



FUNDADO AGOSTO 1981

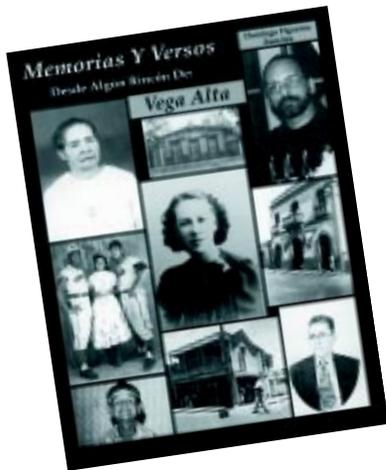
# Horizontes

ORGANO INFORMATIVO COOP AHORRO Y CRÉDITO VEGA ALTA • VEGACOOP • junio 2002

Día Nacional de la Salsa Centrales



## Rehabilitación para manejo del dolor Página 22



Recordando el ayer con estrellas de los Maceteros de Vega Alta

Página 30



## Nuevas integrantes de la Junta de Directores de VEGACOOP



Presentación del libro *Memorias y Versos* Página 24

Página 16



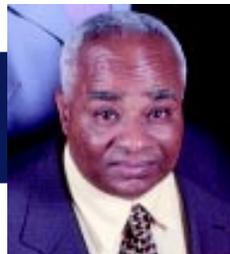
40 años de El Gran Combo

Página 26



Hijos de socios disfrutaron del tradicional campamento de verano de VEGACOOP Página 6

Bienal de Santos del MAP dedicada a Luis "Pichilo" Nieves



Conozca a fondo líderes voluntarios de VEGACOOP

Página 8

## Detrás de la portada...



Nuestros empleados y familiares en la actividad "Sal pa'fuera", celebrada en el Jardín Botánico. Allí aprendimos sobre la naturaleza y nuestro cuerpo.

Nuestra Cooperativa, consciente de su responsabilidad social, organiza, promueve, auspicia y respalda actividades dirigidas a crear conciencia sobre el respeto, cuidado y conservación de nuestros recursos naturales, de diferente clase o especie. Los recursos naturales son esenciales para preservar la vida de todo ser viviente sobre nuestro planeta tierra, incluyendo los seres humanos. Es nuestra responsabilidad como institución, aportar a la educación de nuestro público, tanto interno como externo, para que cumpla la función de velar por el buen estado de nuestros recursos.

Como todo cambio viene de adentro, nuestra Cooperativa organizó una actividad con nuestros empleados el pasado 26 de mayo, en el Jardín Botánico. La nombramos "Sal pa'fuera", y consistió de una visita al Jardín Botánico, donde participaron nuestros empleados y sus familiares.

En este lugar, además de disfrutar de un desayuno y un suculento almuerzo, tuvimos el beneficio de conocer de cerca muchas de nuestras plantas y árboles autóctonos y endémicos de Puerto Rico, sus características, nobleza y usos, además del origen de otros. Logramos una interacción con la naturaleza, ya que también disfrutamos de una caminata por las veredas del jardín.

Como si fuera poco, recibimos una charla sobre fisioterapia, dirigida a educarnos para cuidar nuestro cuerpo mediante ejercicios físicos y buena alimentación. Esta la ofreció el Dr. Miguel E. Arroyo Ramos, fisiatra vegalteño, hijo de un gran cooperativista vegalteño, el Dr. Miguel A. Arroyo Rosado.

La actividad, además de interesante, fue de mucho beneficio, tanto para los empleados como para sus familiares. Fue un día distinto para nuestras vidas, salimos muy motivados y comprometidos con la naturaleza, con nuestros recursos naturales y con nuestro cuerpo y nuestra salud.

**DIRECTOR / EDITOR**  
Agustín Flores Rodríguez

**PRESIDENTE JUNTA EDITORA**  
Luis Nieves Román

**VICEPRESIDENTE**  
Juan J. Reyes

**SECRETARIA**  
Matilde Vicens

**VOCALES**  
Mario Dávila Rolón  
Benjamín Acevedo

Publicado bimestralmente por VEGACOOOP, Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta, como herramienta educativa e informativa a nuestros socios y la comunidad en general. Toda colaboración se entregará a maquina y doble espacio y dirigida a: Sr. Agustín Flores Rodríguez, Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta, Apartado 1078 Vega Alta, Puerto Rico 00692. La Junta Editora se reserva el derecho de aprobar o rechazar cualquier artículo.

# Horizontes

FUNDADO AGOSTO 1981

## EN ESTA EDICIÓN

### Pags. 4-5

Conoce los nuevos cuerpos directivos de VEGACOOOP

### Pags. 6-7

Hijos de socios participan de campamento de verano

### Pag. 6

Asamblea de la Cooperativa Juvenil de la Escuela Maestro Ladi

### Pags. 8-9

Líderes voluntarios que forman parte de la Junta de Directores

### Pag. 10

Historietas de cobros

### Pag. 11

Papo Bolillo, parte III

### Pag. 12

Dedicatoria de Asamblea Anual al Primer Comité Organizacional

### Pag. 14

Comentario del Rvdo. P. Pablo Maysonet Marrero

### Pag. 15

Comentario de la pastora Carmen Landrón

### Pag. 16

Bienal de Talla de Santos en el MAP dedicada a "Pichilo" Nieves

### Pag. 17

Día Nacional de la Salsa, repleto de salsa gorda

### Pags. 20-22

Temas de salud

### Pags. 24-25

Presentación del libro *Memorias y versos*, de Juniquín Figueroa

### Pag. 29

Sugerencias de rutina de ejercicios para los que comienzan

### Pags. 30-31

Algunas de las estrellas de los Maceteros de Vega Alta de los 60's

# Compromiso INSTITUCIONAL

Por: José Ramón Rey Aulet

**D**ariamente en todas partes se crean nuevas instituciones, compuestas por grupos de personas las cuales en alguna medida aportan a la institución para obtener un beneficio común. Para dar dirección, administrar y poder canalizar adecuadamente todo lo relacionado a la institución, es necesario crear una junta de directores que realice estas funciones.



Sr. Ramón Rey Aulet,  
Presidente de la Junta de  
Directores de  
VEGACOO.

La tarea de una junta de directores no es nada fácil, requiere de mucho esfuerzo, dedicación y compromiso. La junta de directores tiene la obligación de crear la política institucional, o sea, qué se va hacer y cómo se va a hacer. Además, tiene que lograr que se administre en una forma uniforme, velar por los activos, sus empleados, marco legal, relación con el estado y otras instituciones y público en general. Pero la tarea más difícil en una junta de directores es poder canalizar todas las ideas, inquietudes y esfuerzos de todos sus propios componentes. Mientras más numerosa la junta, más difícil es este proceso. En el análisis de cada asunto hay diversidad de criterios y formas de atender los mismos. Gracias a la expresión del voto que se ejerce en una democracia es que se llega a unos acuerdos finales, que son mandatos para todos los participantes. Todo participante de una junta de directores viene en la obligación de acatar, adoptar y sobre todo apoyar y defender todas aquellas decisiones que apruebe la junta, aun cuando no esté de acuerdo con las mismas y ha tomado oposición dentro de la discusión del asunto en el seno de la misma.

Cada miembro de junta tiene que tener mente abierta al cambio, al diálogo y asimilar las diferentes posturas de sus compañeros y sobre todo hacer suyas las decisiones tomadas mayoritariamente por el cuerpo al que él mismo pertenece.

Nunca, entiéndase bien, nunca, un miembro de junta puede tomar posición en contra, ni actuar, ni hacer expresiones que vayan en conflicto o pongan en menoscabo a la junta y los acuerdos tomados por ésta, en ningún lugar o foro que no sea la propia junta de directores, donde tiene el tiempo y espacio para exponer y hacer valer sus posiciones. Un director que incurre en esta práctica realmente está realizando un mal servicio a la Institución que representa.

Un Director tiene, en las diferentes reuniones de junta que se realizan, la oportunidad de expresar, debatir y convencer a los demás compañeros de su posición, teniendo siempre en consideración la razón de ser de la junta, que es en primer lugar proteger la institución y los fines y propósitos de ésta. La responsabilidad y compromiso hacia la institución tiene que trascender lo personal, posición de criterio y actitudes que se identifiquen con la persona para aflorar personalidad institucional.

El compromiso de un director hacia la institución debe ser de igual manera al que se tiene a la familia inmediata, asumiendo un nivel de protección adecuado, organización, firmeza, decoro, respeto y lealtad ejecutando un rol de un buen padre de familia, siempre dando de sí antes de pensar en sí.

Tome nota, con humildad reafirmamos que uno de los elementos que han contribuido al éxito de nuestra Cooperativa radica en que hemos cuidado con mucho celo estos detalles...



El autor es Presidente de la Junta de Directores de VEGACOO.

## VERACOO





Para los que hacen del  
ahorro una parte  
importante en sus vidas

Cuando ahorras con nuestra cuenta especial VERACOO, estás listo para los gastos del verano. Comienza hoy tus ahorros y únete a nuestros miles de socios que han hecho del mismo una nueva tradición en sus vidas.

Este año, la cuenta  
VERACOO gana un  
interés de



www.vegacoo.com  
NUESTROS SERVICIOS VÍA INTERNET

**¡DE TU LADO  
SIEMPRE!**

Los depósitos y las acciones están asegurados por COSSEC hasta \$100,000. Los términos y condiciones que regulan nuestras cuentas están disponibles en nuestras sucursales y en nuestro Manual de Divulgación de Cuentas. Para información adicional sobre nuestros servicios, comuníquese con nuestros oficiales.

# Nueva Junta de Directores en VEGACOOOP



Por: **Marisol García Oropeza**

**E**l 17 de mayo de 2002 fue constituida la Junta de Directores para el año operacional 2002-2003. En las manos de líderes voluntarios como estos es que se ha desarrollado nuestra institución. Les presentamos los integrantes y los diferentes comités.



**JUNTA DE DIRECTORES**

- |                               |                |
|-------------------------------|----------------|
| Sr. José Ramón Rey Aulet      | Presidente     |
| Sr. Pedro Barbosa Román       | Vicepresidente |
| Sra. Aida L. Salgado Marrero  | Secretaria     |
| Sra. Ana R. Pedroza Rosa      | Subsecretaria  |
| Sra. Ana Pilar Rivera         | Directora      |
| Sra. Delma Santiago Angleró   | Directora      |
| Sra. Matilde Vicens Hernández | Directora      |
| Sr. Luis A. Rojas Hernández   | Director       |
| Sr. Mario Dávila Rolón        | Director       |
| Sr. Luis R. Nieves Román      | Director       |
| Sr. Roberto Birriel Arrufat   | Director       |
| Sr. Petronio Rivera Pérez     | Director       |
| Sr. Tomás Díaz Peña           | Director       |
| Sr. Wilfredo Sierra Santiago  | Director       |
| Sr. Víctor Reyes Bruno        | Director       |

Damos la bienvenida a las nuevas integrantes de la Junta de Directores, la Sra. Ana Pilar Rivera, del Distrito 1, y la Sra. Matilde Vicens Hernández, del Distrito 2, ambas residentes de Vega Alta.

**COMITÉ EJECUTIVO**

- Sr. José Ramón Rey Aulet
- Sr. Pedro Barbosa Román
- Sra. Aida L. Salgado Marrero
- Sra. Ana Pedroza Rosa
- Sr. Petronio Rivera Pérez

**COMITÉ DE INVERSIONES**

- Sr. Luis Rojas Hernández
- Sra. Ana Pedroza Rosa
- Sr. Luis Nieves Román
- Sr. Roberto Birriel Arrufat
- Sr. Tomás Díaz Peña

**COMITÉ JUNTA EDITORA**

- Sr. Luis Nieves Román
- Sra. Matilde Vicens Hernández
- Sr. Mario Dávila Rolón
- Sr. Benjamín Acevedo Zambrana
- Sr. Juan Reyes Irizarry

**COMITÉ PLAN DE DESARROLLO ESTRATÉGICO**

- Sr. Luis Nieves Román
- Sra. Ana P. Rivera Concepción
- Sra. Ana Pedroza Rosa
- Sr. Tomás Díaz Peña
- Sra. Aida L. Salgado Marrero
- Sr. Rubén E. Morales Rivera

**COMITÉ DE ÉTICA**

- Sr. Petronio Rivera Pérez
- Sra. Matilde Vicens Hernández
- Sr. Mario Dávila Rolón
- Sr. Víctor Reyes Bruno
- Sra. Aida L. Salgado Marrero

**COMITÉ ADHOC**

- CERTAMEN POESÍA**
- Sr. Luis Nieves Román
  - Sra. Delma Santiago Angleró
  - Sr. Petronio Rivera Pérez
  - Sra. Ana Pedroza Rosa
  - Sr. Víctor Reyes Bruno

**COMITÉ DE PRESUPUESTO**

- Sra. Aida L. Salgado Marrero
- Sr. Wilfredo Sierra Santiago
- Sra. Ana Pedroza Rosa
- Sr. Luis A. Rojas Hernández
- Sr. Roberto Birriel Arrufat

**COMITÉ NORMAS PRESTATARIAS**

- Sra. Aida L. Salgado Marrero
- Sr. Mario Dávila Rolón
- Sr. Roberto Birriel Arrufat
- Sr. Víctor Reyes Bruno
- Sr. Pedro Barbosa Román

**COMITÉ DE REGLAMENTO Y LEGISLACIÓN**

- Sr. Wilfredo Sierra Santiago
- Sr. Pedro Barbosa Román
- Sra. Matilde Vicens Hernández
- Sr. Petronio Rivera Pérez
- Sr. Tomás Díaz Peña

**COMITÉ DE ASAMBLEA**

- Sra. Aida L. Salgado Marrero
- Sra. Delma Santiago Angleró
- Sr. Pedro Barbosa Román
- Sra. Ana P. Rivera Concepción
- Sr. Mario Dávila Rolón

**COMITÉ DE CRÉDITO**

- |                                |            |
|--------------------------------|------------|
| Sra. Elena Pérez Viñales       | Presidenta |
| Sr. Dámaso Concepción Olivo    | Secretario |
| Sr. Victorio Vargas Rivera     | Vocal      |
| Sra. Rosa Trinidad Santana     | Suplente   |
| Sra. Virginia Santana Quintero | Suplente   |

**COMITÉ EDUCATIVO**

- |                               |                |
|-------------------------------|----------------|
| Sra. Nuris Vega Hernández     | Presidenta     |
| Sra. Aida L. Salgado Marrero  | Vicepresidenta |
| Sra. Ana M. Rodríguez         | Secretaria     |
| Sra. Carmen Berrios Burgos    | Subsecretaria  |
| Sr. Benjamín Acevedo Zambrana | Vocal          |
| Sr. Mario Dávila Rolón        | Vocal          |
| Sr. Pedro Barbosa Román       | Vocal          |

**COMITÉ DE SUPERVISION**

- |                                |                |
|--------------------------------|----------------|
| Sr. Armando de Jesús Rodríguez | Presidente     |
| Sra. Ana L. Sánchez Díaz       | Vicepresidenta |
| Sra. Isabel Cabrera Rosado     | Secretaria     |
| Sr. Antonio Vázquez Santos     | Suplente       |
| Sr. José E. Rivera Vázquez     | Suplente       |

La autora es Secretaria Ejecutiva de la Junta de Directores.

La nueva Junta quedó constituida el 17 de mayo y a ella se integraron dos nuevas directoras: Ana Pilar Rivera y Matilde Vicens.



Matilde Vicens Hernández



Ana Pilar Rivera

# VEGACOOOP MasterCard



# 12.95%

(APR)



El mismo bajo interés en tarjeta **Regular** o **Gold**, tanto para Retiros en Efectivo como para Mercancía y Servicios

[www.vegacoop.com](http://www.vegacoop.com)

## NUESTROS SERVICIOS VÍA INTERNET

Los depósitos y las acciones están asegurados por COSSEC hasta \$100,000. Los términos y condiciones que regulan nuestras cuentas están disponibles en nuestras sucursales y en nuestro Manual de Divulgación de Cuentas.

Para información adicional sobre nuestros servicios, comuníquese con nuestros oficiales.



**¡DE TU LADO SIEMPRE!**

**1-800-561-2667**

**Vega Alta** 883-4360 **Toa Alta** 870-2232  
**Toa Baja** 794-1095 **Bayamón** 798-2525  
**Dorado** 796-1140

# CAMPAMENTO 2002

Por: Nuris Vega Hernández

La Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta, a través de su Comité Educativo, celebró el Campamento de Verano 2002 del 3 a 7 de junio, con niños entre las edades de 8 a 10 años. Contamos con la participación de cincuenta (50) niños, dirigidos por siete (7) líderes, miembros del Comité. Los lugares visitados fueron los siguientes:

- 4 de junio - Solid Rock, Cupey
- 5 de junio - Hacienda Carabali, Río Grande
- 6 de junio - Wonder Park, Bayamón
- 7 de junio - Hacienda Huaycisé, Vega Alta

El campamento se inició el lunes, 3 de junio, con una charla de cooperativismo y un taller de arte ofrecido por el profesor Luis (Pichilo) Nieves Román, maestro artesano doradeño. El mismo fue todo un éxito. Los estudiantes expresaron sus capacidades creativas utilizando pedazos de papel de construcción y figuras geométricas para crear sus obras. Posteriormente fueron seleccionados y premiados los tres trabajos más originales, obteniendo el primer lugar la niña Valerie Alvarado Ríos.

Finalizado el campamento, los estudiantes tuvieron la oportunidad de expresarnos su grado de satisfacción complementando una hoja de evaluación con resultados excelentes. El lugar más destacado por la gran mayoría de los participantes, fue la Hacienda Carabali, pues para muchos fue la primera experiencia de montar a caballo. Aprovechamos la oportunidad para expresar nuestro profundo agradecimiento al Club Rotario de Vega Alta por permitirnos utilizar las facilidades de su Casa Club para la celebración de nuestro campamento.

La autora es Presidenta del Comité Educativo.



En la Hacienda Carabali los niños tuvieron la oportunidad de montar a caballo. Para muchos fue la primera vez.

## Cooperativa juvenil celebra asamblea



Nuris Vega, Presidenta del Comité Educativo de VEGACOOP, junto a las jóvenes de la Cooperativa Juvenil de la Escuela Superior Maestro Ladi, en ocasión de la primera asamblea anual.

Por: Nuris Vega Hernández

El día 24 de mayo, se celebró la 1ra Asamblea de la Cooperativa Juvenil de la Escuela Superior Maestro Ladi del pueblo de Vega Alta. Ésta se llevó a cabo a las 3:00 de la tarde en el Club de Leones del pueblo. Esta Cooperativa opera como una de consumo, donde participan como socios los estudiantes de décimo a cuarto año en forma voluntaria.

Esta Cooperativa Juvenil desarrolla y practica los principios del cooperativismo como cualquier otra Cooperativa en Puerto Rico. En esta cooperativa se desarrollan las destrezas de administrar, de utilización de los recursos humanos y el sentido de pertenencia.

Fue de gran satisfacción para las personas que asistimos a dicha asamblea, como el Sr. Rubén E. Morales Rivera, Presidente Ejecutivo de VEGACOOP y el Sr. Agustín Flores Rodríguez, Gerente de Recursos Humanos, ver cómo estos jóvenes se desarrollaron en sus funciones en la Junta de Directores. Por lo cual, les felicitamos calurosamente, al igual que a la directora de la escuela, Srta. Rabell y a la Sra. Castro, maestra orientadora de la Cooperativa Juvenil.

Para esta actividad VEGACOOP auspició los refrigerios, recordatorios y concedió algunos premios de certificados de acciones entre los socios de la Cooperativa Juvenil. Una vez más VEGACOOP se une al asesoramiento de esta Cooperativa y exhorta a sus socios para que la auspicien y ésta siga creciendo para que se convierta en un movimiento medular para otras cooperativas juveniles de Puerto Rico.

¡Nuestras más sinceras felicitaciones!

La autora es Presidenta del Comité Educativo de VEGACOOP.



ARRIBA: una actividad que ha probado una de las favoritas, es la visita a la piscina. ABAJO: en Wonder Park, en Bayamón, tanto grandes como chicos gozaron de las atracciones.

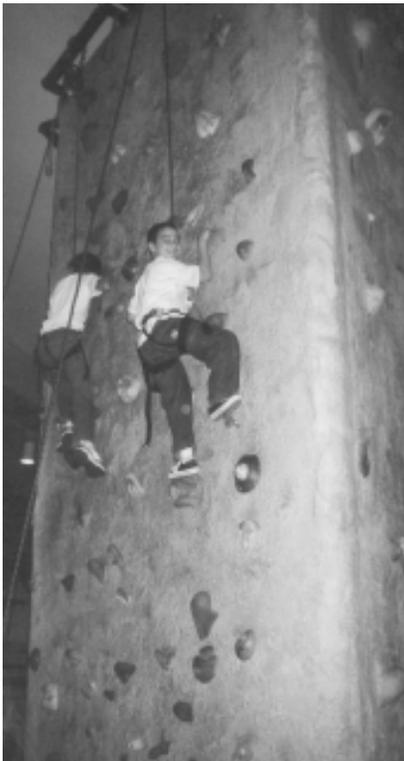




ARRIBA: un total de 50 niños, entre las edades de 8 a 10 años, participaron del campamento de verano que anualmente organiza el Comité Educativo de VEGACOOOP, como parte de los beneficios a socios e hijos de socios que ofrece nuestra Cooperativa.  
DERECHA: entre las actividades recreativas hubo juego de ping-pong.



ARRIBA: el primer día arrancó con un taller de manualidades, ofrecido por el maestro artesano doradeño, Luis (Pichilo) Nieves.  
ABAJO: la visita a Solid Rock fue otra de las favoritas.



## Clínica de salud en Sucursal de Bayamón



En lo que ya constituye una actividad tradicional, la Sucursal de Bayamón de VEGACOOOP organizó la Clínica de la Salud. En la misma los socios asistentes reciben exámenes gratuitos para detectar posibles enfermedades, como la hipertensión, examen de la vista, entre otros. ¡Buen trabajo, Bayamón!

# Conózclos NUESTRA JUNTA DE DIRECTORES: LÍDERES VOLUNTARIOS DE LA COMUNIDAD

Por: Marisol García Oropeza

## SR. MARIO DÁVILA ROLÓN

Nació en Toa Alta para el año 1932. Sus padres son el Sr. Justo Dávila y la Sra. Severa Rolón. Después de cursar la intermedia, estudió en el Seminario San Idelfonso de Aibonito, en 1949. Luego de dos (2) años continuó estudios en el Colegio Espíritu Santo en Philadelphia. Por motivos de salud tuvo que suspender los estudios y regresar a Puerto Rico. Luego de su recuperación empezó a trabajar en



Sr. Mario Dávila Rolón

varias agencias de gobierno, Supermercado Unicoop por 16 años y por último en la Cruz Roja Americana, Capítulo de Puerto Rico. Estando trabajando en la Cruz Roja se retiró a los 62 años para acogerse a los beneficios del Seguro Social.

A los 24 años contrajo matrimonio con la joven Francisca de Gracia, con la que procreó 8 hijos, 7 varones y una hembra. Al día de hoy cuenta con 16 nietos.

Comenzó en el movimiento cooperativo mediante un grupo que se formó en la parroquia San Fernando de Toa Alta llamado "Grupo de Ahorro y Crédito San Fernando", dirigido por el Padre Arnaldo Hunpert y varios socios del Santo Nombre de Jesús. Este grupo empezó con una aportación de 25 centavos semanales. El grupo creció y fue oficialmente incorporado como cooperativa. Más tarde dicha cooperativa fue fusionada a la Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta, VEGACOOOP.

En el año 1998 fue seleccionado como *Lider Voluntario del Año de VEGACOOOP* y reconocido en actividad oficial de la Liga

de Cooperativas de Puerto Rico. Actualmente pertenece a la Junta de Directores de VEGACOOOP, representando la Sucursal de Toa Alta. Ha pertenecido a diversos comités de trabajo, entre éstos: Comité de Becas, Comité de Junta Editora del Periódico Horizontes, Comité Asamblea, Comité de Ética, Comité Educativo, Comité Normas Prestatarias, entre otros, y colabora en todas nuestras actividades.

Agradecemos de manera especial la aportación, el interés y el alto sentido de responsabilidad que ha demostrado para la Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta. Además, posee otras cualidades humanas, como la honestidad, honradez y sencillez, que lo caracterizan. Es sinónimo de orgullo para nuestra Junta de Directores.

## WILFREDO (FREDDY) SIERRA SANTIAGO

Nació el 17 de mayo de 1953 en Manatí, Puerto Rico. Residente del Municipio de Vega Alta desde el 1970 (32 años). Posee un Bachillerato en Administración Comercial, concentración en Gerencia y Recursos Humanos, de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras.

Capacitación profesional: Curso Técnico Paralegal (1987), Seminarios de Legislación Laboral (estatal y federal), Ley de Salario Mínimo, Ley 80, Ley de Hostigamiento Sexual en el Empleo, Aspectos Médico-Legal en la Industria y el Comercio, del SIDA, SIDA en el Lugar de Trabajo, Ley de Salud Familiar en el Empleo, Salud y Seguridad en el Trabajo, Legislación en el Empleo de Menores y Estudiantes, Ley 379 (Jornada de Trabajo, Ley de Discrimen en el Empleo), Ley 100, Ley del Bono, Legislación de Licencias de Vacaciones y Enfermedad, Ley de Pago por Transferencias



Electrónicas, Legislación del "Flexi-Time", Ley de Ética Gubernamental, Ley de la Corporación del Fondo del Seguro del Estado, Ley SINOT, Legislación de Servicios de Empleo y Seguro por Desempleo de Puerto Rico, Ley Federal de Salarios, Ley Federal de Aprendizaje para Aprendices y/o Estudiantes (entre otros reglamentos y leyes especiales).

Actualmente se desempeña como Investigador del Seguro por Desempleo en el Departamento del Trabajo, oficina de Manatí.

Durante el 1980 comenzó en la Cooperativa como Delegado de su Distrito ante la Asamblea General de Delegados, luego pasó a formar parte de la Junta de Directores (1981) y presidió el Comité de Becas para Estudiantes de Alto Aprovechamiento Académico.

En 1982 asumió la Presidencia de la Junta de Directores, hasta 1984. De ese momento en adelante ha ocupado todas las posiciones directivas de la Junta y participado y presidido distintas comisiones o comités tales como: Ejecutivo, Inversiones, Presupuesto, Normas Prestatarias, Becas, Asambleas, Legislación y Reglamentos, entre otros.

En cuanto a la capacitación dentro del movimiento cooperativo, ha tomado cursos en los siguientes aspectos: estados financieros, presupuesto, controles internos, planificación, procedimientos parlamentarios, seguros y aspectos administrativos (cobro, préstamos,



Sr. Wilfredo Sierra Santiago

servicios y redacción de documentos). Además, capacitación en la legislación cooperativa en general, presente y pasada.

Durante los años que lleva vinculado dentro del movimiento cooperativo ha sido objeto de algunos reconocimientos por su dedicación y responsabilidad con el mismo. Estos son los siguientes:

1988 - Premio Chimenea Central Carmen, Categoría Cooperativismo, otorgado por el Centro Cultural Manuel G. Medina de Vega Alta

1991 - Premio Joseph Alexander McDonald, Categoría al Líder Voluntario, otorgado por la Liga de Cooperativas de Puerto Rico

1999 - Premio La Estrella de David, Categoría Cooperativista del Año, Otorgado por la Iglesia Cristiana Assael Inc. de Vega Alta

Agradecemos al Sr. Sierra su incansable laboriosidad, su responsabilidad y su gran sentido de entrega total al movimiento cooperativo en general y a VEGACOOOP en particular. ¡Esta es nuestra Gente y nuestros Cuerpos Directivos!

## LUIS (PICHILLO) NIEVES ROMÁN

Tallista santero doradeño, alumno de los maestros artesanos Miguel Daniel Sánchez (fallecido) y Luis González. Para los años setenta (70) participa como artesano y maestro de artesanía en el Proyecto de Desarrollo Comunal Comunidades Nuevas, en Dorado, Cataño, Bayamón y Guaynabo; y en el 1978, con el proyecto de desarrollo comunal O.C.U.P.A.T.E Inc. Fue maestro fundador del taller Artesanías Toluco.

En el 1979 obtiene un bachillerato en pintura (Magna Cum Laude) con concentraciones en pedagogía y pintura, en la Escuela de Artes Plásticas del Instituto de Cultura Puertorriqueña.

Ha representado a Puerto Rico en eventos internacionales en Estados Unidos y México. Una muestra de su trabajo artesanal pertenece a la colección del Museo de Arte de Ponce; una de sus obras se expone permanentemente en el Museo de Maestros Artesanos de la "Bacardí Corporation", en Cataño, y en el Museo Francisco Oller, en Bayamón.

Es reconocido como un prolífico maestro artesano, fundador del movimiento escuela *La Gubia Dorada* (primero en su género en la historia de la imaginaria popular puertorriqueña). En la Cuarta Bienal de Santos del Museo de Arte en Ponce se destacaron veinticinco (25) artesanos egresados de sus cursos de talla con cuarenta y nueve (49) obras expuestas, tres (3) de ellas premiadas.

En el 1991 el Departamento de Educación y el Gobierno de Puerto Rico lo galardonan como *Maestro de Excelencia del Distrito Escolar de Dorado*. Es autor del poemario *Décimas talladas* y del libro de cuentos y poemas *En una promesa de reyes* (sin editar); y coautor, con el poeta doradeño Héctor Rubén Cardona, del poemario *Trinos y alas*. Actualmente es miembro del colectivo Talla Dorada.

## PREMIOS Y RECONOCIMIENTOS EN CERTÁMENES Y EXPOSICIONES

2002 - Exposición *Alma y Sustancia* del

Smithsonian Center for Material Research and Education, Museo de Arte de Puerto Rico

2002 - Exposición *Con el Favor de Los Santos*, Museo de Arte e Historia de San Juan

2002 - Primer premio Certamen *La huida a Egipto*, Compañía de Turismo

2001 - Invitado especial del Smithsonian Center For Materials Research and Education para ofrecer talleres y exponer su obra al National Hispanic Cultural Center of New México, Albuquerque, en la exposición *Alma y Sustancia*

2000 - Seleccionado para participar en la exposición *Alma y Sustancia*, del Smithsonian Center For Material Research and Education en Washington, D.C.

2000 - Premio especial Mejor Artesano Puertorriqueño, *Primera Feria Internacional de Puerto Rico*

2000 - Primer premio categoría tradicional en la *Feria Vivencias de la Artesanía Puertorriqueña*, Plaza Las Américas

2000 - Mención honorífica en talla de madera *Certamen de Navidad* de la compañía de Turismo de Puerto Rico

2000 - Segundo premio *Primer Certamen de la Talla del Josco*, Instituto de Cultura Puertorriqueña

1999 - Primer premio *Certamen Nacimientos y Reyes*, Compañía de Turismo de Puerto Rico

1999 - Se exalta su nombre en el Museo de las Raíces Africanas de Puerto Rico

1999 - Exhibición de su obra en diferentes estados americanos, exposición itinerante *Santos de Puerto Rico: pasado y presente*

1998 - Expone sus obras en la serie de exhibiciones *Manos Prodigiosas*, Compañía de Turismo de Puerto Rico

1998 - Premio artesano distinguido, *Primera Feria de Artesanía de la Galería Paseos*

1997 - Quinto premio *Certamen de Reyes Magos a Pie*, Toa Alta

1997 - Cuarto premio *Certamen San Antonio de Padua*, Isabela

1996 - Mención de excelencia, *Exposición de Santos*, Museo Antigua Aduana, Arroyo

1995 - Exposición de Puerto Rico en la *Casa del Lago*, México

1995 - Cuarto premio, *Certamen de Reyes Magos a Pie*, Toa Alta

1995 - Segundo premio, *Certamen de la Virgen del Rosario*, Vega Baja

1995 - Mención, *Certamen Virgen de la Monserate*, en Hormiguero

1995 - Mención, *Certamen de la Virgen del Carmen*, Instituto de Cultura Puertorriqueña



Luis (Pichillo) Nieves Román

1994 - Mención excelencia, *Exposición Castillo Serrallés*, Ponce

1994 - Segundo premio, *Certamen de Talla de San Antonio Abad*, Añasco

1992 - Mención, *Certamen de Talla de San José Obrero*, Aguadilla

1991 - Tercer premio *Certamen de talla de San Sebastián*

## PREMIOS EN BIENALES

2000 - Reconocimiento especial *Cuarta Bienal de Santos Contemporáneos*, Museo de Arte de Ponce, *La Anunciación*

1998 - Mención extraordinaria Categoría Libre Expresión, *Tercera Bienal de Santos Contemporáneos*, Museo de Arte de Ponce, *Pesebre Borincano*

1998 - Mención, Categoría Libre Expresión, *Tercera Bienal de Santos Contemporáneos*, Museo de Arte de Ponce, *La huida a Egipto*

1996 - Mención Categoría Libre Expresión, *Segunda Bienal de Santos Contemporáneos*, Museo de Arte de Ponce, *Historia del Milagro de Hormiguero*

1994 - Primer Premio, Categoría Libre Expresión, *Primera Bienal de Santos Contemporáneos*, Museo de Arte de Ponce, *Adoración Borincana (pesebre)*

Actualmente, forma parte de la Junta de Directores de VEGACOOOP como Director del Distrito 6 de Toa Baja y pertenece al Comité de Junta Editora, Comité Plan de Desarrollo Estratégico y al Comité de Inversiones. Recientemente tuvo participación activa en el Campamento de Verano de VEGACOOOP, ofreciendo un taller de arte a nuestros niños.

Reconocemos su verticalidad, su humildad, su valentía y su alto sentido de compromiso, características de un verdadero cooperativista.

La autora es Secretaria Ejecutiva de la Junta de Directores de VEGACOOOP.

# HISTORIETAS DE COBROS

## ¿qué piensa usted?

Por: Juan Jorge Reyes Irizarry



Por lo común, el proceder de los demás para con nosotros es el eco de nuestra conducta para con ellos. Si somos educados con los demás, los demás lo serán con nosotros.

Aprovechando esta edición de nuestro periódico, saludamos y felicitamos a los Departamentos de Contabilidad, Sistemas de Información y Préstamos, ya que durante el pasado mes de mayo se conmemoró la semana dedicada a su labor.

También durante el pasado mes de mayo tuve la gran oportunidad de acompañar a Dolían J. Reyes Del Rosario, mi primogénita, a su graduación del jardín de niños y en la cual me premió recibiendo el alto honor de la clase. Durante la extensa y a la vez amena ceremonia escuché a un regocijado abuelo decirle a su nieto, ahora alto honor también, dos historias basadas en unas analogías sobre el eco y la vida que al momento de escucharlas supe que tendría la obligación de compartirla con aquellos que hasta el día de hoy han seguido las columnas de esta sección.

El abuelo se le acercó al nieto y en voz baja comenzó la primera historia haciendo que tanto el nieto como yo quedáramos maravillados sobre las mismas, por lo que podrían significar para la vida de aquél niño y obviamente, para mí.

Un espeleólogo, hombre aficionado a explorar las grutas y cavernas, llevó a su pequeño hijo de cuatro años, a conocer por primera vez una cueva, en la cual el pequeño descubrió "el eco", arrojando una piedrecilla.

El chico sorprendido gritó: "horrible" y el eco le regresó el grito; gritó "espantosamente" y el eco devolvió nuevamente el grito. El chico tembló de miedo ante lo desconocido y le preguntó a su padre sobre esa resonancia.

El padre inteligentemente lo tomó en sus brazos y le dijo: "Hijo mío, escucha nuevamente", y gritó: "Maravillosamente" y el eco le devolvió en sus diversas voces gritos de "bello, espléndido, extraordinario, excelente", con iguales resultados.

El niño sonrió y le volvió a preguntar: "¿Qué es papá?" y él le respondió: ES LA VIDA HIJO MÍO. Como le llamas, te contesta. Pídele lo mejor y te dará lo mejor. Pídele lo peor y te dará lo peor.

Luego de oír tal historia, el nieto le preguntó al abuelo si tenía otra historia sobre ecos, y no habiendo concluido los actos protocolares de la graduación, y en un aparte muy íntimo, el abuelo le contó la historia de Jorge.

Jorge, que no sabía lo que era el eco, un día se divertía en el campo en ir montado sobre un palo de escoba, como si fuera un asno.

— ¡Arre! ¡Arre!

Pero inmediatamente oyó las mismas palabras en el bosque cercano. Creyendo que algún niño se hubiera escondido en él, le preguntó admirado:

— ¿Quién eres tú?

La voz misteriosa repitió inmediatamente:

— ¿Quién eres tú?

Jorge, lleno de furor, le gritó entonces:

— Tú eres un necio.

Enseguida la misteriosa voz repitió las mismas palabras. Entonces Jorge montó en cólera y lanzó palabras cada vez más injuriosas contra el desconocido que suponía escondido; pero el eco se las devolvía con la máxima fidelidad. Jorge corrió al bosque para descubrir al insolente y vengarse de él, pero no encontró a nadie. Entonces marchó a su casa, y fue a consolarse con su mamá de lo que le había sucedido, diciéndole que un bribonzuelo, escondido en el bosque, lo había colmado de injurias.

Esta vez te has engañado, pues lo que has oído ha sido el eco de tus mismas palabras, le dijo la madre.

— Si tú hubieras dicho en alta voz una palabra afectuosa, la voz de que hablas te hubiera

respondido también en términos afectuosos. Lo mismo sucede en la vida ordinaria. Por lo común, el proceder de los demás para con nosotros es el eco de nuestra conducta para con ellos. Si somos educados con los demás, los demás lo serán con nosotros. Si, en cambio, somos descorteses, ruines y groseros con nuestros semejantes, no tenemos derecho a esperar ser tratados de diferente manera.

Con esas sublimes historias el nieto quedó perplejo y a mí me hicieron entrar en un estado profundo de reflexión sobre la brevedad y la calidad de la vida. ¿Qué piensa usted?

El autor es Gerente del Departamento de Cobros de VEGACOOOP.

## El Mejor

Está dentro de todos nosotros ser el mejor, lo mejor que podemos ser. Los ganadores tienen orgullo, orgullo en lo que hacen, y orgullo en sí mismos. Saben que lo dieron todo y nadie puede pedir más. Si al final del día, usted puede decir honestamente que dio su mejor esfuerzo, usted será el mejor.

Por Juan J Reyes Irizarry

Es la naturaleza de la raza humana competir, ser mejor que nuestros competidores, mejorar nuestras habilidades, lograr nuestras metas. Ser el mejor es un deseo dentro de todos nosotros: el campeón o el triunfador es el que vence a sus oponentes. Tiene éxito a pesar de las dificultades que enfrentarán su determinación para ser el mejor. En cada campo hay gente con talento natural, la cual sin el deseo de ser el mejor, faltándole la determinación para vencer obstáculos, sus talentos naturales cuentan poco. Sin el esfuerzo constante por mejorar esa habilidad natural, y sin la perseverancia continua de afinar sus talentos, la habilidad dada por Dios se hace nada.

Sin el compromiso de ser el mejor, el poseedor del talento natural será sólo otro competidor, otro perdedor que dará excusas y pensará en la profundidad de su persona solamente. Véase como el mejor, como el campeón, y fije su meta. Haga de su meta un logro, lógrela y fije la próxima. Para el mejor siempre hay una nueva meta. El juego no termina hasta que suene la campana.

El mejor analizará, teorizará, a veces improvisará, nunca racionalizará (buscando excusas para cubrir sus errores). El mejor siempre da ese esfuerzo extra: un poco más, aunque duela. Casi nunca es suficiente. Hacer lo mejor para uno mismo, es hacer lo mejor para los demás.

Se necesita deseo, determinación, dedicación, compromiso y la honestidad dentro de uno mismo para lograr la meta.

Está dentro de todos nosotros ser el mejor, lo mejor que podemos ser. Los ganadores tienen orgullo, orgullo en lo que hacen, y orgullo en sí mismos. Saben que lo dieron todo y nadie puede pedir más.

Si al final del día, usted puede decir honestamente que dio su mejor esfuerzo, usted será el mejor.

El autor es Gerente de Cobros de VEGACOOOP.



# PAPO BOLILLO

## se enamora (Capítulo III)

Por: Agustín Flores Rodríguez

Tocan a la puerta...

- ¡Adelante! Entra Carmencita mi, secretaria.  
- Hay dos personas que quieren verte y hablar contigo.  
- ¿De quién se trata?  
- No sé, no me dijeron sus nombres.  
- ¿Te dijeron para qué quieren verme?  
- Tampoco. Uno me preguntó si estaba el Mister y la otra le corrigió diciéndole que pregunte por el señor Flores.  
- Entonces vienen juntos.  
- Eso creo, porque cuando les pregunté sus nombres, él me dijo que era una sorpresa.  
- Diles que entren.

Carmencita sale, deja la puerta abierta e inmediatamente... ¡Mister!

- ¡Papo! ¡Muchacho!, ¿qué es de tu vida?  
- Lo que pasa es que he estado muy ocupado últimamente. Me ha aparecido mucha chiripa.  
- Eso quiere decir que te va bien en el negocio de la jardinería. No me imaginé que tendrías tanta demanda.  
- ¿Cómo que qué? Si me dejo ir trabajaría los siete días de la semana. Mister hay trabajo. Lo que pasa es que hay que salir a buscarlo. Aunque ya yo no tengo que salir, pues a mí me llaman. ¿No le había dicho que yo preparé una tarjeta con dirección y todo?

Papo me muestra una tarjeta que dice: "Bolillos' Garden Work".

- Ya tienes teléfono y todo.  
- ¡Oh sí!, la gente que llama a la casa de ella. Ella coge la dirección y me avisa; porque el teléfono es el de ella. ¡Adiós cará Mister, perdone que no le había presentado a mi novia. Le presento a mi novia Simplicita.  
- Mucho gusto, señorita.  
- Encantada, Simplicita, para servirle.

Simplicita en una mujer de tez blanca bastante alta, como de 5' 8" un poco más alta que Papo. Su vestimenta es tan sencilla y conservadora como su peinado. Su maquillaje se reduce a un poco de color en las mejillas. Por prenda tiene un reloj que aparenta ser bastante caro y una sortija pequeña pero de calidad.

- Con que tenías muy guardado lo del noviazgo, ¡ah! ¿Hace tiempo que son novios? ¿Cómo se conocieron?  
- Pues... mire Mister, esto es como de novela. Por eso es que yo digo que la pedrá que está pa'l perro... Sucede que cuando yo estudiaba en la Intermedia, ella estaba en un grado más alto pero a mí me gustaba ella y me pasaba molestándola y, como yo era un títere para esa época, ella no me hacía caso y hasta odio me tenía. La cosa es que yo seguí con mis loqueras y mis pocaverguenzas y desaparecí de la escuela y seguí la vida que ya usted conoce. Pero... que un día, una señora que es cliente mía, me dijo que tenía una amiga que necesitaba mis servicios porque hacía poco quedó viuda y tenía un patio grande que estaba todo perdido, además tiene una finquita que necesita atención. Bueno...  
- O sea, que tú también le atiendes la finquita.

- Sí, pero, ya verá, espere que le cuente. Resulta que yo me dirigía al lugar que mi clienta me dijo después de explicarme cómo llegar. Llegué como a eso de las 7:30 de la mañana y me arrimé al portón. Allí había una señora vestida de negro con esa mata de pelo suelta

que le llegaba a la cintura y le pregunté, ¿aquí vive doña Simpli?, porque mi clienta dijo que preguntara por doña Simpli, y ella me miró de arriba a bajo con esos ojos negros, y me contestó, "una servidora". Por un momento yo quedé como hechizado. ¿Verdad que fue así, Simpli? Simpli asienta con la cabeza, sin despegar su vista del piso, mientras dibuja en sus labios una sonrisa de Monalisa. Resulta que después que ella me dijo lo que yo tenía que hacer, me dispuse a trabajar. Pero, mientras yo trabajaba, no podía apartar mi vista de ella porque algo me halaba hacia ella. Era como si encontrara algo raro, como si la hubiera visto antes en algún lugar o en alguna época. Pero, esto no me sucedía solamente a mí, ¿verdad Simpli? Cada vez que yo la miraba la sorprendía mirándome. Y yo pensaba, ¡jumi!, ese huevo quiere salir.

Simpli me mira disimuladamente. Está sonrojada como una joven a quien le descubren por primera vez sus sentimientos de amor. Papo, disimuladamente, trata de cogerle la mano, mientras mira hacia otro lado. Ella, con mucha delicadeza y disimulo trata de rehuir el contacto de su mano, mientras le dirige una mirada que denuncia una súplica por un buen comportamiento. Papo Bolillo es todo entusiasmo y felicidad. Parece un niño que por fin ha logrado realizar el sueño de su vida o adquirir el juguete que siempre quiso tener.

- La cosa es que el primer día no hablamos gran cosa. Sólo nos miramos y hablamos lo necesario. Ya el segundo día, porque tuve que volver, ese patio estaba perdido, hecho una maleza, ¿verdad, Simpli?, (Simpli contesta en la afirmativa automáticamente). ¡Entonces, empezamos a conocernos!, usted sabe, más bien a reconocernos porque ella la...  
- ¿Y qué tiempo hace que se conocen?

- Hace unos cuantos meses. Casi desde la última vez que hablamos en la Fonda de Manolo.

- Ustedes perdonen que yo les hago ciertas preguntas pero, no puedo negar que me interesa la felicidad de los dos. Además que tú, Papo, me has demostrado confianza y a veces me pides consejos. ¿Están ustedes seguros que se quieren lo suficiente?

- ¡Claro Mister! Si yo la he querido desde siempre. Eso quería decirle, que ella era aquella muchacha que yo molestaba en la escuela. Ese era el misterio que había, que yo la conocía y ella a mí pero no sabíamos cuándo ni dónde. Una vez, o sea el segundo día de yo trabajar en su patio, empezamos a contarnos nuestras vidas, y ahí nos descubrimos. Ella me contó todo lo suyo y yo todo lo mío. Ella me ha aceptado como soy y yo a ella como es. Ella sabe que yo la quiero mucho y que estoy enchulaito de ella. ¿Verdad, Simpli?

- Sí, Papo.

- Y ella me quiere a mí. ¿Verdad, Simpli?

- Sí, Papo.

- De modo que son el uno para el otro.

- Yo estoy convencido de que ella es la mujer de mi vida. A mí me conviene ella porque es una mujer seria, madura, decente... es viuda pero eso no importa. Yo le prometo no morirle joven. Por otro lado, yo le convengo a ella. Ahora yo soy un hombre distinto y cada vez estoy más clin. Y en parte se lo agradezco a usted, Mister. Otra ventaja que ella tiene es que va a coger a un hombre señorito.

- ¿Coooooóooooo? ¿Tú, señorito? No me vaciles, Papo.

- ¡Claro!, Mister, yo se lo juro por...

Simpli, vira la cara hacia la puerta. Su rostro parece un anuncio de barbería, cambia de colores constantemente.

- Pero, con la vida que has llevado yo no lo puedo creer.  
- Acuértese que yo no pensaba en na' y todo lo cogía a relajo y así me trataba la gente. No me hacían caso. Luego la bebida, la droga, etc. Por eso es que estoy loco por casarme. Ahora, eso sí, cuando me case libraré la chiva, antes no.

- Papo, la verdad que tú eres especial, cada vez que te encuentro me das una sorpresa. Tú eres único.

- Yo se lo he prometido a Simpli; no la tocaré ni con un palo largo hasta que nos casemos. Yo quiero que tenga el privilegio de ser la primera mujer en mi vida. ¿Verdad, Simpli?

- Ay...yo ... pues... no sé. Por favor, no me preguntes nada ahora, no sé qué contestarte. Papo, ¿por qué me hiciste acompañarte hasta aquí?

- No te preocupes, mi amor, el Mister es mi amigo, y como si fuera mi padre. Es como si fuera de la familia.

- Bueno, Papo, ¿cuáles son tus planes ahora?

- Pues, a eso venía. Quería consultar con usted porque quiero casarme pronto y quería que me orientara para ver cómo en la Cooperativa me ayudan a bregar con la boda. Yo había hecho un préstamo para comprar las herramientas de jardinería y todavía debo la mitad.

- Lo que tienes que hacer es depositar más acciones y solicitar un préstamo personal y que te cobre el balance del que tienes ahora. Así tendrás un solo pago al mes y te sobra para los chavos de la boda.

- Lo voy a considerar y cuando sea, yo vendré por usted.  
- Pues no hay qué hablar. Echa pa' lante que para eso estamos.

- Gracias Mister, yo sé que puedo contar con ustedes, ¿te fijas, Simpli?

Se ponen de pie para salir de mi oficina y Papo busca al tiento la mano de Simpli. Esta vez ella no se resiste y entrelazan sus manos. La cara de Simpli aún se mantiene roja como una pomarrosa.

- Me imagino que me invitarás a la boda, pues no me la perdería por nada del mundo.

- ¡Pues claro! Usted será mi primer invitado. ¡Ah! Se me olvidaba decirle que hable con la orquesta de aquí para la boda. Yo quiero que sean ellos los que toquen en mi boda.

- Eso lo arreglamos con Juniquín para que te haga precio.

- Se lo agradezco mucho. Bueno, será hasta la próxima.

- Gracias por venir a decirme la nueva.

- Señor, ha sido un placer conocerle. Ya Papo me había contado mucho sobre usted. Él lo aprecia mucho. Gracias por todo.

- Estaré a sus órdenes. ¡Qué Dios los bendiga y que sean felices!

- Adiós.

- Adiós.

- ¡Carmencita!

- ¡Dime!

- Ven un momento, por favor.

Este artículo, (tercero de una serie), ha sido reproducido porque próximamente será adaptada para teatro por la compañía teatral Teatro Guakia.

**DEDICATORIA**

Nuestra Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta tiene como tradición dedicar su asamblea a personas o entidades que han contribuido significativamente al desarrollo y crecimiento de nuestra Institución y a la comunidad que sirven.

Estando a un año plazo para arribar a nuestros primeros cincuenta años de vida institucional, nada más justo que dedicar esta Asamblea de 2002 a aquellos que constituyeron el primer Comité de Organización Oficial, en reunión celebrada el 23 de junio de 1953, en los salones de la Escuela Intermedia de Vega Alta. Según la primera acta oficial registrada, en esta reunión el Comité Organizador quedó compuesto como sigue:

- Sr. Ignacio Miranda Sánchez - Presidente
- Sr. Diego Rodríguez - Vicepresidente
- Sr. Damián Dávila Santiago - Secretario
- Sr. Francisco A. Córdova - Tesorero
- Sra. Ramona Navarro - Vocal

A estos cinco valerosos vegalteños les dedicamos esta Asamblea de 2002, por su valentía, dedicación, lealtad, compromiso y espíritu de servicio desinteresado a su Cooperativa y a su pueblo. Posiblemente, estos cinco héroes y muchos más que colaboraron con ellos, no tenían idea de que la criatura que acababan de parir esa noche, llegaría a ser una de las instituciones cooperativas más importantes de nuestra Patria, cuarenta y nueve años más tarde. Para el próximo año 2003, cuando celebremos el cincuenta aniversario de nuestra fundación, estaremos reconociendo a todos los fundadores e incorporadores.

Queremos, nuevamente, reafirmar nuestro agradecimiento, reconocimiento y admiración por estos organizadores, porque a ellos, como a muchos otros, les debemos estar aquí hoy, celebrando esta Asamblea con todos los logros alcanzados y ser parte de una de las Instituciones más prestigiosas de nuestra Nación Puertorriqueña.

A los que tenemos la dicha y el privilegio de tenerlos aquí presentes y a los que están en representación de aquellos que se trasladaron a otro estadio de su vida, o que por otra razón no pueden estar presentes, les prometemos y recordamos que siempre estarán presentes en cada triunfo y en cada logro de nuestra Cooperativa y en el corazón de todos los que de una forma u otra trabajamos y colaboramos para que nuestra casa se mantenga limpia y en constante crecimiento para servirle a nuestros socios y a la comunidad, como soñaron ustedes. El tiempo es indetenible y los años se suceden, los seres humanos se van sustituyendo unos a otros, así es la vida; pero la obra grande, positiva y determinante queda presente en la conciencia colectiva de un pueblo y de las Instituciones. Compañeros organizadores, su obra fue grande y será imborrable.

Gracias por haber organizado esta Institución para su generación, para la nuestra y las venideras.

**VEGACOOOP dedica asamblea a Primer Comité Organizador**

Por: **Agustín Flores Rodríguez**

La Cooperativa de Ahorro y Crédito Vega Alta, respondiendo a la costumbre de dedicar sus asambleas a socios, grupos o entidades que han contribuido al desarrollo y crecimiento de la Institución o que se han destacado por su servicio a la comunidad, reconocieron al Primer Comité Oficial de Organización de la Cooperativa, dedicándole sus asambleas a cada uno de los integrantes del mismo.

Como embocadura a la celebración del cincuenta aniversario de su fundación, que será durante el 2003, se comenzó por reconocer a los pioneros del desarrollo del cooperativismo en Vega Alta.

De los constituyentes del primer "Comité Oficial", cuatro de los cinco no están físicamente con nosotros. Estos son: don Ignacio Miranda Sánchez, quien fuera el primer Presidente; don Diego Rodríguez, Vicepresidente; don Damián Dávila, Secretario y doña Ramona Navarro, viuda de Torres, Vocal. El Sr. Francisco "Toco" Córdova, quien fuera el Tesorero, para satisfacción de todos, aún está con nosotros.

El Comité de Asambleas de 2002, en coordinación con la Administración, para reconocer a los ausentes, invitó a los familiares de éstos a visitar las tumbas y hacer un acto de colocación de una ofrenda floral en el lugar correspondiente.

El Sr. Francisco Córdova Calderón, el único que está vivo, también fue el primer vegalteño en convertirse en pelotero profesional; se inició con los Senadores de San Juan. Éste había formado parte de un equipo de béisbol de 1938 y no tenía conocimiento que existía una foto de dicho conjunto, donde aparece él cuando aún era jovencito. El Sr. José "Cheo" Carrasquillo, nuestro columnista deportivo, descubrió y rescató dicha foto y se hizo una ampliación en "Quality Photo Lab", donde también se enmarcó y se le entregó al Sr. Toco Córdova. Este obsequio fue recibido por él con gran emoción y considera que es el mejor regalo recibido en mucho tiempo.

Al Sr. Córdova, al igual que a los representantes de los ausentes, se le hizo entrega de la dedicatoria enmarcada, como recordatorio de la ocasión.



Tumba de Ignacio Miranda Sánchez, Presidente del Primer Comité Oficial de Organización de lo que es hoy VEGACOOOP, y luego primer Presidente de la Junta de Directores.



Depósito ofrenda floral en la tumba de doña Ramona Navarro de Torres, Vocal del Primer Comité, el sábado 27 de abril de 2002.

ARRIBA: tumba de don Diego Rodríguez, Vicepresidente del Primer Comité Oficial de Organización de lo que es hoy VEGACOOOP. IZQUIERDA: don Francisco A. Córdova Calderón, Tesorero de dicho Comité, es el único que vive de aquellos primeros gestores de nuestra Cooperativa.





Unidos, presentes en ánimo y propósito, se encontraban los gobernantes de nuestro pueblo, de nuestra gente, que aunque no tomaron parte en la actividad, dejaron claro su solidaridad al reclamo de justicia social que representa la paz para y de Vieques.

Cientos de puertorriqueños dijeron presente en la actividad de solidaridad por la paz de Vieques, en la alborada del 19 de abril de este año.

## Amanecer por la paz de Vieques

Por: **Guillermo Ortiz Acevedo**

**E**n la alborada del 19 de abril de 2002 en el Parque del Tercer Milenio, Puerto Rico amaneció con un reclamo por la paz de Vieques con el sentimiento, solemnidad y ahora con la armonía, ritmo e ímpetu que pueda caracterizar una sociedad pacífica y democrática como es la nuestra, en busca de su justicia social.

Cientos de puertorriqueños dijeron presente para escuchar la expresión de solidaridad por la paz de Vieques de nuestra clase artística en la actividad *Amanecer por la Paz de Vieques*.

Nuestra clase artística galardonó un manjar de excelencia en sus diferentes expresiones a Puerto Rico, Vieques y al mundo entero en solidaridad con la lucha pacífica y reclamo de justicia social para nuestros compueblanos viequeses.

La *Orquesta por la Paz*, compuesta recientemente por cuarenta (40) músicos de nuestras máximas y más distinguidas instituciones musicales, le brindó su clamor con el sentimiento, armonía, ritmo e ímpetu que caracteriza los músicos sinfónicos de nuestro país; con la destacada participación de Henry Hutchinson y Guillermo Figueroa.

Las voces privilegiadas y predilectas de nuestro Danny Rivera, Chucho Avellanet y Zoraida Santiago entonaron canciones como *Canción de la alegría* (a capela por Chucho), *Los carreteros* de nuestro Rafael Hernández, y *Verde Luz*, de la autoría de Antonio Cabán Vale "El Topo", estos últimos acompañados por la *Orquesta de la Paz*.

El Coro de concierto dirigido por la profesora Carmen Acevedo y los sentimientos escritos declamados en un poema conjunto de seis (6) de nuestras mentes poéticas más ilustres: Elsa Tió, Etnairis Rivera, Magaly Quiñones, Eric Landrón, Hamid Galib y Vicente Rodríguez Nietzsche, se hicieron eco ante el mundo del reclamo por la vida, salud, bienestar y paz de sus y nuestros hermanos viequeses.

No podemos menospreciar la demostración de solidaridad del hijo de nuestra gloria dramaturga, Braulio Castillo, y también excelente actor, Braulio Castillo, hijo, y nuestra Cordelia González, que con sus voces enmarcaron cada obra de arte brindada a nuestra gente y al mundo.

Unidos, presentes en ánimo y propósito, se encontraban los gobernantes de nuestro pueblo, de nuestra gente, que aunque no tomaron parte en la actividad dejaron claro su solidaridad al reclamo de justicia social que representa la paz para y de Vieques. Dijeron presente la gobernadora, Hon. Sila M. Calderón, los presidentes del Senado y Cámara de Representantes, Hon. Vizcarrondo y Hon. Faz Alzamora, múltiples senadores y representantes, alcaldes y/o sus representantes como el Hon. Aponte, la hija del Alcalde de Vieques y la senadora Norma Burgos, sin olvidar las múltiples instituciones cívicas, culturales y religiosas.

Pese que la duración de la actividad fue de una (1) hora aproximadamente, en la alborada del día, ésta se escuchará por años venideros.

# INICIATIVAS RELIGIOSAS RENOVABLES

## Mesa de la comunión o cueva de ladrones



Por: Rvdo. P. Pablo Maysonet Marrero

El suceso del 11 de septiembre de 2001 (ataque a las Torres Gemelas y al Pentágono) le abre a la historia de principios del milenio 3000 d. de C. los parámetros específicos para que se tenga consciencia del mundo en que participamos. Como pocas veces ha sucedido, el imperio norteamericano es atacado dentro de su propio territorio, (pero, no olvidemos nuestro ataque realizado por cuatro hermanos nacionalistas ante la Casa Blair en el 1954: Andrés Figueroa Cordero, Irvin Flores, Lolita Lebrón y Rafael Cancel Miranda. Ello fue un hecho de singularidad estremecedora, ya que era imposible concebir que representantes de una simple, pobre, pequeña y ocupada colonia tuvieran el arrojo y la convocatoria firme para poner sobre la mesa mundial la situación de usurpación del gobierno estadounidense

sobre Puerto Rico).

Estos sucesos ofrecen una nueva lectura sobre el "otro rostro" de todo imperio. Históricamente, todos los pueblos que se han hecho imperio nacen y se desarrollan a través de actividades bélicas de dominación y opresión hegemónicas, manifestando el uso y desuso del patrimonio nacional de todo otro territorio y sociedad humana. Puerto Rico es una de las naciones que con mayor emergencia ha vivido las prácticas retardatarias para que su nacionalidad y soberanía no se logre ni adquiera su legalidad mundial. ¿Cómo es posible que se hable tanto en Puerto Rico sobre "derechos humanos y civiles", si el derecho a nuestra soberanía no se tiene aún? Ese es el sendero a través del cual caminamos.

Además, los sucesos del 11 de septiembre de 2001 han puesto sobre la mesa mundial la situación más apremiante y lastimosa de la pobreza y miseria que existe en tantas partes geográficas del planeta tierra...criaturas humanas muriendo por la hambruna...por la falta de atención médica... ausencias en la atención educativa... ausencia de techo, vestimentas, medios para el trabajo y salarios justos... la destrucción rampante de la ecología... los prejuicios hacia comunidades indígenas, negras, latinas... los prejuicios machistas... las escuetas prácticas de globalización y privatización donde el mercado y el comercio lo rigen personas de niveles altamente adineradas, cuyo capital económico no se comparte en bien de todos.

Se nos reclama volver a la mesa del mundo -la cual

debe ser "mesa de comunión" o "mesa de la eucaristía" -donde el pan y el vino se reparten equitativamente a todos. Dicha mesa no es, exclusivamente, la que se ubica frente a una congregación religiosa específica, sino que es la mesa de la comunión de todo el mundo habitado -ecumenismo-, donde se practica el compartir los frutos de la tierra, la salud, techo, vestimenta, recreación y el respeto de cada ser humano y su ecología.

En el Evangelio según San Mateo (cap.25) se recoge la parábola del "juicio de las naciones", donde Jesús describe la práctica diaria de todo creyente:

*Porque tuve hambre, y me disteis de comer, tuve sed, y me disteis de beber; fui forastero, y me recogisteis; estuve desnudo, y me cubristeis. Enfermo y me visitasteis; en la cárcel, y vinisteis a mí.*

Se anuncia, pues, una nueva escatología mundial la cual está precedida, no por la destrucción total del planeta tierra, sino por la transformación hacia un mundo en bien de toda la humanidad y de su ecología.

Es imposible ya quedarnos tan inválidos ante las naciones imperiales, Estados Unidos como primer ejemplo: naciones que usurpan la mejor parte del mundo y sus frutos.

¡O compartimos lo que tenemos, o se volcarán las mesas, ya que se ha convertido al templo del mundo en "cueva de ladrones"! (San Mateo 21:13).

## Día de logros



Por: Alberto Alvarado Noa

La escuela Felipe Díaz González en Toa Alta tuvo su día de logros como todas las demás escuelas. Allí había caras sonrientes y menos sonrientes. Sonrisas que parecían expresar sentimientos contradictorios, como esas cosas que logramos con demasiado esfuerzo, con desgaste de la energía vital y que nos dejan exhaustos y sin ganas de volver a empezar. Pero tenemos que continuar la lucha porque el día de logros, con la repartición de 78 medallas, nos dice algo. Todavía estamos reguindados de una esperanza, de un leño que flota en el mar de la incertidumbre, de una nube pequeña que, como en los días de Elías, presagia la inminente caída de una lluvia fresca y serena.

78 medallas que representan el esfuerzo académico de otras tantas personas. Mientras se daba el ritual coronamental del acto, el telón arriba, los aplausos del auditorio sucediéndose en cadenas más o menos prolongados, mi pensamiento extendía sus alas y recorría el pasado reciente. Hablamos de logros académicos como si la nota de "A" garantizara el éxito en la vida.

Como si no existieran más inteligencias que las de las materias de siempre... pero quizás nos olvidamos, no digo que a nivel de conciencia, de que existen otras inteligencias, otros modos de vida tan importantes, y quizás superiores al nivel académico. Me refiero a la educación para la vida. El sentido que se encuentra, digamos en el amor al prójimo, el sentido que subyace en la fraternidad, en el interés de unos por los otros, en la conciencia cooperativista. Lo que en logoterapia llaman la autotranscendencia. Me pregunto -a riesgo de que se me juzgue de negativista- si el logro de las medallas es el mismo que se obtiene cuando, después de haber ayudado a alguien con alguna necesidad, sentimos el gozo de haberle arrancado a la existencia un pedazo de significado, o si por lo contrario -aquí me vienen al pensamiento las palabras de Goethe en su Fausto- tenemos que repetir como ese sabio angustiado, "qué es lo que sé?, lo mismo que sabía."

La falta de educación para la vida -el maestro artista modelo- con su compromiso de vivir la existencia viviendo los valores -mejor que enseñándolos- se percibe como algo fenomenológico. Es algo que no puede ser medido, como dirían los conductistas "en términos de conducta observable". Porque me parece -a falta de un concepto más amplio- que el amor por la vida, el aprecio por los demás, es algo que no puede, ni debe, reducirse a experimento de laboratorio. Insisto en la palabra subjetivista, fenomenológica porque el ser humano -si quiere parecerse a Dios- debe ser algo más que una especie filogenética en línea directa con los homínidos. El ser humano está hecho para ser él y los demás.

Los rostros de los maestros reflejan -casi de manera trágica- a pesar de las 78 medallas que cuelgan de los

cuellos de los estudiantes, que algo no se hizo. O sencillamente que algo falta por hacer que trascienda los significados atrincherados en el símbolo de metal que, como una nube, no obstante, son un legado de la esperanza.

Hay un malestar en la cultura -decía Freud- una especie de angustia que nos sobrecoge, una especie de fiebre interior, que nos interroga -como las antiguas parábolas del evangelio -sobre el verdadero significado de la vida. Las medallas son el totem de una sociedad que se envuelve cada vez más en la desfachatez de un reggae, de un perreo, de una bachata, con la aveniencia de los padres y la bendición de los medios de comunicación. Lo que importa es la venta. El odioso "rating", la bola de cristal de las encuestas favoreciendo -es un acto democrático después de todo- que los jóvenes lo que "prefieren" es eso como mayoría.

Nuestra responsabilidad se reduce a cero en la misma medida que nuestra humanidad; dejándonos inmersos en ese malestar cultural porque sabemos muy en el fondo que algo anda mal con nuestro comportamiento. Pero ahogamos la voz interna con ensayos de dramas, escenas típicas de recompensas en metálico -medallas o dinero- otro mecanismo de defensa inventado por un inconsciente que vive aplastado no ya por la sobresocialización de la cultura, sino por la permisividad al garete de una libertad mal entendida.

Fue nuestro día de logros, pero seguimos perdiendo -¿lo puede definir la Gestalt?- una parte de la totalidad que anda al garete, que falta, que se intuye que falta -porque interiormente, muy en el fondo y a pesar de las sonrisas- estamos profundamente tristes.

El autor es orientador y consejero.

# Si te dieran la oportunidad de volver a nacer, ¿qué harías con tu vida?



Por: Carmen J. Landrón Bruno

¿Nunca te has sentado a solas a pensar y pasar balance de tu vida? ¿En esos pensamientos, no se te han quedado miles de cosas sin realizar? No te has hecho la pregunta de, si te dieran la oportunidad de volver a nacer, qué harías con tu vida. Ese ejercicio es muy bueno para evaluar cómo tú has moldeado tu vida. Hay varias técnicas que pueden ayudar a concientizarte. Un ejercicio matemático que puede darte luz es si multiplicas tu edad por las 24 horas del día, luego el resultado lo multiplicas por los 365 días del año, el resultado será las horas que has vivido. Te darás cuenta que son muchas, pero lo importante es si esas horas han sido felices o amargadas. Madre Teresa de Calcuta, hablando de la vida, dijo que: "La vida es una oportunidad, aprovéchala; es bella, admírala; es un sueño, hazlo realidad; es un reto, afóntalo; es un deber, cúmplelo; un juego, júégalo; es preciosa, cuidala; es riqueza, consérvala; es amor, gózala. La vida es un misterio, devéalo; una promesa, cúmplela; es tristeza, supérala. La vida es un himno, acéptalo; una tragedia, domínala; una aventura, desafiála. La vida es felicidad, merécela. La vida es vida, defiéndela." En medio de tantas cosas que puedes pensar sobre tu vida, ¿estarás satisfecho con ella? ¿Se te han quedado cosas sin realizar o crees que no vale la pena vivirla? Ir hacia donde nos proponemos, en ocasiones, es relativamente fácil. Lo difícil es el camino de regreso para ver el estado actual de lo que estamos viviendo. Lo que han hecho contigo los problemas, tus insatisfacciones, lo que hay en realidad en tu vida. Se cuenta que los hombres de la ciencia espacial ya se habían buscado la manera de poner sobre la luna un artefacto tripulado por astronautas, pero se preguntaban cómo lo harían volver a tierra. Al fin dieron con el módulo lunar que era capaz de reposar sobre aquella superficie agujereada, luego desplegarse, como un pájaro que bate sus alas, hasta el encuentro con el cohete de donde se había suspendido. Se realizó una vez y se realizará cuantas veces el hombre quiera hacerlo, pero el regreso les será siempre difícil en el principio. Así seremos nosotros con las oportunidades que la vida nos ofrece. Soñamos y nos

No se te dará otra oportunidad que no sea esta vida que tienes. Necesitamos gente con sueños, necesitamos gente con mucho amor, gente responsable con la vida, con el ser humano, gente con sed y hambre de Dios y de justicia.

proponemos muchas cosas y eso es bueno pero se nos escapa el regresar a lo que tenemos ahora. Es preciso que podamos apreciar lo que estamos viviendo y si hay que mejorarlo o cambiarlo, hacerlo ahora en vida. Porque no se te dará otra oportunidad de volver a nacer. Ahora es que tienes que ayudar a tus hijos dándoles apoyo, buenos consejos y supervisando sus decisiones, ahora es que tienes que hacer algo por mantener un buen matrimonio, ahora es que necesitas tener un buen hogar, un buen trabajo, una buena salud, buenas amistades. Ahora es que puedes arreglar tu vida. Erma Bombeck escribió una lectura que tituló *Si volviera a nacer*. En esa lectura hizo los siguientes comentarios:

*"Hace tiempo alguien me preguntó si yo cambiaría algo en caso de que tuviera la oportunidad de volver a nacer. ¡No!, contesté, sin embargo, comencé a pensar... si volviera a nacer, hablaría menos y escucharía más. Invitaría a mis amigos a cenar aún cuando el mantel estuviera manchado y el sofá desteñido. Comería rosetas de maíz en la sala "elegante" y me preocuparía mucho menos por la basura cuando alguien quisiera encender la chimenea. Dedicaría un tiempo para escuchar al abuelo divagar sobre su juventud. Nunca insistiría en que subieran las ventanillas del automóvil en un día de verano, sólo porque mi cabello estuviera recién peinado. Encendería la vela en forma de rosa antes de que se derritiera de tanto estar guardada. Me sentaría en el césped con mis hijos sin preocuparme de las manchas que éste pudiera dejar en mi ropa. Lloraría y reiría menos al estar frente al televisor y más frente a la vida. Compartiría más responsabilidades con mi esposo. Me metería en cama cuando me sintiera enferma, en lugar de pretender que la tierra se detendría si yo no estuviera en actividad. Nunca compraría algo sólo porque fuera práctico, porque disimulara la mugre, o porque estuviera garantizado de por vida. En lugar de desear que terminasen de una vez por todas los nueve meses de embarazo, disfrutaría cada momento y admiraría que la maravilla que crece dentro de mí es mi única oportunidad en la vida para ayudar a Dios a realizar un milagro. Si mis pequeños me besaran respetuosamente, nunca les diría "más tarde". Diría más a menudo "te amo, lo siento", pero más que cualquier otra cosa, le daría otra oportunidad a la vida, capturaría cada minuto, no sólo lo vería, sí no que realmente la miraría; lo viviría todo y nunca*



*devolvería cada minuto vivido."*

Erma Bombeck expresó esas palabras ya sentenciada a morir como queriendo recogerlo todo para arreglarlo y no perder ni un momento de la vida. ¿No crees que es mejor comenzar a arreglar ahora y disfrutar de todas las bondades que Dios te regala? Deja que el gran alfarero arregle tu vida hoy. No tendrás la oportunidad de volver a nacer de nuevo. Tu oportunidad es hoy y ahora. La palabra del Señor en Jeremías 18:1-6 nos hace tremenda invitación: "He aquí que como el barro en la mano del alfarero, así sois vosotros en mi mano." Dios quiere que hoy tú arregles tu vida. ¿A cuántas personas tú estarás haciendo sufrir hoy? ¿Cuántos te estarán haciendo

sufrir a ti? No se te dará otra oportunidad que no sea esta vida que tienes. Necesitamos gente con sueños, necesitamos gente con mucho amor, gente responsable con la vida, con el ser humano, gente con sed y hambre de Dios y de justicia. Necesitamos gente que ame los niños, los jóvenes, los ancianos. Necesitamos gente responsable, cooperadora, amantes de la verdad. Necesitamos gente como tú que se atreva a cambiar para beneficio propio y del prójimo que está a tu lado. Si te dieran la oportunidad de volver a nacer, ¿qué harías con tu vida? Yo te recomiendo que **ames la vida, que ames a Dios** y disfrutes cada minuto de vida que Dios te regala. Endereza lo torcido de tu vida. ¡La vida es felicidad, merécela!

# Museo de Arte de Ponce se prepara para la 5ta Bienal de Santos

Por: Marilú Purcell

El Museo de Arte de Ponce inauguró su primera exhibición de Santos Contemporáneos en 1994 con la presentación de 143 piezas por 62 talladores y talladoras de santos. El éxito inesperado y el interés generado por el Primer Certamen Nacional de Santos Contemporáneos del Museo de Arte de Ponce nos impulsó a establecer la *Bienal de Santos Contemporáneos*, la cual ha alcanzado a unas 120,000 personas desde sus comienzos y ha creado nuevas oportunidades para los artesanos puertorriqueños.

La quinta presentación de la Bienal expondrá una selección de tallas por los 52 artesanos que recibieron premios y menciones en las exhibiciones del 1994, 1996, 1998 y el 2000, en adición a una representación de los maestros de la talla de santos. Las piezas se escogieron de acuerdo a la especialización de cada tallador y región, eliminando el proceso de jurado y la convocatoria nacional. Al celebrar el aniversario de la bienal con una exhibición curada, presentaremos lo mejor de la talla de santos contemporánea.

La exhibición está dedicada al maestro Luis Raúl "Pichilo" Nieves Román, el cual tendrá una sección especial dentro de la muestra.

#### PREMIOS 1994, 1996, 1998 Y 2000:

##### 1994

Héctor Moya Montero  
Categoría Tradicional

José Luis Peña Burgos

Luis Raúl Nieves Román  
Categoría Expresión Libre

##### 1996

Eduardo González Hernández  
Categoría Tradicional

Nitza Toste  
Categoría Expresión Libre

##### 1998

José Luis Millán Figueroa  
Categoría Tradicional

*Santa Cena, 2001, bulto en acrílico sobre cedro y caoba, 12" x 12" x 23, de Luis "Pichilo" Nieves*

La exhibición está dedicada al maestro Luis Raúl "Pichilo" Nieves Román, miembro de la Junta Editora de Horizontes e integrante de la Junta de Directores de VEGACOOOP, el cual tendrá una sección especial dentro de la muestra.



Isaac Laboy  
Categoría Tradicional

##### 2000

Amaury Lu  
Categoría Tradicional

María Sant  
Categoría Tradicional

##### MENCIONES

Ceferino C

Miguel A. R

Roberto R

Heronilda

José Rosad

Pedro Pabl

Carlos Anz

Omar Ruiz

Celestino A

Emilio Malo

José René

Luis Raúl N

Oscar del V

Amelia Huel

José M. Báez

Héctor Mo

Isaac Laboy

Luis Franqu

Olga M. Riv

José L. Ado

Isamar Col

Alfredo Co

Rubén Ace

José E. Tañ

Eduardo G

Portalatin

Rául David

Héctor Ál

Luis H. Veg

María del C

Antonio Av

Francisco C

Oscar Dav

Nitza Toste

José A. Ron

Jaime Rodr

Amaury Lu

Adalberto

Jorge Rodr

José Luis P

Jorge E. Va

José Negró

Ibsen Peral

Israel Gere

Héctor Lui

José Luis M

Wilfred Vá

Elvin Negró

Norma I. V

José F. Sierr

Estela Beltr

La autora es

abril

# Para para Santos

y Moctezuma  
Expresión Libre

go  
Tradicional

Diago Burgos  
Expresión Libre

**ES HONORÍFICAS**

- Calderón - 1994, 2000
- Rivera - 1994
- Rivera - 1994, 1996, 2000
- Colón Fuentes - 1994, 1996, 1998, 2000
- o - 1994
- o Rinaldi - 1994, 1996
- cueta - 1994, 2000
- Irizarry - 1994
- Avilés - 1994
- Donado Burgos - 1994
- Rivera - 1994, 1996, 1998, 2000
- Nieves Román - 1996, 1998, 2000
- Valle - 1996
- ertas Vega - 1996
- ez Carrasquillo - 1996
- oya Montero - 1996
- y - 1996
- ui Lasalle - 1996, 1998
- vera Torres - 1996
- orno Rivera - 1996
- ón - 1996
- osme - 1996
- vedo - 1996
- ón - 1996
- onzález - 1996, 1998
- ontáñez Nieves - 1996
- Alvarado - 1996
- arez Paredes - 1996
- ja - 1996
- Carmen Sánchez - 1996
- vilés - 1996
- García Mojica - 1996
- id Morales - 1996
- e - 1998, 2000
- mán Ramos - 1998
- ríquez Heredia - 1998
- go - 1998, 2000
- Colón Agosto - 1998
- ríquez Mercado - 1998
- ña Burgos - 1998
- le Torres - 1998
- ón - 1998
- ta Ramos - 2000
- na Olán - 2000
- s López Norat - 2000
- illán Figueroa - 2000
- izquez Torres - 2000
- ón Laboy - 2000
- vega de Sierra - 2000
- a - 2000
- rán Rodríguez - 2000

## Décimonoveno Día Nacional de la Salsa



Por: Miguel Rojas Candelario

Con una temperatura muy inclemente, dio inicio a la 1:10 P.M. Orquesta Mulenze, con su cantante Pedro Brull, quien interpretó *Filomena*; además cantaron Puppy Cantol y Rafy Andino. Luego vino el sonero del barrio, Cano Estremera, con el tema *Dice mi gallo*; Eliás Lopés dio un buen solo de trompeta. Se escucharon otros números como *Manuel García* y *Bolanda*. Luego, el sabor lo puso Ismael Miranda con *Las esquinas son* y el tema *Cipriano Armenteros*. Rubén Blades se unió a Ismael. El público se puso a gritar de emoción al ver a estos dos pilares de la salsa. Finalizó Ismael Miranda con la canción *No me digas que es muy tarde ya*. La tarde siguió desarrollándose de mucho sabor latino para dar paso al Conjunto Clásico. El micrófono pasó a manos de Tito Nieves, quien arrancó con el tema *Panadero*. El tema de más impacto lo fue *Piraguero*, donde la generación de salseros se excitaron cuando la tarima se llenó de otros cantantes como Domingo Quiñones, Rubén Blades, Michael Stuart y Johnny Rivera. El maratón de la salsa gorda continuaba con Richie Ray y Bobby Cruz. Con unos fanáticos ya eufóricos, Bobby Cruz cantó *La zafra* y luego *Amparo arrebató*. El próximo tema fue *Guaguancó triste*, una composición de Rubén Blades donde hubo un solo de tres por parte de Luis García. Otro de los temas de buen sabor tropical fue *El sonido bestial*, donde Charlie Sierra pone altísimo sus habilidades en el timbal, junto a Georgie Padilla en la tumbadora, quien se paraba de su instrumento para demostrar que también es un "Dandy" en el campo del baile. Cerró su participación Bobby Cruz, con el tema *Mi Bandera*, que construyó una ovación de aplausos. Ya cuando la tarde perdió sus espigas electrizantes, surgió la personalidad del cantautor Rubén Blades, quien cantó más de 15 canciones. Uno de los momentos de más atención lo fue el tema *Juan Pachanga*, cuando entre el revolú de músicos que estaban en la tarima renació la presencia de su antiguo amigo Cheo Feliciano, quien cantó junto a Rubén *Plantación adentro*, *Amor y control*, *Maestra vida* y *Todos vuelven*, donde hubo un sorprendente solo de timbal por parte del juvenil Marcos López. En el tema *Patria* se profundizó un temblequeo de banderas por parte de los cientos de puertorriqueños que expresaban su generosidad al cantante Rubén Blades. No pasó mucho que como "ladrón en la noche", surgió la persona de Tito Kayak en la tarima. Tito le entregó su camiseta que decía "Bieke o Muerte", la cual Rubén cogió y se puso. Finalmente el tema *Muévete* cierra la suculenta noche que transportó a una población de salseros por todo el estadio Hiram Bithorn.



Rubén Blades fue el homenajeado en el 19no Día Nacional de la Salsa, y estuvo acompañado de varios de sus grandes amigos de la vieja guardia salsera, entre ellos Richie Ray & Bobby Cruz (arriba), Ismael Miranda (recuadro), y Cheo Feliciano. ¡Segurrol!



curadora de exhibiciones del MAP.

# Radiografía del suicidio

Por: Alberto Alvarado Noa



Mucho se ha escrito sobre el suicidio entre los filósofos y estudiosos de la conducta humana, pero jamás se podrá decir todo sobre el tema. La pregunta obvia que aflora a la mente, sin obstáculos ningunos, es la siguiente: ¿qué es lo que lleva a una persona, y en particular a un joven con todo el porvenir por delante, a privarse de la vida? Siendo la existencia por sí y en sí misma el máximo valor, cuya pérdida no tiene forma de recuperarse, el suicidio viene a ser el plus de las decisiones. Y, sin embargo, son pocos los seres humanos que por alguna razón, en algún momento de su vida, no hayan concebido al menos la idea de llevarlo a cabo.

Definimos por tanto el suicidio como una decisión, la más importante de cuantas hayamos tomado. Si partimos del hecho especulativo de

En Puerto Rico se cometen de 300 a 375 suicidios anuales. ¿No es realmente alarmante? ¿Por qué en un país sobrepoblado de gente nos sentimos, sin embargo, aplastados por una rampa de soledad, de abandono, de tristeza que cada día pesa más?

que en cada ser existente late una pulsión de sobrevivencia, o en términos más sencillos, un instinto de conservación, entonces suicidarse es atentar contra una ley biológica de la vida. No obstante, hay especies de animales que para conservarse optan por el suicidio, lo que parece un contrasentido a menos que lo veamos en términos darwinianos, o sea, como la lucha perenne de los débiles y los fuertes, entre los que, naturalmente, ganarán estos últimos.

Sin dejar de pensar en las culturas donde el suicidio es reconocido como un acto de heroísmo y en aquellas en las que morir por una causa es visto como el supremo bien, debemos preguntarnos si hemos definido con propiedad el término o si por lo contrario hay la necesidad de redefinirlo nuevamente tomando en cuenta las circunstancias agravantes y/o atenuantes de su trasfondo. Haciendo esto nos damos cuenta que el tema de por sí no tiene nada de sencillo y que su complejidad trasciende la cuota de vulgaridad que se rinde en algunos círculos religiosos o cuasi religiosos cuando se habla del suicidio "como un acto de cobardía". ¿Es el acto de un cobarde aquel que sin arrogancia, pero con determinación, rodea su cintura con cartuchos de dinamita, y las hace estallar, sólo con el propósito de llamar la atención del mundo sobre una situación particular que sufre su país? ¿Fue cobardía de hecho el que los mártires, cuyas creencias regían sus vidas, se dejasen matar por los leones sin ofrecer la mínima resistencia? ¿O la de aquellos que voluntariamente se entregaban al estado, con el propósito de demostrar, fuera de toda duda, de que en efecto, Dios estaba por encima y más allá de la existencia terrenal?

¿Fue un acto de cobardía visto desde esta óptica, la muerte de Cristo en una cruz? ¿Acaso no podía, según narran los evangelios, invocar a sus legiones de ángeles para que peleasen a su favor? Lo que demuestra con marcada transparencia que la vida en determinadas circunstancias no es necesariamente el valor supremo. Hay quienes han ofrendado sus vidas por su familia, por sus respectivas patrias, por sus creencias y valores. A nombre de la libertad, del amor, del derecho, muchos han muerto. ¿Cuándo es entonces que el suicidio se convierte en un pecado contra el sentido real de la existencia? ¿Cuándo es que se vuelve un vicio, una mala decisión, un acto de cobardía? La sicología logoterapéutica puede arrojarnos luz sobre algunos detalles.

Nadie se suicida sin causa pero no toda causa es responsable, motivada por fines nobles y altruistas. Aquel que ha perdido la esperanza, que no encuentra un sentido a lo que ve, escucha y percibe, aquel que ya no sueña sino que escupe, que sólo capta la absurdidad de su destino, que en vez de distinguir lo bello de lo amorfo, se refugia en su caparazón de tristeza para saborear la náusea que le ocasiona su entorno; ese, digo, que ya no ve en el otro ser humano a su alter ego, sino un objeto para lograr sus fines, aquel que en el paisaje natural, lejos de interiorizar el mensaje de frescura y belleza, contempla alienado la forma de generar más dinero, ese es un irresponsable, un fracasado, un perdedor cuando se priva de la vida.

¿Y qué me dices del que, hundido en la miseria de las drogas, ajeno a su realidad, huye al universo de sus fantasías para apostar todo al momento, sin tener en cuenta el valor eterno de una primogenitura que le fue concedida por derecho natural? Se contentan con el potaje de una sensación, de un momento de placer ficticio, generado por un demonio pasajero y potente, por una falsa libertad química... ¿Y qué de los que de forma larvada -como se expresa Frankl-, aprietan el acelerador, se hunden en el alcohol o en las depravaciones sexuales intentando arrancarle a la vida un principio de verdadero sentido que no encuentran? En Puerto Rico se cometen de 300 a 375 suicidios anuales. ¿No es realmente alarmante? ¿Por qué en un país sobrepoblado de gente nos sentimos, sin embargo, aplastados por una rampa de soledad, de abandono, de tristeza que cada día pesa más?

Es hora de sentarnos a cavilar sobre este tema y buscarle remedio. Si hemos perdido la sensación de seguridad en las tradiciones, como alega el siquiatra vienés, si hemos perdido el sentido de la vida, entonces comencemos a buscar otras tradiciones que sustituyan a las viejas e interroguemos a la vida sobre lo que espera de nosotros. Es momento de dejar las posiciones apáticas, los estados parapléjicos y esclerotizantes para lograr despertar el espíritu de solidaridad, de compañerismo, de cooperativismo como anclas de nuestro apego a la vida. Es momento de vivir la existencia y no de meramente existir como zombies que deambulan por el desierto. Esta es la ocasión de experimentar el cambio que promete toda acción de lucha.

El autor es orientador y consejero.

## Nueva publicación



Un nuevo título se une a la lista de publicaciones de Pablo Maysonet Marrero: *Apertura, presencia, mítica y existir cerrado*. Contiene además ilustraciones de Rogelio Maldonado Mercado. El Rvdo. es columnista colaborador de *Horizontes*. Para información: 787-796-5817.

Parte de las dificultades y los problemas relacionados con la definición y el estudio del bilingüismo se debe también a la teoría equivocada que no sólo las personas comunes sino muchos investigadores tienen sobre dicho fenómeno.



## ¿Qué es el bilingüismo?

Por: Chiara Bollentini

En el artículo anterior, en el que les hablé de la cuestión de la lengua en Puerto Rico, enfatiqué la dificultad de definir los términos bilingüismo y bilingüe. Prometí que iba a detenerme sobre estos temas en otra ocasión ya que no había espacio suficiente. Entiendo que es inútil hablar de implantar una enseñanza bilingüe o de cuántos idiomas se van a oficializar en el país si no se sabe exactamente qué es un idioma oficial o un idioma de uso o qué conlleva la existencia del bilingüismo o el ser bilingüe.

El tema es actualmente muy discutido en diferentes foros, decía también en el artículo anterior. Personalmente, tiene una importancia vital y ha sido siempre motivo de interés especial, curiosidad, preocupación y hasta obsesión. Considero que los que se han visto involucrados en primera persona en el asunto -como es mi caso, ya que nací en un hogar bilingüe, me crié en una frontera y hoy acabo de crear yo misma un hogar bilingüe- son efectivamente los que se han interesado en el estudio del bilingüismo. Entiendo que es una necesidad natural, es algo como tratar de entenderse a uno mismo. Esta consideración personal es confirmada por el alto número de bilingües entre los investigadores de este aspecto lingüístico. En efecto, uno de los padres del bilingüismo fue precisamente un bilingüe: Uriel Weinreich, quien dio una definición del fenómeno: "El uso alternado de dos idiomas se llamará bilingüismo y la persona envuelta bilingüe". Las definiciones clásicas de este fenómeno, como la que se acaba de dar o la anterior y más famosa de Bloomfield -el bilingüismo es "el dominio como nativo de dos o más lenguas"- o la de Diebold de "bilingüismo incipiente", son demasiado extremas y hasta ambiguas. En efecto, cada nativo de una lengua tiene un diferente dominio lingüístico debido a varios factores, como por ejemplo la educación. Realmente los términos "bilingüismo" y "bilingüe" son bien abarcadores y complejos. A la hora de escribir dichos fenómenos hay que tener en cuenta varios factores. En primer lugar, el bilingüismo se puede estudiar como la posesión de un individuo, pero, por lo general, los bilingües aparecen en grupos: pueden estar ubicados en regiones específicas o pueden ser una mayoría o una minoría en un país. A este punto es ya

posible hacer una distinción entre bilingüismo individual y bilingüismo social. Hay investigadores que han identificado tres perspectivas en el estudio del bilingüismo: 1) el bilingüismo cognitivo, que considera los aspectos cognitivos a partir de un análisis de los procesos que se realizan en la mente del individuo; 2) el bilingüismo sico-social, que privilegia también al individuo, pero en el marco de los procesos de interacción social y afectiva con las demás personas; 3) bilingüismo social, que considera el bilingüismo desde el punto de vista de la interacción entre grupos que hablan lenguas diferentes.

Parte de las dificultades y los problemas relacionados con la definición y el estudio del bilingüismo se debe también a la teoría equivocada que no sólo las personas comunes sino muchos investigadores tienen sobre dicho fenómeno. A menudo se considera al bilingüe como una persona que posee dos o más competencias lingüísticas separadas y aisladas; es decir, el bilingüe sería una especie de suma de dos monolingües más o menos completos. Hay que tener en cuenta también la capacidad o competencia lingüística y el uso y función de la lengua. No se pueden dividir las personas entre bilingües y monolingües trazando una línea bien marcada. Hay quien puede escuchar, pero no hablar una lengua; hay quien lee, pero no puede escribir. Las capacidades principales (escuchar, hablar, leer y escribir) se pueden dividir a su vez en varias sub-capacidades. Una persona puede hablar, pero ¿cómo es su capacidad de pronunciación, la extensión de su vocabulario, el dominio de la gramática y las funciones lingüísticas, su estilo y creatividad lingüística, etc.? Es imprescindible, también, tener en cuenta el uso y la función de las dos lenguas de una persona, es decir cuándo, dónde y con quién ella las usa.

Existen también problemas de tipo operativo. Si, por ejemplo, se quieren investigar los efectos que el bilingüismo temprano tiene en el desarrollo cognitivo, surge el problema relacionado con la elección de los niños a estudiarse. ¿La muestra será compuesta por: a) los niños que tienen competencia en las dos lenguas; b) los niños que tienen la misma competencia en ambas lenguas; c) los niños que han sido expuestos por mucho tiempo a la segunda lengua; d) los niños que conocen X número de palabras en la segunda lengua?

Hay otros factores que es importante tener en cuenta a la hora de hablar de bilingüismo:

### • LA EDAD DEL BILINGÜE EN EL MOMENTO EN QUE ADQUIERE LA SEGUNDA LENGUA

Se habla, entonces, de bilingüismo adscrito o infantil y bilingüismo alcanzado o sucesivo. El primero se da en un contexto natural, el segundo en uno natural o artificial. El límite de edad no se ha establecido exactamente y hay diferentes teorías al respecto. Por lo general, coincide con el comienzo de la pubertad.

### • EL CONTEXTO EN EL QUE EL NIÑO ADQUIERE LA SEGUNDA LENGUA

Se habla entonces de bilingüismo primario y bilingüismo secundario. En el primer caso el niño ha aprendido la lengua naturalmente de hablantes a su alrededor. En el segundo caso la persona ha aprendido formalmente la lengua.

### • EL DOMINIO DE LAS LENGUAS HABLADAS O DE CIERTAS COMPETENCIAS LINGÜÍSTICAS

Se habla de bilingüismo y semilingüismo. Este último término se refiere a la condición de la persona que tiene deficiencias cuantitativas y cualitativas en las dos lenguas.

### • EL NIVEL DE BICULTURALISMO

Como hay diferentes niveles de competencia, de la misma manera podemos encontrar diferentes niveles de biculturalismo. Por lo general, una menor fluidez en la segunda lengua es acompañada por un menor grado de biculturalismo. Este último influye en la adquisición de la pragmática. De todas maneras mucho depende de cómo se adquieren las lenguas.

La última pregunta, es decir cómo las personas, y en particular los niños, aprenden dos idiomas o una segunda lengua, a este punto es inevitable. La contestación la dejo para la próxima ocasión, si es que no se han cansado de leer del tema.

La autora es profesora en el Departamento de Español de la Facultad de Estudios Generales, UPR - Río Piedras.

# 10 Cosas que debes saber si usas lentes de contacto

Por: Wilfredo Rosado, O.D.

cosméticos, entre otros.

- Utiliza solamente aquellas soluciones que te fueron recomendadas para el manejo de tus lentes de contacto. No mezcles o alternes las diferentes marcas.
- Usa gotas lubricantes antes de ponerte o quitarte el lente de contacto y varias veces durante el tiempo que los tengas puestos, así enfrentarás menos problemas de sequedad en los ojos y a la vez, mantendrás el lente en mejor estado, lo que te brindará una mejor visión.
- Evita el uso de aerosoles mientras estés usando tus lentes de contacto, como por ejemplo el fijador de cabello. De tener que usarlos, debes cerrar bien los ojos.
- Evita la contaminación de tus lentes de contacto lavando diariamente el envase donde guardas los mismos. Limpia tus lentes semanalmente con pastillas enzimáticas, así evitarás que se llenen de proteínas.
- Siempre lava, enjuaga y seca tus manos antes de manejar tus lentes de contacto. Utiliza un jabón que no tenga o deje residuos, perfume o grasa. De esta forma, no contaminas tus lentes con residuos que puedan tener tus manos, tales como: cremas faciales, perfumes, jabón,

- Evita usar tus lentes de contacto en lugares de trabajo donde haya vapores o gases irritantes.
- Informa en tu trabajo que eres usuario de lentes de contacto. Hay muchos empleos que requieren el uso de equipos de protección, como espejuelos de seguridad, y no permiten lentes de contacto.
- Debes tener, por obligación, un par de espejuelos para usarlos en casos de emergencia. Si tienes alguna inflamación o malestar en los ojos, es recomendable que descontinúes el uso de los lentes, por lo que en estos casos será necesario usar los espejuelos.
- No toques el lente de contacto con las uñas, pues en la mayoría de las ocasiones son éstas las responsables de partir los lentes.
- Si practicas algún deporte acuático, como el buceo o la natación, es posible que experimentes dificultad al tratar de remover los lentes. Si esto te ocurriese, pon varias gotas de lubricante en cada ojo, espera 15 ó 20 minutos y procede a remover el lente. Si la dificultad persiste, busca ayuda profesional.

El autor es optómetra, 787-883-6406.

## El examen de la vista, algo más...

Por: Wilfredo Rosado, O.D.

Ala hora de tener que hacerse un examen de la vista, las personas en su mayoría piensan que van al profesional de la salud visual para ver si necesitan o no utilizar espejuelos. Un examen de la vista es mucho más allá de lo que se piensa. El saber si alguien necesita o no espejuelos es parte de lo que se evalúa en ese examen, pero no lo es todo. Muchas personas padecen de ciertas condiciones visuales y oculares, sin embargo, usan su sistema visual sin percatarse de lo que les está sucediendo.

Al realizar el examen de la vista se pretende revisar todas aquellas destrezas visuales, buscar si están o no desarrolladas o en proceso. Es de suma importancia realizarle a nuestros niños y jóvenes un examen de la vista por lo menos una vez al año, ya que estos están en el constante proceso del aprendizaje. El 80% de las cosas que aprendemos, lo hacemos a través de ese gran sentido que se conoce como la visión.



## Trauma y la rehabilitación en Puerto Rico



Por: Miguel E. Arroyo Ramos

La palabra trauma se define en el diccionario de la Real Academia Española como una lesión de los tejidos por agentes mecánicos, los cuales son generalmente externos. Las causas de un trauma físico pueden ser variadas y van desde un sencillo resbalón en el área de trabajo hasta un evento violento, como lo pudiera ser una herida de bala durante un asalto. En Puerto Rico, lamentablemente, contamos con todo el espectro de traumatismos físicos. En la mayoría de los casos, la fuerza trabajadora de nuestro país es la más afectada. Esto es en base a estadísticas de la Corporación

del Fondo del Seguro del Estado, como también por las estadísticas del Registro de Trauma de Puerto Rico donde me desempeño como fisiatra.

Si evaluamos las estadísticas del Fondo del Seguro, suministradas por la Dra. Lastra, de la Oficina de Asuntos Médicos, podremos apreciar que durante el año 2001 se reportaron 75,296 casos, los cuales en su gran mayoría, aproximadamente el 80%, fueron secundarios a condiciones musculoesqueléticas. Las condiciones musculoesqueléticas pueden ser debidas a trauma directo al músculo o al hueso, con la posibilidad de fracturas, como también pueden ser debidas a microtraumas repetitivos en músculos y articulaciones. El hecho de llevar a cabo la misma tarea interrumpidamente por largas horas de jornada es la causa del *Síndrome de Sobreuso* o *Síndrome de Microtrauma Repetitivo*. El pasado año se reportaron 25,000 casos de lesiones a espalda, de los cuales 11,879 eran por lesiones en la espalda baja, 7,820 casos por lesiones en el área del cuello y 5,168 por lesiones en la cintura. En base a estas estadísticas locales y las de los Estados Unidos, podemos concluir que las causas más frecuentes de traumas, y como consecuencia de ausentismo en el empleo, son las lesiones en el área de la espalda.

Si examinamos las estadísticas del Registro de Trauma ofrecidas por el Dr. Pablo Rodríguez, Director Médico del Centro de Trauma de Puerto Rico, y el Dr. José A. Acosta Vélez, Subdirector Médico del mismo centro, podemos ver que durante el periodo de tiempo que incluye el mes de abril del 2000 al presente, se admitieron al Centro de Trauma de Puerto Rico en Centro Médico, 2,472 casos. Estos casos se subdividen en trauma romo o trauma penetrante. Trauma romo es aquél en el cual no ha habido una herida abierta en piel infringida por un objeto externo, a diferencia de un

trauma penetrante que es aquél en el cual ha habido penetración en piel, ya sea por un impacto de bala o por un puñal. El 72% de las admisiones fueron por trauma romo, 27% por trauma penetrante. Al observar las causas de admisión de manera más específica, vemos que 1,386 de los casos fueron por trauma secundario a accidentes en vehículos de motor, 495 por heridas de bala y 168 por heridas punzantes o de arma blanca. Las edades de los pacientes admitidos se distribuían de la siguiente manera: 12% eran menores de 16 años, 30% eran entre los 17 a 25 años, 20% entre los 26 a 35 años, 25% entre los 36 a 55 años y 13% sobre los 56 años de edad. Otro dato interesante es que el 80% de los casos eran varones y 20% féminas.

Al analizar ambas datas observamos que la gran mayoría de las personas afectadas por trauma físico en Puerto Rico forman parte de la población en edad productiva y a su vez de la fuerza trabajadora de nuestro país. Por tal razón es importante tratar adecuadamente y rápidamente estos pacientes para así minimizar las pérdidas al erario público. La fisiatría es la rama de la medicina especializada en devolver el paciente a su nivel óptimo de funcionalidad, luego de una lesión, mediante la rehabilitación física y vocacional. El sistema musculoesquelético mantiene la movilidad y funcionalidad del ser humano como parte de una fuerza trabajadora que impulsa el progreso dentro de nuestra sociedad. La función, por ende, de un fisiatra es mantener este sistema musculoesquelético libre de lesiones y mejorar la calidad de vida de nuestros trabajadores y sus familias. Por lo tanto, es importante fomentar el ejercicio, una vida sana, el guiar responsablemente y el uso del cinturón de seguridad.

El autor es presidente de la Sección de Fisiatría, Asociación Médica de Puerto Rico.



**PUEDES RECIBIR TU CHEQUE DE SEGURO SOCIAL, SALARIO O ALGUNA OTRA PENSIÓN DEL GOBIERNO FEDERAL O DEL GOBIERNO DE PUERTO RICO, DIRECTO A TU CUENTA DE CHEQUES O DE AHORROS CON NOSOTROS, USANDO EL SERVICIO**



- Completamente gratis
- Evitas filas innecesarias
- Evitas que tu cheque se pierda o roben
- Retiras efectivo en la Red ATH con nuestra tarjeta de débito ENLACE
- Pagas tus compras y servicios en comercios donde aceptan ATH



www.vegacoop.com  
NUESTROS SERVICIOS VÍA INTERNET

**¡DE TU LADO SIEMPRE!**

**1-800-561-2667**

**Vega Alta** 883-4360 **Toa Alta** 870-2232  
**Toa Baja** 794-1095 **Bayamón** 798-2525  
**Dorado** 796-1140

Los depósitos y las acciones están asegurados por COSSEC hasta \$100,000. Para información adicional sobre nuestros servicios, comuníquese con nuestros oficiales.



## Rehabilitación para manejo del dolor

Por: Miguel E. Arroyo Ramos, MD

**E**l dolor se define como complejas sensaciones que reflejan el daño o posible daño a tejidos corporales. El dolor se puede dividir en dos categorías principales: agudo y crónico. El dolor agudo es aquella señal biológica que avisa al cuerpo sobre una lesión de origen reciente. Su duración se anticipa que sea corta, por lo general menor de un mes. Se le asocia muchas veces con ansiedad y con hiperactividad del sistema nervioso simpático, lo cual se observa con el aumento del pulso y presión cardíaca, aumento en la frecuencia respiratoria, dilatación de las pupilas y sudoraciones frías.

El dolor crónico se define arbitrariamente como aquel dolor que tiene una duración de más de un mes aún después de la resolución de la lesión aguda al tejido. También se define como aquel dolor que persiste o recurre por más de tres meses. Los signos que vemos en pacientes con dolor crónico serán: disturbios del sueño, disminución en el apetito, pérdida de peso, estreñimiento, disminución en el deseo sexual y depresión.

El síndrome del dolor crónico es una condición anormal en la cual el dolor ya no es sintoma del daño al tejido, sino más bien el dolor de por sí es una enfermedad.

Se ha estimado que una tercera parte de la población americana padece de una condición que provoca dolor crónico y que de ésta del 50% al 60% está parcial o totalmente incapacitados. También se ha estimado que anualmente en Estados Unidos se gastan 79 billones de dólares en cuidado médico, compensación de trabajadores y litigación, y 40 millones de visitas al médico son debido a condiciones que provocan dolor crónico. En Puerto Rico se reportaron 75,000 casos a la Corporación del Fondo del Seguro de Estado en el 2001. Una tercera parte de los casos reportados fueron debido a dolor de espalda.

El dolor de espalda es la condición músculoesquelética más incapacitante dentro de la clase trabajadora, especialmente entre los menores de 45 años en Puerto Rico.

La percepción del dolor por parte del paciente es modificada por factores psicológicos, sociales y ambientales. La evaluación del paciente con dolor crónico debe enfocarse en definir las fuentes del dolor y clasificarlos por región anatómica, si hay alguna enfermedad provocando los síntomas de dolor, la intensidad del dolor y sus características temporales. Cada uno de estos factores juega un papel de importancia para definir el plan de tratamiento de estos pacientes.

La clasificación de dolor agudo y crónico se puede subdividir en dolor somático, dolor neuropático y dolor psicológico. El dolor somático es aquel dolor que se origina de algún órgano o estructura del cuerpo que cuenta con terminales nerviosos que pueden ser estimulados por irritación química o mecánica. Este es el tipo de dolor que experimentan pacientes con discos herniados, artritis reumatoidea, fibromialgia, cáncer, etc.

El dolor neuropático es aquél que resulta de alteraciones a estructuras o funciones del sistema nervioso. Este dolor será quemante, relampagueante o como un corrientazo eléctrico en el área afectada. Comúnmente vemos este tipo de dolor en pacientes con nervios pinchados, neuromas, lesiones al cordón espinal, neuropatías periféricas (diabetes, hipotiroidismo etc.) y derrames cerebrales que afectan el área del tálamo. El dolor psicológico se le conoce como *desorden de somatización*, su causa es un disturbio emocional que usualmente pasa desapercibido al paciente. Sus presentaciones más comunes son: dolor de cabeza, de pecho y de cuello.

En el 1986, la Organización Mundial de la Salud elaboró una escalera o pirámide para el manejo del dolor de acuerdo a la intensidad del mismo. Si el dolor es leve, se debe tratar con analgésicos

y/o antiinflamatorios no esteroideos; si el dolor es moderado, entonces entran en adición a los analgésicos, los medicamentos opiáceos o controlados pero de baja potencia. Por último, si el dolor es severo se debe tratar con opiáceos de alta potencia y duración.

Cuando el dolor agudo se convierte en crónico, esto aumenta su complejidad se hace más resistente al tratamiento. Por esta razón, el manejo del paciente con dolor debe ser un multidisciplinario en el que varias especialidades médicas trabajen al unisono para el bienestar del paciente y así lograr una mejor calidad de vida.

El papel del fisiatra dentro de este grupo multidisciplinario es el de proveer liderazgo para la integración de las diferentes especialidades médicas y la rehabilitación del paciente para que éste pueda reintegrarse a su nivel de vida funcional previo a la lesión.

Las herramientas con las que cuenta el fisiatra son las modalidades de agentes físicos como frío, calor, agua, sonido y electricidad. La selección de la modalidad a ser usada será influenciada por factores como: el tejido a trabajarse, su profundidad, la intensidad deseada, otras condiciones médicas que afecten al paciente, su edad y sexo. Todas estas modalidades bloquearán el dolor del paciente mediante analgesia y disminución de la inflamación en los tejidos. El uso de estas modalidades está respaldado por múltiples estudios en la literatura médica.

Luego de controlado el dolor es que comienza la etapa de rehabilitación en la cual se trabaja con la causa directa del dolor mediante el ejercicio terapéutico y de rehabilitación del tejido. Entre los beneficios del ejercicio se encuentra el aumento en la flexibilidad, la fuerza muscular y la tolerancia cardiovascular. El ejercicio debe ser prescrito como cualquier medicamento, debe contar con una intensidad (dosis), una frecuencia (cuántas veces al día) y una cantidad (por un mes, un año, etc.). La aplicación del ejercicio dependerá del área lesionada y las condiciones premórbidas del paciente. El Colegio de Medicina Deportiva de los Estados Unidos recomienda ejercitarse de 3 a 5 días a la semana. La prescripción del programa de ejercicios de rehabilitación debe ser por un médico especialista en medicina deportiva, como es el caso del fisiatra, el ortopedista y algunos médicos de familia con subspecialidad. La supervisión del programa de ejercicios debe ser llevada a cabo por un terapeuta físico, terapeuta atlético o un capacitador físico con la certificación de una de las siguientes organizaciones: "National Academy of Sports Medicine (NASM), American Council on Exercises (ACE), Aerobic Fitness Association of America (AFAA), National Athletic Trainers Association (NATA) y la National Strength and Conditioning Association (NSCA).

En resumen, el manejo del dolor debe ser supervisado por un grupo de especialistas trabajando en común y en comunicación continua para el beneficio del paciente y el de su familia.

El autor es Presidente de la Sección de Fisiatria de la Asociación Médica de Puerto Rico, con oficina en la Torre San Francisco, suite 206, calle De Diego 369, Río Piedras, teléfono: (787) 274-0337, (787) 767-5100 Ext. 6220.

El manejo del dolor debe ser supervisado por un grupo de especialistas trabajando en común y en comunicación continua para el beneficio del paciente y el de su familia.

**NOSTALGIA VEGALTEÑA**

Tristeza y melancolía  
siento al ver mi pueblo amado  
como solo se ha quedado  
y con sus tiendas vacías  
ya no se ve la alegría  
como en los tiempos de antes  
el pequeño comerciante  
está triste y afligido  
pidiéndole al Dios querido  
que nuestro pueblo levante

Ya no se ve el quincallero  
por las calles caminando  
su mercancía pregonando  
menos se ve el piragüero  
la plaza del verdurero  
en peligro de extinción  
se me aflige el corazón  
al mirar la juventud  
camino hacia el ataúd  
sufriendo en la perdición

Nuestro pueblo está sufriendo  
se ve triste y apenado  
se escucha de lado a lado  
¡Vega Alta está muriendo!  
pero, Dios Santo no entiendo  
¿qué pasa con mi pueblito?  
si antes era alegre y bonito  
y bellas tiendas tuviste  
Vega Alta amado, tu fuiste  
orgullo del jibarito

Bajaban de la montaña  
para sus frutos vender  
y ya por el atardecer  
regresaban a su cabaña  
pero en forma muy extraña  
todo se fue en retroceso  
el comerciante en descenso  
está parado en la puerta  
por que su ciudad está muerta  
víctima y que del progreso

¡Dios, protege el corazón  
de ésta tu Vega Costera!  
hazla ser como ésta era  
de todos la inspiración  
brindanos tu bendición  
para así tranquilo estar  
no lo dejes fracasar  
dale lo que le hace falta  
¡Levántate Vega Alta!  
No te vuelvas a ñangotar

**PAQUITO ARROYO**  
humilde trovador vegalteño

**PIRATA**

Desde esta orilla veo buques fantasmas a lo lejos.  
Pasan y se esfuman en el horizonte, tragados por el azul del cielo.  
Quedan pequeñas estelas de espuma iridiscente  
detrás de las cuales diseñé mi ruta de sueños y esperanza en los años.

Como playa saqueada y olvidada me quedo frente a este mar turquesa,  
las olas marcan el tiempo de una inútil espera.  
Eres el pirata que llega a esta arena trayendo el espejismo de falsos tesoros  
para llevarte caracoles y corales en la noche.  
En diferentes playas y escondidas enseñadas has dejado tus huellas.  
Las profanas todas para luego huir furtivamente.  
No te das cuenta de que al huir de todo te estás huyendo a ti mismo.

**LAS VOCES CALLADAS**

El cielo refleja  
las sombras que se agolpan  
desde la rendija del pasado,  
tercas como un negro remordimiento  
o una ilusión absurda.

Se ha cerrado la puerta  
pesada,  
como noche de insomnio:  
definitiva, como la muerte.

Del otro lado siguen  
las voces calladas del ayer,  
obstinadas como un recuerdo.

**TEJEDOR DE PALABRAS**

Tejedor de palabras en hilo de oro,  
descuidaste la trama en la codicia  
y dejaste al descubierto tu grosera  
y barata urdimbre de engaños y robos

**LA SOLEDAD**

La soledad cava profundos surcos de hiel  
Una ilusión tercamente esparce su negra  
semilla, más oscura que esta noche sin luna.

**E L FARSANTE**

Tú,  
el que tiene monedas de cristal entre las manos  
el que lleva piedras de arco iris en los bolsillos de plata

Tú  
el que se esconde detrás de espejos de colores  
el que lleva debajo del brazo su sombrero de copa

El ecléctico farsante.  
El mago improbable.

Se están apagando las luces  
La sala se ha ido vaciando  
Ya no queda escenario en el que puedas representar tu farsa  
ni patio de butacas que aplauda tus viejos trucos de magia.

Ya ha caído la noche.

**CHIARA BOLLENTINI**

CHIARA BOLLENTINI, nacida en Italia, es profesora en el Departamento de Español de la Facultad de Estudios Generales en la Universidad de Puerto Rico. Tiene un doctorado en Literatura Hispanoamericana, con especialización en Literatura Centroamericana, de la Universidad de Milán (Italia). Publicó -además de varios artículos en revistas especializadas y periódicos en Italia, Puerto Rico y Estados Unidos- una antología del poeta guatemalteco Luis Alfredo Arango, *Memoria e canto* (Roma, Bulzoni, 1995), la edición italiana de unos textos mayas, *Libro de Chilam Balam de Chumayel* (Roma, Bulzoni, 1998), ambos publicados con la contribución del Consejo Nacional de Investigación de Italia, *Una poesía* (Osnago, Edizioni Pulcinoelefante, 2000), *Memoria de Babel* (San Juan de Puerto Rico, Isla Negra Editores, 2000), *Todas las cosas/Tutte le cose* (Osnago, Ed. Pulcinoelefante, 2000), *Hay días en la vida/Ci sono giorni nella vita* (Como, Dialogolibri, 2000), *La solitudine* (Osnago, Pulcinoelefante, 2002), *Doble filo* (Como, Lietocolle, 2002).

**TESTIGO FUI**

Aquel secreto que lleva la lluvia  
en su corazón plateado.  
Es como navegar dentro  
de sus páginas que nos oyen.  
Caer sobre su selvático rostro  
que nos sostiene mil veces más  
unidos a su voz de poeta.  
Ahora contemplo tu carne cristalina,  
puedo leerte los labios, volver a nacer en ti,  
derramarme en cada fibra de tu cuerpo  
que me canta.  
Llegar hasta la gota que difunde mi sentido.  
Que sentiremos cuando se acabe  
tu campanario y como un disparo  
salga el sol de nuestros ojos,  
iremos evaporándonos en nuestra sangre.

**MIGUEL ROJAS CANDELARIO**

**CIELO BORDADO**

Cielo bordado con lindas luces  
que al parecer se escaparon del jardín celeste.

Hoy se asoman y me invitan a jugar.  
Te contemplo frente al océano,  
antes frente al mar.

Cielo que derramaste tus reflejos  
sobre el sutil vaivén del sonoro mar.

De niño mil preguntas,  
de adulto aún sin contestar,  
de niño queriéndote tocar  
y hoy sin poderte alcanzar.

Regar tu jardín fue mi ilusión.  
Contemplar tu hermosura mi pasión.  
Sentir tu calor no lo quiero evitar.  
Conocerme algún día un sueño por realizar.

Hoy me regalas la ocasión de contemplar la bella luna,  
antes, tomado de una mano adornada con ternura.  
Gracias nuevamente por llenar mi corazón...

**RUBÉN MORALES RIVERA**

25 de febrero de 2002  
7:38 PM  
dedicado a Carmen Rivera Márquez, mi madre

## Memorias Y Versos

Desde Algún Rincón De:

### Vega Alta

Domingo Figueroa  
Ramírez



El autor, Juniquín Figueroa, en la noche de la presentación de su libro.

Portada del libro *Memorias y versos*, de Domingo (Juniquín) Figueroa Ramírez, presentado recientemente en Vega Alta.

## Memorias y versos:

Por: Benjamín Negrón Rodríguez

*A Juniquín Figueroa, en la presentación de tu libro*

Me asomo a tu ventana y veo salir el sol desde allá dentro. La ventana de tu alma me brinda atardeceres y nostalgias; me ofrecen la comedia de la calma en un pueblo que era gente, que era Plaza.

Por las rendijas de tu alma veo la luz que irradiaba Juan el Negro, el San Francisco de los Milagros de Vega Alta. Que hizo milagros con lo poco que Dios le deparaba y él multiplicaba. Aquel que usaba tinta que borraba en vez de anotar deudas malsanas. Porque supo hacer milagros y hoy tú le recompensas con lo poco que te ganas. Eres agradecido y eres sembrador de la misma semilla que otros allá en la historia de mi pueblo "enantes" esparcieron. Masallito Rodríguez desde lo alto te brinda una guiñada.

Y tu cielo se llena de colores al darle luz a los rostros olvidados de la historia y que fueron germen y fermento y savia. María Zambrana con su paz, doña Chila con su calma; Sico Soto y su bullanguero Año Viejo que al filo de las 12 de la despedida del año quemaba entre la algarabía de los suyos.

Por las páginas de tu libro desfila gallardamente el Caballero de la Alegre Figura, don Horacio López, el electricista, padre de la moderna Vega Alta, que nos dio luz que no se apaga con el sol de cada mañana. A su sombra te acercaste tú y José el de Beno y Mario Pantoja y calmaron el hambre y llenaron su espíritu de sabias enseñanzas.

De las buenas y abnegadas maestras que tú con cariño nos recuerdas, doña Yiyí del alma; Marina Dávila en su arte, Pepa Bruno en su sonrisa franca, y la nunca imitadas y benditas entre todas las maestras: Pepita Ramírez y Ramonita Auger, que allá en el cielo ofrecen lecciones de amor a los querubines y cantan una nana a la hora de su siesta.

Por la Plaza de Gilberto desfilan en tropelia los tipos de mi pueblo montados en tus versos que les ofreces como jaca paseadora. Macabeo, el Chino, Basta, Modesta la Morra, Julito "el diablo", Lydia la Pinta y Trago, que sigue espantando al gato del fogón de la miseria. Desde lejos Baldomero refunfuña sus complejos contra niños y mujeres resumiendo en su alma y en su verbo el coraje y las penurias de su raza negra y

esclava. La música que llevas siempre por dentro se asoma a la ventana de tu alma en las figuras del "pobre" Bey, Cuquí Seijo y Arturito Knight y aquellos que les precedieron como: Ladi, Pascual, Nazario, Moncho el Barbero, Rafael Maldonado con Millito Cucú en la tumbadora mientras Angel Olaya todo vestido de blanco te espera en la verja del parque a que pases con ellos para alegrar la comparsa.

Bajando por la calle principal y a la salida para Bajura, Juan Mancornia te espera con sus maldades y Oscar Bruno ameniza la jarana con sus chistes y elocuente verbo. Si no pasas pronto Juan Rivera y Gabriel Acosta te empararán con un chorro de agua perfumada de amores.

Juniquín, recorrer nuestras calles en tus *Memorias y Versos* es volver al pasado de nuestra infancia. Es bailar en la Guzmán después de la Misa del Sábado de Gloria con el Gran Combo o Pablo Elvira, con Fafo García sirviéndote los tragos. Viajar contigo en el estribo es llegar a la Chimenea de la Carmen con Manolito Medina de pasajero y bañarnos junto con él en el Guamá. Es contemplar desde el Río Cibuco la Chimenea que es denuncia y dedo acusador para aquellos que niegan sus raíces de vegalteños y viven de espalda a su historia.

Juniquín, Vega Alta no ha sido pueblo de playas ni escándalos, pero ha sido hoguera que ha encendido corazones y llevó a su Plaza las más bellas mujeres que hoy le niegan su presencia. Y cuando falten Toño Pintueles y Antero el Barbero, ¿quién dirá presente en la tertulia adonde iba tu padre como asiduo asistente?

Finalmente, Juniquín, desde el caserío de mi pueblo que te vio crecer en la calle Sur y las Mercedes para convertirte en archivero de su historia cotidiana y hombro en que descansan las memorias e incidentes de cada día y que no veremos en los textos escolares, desde esas calles te dan las gracias don Narso, Paula la mamá de Güi y Rosa Morales y todos los vegalteños agradecidos. Hoy te dice gracias, otro que como tú trata de mantener viva la esperanza.

Nota : Gilberto Concepción de Gracia en la Plaza ha soltado sus manos y está aplaudiendo.

Eres agradecido y eres sembrador de la misma semilla que otros, allá en la historia de mi pueblo "enantes", esparcieron.

# presentación del libro de Juniquín Figueroa

Por Miguel Rojas Candelario

La presentación del libro *Memorias y versos*, de Juniquín Figueroa, se celebró en el Centro de Gobierno. Para esta ocasión el maestro de ceremonia fue Antonio Arroyo. Aunque la concurrencia era pequeña, estaba compuesta de personalidades, como la Rvda. Carmen Landrón Bruno, el doctor Leonardo Santana Rabell, nuestro historiador Benjamín Negrón Rodríguez, el presidente ejecutivo de VEGACOOOP, Rubén Morales Rivera y el profesor Ariel Santiago Bermúdez. Todo comenzó con las exquisitas interpretaciones de Freddie Cabán y Jorge Landrón, donde deleitaron a los presentes con temas muy románticos, tales como *Si nos dejan*, *Pronóstico*, *Como fue*, *Canto al amor* y *Déjate querer*. Fue muy eficiente la labor de estos dos maestros del arte musical y fueron galardonados con aplausos. Luego hablaron varias personas sobre el trabajo literario, pero uno de los momentos de mucho impacto para los presentes fue la comparación que hizo Ariel Santiago sobre un poema que significaba la lucha de un escritor, que este caso la comparaba con la obra de Domingo Figueroa. Fueron palabras que conmovieron al autor, quien luego se abrazó a su amigo Ariel Santiago. Después vino la presentación del autor Domingo Figueroa, quien expresó las más cordiales gracias a todos los presentes.

Luego habló de algunos de los personajes del libro, hizo referencia a algunas cosas de aquella época. Fue un momento muy jocosos para muchos de los que se encontraban en sala y una noche inolvidable para este hombre galáctico coleccionista y escritor, Domingo Figueroa Ramírez.

Este fascinante libro nos transporta y proyecta una historia urbana con un complemento de fotos, nombres, apodos y versos. Analiza la vida de un pueblo, sus viejas costumbres demográficas y culturales. Aunque el libro no es de historia ni de poesía, es un libro "impresionismo" para todo el que quiera saber y conocer más de nuestra bella costera: Vega Alta.



Juniquín autografiando el libro a una de las primeras lectoras, mientras abajo recibe el abrazo y respaldo de amigos que dijeron presente en un momento tan especial de su vida.



# El Gran Combo enaltece ritmos afroantillanos en su 40mo aniversario



Por: Miguel Rojas Candelario

La creatividad de estos mulatos de la salsa fue arrolladora. La velada comenzó a las 9:00 de la noche con dos pantallas enormes en donde se veían videos de la trayectoria musical de El Gran Combo. La música dio su inicio con diferentes medleys como *Acángana*, *Que falta de respeto*, *El menú* y *Brujería*. Uno de los momentos de mucho recuerdo y de gran ovación por parte del público fue el bolero *A mi manera*, donde Jerry Rivas acompañó la voz del desaparecido Pellín Rodríguez, con videos que mostraban la época gloriosa del mismo. Luego, con una ovación de aplausos, entró a tarima Andy Montañez para deleitarnos con números como: *La muerte*, *Vagabundo*, *Julia* y *Hojas Blancas*. El público no podía contener sus pies con los efectivos sonidos tan bailables de estos protagonistas de la salsa como son El Gran Combo. La participación de Andy Montañez fue muy iluminada de aplausos cuando se abrazó a Rafael Ithier. Luego, llegaron otros temas: *Ojos Chino* y *Un verano en Nueva York*. Siguió otros medleys de mucho sentimiento hacia la mujer: *Nido de amor*, *Mujer boricua* y *Compañera mía*. *La Reina* fue un gran momento para los bailadores, quienes expresaron su sabor antillano y su ejecución de baile, aunque el espacio era limitado por la cantidad de fanáticos que llegaron hasta el coliseo Rubén Rodríguez de Bayamón. Cuando estos insuperables músicos manifestaban todo un sabor ardiente, surgió la aparición del diplomático Gilberto Santa Rosa, quien dio un batazo y arrancó con los temas *A ti te pasa algo*, *Masculino y femenino*, *Caballo pelotero* y *No hago más na'*. La labor de Gilbertito fue extraordinaria. Con la luminosidad de su voz puso a ese montón de cocolos con sensaciones vibrantes en sus cuerpos. Fue bien respaldado con muchos aplausos. Luego siguió el carnaval de la buena música con canciones como *Aguarius*, *Jala-jala*, *Me liberé* y *Pico-pico*. Entonces los músicos se retiraron del escenario y la luz se consumió; el público empezó a gritar. Parecía que todo había concluido. Luego el escenario comenzó a iluminarse en el fondo, con la insignia del Gran Combo. Todos los presente se asombraron cuando el telón subió y vieron nuestra bandera puertorriqueña en sus camisetas. En eso surgió el refrescante *La loma del tamarindo*, donde Charlie Aponte cantó las primeras estrofas. Pero detrás de las cortinas multicolores salió el jibaro de la montaña, Andrés Jiménez, quien tomó el tema y lo siguió en exquisitas décimas. El público lo recibió con una acentuación de aplausos. Los temas que finalizaría el espectáculo serían *Son 40* y *Timbalero*, donde Cuqui Santo azotó el timbal con deseo de romper el cuero, la multitud se tiró a bailar con los soneos de Gilberto Santa Rosa, Andy Montañez y la sorpresa de Victor Manuel. Cuando todo dio por terminado, los fanáticos no querían abandonar el Coliseo, pidiendo una más, una más. Entonces la esencia musical de Rafael Ithier, con sus muchachos, volvió al escenario y expresaron el tema *Se me fue*. Llegó el momento de la retirada. Fueron sobre tres horas donde estos exhibicionistas del baile y la salsa celebraron sus 40 años en la música.



La gobernadora Sila Calderón y varios de sus jefes de agencia, fueron parte del público que ovacionó la presentación de El Gran Combo.



[www.vegacoop.com](http://www.vegacoop.com)



**VEGA pc COOP**

*pagos • transferencias • balances • verificación de depósitos y cheques pagados  
• historial de transacciones*

**¡DE TU LADO SIEMPRE!**



**1-800-561-2667**

Los depósitos y las acciones están asegurados por COSSEC hasta \$100,000.  
Para información adicional sobre nuestros servicios, comuníquese con nuestros oficiales.



[www.vegacoop.com](http://www.vegacoop.com)

# Conéctate...

Educación cooperativa para nuestros niños con ilustraciones para colorear y una paleta interactiva de colores

Listado de cuentas de ahorro y cheques

Normas que rigen nuestras cuentas

Para cualquier preocupación, te puedes comunicar directamente con nuestros oficiales

¿Qué esperas? Si necesitas de nuestros servicios, ¡hazte social!

Entérate de las ventajas de cada uno de estos servicios, llena la solicitud y envíala a nuestro correo electrónico automáticamente

Con VEGA pcCOOP podrás verificar el estado de tus cuentas, hacer pagos, transferencias, en fin, VEGACOOP en tu casa

Conoce el pago aproximado de tu préstamo, llena y envía la solicitud del mismo automáticamente

Nos regimos por unos principios filosóficos, ¡conócelos!

Versión más reciente de nuestro periódico institucional Horizontes

Solicita nuestra tarjeta de crédito MasterCard—a un interés más bajo que la banca—, y envíala a nuestro correo electrónico automáticamente

Listado de nuestros préstamos

¡DE TU LADO SIEMPRE!

**¡DE TU LADO SIEMPRE!**



**1-800-561-2667**

Los depósitos y las acciones están asegurados por COSSEC hasta \$100,000. Para información adicional sobre nuestros servicios, comuníquese con nuestros oficiales.

# El ejercicio y su SALUD

Por: José Ramón Rey Aulet



Es importante conocer bien el tipo de ejercicio que se va a realizar, el nivel al que usted desea llegar, el tiempo con el que usted cuenta para realizarlo...

El ejercicio es la base de la salud. Para realizar el ejercicio usted tiene que conocer algunas técnicas que le ayudarán a canalizar el esfuerzo físico y mental que se ejerce en el desempeño del mismo. Es importante conocer bien el tipo de ejercicio que se va a realizar, el nivel al que usted desea llegar, el tiempo con el que usted cuenta para realizarlo, su estado de salud o condición física y la intensidad con la que va a realizar el ejercicio, ya que ésta cambiará de acuerdo a su edad, condición física y el nivel deseado. El atletismo, el ejercicio de correr, posee muchas y variadas técnicas que se utilizan hoy día en el desarrollo y fortalecimiento de un atleta, las cuales se ponen en función de acuerdo al evento a realizar y el nivel de competitividad del atleta. Pero si usted lo que desea es practicar el atletismo en una forma pasiva para obtener una condición física excelente y a la vez entretenerse, le recomiendo observe las siguientes técnicas en una (1) semana y repítala consistentemente por lo menos tres (3) meses y luego decida si pasa a otro nivel de entrenamiento o continúa con el mismo.

## DOMINGO

- Antes de comenzar a correr relájese y realice ejercicios de estiramiento muscular ligeros
- Corra durante 30 a 40 minutos cómodamente a un paso de 9 minutos por milla aproximadamente
- Luego de descansar 4 ó 5 minutos corra 10 repeticiones de 80 metros lo más rápido que pueda, descansando 1 minuto entre cada repetición
- Realice algunos ejercicios para relajamiento muscular

## LUNES

- Ejercicios de estiramiento ligeros
- Corra por espacio de 25 a 30 minutos a un paso un poco más rápido que el día anterior (8 minutos por milla)
- 10 repeticiones de 80 metros, rápido, con descanso de 1 minuto entre cada repetición
- Ejercicios de estiramiento ligeros

## MARTES

- Ejercicios de estiramiento ligeros
- Corra por espacio de 15 minutos cómodamente
- Ejercicios de estiramiento pesados con más intensidad
- Corra 8 repeticiones de 200 metros, rápido, camine 200 metros entre cada repetición
- Ejercicios livianos

## MIÉRCOLES

- Repita el trabajo realizado el domingo

## JUEVES

- Ejercicios ligeros
- Corra 15 minutos cómodamente
- Ejercicios pesados
- Corra 6 repeticiones de 400 metros rápido con descanso de 2 minutos entre cada repetición
- Ejercicios ligeros

## VIERNES

- Ejercicios livianos
- Corra 20 minutos a paso constante de 7 minutos 30 segundos por milla
- Ejercicios livianos

## SÁBADO

- Descanso

Se debe acompañar este entrenamiento con trabajo de pesas livianas por lo menos 2 días a la semana para fortalecer los brazos y piernas. El trabajo de los domingos y miércoles debe incluir algunas cuestas (subidas y bajadas).

Si va a realizar este tipo de entrenamiento debe asegurarse que está físicamente bien, busque asesoramiento sobre la intensidad y los ejercicios de estiramiento de acuerdo a su condición física.

El autor es Presidente de la Junta de Directores de VEGACOOOP y asiduo deportista.

## Equipo de Baloncesto Escuela Superior Maestro Ladí - Año Escolar 2001-2002



Integrantes del equipo, de izquierda a derecha, de pie: Rafael Sánchez, Xavier Santana, Héctor Vargas, Juan Sánchez, Edwin Rodríguez, Mariano Hernández, William Lugo (dirigente) y Héctor García (dirigente, ausente). De izquierda a derecha, ñangotados: Carlos Reyes, Alexander Dávila, Rafael Vélez, Aníbal Maldonado y Cristhian Laza.

- Campeones seccionales del Departamento de Educación
- Campeones Torneo Región Educativa de Bayamón (Torneo Interescolar) 19/3/02
- Campeones Torneo de la Oficina de Asuntos de la Juventud - Región de Bayamón (6/abril/2002)
- Campeones Categoría Senior - Torneo Colegio Sagrada Familia





José Roberto (Titín) Vega, a la izquierda, fue integrante del equipo Maceteros de Vega Alta que ganó varios campeonatos nacionales en el béisbol AA.

# Recordando el ayer

## José Roberto (Titín) Vega

Por: José (Cheo) Carrasquillo

Nace Titín el 1 de diciembre de 1933 en el Bo. Espinosa, Sector Fortuna en Vega Alta. Sus primeros pasos en el béisbol los practica en la Liga de los Morales, en las Parcelas Kuilan, que las dirigen los hermanos Caco y Chan Morales. A los 18 años pasa a servir al Ejército de Estados Unidos y va al conflicto de Corea en los años 1951-52.

Al regresar del Ejército es reclutado por Joe Serrano para el equipo Tony's Bar en la clasificación Clase A y de ahí pasa en el 1954 al equipo Better Taste de la misma clasificación y en el 1955 pasa al equipo Merino de Vega Alta y se proclaman campeones de Puerto Rico a nivel Clase A.

En 1958, primer año de Vega Alta AA, dado el caso que el equipo de Arecibo pasa a Vega Alta, no tiene espacio en el mismo y va a jugar a Camuy pero regresa a Vega Alta en el 1959 hasta el 1965, logrando ser el receptor regular de los campeonatos de Puerto Rico ganados por los Maceteros. Es recordado como uno de

los jugadores más agresivos y de más malicia que ha pasado en el béisbol superior.

En el 1966 pasa al Equipo Bayamón y por su compromiso de trabajo se retira del béisbol superior.

En 1970 comienza su labor en la comunidad Fortuna como entrenador de niños, con la ayuda de Cochetto Avias. En el 1977, junto a Papo Dávila y el policía Chago Santiago (L.A.P.), organizan las Pequeñas Ligas de Fortuna por 20 años.

Titín ha sido custodio del parque de Fortuna con un grupo de ciudadanos como José Camacho, Aníbal Laureano, Santiago Pérez y otros que consiguieron se construyera una nueva escuela y cancha de baloncesto en su comunidad.

Titín ha sido ejemplo en su comunidad como líder y como uno de los mejores receptores del Béisbol Superior Doble A de Puerto Rico.

Titín está felizmente casado y junto a sus tres hijos y nietos, reside en su querido Fortuna y continúa sirviéndole a la juventud de ese sector.

# Gerardo González Martínez

## (Toño, el mascota)

Por: José (Cheo) Carrasquillo

Para sorpresa nuestra, nos enteramos en este reportaje que el nombre correcto de Toño es Gerardo, nacido en la calle Teodomiro Ramírez o "Las Mercedes", para muchos vegalteños. Hijo de don Isaac González y doña Eulogia Martínez. Familia humilde y deportista, representada por Tomás, lanzador en la década de los '40, y Pedro Juan (Folla), ex-pelotero AA y una de las mejores primera base de Vega Alta en la década del '50.

Con impedimento del habla y al cuidado de sus hermanos Neca, Petra, Marcelina, Yiyi y Paula, se entusiasma Toño con el béisbol y comienza como mascota de los equipos de futuras estrellas en Vega Alta. Luego, pasa al equipo Merino AA en el año 1953 y en el 1955, año en el que Merino logra el campeonato, Toño era el mascota.

Los Maceteros de Vega Alta entran al béisbol AA en el año 1958 y comienza Toño a ser parte de su historia, al servir como mascota por 32 largos años.

Acompañó a los Maceteros como mascota a

Nueva York y su pasaje fue pagado por la fanática de Vega Alta por gestión del Dr. Arroyo.

Recordamos en una ocasión que Toño fue expulsado de juego por discutir el conteo de bolas y strikes.

Fanático de los Leones de Ponce y, como él dice, "toda la vida y todavía soy".

Al retirarse de los Maceteros es reclutado en el 1983 por los Maceteros del Ayer y por 8 largos años continúa su eficiencia como mascota y compañero.

Amigos lectores de *Horizontes*, en Toño hemos tenido a una persona que se entregó de corazón al deporte y, a pesar de su impedimento, ha sido respetado tanto por sus compañeros como por la comunidad vegalteña.

Amigo, ante ustedes este reconocimiento a Toño "el mascota", un hombre para la historia del deporte vegalteño.

El autor junto a "Toño, el Mascota", quien estuvo 32 años como mascota de los Maceteros de Vega Alta.



# Fabián Cardona Ortiz (Fabio, el terrible)

Por: José (Cheo) Carrasquillo

**N**ació Fabián el 22 de diciembre de 1934 en Dorado. Hijo de doña Valentina Ortiz y don Pablo Cardona. Hizo sus estudios primarios en su pueblo natal y se gradúa de escuela superior en Toa Baja y en el Metropolitan School of Commerce de Bayamón.

Comienza a practicar el béisbol infantil en Dorado y, bajo la dirección de William Montañez (apoderado) y el Sr. Malpica (dirigente), pasa a formar parte del equipo Dorado Stars, donde sobresale como receptor y fuerte bateador, allá para 1959.

Es recomendado por un vegalteño, el Sr. Pabón, que era dueño de un Laundry en Dorado y en el 1960 pasa a formar parte de los Maceteros de Vega Alta. Ese mismo año Vega Alta se proclama campeón de Puerto Rico.

Sus primeros años en Vega Alta compartió la receptoría con Jorge Román (Q.E.P.D) y con Titín Vega. Luego se desarrolla como un excelente guardabosque izquierdo.

Recuerda con mucho cariño a sus pasados dirigentes: Malpica, en Dorado; Panamá Vega, Tony Meléndez, Joe Montalvo, Pepin Cajigas, Olson Lugo y Juan Carrero, todos con los Maceteros.

En su carrera en el béisbol superior representó a Puerto Rico en la Serie Mundial Aficionado, celebrada en Colombia en el 1963.

Con los Maceteros viajó a la Ciudad de Nueva York, al igual que a la República Dominicana. También reforzó a los equipos de Juncos y Aibonito en la Copa Schaeffer en la Gran Urbe.

Tuvo récord por muchos años, al conectar 52 hits en 24 juegos, al igual que 45 carreras anotadas, todas con los Maceteros.

Fabián es orgullo del pueblo de Dorado y de Vega Alta que, según él, los guarda en su corazón al igual que a su fanaticada.

Hoy Fabio está encargado de las facilidades del Club de Pesca en el Balneario de Dorado y disfruta de su otro amor: el mar.

Recordamos hoy grandes luminarias del deporte del béisbol, estrellas del pasado que brillaron con los Maceteros de Vega Alta.



Fabián Cardona Ortiz, otro de los integrantes de los Maceteros para la época dorada de los años 60's, donde el equipo ganó varios campeonatos nacionales.

# Miguel A. Concepción (Guarro)

Por: José (Cheo) Carrasquillo

El "Guarro" Concepción, gran guardabosque de los Maceteros de Vega Alta, varias veces campeones de Puerto Rico en los años 60's.

**N**ace en Vega Alta en el 1936, miembro de una prominente familia de deportistas. Comienza a jugar bajo la dirección del policía Francisco Torres Girona, de la Liga Atlética Policiaca allá por el año 1946. Se desarrolló en esa organización como jardinero corto y lanzador.

Pasa esa época y Manolín Escalera, líder recreativo, lo recomienda al equipo Merino Clase A, jugando el jardín corto. En el 1955 forma parte del equipo campeón Clase A Merino de Puerto Rico y en el 1956 firma doble AA con el equipo Camuy Arenas, que dirigía Cheo López.

En 1958 llega la Doble A a Vega Alta y es cedido caballerosamente por el equipo de Camuy a Vega Alta, conjuntamente con los peloteros Héctor Flores Pantojas, Tinito Román y José Escalera Bou. Fue firmado como jardinero corto, pero es cambiado de posición y pasa al bosque central. Es ahí que se desarrolla como uno de los mejores guardabosques centrales de Puerto Rico y con un brazo que es recordado por su fortaleza y precisión.

Trabajó para la compañía Remington Rand y General Electric por 37 años.

Felizmente casado, a su retiro se dedica a aplicar su conocimiento beisbolero a sus tres

hijos: Gilberto, Miguel y Edgardo. Los primeros son miembros de los Maceteros de Vega Alta, como receptor y segunda base, respectivamente; y el último es jugador Clase A de Monte Rey, y anotador por muchos años de los Maceteros de Vega Alta.

Amigas y amigos del deporte, les hemos presentado a un jugador orgullo vegalteño y ejemplo de nuestra juventud por su dedicación al deporte del bate y la bola.

**NOTA DEL AUTOR:**

Por error involuntario no aparecieron en la lista de vegalteños en el béisbol profesional (publicada en la edición anterior de Horizontes), los siguientes peloteros:

- 1- Edwin Díaz - Pámpanos
- 2- Johanatan Albaladejo - Santa Ana
- 3- Héctor Guzmán - Cerro Gordo
- 4- Delvis Santiago - Maricao
- 5- Javier Albaladejo - Santa Ana
- 6- Gamalier Muñiz - Breñas
- 7- Raúl Pantojas

Nuestras excusas por la omisión.

