

¡Hasta siempre, General!

El pasado 6 de agosto, a los 87 años de edad, falleció en la ciudad de Santiago de Cuba el General de Brigada en retiro, Orlando La O Estrada, quien nació en Caimanera el 18 de diciembre de 1933, y desde muy joven se involucró en acciones obreras de los portuarios y salineros de su natal comarca.

Miembro de la Juventud del Partido Socialista, desde los 17 años fue trabajador de la ilegal Base naval yanqui en la bahía de Guantánamo y, a partir de octubre de 1958, como miembro del Movimiento Revolucionario 26 de Julio ingresó en la Columna 20 Gustavo Fraga y combatió en El Aguacate, la toma de Caimanera y en el cerco de Guantánamo.

Desde los primeros años de la Revolución fue uno de los jefes del Departamento de Investigaciones del Ejército Rebelde; también fundador del Departamento de Seguridad del Estado, del Minint.

En 1964 lo nombran Delegado de esa fuerza en la Región No. 2, que comprendía los territorios de Guantánamo, Baracoa y el Segundo Frente, y dirigió operaciones contra bandas alzadas en las



montañas, organizaciones contrarrevolucionarias y agentes y saboteadores que desembarcaban por las costas. Acompañó al Comandante en Jefe Fidel Castro en las acciones contra infiltrados por Punta de Silencio, en Maisí.

En 1973 egresó del Curso Político Superior en la Escuela de Seguridad del Estado en la extinta URSS y fue nombrado segundo jefe del Minint en la provincia de Oriente

(1973-1975), tras lo cual, de 1977 a 1978 cumplió misión internacionalista en Angola.

Graduado como Licenciado en Derecho, a partir de 1979, por una década, asumió la Dirección de la Delegación provincial del Minint en Guantánamo, período (1980) en el que recibió del Comandante en Jefe el grado de General de Brigada. Fue miembro del Comité provincial del Partido en el Alto Oriente y delegado al primer, segundo y tercer congresos de esa organización política.

Retirado en 1989 cumplió diferentes responsabilidades en el Consejo de Jubilados del Minint, la Asociación de Combatientes de la Revolución Cubana; el puerto de Boquerón, los Ferrocarriles, y el propio Ministerio del Interior. Por su ejemplar trayectoria recibió más de 30 distinciones, medallas y reconocimientos.

Sus cenizas reposan en el Mausoleo de los Combatientes Internacionalistas de Guantánamo, donde el pueblo brindará siempre el sentido reconocimiento que ganó en tan fructífera vida.

Oscar Romero Laffita: no te olvidaremos, colega

Oscar Romero Laffita, destacado locutor y periodista durante décadas en la emisora de Baracoa, murió este martes 31 de agosto, a la edad de 85 años en su hogar, donde permanecía jubilado.

Referente de la locución en *CMDX*, *La Voz del Toa*, por la calidad de su voz y su magisterio en la formación de generaciones de locutores, fue el primer periodista pro-

fesional de la radio en el territorio y sobresalió por su labor reporteril en programas informativos.

La jubilación no le impidió colaborar a distancia con su siempre *CMDX*, y mantenerse activo como miembro de la Unión de Periodistas de Cuba, institución que en la provincia lo reconoció en 2011 con el Premio José Vázquez Savón, por la Obra de la vida.



Otro merecido reconocimiento a Oscar Romero Laffita lo constituyó la entrega, en Sesión solemne de la Asamblea Municipal del Poder Popular de Baracoa, de la Llave de la Ciudad Primada de Cuba, comarca a la que dedicó muchas décimas de su copiosa producción poética.

(Radio Baracoa)



Desenfoque



El impacto ocasionado por un accidente automovilístico, desde hace más de un año, provocó que se fragmentara la base de un poste del alumbrado público, situado en la avenida Camilo Cienfuegos entre Carlos Manuel de Céspedes y Luz Caballero, y ese soporte metálico permanece inclinado, lo cual preocupa a los vecinos.

Si se desprendiera por algún imprevisto natural o de otra índole, al descender, traería consigo, dada su ubicación, que los cables del tendido eléctrico pudieran caer encima de algún vehículo o transeúnte.

Urge que el organismo implicado tome cartas en el asunto para solucionar ese problema, porque es mejor prevenir, que tener que lamentar.

• Texto y foto: Illovis ESPINAL MONTES DE OCA

Truquitos

Cómo aliviar la tos seca, secuela de la COVID-19

Muchas personas, inclusive aquellas que no padecen de asma bronquial, como consecuencia de la COVID-19 quedan con una tos seca, persistente y muy molesta hasta el punto de, por momentos, tener como dice la vox pópuli la sensación de falta de aire.

La tos que deja como secuela el nuevo coronavirus puede durar hasta seis meses, según los especialistas, sin embargo, existen alternativas para aliviar el cosquilleo de la garganta irritada que provoca ese síntoma, hacer que disminuya y hasta eliminarlo completamente.

Lo primero es consultar al médico para la utilización de inhaladores, de uso para asmáticos, en dosis baja para reducir la inflamación, entre otros fármacos. También ayuda la práctica de ejercicios respiratorios y la ingestión de remedios a base de plantas medicinales. Ahí les van algunos consejos:

-El té o infusión de orégano es un remedio natural muy eficaz para eliminar la tos, aliviar la inflamación y el dolor de garganta. Sus propiedades hace que actúe de manera directa en los procesos inflamatorios; limpia los bronquios de microbios que dejan las infecciones; su efecto antimicrobiano incide en las afecciones respiratorias, y actúa como calmante.

-Miel con limón: desinflama la garganta, elimina el dolor y alivia la tos. El limón con su alto contenido de vitamina C, además de ser un antioxidante natural tiene componentes antivirales; ambas tienen propiedades antibacterianas y fortalecen el sistema inmunológico.



Contigo



• A cargo de Mayliovys DEL TORO TERRERO

¡Hola, amigos de **Contigo!** A sugerencia de la joven Darlín Tomasén Prieto, de la hermosa ciudad de Baracoa, compartimos detalles de la más reciente producción discográfica de la popular cantante estadounidense Selena Gómez.

Se trata del álbum *Revelación*, su primer disco en español, idioma que la artista considera de gran valor por la sangre latina que le corre por las venas. Tras 10 años de larga espera, este 2021 Selena logró concretar esta obra, compuesta por siete canciones que, según dijo en entrevista, forma parte de su apoyo a los inmigrantes, por los que está dispuesta a seguir trabajando.

Revelación, que tiene como propuestas tentadoras las colaboraciones con los puertorriqueños Myke Towers y Rauw Alejandro, además del DJ Snake, nació como proyecto en 2019, después de conocer al también boricua Tainy, y grabar la canción *I Can't Get Enough*, en la que comparte créditos con J. Balvin y Benny Blanco.

Anteriormente, la artista había participado en el tema *Taki Taki*, con Cardi B., Ozuna y DJ Snake, lo cual sentó las bases para componer.

Sobre el álbum, Selena confesó que los siete MP3 tienen una línea lírica clara que los une, pues hablan del dolor en el corazón, la esperanza, la importancia de la autoestima y de la fuerza de voluntad cuando más vulnerables nos sentimos.

"Las letras son importantes para mí. Quiero que cada palabra tenga una intención", afirmó luego de la salida del disco públicamente.

Para que disfruten del talento de esta joven cantante y actriz, escogimos la canción *De una vez*, incluida en el fonograma *Revelación*, esperamos que les guste, y recuerden que pueden sugerirnos canciones, temas y dedicatorias al correo contigovenceremos@gmail.com



De una vez

Intérprete: Selena Gómez

Ya no duele como antes, no
La herida de tu amor sanó.

(Estribillo)

De una vez por todas, ah, ah-ah
Soy más fuerte sola, ah, ah-ah, ah
Y es que no me arrepiento del pasado
Sé que el tiempo a tu lado cortó mis alas
Pero ahora este pecho es antibalas.

No te tengo a ti, me tengo a mí
No es para que pienses que esto es pa' ti, nah
Yo me fui para que no se te olvide
Que una muerte, como tú, se revive.

Cuando se seque el último mar
Es cuando pensaré en regresar
Está sobreentendido lo que siento
Ya no estás, qué bueno es el tiempo.

Estoy curá' de ti, te dije ya
Ya no te siento aquí, no te siento ya
Nunca supiste, no me supiste valorar y (yeah).

(Se repite el Estribillo dos veces)

De una vez por todas, ah, ah-ah
Soy más fuerte sola, ah, ah-ah, ah
Y es que no me arrepiento del pasado
Sé que el tiempo a tu lado cortó mis alas
Pero ahora este pecho es antibalas
Ahora este pecho es antibalas.