



QUÉ CURIOSO

Más de cinco millones de personas son mordidas por serpientes cada año y 130 mil pierden la vida, algo que en gran medida podría evitarse si existieran los recursos necesarios. En la actualidad hay alrededor de 3,400 especies de serpientes.



PARA PENSAR

“Estamos viviendo la mayor epidemia de gripe aviar de la historia”

Elisa Pérez Ramírez
Investigadora española

Medio Ambiente ordenó el desalojo de todos los que ocupen las Dunas de Baní

● En una resolución de junio el Ministerio dispuso paralizar los trabajos de construcción y agrícolas en el área protegida

Paola Wisky

SD. El Ministerio de Medio Ambiente ordenó en una resolución el desalojo de personas físicas o jurídicas que ocupen de manera ilegal el Monumento Natural Dunas de las Calderas, además de la paralización de los trabajos de construcción, trabajos agrícolas y la tumba y quema de especies en esa área protegida.

La ordenanza está plasmada en la resolución 0005/2024, firmada por el ministro Miguel Ceara Hatton y emitida el pasado 21 de junio. El documento detalla las disposiciones establecidas “como medida de seguridad para restaurar la conservación del medio ambiente y la legalidad conculcada, en virtud de lo establecido en el artículo 55 de la Ley General sobre Medio Ambiente”.

El artículo seis de la resolución dice que se debe informar a las personas físicas o jurídicas notificadas y a quienes “puedan ser afectadas desfavorablemente por las medidas de seguridad adoptadas en virtud de esta resolución, que contados a partir de la notificación o publicación de este acto, cuentan con un plazo de 30 días hábiles para incoar un Recurso de Reconsideración en sede administrativo o un Recurso Contencioso Administrativo contra la presente resolución, ante el Tribunal Superior Administrativo, pudiendo elegir entre las vías recursivas indicadas”.

Levantamiento

El Ministerio indica en uno de los considerandos de la resolución que a finales de mayo realizó un levantamiento en el Monumento,



EDDY VITTINI

“donde se comprobó la existencia de actividades ilícitas que atentan gravemente contra la integridad del área protegida”.

“De acuerdo con los resultados del levantamiento realizado en el Monumento Natural Las Dunas de las Calderas, se pudo evidenciar lo siguiente: la existencia de infraestructuras instaladas de manera ilegal

dentro del polígono del área protegida; y el condicionamiento de terreno para uso agrícola, con la práctica de tumba y quema dentro del polígono del área protegida”.

Amenazas

El documento agrega que la construcción con cemento y bloques de concreto en el Monumento Na-

↑ **Unas viviendas dentro del Monumento Natural Dunas de las Calderas, en la provincia Peravia.**

tural Las Dunas de las Calderas y sus alrededores “representa una amenaza directa a la conservación y preservación de los ecosistemas frágiles y sensibles de dicha zona, poniendo en peligro la supervivencia de especies endémicas”.

El levantamiento cita amenazas a especies como la Iguana de Ricord (*Cyclura ricordi*) “que enfrenta múltiples amenazas, incluida la destrucción y fragmentación del hábitat debido a urbanización, la agricultura y la extracción de arena, el Lagarto de Baní (*Anolis occultus*), así como afectando negativamente a las aves migratorias como el Flamenco (*Phoenicopterus spp.*) y el Playero Rojizo (*Calidris canutus*), cuya presencia es vital para la Biodiversidad”.

Su efecto en la calidad del agua

● La resolución indica en otro considerando que “la alteración de la dinámica costera y el impacto negativo en la calidad y cantidad del agua subterránea debido a la construcción, en el Monumento Natural Las Dunas de las Calderas, comprometen la integridad de estos ecosistemas, la seguridad y el bienestar de las comunidades locales, especialmente en una zona con alta presión hídrica como Salinas y las Calderas”. Residentes en la comunidad de Salinas informaron a *Diario Libre* que tanto la resolución como una notificación de alguacil ha sido remitida a varios lugareños y que miembros del Ministerio de Medio Ambiente, el Ministerio Público y militares acudieron el miércoles a la localidad.

Diario de nutrición

Dra. Erika Pérez Lara

Si has sufrido un infarto, la arginina no es un suplemento sugerido

La arginina, también conocida como L-arginina, es un aminoácido semi-esencial que juega un papel crucial en diversas funciones fisiológicas. Aunque el cuerpo humano puede producirla, en ciertas condiciones, como el crecimiento, el embarazo y situaciones de estrés fisiológico, la demanda de arginina puede superar la capacidad del cuerpo para producirla, convirtiéndola en un nutriente esencial.

¿En cuáles alimentos la encontramos?

Se encuentra en una variedad de alimentos, tanto de origen animal como vegetal, tales son:

- **Carnes rojas y blancas:** Pollo, pavo y carne de res son excelentes fuentes de arginina.
- **Productos lácteos:** Leche, queso y yogur.
- **Mariscos:** Pescados como el salmón y el atún, y mariscos como los camarones.
- **Frutos secos y semillas:** Almendras, nueces y semillas de calabaza.
- **Legumbres:** Guisantes, lentejas y garbanzos.
- **Granos enteros:** Avena, trigo sarraceno y quinoa.

La L-arginina se utiliza actualmente en casos de daño en el hígado (especialmente relacionadas con anomalías en el ciclo de la urea), intoxicación por amonio, trastornos asténicos (debilidad generalizada) y desnutrición, así como un aminoácido de apoyo para atletas.

La L-arginina se supone útil en el manejo de la hipertensión, enfermedad isquémica del corazón, insuficiencia cardíaca, hipercolesterolemia, glaucoma, insuficiencia renal crónica, diabetes y prevención de enfermedades cardiovasculares, incluido el accidente cerebrovascular. Pero a pesar de su posible efecto positivo en muchas enfermedades cardiovasculares, la suplementación con L-arginina puede **aumentar la mortalidad** después de un infarto de miocardio. La suplementación con L-arginina en personas que han tenido un infarto de miocardio puede aumentar la producción de óxido nítrico (NO). Este aumento de NO puede reaccionar con superóxido para formar peroxinitrito, una sustancia dañina que causa estrés oxidativo y daño celular. (Pasini, 2022)

Impacto en Atletas

La arginina también ha ganado popularidad en el ámbito deportivo debido a sus potenciales beneficios para mejorar el rendimiento. La arginina puede:

- **Mejorar la vasodilatación:** Incrementando el flujo sanguíneo y, por lo tanto, el suministro de oxígeno y nutrientes a los músculos durante el ejercicio.
- **Aumentar la resistencia:** Al reducir la fatiga muscular y mejorar la eficiencia del ejercicio aeróbico.
- **Promover la recuperación muscular:** Acelerando la reparación de los tejidos después de entrenamientos intensivos.

Un estudio reciente realizado por Viribay et al. (2020) muestra que la suplementación con L-arginina en atletas de resistencia mejora significativamente el rendimiento y la recuperación muscular. ●

Para comunicarse con la Dra. Erika Pérez Lara, nutrióloga clínica, escriba a erikapereznutricion@gmail.com
Instagram: @dra.erikaperezl