



SOTOL

identidad chihuahuense



¡Comprar en línea NUNCA FUE TAN FÁCIL!



Solo ingresa a:

telcel.com/tienda

y compra el equipo que siempre has querido
y ¡Aprovecha los beneficios!



Compra desde la
COMODIDAD
de tu hogar y oficina



Compra a
MESES SIN INTERESES



Entrega de
3 A 5 DÍAS HÁBILES
Principales Ciudades



GRATIS Envío
SIN COSTO

Telcel la mejor Red con mayor cobertura



1. Términos y condiciones de entrega en <http://img1.telcel.com/tienda/terminos-tiendaenlineatelcel.pdf> para online. Imágenes ilustrativas. Consulta costo de los Equipos Terminales en Amigo Kit en www.telcel.com, Centros de Atención a Clientes y Distribuidores Autorizados Telcel. Equipos y color sujeto a disponibilidad en punto de venta. Información de Amigo Sin Límite en www.telcel.com, Centros de Atención a Clientes y Distribuidores Autorizados Telcel. Promoción válida al 31 de agosto del 2020 en toda la República Mexicana con excepción de CDMX, Estado de México, Hidalgo y Morelos. Los precios incluyen 16% de IVA.



CHIHUAHUA
Juntos, una mejor ciudad
GOBIERNO MUNICIPAL 2018-2024

Una acción desarrollada entre más de
50 ORGANISMOS EMPRESARIALES
gobierno, academia y sociedad civil

¡A jalar JUNTOS!

Plan de
**REACTIVACIÓN
ECONÓMICA**
del Municipio de Chihuahua

SEGUIMOS MEJORANDO EL ENTORNO DE INVERSIÓN

SEGURIDAD



**LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN
DE ÁREAS PÚBLICAS**



**MEJORA
REGULATORIA**



**TRANSPARENCIA
Y FORTALEZA
FINANCIERA**



**INVERSIÓN EN
OBRA PÚBLICA**



MÁS DE
287 MDP EN IMPULSO DIRECTO
AL SECTOR ECONÓMICO

CON 5 LÍNEAS DE ACCIÓN

- 1 Créditos y apoyos financieros** para micro, mediana y pequeña empresa
- 2 Impulso como proveedores de la industria manufacturera** a micro, mediana y pequeña empresa
- 3 Apoyos a productores agropecuarios** y empleo temporal en la zona rural
- 4 Apoyo para certificaciones, capacitaciones** e insumos sanitarios para el comercio y servicios
- 5 Promoción del consumo local** y de nuestro municipio como destino turístico



Tu casa tan refrescante como un buen momento.



El calor se queda afuera con



ISOBLOCK GCC

Block térmico de concreto

Ventas:
800 111 422

www.gcc.com/productos

04

ENTREVISTA

Misionera del campo

08

REPORTAJE

Doulas, cerca del milagro

12

ESPECIAL

¡Histórica! Jornada Villista

22

DE PORTADA

Sotol, identidad chihuahuense

30

SALUD

El orgasmo femenino se celebra A GRITOS



BÚSCANOS EN FACEBOOK
RevistaNetMx

DIRECTORIO

Lic. **Alonso De Santiago** / Director General
Mtro. **Alejandro Velasco** / Director de Noticias
Lic. **Ruth González Ramos** / Jefa de Información

REVISTA NET

Lic. **Berenice Gaytán** / Editor
Mtro. **Víctor López Calzadillas** / Director Comercial
Lic. **Lourdes Argüelles** / Proyectos Especiales
Lic. **Joaquín García** / Relaciones Públicas
Lic. **Dinorah Gutiérrez** / Gerente Regional Chihuahua
Lic. **Adriana Baca** / Diseño Gráfico y Comercial

Colaboradores

Dinorah Gutiérrez
Berenice Gaytán
Stephanie Torres
Fernando Acosta
Karla L. González
Edna Martínez
René Eduardo Rangel
Ruth González

Fotografía

Rey R. Jáuregui
Edna Martínez

Portada

Fotografía: Rey R. Jáuregui
Edición: Adriana Baca

RADIONET
1490AM

netnoticias.mx

NET Información Total Edición #153. Agosto 2020. Editor Responsable Alejandro Velasco.
Certificado de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2017-040410404400-102 otorgado por el Instituto Nacional de Derechos de Autor. Certificado de Licitud de Título No. 04-2017-022310490100-01. Certificado de Licitud de contenido 11639 de fecha 8 de mayo del 2008, otorgado por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. PNM: 28/04/2017, registro en el Padrón Nacional de Medios Impresos. Domicilio de la Publicación: José Borunda 1178. Partido Romero. Código Postal 32030. Ciudad Juárez, Chih. México. Imprenta: Carmona Impresores SA DE CV. Blvd Paseo del Sol No. 115. Col jardines del Sol. Código Postal 27014. Torreón, Coah. México.



Misionera del campo

✉ dinorah.gutierrez@radionet1490.com

La 'Hermana Lolita' es símbolo de activismo y promoción social en Chihuahua

POR: DINORAH GUTIÉRREZ
IMÁGENES: EDNA MARTÍNEZ

En la región noroeste del estado es ampliamente conocida y querida. Ella es la **“Hermana Lolita”**, pero su nombre es **María Dolores Gallegos Trevizo**. La menuda figura que posee hace pensar que tratamos con una muchacha inquieta, porque se mueve con energía de un lado a otro, mientras atiende la oficina de la cooperativa que fundó, al lado del padre **Camilo Daniel**, llamada: **El Ranchero Solidario**, uno de los más importantes proyectos de economía solidaria, único en la región, desde 1990.

La Hermana Lolita recibe a **Re-vista Net** en una tarde lluviosa en la comunidad de Anáhuac, uno de los seccionales del municipio de Cuauhtémoc, Chihuahua.

A sus 81 años, tiene una gran habilidad para interactuar al mismo tiempo con sus colaboradores, dar instrucciones, hacer cuentas y simultáneamente narrar anécdotas de su vida como activista, luchadora social y administradora de la cooperativa de consumo que sostiene a decenas de familias, gracias al sistema creado para atender las necesidades de los productores del campo en la región.



El Ranchero Solidario es una cooperativa de consumo, modelo de economía social, que establece una relación directa entre productores y consumidores.

Padre Camilo Daniel y la cantante Acihua

Egresada del seminario en la ciudad de Chihuahua, su vida ha transcurrido entre su vocación como monja y su devoción por ayudar a los más necesitados. **“Como religiosa, tengo una misión con los campesinos”**, explica sin titubeos cuando se le pregunta cómo ha sido su vida entre la religión y la administración de una cooperativa tan grande.

La 'Hermana Lolita' relata que llegó a la comunidad de Anáhuac en 1986, durante el tiempo de la cosecha en el campo. Conocía solo de “oídas” al padre Camilo Daniel, sacerdote derecho humanista y promotor social, asentado en esa región y con fuerte arraigo, no solo entre la feligresía, sino entre los grupos de lucha popular y causas sociales.

“Yo vine a hablar con él, a decirle que quería ayudar a la gente del campo. El padre muy amable me dijo que no iba a ser nada sencillo porque había muchas necesidades y la gente estaba cansada de abusos y de estar siempre luchando porque les compraran sus cosechas a precios justos”, explica la religiosa. **“A los pocos días de hablar con el padre Camilo ya andaba yo con los campesinos tomando bodegas, oficinas... Me llenaba mucho comprometerme con ellos por esa causa”**, recuerda.

Su vida como activista y promotora social comenzó a principios de los años 80’s en algunas regiones del estado de Chihuahua. La 'Her-



La juventud de la hermana Lolita

mana Lolita' recuerda que participó en la Unión Progreso de los Campesinos de la Laguna de Bustillos, conocida como Upcala. **“Ahí tuvimos una lucha fuerte que fue muy conocida porque marchamos hasta Chihuahua “a pie”. Íbamos mujeres y hombres que caminábamos como 25 kilómetros diarios hasta que entramos a la capital. Yo me sentía libre y muy completa en ese entonces por ayudar a esa gente”**, explica llena de nostalgia.

Gracias a esas luchas y la sensibilidad de activistas y promotores sociales, surgió la inquietud de crear un proyecto que permitiera ofrecer a los campesinos precios de garantía a sus productos.

“Como yo ya llevaba la contabilidad del boteo en el plantón que hicimos en Chihuahua, ya me sabía cómo administrar lo que teníamos ahí para la comida; hasta guardaba para repartirles luego de lo que se juntaba. Entonces yo organizaba y administraba con los campesinos”, dice.

“Los de la Upcala se fijaron que yo era buena para eso. Me dijeron que ellos tenían ya una cooperativa, pero que no progresaba mucho y me invitaron a apoyarles. Así comenzamos con el apoyo del padre Camilo y la confianza de los campesinos. Creamos El Ranchero solidario”, subraya con orgullo.

El Ranchero Solidario es una cooperativa de consumo, modelo de economía social, que establece una relación directa entre produc-

tores y consumidores, lo que permite mantener precios justos y equitativos y la garantía de producto para los consumidores.

Actualmente la cooperativa El Ranchero Solidario emplea a casi 40 personas y tiene como socios a productores campesinos y sus familias, aunque no todos los que llevan sus productos son socios, pero se les apoya con la venta de sus artículos, de manera solidaria.

La religiosa recuerda con afecto a muchos luchadores sociales, gran parte del Movimiento Democrático Campesino, con el lema **“Por la dignidad del campesino”**, pioneros del proyecto y promotores de las causas campesinas de la región noroeste.

Algunos más con liderazgos probados en la izquierda, entre ellos **Don Humberto Ramos Molina**, el profesor **Antonio Becerra Gaytán**, el maestro Borunda de la escuela de Agricultura de la **Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ)**, la cantante **Acihua**, el **Tigre Aguilar** y el propio Padre Camilo Daniel. **“Eran los tiempos de la resistencia social”**, aclara Lolita.

La religiosa es sin duda una mujer que inspira a muchos en esa eterna lucha por los derechos humanos.

“Como misionera sé que estaba llamada a ser —fermento en la masa—. Se trata de congruencia. Yo no vine aquí nomás a rezar, vine a ayudar a la gente del campo y así lo he hecho con mucho gusto todos estos años”, dice la Hermana Lolita. **N**

La equidad y el bien común laboral

revistanet@radionet1490.com

En tiempos de crisis, la generación de las relaciones asertivas es clave en las organizaciones y empresas

COLABORACIÓN KARLA L. GONZÁLEZ

GERENTE DEL CENTRAL HOTEL BOUTIQUE DE CHIHUAHUA

En tiempos de crisis es inevitable el deseo de provocar la reflexión sobre la búsqueda de la equidad y el bien común. Esta búsqueda es parte, de manera importante, de la generación de las relaciones asertivas, sobre todo en las organizaciones y empresas.

De acuerdo con **Stephen Covey** existen seis paradigmas de la interacción humana. Uno de estos es el del **Ganar-Ganar**, que no es una mitad y mitad. Ambas partes deben llevarse algo completo.

Aquí, la búsqueda del bien común y la equidad nos lleva a acciones concretas para que ambas partes se sientan beneficiadas.

Si quisiéramos ejemplificar el Ganar-Ganar desde el ámbito laboral, podríamos hablar de cómo ocurre, a partir del liderazgo proactivo mediante el fomento del desarrollo integral de las personas a través de la capacitación. Dando un sentido de aprender a colaborar y no a competir.

El bien común desde la estrategia Ganar-Ganar, se vincula directamente con la motivación del personal en una organización, recordando que existen personas que se motivan a través de las responsabilidades compartidas.

La responsabilidad compartida tiene que ver directamente con el **empoderamiento, que se basa en los principios de responsabilidad, integridad, respeto mutuo, reconocimiento del otro y cooperación**. Cuando los objetivos y planteamientos son comunes, la responsabilidad será compartida y se dará un avance conjunto.

Un elemento fundamental para lograr el bien común y la equidad en los equipos de trabajo es a través de la empatía, un elemento que nos permitirá ser sensibles a la realidad de los demás y ocuparnos de sus necesidades emocionales.

Al final, lo que consolida a un grupo es la generación de lealtad. Eso se logra solo a través de la búsqueda del bien común.

El fomento del Ganar-Ganar implica un cambio en la mentalidad, incluso, en la cultura social, muchas personas tienen arraigada una mentalidad de: **“Yo gano, tú pierdes”**, se les inculca desde que nacen y creen que solo pasando sobre el “otro”, lograrán sus objetivos.

De igual manera, quienes tienen la mentalidad: **“Yo pierdo tú ganas”**, tampoco permiten la equidad, ya que se enfrascan en una posición de víctimas que impide un sano crecimiento de la interacción humana pues, aunque hay un deseo intrínseco de aceptación de la otra parte, al no haber un bien común ni equidad en la relación, esta terminará por ser poco fructífera.

En el paradigma del Perder-Perder se tiene la mentalidad de la dependencia, en la cual no importa que ambas partes sean infelices, ambas deciden permanecer; o bien, se tiene la creencia de que no importa perder, en tanto la otra parte no gane. Esto es entendido como una actitud vengativa.

El Ganar-Ganar como estrategia de bien común y equidad nos permite ganar legítimamente, genuinamente, haciéndole saber al otro, que también queremos que gane y nos permitirá entrar en una dinámica de negociación asertiva.

El Ganar-Ganar debe considerar elementos medulares que son: el carácter, las relaciones y los acuerdos. El carácter en ambas partes deberá conllevar integridad, madurez y mentalidad de abundancia, siendo la madurez el equilibrio entre el coraje y el respeto. Las relaciones por su parte, deberán estar basadas ante todo en la confianza.

De las relaciones sanas y fortalecidas, es entonces que se lograrán los acuerdos que podrían dar dirección hacia el bien común, es decir, el éxito de ambas partes.

El proceso de comunicación es un factor determinante en el tipo de relaciones que generaremos, lo que incluye todas las formas en cómo las personas intercambian, tanto la información que proporcionan, como la que reciben, así como el sentido que ambos imparten a esa comunicación.

La **comunicación asertiva** implica un comportamiento determinado y no así, una característica en la personalidad, se trata más bien del desarrollo de una habilidad social.

Al lograr el equilibrio entre la pasividad y la agresividad, el individuo es capaz de reconocer, tanto las necesidades del otro, como las propias y, por lo tanto, la comunicación fluye de una manera efectiva; es decir, se logra que lo que se desea expresar, sea lo mismo que la otra persona entiende, partiendo de la congruencia entre la intencionalidad comunicacional y el impacto comunicacional. Estas acciones nos acercarán de manera importante a un proceso de Ganar-Ganar.

La asertividad comunicacional contempla tanto los factores verbales en la misma, como los no verbales. Estos últimos son medulares en el impacto comunicacional, entre ellos destaca: el tono de la voz, contacto visual, volumen, fluidez verbal, espontaneidad y seguridad, los gestos y por último, la postura corporal.

El contenido del mensaje es también un aspecto de suma importancia para el logro de la asertividad comunicacional, ya que el mensaje deberá ser claro, explícito y directo, siempre respetando a la otra persona y, por tanto, pertinente para lograr la conexión en la comunicación con el otro.

De manera generalizada, existen tres maneras de reaccionar ante las dificultades: huir, luchar o razonar-reflexionar. Esta última, por cierto, es la única que nos lleva al correcto uso de la comunicación, sentido común y logro de acuerdos.

Cuando la comunicación se da de una manera no efectiva es decir no funcional, la relación del individuo con su entorno social se verá directamente afectada y por tanto no se logrará ese bien común que

tanto perseguimos.

Es importante considerar el hecho de que todo individuo está en su derecho de juzgar sus propios comportamientos y emociones. Implica el principio de responsabilidad comunicacional; es decir, ser capaz de responder por lo que comunicamos tanto de manera intrapersonal como interpersonal.

Si el individuo ejerce el derecho de tener un proceso de juicio, mediante la introspección para reflexionar sobre sus comportamientos y emociones, entonces tiene derecho a no dar razones o excusas sobre los mismos. También derecho a cambiar de opinión, a cometer errores y a hacerse responsable por lo mismo.

Es también su derecho no dar respuestas inmediatas o desconocer las respuestas a todos los cuestionamientos y, por tanto, darse un tiempo para responder.

En el principio de la asertividad, los individuos también deberán ejercer su derecho a no entender al otro en inicio y, por tanto, cuestionar hasta lograr esa comprensión que permita la empatía con el otro, determinante en el proceso de comunicación efectiva.

La ansiedad social es un factor que podría llevar al bloqueo del comportamiento asertivo y, por tanto, limitar la comunicación efectiva. Esto podría significar un impacto directo en las relaciones interpersonales.

El fortalecimiento de los comportamientos asertivos es de vital importancia para el desarrollo de las relaciones interpersonales sanas, un punto de partida para el alcance de la equidad y bien común. **M**



Doulas, cerca del milagro

✉ dinorah.gutierrez@radionet1490.com

*Parteras menonitas al rescate
del ‘parto humanizado’*

POR: DINORAH GUTIÉRREZ
IMÁGENES: CORTESÍA AGGIE
FROESE/ EDNA MARTÍNEZ

El nacimiento de un bebé debería ser siempre una experiencia maravillosa, tanto para la madre como para el bebé. Sin embargo, para miles de mujeres en todo el mundo, este acontecimiento podría significar un momento traumático y lleno de incertidumbre y para el bebé, que recién llega a este mundo, su mayor trauma de nacimiento.

En los últimos años ha surgido una inquietud entre quienes defienden la realización de partos de forma natural, con la mínima intervención médica y otros quienes confían más en todas las condiciones que podrían “garantizar” un alumbramiento seguro.

En la comunidad menonita, asentada en la región noroeste del estado

de Chihuahua, ahí en el antiguo San Antonio de los Arenales, hoy Ciudad Cuauhtémoc, este tipo de inquietudes ya se han manifestado y, son las mujeres, las principales promotoras del cuidado y atención, tanto de embarazos, partos y lactancia, de la forma más natural posible.

Para las mujeres menonitas, hablar de violencia obstétrica no es un tema que les resulte del todo extraño. Se trata de un **“maltrato normalizado de las mujeres y las personas que nacen en el entorno del parto. Un intento por controlar el cuerpo y las decisiones de una mujer, violando su autonomía y dignidad”**, explica la organización **Birth Monopoly**, que promueve el conocimiento, la difusión de información confiable y oportuna para evitar la **“falta de respeto y abuso”**, que muchas veces ocurre en las clínicas y hospitales en la atención de un parto.

“Yo crecí como menonita tradicional. En mi comunidad las mujeres no tienen otro rol que ser ama de casa y ser madres. Ser distinta al resto, siempre me hizo difícil llevarme bien, porque no era bien visto. Para poder llegar a convertirme en una partera profesional, me costó romper muchas barreras culturales”, explica **Aggie Froesse**, originaria de uno de los campos menonitas de Cuauhtémoc, quien narra algunas de sus experiencias como partera profesional, en medio de una fuerte resistencia cultural.

“Para mí poder hacer este gran trabajo, poder servir a mi comunidad en su propio idioma y ser parte de estas experiencias tan poderosas, como ayudar a traer un bebé al mundo, me enorgullece mucho y por eso decidí tomar este camino, porque realmente creo que es una habilidad

“Para mí un nacimiento es lo más cerca que llegas a estar de un milagro”

Aggie Froese, partera y Doula menonita



*Aggie Froese
atendiendo paciente*

respetando las prácticas ancestrales y empleando, solo si fuera necesario, elementos de la herbolaria.

Fue así como se creó en Cuauhtémoc **The School of Midwifery** con el auspicio de **Earth Wise Doula** para entrenar a parteras y Doulas para el servicio de la región.

Desde 2017 a la fecha, más de 20 estudiantes menonitas han completado los 16 módulos del curso para la formación básica de habilidades y certificación como parteras y Doulas profesionales, graduando al menos dos generaciones y ya van por la tercera.

También se creó en noviembre del 2016 el hospital Angelitos Birth Center, habilitado con salas especializadas para nacimientos, atendidas por parteras, Doulas y estudiantes de partería. El personal médico y staff ingresa ahí solo por invitación y usualmente para certificar el nacimiento del bebé y registro de sus huellas digitales.

“No podemos perder estas prácticas que nuestros ancestros por siglos usaron para traer a los futuros hijos al mundo. Tienen que existir ‘algunos disturbios’ para hacer los cambios, tomar otro camino”, explica Aggie con un acento particular, característico de algunos menonitas multilingües, que conviven entre culturas e idiomas como: alemán, inglés y español.

El propósito principal para la formación y participación de Doulas y parteras profesionales en la comunidad menonita, es limitar el riesgo de intervenciones quirúrgicas, muchas veces innecesarias en algunas clínicas y hospitales, bajo el criterio de medidas obstétricas y en ambientes poco cálidos para madres e hijos.

A partir de la llegada de Katia LeMone a la comunidad menonita, según Aggie, han surgido muchos cambios. **“Ella nos enseñó a todas nosotras, esto que supieron siempre nuestras parteras que ya no**

con la que nació. Me apasiona y es muy satisfactorio”, asegura.

En la tradición menonita, la figura de la *Doula* o asistente del parto, había sido recurrente durante varias generaciones de familias, sin embargo, explica Aggie, **“de un tiempo a la fecha notamos que había un gran número de intervenciones por cesárea, lo que algunas personas en la comunidad interpretaron como inusual”**.

Esa observación les llevó a buscar asesoría en Estados Unidos para recuperar algunas de las prácticas tradicionales en desuso, que asistentes como las Doulas proporcionaban a las mujeres embarazadas y a punto de dar a luz.

La participación de una Doula, no representa en ningún modo la ausencia de un médico o asistencia clínica, por el contrario, una Doula acompaña a una mujer en parto y le asiste emocionalmente, lo

que en una clínica común no ocurre, pues las mujeres en parto suelen quedarse a solas y en una cama, mientras esperan el alumbramiento. La Doula apoya también a la partera profesional y asiste en el momento del parto, pero bajo las condiciones que conllevan la naturalidad de un alumbramiento.

En 2015 una especialista profesional llamada desde Estados Unidos, **Katia LeMone**, fue invitada por la comunidad menonita para preparar a nuevas generaciones de Doulas y parteras profesionales.

Su conocimiento y experiencia, indica Aggie, le han llevado desde Estados Unidos, hasta África y ahora en México, para educar a las mujeres sobre cómo escuchar sus propios cuerpos y convertirse en madres de manera sana y natural con la ayuda de otras mujeres profesionales que asisten sus partos,



Graduación primera generación Doulas

viven. Desde hace muchos años ya no se les permitía realmente trabajar a las parteras y fueron desapareciendo”, dice.

La joven partera destaca que es interesante que se le permitiera entrar a Katia LeMone, “porque la comunidad menonita no permite entrar gente tan fácil, pero ella fue invitada para ayudarnos por las altas tasas de cesáreas, que no son aceptables porque la mayoría de las menonitas todavía tienen familias grandes, y muchos desconfían del sistema de salud”.

“A veces siento que por el idioma y la falta de conocimiento se aprovechan de los menonitas, por eso tenemos las tasas de cesáreas tan altas. No debería ser más del 15 por ciento, de acuerdo con registros de la Organización Mundial de la Salud, pero las cifras aquí están muy altas”, señala.

Aunque no se tiene un registro detallado del número de cesáreas practicadas a mujeres de la comunidad menonita, la afirmación de Aggie, muestra un lado poco visible para la población en la actualidad: la necesidad de propiciar nacimientos más humanizados.

El sitio de información Evidence based Birth sobre el tema, detalla que en al menos 26 estudios aleatorios que evaluaron los efectos del apoyo continuo en el trabajo de parto de Doulas o parteras profe-

sionales, en unas 15 mil personas al momento de dar a luz, mostró que estas fueron más propensas a conseguir un parto natural y sin el empleo de medicamentos para evitar el dolor; así como una notable disminución de las emociones negativas sobre la experiencia del parto.

Aunado a ello, la duración más corta del trabajo de parto y con menos complicaciones para el bebé.

En estos estudios, los mejores resultados ocurrieron cuando el apoyo continuo fue proporcionado por una Doula capacitada, alguien que no era un empleado del hospital y tampoco parte de la red social de la persona que daba a luz.

“Es preciso recuperar esa capacidad natural de las mujeres, como mamíferas y conseguir partos más naturales”, explica el médico obstetra francés Michel Odent, consultado para el documental “Mamíferas: el parto”, recomendado por Aggie.

“En un proceso involuntario como es el parto, lo que puede inhibir este proceso natural es la actividad del cerebro que piensa y eso es algo particular de nuestra especie, de hecho, la mejor manera de que el parto sea posible en la especie humana es hacer que aumenten las similitudes que tenemos con los otros mamíferos y entonces, cuando ponemos en reposo el cerebro que piensa, el neo-



Katia LeMone y Aggie Froesen

córtex funciona lo más parecido a los mamíferos que paren con mayor facilidad que nosotros”, señala.

La misma Aggie explica cómo ha visto en su experiencia asistiendo más de 60 partos y dado seguimiento a los procesos de lactancia: la mujer que permanece en calma, con la mínima intervención de personal médico, genera una mayor cantidad de oxitocina, la hormona que promueve las contracciones y que, incluso, ayuda en la producción de leche para amamantar a su bebé.

“Ver a mujeres realizar el gran

“No podemos perder estas prácticas que nuestros ancestros por siglos usaron para traer a los futuros hijos al mundo”

Aggie Froese, partera y Doula menonita

poder que tienen cuando deciden confiar en sí mismas al dar a luz y en su propio cuerpo, es cuando siento que he hecho mi trabajo con excelencia, que después de horas largas y un trabajo tan duro, tienen sonrisas en la cara; su autoestima sube y empiezan con más seguridad y confianza la vida de ser madre”, subraya.

Para mujeres como Aggie, dedicadas a promover y rescatar las prácticas tradicionales para la atención de embarazos, partos y lactancia en la comunidad menonita, no resulta sencillo.

“Definitivamente hubiera podido escoger una ruta menos contra la corriente. En la partería siempre tenemos que ir contra la corriente; puede ser un terreno algo hostil, pues para muchos no es tan aceptada. Tuvieron que pasar muchas cosas para llegar aquí. Aún sigue siendo un tema tabú y no alcanza a comprender lo que significa tener un parto respetado, humanizado. En inglés también decimos, Respecfull Maternity Care”, dice.

Aggie forma parte de una nue-

va generación de mujeres jóvenes educadas en familias tradicionales menonitas que luchan por el derecho a vivir la experiencia de dar a luz, con la mínima participación de opiniones ajenas, deshumanizadas y muchas veces interesadas solo en la obtención de beneficios económicos a través de intervenciones quirúrgicas no indispensables y servicios médicos onerosos, sin contar toda clase de abusos y violencia obstétrica que se aplica a muchas de las pacientes.

“Nosotros intentamos que las mujeres entiendan que ellas no necesitan todas las intervenciones médicas. Si es un embarazo sano, es completamente natural. También se le acompaña si es un parto complicado, o incluso una cesárea, porque todo se trata del acompañamiento. El embarazo no es una patología y me gusta enseñarles a las mujeres a que puedan confiar en su cuerpo”, explica Aggie.

“Yo estoy enfocada, me apasiona mucho, me gusta mucho todo lo que tenga que ver con esto; así



“Es preciso recuperar esa capacidad natural de las mujeres, como mamíferas y conseguir partos más naturales”

Michel Odent, médico obstetra

que creo que cada mujer debe disfrutar también con todo su derecho, de un parto humanizado y si es con la atención de una Doula o partera, creo que es lo mejor, aunque su médico esté presente. Como Doula y partera, cada bebé que nace es un poquito parte de mí. Un nacimiento es lo más cerca que llegas a estar de un milagro”, asegura emocionada. N



BÚSCANOS EN FACEBOOK

RevistaNetMx

Restaurante, internet inalámbrico, TV por cable, amplio estacionamiento, guardia de seguridad las 24 hrs. salón de convenciones

Dr. Pedro De Lille No. 5 Fracc.
El Camino Hidalgo del Parral, Chihuahua
Tels. (627) 523 0597 al 99
MEX 01800 543 2339 EUA 01 866 837 2778

¡Histórica!

Jornada Villista

revistanet@radionet1490.com

**Ante pandemia, tradición chihuahuense
'salta' a la pantalla chica y hasta los celulares**

COLABORACIÓN

RENÉ EDUARDO RANGEL
IMÁGENES: CORTESÍA

Desde 1981 cuando se conoció la fecha oficial de la fundación del Real de Minas de San Joseph del Parral, como el 14 de julio de 1631, se respira cada año por estas fechas un ambiente festivo al sur del estado de Chihuahua. En este año al que hacemos referencia, Parral conmemoraba 350 años de su fundación.

Aunque la condición económica no era buena en ese tiempo, pues la mina fundadora *La Prieta* había disminuido drásticamente su actividad, el gobierno municipal de ese tiempo, encabezado por Jesús Urbano Arzola, organizó uno de los más suntuosos festejos recordados hasta esa fecha.

Para la ocasión, se organizó una feria comercial y turística en las instalaciones del Tecnológico de Parral. Se remodeló la Plaza Principal con adoquín, bancas de herrería con motivos distintivos de la ciudad, hojas de parra y el Escudo de Armas.

Se restauró el kiosco y, ahí mismo se develó el monumento al fundador de Parral: Alférez Real, **Don Juan Rangel De Viezma**, por el escultor **Ciro Sotelo Cruz**.

La recién remodelada "Plaza de Armas" se convirtió en el escenario oficial para recibir al compositor e intérprete de moda **José Ma. Ruiz "Napoleón"**. El autor de *Pajarillo* y *Hombre* fue el encargado de presidir el magno evento artístico de los festejos. Todas las ceremonias oficiales fueron transmitidas en vivo a través de la radio local.

Para ese tiempo la figura del General Villa no tenía mucha fuerza como personaje de atractivo turístico, debido a que todavía estaban con vida muchos de sus detractores. Su nombre empezaría a tomar fuerza unos 10 años después.

El 20 de noviembre de 1992, a poco más de un mes de haber iniciado gestiones como alcalde **Adalberto Gutiérrez Meléndez**, un grupo de maestros, administrativos y alumnos del Conalep-Parral, dirigidos por **Manuel Octavio Aguirre**, participan en los festejos del aniversario de la Revolución Mexicana, representando el episodio de la muerte del General Villa.

Con vestuario y utilería prestados, el simulacro se convirtió en el pionero de la representación teatral urbana donde se muestran diferentes etapas de la vida de **"Pancho Villa"** teniendo como culmen lo sucedido en Parral, el 20 de julio de 1923.

Con el fin de fortalecer la identidad cultural e histórica del municipio y buscar otras alternativas económicas, de 1993 a 1998 se organizó lo que se conoció como "Fiestas de julio". Era una feria comercial muy elemental en el Paseo Gómez Morín con la exposición de artículos, en su ma-

yoría de empresarios locales y amenizada por músicos regionales. La conmemoración central era la Fundación de Parral y, desde entonces, se incluyó como uno de los atractivos "El Simulacro de la Muerte de Villa".

Luego de más de siete décadas de la muerte del "Centauro del Norte", en 1995 **José Socorro Salcido Gómez**, ferviente admirador del general Villa, tomó la iniciativa de recordar las andanzas de los jinetes revolucionarios de la "División del Norte" y corroborar, en "carne propia", lo extenuante de la experiencia, que representa recorrer grandes distancias a "lomo de caballo"; expuestos a la intemperie; soportando frío, sed y hambre. Viajando con la entrepierna "rosada" sobre una dura montura y, por si fuera poco, al llegar a su destino, enfrentar a un ejército enemigo. Así surgió "La Gran Cabalgata Villista".

A partir de la edición del año 2011 por iniciativa de **Martín Márquez** administrador del museo Palacio Alvarado en las inmediaciones de esta joya arquitectónica, se realiza La salutación a la cabalgata, una representación silente de lo sucedido en tiempos de la Revolución, sobre todo los más gloriosos del General Villa y su División del Norte, entre los años 1913 y 1915, cuando las tropas a caballo arribaban o pasaban por Parral.

Personal de la administración del Museo Palacio Alvarado y acompañados de algunos amigos y voluntarios, vestidos a la usanza de los primeros años del siglo XX, representan a los distintos estratos sociales; desde el arriero, minero, campesino u obrero que, en aquellos años, deambulaban o trabajaban por el sector, complementado por los miembros de la clase alta, que saludaban desde dentro, o mientras caminaban por la acera del Palacio, luciendo todos sus mejores galas.

A partir de la segunda mitad de la década de los 90's, se observa la vocación turística de Parral, en conjunción con municipios vecinos, como: Valle de Allende, Santa Bárbara y San Francisco del Oro.

Con esta visión en 1999 se pone en marcha un ambicioso proyecto que ya no se limitaba a la organización de una feria anual. El objetivo era identificar todo aquello que ya existía; proyectarlo y hacerlo atractivo para el turismo. El acervo cultural,

histórico, arquitectónico, gastronómico, etc., reforzado por la visita a los monumentos históricos, museos, hoteles, restaurantes, rutas y recorridos turísticos, manifestaciones artísticas etc. Desde entonces, cada año en julio, se llevan a cabo Las Jornadas Villistas.

Una edición 2020 muy distinta

A raíz de la declaratoria de contingencia sanitaria por el coronavirus, las actividades turísticas en la ciudad fueron suspendidas y, por lo tanto, "Las Jornadas Villistas", de manera presencial también. Los tradicionales eventos que caracterizan a estas presentaron en esta edición una dinámica diferente, o definitivamente, no se concretaron.

El pasado 8 de julio del 2020. **Daniela Briones Soto**, joven de 25 años, egresada de la Facultad de Derecho de la UACH, quien forma parte del elenco del grupo de teatro "Guillermo Baca", encargados de representar la Muerte de Villa, repasó sus textos para grabar muy temprano en el poblado de "Minas Nuevas".

Este año la representación de la muerte de Villa fue grabada en video para ser transmitida tanto por televisión como por Internet el 20 de julio.

Después del pizarrazo de inicio todo fluyó de manera natural y Briones nos compartió que se sintió cómoda actuando en este nuevo esquema, aunque es más intenso frente a la audiencia en vivo.

Entre los días 12 al 14 de julio, prácticamente desde el año en que surgieron las Jornadas Villistas y, de manera ininterrumpida hasta este 2020 que llegó la pandemia, se observaba en la ciudad el arribo de grupos de motociclistas en caravana, desde distintos puntos de la república. Respondían a la convocatoria de las autoridades municipales llamada: "Concentración Motociclista".

Este año se extrañó el impresionante desfile de los intrépidos Jinetes, montados en sus potros de acero; en su mayoría forrados en atuendos de cuero que, al paso por las angostas callejuelas del centro de Parral, se magnificaba el rugir de sus motores de alto cilindraje. En las primeras ediciones celebradas en "Mina La Prieta" por allá del 2002, se deve-



ló: El Monumento al Motociclista Caído, frente al que año tras año se rinde homenaje a todos aquellos que, a vuelta de año, han fallecido. Pero este 2020 no pudo pasarse lista a aquellos que ya partieron

La Cabalgata Villista

El domingo 19 de julio ya se había escuchado “El Pito” de la Mina que anunciaba las 12:00 de la tarde. Ahí, frente al Palacio Alvarado y a diferencia de lo sucedido en los últimos casi 10 años cuando arribaba la Cabalgata Villista, este año simbólicamente salió un pequeño grupo de jinetes desde Ciudad Juárez.

No hicieron el recorrido tradicional de cada año. Las calles estaban casi desiertas, con poco tráfico vehicular. Nadie esperaba bordeando las aceras. Los balcones y puertas del Palacio de Alvarado, cerrados. Esta vez no salieron a saludar Don Pedro y sus amistades de abolengo; los vestidos de gala, sombrillas y abanicos, se quedaron guardados en las petaquillas, por causa del coronavirus.

Otros años **Claudia Medina**, representando a una mujer revolucionaria, le franqueaba un taco a todo el que se acercaba la plaza sobre la calle Mercaderes a un costado del Palacio Griensen.

Por casi una década se hizo acompañar de su anafre donde cocinaba frijolitos graneados recién salidos del jarro, acompañados de chile chilaca “arañado”, terciado con un buen pedazo de queso; todo servido en una “gorda” de masa tiznada, recién hecha y para complementar un jarrito de café de olla, con hartos piloncillo y canela.

Este año tampoco saludamos a la nieta del Centauro del Norte, la señora **Lorenza Villa**, que todos los años visita esta ciudad, procedente de Ciudad Delicias, Chihuahua.

Se extraña también el tropel de los caballos, las bandas y conjuntos norteños, que con su música acompañan en su avance a los contingentes; El bullicio de la gente expectante y de los vendedores ambulantes que pregonan: elotes, algodones, cornetas, helados, globos, sombreros...este 2020 se extrañaron “las kermeses” y el recorrido nocturno de la música romántica de las “Callejoneadas”, que en El Barrio la Alfareña, complementaba la representación de la boda civil de “Pancho Villa” con **Austreberta Rentería**, celebrada en Parral 1921.

No hubo tampoco el Cortejo Fúnebre, que recrea lo sucedido el 21 de julio de 1923 en un recorrido simbólico de la carroza propiedad de **Don Pedro Alvarado**, con los restos mortales del General Francisco Villa; desde el Hotel Hidalgo, hasta donde se supone sería su última morada: el Panteón Municipal de Dolores.

Con seguridad, Parral seguirá siendo un factible “destino turístico” para visitar, no solo en la temporada de verano, sino durante todo el año.

Pudimos notar cómo son unas “Jornadas Villistas” en tiempos normales y cómo las puede transformar una pandemia. Muy posiblemente, julio 2021, presentará un panorama distinto... “Sobre todo la Fe”. **N**



Dan vida y color al Parque Lineal

*Reforestan con árboles
de Jacaranda y San Pedro
'pulmones' de Parral*



Como parte de la campaña de “**Sembrando Futuro**” se realizó la plantación de árboles de Jacaranda y San Pedro, característicos por su floración en tonos violeta y amarillo, respectivamente. Estos, se encuentran en la nueva etapa del Parque Lineal y supondrán un espectáculo visual para los y las parralenses.

Sol Sánchez, esposa del presidente municipal de Parral, mencionó que buscan pintar de colores la ciudad, para lo cual, los niños y las niñas han sido sus grandes aliados, al adoptar una plantita en sus casas.

Destacó que eso no solo representa una actividad para realizar en familia, sino que fortalece los pulmones de la ciudad. Además que resalta la buena voluntad de muchas personas que han adoptado espacios públicos para reforestarlos y cuidarlos.

En el Parque Lineal que se está construyendo, justo frente al llamado antiguo Cuartel de Villa, fueron colocados por la primera dama, jacarandas, famosas por las postales donde engalanan la Ciudad de México, y de igual modo los árboles de San Pedro, conocidos por sus radiantes flores en tonos amarillos.

Aseguró que seguirán embelleciendo diferentes espacios de la ciudad e invitó a que acudan a las instalaciones del DIF Municipal a adoptar un árbol, entre los cuales están: la Palma Abanico, Moro, Rosa Laurel, Encino “siempre verde”, Parra, Tuya y Pino Elderica.

Amor incondicional

storres@radionet1490.com

Abuelos, una mezcla de sabiduría, experiencia, tranquilidad, cariño y protección

BÚSCANOS EN FACEBOOK
RevistaNetMx

POR: STEPHANIE TORRES
IMÁGENES: CORTESÍA

Padre o madre de uno de los padres de una persona, es como la **Real Academia Española** define la palabra abuelo o abuela, pero más allá de conocer su significado, es reconocer lo que representa esta imagen en la familia.

Es por ello, que con el propósito de rendir un homenaje a los mayores en reconocimiento a su figura, en México, cada 28 de agosto se celebra el Día del Abuelo.

Los abuelos son un importante recurso tanto para los padres como para los niños, pues dados los nuevos modelos de la sociedad, son estos en muchos casos los encargados del cuidado de los menores, siendo una importante fuente de ejemplo, apoyo y sobre todo amor.

En entrevista para **Revista Net, David De La Hoya**, especialista en psicología infantil, resaltó que los abuelos contribuyen a que los niños crezcan en ambientes seguros, pues estos les proveen seguridad, equilibrio y tranquilidad, y es bajo su cuidado, que se adquiere cariño y confianza.

“Tienen bastante experiencia en el cuidado de los hijos, ya pasaron por muchas etapas de desarrollo de los mismos, es por ello que ahora la aplican con los nietos. Tienen conocimiento de crianza, disciplina y cariño”, mencionó De La Hoya.

El comportamiento de los abuelos hacia los nietos radica en el estilo de crianza que tuvieron, que de acuerdo con el especialista puede ser de tres tipos:

- **Autoritario:** rígidos en determinados comportamientos.

- **Sobreprotector o permisivo:** dejan hacer al menor absolutamente todo lo que quieren.

- **Democrático:** Ponen reglas, pero no de forma autoritaria, negocian con los niños y toman en cuenta su opinión.

Abuelos en la actualidad

Al hablar de abuelos, estamos acostumbrados a relacionar el término con personas de mucha edad y canas, sin embargo la realidad actual es que existen muchos que fueron padres muy jóvenes y que ahora se han convertido en abuelos siéndolo también, lo que convierte la relación abuelos-nietos más dinámica y cercana.

“Yo estoy para malcriar, tú para educar”

A sus 45 años, **Diana Acosta** es la “mamá tete” de dos niños, de 8 y 5 años de edad. **“La emoción de tener a mis nietos ha sido una experiencia formidable”,** así expresó la mujer con entusiasmo para Revista Net, además de resaltar que ser una abuela joven le ha permitido disfrutarlos más.

“Es algo formidable porque yo los enseñé a nadar, los llevo a acampar, tengo toda la energía del mundo y la paciencia; los disfruto, les enseño a que hagan travesuras, yo le dije a mi hija: yo estoy para malcriar, tú para educar, te los voy a consentir y chipilear”, compartió la entrevistada.

En este sentido el especialista en psicología infantil, **David De La Hoya**, detalló que en la convivencia con los abuelos es importante trabajar con los niños, negociar con ellos, o bien

mantener las reglas que siguen en su casa.

“Es mucha responsabilidad, es darles a los niños ese compromiso de cumplir las reglas... ese es trabajo de los padres. Las reglas las deben de cumplir en cualquier lugar que estén”, señaló.

Diana compartió que así como ella apoya a su hija, sus padres también son un soporte para la familia, **“ellos cuidan a mis otros hijos adolescentes, así como a mis nietos, mientras yo salgo de trabajar, van por ellos a la escuela y les dan de comer”,** dijo dichosa.

Definir roles

De La Hoya dijo que es importante definir cuál es el rol de los abuelos porque en ocasiones estos pasan más tiempo con los niños que los propios padres, por lo que se debe de buscar ese equilibrio y armonía en la familia.

Señaló que los niños buscan socializar por lo que hizo hincapié en la importancia de que los padres los apoyen a que encuentren esa socialización en otros miembros de la familia como lo son los abuelos.

“Es importante acercarlos, es un vínculo que se tiene que realizar, porque es diferente la relación padres e hijos, que abuelos y nietos”.

“Deben de acercarse a los abuelos. No va a haber alguien mejor que tus papás para que te ayuden con tus hijos, a que tengan el amor de la familia, que exista ese acercamiento”, resaltó la abuela Diana.

Con voz entrecortada, la joven abuela describió este papel como el fruto de haber hecho algo bien en la vida, para merecer dicha bendición.

“Nos preguntamos por qué se siente tanta sobreprotección hacia un nieto. Pero es alguien que salió de tu hijo, es más valioso. Cuidarlos es algo tan bonito”, expresó.

Para Diana el amor de sus nietos hacía ella viene desde las raíces, ya que de la misma manera fueron sus padres con sus hijos.

“Como familias y adultos debemos inculcar a nuestros hijos a querer a sus abuelos, pero tiene que empezar desde arriba, desde los papás, lo más importante es el amor en la familia y que todo lo que hagan lo hagan con mucho

cariño, por que un niño feliz es capaz de lograr muchas cosas buenas”, resaltó.

Este Día de los Abuelos no hay que olvidar su amor incondicional, por lo que brindarles tiempo de calidad y regresarles el mismo cariño, es lo menos que merecen. **N**



¿Qué es el Día del Abuelo?

Aunque el origen de esta fecha es nebuloso y no existe una versión oficial acerca del principio de esta celebración, aun así, las distintas versiones sobre su origen son interesantes.

Hay quien dice que en 1957 tuvo lugar en México el primer Congreso Panamericano de Gerontología, presidido por el doctor **Manuel Payno** y en el que el colombiano **Guillermo Marroquín Sánchez** propuso que en América Latina se celebrara a los abuelos y las abuelas el 28 de agosto de cada año.

Existe una versión muy socorrida que apunta a que el origen del Día del Abuelo fue hace apenas dos décadas, en un programa de radio conducido por el locutor **Edgar Gaytán Monzon**. Según esta versión, dicho programa —titulado “La Hora Azul”— se transmitía en Chihuahua y estaba dirigido a adultos mayores que gustaban de los tríos, los boleros y la música de la época de oro del cine mexicano. Gaytán habría instituido el 28 de agosto como un día para festejar a los abuelos, los cuales muchas veces no llegaban a los 50 años de edad.

¿Felices 16?

✉ fernandodxts@gmail.com

Apagado y sin partido, llega a su décimo sexto aniversario el Estadio Monumental Chihuahua

COLABORACIÓN
FERNANDO L. ACOSTA
IMÁGENES: CORTESÍA

Fue uno de los mejores escenarios para jugar beisbol en el país, elogiado por propios y extraños, el **Monumental Estadio Chihuahua** llega a su décimo sexto aniversario sin mucho que festejar.

Testigo de grandes encuentros y plaza que ya sabe lo que es albergar el deporte profesional, un inmueble que sufre el mal de ser, para muchos, un "elefante blanco", la envidia de todos y privilegio de pocos, no solo deportivamente hablando, sino hasta como recinto de espectáculos.

Su construcción en el 2004

El 13 de agosto de 2004 abrió sus puertas el Monumental Estadio Chihuahua, teniendo como platillo el clásico del beisbol estatal entre Mineros de Parral y Dorados de Chihuahua; más de 16 mil aficionados asistieron a la ceremonia de inauguración.

La consolidación del nuevo inmueble fue gracias a la visión del

entonces gobernador **Patricio Martínez García**, quien durante su administración adquirió los terrenos de los "Campos Limas" para construir una nueva ciudad deportiva en el sur de la ciudad; la inversión fue de 80 millones de pesos y se construyó en siete meses.

El dato histórico

El primer hit fue conectado por el campo corto de los Mineros, **Édgar González**, quien a su vez anotó la primera carrera impulsado por **Oscar Jasso**; el lanzador ganador fue **Rubén Darío Sábori** y el marcador favoreció a Parral 12 a 1 y de paso ganó su primera serie jugando en Chihuahua, después de 12 años de no conseguirlo jugando en el "Manuel L. Almanza".

En ese 2004, Dorados quedó eliminado en casa en la etapa de semifinales ante Manzaneros de Cuauhtémoc, después de haber dejado fuera sorpresivamente en el primer playoff a su acérrimo rival, Mineros.

Escenario de grandes partidos

En el 2005, le fue otorgada a Chihuahua la sede del Campeonato Na-

cional de Beisbol de Primera Fuerza; en esta edición Chihuahua contó con dos equipos: el Chihuahua Morado, dirigido por **Arturo Morales**, que se coronó campeón invicto al derrotar en la gran final a Baja California por 1-0 gracias a cuadrangular de **Antonio Rodríguez Pimenta** por todo el jardín derecho, dejando en el terreno de juego a los "cachanillas".

Ese mismo año el equipo de los Naranjeros de Hermosillo, de la Liga Mexicana del Pacífico, jugó una serie de partidos ante la selección Chihuahua.

Para el 2006, en marzo, los Tigres del Angelópolis, siendo los campeones de la Liga Mexicana de Beisbol, jugaron ante una selección Chihuahua conformada por peloteros de la Liga Municipal; con Tigres participaron los chihuahuenses Jaime Trejo, de Camargo, **Alex Armenta**, de Juárez, y Luis Carlos Rivera, de Chihuahua.

La llegada del beisbol profesional

Después de 25 años de ausencia llegó a la ciudad de Chihuahua el beisbol profesional, pues la Liga Mexicana autorizó el cambio de sede del

Ficha Técnica

- **Nombre:** Estadio Monumental Chihuahua
- **Construcción:** 28 enero a 13 agosto de 2004
- **Inversión:** 80 millones de pesos (estatales)
- **Capacidad:** 14,500 aficionados

Para saber

Cuenta con varios estacionamientos para 3,850 vehículos. Está dividido en dos cuerpos: las butacas principales que están techadas y se extienden desde atrás de home hasta las bardas de los jardines derecho e izquierdo, y el segundo, que está conformado por las gradas de concreto atrás de la barda. Ambas partes están unidas por un andador interior que permite una circulación fluida y en el que se encuentra la tienda de souvenirs.

Se cuentan con 16 cabinas de transmisión, pantalla gigante, pizarra electrónica y zona VIP, donde se localiza un restaurante con vistas al diamante y pantallas para no perder detalle del juego.



equipo Tuneros de San Luis Potosí, para convertirse en Dorados de Chihuahua, proyecto que encabezó el gobierno de **José Reyes Baeza**.

Durante cuatro temporadas el equipo se mantuvo en esta plaza, dejando un buen sabor de boca, y en el 2007 varios integrantes de la "División del Norte" terminaron como líderes individuales en los diferentes departamentos estadísticos, pero el equipo no calificó a playoff.

En el 2008, de la mano de la leyenda **Francisco "Paquín" Estrada**, Dorados logró por primera ocasión en su historia calificar a los playoff y terminar con récord positivo, pero quedó eliminado en el séptimo juego ante Acereros de Monclova; un strike le faltó al equipo para avanzar a la final de la zona norte.

Aunque tuvo un 2009 desastroso en lo deportivo, Dorados se recuperó en el 2010, cuando logró una vez más avanzar a la postemporada después de una exitosa campaña que incluyó la organización de la edición 78° del Juego de Estrellas, contando con la visita especial de **Vinicio "Vinny" Castilla** y del narrador de ESPN **Ernesto Jerez**.

En el 2008, el conjunto de los Dorados de Chihuahua logró romper una sequía de once años desde la obtención de su último título (1997) y se coronó campeón ante los Mineros de Parral en seis partidos, siendo **Orlando Moreno** el jugador más valioso de la serie, y **Pablo Tamez**.

Además de ser el escenario para la práctica del "rey de los deportes",

el Estadio Monumental Chihuahua ha dado el adiós a grandes figuras de este deporte: en el 2006, el decano de la crónica deportiva, **Jesús Manuel Ruiz Venzor**, y en 2010 el pelotero **Jorge Arturo "Choco" Rodríguez**, fueron despedidos entre recuerdos, anécdotas y lágrimas.

El último título Dorado

El 2015 fue un año de altibajos para la "División del Norte", sin embargo, los pupilos de **Germán Leyva** y **Eduardo Rivera** llevaron a Chihuahua a la conquista del campeonato, después de haber calificado al playoff como comodín. Superaron al súper líder Indios de Ciudad Juárez en seis partidos, después en el mismo número de encuentros vencieron a los Mazorqueros de Camargo y en la disputa por el gallardete despacharon en seis juegos al favorito Algodoneros de Delicias.

Sin mucho que festejar

En el 2019 Dorados de Chihuahua en el beisbol estatal terminó la temporada fracasando en el intento de consolidar un equipo competitivo y tuvo problemas deportivos y administrativos.

Para este 2020 y con el décimo sexto aniversario durante este mes de agosto, el Estadio Monumental Chihuahua poco puede festejar, un año deportivo atípico producto de la pandemia originada por el virus Covid-19. **N**



Si deseas conocer el contenido completo de esta conferencia, puedes consultarla en el facebook de la Facultad de Filosofía y Letras como @filosofiayletrasuach.

UACH, impulso a la cultura

Es parte fundamental de la Renovación Universitaria

La presente contingencia por el Covid-19 ha motivado un cambio de paradigmas y la manera de hacer las cosas, la búsqueda de nuevas alternativas de comunicación, difusión de la cultura y el consumo cultural en la ciudadanía.

Así, coincidieron y destacaron **Luis Alberto Fierro Ramírez**, rector de la Universidad Autónoma de Chihuahua y **Raúl Manríquez Moreno**, director general de Capital Cultural de la Secretaría de Cultura del Estado de Chihuahua.

Ambos formaron parte de la videoconferencia **“Del Presente al Futuro Contingente, el papel de las instituciones en el desarrollo cultural”**, organizada por Isaías Rivera, catedrático de la Facultad de Filosofía y Letras de la UACH.

En su participación, el rector Fierro Ramírez resaltó que el desarrollo cultural va ligado al proceso de Renovación Universitaria, en el cual, combina todas las disciplinas que permiten comprender mejor el mundo.

“Para el aprendizaje hay tres procesos básicos que debemos fomentar en los estudiantes: lectura a profundidad, escritura a profundidad y matemáticas. Esas tres habilidades son las que te llevan a aprender el mundo, entenderlo y a partir de ahí crear nuevas formas de vida”, dijo.

Destacó que la universidad debe generar en el alumnado el gusto por los productos culturales, ya que en Chihuahua sí hay oferta de artes, literatura, teatro, música, pero muy poco consumo.

El director general de Capital Cultural de la Secretaría de Cultura del Estado de Chihuahua, **Raúl Manríquez**, destacó que la gran transmisora de la cultura es la Universidad.

“La cultura es un ente vivo que está en toda la sociedad y que la adquirimos en la familia, en la convivencia cotidiana, pero hay ciertos aspectos de la cultura especializada, las ciencias, las humanidades, que se transmiten específicamente en las universidades”, expresó.

Agregó que es muy positivo que un profesionista tenga una formación más integral, que tenga elementos de reflexión y de comprensión de otros fenómenos como el Nuevo Modelo Educativo de la UACH.

“Que un ingeniero no solamente pueda hacer un puente, sino que entienda el fenómeno social que hay detrás de la construcción de un puente”, indicó.

Guía HOTELERA

Disfrute de nuestra atención, comodidad y servicio...

Hotel Posada Tierra Blanca
Av. Niños Héroes
#102 Colonia Centro
Tel: (614) 415-0000
posadatierrablanca.com.mx

Hotel Sntenario
Av. Homero # 340 Col. Revolución
Tel: (614) 481-0099
Abierto las 24 horas
www.hotelsntenario.com

Cabañas de Santa Rosalía de Camargo
Calle Juárez #401
Col. Centro • CP 33700
Tel: (648) 462-0214
(648) 462-0170

Hotel Santa Fe
Carretera Panamericana Km 67
Salida Sur • CP 33710
Tel: 01 800 823 3939
www.santafehotel.com.mx

Delicias Hotel Dorado Inn
Av. 6a. Norte 102-A
Col. Centro C.P. 33000
Tel: (639) 472-1281
(639) 472-1437

Hidalgo del Parral Hotel Real de Biezma
Colegio y 20 de Noviembre s/n Col. Centro C.P. 33800
Tel: (627) 138-0143 y
(626) 138-1963
info@hotelrealdebiezma.com

Barrancas del Cobre Hotel El Castillo
Tel: (635) 578-3030
mansion.ubm@gmail.com
hotelmansionbarbarumara.com.mx

Cd. Cuauhtémoc Corredor Comercial Manitoba
Km. 6 #650 Col. Manitoba
C.P. 31607
Tel: (625) 587 7555

Hotel Dublan
Av. Benito Juárez #421
Col. Dublán
Tel: (636) 694-6868

Hotel Piñon
Av. Benito Juárez #605
Col. Centro
Tel: (636) 694-0655
y (636) 694-0166

Chihuahua

Camargo

Otros destinos

Nvo. Casas Grandes



Potencial sotolero

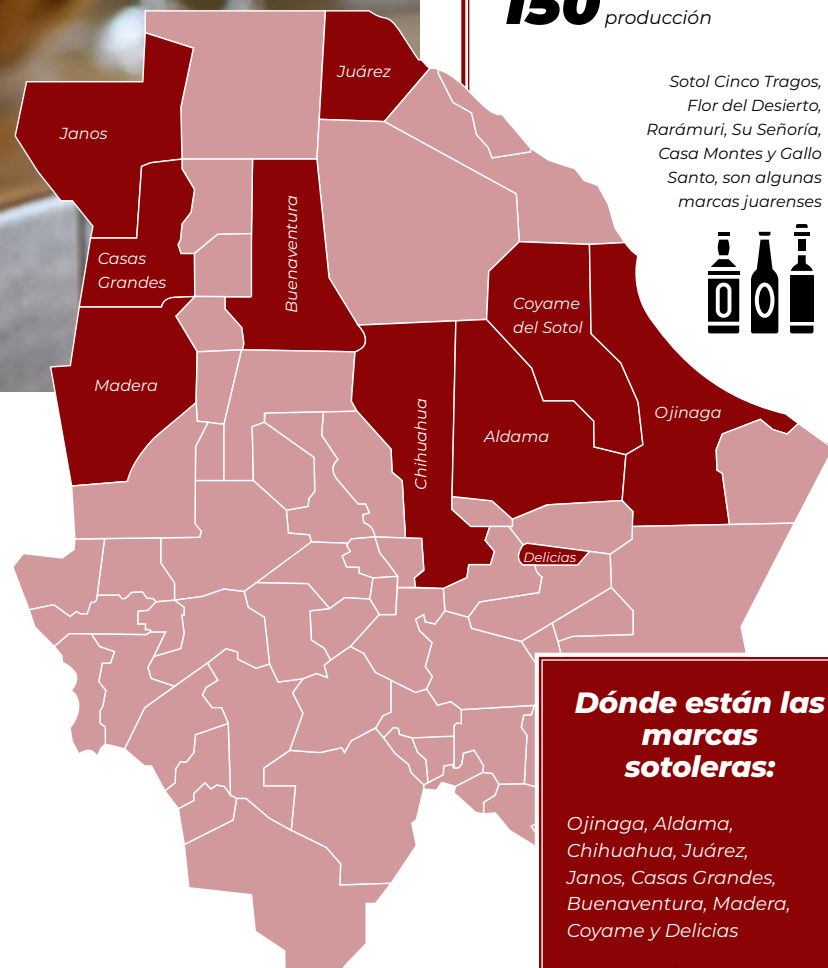
5 regiones productoras:
Coyame, Jiménez, Valle de Zaragoza, Madera, Juárez

15 vinatas o fábricas

37 marcas

150 mil litros anuales de producción

Sotol Cinco Tragos, Flor del Desierto, Rarámuri, Su Señoría, Casa Montes y Gallo Santo, son algunas marcas juarenses



Dónde están las marcas sotoleras:

Ojinaga, Aldama, Chihuahua, Juárez, Janos, Casas Grandes, Buenaventura, Madera, Coyame y Delicias



juarense, plasma el libro: La Guerra del Sotol, escrito por historiadores locales y resto del estado.

La bebida embriagante que rivaliza ya con el tequila y el whisky era en un inicio consumida en rituales como “bebida espirituosa”, luego medicinal y después como bebida de “alta alcurnia” para sacerdotes, gobernantes y familias acaudaladas, quienes buscaban un “viaje ancestral”.

Basta recordar por ejemplo a personajes como Benito Juárez quien al son de la polka *Segunda de Rosales*, degustó unos cuantos tragos en esta región. Luego ya en la época revolucionaria, fue usado por las fuerzas del general Francisco Villa como intoxicante y tónico. Francisco I. Madero lo llegó a beber para soportar el dolor de una herida de bala.

Esta “bebida espirituosa” del estado de Chihuahua, que alcanza un grado de alcohol de hasta 55 grados, atrajo entre 1920 y 1930 hasta al famoso Alphonse Gabriel Capone, mejor conocido como el gángster Al Capone o Al Scarface Capone, quien cruzaba a Ciudad Juárez especialmente a beber y comprar el licor prohibido en aquel país.

Sotol viene de la palabra “Tzotollin” que significa murciélagos en movimiento, por su ayuda para polinizar la planta, otros dicen que quiere decir “el dulce de la cabeza” debido a que de la piña se extrae el jugo.

Sea cual sea el significado, lo cierto es que el sotol aparece en cada etapa de la historia de Chihuahua y es una bebida que en los últimos años ha cobrado auge recuperando su lugar entre los destilados más solicitados en el mercado local, nacional y extranjero.

Es aquí donde destacan un grupo de juarenses que, con su dinamismo y empeño, han puesto con sus marcas a esta frontera y el estado de Chihuahua en el mapa del sotol en el mundo. Sotol Cinco Tragos, Flor del Desierto, Rarámuri, Su Señoría, Casa Montes y Gallo Santo, son algunas de esas marcas que conquistan cada vez más exigentes paladares, desde estadounidenses hasta europeos y asiáticos. ▶

▶ BUSCA ESTE CONTENIDO EN VIDEO | netnoticias.mx

SOTOL

identidad chihuahuense

berenice.gaytan@radionet1490.com

Destilados de marcas locales ya conquistan paladares en todo el mundo

POR: BERENICE GAYTÁN
IMÁGENES: REY R. JÁUREGUI

Ciudad Juárez.-

Hablar de sotol es hablar de una bebida espirituosa, artesanal y sobre todo nativa del estado de Chihuahua. Es remontarse a los tiempos incluso antes de cristo, verla en cada etapa histórica del país y marcada por grandes personajes desde tribus apaches y tarahumaras hasta más recientes como **Benito Juárez**, **Francisco Villa** y hasta el gánster estadounidense **Al Capone**. Definitivamente, como bien dicen los conocedores, la historia de Chihuahua no se puede contar sin hablar del sotol.

El sotol tiene su origen en el año 13,500 A.C, en el periodo paleoindio cuando se descubre la planta, que, en el caso de Chihuahua, florece en diversas regiones incluido el desierto

¡De Juárez para el mundo!



Ariana de León

La primera destilería

Cinco Tragos es la marca estrella de **"La Sotolera"**, la primera destilería de sotol en esta frontera, ubicada a metros de las Dunas de Samalayuca, a unos 30 minutos de la ciudad.

El destilado viene en tres versiones: blanco, reposado y añejo, todos de 40 grados de alcohol.

La capacidad de producción es de 40 mil botellas al año y se pueden encontrar en las tiendas *Del Río*, *Cava 17*, *Wine House*, *Smart* y algunos restaurantes.

Ariana de León, propietaria de la marca, de-

talla que hasta el 2018 el sotol se producía en Aldama y luego ya era transportado hasta aquí, sin embargo, desde 2019 y con ayuda de personal experto que se trajo de Jalisco, se armó la destilería en esta frontera.

Cinco Tragos es el único sotol de la región con la certificación "Kosher", una estricta política judía de alimentos, que cada vez es más demandada en el mundo.

Los alimentos "Kosher" son ahora como una garantía de limpieza, pureza y calidad.



Jorge Arturo Gutiérrez

Origen 'literario'

Sotol Su Señoría tiene un antecedente literario. **Jorge Arturo Gutiérrez Ortiz**, abogado de profesión y actual juez del sistema penal acusatorio, inició hace más de tres años una investigación histórico-jurídico del sotol que derivó, primero en un libro: *La Guerra del Sotol* y luego en la producción del destilado.

"Aquí recopilamos la historia del sotol como bebida espirituosa del norte de México y surge la inquietud de empezar a promover no solo la literatura sino el destilado, es así como nace la marca Su Señoría", cuenta.

"Yo soy abogado, me ocupo actualmente como juez de enjui-

ciamiento y a quienes ostentamos este cargo nos dicen, su señoría", expresa entre risas.

El destilado se produce en Aldama, Chihuahua en Casa Ruelas, con el productor asociado **Gerardo Ruelas**. Se trata de una receta especial, está destilado en barro y cobre.

El sotol **Su Señoría** viene en cuatro presentaciones, todos de 42 grados. Se distribuye en bares y restaurantes locales y en otros estados de la República como Guerrero, Nayarit, San Luis Potosí y la Ciudad de México. El plan a corto plazo es también exportarlo. La capacidad de producción es de mil litros por mes.

Casa Montes es el sotol juarense más "joven". Su lanzamiento fue apenas este año y se produce en Janos, a unas dos horas y media de esta frontera.

Isaac Montes, propietario de la marca, cuenta que inició con la producción de mil litros, que se traducen en unas mil 300 botellas.

Por el momento, dice, Sotol Casa Montes se comercializa a través de redes sociales, por ejemplo en Facebook @sotolcasamontes, pero que ya está en proceso la ven-

ta en licorerías, además de la exportación.

"Apuntamos a la exportación y llevar nuestro sotol a Estados Unidos, el mercado más grande de sotol", destaca.

El juarense invitó a probar el Sotol Casa Montes, un destilado con identidad local.

"Muchas veces nos traen destilados de otras partes de la República y no valoramos lo nuestro. El sotol es un producto que cuenta con denominación de origen, como el tequila o mezcal, pero es de Chihuahua", destacó.



Isaac Montes

Triple destilado

Con tres años y medio en el mercado, **Sotol Rarámuri** ya cuenta con una medalla de oro: *Mexico Selection by Concours Mondial 2019*.

Fue una de las tres versiones de la marca, Sotol Rarámuri reposado, la que obtuvo el galardón en la categoría de Espirituosos.

Valerie Alcalde Bussey, propietaria de la marca, cuenta que dicho premio vino fortalecer aún más ese amor por el destilado, el cual trae desde niña.

"A mi papá le gustaba mucho, está más

rico que el tequila y el mezcal, nos decía, desde niños después de una cenita siempre tenía su sotol", relata.

Sotol Rarámuri viene en tres versiones: el blanco y reposado de 44 grados que se producen en Guadalupe, y el premium de 50 grados en Madera.

Este destilado ya cruzó fronteras y se vende en Texas, California y hasta países de Europa. En esta ciudad se puede encontrar en bares y restaurantes y a través del Facebook @SotolRaramuri. ▶



Valerie Alcalde Bussey

Medalla de oro



Ángel Iván Gallegos Calzada

De víbora y afrodisíaco

Gallo Santo Sotol surge de una leyenda y receta familiar.

Ángel Iván Gallegos Calzada, propietario de la marca juarense, cuenta que el destilado nace en 2017 como recuerdo de una leyenda de su abuelo, quien era sotolero.

Relata que un gallo era su mejor amigo, un ave que siempre influía en él por sus premoniciones.

Refiere que, en 2016 como desarrollador de marcas, se asoció con una amiga para trabajar precisamente en una, por lo que retoma la historia y receta familiar.

“Utilizamos un cuento propio para darle personalidad al destilado... En 2017 Gallo Santo comienza a producirse con la receta de tres generaciones”, dice gustoso.

El sotol se produce en cuatro versiones en Aldama, Chihuahua, con el maestro sotolero **Gerardo Ruelas**.

Las cuatro variedades son: *Gallo Santo Plata* que es un sotol joven; *Gallo Santo Nochtli* que es un destilado con pencas de nopal; *Gallo Santo Veneno de Víbora* que es un sotol joven macerado con veneno y carne de víbora y el *Gallo Santo Damiana*, dulce y afrodisíaco.

Gallo Santo Sotol tiene una capacidad de producción de mil 500 botellas al año, se comercializa en México y se trabaja en la exportación formal a Estados Unidos, Japón, Italia y Brasil.

Estados Unidos, Canadá, Rusia, Inglaterra, Italia, Holanda, Grecia, Alemania, Suiza y Australia, son los países hasta donde llega el sotol juarense **Flor del Desierto**, premiado ya con dos medallas de oro, la última en el México *Selection by Concours Mondial* de Bruxelles 2019 en la categoría de espirituosos.

Yaremi Navar Quiñones, fundadora de la marca, cuenta que esta se creó en 2012 y entre 2013 y 2014 se produjeron las primeras botellas para mercado local y nacional.

“Yo estudié en 2006 un curso de gastronomía en la Ciudad de México, para mí era bien importante poner a Chihuahua en el mapa con un destilado del norte. Allá en el sur había de todo, faltaba impulsar acá”, relata.

Su hermano **Jesús Navar Quiñones** y el sommelier de la Ciudad

de México, **Sergio González Cervantes**, son con quienes emprendió la travesía.

El destilado se produce ahora en seis variedades, tres en Coyame del Sotol, dos en Madera y una en Aldama.

En Coyame del Sotol se hacen el *Desierto*, *Veneno* y *Cascabel*, en Madera se produce el *Carnei*, sotol que se destila con carne de res, chivo, o con venado y frutos de la región y el Sierra. En Aldama se hace el *Onó*.

El grado de alcohol va de los 45 a los 52 grados. Aquí se embotella, se etiqueta y se envía a su destino.

Hasta el 2019 se colocaron alrededor de 10 mil botellas, un 70 por ciento se exportaron.

En México está en cadenas comerciales, tiendas de destilados independientes e importantes restaurantes de la Ciudad de México y resto de los estados.



Yaremi Navar Quiñones

En todo el mundo



REPORTAJE ESPECIAL
Por: Berenice Gaytán

¡Fuera tabús!

A probar el sotol chihuahuense



Ley del Sotol

La ley del sotol fue aprobada mediante decreto el 30 de agosto de 2018 y este publicado en el Periódico Oficial del Estado el 10 de octubre. Surge también el **Sistema Estatal del Sotol** y se instaura el Consejo Certificador del Sotol, con el objetivo de regular e impulsar la siembra del sotol en el estado.

Hay quienes califican su ataque y sabor como “fuerte”, “intenso” y hasta “quemador”, razón por la que dicen, que el sotol es una bebida de “respeto”.

Sin embargo, de acuerdo con productores y catadores, no es el alto grado de alcohol que contiene lo que fija su intensidad.

Y es que un sotol de calidad tiene entre 35 y 55 grados de alcohol, pero “hay que saberlo degustar para poder disfrutar realmente su sabor”.

Para Jorge Arturo Gutiérrez, de Sotol Su Señoría y autor del libro *La Guerra del Sotol*, el destilado por sí mismo es una bebida que no deja al día siguiente una resaca.

“Depende de la responsabilidad de la persona, si lo degusta bien y sin exceso, al día siguiente amanece como nuevo”, asegura. ▶

Sotol (Dasylirion)

El sotol tiene su denominación de origen en Chihuahua y emana de la planta *dasylirion*. De una piña pueden salir hasta cuatro botellas que se elaboran en un destilado 95% artesanal y 5% ancestral



¿Cómo se hace?

Las piñas o cabezas de sotol se transportan a la vinata, lugar donde se elabora el sotol

Las cabezas de sotol se cuecen en horno cónico de piedra, utilizando madera de mezquite y piedra volcánica

Las piñas ya molidas se ponen a fermentar, por un tiempo aproximado de 6 a 8 días

La molienda se hace manualmente con hacha. Después se lleva a cabo una doble o triple destilación

“El sotol se recomienda solo, pero quien se inicia en el consumo puede combinarlo con una fruta o un cítrico, para suavizar ese sabor fuerte del primer trago”, aconseja.

Valerie Alcalde, de Sotol Rarámuri, asegura que todo es cuestión de quitarse los tabús sobre la bebida.

“Yo crecí con el sotol, mi papá es amante del sotol, a mí me encanta, mucha gente le tiene miedo, pero hay que quitar ese tabú, no le pide nada al mejor tequila o mezcal”, dice. Ella lo recomienda para todo.

Ariana de León de Sotol Cinco Tragos, coincide en que se tiene que trabajar aún en dar a conocer y educar a la gente en la degustación del destilado.

Una manera, detalla, es con la realización de catas y lo que a ella le ha funcionado que son los tours en sus instalaciones, en donde las personas conocen a fondo dónde y cómo se produce el sotol. Recomienda acompañarlo con rodajas de piña o manzana.

Issac Montes, de Sotol Casa Montes, considera que hay camino por recorrer para impulsar el gusto por el sotol pero que ya poco a poco está en el menú de los chihuahuenses.

“Me da mucho orgullo ser de Juárez y decir yo tomo sotol, la curva de aprendizaje en el estado es larga pero ya se está dando más proyección tanto en el estado como extranjero”, dice. Para Isaac el sotol se puede degustar solo o acompañado.

“Traten de conocer más el proceso, la historia del sotol, es de las mejores bebidas del mundo y quítense ese estigma”, secunda Yaremi Navar de sotol Flor del Desierto. En su caso, recomienda acompañar su sotol con ingredientes muy peculiares: sal de víbora, orejones de manzana verde, machaca, pinole y hasta nueces. **N**



COPPER CANYON BOUTIQUE HOTEL

SOLUCIONES ANTE LA
**CONTINGENCIA
SANITARIA**

**LARGA
ESTANCIA**

Costos bajos en
hospedajes prolongados



**VENTA
ANTICIPADA**

Tarifas especiales
para empresas

**TODOS LOS PROTOCOLOS DE
HIGIENE Y GARANTÍAS
PARA TU SALUD**

Nuestra especialidad es atender a
quienes viajan por negocios.

*Tarifas que incluyen opción entre solo desayuno caliente o desayuno y cena

**Vialidad del Ángel # 5100 C.P 31156
Col. Nombre de Dios. Chihuahua, Chi., Mex.
+52 (614) 158 08 08**



www.cchotel.mx

El orgasmo femenino se celebra A GRITOS

✉ ruth_gonzalez@radionet1490.com

La *petite mort* que le da más vida a las mujeres; “el orgasmo” debe repetirse en voz alta y reeducar a una sociedad oscurantista



POR: RUTH GONZÁLEZ

El Día del Orgasmo Femenino debe celebrarse a gritos, y no solo de placer, sino de aceptación a la libre sexualidad de las mujeres. Entre tabús y represión el placer sexual de las mujeres ha sido durante siglos considerado un “pecado”, mientras que desde el punto de vista científico, es todo lo contrario, ya que fisiológicamente es una fuente de bienestar físico y mental.

Esta peculiar celebración al orgasmo, cada 8 de agosto, comenzó en 2006 en la zona tropical de Esperantina, en el estado brasileño de Piauí, cuando un concejal compartió una iniciativa en defensa del placer de las mujeres.

Hoy esa iniciativa es parte del recordatorio para concientizar sobre la celebración y libertad del placer de las mujeres, ya que el “orgasmo” debe repetirse cuantas veces sea necesario, hasta arroparlo socialmente como parte de la vida saludable de los seres humanos.

“El orgasmo nos permite sentirnos plenas, cuando una mujer tiene una vida sexual en la que no llega al orgasmo esto va generando una situación de resentimiento en la relación de pareja, que inconscientemente nos hace culpar al ‘otro’ y entonces empieza a haber un distanciamiento. Por otra parte, van perdiendo la autoestima, se sienten inseguras, vulnerables, inestables”, asegura la doctora Blanca García de la Cadena, ginecóloga obstetra, con maestría en Sexualidad Clínica, con una amplia experiencia como terapeuta sexual.

“Hay dos definiciones para el orgasmo, desde el punto de vista fisiológico, es la respuesta a estímulos corporales que van a desencadenar una serie de reacciones físicas que tiene que ver con una acumulación de tensiones, pero el concepto más importante del orgasmo”, puntualiza la doctora, **“es subjetivo”. “Esa percepción que tenemos de cómo lo interpretamos, cómo lo vivimos, cómo lo mitificamos, socialmente —qué está permitido y qué no está permitido—, todo esto hace que el concepto del orgasmo este tan modificado a lo que en realidad es”.**

Algunos estudios importantes, agrega la experta, arrojan que la percepción fisiológica real del orgasmo es la misma en hombres y mujeres pero la percepción subjetiva, es lo que es distinto.

“A las mujeres se nos ha enseñado que el orgasmo tiene que ir vinculado al placer, pero más allá, es al placer del otro. Las mujeres no pensamos en el orgasmo para: ‘yo satisfacerme y disfrutarlo’, pensamos en hacer que ‘el otro’ lo disfrute”.

La relación de placer-reproducción institucionalizada, somete a un sentimiento de culpa, de carga, para la mujer que “no debe” sentir el placer por placer. La falta de “permiso social” al autoerotismo, a la masturbación, deja a la mujer en pleno siglo XXI con una sensación de vergüenza. **“El tema del orgasmo en la mujer sigue siendo un tema prohibido, un tema no hablado”,** dice la doctora.

El orgasmo por otra parte se ha “genitalizado”, pero además del clítoris, la vagina, o la combinación de ambas partes, el cuerpo permite llegar al clímax del placer al estimular otras partes, agrega García de la Cadena.

“En realidad el estímulo puede ser condicionado, aprendido o liberado, para que cualquier parte de nuestro cuerpo pueda ser lo suficientemente erógena para hacernos sentir un orgasmo”.

Incluso el tema de la eyaculación fémina o *squirt* está mitificado, ya que la intensidad del orgasmo no es medible con respecto a estas secreciones glandulares. **“Una mujer puede tener el orgasmo más intenso de su vida y no necesariamente tener esa eyaculación”.** Tanto en hombres como en mujeres, el tema de la eyaculación no necesariamente definen al orgasmo, asegura la especialista.

La solución está en nuestras manos: podemos resumirlo en esta premisa. La culpa que se nos adjudica al masturbarnos o tocar nuestro cuerpo, es la misma que nos limita a tener una vida sexual plena, comenta la ginecóloga. **“El tema de la masturbación es un tema toral cuando hablamos del tema del orgasmo. Hay que tocar el cuerpo hay que sentirlo, hay que liberarnos de eso que nos han provocado a través de la cultura, sobre todo de la religión, de que es pecado tocar nuestro cuerpo”.**

Entre las consultas frecuentes para la sexoterapeuta, se encuentran: **“¿cómo saber si he tenido un orgasmo?”** o **“¿puedo tener orgasmos?”**, todas estas dudas surgen de la mitificación que se ha presentando del tema, en las películas, **“nos han ofrecido una imagen del orgasmo espectacular, pero esto no se tiene que presentar necesariamente en todas las personas. La manifestación de placer puede ser hacia fuera o hacia adentro”.**

Sin embargo, la doctora aclara el tema de la anorgasmia, mujeres que nunca han sentido un orgasmo. El cómo se da la descripción de las relaciones en las consultas, permiten a los expertos darse una clara idea de la situación, la falta de clímax, viene con una narrativa de insatisfacción.

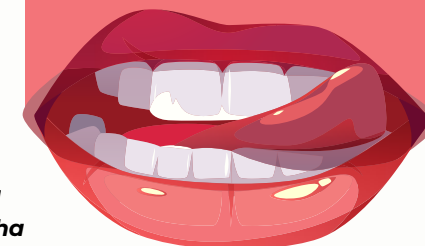
La mujer que se queda en esta fase de meseta, normalmente no llega después a esta fase de relajación que ofrece el orgasmo.

“Con estos relatos podemos darnos cuenta si es un desconocimiento de la percepción real del orgasmo o si en realidad nunca lo ha sentido”.

¿Se puede superar la anorgasmia? “Sí, se corrige a través de los procesos psicoterapéuticos sexuales. Buscamos las alteraciones físicas, biológicas, hormonales que puedan estar involucradas, pero la mayoría

Hablando de orgasmo, sabías que...

- La actriz **Hedy Lamarr** representó en la película *Éxtasis* (Éxtasis) en 1933 al primer orgasmo femenino en la gran pantalla
- Las mujeres son multiorgásmicas, son capaces de tener orgasmos de manera múltiple e ininterrumpida
- La **eyaculación** femenina o *squirt* no es sinónimo de orgasmo femenino. Ya que se puede tener un orgasmo sin *squirt* o un *squirt* sin orgasmo
- El **Punto G**, provoca un tipo de orgasmo muy intenso pero que requiere un tiempo más prolongado para ser estimulado
- El **clítoris** cuenta con unas 8 mil terminaciones nerviosas
- La **petite mort** (la pequeña muerte) es un eufemismo en francés para referirse al orgasmo



de las causas tienen que ver con factores psicosociales”.

La falta de educación sexual, “la culpa”, la falta de autoexploración corporal o desconocimiento de nuestro cuerpo son parte de una serie de eslabones que nos permiten establecer causas que nos bloquean. **“Normalmente cuando la mujer está sufriendo anorgasmia, el hombre está teniendo otra disfunción, eso es común”.** Por eso es importante, comenta la doctora, la terapia en pareja.

Por otro lado, es mucho más común que mujeres sean multiorgásmicas. **“Es la capacidad de lograr un orgasmo y rápidamente volver a regresar a nuestro organismo a la parte de estímulo inicial y volver estimularlo y volver a sentir otro orgasmo. El multiorgasmo femenino es muy común e incluso se puede aprender a través de la estimulación”.**

“Las personas que tienen una vida sexual plena, se evitan dolores de cabeza, realizan una actividad física que es muy completa, su autoestima es mayor, regula los sangrados menstruales, son innumerables los beneficios del orgasmo”, reitera la experta.

¿Es bueno celebrar el orgasmo con un día? “Como es un tema de lo que en general no se habla nos ayuda a que la gente lo tome en cuenta y que piense en la palabra orgasmo, desde que involucramos una palabra en nuestro vocabulario, de alguna manera empezamos a pensar en ello”, concluye la ginecóloga. **N**



Georgina Bujanda

Contra la violencia de género

Instalarán módulos para atender a mujeres víctimas de delitos

Con la finalidad de contar con espacios destinados a promover, proteger, respetar y garantizar el acceso a la justicia para las mujeres, el **Congreso de Chihuahua** reformó el Código Municipal, la **Ley Orgánica de la Fiscalía General**, la **Ley Estatal del Derecho de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia**, y la **Ley del Sistema Estatal de Seguridad Pública**, para instituir los módulos de atención integral en casos de violencia contra las mujeres víctimas del delito por razones de género.

Dichos lugares serán módulos de atención integral que operarán en coordinación con la Fiscalía General del Estado, así como con los municipios más poblados de la entidad.

La diputada **Georgina Bujanda**, presidenta de la Comisión de Seguridad y Protección Civil, dijo que ya existen diversas instituciones oficiales y no gubernamentales que brindan atención a las víctimas de violencia. Sin embargo, aclaró que estos módulos no suplirán el servicio que brindan esos lugares.

Indicó que por el contrario, se busca llegar a un modelo de atención integral, en donde las instancias gubernamentales municipales y estatales que brinden el apoyo, operen bajo el Modelo Homologado de Módulos de Atención a Violencia Familiar y de Género.

Agregó que con las reformas realizadas, el Instituto Chihuahuense de las Mujeres, deberá coadyuvar en la elaboración del modelo homologado de los módulos en mención y verificar que los Centros de Atención operen bajo el modelo homologado.

Los municipios deberán implementar los Módulos de Atención en sus demarcaciones territoriales, asignando para tal fin los recursos necesarios, y deberán privilegiar su instalación en los inmuebles destinados a la seguridad pública y podrán convenir con el Ejecutivo Estatal o con otros municipios para el correcto funcionamiento.

Además deberán convenir con la Fiscalía Especializada en Atención a Mujeres Víctimas de Delito por Razones de Género, para adscribir a Ministerios Públicos Especializados a dichos Módulos.

Las y los servidores públicos que laboren y brinden atención bajo el Modelo Homologado, deberán contar con capacitación de perspectiva de género, atención a víctimas y de niñas, niños y adolescentes.

La diputada señaló que según lo plasmado en la normativa, los Módulos de Atención a Violencia Familiar y de Género son espacios físicos destinados para hacer cercano el acceso a la justicia y atender de manera integral, los hechos probablemente constitutivos de delitos que impliquen violencia contra las mujeres así como de violencia familiar.

El Ejecutivo Estatal, tendrá como plazo, 180 días naturales para que a través del Consejo Estatal para Garantizar el Derecho de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, sea publicado el Modelo Homologado de los Módulos de Atención a la Violencia Familiar y de Género; de acuerdo con lo estipulado en los artículos transitorios; y se hará prioritaria la instalación de los Módulos, en los municipios que no cuenten con ellos.



SE ENCIENDEN

LAS PRIMERAS LUCES



13 VIALIDADES PRINCIPALES

130 COLONIAS BENEFICIARIAS

41 SECTORES ILUMINADOS

“Abarcaremos cerca del 40% de la ciudad con luminarias nuevas”

**“Puedes
confiar
siempre
en mí.”**



**“Tu opinión
es muy valiosa.”**



DIF ESTATAL CHIHUAHUA
**Háblame
Bien**
escucha · atiende · quiere



DIF
ESTATAL CHIHUAHUA

De puertas abiertas!



**UNIDOS
con VALOR**

Las palabras marcan.

www.kari.gob.mx |  [/difdepuertasabiertas](https://www.facebook.com/difdepuertasabiertas)