



Comenzamos un nuevo año junto a ustedes, renovando nuestro compromiso con la verdad



Papeles, permisos y la arquitectura de la sumisión
Ver EDITORIAL página 2

Papers, permissions, and the architecture of submission
See EDITORIAL page 2



El Reportero

El periódico bilingüe
The Reporter
The bilingual newspaper

San Francisco • Peninsula • East Bay • North Bay

www.elreporteroSF.com Vol. 35, Edition No. 40, January 9 - 16, 2026

Breves de América Latina

Latin briefs



La presidenta Sheinbaum pide a Estados Unidos que garantice un “juicio justo” para Maduro

—por Mexico News Daily

La presidenta Sheinbaum pidió el martes a Estados Unidos que garantice que el presidente venezolano Nicolás Maduro reciba un juicio justo en Nueva York, al tiempo que reiteró su convicción de que la operación militar que lo capturó en Caracas el 3 de enero fue ilegal y nunca debió haberse llevado a cabo.

“Lo que pedimos es un juicio justo; eso es lo que debemos exigir, para todos y bajo cualquier circunstancia, y en este caso particular, debe haber... justicia”, dijo. Maduro, acusado de narcotráfico, se declaró ino-

Ver BREVES LATINOS página 3

President Sheinbaum calls on US to ensure ‘fair trial’ for Maduro

—by Mexico News Daily

President Sheinbaum on Tuesday called on the United States to guarantee that Venezuelan President Nicolás Maduro receives a fair trial in New York, while reiterating her belief that the military operation that captured him in Caracas on Jan. 3 was illegal and should never have taken place.

“What we ask for is a fair trial; that’s what we must demand, for everyone and under any circumstances, and in this particular case, there must be ... justice,” she said.

Maduro, accused of drug trafficking, pleaded not guilty on Monday in his first appearance in a federal courtroom in Brooklyn, New York, and claimed he had been kidnapped at his home by U.S. military personnel.

Speaking during her daily press conference on Tuesday morning, Shein-

See LATIN BRIEFS page 6

Cómo se desarrolló la captura de Nicolás Maduro

por el equipo de El Reportero

A las 10:46 p.m., hora del Este, del viernes por la noche, un breve mensaje del presidente Donald Trump puso en marcha una de las operaciones militares más dramáticas en la historia reciente de las relaciones entre Estados Unidos y América Latina: “Buena suerte y que Dios los acompañe”. En cuestión de horas, esa orden desencadenó un operativo masivo y cuidadosamente coordinado que terminó con

el líder venezolano Nicolás Maduro bajo custodia estadounidense, con los ojos vendados a bordo de un buque de guerra de EE.UU., y con el futuro político de Venezuela sumido en una profunda incertidumbre.

De acuerdo con declaraciones públicas de Trump y del presidente del Estado Mayor Conjunto, el general Dan Caine, así como entrevistas con funcionarios familiarizados con la plani-

Ver MADURO página 5

How Nicolás Maduro’s capture unfolded

—by El Reportero staff

At 10:46 p.m. Eastern Time on Friday night, a short message from Donald Trump set one of the most dramatic military operations in recent U.S.–Latin American history into motion: “Good luck and godspeed.” Within hours, that order launched a massive, tightly coordinated raid that ended with Venezue-

lan leader Nicolás Maduro in U.S. custody, blindfolded aboard an American warship, and Venezuela’s political future thrown into deep uncertainty.

According to public statements from Trump and Joint Chiefs Chairman Dan Caine, as well as interviews with officials familiar with the planning, the operation had been months in the making. Roughly 150 air-

craft were mobilized from more than 20 land- and sea-based locations, while U.S. special forces rehearsed on a full-scale replica of Maduro’s heavily fortified residence. Behind the scenes, the CIA built an extensive intelligence picture of Maduro’s movements, habits, and security protocols.

The night of the operation

Just after midnight, helicopters carrying an extraction team of U.S. special forces and FBI agents flew barely 100 feet above the Caribbean Sea. Overhead, fighter jets, bombers, and drones provided cover, neutralizing air defense systems as the aircraft approached Maduro’s compound. Power to the area was cut, plunging the site into darkness.

As the helicopters entered the target zone, they came under fire. One aircraft was struck but remained operational. At 1:01 a.m., U.S. forces touched down. The team advanced using real-time intelligence feeds from assets on the ground and in the air, closing in on the compound where Maduro was believed to be sheltering.

From Mar-a-Lago, Trump monitored the raid via live video alongside Caine, Secretary of State Marco Rubio, Defense Secretary Pete Hegseth, and CIA Director John Ratcliffe. Trump later said the extraction team faced heavy gunfire but successfully breached resistance and entered the compound.

Maduro and his wife, Cilia Flores, attempted to flee to a steel-reinforced safe room. The team had trained extensively for that scenario, even preparing to cut through reinforced doors if necessary. In the end, force was not required. Both were apprehended before reaching the safe room.

Extraction and aftermath

With Maduro secured, the focus shifted to withdrawal. Additional heli-

See MADURO page 3



Montones de paquetes de tortillas en un supermercado en Fresno el 9 de abril de 2024.

Stacks of tortilla packages at a supermarket in Fresno on April 9, 2024. Photo by Larry Valenzuela, CalMatters/CatchLight Local.

Una nueva ley de CA exige que las tortillas incluyan un ingrediente adicional. He aquí por qué

—por Ana B. Ibarra

Las tortillas que se venden en California tendrán un nuevo ingrediente, uno que tiene como objetivo ayudar a nutrir a los bebés sanos.

A partir del 1 de enero, entrará en vigor una nueva ley que exige que la mayoría de las tortillas y productos de masa de maíz que se venden en el estado contengan ácido fólico, una vitamina importante para la salud infantil.

Las mujeres latinas en California tienen muchas menos probabilidades que otras mujeres de obtener suficiente ácido fólico al principio del embarazo, una brecha que puede provocar defectos de nacimiento que alteran la vida.

Los datos estatales muestran que, entre 2017 y 2019, los últimos años para los que se dispone de

Ver CALIFORNIA página 3

A new California law requires tortillas to include an extra ingredient. Here’s why

—by Ana B. Ibarra

Tortillas sold in California are going to have a new ingredient, one that’s intended to help nurture healthy infants.

Starting Jan. 1, a new law will take effect requiring most tortillas and corn masa products sold in the state to contain folic acid, a vitamin that’s important to infant health.

Latinas in California are far less likely than other women to get enough folic acid early in pregnancy

— a gap that can lead to life-altering birth defects.

State data show that, between 2017 and 2019 – the latest years for which state data is available – about 28 percent of Latinas reported taking folic acid the month before becoming pregnant. White women took the vitamin at a higher rate, with 46 percent of them reporting consuming folic acid, according to the California Department of Public Health.

See CALIFORNIA page 5

Cómo los diferentes métodos de cocción e ingredientes añadidos transforman las patatas, un alimento básico nutricional

—por Willow Tohi

- Las patatas son naturalmente nutritivas, pero su impacto en la salud depende casi por completo del método de cocción y de los ingredientes añadidos.

- Hervir y cocinar al vapor son los métodos más saludables, ya que conservan los nutrientes sin añadir exceso de grasa.

- Freír en aceite, freír en sartén con aceites inestables y los métodos que sumergen las patatas en grasa (como el confitado) son los menos sa-



ludables, ya que introducen compuestos dañinos.

- Preparaciones populares como las patatas fritas, las patatas hash brown y las patatas dauphinoise son ricas en calorías, gra-

sas poco saludables y sal, por lo que deben consumirse ocasionalmente.

- Para potenciar sus beneficios para la salud,

Ver SALUD página 6

How different cooking methods and added ingredients transform potatoes, a nutritional staple

—by Willow Tohi

Potatoes are naturally nutritious, but their health impact is determined almost entirely by cooking method and added ingredients.

Boiling and steaming are the healthiest methods, preserving nutrients without adding excess fat.

Deep-frying, pan-frying in unstable oils and methods that submerge potatoes in fat (like confit) are the least healthy, introducing harmful compounds.

Popular preparations like chips, hash browns and dauphinoise potatoes are high in calories, unhealthy fats and salt, making them occasional treats.

To boost health benefits, keep skins on, use unsaturated oils sparingly and flavor with herbs and spices instead of salt, butter and cream.

For centuries, the potato has been a dietary cornerstone, yet it remains trapped in a nutritional paradox. Britons consume

See HEALTH page 7



Editorial & Comentarios

Editorial & Commentaries



FROM THE EDITOR
Marvin Ramírez

Papeles, permisos y la arquitectura de la sumisión

—por Marvin Ramírez

Cada época tiene su ilusión de seguridad. En la nuestra, se llama “verificación”.

A medida que avanza 2026, el público está saturado de distracciones: guerras, teatro político, regímenes que colapsan, crisis energéticas. Estos espectáculos cumplen una función esencial: mantener a la gente emocionalmente exhausta mientras la maquinaria del control se actualiza en silencio. El poder rara vez llega con botas. Llega con formularios, aplicaciones y plazos de cumplimiento.

En toda Europa y, de manera ya inconfundible, en Estados Unidos, los gobiernos están reforzando su control sobre la identidad. No mediante arrestos masivos ni declaraciones de emergencia, sino a través de políticas presentadas como neutrales, técnicas e inevitables. Los sistemas de identificación se expanden. El dinero en efectivo

desaparece. Las credenciales digitales se convierten en requisitos para participar en la vida cotidiana. El mensaje siempre es tranquilizador: esto es por seguridad, por conveniencia, por modernización. Ese mensaje no debe ser creído.

En el Reino Unido, los sistemas de identificación digital propuestos han provocado rechazo con razón. Una identidad digital no es simplemente una tarjeta. Es una llave de acceso. Cuando la identidad se centraliza, se digitaliza y se exige para trabajar, viajar, alquilar, acceder a servicios bancarios o recibir atención, se convierte en un mecanismo de disciplina. El cumplimiento es recompensado con acceso. La resistencia se castiga con exclusión. Esto no es ciencia ficción. Es una realidad administrativa.

El impulso paralelo hacia economías sin efectivo deja el peligro al descubierto. El dinero en efectivo es anónimo. No puede

apagarse. No requiere permiso. El dinero digital sí. Cuando el efectivo desaparece, cada transacción se vuelve condicional. Cada compra se vuelve rastreable. Cada individuo se vuelve auditable. El poder ya no necesita encarcelar personas. Basta con negarles funcionalidad.

Se le dice a la ciudadanía que este temor es exagerado. Que ningún gobierno abusaría de estos sistemas. Que existen salvaguardas. Que la confianza es necesaria para que la sociedad funcione. Estos argumentos son insultantemente ingenuos. Los gobiernos no son actores morales. Son estructuras de poder influidas por el dinero, la ideología y la autopreservación. Las campañas políticas se financian con élites. Las narrativas mediáticas se filtran a través de la publicidad. Los resultados de las políticas favorecen sistemáticamente

Ver EDITORIAL página 7

Papers, permissions, and the architecture of submission

—by Marvin Ramírez

Every era has its illusion of safety. In ours, it is called “verification.”

As 2026 unfolds, the public is saturated with distraction—wars, political theater, collapsing regimes, energy crises. These spectacles perform an essential function: they keep people emotionally exhausted while the machinery of control is quietly upgraded. Power does not usually arrive wearing boots. It arrives wearing forms, apps, and compliance deadlines.

Across Europe and now unmistakably in the United States, governments are tightening their grip on identity. Not with mass arrests or declarations of emergency, but with policies presented as neutral, technical, inevitable. Identification systems are expanding. Cash is disappearing. Digital credentials are becoming prerequisites for participation in ordinary life. The message is always reassuring: this is about security, convenience, modernization. That message should not be trusted.



In the United Kingdom, proposed digital ID systems have sparked backlash for good reason. A digital identity is not merely a card. It is an access key. When identity is centralized, digitized, and required to work, travel, rent, bank, or receive services, it becomes a mechanism of discipline. Compliance is rewarded with access. Resistance is punished with exclusion. This is not science fiction. It is administrative reality.

The parallel push toward cashless economies makes the danger explicit. Cash is

anonymous. Cash cannot be switched off. Cash does not require permission. Digital money does. When physical currency disappears, every transaction becomes conditional. Every purchase becomes traceable. Every individual becomes auditable. Power no longer needs to imprison people. It can simply deny them functionality.

Citizens are told this fear is exaggerated. That no government would abuse such systems. That safeguards exist. That trust

See EDITORIAL page 6

Puerto Rico reconoce oficialmente a los niños no nacidos como “personas naturales”

“La personalidad jurídica para el no nacido no solo es coherente con la ciencia y la dignidad humana, sino que es el fundamento sobre el cual puede florecer una cultura de la vida”, dijo un portavoz provida.

—por Jonathon Van Maren

El 21 de diciembre, la gobernadora de Puerto Rico, Jenniffer González, promulgó la Ley del Senado 504, que reconoce a los niños no nacidos como “personas naturales” mediante la enmienda del Código Civil de Puerto Rico. La ley establece: “Todo ser humano es una persona natural, incluyendo al concebido en cualquier etapa de gestación dentro del vientre materno”.

Si bien la ley no afecta las leyes de aborto en el territorio estadounidense, los activistas a favor del aborto advierten que la Ley 504 es un paso importante en esa dirección. La senadora María de Lourdes Santiago, del Partido Independiente Puertorriqueño, la calificó como “otro paso en el camino hacia la ilegalización del derecho de la mujer a decidir”.

El padre Carlos Pérez Toro, párroco de la Iglesia Santa Rosa de Lima y abogado egresado de la Facultad de Derecho de la Uni-



versidad Interamericana de Puerto Rico, celebró la aprobación del proyecto de ley.

“Se reconoce que el ser humano en gestación es una persona natural desde el primer momento de la concepción; utilizando un término legal que solo se aplicaba cuando nacía un ser humano, se dice que tiene personalidad y capacidad jurídica desde el primer momento de la concepción”, afirmó.

La Ley 504 fue redactada por el presidente del Senado, Thomas Rivera Schatz, del Partido Nuevo Progresista (PNP), y copatrocinada por las senadoras Joanne Rodríguez Veve (Independiente), Brenda Pérez (PNP-Arecibo) y Wilmer Reyes (PNP-Guayama). Otorga a los niños no naci-

dos derechos de herencia, incluida la capacidad de ser nombrados beneficiarios o herederos, y establece explícitamente que no afecta el “derecho” legal de una mujer a abortar a su hijo no nacido.

“En lugar de radical, la ley refleja un reconocimiento creciente de que los sistemas legales no pueden evitar indefinidamente la realidad científica de que la vida humana comienza en la concepción”, escribió Vianca Rodríguez. “Al nombrar directamente esa realidad, Puerto Rico eligió la honestidad sobre la ambigüedad y colocó el valor de la vida no nacida firmemente dentro de su marco legal, reforzando los principios de larga

Ver COLUMNA página 6



Puerto Rico officially recognizes unborn children as ‘natural persons’

“Legal personhood for the preborn is not only consistent with science and human dignity but is the foundation upon which a culture of life can flourish,” a pro-life spokesperson said

—by Jonathon Van Maren

On December 21, Governor Jenniffer González of Puerto Rico signed Senate Bill 504 into law, recognizing pre-born children as “natural persons” by amending Puerto Rico’s Civil Code. It states: “Every human being is a natural person, including the conceived child at any stage of gestation within the mother’s womb.”

While the law does not impact abortion laws in the American territory, abor-

tion activists are warning that SB504 is a significant step in that direction. Senator Maria de Lourdes Santiago of the Puerto Rican Independence Party called it “another step on the path towards making the women’s right to decide illegal.”

Father Carlos Pérez Toro, pastor of Santa Rosa de Lima Church and civil lawyer graduate of Inter American University of Puerto Rico School of Law, celebrated the bill’s passage.

“It is recognized that the human being in gestation is a natural person from the first moment of conception; using a legal term that only applied when a human being was born, it is said that he or she has legal personality and capac-

ity from the first moment of conception,” he said.

SB504 was written by Senate President Thomas Rivera Schatz of the New Progressive Party (NPP) and co-sponsored by Sens. Joanne Rodríguez Veve (Independent), Brenda Pérez (NPP-Arecibo), and Wilmer Reyes (NPP-Guayama). It grants pre-born children inheritance rights, including the ability to be named as a beneficiary or heir, and states explicitly that it does not impact a woman’s legal “right” to abort her pre-born child.

“Rather than radical, the law reflects a growing acknowledgment that legal systems cannot indefinitely avoid the scientific reality

See COLUMN page 6

El Periódico bilingüe Since 1991
El Reportero
The Reporter 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

Reporter

XOCHITL TC

News assistant

ALEXANDROS
SILVA

Calendar Editor

MAGDY ZARA

Photographer

STAFF

Translations

STAFF

Advertising Sales

STAFF

Accounting

MEL LEE

Distribution

JUANA

RAMIREZ

Graphic Design

KATTY

ARANGUA

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, enviar artículos, ideas, anunciar sus eventos o negocio en El Reportero, puede contactarnos.



415-648-37 11



Lreportero@aol.com

Horas de oficina L-V: 10:00 am a 5:00 pm
Office hours Mon-Fri: 10:00 am to 5:00 pm



2601, Mission Street, Suite 105,
San Francisco, California [94110].



www.elreporteroSF.com



A partir del próximo verano, todas las escuelas de California deberán limitar el uso de teléfonos móviles por parte de los estudiantes. Starting next summer, all schools in California will be required to limit students’ use of cell phones. (Syda Productions/Adobe Stock)

Escuelas de California tendrán nuevas reglas en 2026 sobre ICE, celulares y más

—por Suzanne Potter

5 de enero de 2026 - Nuevas leyes de California que entrarán en vigor en 2026 traerán cambios importantes a las escuelas públicas, con énfasis en la seguridad estudiantil, las condiciones de aprendizaje y la protección de las familias.

Varias medidas abordan la presencia de autoridades migratorias en los planteles escolares. Una ley exige que las escuelas notifiquen a los padres cuando agentes de inmigración ingresen a un campus, mientras que otra prohíbe divulgar información de estudiantes o padres sin su consentimiento, a menos que el Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE) presente una orden judicial. Defensores señalan que estas medidas buscan garantizar que las escuelas sigan siendo espacios seguros para los estudiantes y sus familias.

Yasmine-Imani McMorris, directora de equidad educativa del Children’s Defense Fund de California, afirmó que la transparencia y el cumplimiento de las reglas son esenciales para mantener la confianza entre las escuelas y las familias.

Las reformas académicas también forman parte de la nueva legislación. La Asamblea Bill 1454 actualiza los programas de lec-

tura para mejorar la alfabetización, especialmente entre los estudiantes que aprenden inglés. Otra medida, la Asamblea Bill 3216, exige que todas las escuelas K-12 adopten políticas para limitar o prohibir el uso de teléfonos celulares durante la jornada escolar a partir del 1 de julio de 2026, en respuesta a preocupaciones sobre distracciones en el aula y el bienestar estudiantil.

El acceso a la educación superior también se ampliará con la Senate Bill 640, que ordena al sistema de la Universidad Estatal de California admitir automáticamente a los graduados de preparatoria que cumplan con los requisitos. Además, la Asamblea Bill 1264 obliga a los distritos escolares a comenzar a eliminar los alimentos ultraprocesados más dañinos de los menús escolares, con cumplimiento total previsto para 2035.

En otras noticias de California:

Californianos se preparan para mayores costos de salud tras el fin de los subsidios de la ACA

El inicio de 2026 trae fuertes aumentos en las primas del seguro médico para muchos californianos inscritos en Covered California, tras el vencimiento de los subsidios federales

ampliados creados durante la pandemia de COVID-19.

Casi el 90 por ciento de los 1.9 millones de afiliados a Covered California verán incrementos en sus primas. Aunque el estado ha destinado 190 millones de dólares para proteger a los hogares de menores ingresos, las familias de ingresos medios enfrentarán los aumentos más pronunciados.

Anne Sunderland, directora de comunicaciones de la California Health Care Foundation, explicó que las personas que ganan más de aproximadamente 63,000 dólares al año, o familias de cuatro con ingresos superiores a 130,000 dólares, podrían ver cómo sus primas se duplican o incluso aumentan más.

Covered California estima que cientos de miles de residentes podrían perder su cobertura debido a los costos, lo que incrementaría el número de personas sin seguro y generaría mayor presión financiera sobre hospitales y salas de emergencia.

Se recomienda a los consumidores revisar cuidadosamente sus opciones. El período de inscripción abierta en Covered California se extiende hasta el 31 de enero, y hay asistencia disponible a través del mercado de seguros y de consejeros certificados para ayudar a las familias a encontrar la cobertura más accesible.

ger U.S. military presence in the Caribbean. In the weeks before the operation, senior officials held near-daily discussions refining both military and intelligence planning.

What comes next

While the military execution was precise, political planning remains less clear. Trump said the United States would temporarily oversee Venezuela’s transition, though details remain undefined. Attention has turned to Vice President Delcy Rodríguez, who spoke with Rubio shortly after the raid but later publicly declared Maduro the legitimate president and rejected foreign control.

U.S. forces will remain on heightened alert, officials said, as Washington weighs next steps. The embargo will stay in place, maritime interdictions will continue, and consultations with oil executives are planned to assess Venezuela’s production capacity.

As for Maduro, U.S. officials say he will be transferred to stand trial in the United States, where, in Trump’s words, he will “face American justice.” - *With reports by The Frank.*

Breves locales & Estatales

Local & State briefs

CA schools get new rules in 2026 on ICE, cellphones and more

—by Suzanne Potter

Jan. 5, 2026 - New California laws taking effect in 2026 will bring significant changes to public schools, focusing on student safety, learning conditions and family protections.

Several measures address immigration enforcement on campus. One law requires schools to notify parents when immigration officers enter school grounds, while another prohibits the release of student or parent information without consent unless Immigration and Customs Enforcement presents a judicial warrant. Advocates say these changes aim to ensure campuses remain safe spaces for students and families.

Yasmine-Imani McMorris, director of education equity for the Children’s Defense Fund of California, said transparency and adherence to the rules are critical to maintaining trust between schools and families.

Academic reforms are also part of the new laws. Assembly Bill 1454 updates reading instruction to improve literacy, particularly

for English learners. Another measure, Assembly Bill 3216, requires all K-12 schools to adopt policies limiting or banning student cellphone use during the school day by July 1, 2026, responding to concerns about classroom distractions and student well-being.

Higher education access will expand under Senate Bill 640, which directs the California State University system to automatically admit qualified high school graduates. In addition, Assembly Bill 1264 requires school districts to begin removing the most harmful ultra-processed foods from school meals, with full compliance expected by 2035.

In other California news:

Californians brace for higher health costs as ACA subsidies expire

The start of 2026 brings sharp increases in health insurance premiums for many Californians enrolled through Covered California, following the expiration of enhanced federal subsidies created during the COVID-19 pandemic.

BREVES LATNOS de la página 1

cente el lunes en su primera comparecencia ante un tribunal federal en Brooklyn, Nueva York, y afirmó haber sido secuestrado en su domicilio por personal militar estadounidense.

Durante su conferencia de prensa diaria el martes por la mañana, Sheinbaum volvió a criticar la operación militar estadounidense y dijo que México se opone firmemente a que “una nación poderosa destituya por la fuerza al presidente de otro país”.

“Nunca podemos estar de acuerdo con que un país invada a otro, especialmente fuera del marco de la Carta de las Naciones Unidas, incluso si fuera culpable de los cargos que se le imputan”, dijo, y agregó que “es una cuestión de la soberanía del pueblo

venezolano, al igual que lo es para México o cualquier otro país del mundo”.

Sheinbaum también se refirió a los opositores al régimen de Maduro.

“La postura del presidente Maduro es muy interesante (...) sobre todo considerando toda la propaganda contra Venezuela o contra quienes discrepan del régimen de Maduro o del chavismo en Venezuela... eso es una cosa; pero es muy diferente a estar a favor de una intervención”, dijo Sheinbaum. “Eso no se puede aprobar, independientemente de la opinión de cada uno”.

El chavismo es la ideología política populista de izquierda, que lleva el nombre del expresidente Hugo Chávez, y que Maduro profesa desde que asumió el cargo tras la muerte de Chávez en 2013. Combina

Nearly 90% of the 1.9 million Covered California enrollees are expected to see higher premiums. While the state has committed \$190 million to help shield the lowest-income households, middle-income families are likely to face the steepest increases.

Anne Sunderland, senior communications officer for the California Health Care Foundation, said individuals earning more than about \$63,000 a year, or families of four making over \$130,000, may see their premiums double or more.

Covered California estimates that hundreds of thousands of residents could drop coverage due to cost, increasing the number of uninsured patients and putting additional financial pressure on hospitals and emergency departments.

Consumers are encouraged to explore their options carefully. Open enrollment on Covered California runs through January 31, and assistance is available through the marketplace and certified enrollment counselors to help families find the most affordable coverage.

socialismo, antiimperialismo y bolivarianismo para promover el bienestar social, el control estatal de las industrias clave (en particular el petróleo) y una mayor integración latinoamericana.

Sheinbaum reiteró su convicción de que Estados Unidos no intervendrá militarmente en México, al tiempo que insistió en que Estados Unidos “haga más” para combatir el crimen organizado, especialmente después de que las drogas lleguen a grupos en Estados Unidos que las distribuyen, venden y blanquean dinero. También criticó a Estados Unidos por no abordar seriamente el tráfico de armas y por no prestar atención a las causas profundas del consumo de drogas entre los jóvenes estadounidenses.

Con información de Reforma, El Economista y El Financiero.

CALIFORNIA de la página 1

datos estatales, alrededor del 28 por ciento de las mujeres latinas informaron haber tomado ácido fólico el mes anterior a quedar embarazadas. Según el Departamento de Salud Pública de California, las mujeres blancas consumieron la vitamina en mayor proporción, con un 46 por ciento de ellas reportando el consumo de ácido fólico.

Esto pone a las mujeres latinas en mayor riesgo de tener un bebé con defectos del tubo neural, defectos del cerebro y la médula espinal. Algunos ejemplos afecciones como la espina bífida y la anencefalia.

Las investigaciones han demostrado que el ácido fólico puede reducir los defectos de nacimiento hasta en un 70 por ciento. Por eso se encuentra en las vitaminas prenatales. Pero dado que las mujeres pueden no enterarse de que están embarazadas hasta semanas

o meses después, la salud pública ha recomendado durante mucho tiempo que también se añada ácido fólico a los alimentos básicos.

En 1998, Estados Unidos exigió a los fabricantes que fortificaran ciertos productos de cereales con ácido fólico, como la pasta, el arroz y los cereales, para ayudar a las mujeres en edad reproductiva a obtener las cantidades necesarias. Desde que entró en vigor esta norma, la tasa de bebés nacidos con defectos del tubo neural se redujo en aproximadamente un tercio, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Pero incluso con la adición a estos alimentos, las tasas de defectos de nacimiento entre los bebés nacidos de mujeres latinas han sido consistentemente más altas. En busca de una adición más apropiada culturalmente, en 2016, el gobierno federal permitió a los fabricantes de masa de maíz

añadir ácido fólico a sus productos, pero no lo exigió.

Joaquín Arambula, demócrata de Fresno y autor de la ley, dijo que omitir el ácido fólico en los productos de masa de maíz, utilizados en muchos alimentos básicos latinos, fue un “verdadero descuido”.

Ahora, con la implementación del Proyecto de Ley 1830 de la Asamblea, California es el primer estado en exigir ácido fólico en los productos de masa de maíz. La ley exige a los fabricantes que operan en el estado que añadan 0.7 miligramos de ácido fólico a cada libra de harina y que lo indiquen en sus etiquetas nutricionales. La ley exige a los pequeños productores, como restaurantes y mercados que elaboran sus propias tortillas de forma artesanal.

Meses después de que se firmara la ley de California, Alabama aprobó su pro-

MADURO from page 1

copters arrived as fighter jets and drones provided suppressive fire. Caine described multiple self-defense engagements during the pullout. No U.S. personnel were killed, though Trump acknowledged several were wounded. Venezuelan casualties have not been confirmed.

By 3:29 a.m., the force had cleared Venezuelan airspace over open water. Less than an hour later, at 4:21 a.m., Trump announced the operation’s success on social media. The White House subsequently released an image of Maduro blindfolded aboard the USS *Iwo Jima*.

Months of preparation

Officials say the groundwork began as early as August, when a small CIA team intensified surveillance of Maduro’s routines. “We knew where he lived, where he traveled, what he ate, even his pets,” Caine said, underscoring the depth of intelligence collected.

https://youtu-tube.com/shorts/tQtbgIy50Rw?si=OVFSBhN9z9-RNu7s

Special forces simultaneously trained on a detailed mock-up of Maduro’s



Arte & Entretenimiento

Arts & Entertainment



Escena de la película de animación Los Tres Reyes Magos (1976). Scene from the animated film The Three Wise Men (1976). © Procine. Government of Mexico City.

Los Tres Reyes Magos: la primera película mexicana animada de toda la historia

—por México Desconocido

Basada en una historia de Rosario Castellanos, Los Tres Reyes Magos fue la primera película animada hecha en México y una de las pioneras en América Latina. Estrenada en 1976, se convirtió con el paso del tiempo en un clásico navideño y del Día de Reyes, apreciado por generaciones de espectadores y recordado como un punto de partida fundamental para la animación nacional.

La animación en México ha sido un camino construido con esfuerzo, limitaciones técnicas y una gran vocación artística. En ese contexto, Los Tres Reyes Magos representó una hazaña cultural. Se trató del primer largometraje animado producido en el país, en una época en la que este formato apenas comenzaba a consolidarse a nivel internacional. Su realización demostró que era posible crear cine animado con identidad propia y arraigo cultural.

La película está basada en un texto de la poeta y novelista Rosario Castellanos, quien abordó la vida de los Reyes de Oriente desde una perspectiva literaria sensible y reflexiva. Para adaptar la obra al guion cinematográfico se contó con Emilio Carballido, uno de los dramaturgos más importantes de México. La dirección y producción estuvieron a cargo de Fernando Ruiz y Adolfo Torres Portillo, quienes asumieron el reto de llevar esta historia al lenguaje de la animación.

El relato comienza cuando el arcángel Gabriel anuncia a la Virgen María que dará a luz al Hijo de Dios. La Estrella de David transmite la noticia a Melchor, Gaspar y Baltasar, guiándolos en su camino hacia Belén. Paralelamente, el Diablo, disfrazado como el príncipe Olbaid, influye al rey Herodes para que investigue el lugar del nacimiento del Mesías, enviando a su sirviente Murcio

a intentar detener a los sabios. Esta dualidad entre el bien y el mal estructura el conflicto central del filme.

Uno de los aspectos más destacados de la película es su dirección artística. Moisés Velasco diseñó los personajes inspirándose en los nacimientos tradicionales mexicanos, lo que se refleja en la vestimenta, los colores y los rasgos de los personajes. Pastorcillos con sombreros, jorongos y elementos propios del folclor nacional dotan a la obra de una identidad profundamente mexicana, integrando la tradición bíblica con la cultura popular del país.

El equipo técnico incluyó a Gonzalo Gaviria en el sonido, José Antonio Zavala en la música —interpretada por Los Hermanos Zavala— y a Víctor Peña y Francisco Mortera en la fotografía. La animación estuvo a cargo de un grupo de artistas que

Ver ARTE página 5

Los Tres Reyes Magos: the first Mexican animated film in history



—by México Desconocido

Based on a story by Rosario Castellanos, Los Tres Reyes Magos was the first animated film made in Mexico and one of the pioneers in Latin America. Released in 1976, it gradually became a Christmas and Three Kings' Day classic, appreciated by generations of viewers and remembered as a fundamental starting point for Mexican animation.

Animation in Mexico has followed a path built on effort, technical limitations, and strong artistic

commitment. Within that context, Los Tres Reyes Magos represented a cultural milestone. It was the first animated feature film produced in the country, at a time when this format was only beginning to consolidate internationally. Its creation proved that it was possible to make animated cinema with a distinct identity and deep cultural roots.

The film is based on a text by poet and novelist Rosario Castellanos, who approached the lives of the Three Wise Men from the East with literary sensitiv-

ity and reflection. To adapt the work into a screenplay, the production relied on Emilio Carballido, one of Mexico's most important playwrights. Direction and production were handled by Fernando Ruiz and Adolfo Torres Portillo, who took on the challenge of translating this story into the language of animation.

The narrative begins when the archangel Gabriel announces to the Virgin Mary that she will give birth to the Son of God. The Star of David conveys this news to Melchior, Gaspar, and Balthazar, guiding them on their journey to Bethlehem. At the same time, the Devil, disguised as Prince Olbaid, influences King Herod to investigate the birthplace of the Messiah, sending his servant Murcio to try to stop the wise men. This contrast between good and evil structures the film's central conflict.

One of the film's most notable aspects is its artistic direction. Moisés Velasco

See ART page 8



Calendario & Turismo

Calendar & Tourism



Los lunes de SalsaCrazy traen el baile a Clement Street

—por Alex Silva

SalsaCrazy ofrece un espacio acogedor para quienes desean aprender salsa y disfrutar de una noche de baile todos los lunes.

Este evento semanal combina clases de baile con una pista de baile abierta, con música de salsa y bachata. No se necesita pareja ni experiencia previa, por lo que está abierto a todo el mundo.

Conocido por ser parte de la comunidad de baile del Área de la Bahía desde hace mucho tiempo, SalsaCrazy Lunes fomenta el movimiento, la conexión y la confianza en la pista de baile en un ambiente relajado.

Este evento público se celebra todos los lunes; el próximo tendrá lugar el 12 de enero en San Francisco, en 406 Clement Street, en la discoteca Neck of the Woods. El evento se llevará a cabo de 6:30 p.m. a las 11:30 p.m. Para cualquier consulta: <https://golatindance.com/event/salsacrazy-mondays-salsa-classes-and-dance-lessons-salsa-bachata-dancing/2026-01-12/>

com/event/salsacrazy-mondays-salsa-classes-and-dance-lessons-salsa-bachata-dancing/2026-01-12/

Noche de partidos en Tacolicious: Valencia

La noche de juegos de la lotería es evento reúne en un solo lugar exquisita comida, juegos y comunidad, con un estilo único del juego tradicional mexicano.

A los asistentes se les ofrece la oportunidad de ganar pequeños premios a lo largo de la noche.

Esta noche entretenida se lleva a cabo el primer y tercer jueves de cada mes, es decir, este 1ero y 15 de enero.

La invitación es abierta a la familia, al restaurante Tacolicious de San Francisco, situada en el 741 de Valencia Street, a partir de las 6 p.m. Para más información: <https://www.eventbrite.com/event/game-night-at-tacolicious-valencia-tickets-1645436678399?aff=ebdssbdestsearch>

Misión Gráfica: La Voz del Público en KALW

Mission Gráfica organiza una exposición de arte titulada "La voz del público". A través del Centro Latino de Arte, que destaca la historia del arte con carteles del Área de la Bahía, que muestra cómo los artistas han hablado sobre temas sociales.

La exposición presenta carteles sobre derechos civiles, vivienda y comunidad. Estos temas muestran cómo el arte se ha utilizado para expresar ideas y apoyar causas.

La exposición estará abierta hasta el próximo 30 de enero en San Francisco, en el complejo de eventos de KALW, situado en el 220 de Montgomery Street, de 12 del mediodía a 6 p.m. Para más información: <https://downtownsf.org/do/mission-grafica-the-public-voice-exhibition>

Rose B. Simpson muestra su exposición Léxico

Ver CALENDARIO página 8

SalsaCrazy mondays brings dancing to Clement Street



—by Alex Silva

SalsaCrazy offers a welcoming space for those who want to learn salsa and enjoy a night of dancing every Monday.

This weekly event combines dance classes with an open dance floor, featuring salsa and bachata music. No partner or prior experience is needed, so it's open to everyone.

Known for being a long-standing part of the Bay Area dance community,

SalsaCrazy Mondays fosters movement, connection, and confidence on the dance floor in a relaxed atmosphere.

This public event is held every Monday; the next one will take place on January 12th in San Francisco, at 406 Clement Street, at the Neck of the Woods nightclub. The event will run from 6:30 p.m. to 11:30 p.m. For any questions: <https://golatindance.com/event/salsacrazy-mondays-salsa-classes-and-dance-lessons-salsa-bachata-dancing/2026-01-12/>

Game Night at Tacolicious: Valencia

This lottery game night event brings together exquisite food, games, and community, with a unique twist on the traditional Mexican game.

Attendees are offered the chance to win small prizes throughout the evening.

This entertaining night takes place on the first and third Thursday of each month, which is January 1st and 15th.

The invitation is open to families at the Tacolicious restaurant in San Francisco, located at 741 Valencia Street, starting at 6 p.m. For more information: <https://www.eventbrite.com/event/game-night-at-tacolicious-valencia-tickets-1645436678399?aff=ebdssbdestsearch>

Mission Gráfica: The Voice of the Public at KALW

Mission Gráfica is organizing an art exhibition titled "The Voice of the

See CALENDAR page 6



EDITORIAL from page 2

is required for society to function. These arguments are insultingly naïve. Governments are not moral actors. They are structures of power influenced by money, ideology, and self-preservation. Political campaigns are financed by elites. Media narratives are filtered through advertising. Policy outcomes consistently favor those with leverage. Expecting restraint from such systems is not optimism; it is denial.

In the United States, REAL ID is the domestic expression of this global trend. Passed in 2005 and enforced beginning in 2025, the REAL ID Act standardized state-issued identification for federal purposes. On paper, it is limited. Supporters rush to emphasize this. REAL ID does not revoke citizenship. It does not create a single national database. It does not track political beliefs. Americans may still use passports or passport cards to travel. Legal residents and foreign

nationals can use valid passports from their home countries. These facts are true—and beside the point.

The mistake is focusing on the present form instead of the precedent. Power does not reveal its end state at the beginning. It proceeds incrementally, normalizing each step before advancing to the next. What matters is not what REAL ID does today, but what it teaches people to accept: that access is conditional, movement is permissioned, and identity must be constantly proven to authority.

Communities that have experienced surveillance, discrimination, and bureaucratic cruelty do not need lectures about trust. Immigrants know what it means to live under documentation regimes. Working-class families know what it means to be denied services due to paperwork errors. Marginalized groups know that “neutral” systems are never enforced neutrally. When verification expands, vulnerability expands with it.

The real threat is not dramatic erasure or cinematic tyranny. It is quiet suffocation. Accounts flagged without explanation. Travel delayed by “system issues.” Benefits suspended pending review. Appeals lost in automated loops with no human accountability. In a fully digitized identity environment, a technical failure can immobilize a life. A policy change can isolate a dissenter. A centralized system can quietly punish without ever declaring guilt.

This is not about airports. It is about obedience.

A society that must constantly prove its identity is a society being trained to submit. A population that accepts access as a privilege rather than a right is already halfway controlled. The architecture being built today does not require bad intentions to become dangerous. It only requires future leaders less restrained than those currently in office. History suggests that is not a remote possibility.

Calling this concern “conspiracy” is a strategy, not an argument. It delegitimizes dissent while insulating power from scrutiny. A free society does not mock skepticism. It depends on it.

The question is no longer whether identification systems will expand. They will. The question is whether citizens will demand hard limits, enforce decentralization, and refuse to trade autonomy for convenience. Or whether they will wake up one day to discover that participation itself now requires permission.

Control does not arrive suddenly. It arrives politely, incrementally, and legally. By the time it feels heavy, it is already normal.

las transforman en alimentos densos en calorías con un menor valor nutricional. Estos procesos pueden crear grasas trans y acrilamidas dañinas, compuestos relacionados con la inflamación y las enfermedades crónicas.

La trampa de los acompañamientos y la acuación del aceite

En las dietas convencionales, incluso los métodos de cocción saludables pueden verse perjudicados en el momento de servir. Una patata al horno es una opción rica en nutrientes, pero añadir mantequilla, queso graso y crema agria aumenta rápidamente su contenido de grasas saturadas y calorías. Los nutricionistas recomiendan alternativas más saludables como yogur griego, requesón o un chorrito de aceite de oliva. El tipo de grasa utilizada en la cocina es igualmente crucial. Si bien asar al horno o freír con aire caliente pueden ser opciones razonables, usar aceites con puntos de humo bajos o grasas saturadas como la grasa de ganso a altas temperaturas puede degradar la calidad del aceite y generar subproductos poco saludables. Los expertos recomiendan usar aceites insaturados como el de oliva o el de colza con moderación, y técnicas como el blanqueado antes de asar para lograr una textura crujiente con menor absorción de aceite.

Formas procesadas y el problema de la hiperpalatabilidad

Las formas menos saludables de consumir patatas suelen ser las más prácticas y apetecibles. Las patatas

ralladas precocinadas, las patatas fritas congeladas y, sobre todo, las patatas fritas de bolsa, suelen estar fritas en aceite, ser ricas en aceites refinados y tener un alto contenido de sal. Más allá de su escaso valor nutricional, estas formas procesadas e hiperpalatables están diseñadas para anular las señales naturales de saciedad del cuerpo, lo que facilita el consumo excesivo. Si bien las versiones caseras horneadas o fritas con aire caliente y con un mínimo de aceite ofrecen una alternativa ligeramente mejor, siguen siendo alimentos que es mejor consumir solo ocasionalmente. Las preparaciones elaboradas, al estilo de restaurante, como las patatas dauphinoise o las patatas milhojas, que contienen abundante nata, queso y grasa, entran en la misma categoría de caprichos.

Un regreso a lo básico

La historia de la patata, desde un alimento básico del Nuevo Mundo hasta un carbohidrato a veces denostado, refleja nuestra relación cambiante —y a menudo contradictoria— con la comida. La lección moderna es un regreso a la sencillez. Al elegir métodos de cocción que resalten las cualidades naturales de la patata y prestando atención a los ingredientes adicionales, esta humilde verdura puede recuperar su lugar como un componente saludable de una dieta equilibrada. La clave está en reconocer que la patata es un lienzo en blanco; su impacto final en la salud depende de las decisiones que se tomen en su preparación.

LATIN BRIEFS from page 1

baum again rebuked the U.S. military operation and said Mexico is fiercely opposed to “a powerful nation forcibly removing (another country’s) president.”

“We can never agree with one country invading another, especially outside the framework of the United Nations Charter, even if he were guilty of the charges against him,” she said, adding that “it’s a matter of the sovereignty of the Venezuelan people, just as it is for Mexico or any other country in the world.”

Sheinbaum also addressed opponents of the Maduro regime.

“President Maduro’s position is very interesting (...) especially considering all the propaganda against Venezuela or those who disagree with the Maduro regime or Chavismo in Venezuela ... that’s one thing; but it is very different from being in favor of an intervention,” Sheinbaum said. “That



cannot be approved, regardless of one’s opinion.”

Chavismo is the left-wing populist political ideology, named after former President Hugo Chávez, which Maduro has professed since taking over for Chávez in 2013. It blends socialism, anti-imperialism and Bolivarianism to promote social welfare, state control of key industries (particularly oil) and greater Latin American integration.

Sheinbaum reiterated her belief that the U.S.

will not intervene militarily in Mexico, while insisting that the U.S. “do more” to combat organized crime, especially after drugs reach groups in the U.S. that distribute, sell and launder money. She also criticized the U.S. for not seriously addressing arms trafficking and not attending to the root causes of drug use among young Americans.

With reports from Reforma, El Economista and El Financiero.

COLUMNA de la página 2

data de la dignidad humana y la protección de la vida reconocidos tanto en las tradiciones constitucionales de Puerto Rico como de Estados Unidos”. A pesar de ello, la medida para reconocer legalmente la personalidad jurídica del feto ha enfurecido a las activistas proaborto de Puerto Rico. Según informes de prensa, se están movilizando contra una nueva ley que reconoce al no nacido como persona natural, advirtiendo que podría amenazar el derecho al aborto a pesar de las protecciones de privacidad.

Alondra del Mar Hernández, de Aborto Libre Puerto Rico, calificó la ley como “una herramienta de manipulación”

y “un mecanismo de control” que podría conducir a la criminalización del aborto; Patricia Otón, del mismo grupo, la comparó con leyes similares “particularmente en el Sur de Estados Unidos, donde las leyes sobre el aborto son las más restrictivas”.

Carol Tobias, de National Right to Life, por otro lado, calificó la SB504 como un “logro histórico para el movimiento provida”:

El reconocimiento claro y valiente de Puerto Rico de los bebés no nacidos como personas refleja un profundo respeto por la vida y proporciona un poderoso ejemplo para los legisladores de todo Estados Unidos. La personalidad jurídica para el no nacido no solo es co-

herente con la ciencia y la dignidad humana, sino que es el fundamento sobre el cual puede florecer una cultura de la vida.

Kelsey Pritchard, de Susan B. Anthony Pro-Life America, coincidió, calificando la ley como “una victoria histórica para los bebés y las madres de toda la isla y un poderoso ejemplo para los legisladores de todo Estados Unidos”.

“Gracias a Dios hemos logrado en Puerto Rico el reconocimiento claro de que el ser humano en gestación es una persona natural con todos los derechos, como si hubiera nacido”, dijo el padre Carlos Pérez Toro. “Imaginen lo que eso significa para la madre, que ahora tiene un nuevo instrumento para defender a su hijo”.

COLUMN from page 2

that human life begins at conception,” wrote Vianca Rodriguez. “By naming that reality directly, Puerto Rico chose honesty over ambiguity and placed the value of unborn life firmly within its legal framework, reinforcing long-standing principles of human dignity and the protection of life recognized in both Puerto Rico’s and the United States’ constitutional traditions.”

Despite that, the move to legally recognize fetal personhood has infuriated Puerto Rico’s abortion activists. According to press reports, they are “are mobilizing against a new law recognizing the unborn as a natural person, warning it could threaten

abortion rights despite privacy protections.”

Alondra del Mar Hernández of Aborto Libre Puerto Rico called the law “a tool of manipulation” and “a mechanism of control” that could lead to the criminalization of abortion; Patricia Otón of the same group compared it to similar laws “particularly in the South, where abortion laws are most restrictive.”

Carol Tobias of National Right to Life, on the other hand, called SB504 a “landmark achievement for the prolife movement”:

Puerto Rico’s clear and courageous recognition of preborn babies as persons reflects a deep respect for life and provides a powerful example for lawmakers throughout the United

States. Legal personhood for the preborn is not only consistent with science and human dignity but is the foundation upon which a culture of life can flourish.

Kelsey Pritchard of Susan B. Anthony Pro-Life America concurred, calling the law “a historic victory for babies and moms across the island and a powerful example for lawmakers throughout the United States.”

“Thank God we have achieved clear recognition in Puerto Rico that the human being in gestation is a natural person with all rights, as if he or she had been born,” Father Carlos Pérez Toro said. “Imagine what that means for the mother who now has a new instrument to defend her child.”

CALENDAR from page 4

Public.” Through the Latino Art Center, which highlights art history with posters from the Bay Area, the exhibition shows how artists have addressed social issues.

The exhibition features posters about civil rights, housing, and community. These themes demonstrate how art has been used to express ideas and support causes.

The exhibition will be open until January 30th in San Francisco, at the KALW event complex,

located at 220 Montgomery Street, from 12 p.m. to 6 p.m. For more information: <https://downtownsf.org/do/mission-grfica-the-publics-voice-exhibition>

Rose B. Simpson presents her exhibition Lexicon

The Indigenous mixed-media artist Rose B. Simpson, from Santa Clara Pueblo, New Mexico, will present “Lexicon,” an exhibition that combines cultural ceramics and classic cars.

Featuring vintage vehicles: a 1985 Chevy El Camino and a 1964 Buick Riviera,

representing a collection of modes of transportation with designs inspired by Pueblo traditions. These vehicles are treated as objects rather than functional machines.

Together, the exhibition reflects how Indigenous art has evolved within contemporary public spaces.

This exhibition is open to the public from Aug. 2025 to Aug. 2, 2026, at the de Young Museum in Wilsey Court, located in Golden Gate Park, 50 Hagiwara Tea Garden Drive in San Francisco, Tuesday through Sunday from 9:30 a.m. to 5 p.m.

Haz que tu marca brille en nuestras páginas.
Publicita con nosotros y llega a miles de lectores cada semana.



CALIFORNIA de la página 3

pia versión. Su ley entrará en vigor en junio de 2026. Algunos grandes fabricantes ya han estado añadiendo ácido fólico a sus

productos durante años. Gruma, la empresa matriz de Mission Foods, dijo que comenzó a fortificar sus alimentos en 2016, cuando el gobierno federal lo permitió por primera vez.

Un portavoz de la empresa declaró que Gruma “tiene un compromiso de larga data con el apoyo a las iniciativas de fortalecimiento legislativo” y respalda las nuevas leyes en California y Alabama. Con el apoyo de la Fundación para la Atención Médica de California (CHCF), que trabaja para garantizar que las personas tengan acceso a la atención que necesitan, cuando la necesitan y a un precio asequible. Visite www.chcf.org para obtener más información.

Otras leyes nuevas de California:

Manténgase al día rápidamente sobre las nuevas leyes de Califor-

nia que podrían cambiar su vida en 2026

Las nuevas leyes de California que entran en vigor el 1 de enero de 2026 amplían la cobertura para la fertilización in vitro, regulan la inteligencia artificial, protegen a los inquilinos y mucho más

La mayoría de las cientos de nuevas leyes de California que entrarán en vigor el primer día del año nuevo no cambiarán su vida. Son ajustes a las leyes existentes e instrucciones para que las agencias estatales den seguimiento a prioridades anteriores. Pero algunas de ellas podrían tener un pro-

fundo efecto en usted o en un ser querido. ¿Conoce a alguien que tiene dificultades para concebir? Una nueva ley exige que más aseguradoras cubran la fertilización in vitro. ¿Qué tal alguien que está pensando qué hacer después de la escuela secundaria? Otra nueva ley obliga a más campus de la Universidad Estatal de California a ofrecer admisión automática a los estudiantes de último año que cumplan con los requisitos. Algunas nuevas leyes de California están destinadas a abordar algunas de las principales cuestiones del momento, incluida la

forma de regular la inteligencia artificial y si los líderes demócratas del estado pueden oponerse a la agresiva aplicación de la ley de inmigración por parte de la administración Trump. En total, los legisladores aprobaron 917 proyectos de ley en 2025 y el gobernador Gavin Newsom vetó 123 de ellos. La mayoría de los que firmó entran en vigor el 1 de enero. Los reporteros de CalMatters describen algunas de las nuevas leyes destacadas en las historias que se enumeran a continuación. Actualizaremos esta lista a medida que publiquemos más historias en los próximos días.

El Periódico bilingüe
El Reportero
The Reporter The bilingual newspaper

Clasificados / Classified

(415) 648-3711

2601 Mission St. Suite 105, San Francisco, California 94100
✉ LREPORTERO@AOL.COM www.elreporterosf.com

- PUBLIC NOTICES FICTITIOUS
- BUSINESS NAMES
- LEGAL NOTICES

Is not expensive to reach some of the 1.3 million Bay Area Hispanics through *El Reportero*

NOTICIA PÚBLICA
NOTICE PUBLIC

Su anuncio
ayudará a
construir una
prensa
libre

**Anuncie
su negocio
aquí**

El Reportero

HEALTH from page 1

over two million tonnes annually, enjoying them fried, baked, mashed and roasted. However, experts now clarify that the potato itself is not the villain of the dinner plate; instead, its health value is dramatically reshaped in the kitchen. The consensus from nutritionists is clear: the cooking method and accompanying ingredients determine whether this versatile tuber is a healthful foundation or a vehicle for excess fat, salt and harmful compounds.

From nutrient powerhouse to calorie bomb

At its core, the potato is a “naturally nutritious” food, low in fat and a good source of fiber, potassium, vitamin C and vitamin B6. A medium baked potato with its skin provides more potassium than a banana. The healthiest preparations are those that preserve these innate qualities without introducing detrimental elements. Boiling, steaming and microwaving top the list, as they require little to no added fat. Conversely, methods that involve submerging potatoes in fat—such as deep-frying for chips or the French confit technique—transform them into calorie-dense items with diminished nutritional

returns. These processes can create harmful trans-fats and acrylamides, compounds linked to inflammation and chronic disease.

The topping trap and the oil equation

For conventional diets, even cooking methods can be undermined at the serving stage. A baked potato is a nutrient-dense choice, but piling on butter, full-fat cheese and sour cream quickly escalates its saturated fat and calorie count. Nutritionists recommend healthier swaps like Greek yoghurt, cottage cheese, or a drizzle of olive oil. The type of fat used in cooking is equally critical. While roasting or air-frying can be reasonable options, using oils with low smoke points or saturated fats like goose fat at high temperatures can degrade the oil’s quality and generate unhealthy by-products. Experts advocate using unsaturated oils like olive or rapeseed oil sparingly, and techniques like parboiling before roasting to achieve crispiness with less oil absorption.

Processed forms and the hyper-palatable problem

The least healthy ways to eat potatoes are often the most convenient and craveable. Shop-bought hash browns, frozen chips and especially potato chips are

frequently deep-fried, high in refined oils and heavily salted. Beyond their poor nutritional profile, these hyper-palatable, processed forms are engineered to override the body’s natural satiety signals, making overconsumption easy. While homemade versions baked or air-fried with minimal oil offer a slightly better alternative, they remain foods best enjoyed occasionally. Elaborate, restaurant-style preparations like dauphinoise or thousand-layer potatoes, which involve copious cream, cheese and fat, fall into the same indulgent category.

A return to simple foundations

The historical journey of the potato, from a New World staple to a sometimes-maligned carbohydrate, reflects our evolving—and often contradictory—relationship with food. The modern lesson is a return to simplicity. By choosing cooking methods that highlight the potato’s natural assets and being mindful of additions, this humble vegetable can securely reclaim its place as a wholesome component of a balanced diet. The key is recognizing that the potato is a blank canvas; its ultimate health impact is painted by the choices made in its preparation.

EDITORIAL de la página 2

camente a quienes tienen influencia. Esperar moderación de estos sistemas no es optimismo; es negación. En Estados Unidos, la REAL ID es la expresión doméstica de esta tendencia global. Aprobada en 2005 y aplicada a partir de 2025, la Ley REAL ID estandarizó la identificación emitida por los estados para fines federales. En el papel, es limitada. Sus defensores se apresuran a recalcarlo. La REAL ID no revoca la ciudadanía. No crea una base de datos nacional única. No rastrea creencias políticas. Los estadounidenses aún pueden usar pasaportes o tarjetas de pasaporte para viajar. Los residentes legales y extranjeros pueden usar pasaportes válidos de sus países de origen. Estos hechos son ciertos, y son irrelevantes. El error es concentrarse en la forma presente y no en el precedente. El poder no revela su forma final al inicio. Avanza de manera incremental, normalizando cada paso antes de dar el siguiente. Lo importante no es lo que la REAL ID hace hoy, sino lo que enseña a aceptar: que el acceso es condicional, que el movimiento requiere

permiso y que la identidad debe probarse constantemente ante la autoridad. Las comunidades que han vivido la vigilancia, la discriminación y la crueldad burocrática no necesitan lecciones sobre confianza. Los inmigrantes saben lo que significa vivir bajo regímenes de documentación. Las familias trabajadoras saben lo que significa que se les nieguen servicios por errores administrativos. Los grupos marginados saben que los sistemas “neutrales” nunca se aplican de manera neutral. Cuando la verificación se expande, la vulnerabilidad se expande con ella. La verdadera amenaza no es una tiranía cinematográfica ni un borrado masivo repentino. Es la asfixia silenciosa. Cuentas marcadas sin explicación. Viajes retrasados por “problemas del sistema”. Beneficios suspendidos “hasta nueva revisión”. Apelaciones perdidas en bucles automatizados sin responsabilidad humana. En un entorno de identidad totalmente digitalizada, una falla técnica puede paralizar una vida. Un cambio de política puede aislar a un disidente. Un sistema centralizado puede castigar en silencio sin declarar culpabilidad.

Esto no se trata de aeropuertos. Se trata de obediencia. Una sociedad que debe probar constantemente su identidad es una sociedad que está siendo entrenada para someterse. Una población que acepta el acceso como un privilegio y no como un derecho ya está a medio camino del control. La arquitectura que se construye hoy no necesita malas intenciones para volverse peligrosa. Solo necesita futuros líderes menos contenidos que los actuales. La historia sugiere que eso no es una posibilidad remota. Calificar estas preocupaciones de “conspiración” es una estrategia, no un argumento. Deslegitima la disidencia mientras protege al poder del escrutinio. Una sociedad libre no se burla del escepticismo. Depende de él. La pregunta ya no es si los sistemas de identificación se expandirán. Lo harán. La pregunta es si los ciudadanos exigirán límites claros, impondrán la descentralización y se negarán a intercambiar autonomía por conveniencia. O si desperditarán un día para descubrir que la participación misma ahora requiere permiso.

Mission Council
on Alcohol for the Spanish Speaking

Concilio de la Misión sobre abuso de Alcohol

Concilio de la Misión ha ofrecido el servicio de consejería en Abuso de Drogas y Tratamiento de Alcohol a la comunidad latina por más de 30 años. Ofrecemos los siguientes servicios:

- Personal profesional que habla Español
- Servicios confidenciales
- Terapia a familia, individuos y de grupo
- Evaluaciones sobre alcohol y drogas
- Para clientes con más de un diagnóstico: Abuso de drogas, problemas de salud mental, SIDA, o alguna otra condición médica.

No rechazamos a nadie por falta de fondos

Mission Council recibe sus fondos de Department of Public Health, Community Behavioral Health Services

Mission Council is funded by the Department of Public Health, Community Behavioral Health Services

Ofendador DUI Habitual
DUI for Multiple Offender
Open 6 days a week

DUI PROGRAM FOR MULTIPLE OFFENDERS
Do you have multiple offenses of DUI (2 or more)?
Have you lost your driver license for more than one DUI?
Call DRY ZONE to help you to recover your license back.
415-920-0722 or 415-920-0721

* Mission Council has been providing substance abuse / alcohol treatment to the Latino community for over 30 years.

Services provided:

- Spanish Speaking bilingual professional staff
- Confidential services
- We offer family, individual, and group treatment
- Assessment and evaluation for dual diagnosed clients.

No one is turn away for lack of funds

Mission Council Adult Services
Servicio para adultos
164-A Copp St.
(entre las calles 16 y 17)
San Francisco, CA 94110
Tel. 415-826 6767
Fax: 415-826 6774

* Nuestras horas de oficina son: de Lunes a Viernes de 9:00 a.m. a 9:00 p.m. y sábado de 9:30 a 4 p.m.

* Office Hours: Monday through Friday from 9:00 a.m. to 9:00 p.m.

Mission Council Family Services
Servicio para familias

Tel. 415- 964 0554
Fax: 415-701 1868

* Nuestras horas de oficina son: de Lunes a Viernes de 9:30 a.m. a 7:30 p.m. y los Sábados de 7:00 a.m. a 1:00 p.m.

* Office Hours: Monday through Friday from 9:30 a.m. to 7:30 p.m. and Saturday from 7:00 a.m. to 1:00 p.m.



Deportes

Sports



Bradley afirma que Dalton Smith nunca ha enfrentado a un peleador como Matias

por el equipo de *El Reportero*

La pelea por el título superligero de este sábado en el Barclays Center representa un territorio desconocido para Dalton Smith, al menos desde la perspectiva del ex campeón mundial en dos divisiones Tim Bradley. Al analizar el enfrentamiento esta semana, Bradley sugirió que el invicto británico está dando un salto competitivo que aún no ha experimentado como profesional.

Bradley considera que Subriel Matias aporta una combinación de volumen, ritmo y presión física que lo distingue claramente de los rivales a los que Smith se ha medido hasta ahora. En su evaluación, Matias es el primer contendiente verdaderamente de élite que Smith enfrentará en las 140 libras, lo que convierte el combate en una prueba decisiva y no en una defensa rutinaria.

La carrera de Smith ha sido guiada principalmente a través de combates domésticos y europeos bajo el sello de Matchroom, una ruta de desarrollo común

entre boxeadores radicados en el Reino Unido. Bradley reconoció la lógica de ese proceso, pero sostuvo que también ha protegido a Smith de la intensidad constante que suelen imponer peleadores formados en Estados Unidos, México y Puerto Rico.

Ese contraste, señaló Bradley, resulta clave frente a un peleador de presión como Matias, cuyo estilo obliga a sus oponentes a trabajar sin pausa. Según Bradley, los contragolpeadores que dependen del tiempo y la economía de golpes suelen tener dificultades cuando no logran reducir el ritmo ni controlar la distancia.

Matias llega al combate tras un reciente resultado analítico adverso por Ostarine, un asunto que fue revisado por la Comisión Atlética del Estado de Nueva York. Finalmente, la comisión determinó que la cantidad detectada estaba por debajo del umbral que amerita sanción, autorizando así a Matias a competir.

Bradley fue directo al anticipar cómo cree que

se desarrollará la pelea. Descartó la posibilidad de que el combate se extienda a los doce asaltos, señalando el historial de Matias de abrumar a sus rivales con volumen hasta quebrar su resistencia.

“Esto no llega a los 12 rounds”, dijo Bradley, reiterando que la capacidad de Matias para lanzar más golpes de forma sostenida ha sido históricamente decisiva.

El combate marca la primera defensa del segundo reinado de Matias como campeón superligero, iniciado el pasado julio con una victoria por decisión sobre Alberto Puello. Smith llega invicto, pero sin triunfos ante contendientes consolidados en las 140 libras, con nombres como Jamaine Ortiz, Ernesto Mercado, Keyshawn Davis y Puello ausentes de su historial.

Matias y Smith encabezan la cartelera del sábado en Brooklyn con el título superligero del CMB en juego. Aún hay boletos disponibles de cara a la noche de pelea.

— *Con reportes de Michael Collins.*

de transporte con diseños inspirados en las tradiciones del pueblo. Estos vehículos se tratan como objetos más que como máquinas funcionales.

En conjunto, la exposición refleja cómo el arte indígena ha evolucionado dentro de los espacios públicos contemporáneos.

Dicha muestra está abierta al público desde el pasado mes de agosto del 2025 hasta el 02 de agosto del 2026, en el Museo de Young en Wilsey Court, ubicado en Parque Golden Gate, 50 Hagiwara Tea Garden Drive en San Francisco, de martes a domingo entre las 9:30 a.m., y 5 p.m.

combina cerámica cultural y coches antiguos.

Dando a conocer vehículos antiguos: un Chevy El Camino de 1985 y un Buick Riviera de 1964, en representación de un conjunto de medios

and Francisco Mortera handling cinematography. The animation itself was carried out by a group of artists who brought the story to life frame by frame, resulting in a painstakingly crafted work of great historical value.

Production began in 1974, and the film was finally released in 1976, the same year it received the Diosa de Plata award granted by the Mexican Association of Film Journalists. Its legacy is undeniable: it marked the birth of Mexican animation and became a mandatory reference for creators who, decades later, would follow the path opened by this foundational work.



CALENDARIO de la página 4

La artista indígena de medios mixtos Rose B. Simpson, de Santa Clara Pueblo, Nuevo México, organizará “Lexicon”, una exposición que

ART from page 4

designed the characters by drawing inspiration from traditional Mexican nativity scenes, which is evident in the clothing, colors, and physical features of the characters. Shepherds wearing hats, jorongos, and other elements of Mexican folk culture give the film a distinctly national identity, blending the biblical tradition with the country's popular culture.

The technical team included Gonzalo Gaviria in charge of sound, José Antonio Zavala as composer and musical director—his work performed by Los Hermanos Zavala—and Víctor Peña



El Deporte de los Caballeros

The Sport of Gentlemen

Cronograma de Boxeo - Boxing Schedule

Saturday, January 3
Coliseo Roberto Clemente, San Juan, Puerto Rico (TBA)
Amanda Serrano vs Erika Cruz, rematch, featherweights, 10 rounds, for Serrano's WBA and WBO titles
Stephanie Han vs Holly Holm, lightweights, 10 rounds, for Han's WBA title

Saturday, January 10
Barclays Center, Brooklyn, NY (PPV.com)
Subriel Matias vs Dalton Smith, super lightweights, 12 rounds, for Matias' WBC title
Jeyvier Cintron vs Jonathan “Titan” Rodriguez, bantamweights, 10 rounds
Nestor Bravo vs Pedro Campa, super lightweights, 10 rounds
Rudolf Weber Arena, Oberhausen, Germany (DAZN) Agit Kabayel vs Damian Knyba, heavyweights, 12 rounds, for Kabayel's interim WBC title

Jadier Herrera vs Ricardo Nunez, lightweights, 12 rounds, for interim WBC title



Friday, January 16
Acrisure Arena, Palm Desert, CA (DAZN)
Alexis Rocha vs Raul Curriel, rematch, welterweights, 12 rounds
Manny Flores vs Jorge Chavez, rematch, super bantamweights, 10 rounds
Brisbane Entertainment Centre, Boondall, Australia (TBA)
Nikita Tszyu vs Michael Zerafa, middleweights, 10 rounds

Liam Paro vs Paddy Donovan, welterweights, 12 rounds, IBF eliminator
Liam Wilson vs Rodex Piala, lightweights
Demsey McKean vs Toese Vou-siutu, heavyweights, 8 rounds

Thursday, January 22
TBA, Grand Rapids, MI (DAZN)
Caroline Veyre vs Delfine Persoon, super featherweights, 10 rounds, for vacant WBC title
Joshua Pagan vs Bryan Jimenez, lightweights, 10 rounds

Saturday, January 24
Co-op Live Arena, Manchester, England (DAZN)
Moses Itauma vs Jermaine Franklin, heavyweights, 10 rounds
Willy Hutchinson vs Ezra Taylor, light heavyweights, 10 rounds
Liam Davies vs Zak Miller, featherweights, 10 rounds
Shakiel Thompson vs Brad Pauls, middleweights, 10 rounds

Bradley says Dalton Smith has never faced a fighter like Matias



—by the *El Reportero's* staff

Saturday's junior welterweight title fight at Barclays Center represents unfamiliar territory for Dalton Smith, at least in the eyes of former two-division champion Tim Bradley. Assessing the matchup this week, Bradley suggested the undefeated Brit is stepping into a level of competition he has yet to encounter as a professional.

Bradley believes Subriel Matias brings a combination of volume, pace, and physical pressure that distinguishes him from the opposition Smith has previously faced. In Bradley's assessment, Matias stands as the first elite contender Smith will meet at 140 pounds, making the bout a defining test rather than a routine title opportunity.

Smith's career has been guided largely through domestic and European matchups under the Matchroom banner, a developmental route common among UK-based fighters.

Bradley acknowledged the logic behind that progression but argued it has shielded Smith from the sustained intensity often produced by fighters emerging from the United States, Mexico, and Puerto Rico.

That contrast, Bradley noted, becomes critical against a pressure fighter like Matias, whose style forces opponents to work continuously. According to Bradley, counter-punchers who rely on timing and economy often struggle when they are unable to slow the pace or control distance.

Matias enters the contest following a recent adverse analytical finding for Ostarine, an issue reviewed by the New York State Athletic Commission. The commission ultimately ruled that the amount de-

tected was below the level required for disciplinary action, clearing Matias to proceed with the defense.

Bradley offered a blunt prediction regarding how the fight is likely to unfold. He dismissed the likelihood of a full twelve rounds, pointing to Matias' history of overwhelming opponents with output until resistance fades.

“This isn't going 12 rounds,” Bradley said, reiterating that Matias' ability to consistently out-throw rivals has proven decisive throughout his career.

The bout marks the first defense of Matias' second junior welterweight title reign, which began last July with a decision victory over Alberto Puello. Smith arrives unbeaten but without wins over established contenders at 140 pounds, with names such as Jamaine Ortiz, Ernesto Mercado, Keyshawn Davis, and Puello absent from his record.

Matias and Smith headline Saturday's card in Brooklyn with the WBC junior welterweight title on the line. Tickets remain available ahead of fight night.

— *With reports by Michael Collins.*

Advertise your business in *El Reportero* and help build a free press.
Call us at 415-648-3711

ALWAYS FRESH & TASTY
ALL OF OUR MEXICAN DISCHES AND SALSAS ARE MADE FROM SCRATCH EVERY DAY

MEXICAN FOOD

Follow us @

www.sfpanchovilla.com

Pancho Villa Taqueria
365 "B" Street, San Mateo
(650) 343-4123

El Toro Taqueria
598 Valencia Street SF
(415) 431-3351

Pancho villa taqueria
3071 16th Street
@Valencia St. SF (415) 864-8840

Hours 10:00 am - 10:00 pm

UNIVERSAL BAKERY
and restaurant
guatemalteco

EXQUISITOS
PLATILLOS DE LA COCINA
GUATEMALTECA

PAN FRESCO SALIDO DEL HORNO
TODOS LOS DIAS

www.universalbakeryinc.com

LOCALIDADES

- 3458 Mission St.
San Francisco 415-821-4971
- 2803 Geneva Ave.
Daly City 415-656-1592

CONNY PRADO

PREPARACIÓN DE
IMPUESTOS INCOME TAX

MATRIMONIOS/BODAS
PRIVATE & CONFIDENCIAL
MATRIMONIES

3462 Mission St. SF 415-941110 - 415-826-1530