

Crónica

Política, sociedad y cultura

EDICIÓN
SEMANAL
Nº 037

Arequipa,
14 de diciembre de 2025

Hasta hoy
se elige el
local de
votación

(Pág. 02)

Minería informal
reordena
el mapa
electoral

(Pág. 03)



Ocho fallecen al día
por accidentes en el país

Por Rocio Velazco C.

La Oficina Nacional de Procesos Electorales (ONPE) recordó que este domingo 14 de diciembre vence el plazo para elegir el local de votación de cara a las Elecciones Generales 2026, programadas para el 12 de abril.

Hasta la fecha, más de dos millones de electores ya completaron el trámite mediante la plataforma digital Elige tu local de votación, disponible las 24 horas del día en español, quechua y aimara.

El sistema permite seleccionar hasta tres locales de votación cercanos al domicilio, una herramienta que busca reducir desplazamientos, garantizar accesibilidad a personas vulnerables y distribuir de forma equilibrada la carga operativa en los 8,455 locales disponibles en todo el país.

LIMA, AREQUIPA Y CUSCO LIDERAN EL PROCESO

Según datos actualizados de la ONPE, Lima Metropolitana concentra el 38 % de los ciudadanos que ya realizaron la selección, seguida por Arequipa, con 7 %, y Cusco, con 5 %. Otras regiones con alta participación en esta etapa son La Libertad, Piura, Junín y Lambayeque.

El jefe de la ONPE, Piero Corvetto, destacó que el sistema "ha tenido una respuesta positiva y sostenida, especialmente en las grandes ciudades donde se busca evitar el traslado masivo de electores". Agregó que el organismo viene monitoreando la participación por regiones para reforzar la difusión en las zonas con menor registro.

En contraste, regiones como Madre de Dios, Huancavelica y Amazonas registran hasta el momento los menores índices de participación, con menos del 2 % de electores que han ingresado a la plataforma.

Pueden hacerlo todos los ciudadanos habilitados para sufragar dentro del territorio nacional, incluyendo a los jóvenes que cumplirán 18 años hasta el mismo día de los comicios, siempre que figuren en el padrón electoral cerrado el 14 de octubre de 2025.

En caso de no elegir un local antes del cierre del plazo, la ONPE asignará uno automáticamente, priorizando la cercanía

con el domicilio registrado, aunque sin posibilidad de reclamo posterior por distancia o accesibilidad.

COMO REALIZAR EL TRÁMITE

La ONPE explicó que existen dos modalidades principales para acceder al aplicativo digital:

Versión web (computadora o laptop):

El usuario se identifica respondiendo tres preguntas personales vinculadas a la información del RENIEC.

Luego debe registrar su correo electrónico, número de celular y los datos de ubicación que figuran en su DNI.

Finalmente, recibe un correo de confirmación antes de continuar con la selección de locales.

Versión móvil (smartphone):

Permite verificar la identidad mediante preguntas personales o reconocimiento facial a través de la cámara del celular.

Tras la validación, se sigue el mismo procedimiento que en la versión web.

El elector podrá elegir tres locales en orden de preferencia. Una vez enviada la información, el sistema remite un correo con los locales seleccionados. Además, cada ciudadano puede modificar su elección hasta tres veces antes del cierre de la plataforma.

ATENCIÓN A DISCAPACITADOS

La ONPE también precisó que las personas con discapacidad pueden registrar su condición al momento de hacer la elección. Esto permitirá que, al momento



Más de dos millones ya eligieron su local de votación

de la asignación definitiva, se les ubique en locales accesibles y con atención prioritaria.

"Estamos garantizando que los locales designados cuenten con accesos adecuados y mesas en primer piso, especialmente para personas mayores o con movilidad reducida", señaló Corvetto.

SEGURIDAD Y PROTECCIÓN DE DATOS

El organismo electoral aseguró que toda la información ingresada está protegida por la Ley N.º 29733, Ley de Protección de Datos Personales, y que ningún tercero puede

elegir el local en nombre de otro ciudadano sin autorización.

La seguridad digital —explicaron— es uno de los pilares del proceso, pues cada registro pasa por una verificación múltiple para evitar suplantaciones.

ASIGNACION

Una de las preguntas más frecuentes entre los electores es cuándo se conocerá el local definitivo. La ONPE informó que la asignación final se publicará en marzo de 2026, cuando se habilite la plataforma oficial de consulta de locales de votación.

Hasta entonces, los ciudadanos solo recibirán la constancia de sus tres opciones elegidas. La elección del local de votación es uno de los primeros pasos del calendario electoral hacia los comicios del 12 de abril. Según la ONPE, esta etapa permite planificar mejor la logística y reducir los tiempos de espera durante la jornada electoral, un aspecto que fue cuestionado en procesos anteriores.

"El objetivo es que los electores sufraguen más cerca de sus hogares y que la distribución de mesas sea más equitativa", resaltó el jefe del organismo.

La ONPE reiteró que el plazo es improrrogable. Desde el lunes 15, la plataforma cerrará definitivamente para consolidar la base de datos que servirá para la asignación nacional de electores.

Por Jorge Turpo R.

La reciente ampliación del Registro Integral de Formalización Minera (Reinfo) hasta diciembre de 2026 no solo prorrogó un proceso que lleva más de una década empantanado. También volvió a revelar una fotografía más amplia y preocupante relacionada al peso político que la minería informal ha ganado en las candidaturas rumbo al 2026 y la forma en que varios partidos, desde la izquierda hasta la derecha, han incorporado a dirigentes vinculados a esta actividad para asegurar votos en regiones donde el Estado tiene cada vez menos presencia.

En la práctica, el debate dejó de ser estrictamente técnico y se convirtió en una disputa política por un electorado que opera entre la informalidad y la ilegalidad, un sector que supera los 80 mil inscritos en el Reinfo y que mueve miles de millones de soles al año sin supervisión efectiva.

La ampliación sólo terminó de exponer a los partidos que apuestan por sostener ese padrón y a los que han decidido marcar distancia.

EL BLOQUE DEL RESPALDO

En el Congreso, el voto favorable a extender el Reinfo provino de bancadas tan diversas como Fuerza Popular, Alianza Para el Progreso (APP), Podemos Perú, Juntos por el Perú, Perú Libre, así como sectores de Somos Perú y Renovación Popular.

El mapa ideológico se diluyó ante el cálculo de mantener el respaldo de bases mineras informales que tienen presencia territorial, capacidad de movilización y, en muchos casos, financiamiento.

Ese apoyo no fue casual. Varias de estas agrupaciones llevan en sus listas a candidatos vinculados directamente a la actividad informal o a su defensa pública.

En Puno, Renovación Popular postula a Javier Bernal Salas, dirigente de la Confederación Nacional de Pequeña Minería y Minería Artesanal (Confemin).

En Podemos Perú, el congresista Guido Bellido, uno de los principales promotores de la ampliación, encabeza la lista al Senado.

Fuerza Popular inscribió al minero, Joseph Aguirre, como candidato por Cusco. Juntos por el Perú postula a su líder, Roberto



Radiografía política del Reinfo

Sánchez, quien defendió abiertamente una ampliación incluso mayor, hasta el 2027.

Somos Perú impulsa a Guillermo Aliaga, que reconoce que parte de su militancia está inscrita en el Reinfo.

Incluso en Acción Popular, un partido fragmentado, sus voceros han cerrado filas con el padrón. Edwin Martínez Talavera, congresista por Arequipa, insiste en que el Reinfo "protege" a los pequeños productores. Su colega cusqueño, Luis Aragón, va más lejos asegurando que el proceso criminaliza sin distinguir.

En APP, Lady Camones, quien recibió aportes de mineros inscritos en el Reinfo durante la campaña del 2021, continúa siendo una de las voces políticas más activas en favor del padrón.

La línea es clara y va por mantener la ampliación y no asumir costos políticos en zonas donde la minería informal se ha convertido en un actor económico dominante.

En paralelo, especialistas del Ministerio del Ambiente, la Fiscalía Ambiental y la Policía han advertido que la línea entre la minería informal y la ilegal es cada vez más delgada.

El Reinfo, creado como un mecanismo transitorio, hoy funciona como un escudo legal que permite operar sin fiscalización real en zonas de alto impacto ambiental como La Pampa (Madre de Dios), La Rinconada (Puno) y Pataz (La Libertad).

La ampliación no resuelve el problema, sólo lo prolonga. En medio de un año electoral, la discusión se convirtió en una moneda de cambio.

LOS QUE SE ALEJAN DEL REINFO

Algunos partidos han optado por marcar distancia y advertir que el Reinfo se convirtió en parte del problema. En Avanza País, la candidata Karol Paredes afirmó que las prórrogas "alimentan economías ilegales".

La congresista arequipeña, Diana González, sostuvo que el Estado no debe seguir financiando procesos para quienes no quieren formalizarse.

En Libertad Popular, el precandidato presidencial, Rafael Belaunde, fue incluso más directo: el Reinfo se volvió "un motor de criminalidad". Propone cerrarlo y aplicar una nueva legislación para la minería artesanal bajo el marco de la Ley MAPE.

Desde el APRA, Enrique Valderrama, sostiene que el Reinfo dejó de ser una solución y plantea un nuevo sistema con incentivos reales, no temporales.

Paul Jaimes, candidato presidencial de Progresemos, aseguró que no será cómplice de una actividad que destruye la Amazonía.

Roberto Chiabra, de la Alianza Electoral Unidad Nacional, acusó a los defensores de la ampliación de recibir financiamiento de economías ilegales y pidió mesas técnicas sin más prórrogas.

Carlos Espá, de SíCreo, exigió una distinción clara entre minería artesanal, informal, ilegal y criminal. Su propuesta incluye atacar las redes organizadas que operan en Pataz, La Pampa y La Rinconada, mientras se acompaña a quienes realmente quieran formalizarse.

INTERESES ELECTORALES

La ampliación del Reinfo permite ver con claridad que la informalidad minera se ha convertido en un campo de disputa electoral. Para algunos partidos, representa votos, bases, financieras y presencia territorial. Para otros, un problema estructural que amenaza la seguridad, la gobernabilidad y el medio ambiente.

El 2026 será un año clave. Lo que quede del Reinfo, y de las candidaturas que lo impulsan, determinará si el Perú avanza hacia un proceso de formalización serio o si mantiene un padrón que prolonga la informalidad y fortalece economías ilegales bajo el amparo de la política.

Ocho personas mueren cada día en el país por accidentes de tránsito

Por

Rocío

Velazco C.

Autoestima: adopta medidas para sentirte mejor contigo mismo

La baja autoestima puede afectar silenciosamente casi todos los aspectos de la vida. Desde las relaciones personales hasta el desempeño laboral y la salud mental, una imagen negativa de uno mismo puede limitar el crecimiento y la felicidad. Sin embargo, según el equipo de especialistas de Mayo Clinic, mejorar la autoestima es posible si se trabaja con constancia en los pensamientos y creencias que moldean nuestra manera de ver el mundo.

Los expertos explican que la terapia cognitivo-conductual ofrece herramientas eficaces para identificar los patrones mentales que dañan la autopercepción y reemplazarlos por pensamientos más realistas y saludables. El primer paso, señalan, consiste en reconocer las situaciones que detonan la inseguridad. Estas pueden ir desde una presentación laboral o académica hasta un conflicto con la pareja, una crisis familiar o un cambio importante en la vida, como la pérdida de empleo o la partida de un hijo.

Una vez identificados esos momentos, el siguiente

paso es prestar atención a los pensamientos automáticos que surgen. El diálogo interno —esa voz que critica, exige o duda de nuestras capacidades— puede ser el origen de la baja autoestima. “Pregúntate si lo que te dices a ti mismo es justo o verdadero. Si no se lo dirías a un amigo, tampoco deberías

decírtelo a ti mismo”, recomiendan los especialistas.

CUESTIONAR LOS PENSAMIENTOS NEGATIVOS

El reto está en desafiar esas ideas que parecen verdades absolutas. Pensamientos como “todo me sale mal”, “no soy suficiente” o “si fallo, soy un fracaso” son ejemplos de distorsiones cognitivas, es decir, errores en la forma de interpretar la realidad. Entre los más comunes figuran el pensamiento “todo o nada”, los “filtros mentales” que solo ven lo negativo, o la tendencia a minimizar los logros.

Mayo Clinic sugiere hacer una pausa y preguntarse: ¿mi visión está basada en los hechos o en suposiciones? A menudo, las personas con baja autoestima confunden sentimientos con hechos, pensando que sentirse fracasado equivale a serlo. “Aprender a distinguir emoción de realidad es clave para romper el ciclo del pensamiento negativo”, señala la guía.

Reemplazar lo negativo por afirmaciones saludables

Una vez detectadas las ideas dañinas, es momento de reemplazarlas por pensamientos más amables y objetivos. En lugar de repetir “no puedo hacerlo”, se puede decir: “es difícil, pero tengo la capacidad para intentarlo”. Este tipo de afirmaciones esperanzadoras no buscan negar los problemas, sino enfrentarlos desde una perspectiva constructiva.

También es importante perdonarse a uno mismo. Todos cometen errores, pero eso no define el valor personal. Los especialistas aconsejan evitar los pensamientos cargados de “debo” o “debería”, ya que suelen generar frustración y autoexigencia excesiva. En cambio, recomiendan enfocarse en lo que sí se ha logrado y en las lecciones aprendidas de cada experiencia.

“Cuando conviertes el error en una oportunidad de crecimiento, transformas la culpa en aprendizaje y fortaleces tu autoconfianza”, explican los expertos.

ACEPTAR LOS PENSAMIENTOS, NO RESISTIRSE

Otra técnica eficaz proviene de la terapia de aceptación y compromiso, que propone observar los pensamientos sin intentar eliminarlos. El ejercicio consiste en repetir varias veces una idea negativa hasta que pierda fuerza emocional. De esta manera, la persona aprende a tomar distancia de sus creencias limitantes, reconociendo que son solo palabras, no realidades inamovibles.

Aceptar los pensamientos desagradables no significa rendirse ante ellos, sino entender que no tienen por qué dirigir el comportamiento. “Cuando dejas de pelear con tu mente, recuperas energía para actuar de manera más libre y consciente”, indican los especialistas.

Cuidar el cuerpo para sanar la mente

La autoestima no se trabaja solo con pensamientos. También requiere hábitos saludables y autocuidado físico. Mayo Clinic aconseja mantener una rutina de ejercicio de al menos 30 minutos diarios, preferir alimentos frescos y naturales, y reducir el consumo de azúcar y grasas saturadas. Dormir bien, hidratarse y dedicar tiempo a actividades placenteras son pilares del bienestar emocional. Otro componente esencial es el entorno social. Pasar tiempo con personas que brindan apoyo y evitar aquellas que generan tensión o críticas destructivas puede marcar la diferencia. “Rodearte de quienes te valoran por lo que eres ayuda a consolidar una imagen más sana de ti mismo”, señala la institución.



Momentos ocasionales

Por: Patricia Roberts

Poesía y Espiritualidad

Antes del año 500 a. C., la espiritualidad y la poesía eran en gran medida lo mismo.

La gente no presumía de ser capaz de definir el Misterio, que es la esencia de un poema. Invitaba a la trascendencia, buscaba palabras que pudieran describirlo, nacía del asombro. El poema es su expresión imperfecta, sugiere un sendero medio adivinado, según T. S. Eliot.

Es por eso que la poesía seduce y atrae, nos invita a ser buscadores del Misterio.

Crea el salto del corazón, la respiración se entrecorta, nos inspira a ir más lejos y más profundo, desea completar los espacios en blanco, lo hace usando metáforas.

Todo lenguaje espiritual es metafórico por necesidad.

No pretendamos entender los libros sagrados de manera literal.

Toda espiritualidad es simbólica y apunta hacia un Misterio, hacia algo que no conocemos, que no podemos saber intelectualmente. Es necesario tener la experiencia directa que es inefable.

La poesía le da más resonancia al Misterio que las pruebas lógicas y abstractas, y esta resonancia es mucho más integradora. Es vida, resuena dentro de nosotros, evoca y provoca una experiencia más profunda.

Cuando la espiritualidad se convierte en mera filosofía: definiciones, moralismos y rituales, ya no tiene el poder de transformar.

Para que la poesía sea más efectiva, creo que debería ser dicha en voz alta, encarnada.

Después de todo, Dios no pensó, "Hágase la luz" (Génesis 1: 3). Dios habló, y la creación vibró convirtiéndose en existencia. Esto es lo nuestro, el Creador está presente en la sutilidad y el misterio de la creatividad, en la dimensión de cada voz.

Prácticamente todos los caminos espirituales comienzan con la respiración consciente. Hacemos vibrar las palabras para involucrar y energizar nuestro cuerpo, nuestro ser interno más íntimo.

La poesía como el canto, debe vibrar a través de nuestra propia voz para cobrar vida. Encuentra tu poema favorito y mira si se vuelve real de una manera nueva cuando lo dices en voz alta. Comparto con ustedes este poema mío que he redescubierto. Leámoslo en voz alta:



*La casa de madera
En Mollendo descubro
Nuestra común historia.*

*Comparto solares
Donde el polvo se enrosca
Formando joyas
Alrededor de gotas de agua
Bajo el sol
Cuando la vieja escoba barre
Sus pisos de madera.*

*Flores y velas iluminan
La fe en dormitorios
Con altares llenos de santos
Vestidos de muñecas.
El aroma de pan
Recién horneado y el te
Invitan a quedarse
En tardes perezosas
Bajo el naranjo florido
Hasta la caída del sol
escuchando historias.*

*En aquellos días
El misterio se abría
Entre la luz y la sombra
De los sillones de mimbre.
Un fresco viento silbaba
Y las lágrimas se recogían
Con el polvo del tiempo.*

*Me lleno de nostalgia
En Mollendo
Viendo los ojos asombrados
De niños que cruzan el umbral
De sus casas de madera.*



Sociales

PRINCIPALES EVENTOS
QUE ENGALANAN LA
BLANCA CIUDAD



ANDRÉ FLORES Y DAYANA CHAVEZ, CELEBRAN SU PRIMER ANIVERSARIO DE FELIZ MATRIMONIO "BODAS DE PAPEL". FAMILIARES Y AMIGOS MÁS CERCANOS EXTIENDEN SUS MÁS SINCERAS FELICITACIONES.



ALICIA COLLANTES, ISAAC TEVES, MILUSKA CHÁVEZ Y MARTHA DE TORERO EN CEREMONIA HOMENAJE AL SEÑOR ESTILISTA ISAAC TEVES



FARIDE MORCOS DE LA TORRE RECIBIÓ LA MARCA DESTINO AREQUIPA



NITZA HUACO EN VII CUMBRE MUJERES LIDERES



CAJA AREQUIPA Y LA AGENCIA DE COOPERACIÓN INTERNACIONAL DEL JAPÓN - JICA EN LA SUSCRIPCIÓN DEL CONVENIO DE COOPERACIÓN FINANCIERA, APARECEN PABLO MANRIQUE, CÉSAR ARRIAGA Y HARÁ SHOHEI VICEPRESIDENTE SENIOR DE JICA.



SUJEY VÁSQUEZ, MARÍA ELVIRA TORRES, VERÓNICA BENAVIDES, ESCARLET TORRES Y MARIBEL ESCALANTE DEL COMITÉ DE DAMAS PNP EN SU ANIVERSARIO.



GUSTAVO CAMINO, ZANDRA VELÁSQUEZ, ESTELA ARISPE, MARÍA PALACIOS, ALBERTO JOKAMOVICH, ANUNCIATA GABALDONI, ANDRÉS BUSTAMANTE, FERNANDO PASTOR, CLAUDIA VIDARRÁZAGA, ÚRSULA ZIMERMAN Y MAURICIO PÉREZ WICHT EN REUNIÓN SOCIAL EN EL CLUB DE AREQUIPA.