofrecen estimulación mental al exponerlos a diferentes estímulos ambientales y sociales.

La elección del tiempo exacto de paseo dependerá de la raza, edad y nivel de energía del perro. Razas más activas pueden necesitar paseos más largos para liberar su energía acumulada, mientras que razas más pequeñas o menos activas pueden encontrar satisfacción en paseos más cortos. Adaptar la duración a las necesidades específicas de tu mascota es clave.

Además, la consistencia en la rutina de paseos es esencial. Establecer horarios regulares ayuda a los perros a anticipar y esperar con ansias su tiempo al aire libre, contribuyendo a una conducta equilibrada y reduciendo posibles problemas de comportamiento en el hogar.

En resumen, un paseo de 20 a 30 minutos se considera una duración adecuada para perros que viven en departamentos.



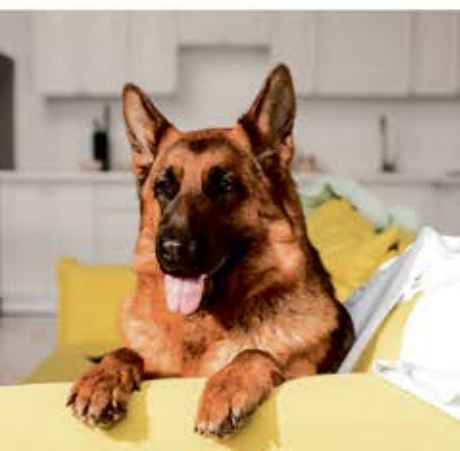
VACUNAS PARA GATOS

Los gatos generalmente deben recibir vacunas básicas como la trivalente felina (contra herpesvirus, calicivirus y panleucopenia), la antirrábica y, en algunos casos, la vacuna contra la leucemia felina. Sin embargo, es importante consultar con un veterinario de tu confianza para obtener información específica sobre las necesidades de vacunación de tu gato, ya que pueden variar según la ubicación y el estado de salud del felino.



PARA RETIRAR LA LANA!

Para quitar las lanas de perro o gato de los muebles, puedes seguir estos consejos: Usa cepillos o rodillos diseñados para recoger pelos de mascotas. Estos instrumentos suelen tener superficies pegajosas que atrapan eficientemente los pelos de los animales. Otra opción es usar guantes de goma, pónelos y frota las áreas afectadas. Los pelos se adherirán al material de goma, y podrás recogerlos fácilmente.



**ADÓPTAME
AZUL**

Si tú Deseas ayudarnos con tu tiempo, dinero, alimento, atención veterinaria, etc. Comunícate con nosotros.

FUNDACIÓN ARCA
2835-201 • 4213618



Legado del machismo en la modernidad

El machismo está relacionado directamente con la jerarquización que se ha fundado con respecto al género.

La palabra machismo se define como la forma de discriminación sexista caracterizada por la prevalencia del varón. Duque & Montoya (2010), por ejemplo, describen al machismo como el poder del hombre sobre la mujer, una hipermasculinidad, una exageración entre estereotipos que, como consecuencia, tienen la desigualdad de géneros. Maldonado et al. (2017) concluyen en que la hipermasculinidad está contenida en ideas socioculturales.

Actualmente, la masculinidad es caracterizada por rasgos de actitud y comportamiento apegados a la femineidad que la sociedad ha deseado; esto debido a los cambios sociales que permiten que el hombre pueda realizar actos considerados, anteriormente, solo para mujeres. A pesar de eso, el machismo sigue presente en la actualidad.

Entre las causas del machismo está el patriarcado; enseña que la construcción social ha creado las diferencias físicas y psicológicas (Melero, 2022). Otras causas son:

- Asignación de roles desde que las personas nacen: lo que deben de hacer y cómo se deben comportar dependiendo si son hombres o mujeres.

- Las costumbres y normas tradicionales que se tienen en diferentes lugares; algunas de estas minimizan a la mujer.

- La educación ineficiente, ya que, en la mayoría de los casos, desde pequeños, no aprenden sobre la igualdad de géneros.

Tipos de masculinidades

- Masculinidad hegemónica: personas relevantes, independientes, autosuficientes, operantes, heterosexuales y personas de familia que proveen lo necesario y tienen autocontrol de sus emociones.

- Masculinidad subordinada: La masculinidad predominante no está presente, no tienen la mejor situación económica, no controlan emociones ni se identifican con la masculinidad hegemónica.

- Masculinidades alternas: Optan por tener comportamientos nuevos; eligen cómo ser sin la necesidad de clasificarse como bueno y malo.

- Micromachismos: No son violentos, optan por ser calmados y pacientes; incluyen a su pareja en la toma de decisiones que les involucre a los dos.

- Machismo: Actitudes y comportamientos de superioridad, primacía, dominación y vigilancia hacia la mujer.

Los hombres tienen conceptos erróneos de hombría, que para lograr ser más "hombre" deben tener más mujeres, ser más fuertes y nunca demostrar su vulnerabilidad.

Formas de erradicar el machismo

El machismo ocasiona baja autoestima, inseguridad, ansiedad, angustia, furia, limitaciones en la libertad de expresión, daño psicológico, desconfianza y miedo.

Para erradicar el machismo es importante entender a las personas que atraviesan estas situaciones, darle su espacio y que se sientan escuchadas. Es necesario, además, educar sobre el tema a las nuevas generaciones: que conozca los precedentes del machismo, la forma de identificar cómo actuar, ayudar y brindar seguridad en esos casos; discuta el consentimiento, la independencia física y la responsabilidad consciente de las acciones. (NNM)

Sudoku

Llene los espacios vacíos con los números del 1 al 9. No repita los números en su propia fila horizontal o vertical ni en el cuadrado que los contiene

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

SOLUCIÓN:

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

LABERINTO



Sopa de Letras


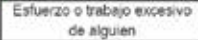
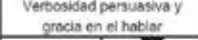



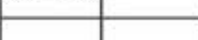

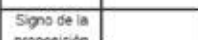

O	U	G	H	P	N	R	C	K	V	Y	P	A	R	O	D	I	A	J
T	S	M	I	B	O	A	E	H	V	Z	F	S	O	S	O	C	O	J
N	U	E	R	A	D	J	K	N	W	M	X	S	I	P	I	N	W	T
E	F	O	T	C	S	D	C	Q	A	U	H	R	J	L	M	V	G	E
I	B	J	U	A	A	O	R	H	F	C	L	S	M	Q	I	E	A	G
M	D	Z	Y	T	R	R	W	N	K	H	O	C	X	W	N	I	V	Y
I	N	L	R	Q	E	A	I	T	M	P	U	A	B	E	J	U	X	V
N	S	D	R	C	Q	X	P	C	O	T	P	E	R	K	A	C	R	Z
E	E	M	E	B	G	A	A	S	A	T	H	O	Z	P	Q	O	L	W
T	L	O	T	J	C	D	P	G	I	T	S	U	O	I	B	R	F	O
E	A	L	R	D	R	P	M	Z	E	D	U	D	M	G	N	T	H	R
R	R	H	A	A	L	R	U	B	N	R	O	R	F	O	G	O	C	M
T	O	X	T	I	Y	Q	T	D	P	S	A	H	A	E	R	S	J	Z
N	U	X	O	I	O	K	Y	F	V	N	A	C	P	R	S	Z	D	V
E	K	N	H	G	L	Y	A	W	O	C	Q	T	I	B	E	I	M	J
F	B	H	D	X	N	F	V	E	R	B	A	L	L	O	P	Y	V	U
T	G	E	K	W	Z	I	J	N	J	T	U	X	B	Y	N	L	W	I
O	R	V	M	G	Z	D	S	C	F	E	K	A	H	P	O	W	Y	N
G	B	V	U	S	M	Z	O	B	R	A	S	K	R	I	L	X	A	H

GÉNERO JOCOSO

ENCUENTRE LAS PALABRAS DE LA LISTA

- APODOS
- BURLA
- CARICATURA
- CORTOS
- DISPARATE
- ENTRETENIMIENTO
- EXAGERACIÓN
- GÉNEROS
- HUMOR
- JOCOSOS
- OBRA
- ORALES
- PARODIA
- RETRATO
- VERBAL

crucigramas

	Habitación circular excavada en el suelo y recubierta de un techo	Estado de Asia occidental	Pronombre francés	Experimentar o reconocer por el hecho	Punto en la esfera celeste hacia el cual se dirige el sistema solar
	Esfuerzo o trabajo excesivo de alguien				
	Verbosidad persuasiva y gracia en el hablar				
	Símbolo del litro	'Señor' abreviado del inglés	Cabeza de ganado		
	Tener amor a alguien o algo		Sistema criptográfico	Versión de Windows	
	Viento suave			En Uruguay, guaraba	
	Signo de la proposición particular afirmativa	Arbusto que es común en las orillas de los ríos			Voz que se dice al fin de las oraciones
	Nombre de famoso gánster de los EEUU		Terminación de alcoholes	Modulación de amplitud	
	En Japón, aguas termales de origen volcánico		Conjunción copulativa		Silaba que repitida es una abuela
	Bejuco				

CINE

Las nominaciones de los Óscar



Oppenheimer, de Christopher Nolan, encabeza las nominaciones con 13 candidaturas.

Películas nominadas a los Óscar 2024



'Anatomy of a Fall' 'The Holdovers' 'Killers of the Flower Moon' 'Oppenheimer' 'Poor Things'



'American Fiction' 'Barbie' 'Maestro' 'Past Lives' 'The Zone of Interest'

Mejor dirección

Nominado



Justine Triet
'Anatomy of a Fall'

Yorgos Lanthimos
'Poor Things'

Christopher Nolan
'Oppenheimer'

Martin Scorsese
'Killers of the Flower Moon'

Jonathan Glazer
'The Zone of Interest'

'La sociedad de la nieve', logra dos nominaciones

La película española 'La sociedad de la nieve', de Juan Antonio Bayona, que narra la lucha de los supervivientes de la tragedia aérea de Los Andes, logró dos nominaciones a los premios Óscar de la Academia de Hollywood, entre ellos el de la mejor película internacional.

La cinta fue nominada además al Óscar al mejor diseño de maquillaje y peluquería en una ceremonia celebrada en Los Ángeles en la que los actores Zazie Beetz y Jack Quaid dieron la lista definitiva de los candidatos a las 23 categorías de la 96 edición de los premios de la Academia.

En ella también se encuentra el español Pablo Berger, con el filme 'Robot Dreams', nominado al Óscar a mejor película animada.

Estas son las primeras nominaciones para Bayona (Barcelona, 1975), quien en la prestigiosa categoría de película internacional tendrá que competir contra la italiana 'lo Capitano', la británica 'The Zone of Interest', la japonesa 'Perfect days' y la alemana 'The teachers lounge'.

Mejor Actor Principal

Nominados



C. Murphy 'Oppenheimer' **B. Cooper** 'Maestro' **P. Giamatti** 'The Holdovers' **C. Domingo** 'Rustin' **J. Wright** 'American Fiction'

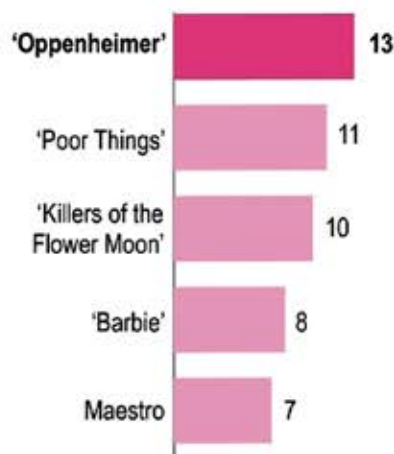
Mejor Actriz Principal

Nominadas



E. Stone 'Poor Things' **C. Mulligan** 'Maestro' **S. Hüller** 'Anatomy of a Fall' **A. Bening** 'Nyad' **L. Gladstone** 'Killers of the Flower Moon'

Las más nominadas



La nominación a los máximos galardones del cine estadounidense, se entregarán el próximo 10 de marzo en Los Ángeles.

'La sociedad de la nieve' relata la hazaña de los 16 supervivientes del accidente del vuelo 571 de la Fuerza Aérea Uruguaya, que transportaba a Chile a los integrantes del club de rugby Old Christians Club de Montevideo junto a varios de sus allegados y a cinco tripulantes.

El avión se estrelló el 13 de octubre de 1972, en el Glaciar de las Lágrimas, un páramo andino en el que las condiciones de vida eran casi imposibles.

Los supervivientes resistieron 72 días, soportando temperaturas extremas, avalanchas y tormentas de arena y alimentándose con los cadáveres de sus compañeros fallecidos. (EFE).