

CELEBRANDO
33
años
years



Embajador de EE.UU. Ken Salazar visita frontera sur de México

por los servicios de cable de *El Reportero*

El embajador de Estados Unidos en México, Ken Salazar, dijo el martes que visitó la frontera sur de México, como parte de los esfuerzos bilaterales para encontrar soluciones a la migración masiva.

Salazar recorrió el estado mexicano de Chiapas y el vecino Guatemala, acompañado del titular del Instituto Nacional de Migración (INM), Francisco Garduño, quien actualmente enfrenta cargos por un incendio en marzo en un centro de detención del INM en Ciudad Juárez, Chihuahua, que dejó 40 migrantes muertos.

A través de un comunicado en su cuenta de Twitter, el embajador destacó los esfuerzos conjuntos de México y Estados Unidos para abordar la migración irregular y la trata de personas.

“México ha sido un socio crucial para abordar los desafíos de la migración y sus causas profundas. Este compromiso de abordar los flujos migratorios sin prec-

Ver BREVES LATINOS página 3

US ambassador Ken Salazar visits southern Mexico border

—by the *El Reportero's* wire services

U.S. ambassador to Mexico Ken Salazar said on Tuesday that he visited Mexico's southern border, as part of bilateral efforts to find solutions to mass migration.

Salazar toured the Mexican state of Chiapas and neighboring Guatemala, accompanied by National Migration Institute (INM) head Francisco Garduño, who is currently facing charges for a fire in March at an INM detention center in Ciudad Juárez, Chihuahua, that left 40 migrants dead.

Through a statement on his Twitter account, the ambassador underscored Mexico and the U.S.'s joint efforts to address irregular migration and human trafficking.

“Mexico has been a crucial partner in addressing the challenges of migration and its root causes. This commitment to address the unprecedented migratory flows — as well as to curb human smuggling and trafficking — has been continu-

See LATIN BRIEFS page 3

El Reportero

San Francisco • Peninsula • East Bay •



El periódico bilingüe

Since 1991

The bilingual newspaper

www.elreporteroSF.com Vol. 33, Edition No. 9, June 2 - 9, 2023

La advertencia sobre la inteligencia artificial, ¿debería ser una prioridad global para la humanidad?

Varios impulsores de IA firmaron la declaración de “riesgos de extinción de mitigación” de esta semana, lo que plantea la posibilidad de que personas internas con miles de millones de dólares en juego intenten mostrar su capacidad de autorregulación

—Compartido de/por Kenny Stancil
Common Dreams

2 de junio de 2023: esta semana, 80 científicos de inteligencia artificial y más de 200 “otras figuras notables” firmaron una declaración que dice que “mitigar el riesgo de extinción de la IA debería ser una prioridad mundial junto con otros riesgos a escala social, como pandemias y nucleares”.

Ver IA página 5

The one-sentence warning on artificial intelligence, should it be a global warning for humanity?

Several AI boosters signed this week’s “mitigation extinction risks” statement, raising the possibility that insiders

with billions of dollars at stake are attempting to showcase their capacity for self-regulation

—Shared from/by Kenny Stancil
Common Dreams

June 2, 2023 - this week, 80 artificial intelligence scientists and more than 200 “other notable figures” signed a statement that says “mitigating the risk of extinction from AI should be a global priority alongside other societal-scale risks such as pandemics and nuclear war.”

The one-sentence warning from the diverse group of scientists, engineers, corporate executives, academics and others doesn’t go into detail about the existential threats posed by AI.

Instead, it seeks to “open up discussion” and “create common knowledge of the growing number of experts and public figures who also take some of advanced AI’s most severe risks seriously,” according to the Center for AI Safety, a U.S.-based nonprofit whose website hosts the statement.

Lead signatory Geoffrey Hinton, often called “the godfather of AI,” has been sounding the alarm for weeks. Earlier this month, the 75-year-old professor emeritus of computer science at the University of Toronto announced that he had resigned from his job at Google in order to speak more freely about the dangers associated with AI.

Before he quit Google, Hinton told CBS News in March that the rapidly advancing technology’s potential impacts are comparable to “the Industrial Revolution, or electricity, or maybe the wheel.”

Asked about the chances of the technology “wiping out humanity,” Hinton warned that “it’s not inconceivable.”

That frightening po-

See AI page 2

Las universidades privadas de Calif. temen la prohibición de la acción afirmativa por la Corte Suprema

—por Itzel Luna

La ansiedad por el fallo está aumentando en las universidades privadas del estado, que hasta ahora no han estado sujetas a una ley de California que prohíbe la acción afirmativa.

Se espera que la Corte Suprema falle en junio sobre dos demandas presentadas por Students for Fair Admissions, un grupo sin fines de lucro dirigido por el estratega legal conservador

sar la inscripción diversa, mientras que los activistas estudiantiles intentan aumentar la conciencia en sus campus sobre el posible impacto de una prohibición de acción afirmativa.

Administradores de las universidades públicas consideran la raza, el sexo y el origen étnico en las admissions y contrataciones. Los administradores de las universidades están recurriendo a políticas alternativas que podrían ayudar a impul-

Ver ACCIÓN AFIRMA página 3

California private universities fear affirmative action ban as Supreme Court prepares to rule

—by Itzel Luna

the potential impact of an affirmative action ban.

Anxiety over the ruling is mounting at the state’s private universities, which until now have not been subject to a California law that prohibits public universities from considering race, gender and ethnicity in admissions and hiring. Administrators at those colleges are turning to alternative policies that could help boost diverse enrollment, while student activists try to raise awareness on their campuses about

The Supreme Court is expected to rule in June on two lawsuits brought by Students for Fair Admissions, a nonprofit group led by conservative legal strategist Edward Blum, after hearing arguments in the cases in October. One lawsuit argues that Harvard University’s admissions policy discriminates against Asian-American applicants, while the other claims that

See AFFIRMATIVE ACT page 5

Consumir más flavanoles antioxidantes ralentiza el deterioro de memoria en adultos mayores

—por Evangelyn Rodríguez

5 de junio de 2003: Un estudio reciente publicado en la revista PNAS relacionó la pérdida de memoria relacionada con la edad con una dieta baja en flavanoles.

El estudio encontró que la reposición de estos fitonutrientes mejoró el rendimiento de los adultos mayores en las pruebas de memoria, lo que indica la importancia de los flavanoles para una salud cerebral óptima en las poblaciones que envejecen.

La investigación, que incluyó a más de 3,500 adultos mayores, encontró una correlación entre la ingesta de flavonoides y el



rendimiento de la memoria. En particular, los adultos mayores de 60 años cuyas dietas eran bajas en flavanoles mostraron mejores puntajes en las pruebas de memoria después de

Study: Consuming more antioxidant flavanols slows memory decline in older adults

—by Evangelyn Rodríguez

June 5, 2003 - A recent study published in the journal PNAS linked age-related memory loss to a diet low in flavanols.

The study found that replenishing these phytonutrients improved the performance of older adults on memory tests, indicating the importance of flavanols for optimal brain health in aging populations.

The research, which included more than 3,500 older adults, found a correlation between flavanol intake and memory performance. Particularly, adults

over 60 whose diets were low in flavanols showed improved memory test scores after increasing their intake of these phytonutrients. The findings support the hypothesis that the aging brain requires certain nutrients to stay healthy, similar to the developing brain.

What are flavanols?

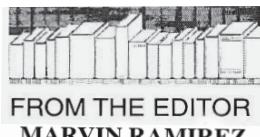
Flavanols, also known as catechins, are compounds naturally present in plants that possess antioxidant properties. Flavanols are the main polyphenols that give cocoa and dark chocolate their many

Ver SALUD página 3

See HEALTH page 3

Editorial & Comentarios

Editorial & Commentaries



FROM THE EDITOR
MARVIN RAMIREZ

Como recuperar la ciudad de San Francisco en medio de la ola de crímenes

En estos días de confusión política-social, donde el feminismo odia-hombre se ha intercalado en casi todas las esferas, desde el poder judicial y las legislaturas y servicios sociales, donde los hombres generalmente pierden, desde custodias de los hijos hasta la prohibición en las visitas para verlos, hasta dejarlos en la calle durante separaciones o divorcios y quebrados económicamente.

He sido testigo de como ciertas ideologías políticas feministas son culpables de la pérdida de derechos de los hombres, por ser hombres.

Me refiero a situaciones donde los hombres son injustamente vejados y abusados por algunas mujeres insensibles que se aprovechan, despojándolos y alejándolos de sus hijos sin estos poder gozarlos y acompañarlos en fechas importantes - al igual que ellos se crían sin su padre. Excluyo por su-

puesto a aquellos hombres abusadores que maltratan a las mujeres o a sus mismos hijos y son irresponsable.

La ausencia de un padre en muchas familias, sin duda alguna ha contribuido al descuido de estos hijos en muchos casos.

Sabemos que los niños que crecen con padres ausentes pueden sufrir daños duraderos. Es más probable que terminen en la pobreza o abandonen la escuela, se vuelvan adictos a las drogas, tengan un hijo fuera del matrimonio o terminen en prisión.

Los niños que se quedan atrás tienen una puntuación más baja en las pruebas cognitivas y en las pruebas académicas, y también es menos probable que asistan a la universidad. En particular, la ausencia de la madre parece tener efectos negativos persistentes en el desarrollo de los niños.

Es importante que el padre este presente, y se le

dé la oportunidad de ejercitarse la paternidad y desarrollar el amor a sus hijos.

Un papá comprometido y afectuoso aporta una mejor autoestima, más habilidades sociales, apoya con un mejor desempeño escolar, y entrega bienestar psicológico para los niños y niñas.

En este mes de junio es el Día del Padre. Es un día que se debe de conmemorar en nombre de los hijos, y recordar que no es fácil para aquellos que crecen sin la figura de un varón. Es el equivalente a la energía positiva y negativa que rige en el campo de la electricidad. Juntos forman dos perspectivas diferentes, que son la fuerza que hace que los hijos se desarrollen, crezcan desarrollando su propia personalidad para alcanzar sus propias metas. La unión de dos padres fomenta el desarrollo saludable

Ver EDITORIAL página 5

How to take back the city of San Francisco in the middle of the crime wave

In these days of political-social confusion, where man-hating feminism has infiltrated almost every sphere, from the judiciary and legislatures and social services, where men generally lose, from child custody to banning visits to see them, even leaving them on the street during separations or divorces and financially bankrupt.

I have witnessed how certain feminist political ideologies are guilty of the loss of men's rights, because they are men.

I am referring to situations where men are unjustly harassed and abused by some insensitive women who take advantage, stripping them and taking them away from their children without being able to enjoy them and accompany them on important dates - just as they grow up

without their father. Of course, I exclude those abusive men who mistreat women or their own children and are irresponsible.

The absence of a father in many families has undoubtedly contributed to the neglect of these children in many cases.

We know that children who grow up with absent parents can suffer lasting damage. They are more likely to end up in poverty or drop out of school, become addicted to drugs, have a child out of wedlock, or end up in prison.

Children who lag behind score lower on cognitive tests and academic tests, and are also less likely to attend college. In particular, the absence of the mother appears to have persistent negative effects on children's development.

It is important that the

father is present, and is given the opportunity to exercise paternity and develop love for his children.

A committed and affectionate father provides better self-esteem, more social skills, supports better school performance, and provides psychological well-being for boys and girls.

This month of June is Father's Day. It is a day that should be commemorated in the name of the children, and remember that it is not easy for those who grow up without the figure of a man. It is the equivalent of the positive and negative energy that governs the field of electricity. Together they form two different perspectives, which are the force that makes children develop, grow by developing their own personality to achieve

See EDITORIAL page 7

Del 9 al 16 de junio de 2023

El propósito de *El Reportero* es informar sobre lo que afecta a los latinos en los Estados Unidos. También contiene artículos políticos y de interés general sobre cultura y eventos sociales. Lo que se publica en *El Reportero* no necesariamente refleja el punto de vista y la línea ideológica del periódico. El personal que labora en el periódico es voluntario, siendo la mayoría estudiantes de colegio con deseos de aprender periodismo o asuntos relacionados.

Para más información y para enviar artículos, ideas, anunciar sus eventos o negocio en *El Reportero*, por favor llámenos al (415) 648-3711 o envíenos un correo electrónico a: LReportero@aol.com, o escribanos a: 2601, Mission Street, Suite 105, San Francisco, California [94110]. www.elreporteroSF.com.

El Reportero's aim is to cover people and issues that affect Latinos in the U.S. It also contains political and general interest articles on cultural and social events. What is printed in *El Reportero* does not necessarily reflect the views and opinions of the newspaper. Our staff is volunteer, being mainly students wanting to learn journalism or office skills.

For more information and to submit articles and story ideas, announce your events, or advertise your business in *El Reportero*, please call us at (415) 648-3711 or e-mail: LReportero@aol.com or write to: 2601 Mission St., Suite 105, San Francisco, California [94110]. www.elreporteroSF.com.

El Reportero
The bilingual newspaper

EDITOR IN CHIEF & PUBLISHER
Lic. Marvin Ramírez
Maynard Institute
for Journalism Education Fellow

EMERITUS ADVISOR

Lic. José Santos Ramírez Calero
12/24/16 to 6/12/04

Assistant Editor

CHRISTOPHER LUNA

News Assistant/Writer

MAGDY ZARA

Photographer

STAFF

Translations

STAFF

Graphic Design

STAFF

Horas de oficina: L-V: 10 a.m.-5 p.m.
Office Hours: Mon-Fri: 10 am-5 p.m.

Member of the National Association
of Hispanic Journalists and
National Association of Hispanic Publications

Los desarrollos de IA en la tecnología de lectura mental están poniendo en riesgo la privacidad y la libertad

Los desarrollos recientes en IA han permitido a los investigadores 'leer' los pensamientos de alguien como un flujo continuo de texto

por Miriam Frankel

(The Conversation) Por primera vez, los investigadores lograron usar GPT1, precursor del chatbot de IA ChatGPT, para traducir imágenes de resonancia magnética a texto en un esfuerzo por comprender lo que alguien está pensando.

Este avance reciente permitió a los investigadores de la Universidad de Texas en Austin 'leer' los pensamientos de alguien como un flujo continuo de texto, en función de lo que estaban escuchando, imaginando o viendo.

Plantea preocupaciones significativas por la privacidad, la libertad de pensamiento e incluso la libertad de soñar sin interferencias. Nuestras leyes no están preparadas para hacer frente al uso comercial generalizado de la tecnología de lectura mental: la ley de libertad de expresión no se extiende a la protección de nuestros pensamientos.

Se pidió a los participantes en el estudio de Texas que escucharan audiolibros durante 16 horas dentro de un escáner de resonancia magnética. Al mismo



tiempo, una computadora "aprendió" cómo asociar su actividad cerebral de la resonancia magnética con lo que estaban escuchando.

Una vez entrenado, el decodificador podría generar texto a partir de los pensamientos de alguien mientras escuchaba una nueva historia o imaginaba una propia.

Según los investigadores, el proceso requería mucho trabajo y la computadora solo logró obtener la esencia de lo que alguien estaba pensando. Sin embargo, los hallazgos aún representan un avance significativo en el campo de las interfaces cerebro-máquina que, hasta ahora, se han basado en implantes médicos invasivos. Los dispositivos no invasivos anteriores solo podían descifrar un puñado de palabras o imágenes.

Aquí hay un ejemplo de lo que estaba escuchando uno de los sujetos (de un audiolibro):

Me levanté del colchón de aire y presioné mi rostro contra el vidrio de la ventana del dormitorio, esperando ver

ojos mirándome, pero en cambio solo encontré oscuridad.

Y esto es lo que la computadora "lee" de la actividad cerebral del sujeto:

Continué caminando hacia la ventana y abrí el vidrio. Me puse de puntillas y miré hacia afuera. No vi nada y volví a mirar. No vi nada.

Los participantes del estudio tuvieron que cooperar tanto para entrenar como para aplicar el decodificador, de modo que se mantuviera la privacidad de sus pensamientos. Sin embargo, los investigadores advierten que "los desarrollos futuros podrían permitir que los decodificadores eludan estos requisitos". En otras palabras, la tecnología de lectura de la mente podría aplicarse algún día a las personas en contra de su voluntad.

La investigación futura también puede acelerar el proceso de formación y decodificación. Si bien tomó 16 horas entrenar la máquina

Ver COLUMNA página 4

AI developments in mind-reading technology are putting privacy, freedom at risk

Recent developments in AI have allowed researchers to 'read' someone's thoughts as a continuous flow of text

by Miriam Frankel

(The Conversation) For the first time, researchers have managed to use GPT1, precursor to the AI chatbot ChatGPT, to translate MRI imagery into text in an effort to understand what someone is thinking.

This recent breakthrough allowed researchers at the University of Texas at Austin to "read" someone's thoughts as a continuous flow of text, based on what they were listening to, imagining, or watching.

It raises significant concerns for privacy, freedom of thought, and even the freedom to dream without interference. Our laws are not equipped to deal with the widespread commercial use of mind-reading technology – freedom of speech law does not extend to the

protection of our thoughts.

Participants in the Texas study were asked to listen to audiobooks for 16 hours while inside an MRI scanner. At the same time, a computer "learnt" how to associate their brain activity from the MRI with what they were listening to. Once trained, the decoder could generate text from someone's thoughts while they listened to a new story, or imagined a story of their own.

According to the researchers, the process was labor intensive and the computer only managed to get the gist of what someone was thinking. However, the findings still represent a significant breakthrough in the field of brain-machine interfaces that, up to now, have relied on invasive medical implants. Previous non-invasive devices could only decipher a handful of words or images.

Here's an example of what one of the subjects was listening to (from an audiobook):

I got up from the air mattress and pressed my face against the glass of the bedroom window, expecting to see eyes staring back at me but instead finding only darkness.

And here's what the computer "read" from the subject's brain activity:

I just continued to walk up to the window and open the glass I stood on my toes and peered out I didn't see anything and looked up again I saw nothing.

The study participants had to cooperate to both train and apply the decoder, so that the privacy of their thoughts was maintained. However, the researchers warn that "future developments might enable decoders to bypass these requirements." In other words, mind-reading technology could one day be applied to people against their will.

Future research may also speed up the training and decoding process.

See COLUMNA página 6

AI from page 1

tential doesn't necessarily lie with currently existing AI tools such as ChatGPT, but rather with what is called "artificial general intelligence" (AGI), which would encompass computers developing and acting on their own ideas.

"Until quite recently, I thought it was going to be like 20-to-50 years before we have general-purpose AI," Hinton told CBS News. "Now I think it may be 20 years or less."

Pressed by the outlet if it could happen sooner, Hinton conceded that he

wouldn't rule out the possibility of AGI arriving within five years, a significant change from a few years ago when he "would have said, 'No way.'"

"We have to think hard about how to control that," said Hinton. Asked if that's possible, Hinton said, "We don't know, we haven't been there yet, but we can try."

The AI pioneer is far from alone. According to the 2023 AI Index Report, an annual assessment of the fast-growing industry published last month by the Stanford Institute for Human-Centered Artificial Intelligence, 57

percent of computer scientists surveyed said that "recent progress is moving us toward AGI," and 58 percent agreed that "AGI is an important concern."

Although its findings were released in mid-April, Stanford's survey of 327 experts in natural language processing — a branch of computer science essential to the development of chatbots — was conducted last May and June, months before OpenAI's ChatGPT burst onto the scene in November. OpenAI CEO Sam Alt-

See AI page 3



Sindicatos y defensores ambientales presionan para reformar el proceso de referéndum en Calif.

por Suzanne Potter

Los sindicatos, los grupos ambientalistas y otras organizaciones progresistas están liderando la reforma del proceso de referéndum de California, que permite a los votantes derogar las leyes aprobadas por la legislatura.

El Proyecto de Ley 421 de la Asamblea surgió después de que la industria petrolera reuniera firmas para derogar una ley que bloqueaba nuevas perforaciones en los vecindarios.

Asm. Isaac Bryan, demócrata de Los Ángeles, quien presentó el proyecto de ley, dijo que el sistema actual incentiva a los recolectores de firmas para engañar a los votantes. "Luego, las compañías petroleras gastaron casi

\$25 millones en 90 días para reunir las firmas para detener la ley, de modo que pudieran solicitar nuevos permisos de perforación y ponerlos en referéndum", relató Bryan. "Y hubo horas de evidencia documentada en video de que muchos de los recolectores de firmas simplemente estaban mintiendo a la gente".

Actualmente, es legal redactar un referéndum de manera confusa, en el que un voto por el "sí" anularía la ley en cuestión. Según el proyecto de ley propuesto, los votantes simplemente decidirían si mantienen o derogan la ley. La Cámara de Comercio de California se opone a la medida, argumentando que encarecería la recolección de firmas y debería requerir una en-

mienda constitucional. Bryan agregó que el proyecto de ley requeriría que los recolectores de firmas usen una insignia con su nombre, número de identificación y foto. "La gente debería tener la capacitación adecuada y también estar registrada", afirmó Bryan. "Para que quede claro que, si están violando la ética de la recolección de firmas, eso puede informarse de una manera responsable".

El proyecto de ley requeriría peticiones para identificar a los tres principales donantes del referéndum y exige que al menos el 10 por ciento de los recolectores de firmas sean voluntarios de la comunidad. El proyecto de ley ya fue aprobado por la Asamblea Estatal. Su próxima parada es el Comité de Elecciones del Senado Estatal.

deficits in older adults.

Because plant-based foods like tea, onions, kale, grapes, berries, tomatoes and lettuce contain high amounts of antioxidant flavonols, they are considered excellent foods for supporting a healthy brain. This means it is possible for older adults to maintain optimal brain performance by eating a diet rich in these brain superfoods.

Flavanol-rich diet does wonders for the hippocampus

In their paper, the researchers noted that cog-

See HEALTH page 6

health benefits. Because flavonols are potent antioxidants, they can protect cells, including brain neurons, from oxidative stress. Oxidative stress is known to damage healthy cells and has been shown to play a role in the development and progression of chronic diseases, such as cancer, diabetes, heart disease and Alzheimer's disease. The accumulation of oxidative damage in the brain as well as reduced antioxidant defenses are also thought to contribute to age-related memory

BREVES LATINOS de la página 1

edentes, así como de frenar el tráfico y la trata de personas, ha sido confirmado continuamente por el presidente Joe Biden y el presidente Andrés Manuel López Obrador", escribió Salazar.

"Unimos esfuerzos con socios regionales, como México y Guatemala, para proteger los derechos de los migrantes mientras generamos esperanza y bienestar en las comunidades".

El embajador destacó que también está colaborando con el embajador de Estados Unidos en Guatemala, William Popp, así como con

AI from page 2

man, who signed the statement shared Tuesday by the Center for AI Safety, wrote in a February blog post: "The risks could be extraordinary. A misaligned super-intelligent AGI could cause grievous harm to the world."

The following month, however, Altman declined to sign an open letter calling for a half-year moratorium on training AI systems

beyond the level of OpenAI's latest chatbot, GPT-4.

The letter, published in March, states that "powerful AI systems should be developed only once we are confident that their effects will be positive and their risks will be manageable."

Tesla and Twitter CEO Elon Musk was among those who called for a pause two months ago, but he is "developing plans to launch a new artificial intel-

ligence start-up to compete with" OpenAI, according to the *Financial Times*, begging the question of whether his stated concern about the technology's "profound risks to society and humanity" is sincere or an expression of self-interest.

Possible bid for self-regulation

That Altman and several other AI boosters signed

See AI page 8

Breves Locales & Estatales Local & State Briefs

Unions, environmental advocates press to reform CA referendum process

by Suzanne Potter

Unions, environmental groups and other progressive organizations are leading the charge to reform California's referendum process, which allows voters to repeal laws passed by the legislature.

Assembly Bill 421 came about after the oil industry gathered signatures to repeal a law blocking new drilling in neighborhoods.

Asm. Isaac Bryan, D-Los Angeles, who introduced the bill, said the current system incentivizes signature gatherers to mislead voters.

"The oil companies then spent nearly \$25 million in 90 days to gather the signatures to pause the law, so they could apply for new drilling permits and put it

on the referendum," Bryan recounted. "And there was hours of documented video evidence that many of the signature gatherers were just outright lying to people."

Currently, it is legal to word a referendum in a confusing way, in which a "yes" vote would overturn the law in question. Under the proposed bill, voters would simply decide whether to keep or repeal the law. The California Chamber of Commerce opposes the measure, arguing it would make signature gathering more expensive and should require a constitutional amendment.

Bryan added the bill would require signature gatherers to wear a badge with their name, identification number and photo.

"Folks should have to have adequate training and

also be registered," Bryan contended. "So that it's clear that, if they are violating the ethics of signature gathering, that can be reported in a way that's accountable."

The bill would require petitions to identify the referendum's top three donors and mandates at least 10 percent of signature gatherers be community-based volunteers. The bill has already passed the State Assembly. Its next stop is the State Senate Elections Committee.

Experts: wildfire risk hurting ca home values, increasing insurance costs
It is getting increasingly

See LOCAL BRIEFS page 7

Una dieta rica en flavonoides hace maravillas con el hipocampo

En su artículo, los investigadores notaron que el envejecimiento cognitivo ocurre en el hipocampo según múltiples estudios. Se dice que esta parte del cerebro es crucial para el aprendizaje y la memoria episódica a largo plazo, y es lo que permite a las personas recordar experiencias personales.

Debido a que existe evidencia de que la dieta, en particular el consumo de flavonoides, puede influir en el envejecimiento cognitivo,

SALUD de la página 1

nutrientes para mantenerse saludable, de manera similar al cerebro en desarrollo.

¿Qué son los flavonoides?

Los flavonoides, también conocidos como catequinas, son compuestos presentes de forma natural en las plantas que poseen propiedades antioxidantes.

Los flavonoides son los principales polifenoles que aportan al cacao y al chocolate negro sus múltiples beneficios para la salud.

Debido a que los flavonoides son potentes antioxidantes, pueden proteger las células, incluidas las neuronas cerebrales, del estrés oxidativo. Se sabe que el estrés oxidativo daña las células sanas y se ha demostrado que desempeña un papel en el desarrollo y la progresión de enferme-

dades crónicas, como el cáncer, la diabetes, las enfermedades cardíacas y la enfermedad de Alzheimer. También se cree que la acumulación de daño oxidativo en el cerebro, así como la reducción de las defensas antioxidantes, contribuyen a los déficits de memoria relacionados con la edad en los adultos mayores.

Debido a que los alimentos de origen vegetal como el té, las cebollas, la col rizada, las uvas, las bayas, los tomates y la lechuga contienen altas cantidades de flavonoides antioxidantes, se consideran alimentos excelentes para mantener un cerebro sano. Esto significa que es posible que los adultos mayores mantengan un rendimiento cerebral óptimo al consumir una dieta rica en estos superalimentos para el cerebro.

Ver SALUD página 6

ACCIÓN AFIRMA de la página 1

Edward Blum, después de escuchar los argumentos de los casos en octubre. Una demanda argumenta que la política de admisión de la Universidad de Harvard discrimina a los solicitantes asiático-estadounidenses, mientras que la otra afirma que la Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill discrimina a los solicitantes asiático-estadounidenses y blancos.

A pesar de la presencia de Garduño en la gira, el gobierno mexicano no se ha pronunciado sobre la visita de funcionarios estadounidenses a la frontera sur. Con informes de Latinus

LATIN BRIEFS from page 1

ously confirmed by President Joe Biden and President Andres Manuel López Obrador," Salazar wrote.

"We join efforts with regional partners, such as Mexico and Guatemala, to protect the rights of migrants while generating hope and well-being in communities."

The ambassador stressed that he is also collaborating

preparan para una prohibición total de la acción afirmativa en todos los campus, dada la mayoría conservadora de la corte.

Flores dijo que le preocupa especialmente el impacto sobre la diversidad en las profesiones STEM. Fundó un podcast "¿Dónde proviene STEM?" en 2021, donde entrevista a científicos de diversos orígenes sobre sus experiencias en el campo y ayuda a reclutar y retener a estudiantes de minorías subrepresentadas en los programas STEM. Si las universidades privadas se les prohíbe el uso de la acción

with the U.S. ambassador to Guatemala, William Popp, as well as nongovernmental organizations and the United Nations through the Los Angeles Declaration on Migration and Protection.

The declaration, launched during the Summit of the Americas in Los Angeles, California, in 2022, seeks to take a regional and humane approach to managing migration.

afirmativa, teme, "solo traerá una perspectiva al frente".

"Creo que la gente en ciencia realmente está comenzando a darse cuenta de que para resolver problemas biológicos como el cáncer, el Alzheimer u otras enfermedades, se necesita un enfoque interdisciplinario", dijo Flores. "La gente realmente subestima el poder de tener una fuerza

Ver ACCIÓN AFIRMA página 4

Salazar said the number of migrants attempting to cross the U.S.-Mexico border is less than half of what it was prior to Title 42's termination. The pandemic-era policy has now been replaced by Title 8, which carries stricter penalties for unauthorized migration.

Despite Garduño's presence on the tour, the Mexican government has not committed on U.S. officials' visit to the southern border.

With reports from Latinus

Peso hits new 7-year

See LATIN BRIEFS page 8

Visite elreporteroSF.com

Arte & Entretenimiento Arts & Entertainment



Retrato de un movimiento: Mural narra la lucha por salvar el maíz nativo

por Tracy L. Barnett

En una ruidosa entrada trasera a uno de los mercados más antiguos de la ciudad de Oaxaca, no lejos de uno de los sitios donde se originó el maíz hace unos 9,000 años, la muralista Mariel García se subió a un andamio bajo el sol durante tres semanas y pintó su corazón.

“Cuando conviertes las noticias diarias en un mural, lo conviertes en una leyenda para ser admirada por los estudiantes de historia en el futuro... este mural cuenta la historia de cómo todo México se unió para salvar la cultura de la mil-

pa”, explicó. Chris Wells, fundador de All Species Project, motor del mural e inspiración de García.

También representados en medio de la milpa están los elementos humanos detrás de ese ecosistema: los campesinos que durante milenios han desarrollado más de 1,000 variedades de maíz, cada una específica para una bioregión en particular.

Allí también está la Suprema Corte de Justicia de la Nación, sentada en el centro con sus túnicas negras; el alto tribunal confirmó la apelación de Demanda Colectiva dos veces,

Ver ARTES página 6

Portrait of a movement: Mural narrates the fight to save native corn

Shared from/by Mexico Desconocido

On Thursday, the New York City Center will be the stage for the premiere of “Sor Juana,” the latest work by Texan choreographer Michelle Manzanales inspired by the life of the 17th-century Mexican poet and nun, Sor Juana Inés de la Cruz.

Performed by 14 dancers of the Ballet Hispánico, the ballet uses contemporary dance to tell “an abstracted version” of the life of Sor Juana, “considered by many to be the first feminist in the Americas,” Manzanales told news agency EFE. Ballet Hispánico is a leading U.S. dance company and describes itself as the “largest Latino cultural organization” in the United States. Sor Juana, an icon of

Mexican culture whose face appears on the 100-peso bill, is not as well known in the U.S., although the National Museum of Mexican Art in Chicago does host an annual festival bearing her name. The piece, then, was a perfect fit with Ballet Hispánico’s mission to disseminate “the narratives of [the Latino] diaspora,” Manzanales said.

Born Inés de Asbaje y Ramírez de Santillana in 1648, Sor Juana was the illegitimate child of a Spanish officer and a wealthy criolla woman. After spending her adolescence as a lady-in-waiting in the court of the Viceroy of New Spain, marriage or taking religious orders were the only options available to a woman of Inés’ social status. She chose the latter: “Given the

total aversion I felt toward the idea of marriage,” she wrote in 1691 letter, convent life “was the least unreasonable and most decent choice I could make.”

Largely self-taught, she devoted her life in the Convent of San Jerónimo to producing a body of literary and poetic work that covered subjects as varied as astronomy, music, religion and love. She studied the Greek and Roman classics as well as logic, rhetoric, physics, music, arithmetic, geometry, architecture, history, and law.

Sor Juana is now seen as an important precursor of feminism before that concept even existed. In a public letter written to the bishop of Puebla, she argued that women had the right and ability to dedicate themselves to intellectual life, not just prayer or raising children.

Due to lack of space, this article was cut and can be read complete at www.elreporterosf.com

With reports from López Dóriga and The New York Times.

ACCIÓN AFIRMA de la página 3

laboral científica diversa detrás de estos problemas”.

Universidades pre-parañándose para el impacto

Algunas universidades privadas de California han señalado que una prohibición de acción afirmativa podría limitar su capacidad para revisar las solicitudes de manera integral, teniendo en cuenta todos los aspectos de la identidad de un solicitante, incluidas las experiencias, los atributos y las métricas académicas.

Un proceso de admisión holístico es esencial para

crear un cuerpo estudiantil que equipe a “los estudiantes para que se conviertan en ciudadanos del mundo (necesarios) para satisfacer las mayores necesidades de nuestra sociedad”, dijo Eva Blanco Masias, vicepresidenta de inscripción en la Universidad de Santa Clara.

Y la raza a menudo está profundamente arraigada en la solicitud de un estudiante, dijo Masias, no solo en la información demográfica, sino también en sus ensayos. Los estudiantes a menudo escriben sobre experiencias de vida, donde la raza puede ser un factor, dijo.

Si bien es imposible predecir el fallo de la corte, “podría haber algunas limitaciones en la capacidad de las instituciones para considerar la raza (y) el origen étnico como uno de muchos, muchos factores en las admisiones holísticas”, dijo Julie Park, profesora asociada de educación en la Universidad

Calendario & Turismo Calendar & Tourism



Ballet Folklórico de San Francisco presenta: Sones y Tradiciones

por Magdy Zara

Durante el Festival Internacional de Arte de San Francisco, el Conjunto Ballet Folklórico de SF presenta: *Sones y Tradiciones*, que es una producción vibrante llena de ritmo y color que manifiesta las costumbres de los indígenas de México.

Según los organizadores del evento ésta será velada de sones mexicanos, un estilo musical tradicional con orígenes en ritmos españoles, africanos e

indígenas. Acompañado de bailes de muchas regiones diferentes de México.

Expli caron que “Ensambles” es un conjunto de danza único, compuesto por un grupo diverso de bailarines talentosos que varían en niveles de experiencia, edad, etnia, y profesiones. Ensambl es está compuesto por 35 bailarines de diferentes orígenes y etnias.

E sta magistr al presentación se realizará este sábado, 10 de junio,

a partir de las 8 p.m., en el Teatro Brava, ubicado en 2781 24th St, SF.

Disfruta del Festival de Jazz en la Colina

El Festival de Jazz conocido como *Jazz en la Colina*, este año tendrá una duración de 7 horas consecutivas y contará con la renombrada Orquesta Española de Harlem, como banda principal.

La Orquesta Española

Ver CALENDARIO page 7

Ballet Folklórico de SF presents: Sones y Tradiciones

by Magdy Zara

During the San Francisco International Arts Festival, the SF Ballet Folklórico Ensemble presents: *Sones y Tradiciones*, which is a vibrant production full of rhythm and color that manifests the customs of the indigenous people of Mexico.

According to the organizers of the event, this will be an evening of Mexican sones, a traditional musical style with origins in Spanish, African and indigenous

rhythms. Accompanied by dances from many different regions of Mexico.

They explained that “Ensambles” is a unique dance ensemble, comprised of a diverse group of talented dancers who vary in experience levels, age, ethnicity, and professions. Ensambl es is made up of 35 dancers from different origins and ethnicities.

This masterful presentation will take place this Saturday, June 10, starting at 8 p.m., at the Brava Theater, located at 2781 24th St, SF.

Enjoy the Festival Jazz on the Hill

The Festival known as *Jazz on the Hill*, this year will last for 7 consecutive hours and will feature the renowned Spanish Harlem Orchestra as the main band.

The Harlem Spanish Orchestra is a three-time Grammy Award-winning Latin jazz and salsa band.

Jazz on the Hill is more

See CALENDARIO page 6

siga siendo una barrera para el uso de dicha tecnología.

Sin embargo, las mejoras en la precisión de esta nueva tecnología no invasiva podrían cambiar las reglas del juego. Por primera vez, la tecnología de lectura mental parece viable al combinar dos tecnologías que están fácilmente disponibles, aunque con un alto precio. Las máquinas de resonancia magnética actualmente cuestan entre \$150,000 y \$1 millón.

R a m i f i c a c i o n es legales y éticas

La ley de privacidad de datos actualmente no considera el pensamiento como una forma de datos. Necesitamos nuevas leyes que impidan la aparición de delitos de pensamiento, violaciones de datos de pensamiento e incluso, quizás, algún día, la implantación o manipulación del pensamiento. Pasar de leer el pensamiento a implantarlo puede llevar mucho tiempo todavía, pero ambos requieren una regulación y supervisión preventivas.

Investigadores de la Universidad de Oxford abogan por un derecho le-

COLUMNA de la página 2

para leer lo que alguien estaba pensando en la versión actual, esto disminuirá significativamente en futuras actualizaciones. Y como hemos visto con otras aplicaciones de IA, es probable que el decodificador también sea más preciso con el tiempo.

Hay otra razón por la que esto representa un cambio radical. Los investigadores han estado trabajando durante décadas en interfaces cerebro-máquina en una carrera para crear tecnologías de lectura mental que puedan percibir los pensamientos de alguien y convertirlos en texto o imágenes. Pero por lo general, esta investigación se ha centrado en los implantes médicos, con el objetivo de ayudar a los discapacitados a expresar sus pensamientos.

Neuralink, la compañía de neurotecnología fundada por Elon Musk, está desarrollando un implante médico que puede “permitirle controlar una computadora o dispositivo móvil donde quiera que vaya”. Pero es probable que la necesidad de someterse a una cirugía cerebral para que le implanten un dispositivo

Ver ACCIÓN AFIRMA página 6

COLUMNA de la página 7

IA de la página 1

La advertencia de una oración del grupo diverso de científicos, ingenieros, ejecutivos corporativos, académicos y otros no entra en detalles sobre las amenazas existenciales que plantea la IA.

En cambio, busca "abrir la discusión" y "crear conocimiento común del creciente número de expertos y figuras públicas que también toman en serio algunos de los riesgos más graves de la IA avanzada", según el Center for AI Safety, una organización sin fines de lucro con sede en EE.UU. cuyo sitio web aloja la declaración.

El signatario principal Geoffrey Hinton, a menudo llamado "el padrino de la IA", ha estado haciendo sonar la alarma durante semanas. A principios de este mes, el profesor emérito de ciencias de la computación de la Universidad de Toronto, de 75 años, anunció que había renunciado a su trabajo en Google para hablar más libremente sobre los peligros asociados con la IA.

Antes de dejar Google, Hinton le dijo a CBS News en marzo que los impactos potenciales de la tecnología que avanza rápidamente son comparables a "la Revolución Industrial, o la electricidad, o tal vez la rueda".

Cuando se le preguntó sobre las posibilidades de que la tecnología "aniquele a la humanidad", Hinton advirtió que "no es inconcebible".

Ese potencial aterrador no reside necesariamente en las herramientas de IA existentes actualmente, como ChatGPT, sino más bien en lo que se denomina

"inteligencia general artificial" (AGI), que abarcaría a las computadoras que desarrollan y actúan según sus propias ideas.

"Hasta hace poco, pensé que pasarían de 20 a 50 años antes de que tuviéramos IA de propósito general", dijo Hinton a CBS News. "Ahora creo que pueden ser 20 años o menos".

Presionado por el medio si podría suceder antes, Hinton admitió que no descartaría la posibilidad de que AGI llegara dentro de cinco años, un cambio significativo con respecto a hace unos años cuando "habría dicho: 'De ninguna manera'".

"Tenemos que pensar mucho sobre cómo controlar eso", dijo Hinton. Cuando se le preguntó si eso es posible, Hinton dijo: "No lo sabemos, aún no hemos estado allí, pero podemos intentarlo".

El pionero de la IA está lejos de estar solo. Según el Informe del Índice de IA de 2023, una evaluación anual de la industria de rápido crecimiento publicada el mes pasado por el Instituto de Inteligencia Artificial centrada en el ser humano de Stanford, el 57 por ciento de los científicos informáticos encuestados dijeron que "el progreso reciente nos está moviendo hacia AGI" y El 58 por ciento estuvo de acuerdo en que "AGI es una preocupación importante".

Aunque sus hallazgos se publicaron a mediados de abril, la encuesta de Stanford a 327 expertos en procesamiento de lenguaje natural, una rama de la informática esencial para el desarrollo de chatbots, se realizó en mayo y junio pasados, meses antes de que Chat-

GPT de OpenAI irrumpiera en escena en noviembre.

El CEO de OpenAI, Sam Altman, quien firmó la declaración compartida el martes por el Centro para la Seguridad de la IA, escribió en una publicación de blog de febrero: "Los riesgos podrían ser extraordinarios. Un AGI superinteligente desalineado podría causar graves daños al mundo".

Sin embargo, al mes siguiente, Altman se negó a firmar una carta abierta en la que pedía una moratoria de medio año para entrenar sistemas de IA más allá del nivel del último chatbot de OpenAI, GPT-4.

La carta, publicada en marzo, establece que "los sistemas de IA potentes deben desarrollarse solo una vez que estemos seguros de que sus efectos serán positivos y sus riesgos serán manejables".

El CEO de Tesla y Twitter, Elon Musk, estuvo entre los que pidieron una pausa hace dos meses, pero está "desarrollando planes para lanzar una nueva empresa de inteligencia artificial para competir con" OpenAI, según el Financial Times, lo que plantea la pregunta de si su preocupación declarada sobre los "profundos riesgos para la sociedad y la humanidad" de la tecnología es sincera o una expresión de interés propio.

Possible apuesta por la autorregulación

El hecho de que Altman y varios otros promotores de la IA hayan firmado la declaración de esta semana plantea la posibilidad de que personas internas con miles de millones de dólares

AFFIRMATIVA ACT from page 1

the University of North Carolina at Chapel Hill discrimina against Asian-American and white applicants.

Although it's unclear how narrow or broad the ruling could be, many university leaders and student activists are bracing for a complete ban on affirmative action on all campuses, given the court's conservative majority.

Flores said he is especially concerned about the impact on diversity in the STEM professions. He founded a podcast "Where does STEM come from?" in 2021, where he interviews scientists from diverse backgrounds about their experiences in the field and helps recruit and retain underrepresented minority students in STEM programs.

If private universities are banned from using affirmative action, he fears, "it will only bring one perspective to the fore."

"I think people in science are really starting to realize that to solve biological problems like cancer, Alzheimer's or other diseases, you need an interdisciplinary approach," Flores said. "People really underestimate the power of having a diverse scientific workforce behind these problems."

Universities preparing for impact

Some private California universities have noted that an affirmative action ban could limit their ability to review applications comprehensively, taking into account all aspects of an applicant's identity, including experiences, attributes, and academic metrics.

A holistic admissions process is essential to creating a student body that equips "students to become global citizens (necessary) to meet the greatest needs of our society," said Eva Blanco Masias, vice president of enrollment at the University of Santa Clara.

And race is often deeply embedded in a student's application, Masias said, not just in demographic information, but in her essays as well. Students often write about life experiences, where race may be a factor, she said.

While it's impossible to predict the court's ruling, "there may be some limitations on the ability of institutions to consider race (and) ethnicity as one of many, many factors in holistic admissions," said Julie Park, a professor Associate of Education at the University of Maryland, College Park.

"So is that going to be some kind of limitation? Is it going to be a total ban? We really don't know," said Park, who has studied race and admissions for nearly two decades and served as Harvard's consulting expert on the SFFA case until 2018.

Another concern is that students from underrepresented backgrounds,

aware of the ban, might choose not to apply to private universities, said Kristen Soares, president of the California Association of Independent Colleges and Universities, a trade group of more than 80 colleges.

"People know that this decision is being debated right now in the highest court of law in the nation," she said. Private universities, she said, are "really concerned" that families could interpret a potential affirmative action ban as a message: "You are not welcome at these institutions."

And that can have a ripple effect on diversity among graduate students, he said: "A big part of getting underrepresented students to get their Ph.

Based on the UC experience, Bleemer predicted that a nationwide affirmative action ban would cause black and Latino enrollment to decline at California's highly selective private universities, such as Stanford University and the University of Southern California. California. However, the effect could be tempered if there is less student awareness of the Supreme Court decision than there was of Proposi-

See AFFIRMATIVA ACT page 7

EDITORIAL de la página 2

amor que carecen en el hogar.

Es importante recordar

que al padre se le debe motivar

para que no se olvide de rol y

logre desarrollar una conexi

ón fuerte son sus hijos des

de la infancia hasta la adolescencia.

Mi recuerdo va a mi

padre que está en el Cielo.

El Reportero se

une a esta celebración,

Feliz Día del Padre.

Ver Al página 8

Escuelas Comunitarias de California

REIMAGINANDO LA EDUCACIÓN PÚBLICA.

La toma de decisiones compartida con educadores, familias, estudiantes y comunidades.

Apoyar a los estudiantes según el nivel en que se encuentren.

Con clases preparadas basándose en sus necesidades académicas y la cultura de la comunidad.

Brindando asesoramiento, centros de bienestar, guarderías y educación para madres y padres.

MÁS INFORMACIÓN EN
CTA.ORG/COMMUNITYSCHOOLS

CTA CALIFORNIA TEACHERS ASSOCIATION

HEALTH from page 3

nitive aging occurs in the hippocampus based on multiple studies. This part of the brain is said to be crucial for learning and long-term episodic memory, and is what enables people to recall personal experiences.

Because there is evidence that diet – particularly flavanol consumption – can influence cognitive aging, the researchers investigated the effect of increased flavanol intake on hippocampal-dependent memory among older adults who infrequently consumed flavanol-containing foods. They also looked at the effect of the dietary intervention, which involved regular supplementation with cocoa extract for three years, over extended durations.

After a year of monitoring over 3,000 participants

(mean age, 71), who were randomly assigned either cocoa extract or a placebo, the researchers found that increased dietary flavanol intake helped improve hippocampal-dependent memory in those with initially poor flavanol consumption. The improvements were quantified based on the participants' scores on the ModRey test, which evaluates list learning and episodic memory recall.

The researchers also reported that the degree of improvement they observed on the ModRey test was associated with the magnitude of increase in flavanol biomarker concentrations in the urine of the participants, which further proves that flavanol intake significantly impacts memory performance.

This benefit, the re-

See HEALTH page 8

SALUD de la página 3

implicó la suplementación regular con extracto de cacao durante tres años, durante períodos prolongados.

Después de un año de seguimiento de más de 3,000 participantes (edad media, 71 años), a los que se les asignó aleatoriamente extracto de cacao o un placebo, los investigadores descubrieron que una mayor ingesta de flavanol en la dieta ayudó a mejorar la memoria dependiente del hipocampo en aquellos con un consumo de flavanol inicialmente bajo. Las mejoras se cuantificaron en función

de las puntuaciones de los participantes en la prueba ModRey, que evalúa el aprendizaje de listas y el recuerdo de la memoria episódica.

Los investigadores también informaron que el grado de mejora que observaron en la prueba ModRey se asoció con la magnitud del aumento en las concentraciones de biomarcadores de flavonoides en la orina de los participantes, lo que prueba aún más que la ingesta de flavonoides afecta significativamente el rendimiento de la memoria.

Este beneficio, anotaron

Ver SALUD página 8

COLUMN from page 2

While it took 16 hours to train the machine to read what someone was thinking in the current version, this will significantly decrease in future updates. And as we have seen with other AI applications, the decoder is also likely to get more accurate over time.

There's another reason this represents a step-change. Researchers have been working for decades on brain-machine interfaces in a race to create mind-reading technologies that can perceive someone's thoughts and turn them into text or images. But typically, this research has focused on medical implants, with the focus on helping the disabled speak their thoughts.

Neuralink, the neurotechnology company founded by Elon Musk, is developing a medical implant that can "let you control a computer or mo-

bile device anywhere you go." But the need to undergo brain surgery to have a device implanted in you is likely to remain a barrier to the use of such technology.

The improvements in accuracy of this new non-invasive technology could make it a gamechanger, however. For the first time, mind-reading technology looks viable by combining two technologies that are readily available – albeit with a hefty price tag. MRI machines currently cost anywhere between \$150,000 and \$1 million.

Legal and ethical ramifications

Data privacy law currently does not consider thought as a form of data. We need new laws that prevent the emergence of thought crime, thought data breaches, and even one day, perhaps, the implantation or manipulation of thought. Going from reading thought to implanting it may take

ACCIÓN AFIRMA de la página 4

en estas instituciones". Y eso puede tener un efecto dominó en la diversidad entre los estudiantes de posgrado, dijo: "Una gran parte de lograr que los estudiantes subrepresentados obtengan su doctorado o doctorado o incluso una maestría es asegurarse de que realmente puedan llegar a la licenciatura".

Con base en la experiencia de la UC, Bleemer predijo que una prohibición de acción afirmativa a nivel nacional provocaría una disminución en la inscripción de negros y latinos en las universidades privadas altamente selectivas de California, como la Universidad de Stanford y la Universidad del Sur de California. Sin embargo, el efecto podría atenuarse si hay menos conciencia de los estudiantes sobre la decisión de la Corte Suprema que sobre la Proposición 209 en la década de 1990, dijo. Y parte del declive en la UC se debió al hecho de que los estudiantes tenían otras opciones de alta calidad, incluidas escuelas privadas en todo el país y escuelas públicas fuera de California, donde la acción afirmativa todavía estaba vigente. Una prohibición de acción afirmativa a nivel nacional

a long time yet, but both require pre-emptive regulation and oversight.

Researchers from the University of Oxford are arguing for a legal right to mental integrity, which they describe as:

A right against significant, non-consensual interference with one's mind.

Others are beginning to defend a new human right to freedom of thought. This would extend beyond traditional definitions of free speech, to protect our ability to ponder, wonder, and dream.

A world without regulation could become dystopian very quickly. Imagine a boss, teacher, or state official being able to invade your private thoughts – or worse, being able to change and manipulate them.

We are already seeing eye-scanning technologies being deployed in classrooms to track students' eye movements during lessons, to tell if they're paying attention. What happens when mind-reading technologies are next?

Similarly, what happens in the workplace

cambiaría esa imagen, dijo.

Los republicanos del Stanford College, por otro lado, verían un fallo de la Corte Suprema en contra de la acción afirmativa como una victoria, dijo su presidente, Seamus Callaghan.

La acción afirmativa busca "sacar las divisiones raciales dentro de nuestro país", dijo Callaghan en un comunicado a CalMatters.

"Todas las comunidades estadounidenses, independientemente de su composición racial, merecen prosperar, pero la acción afirmativa en la contratación y admisiones ha hecho poco para promover esta causa", dijo. "No hace nada para abordar las causas subyacentes de las continuas disparidades raciales, como las diferencias en la calidad de la escuela primaria, la epidemia de la falta de padres o una cultura de agravio que suprime la creación de riqueza".

Impacto de una prohibición

Park, el profesor de educación de la Universidad de Maryland, dijo que a pesar de los temores de algunos estudiantes, es poco probable que un fallo de la Corte Suprema afecte a los grupos de estudiantes o becas basados en la raza. Pero algunas universidades, dijo, podrían "exagerar" la decisión e imponer restricciones más allá del alcance del fallo. Esto ya está comenzando a suceder en lugares donde las admisiones con conciencia racial aún son legales, dijo Park.

"Hemos visto, por ejemplo, que las instituciones han hecho cambios en cosas como programas de becas u otras iniciativas. Las becas que solían ser explícitamente para, digamos, estudiantes BIPOC ahora son una especie de becas de diversidad que los estudiantes blancos pueden recibir", dijo Park. "Algunos de estos pasos se han realizado incluso

cuando las admisiones conscientes de la raza siguen siendo la ley del país".

Ogundele describió la acción afirmativa como una "solución de curita necesaria que nuestra profesión ha utilizado" y su posible pérdida como una oportunidad para que las universidades analicen más a fondo cómo resolver las disparidades educativas.

"Si los resultados del caso de la Corte Suprema regresan de una manera que crea una prohibición nacional sobre la capacidad de usar la raza, creo que sería un verdadero momento de control para que muchas instituciones comprendan, bueno, cuál es su verdadero compromiso, a la diversidad y a la equidad?" él dijo.

Una parte particularmente desafiante de su trabajo, dijo, ha sido aumentar el número de solicitudes e inscripciones de estudi-

See ACCIÓN AFIRMA página 4

ganado, ya sean insectos, ya sean seres humanos".

En la mejor tradición del muralismo mexicano, Wells, un antiguo cultivador de maíz nativo, trabajó con García durante un año en la planificación del mural y la inauguración y recaudando el dinero para cubrir los gastos. García y otros miembros del colectivo donaron su tiempo.

El mural, el telón de fondo de todo el evento, presenta una milpa exuberante y verde. Superpuesto a esa vegetación hay un elenco biodiverso de per-

ARTES de la página 4

la más reciente en 2021, en impugnaciones de las empresas binacionales de semillas, incluida Monsanto.

"Una planta de maíz genéticamente modificada es una planta pesticida", dijo la Dra. Ana Ruiz Díaz, líder de la demanda colectiva que habló en el evento de inauguración del mural. "Por qué? Porque expresa pesticidas dentro de sí mismo y porque quienes lo comen transmiten estas toxinas a sus descendientes. Ya sea

EL TOMATE
RESTAURANTE

+1 415 401 8766
2904 24th-Street,
San Francisco, California

Fish tacos, Crab enchiladas (in red or green sauce), Mole, Chile relleno, Chimichanga, deliciosos platillos de carne, pollo y puerco y ricos Caldos

when employees are no longer allowed to think about dinner, or anything outside of work? The level of abusive control of workers could exceed anything previously imagined.

George Orwell wrote convincingly of the dangers of "Thoughtcrime," where the state makes it a crime to merely think rebellious thoughts about an authoritarian regime. The plot of "1984," however, was based on state officials reading body language, diaries, or other external indications of what someone was thinking.

With new mind-reading technology, Orwell's novel would become very short indeed – perhaps even as short as a single sentence:

Winston Smith thought to himself: 'Down with Big Brother' – following which, he was arrested and executed.

Reprinted with permission from The Conversation via Lifesite.

Se necesitan un/a representante de ventas para ofrecer espacio publicitario en el canal

elreporteroTV

415-648-3711

UNIVERSAL Bakery

and restaurant guatemalteco

Exquisitos
platillos de la
cocina
Guatemalteca



dos localidades

3458 Mission St
San Francisco
415-821-4971

2803 Geneva Ave
Daly City
415-656-1592
universalbakeryinc.com

PAN FRESCO SALIDO DEL HORNO TODOS LOS DÍAS

Los Panchos

Restaurante

Mexican & Salvadorian Food

Pupusas

Steak Ranchero

Carne Asada

415-285-1033

3206 Mission St., San Francisco (at Valencia St)

Open 7 days - Abierto los 7 días

CTEC
California Tax Education Council
Registered Tax Preparer

MIRANDA AND ASSOCIATES

BESSIE MIRANDA

Business Associate

Individual Income Taxes

Business Taxes

ITIN Requests

Civil Marriages

Divorce

Translations

Notary Public

Travel Permit

Impuestos Personales

Impuestos de Negocios

Tramitamos su ITIN

Matrimonios Civiles

Divorcio

Traducciones

Notary Public

Permiso de Viaje

We are not Attorneys-at-law / No somos abogados

Registered Tax Preparer #A130831 • Bond No. 6741077

233 E. Harris Ave., Unit 5, So. San Francisco, CA 94080

Bus: 650-273-8007 - Cell: 650-834-6538 - Fax: 650-273-1139

338 Jackson St., Unit 3, Hayward, CA 94544

510-398-8311

Email: mirandaassociates1@yahoo.com

Pancho Villa TAQUERIA

HECHO FRESCO

HANDCRAFTED QUALITY MEXICAN FOOD

SFPANCHOVILLA.COM

3071 - 16TH ST., SFENTRE VALENCIA Y MISSION
PANCHO VILLA EN SAN MATEO 'B' STREET 4TH AVE.

COMIDA MEXICANA DE CALIDAD PREPARADA A MANO

EL TORO
TAQUERIA

ESQUINA DE: 17TH Y VALENCIA STREETS TLF. 415-431-3351

See EDITORIAL page 7

their own goals. The union of two parents promotes the healthy development of their children so that they can later form their own family. This is the heritage that sustains the pillars of a society.

Due to the absence of the father in the family, studies say, it is that today's young people are taking paths of violence and drugs, as a refuge from the lack of love that they lack at home.

It is important to remember that the father must be motivated so that he does not forget his role and manages to develop a strong connection with his children from childhood to adolescence.

My memory goes to my father who is in Heaven.

El Reportero joins in this celebration, Happy Father's Day.

COLUMNA de la página 4

gal a la integridad mental, que describen como:

Un derecho contra la interferencia significativa y no consensuada con la mente de uno.

Otros comienzan a defender un nuevo derecho humano a la libertad de pensamiento. Esto se extendería más allá de las definiciones tradicionales de libertad de expresión, para proteger nuestra capacidad de reflexionar, preguntarnos y soñar.

Un mundo sin regulación podría volverse distópico muy rápidamente. Imagina que un jefe, un maestro o un funcionario estatal pueda invadir tus pensamientos privados, o peor aún, que pueda cambiarlos y manipularlos.

Ya estamos viendo que se implementan tecnologías de escaneo ocular en las aulas para rastrear los movimientos oculares de los estudiantes durante las lecciones, para saber si están prestando atención. ¿Qué sucede cuando las tecnologías de lectura mental son las próximas?

Del mismo modo, ¿qué sucede en el lugar de trabajo cuando a los empleados ya no se les permite pensar en

CALENDARIO de la página 4

Harlem, es una banda de salsa y jazz latino, que ha sido tres veces ganadora del premio Grammy. *Jazz en la Colina*, es más que un festival de música pues celebra la rica herencia y el profundo impacto del jazz.

Este espectáculo se llevará a cabo el sábado 10 de junio, será completamente gratis, a cielo abierto frente a la Biblioteca CSM, a partir de las 11 a.m. hasta las 6 p.m.

Celebra el XVII aniversario del Festival de Cine Frozen de SF

Teniendo como objetivo abrir caminos para nuevos cineastas independientes, este año se celebran los 17 años del Festival de Cine Frozen de SF (SFFFF).

El SFFFF se centra específicamente en demostrar a los jóvenes desatendidos que si existen caminos para ayudarlos a encontrar una carrera en las artes cinematográficas. SFFFF realiza

actuaciones musicales y artísticas.

Ante la abundancia de cineastas en todo el mundo, pero una relativa falta de oportunidades de proyección, los organizadores manifestaron sentirse orgullosos de presentar una selección de películas nacionales e internacionales que llevarán a cineastas de todo el mundo a San Francisco para celebrar el poder del cine y el arte.

Esta edición del Festival se llevará a cabo entre los días 12 y 16 julio, en el 1459 Calle 18, #121 San Francisco.

CALENDAR from page 6

than a music festival as it celebrates the rich heritage and profound impact of jazz.

This show will take place on Saturday, June 10, it will be completely free, in the open air in front of the CSM Library, starting at 11 a.m. until 6 pm.

Celebrate the 17th Anniversary of the SF Frozen Film Festival

Aiming to break ground for new independent filmmakers, this year marks the 17th anniversary of the SF Frozen Film Festival (SFFFF).

The SFFFF specifically focuses on demonstrating to underserved youth that pathways do exist to help them find a career in the motion picture arts. SFFFF performs musical and artistic performances.

With an abundance of filmmakers around the world, but a relative lack of screening opportunities, organizers said they are proud to present a selection of national and international films that will bring filmmakers from around the world to San Francisco to celebrate the power of cinema. and the art.

This edition of the Festival will take place between July 12 and 16, at 1459 18th, #121 San Francisco.

**EMPLEOS
JOBS**

Advertising sales reps needed for small, local bilingual newspaper in the San Francisco Mission District. Commission + transportation expenses paid. Flexible schedule. Experience in any type of sales required. Email resume at: Lreportero@aol.com.

Su anuncio ayudará a construir una prensa latina libre. Anuncie su negocio en *El Reportero*. Llámenos al 415 648-3711

LOCAL BRIEFS from page 3

expensive to have a home on the edge of the woods in California, in terms of home value and insurance costs.

A new study from the nonprofit think tank Resources for the Future found home values in a fire hazard severity zone drop 4.3 percent, an average of \$21,500, when sellers make the required disclosure.

Margaret Walls, director of the climate risks and resilience program for Resources for the Future and the report's co-author, said the market is driving the price drop.

"We want to know

that people understand the risks when they choose where to buy a house," Walls explained. "And if they do know the risks, we would expect them to be reflected in the prices."

Walls pointed out to mitigate the risk of a destructive wildfire, local governments can limit building in the urban/wildland interface. The state and federal governments can reduce the fuel load on public lands. Homeowners can remove brush and other flammable materials, make sure building materials are fire-resistant, and build in defensible space.

Two large insurance

companies, State Farm and Allstate, just announced they are no longer writing new homeowner's policies in California, in large part due to the risk of wildfire. Walls noted the effects of climate change are taking a financial toll.

"If you're in a high-fire-risk area, it's already hard to get insurance," Walls stressed. "So now two more companies are unavailable to you. So you'll probably end up going to the FAIR plan, considered the insurance of last resort."

The FAIR plan is a state-run risk pool offering fire insurance in high-risk areas not served by traditional insurers.

educational disparities.

"If the results of the Supreme Court case come back in a way that creates a national ban on the ability to use race, I think that would be a real moment of scrutiny for many institutions to understand, well, what their true commitment is. to diversity and equity?" he said.

A particularly challenging part of his job, he said, has been increasing the number of applications and enrollments of black students at Berkeley.

"When we take a look at all of these institutions in the nine states that have similar bans like Proposition 209, black people are mostly affected the most by these types of bans," Ogundele said. "So that's my biggest fear: what does this mean for the enrollment of blacks in highly selective, well-resourced institutions?"

Luna is a member of the CalMatters College Journalism Network, a collaboration between CalMatters and student journalism from across California. This story and other higher education coverage are supported by the College Futures Foundation.

de riesgo administrado por el estado que ofrece seguro contra incendios en áreas de alto riesgo que no cuentan con los servicios de las aseguradoras tradicionales.

ACCIÓN AFIRMA de la página 4

antes negros en Berkeley.

"Cuando echamos un vistazo a todas estas instituciones en los nueve estados que tienen prohibiciones similares como la Proposición 209, las personas negras en su mayoría son las más afectadas por este tipo de prohibiciones", dijo Ogundele. "Así que ese es mi mayor temor: ¿qué significa esto para la inscripción de negros en instituciones altamente selectivas y con muchos recursos?"

Luna es miembro de CalMatters College Journalism Network, una colaboración entre CalMatters y estudiantes de periodismo de todo California. Esta historia y otra cobertura de educación superior cuentan con el apoyo de College Futures Foundation.

Visite elreporteroSF.com

CLASIFICADOS / CLASSIFIED

(415) 648-3711

2601 Mission St., Suite 105, San Francisco, California 94110
email: Lreportero@aol.com web: www.elreporteroSF.com

PUBLIC NOTICES

FICTITIOUS BUSINESS NAMES

- LEGAL NOTICES -

LEGAL SERVICES
SERVICIOS LEGALES

¿Busca un abogado de confianza?

Ya no siga buscando,
Julio J. Ramos

Lo atenderá en diferentes áreas de la ley, incluyendo
INMIGRACIÓN.

Llame al 415-948-3015

rarse de que los materiales de construcción sean resistentes al fuego y construir en un espacio defendible.

Dos grandes compañías de seguros, State Farm y Allstate, acaban de anunciar que ya no emitirán nuevas pólizas para propietarios de viviendas en California, en gran parte debido al riesgo de incendios forestales. Walls señaló que los efectos del cambio climático están cobrando un precio financiero.

"Si se encuentra en un área de alto riesgo de incendio, ya es difícil obtener un seguro", enfatizó Walls. "Así que ahora dos compañías más no están disponibles para usted. Así que probablemente termine yendo al plan FAIR, considerado el seguro de último recurso".

El plan FAIR es un fondo

Su anuncio ayudará a construir una prensa latina libre. Anuncie su negocio en *El Reportero*. Llámenos al 415 648-3711

Mission District Therapy
Orthopedic Rehabilitation

Raul Caimanque, PT
Terapia Manual | Terapia de Movimiento

Especializado en Rehabilitación de:
Cirugías Ortopédicas - Cuello - Hombros - Espalda Baja - Rodillas

Aceptamos:

- Seguro de Accidentes de Trabajo
- Medicare/Medi-Cal
- Accidentes automovilísticos
- Seguros Privados
- Pago en Efectivo

Lunes - Viernes
08:00am - 05:00pm
LAS ÚLTIMAS CITAS SON LAS 3PM
+1 415 824 4228
MissionDistrictTherapy.com

Solamente con Cita
We Speak English

Para colocar un aviso en *El Reportero*, por favor llame al 415-648-3711

BREVES LATINOS de la página 1**al dólar estadounidense**

El peso mexicano se apreció a su nivel más fuerte en más de siete años el martes, alcanzando 17.37 por dólar estadounidense antes de debilitarse ligeramente.

Un billete verde valía 17.39 pesos al cierre de los mercados norteamericanos, mientras que un dólar cotizaba a poco menos de 17.47 pesos a la misma hora el lunes, según datos del banco central de México. El peso ahora se ha apreciado frente al dólar durante cuatro días hábiles consecutivos.

El nivel de 17.37 fue la mejor posición del peso frente al dólar estadounidense desde mayo de 2016, cuando un billete verde compró tan solo 17.2 pesos. La moneda mexicana se acercó al nivel del martes hace tres semanas cuando llegó a 17.42 por dólar, que en ese momento era un máximo de siete años.

LATIN BRIEFS from page 3**high against the US dollar**

The Mexican peso appreciated to its strongest level in more than seven years on Tuesday, reaching 17.37 to the U.S. dollar before weakening slightly.

One greenback was worth 17.39 pesos at the close of North American markets, whereas a dollar was trading at just under 17.47 pesos at the same time on Monday, according to data from Mexico's central bank. The peso has now appreciated against the dollar during four consecutive trading days.

The 17.37 level was the peso's best position against the U.S. dollar since May 2016, when a greenback bought as few as 17.2 pesos. The Mexican currency got close to Tuesday's level three weeks ago when it reached 17.42

to the dollar, which at the time was a seven-year high.

Positive data on light vehicle production and exports released by the national statistics agency Inegi early on Tuesday was cited as one factor that contributed to the strengthening of the peso. Inegi reported that 1.56 million light vehicles were produced in the first five months of the year and 1.27 million of that number were exported.

Analysts also cited a recent spike in prices for raw materials and increased appetite for emerging market assets as factors that helped the peso.

High interest rates in Mexico (currently 11.25 percent) and strong incoming flows of foreign capital and remittances are among other factors that have contributed to a 10.8 percent strengthening of the peso against the US dollar this year.

IA de la página 5

en juego estén intentando mostrar su conocimiento de los riesgos que plantean sus productos en un intento por persuadir a los funcionarios de su capacidad de autorregulación.

Las demandas desde fuera de la industria para una regulación gubernamental sólida de la IA están creciendo. Si bien aún pueden faltar años para formas cada vez más peligrosas de AGI, ya hay evidencia creciente de que las herramientas de IA existentes están exacerbando la propagación de la desinformación, desde chatbots que escupen mentiras y



Proudly serving over 45,000 children, youth, seniors, and families at 14 campuses throughout the San Francisco Bay Area with empowering social services and a continuum of care.

MNC Wolfsohn Campus, Headquarters

362 Capp St.

San Francisco, CA 94110

(415)206-7752

info@mncsf.org

www.mncsf.org



Los datos positivos sobre la producción y exportación de vehículos livianos publicados por la agencia nacional de estadísticas Inegi el martes temprano se citaron como un factor que contribuyó al fortalecimiento del peso. El Inegi informó que en los primeros cinco meses del año se produjeron 1.56 millones de vehículos livianos y de esa cifra se exportaron 1.27 millones.

Los analistas también citaron un aumento reciente en los precios de las materias primas y un mayor apetito por los activos de los mercados emergentes como factores que ayudaron al peso.

Los analistas de la plataforma de negociación OctaFX se mostraron más optimistas sobre el peso y dijeron que la moneda podría fortalecerse pronto hasta el nivel de 17.05, informó la agencia de noticias Reuters.

- Con reportajes de *El Economista*, *Reuters* y *La Jornada*.

"At an international level investors see the Mexican peso with a potential for greater appreciation due to nearshoring, which, if taken advantage of, means greater productivity and therefore a stronger peso," tweeted Gabriela Siller, director of economic analysis at the Mexican bank Banco Base. "Excess global liquidity also favors the Mexican peso," she added.

In a note to clients, Siller predicted that the peso will continue to strengthen against the dollar to "probably" reach the 17.2 level in the near term.

Analysts with trading platform OctaFX were more bullish on the peso, saying that the currency could soon strengthen to the 17.05 level, the news agency Reuters reported.

With reports from *El Economista*, *Reuters* and *La Jornada*.

aplicaciones de intercambio de rostros que generan videos falsos hasta voces clonadas que cometan fraude.

La IA actual, no probada, está perjudicando a las personas de otras maneras, incluso cuando las tecnologías automatizadas implementadas por las aseguradoras de Medicare Advantage deciden unilateralmente finalizar los pagos, lo que resulta en la terminación prematura de la cobertura para personas mayores vulnerables.

Los críticos han advertido que, en ausencia de intervenciones rápidas por parte de los formuladores de políticas, la IA no regu-

lada podría dañar a más pacientes de atención médica, acelerar la destrucción de la democracia y conducir a una guerra nuclear no deseada. Otras preocupaciones comunes incluyen los despidos generalizados de trabajadores y el empeoramiento de la desigualdad, así como un aumento masivo de la contaminación por carbono.

Un informe publicado el mes pasado por *Public Citizen* argumenta que "hasta que se establezcan salvaguardas gubernamentales significativas para proteger al público de los daños de la IA generativa, necesitamos una pausa".

"Las empresas están desplegando herramientas de inteligencia artificial potencialmente peligrosas más rápido de lo que se pueden entender o mitigar sus daños", advirtió el grupo de defensa progresista en un comunicado.

"La historia no ofrece ninguna razón para creer que las corporaciones pueden autorregularse para eliminar los riesgos conocidos, especialmente porque muchos de estos riesgos son una parte tan importante de la IA generativa como de la avaricia corporativa", continuó el organismo de control. "Las empresas que se apresuran a introducir estas nuevas tecnologías están jugando con la vida y los medios de subsistencia de las personas, y posiblemente con los cimientos mismos de una sociedad libre y un mundo habitable".

- Kenny Stancil es escritor del personal de Common Dreams.

Deportes Sports



Boxeo – Boxing El Deporte de los Caballeros

The Sport of Gentlemen



(TBA)

Joshua Franco vs Kazuto Ioka, rematch, flyweights, 12 rounds, for Franco's WBA title

Hulu Theater, New York, NY (DAZN)

Edgar Berlanga vs Jason Quigley, super middleweights, 10 or 12 rounds Reshat Mati vs Wesley Ferrer, junior welterweights, 10 rounds

TBA, United States (SHO)

AI from page 3

this week's statement raises the possibility that insiders with billions of dollars at stake are attempting to showcase their awareness of the risks posed by their products in a bid to persuade officials of their capacity for self-regulation.

Demands from outside the industry for robust government regulation of AI are growing. While ever-more dangerous forms of AGI may still be years away, there is already mounting evidence that existing AI tools are exacerbating the spread of disinformation, from chatbots spouting lies and face-swapping apps generating fake videos to cloned voices committing fraud.

Current, untested AI is hurting people in other

ways, including when automated technologies deployed by Medicare Advantage insurers unilaterally decide to end payments, resulting in the premature termination of coverage for vulnerable seniors.

Critics have warned that in the absence of swift interventions from policymakers, unregulated AI could harm additional healthcare patients, hasten the destruction of democracy, and lead to an unintended nuclear war. Other common worries include widespread worker layoffs and worsening inequality as well as a massive uptick in carbon pollution.

A report published last month by *Public Citizen* argues that "until meaningful government safeguards are in place to protect the public from the harms of generative

AI, we need a pause."

"Businesses are deploying potentially dangerous AI tools faster than their harms can be understood or mitigated," the progressive advocacy group warned in a statement.

"History offers no reason to believe that corporations can self-regulate away the known risks — especially since many of these risks are as much a part of generative AI as they are of corporate greed," the watchdog continued. "Businesses rushing to introduce these new technologies are gambling with peoples' lives and livelihoods, and arguably with the very foundations of a free society and livable world."

- Kenny Stancil is a staff writer for Common Dreams.

SALUD de la página 6

los investigadores, puede tener que ver con la capacidad de los flavonoles para promover la angiogénesis, o la formación de nuevos vasos sanguíneos. Al aumentar el flujo de sangre al hipocampo, los flavonoles permiten que el cerebro funcione mejor, restaurando así la memoria y deteniendo el envejecimiento cognitivo.

Un estudio anterior publicado en *Neurology* también informó un beneficio similar, pero esta vez de flavonoles. Al igual que los flavonoles, los flavonoles son una clase de flavonoides con potentes propiedades antioxidantes. Son los flavonoides más ubicuos que se encuentran

en los alimentos y están presentes en abundancia en varias frutas y verduras.

Después de analizar los datos de 961 participantes del Rush Memory and Aging Project, los investigadores encontraron que una mayor ingesta de flavonoles se asoció con tasas más lentas de disminución de la cognición global, la memoria episódica, la velocidad de percepción, la memoria semántica, la memoria de trabajo y la capacidad visoespacial. El estudio asoció específicamente la ingesta de dos flavonoles, a saber, kaempferol y quercetina, con un deterioro cognitivo global más lento en los adultos mayores.

Kaempferol, un antioxidante ampliamente estudiado,

es conocido por sus efectos beneficiosos contra las enfermedades relacionadas con la inflamación, como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares y las enfermedades neurodegenerativas. Se puede encontrar en superalimentos como el té, el brócoli, el repollo, la col rizada, los tomates, las fresas y las uvas. Algunas hierbas populares utilizadas en la medicina tradicional, como el ginkgo biloba y la moringa, y el propóleo de abeja también son fuentes ricas en kaempferol.

La quercetina es un pigmento amarillo brillante que se distribuye ampliamente en las plantas. Otro poderoso antioxidante que se encuentra en los alimentos, la quercetina se ha encontrado para ayudar a reducir la inflamación, aliviar

HEALTH from page 6

searchers noted, may have to do with the ability of flavonols to promote angiogenesis, or the formation of new blood vessels. By increasing blood flow to the hippocampus, flavonols enable the brain to perform better, thus restoring memory and halting cognitive aging.

An earlier study published in *Neurology* also reported a similar benefit, but this time of flavonols. Like flavonols, flavonols are a class of flavonoids with potent antioxidant properties. They are the most ubiquitous flavonoids found in foods and are present in abundance in various fruits and vegetables.

After analyzing data from 961 participants of the Rush Memory and Aging Project,

ga, and bee propolis are also rich sources of kaempferol.

Quercetin is a bright yellow pigment that's widely distributed in plants. Another powerful antioxidant found in foods, quercetin has been found to help reduce inflammation, ease allergy symptoms, lower blood pressure and protect against Alzheimer's disease and dementia. Rich sources of quercetin include capers, yellow and green peppers, shallots, asparagus, red apples, red grapes, berries and tea.

Flavonols are beneficial compounds that can support healthy brain function. To maintain optimal brain performance as you age, add flavonol-rich foods to your daily diet, such as tea, fresh fruits and plenty of green, leafy vegetables. *Food.news*.