



Así llega 2023

Inicia el 2023 con el poder de la Red 5G



Xiaomi 12T Pro



EQUIPO NO INCLUIDO

Si es 5G es Telcel

PLAN TELCEL / PLUS 5G⁴
CON
10GB
POR SOLO
\$499 AL MES

Telcel la mejor Red con la mayor Cobertura y Velocidad

telcel

1) El precio publicado corresponde al Plan Telcel Plus 5G 4 (TPSG4). 2) Equipo Terminal **NO INCLUIDO**. 3) Los GB incluidos pueden ser utilizados estando en México, E.U.A. y Canadá. Aplica Política Sin Frontera: www.telcel.com/sinfrontera. El usuario podrá hacer uso de los datos incluidos a través de cualquiera de las tecnologías disponibles y ofrecidas por Telcel (2G, 3G y 4G), así como 5G conforme disponible y de acuerdo a las coberturas comunicadas en www.telcel.com/cobertura; siempre y cuando, el equipo terminal utilizado cuente con las capacidades técnicas necesarias, cuente con un Chip Inteligente (SIM Card), versión 6.2 o posterior y se encuentre dentro de la cobertura garantizada 5G. Consulte términos, condiciones, políticas, restricciones, folios de registro IFT y precio del equipo en www.telcel.com. Centros de Atención a Clientes y Distribuidores Autorizados Telcel. Imágenes Ilustrativas. Equipo y color del equipo sujeto a disponibilidad en punto de venta. El color del equipo puede variar respecto a la imagen comunicada. Los precios publicados incluyen IVA del 16% Vigencia al 15 de Enero del 2023.

Guía HOTELERA

Disfrute de nuestra atención, comodidad y servicio...



HOTEL POSADA
TIERRA BLANCA

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



Sntenario

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



COPPER CANYON
HOTEL

Hotel Copper Canyon
Vialidad del Ángel # 5100
Col. Nombre de Dios
Tel: (614) 158-0808
www.cchotel.mx



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



Santa Fe
Hotel

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.ibm@gmail.com
hotelmansionelcobre.com.mx



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



Hotel Dublan
Av. Benito Juárez #4211
Col. Dublán
Tel: (636) 694-6868



HOTEL PIÑON

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

Chihuahua

Camargo

Otros destinos

Nvo. Casas Grandes

¡INFORMACIÓN AL MOMENTO!



netnoticias.mx

Escanea y síguenos en cualquiera de nuestras plataformas:



José Borunda #1178 • Col. Partido Romero • Tel. (656) 629.5000 • Cd. Juárez, Chih. • C. P. 32030

04

ENTREVISTA

Emma Herrera: Sanadora por vocación

10

REPORTAJE

Jefes de la cancha

18

ESPECTÁCULOS

Josh Ruben: terror y humor indie

22

DE PORTADA

Menos con Más: Así inicia 2023

28

DE COLOR

Juegos de placer



BÚSCANOS EN FACEBOOK
RevistaNetMx

DIRECTORIO REVISTA NET

Ruth E. González / Editora en Jefa

Jorge Sánchez / Coeditor

Adriana Baca / Diseño Editorial, Gráfico y Comercial

DIRECTORIO NET

Alonso De Santiago / Director General

Ruth E. González / Revista Net

Víctor López Calzadillas / Director Comercial

Eduardo Lara / Netnoticias

Carlos Soria / Producciones Especiales

Rafael Álvarez / Editor Web

Alejandro Velasco / Radio Net

Colaboradores

Joel Santillán

Rafael Álvarez

Dinorah Gutiérrez

Carlos Soria

Jorge Sánchez

Fotografía

Antonio Calleja

Marco Tapia

Portada

Diseño: Adriana Baca

RADIONET
1490AM

netnoticias.mx

NET Información Total Edición #182. Enero 2023. 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. PNMI: 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.

ENTREVISTA

• EMMA HERRERA •

Sanadora por vocación

 dinorah.gutierrez@radionet1490.com

Promotora de la medicina tradicional, ha forjado sus conocimientos para aliviar a los demás, no solo del cuerpo, sino del ser

POR: DINORAH GUTIÉRREZ ANDANA

En el pueblo minero conocido como Magistral del Oro Durango, un 26 de octubre de 1961, dentro de una familia dedicada a la agricultura y la ganadería, nació **Emma Herrera Andrade**, mujer formada de inicio a la enfermería profesional, pero la mayor parte de su vida comprometida con la sanación, la enseñanza, desarrollo y aplicación de terapias holísticas por vocación.



Fue la onceava de 13 hermanos y hermanas en el matrimonio formado por **José Herrera Reyes** y **Petra Andrade Salgado**. Creció en un rancho llamado El Alférez San Bernardo, Dgo., donde aprendió desde la infancia a sembrar, la crianza de animales domésticos y las labores de casa. **“Vivíamos ahí a un lado de un río caudaloso que en época de lluvias impedía el paso. Algunos que enfermaron en esa época y se pusieron graves por no haber paso, murieron. Hay muchas historias. Mi abuelito Juan Andrade e Inesita Salgado, ambos ejidatarios dedicados a la agricultura, mi abuelito herrero era también el curandero de la región y era quien salvaba a muchos. Arreglaba huesos; curaba con plantas y a veces hasta sacaba muelas. Mi infancia fue feliz ahí”**.

Es probable, admite, que la vida en el campo y cercana a las costumbres de curación por conocimientos empíricos le haya sido favorable para que decidiera, ya en su juventud, dedicarse por completo a ayudar a otras personas a recuperar el equilibrio y la salud de manera integral.

La ciudad, el vidrio y la cebra

Su sensibilidad también estuvo ligada a la inocencia, a la pureza de su propio mundo, sin menoscabar lo que vivía en la sencillez de lo cotidiano. Emma comparte una anécdota de cuando tenía 7 años y viajaba por primera vez a la ciudad de Parral con su abuelita paterna Doña Chena y con algunos de sus hermanos en un camion **“todos amontonados y solo mi abuelita sentada, y cuatro nietos en el pasillo junto a ella, yo era la más grande. Nos dio a comer un pedazo de manzana y yo recogí el gabazo de todos los niños y lo lancé hacia afuera, pero se regresó. Mi abuelita entonces me pellizcó muy fuerte y me dijo: es vidrio —y yo por dentro repetía: vidrio, y lloraba...— Así tuvimos que aguantarnos hasta Parral. Al llegar, yo esperé a que saliera la gente. Entré corriendo para tocar el vidrio porque no lo conocía.**

En mi casa no había ventanas ni trastes de vidrio, solo un espejo, yo sabía solo que era espejo y no vidrio. Nunca nos veíamos en él porque éramos chiquitas...”, relata con nostalgia.

Otra anécdota que habita en su memoria fue cuando les llevaron al circo Atayde Hermanos. Ahí vio por primera vez a una cebra. **“Me paré muy emocionada y grité de manera espontánea: ¡un burro rayado! y mi abuelita me propinó otro pellizco y me dijo: ¡qué vergüenza contigo, tan ignorante! Fue así como fueron destruyendo mi inocencia. Entonces me volví una niña tímida, que tenía miedo hablar y fui muy callada”**.

“No podemos solo ver la enfermedad y darle medicamento para quitarla, hay que atender las emociones, la energía de la persona, su espíritu. Ese es un verdadero humanismo sanador”

En ese tiempo, el arraigo a la familia era fuerte, sin embargo, ya su destino era conocer otros caminos y abrirse paso en ámbitos muy distintos para llevarla a vivir a otras regiones, otros países. Al salir de la primaria su padre les envió a estudiar secundaria a Parral. Él dijo: **“que mis hijas estudien, porque si les toca un mal marido”**. Así que se puso a estudiar con ahínco en la escuela Valentín Gómez Farías, no obstante su entusiasmo, a su llegada a la ciudad sufrió y la llamaban “Chera”, como si ser de rancho fuera un delito. **“Me pegaban, me quitaban el lonche que mi hermana Imelda me daba. Yo no hablaba y solo lloraba a escondidas y me quería regresar al rancho, pero mis hermanos mayores me decían: no les hagas caso. Yo solo estudiaba para tener buenas calificaciones. Después me fui a estudiar a la Escuela Parralense de Enfermería”**.

Aprender con justicia social

Al terminar la carrera Emma se fue a Villa Matamoros, Chihuahua para hacer su servicio social. Ahí conoció a las hermanas religiosas de la Fraternidad Santa Clara. Ese encuentro la motivó, porque su trabajo de evangelización era **“desde la gente y para la gente”**, su inserción no era de palabra, era de acción. **“Cuando llegué en junio de 1980 había un grupo de jóvenes que en ese momento estaban preparando una obra de teatro, con la dirección de la hermana Tere Esquivel. En la escenografía era una canción de Violeta Parra ‘Porque los pobres no tienen’... De inmediato me integré al grupo y estuve en la actuación”**. La joven Emma quedó fascinada al ver que a través del teatro, se analizaba la explotación social y se transportaba al evangelio. **“Yo no era muy católica, pero ahí dije: estas hermanas son unas verdaderas pastoras”**.

En las comunidades eclesiales de base, la hermana Tere, explica Emma, revolucionó su congregación de las hermanas Clarisas de Cuernavaca. **“—No basta rezar—, dijo, y la expulsaron. Con ella se salieron en solidaridad 115 religiosas que se dispersaron por todos lados. Solo se quedaron algunas, entre ellas la hermana Lolita, actualmente encargada del Centro Comunitario El Ranchero Solidario en Anáhuac; Rosy Flores, promotora del rescate tradicional de las plantas; Juanita, entre otras que fueron muriendo, pero lo importante es que dejaron su legado que aún seguimos reuniendo algunos con la fraternidad, los que fuimos de ese grupo juvenil”**.

La formación moral, política y profesional de Emma Herrera está notablemente influida por su estrecha relación con las comunidades en la lucha por la justicia social. Es por ello que, al terminar su servicio social, se insertó conjuntamente con las religiosas en la atención de las necesidades de salud de la población.

“Dábamos teatro por las comunidades hablando de la integridad. Recorrimos todos los pueblos,



como Santa Rosalía, Matamoros, entre otros”.

Cuando las religiosas se fueron a la sierra, Emma decidió trabajar en instituciones públicas, como Salubridad y el IMSS, pero no se sentía feliz en un ambiente que consideraba de privilegios. **“Había una monotonía y obediencia total al médico. La enfermera no era aceptada cuando hacía una observación somera en pro de la salud de los pacientes. Como yo siempre reclamaba y exigía que las cosas se hicieran bien, tampoco toleraba las diferencias entre los pacientes, así que empecé a tener problemas. La jefa de enfermeras de aquel entonces me llamaba y me decía: yo sé que tienes razón, pero nosotras como enfermeras no somos vistas. Si sana el paciente, llevan flores y regalos de agradecimiento a los médicos tratantes, y nosotras, a veces, somos hasta maltratadas por los familiares”.**

Migrar con convicción

Mientras imaginaba cómo salir de ese ambiente y cuando Emma también ideaba cómo crear una asociación alterna de enfermeras, en enero de 1986 fue invitada por una organización con base en Nicaragua. El llamado advertía de la

necesidad de contratar personal de salud para acudir a una zona de conflicto, debido a que, 6 años antes en esa nación había surgido una insurrección para derrocar la dictadura Somocista, que mantuvo en el poder a integrantes de la familia Somoza hasta el asesinato del último presidente de la dinastía en 1980. **“Me anoté inmediatamente para ir. Pedí al IMSS una licencia de 6 meses. Me fui con Chayito Zapien y su hijo. Partimos un 6 de enero de 1986. Allí nos esperaba Mariano Quintana, un gran amigo”.**

Emma llegó a un país convulsionado para trabajar con una ONG en la salud y en la agricultura, dos temas que conocía bastante bien. Luego se integró en la formación de promotores de salud y parteras tradicionales, fue un intenso trabajo, relata. Ahí atendió a refugiados guatemaltecos y salvadoreños y pudo ver de cerca las secuelas de la guerra y el dolor humano.

Impulsora de la medicina tradicional

“Me regresé a México en 1993 ya con mi hija Tamara de 4 años. Fui a vivir con mis padres a Durango y ahí empecé a escribir con mi abuelita Inesita el libro

de ‘Remedios Curativos de los Abuelitos’, el cuál se editó en ese año la primera edición, y luego en 2013 la segunda”, explica Herrera.

Luego de algunos ajustes a su nueva vida de regreso en su país, Emma impulsó en Parral la creación de una cooperativa de alimentos y venta de comida vegetariana, además, estableció un pequeño consultorio para brindar atención médica en terapias alternativas.

Pero su necesidad de desarrollar más su experiencia y conocimientos la llevaron a vivir, dos años después a la ciudad de México, donde comenzó su formación en Medicina Tradicional China de la escuela Neijing y otras disciplinas. En Cuernavaca vivió por 12 años donde amplió su formación en Herbolaria y Homeopatía, combinando viajes para trabajar en la formación de promotores de salud cada 6 meses en Oventic, Chiapas.

En este recorrido de vida, Emma decidió establecer su residencia en la Ciudad de Chihuahua. **“Me vine a vivir al norte, entre Chihuahua y Durango. Hoy me dedico al rescate y a la capacitación de las medicinas tradicionales, y al masaje terapéutico. Soy la encargada aquí en Chihuahua de la escuela Internacional Neijing de Medicina Tradicional China. En esta escuela, por cierto, tenemos consulta comunitaria, pero también tengo mi consulta privada”.**

La cercanía con Emma Herrera es estrecha para cada una de las personas que reciben su atención como sanadora. Su trato es sensible y empático, pero a la vez, promueve el autocuidado y la autoconciencia para recuperar la salud en todos los niveles. Dice que lo que el cuerpo muestra no es solo problema de salud física, hay que considerar todo lo que comprende al ser humano. La parte física es solo una porción de lo que hay bajo las capas más profundas de su existencia. **“No podemos solo ver la enfermedad y darle medicamento para quitarla, hay que atender las emociones, la energía de la persona, su espíritu. Ese es un verdadero humanismo sanador”.** N



Trabajar en el IMSS ha sido su pasión por más de una década, para él no hay freno en el cuerpo solo en la mente

POR: STAFF/REVISTA NET

Roberto Hernán Camacho Velazco es un ejemplo de que las limitantes se encuentran solo en la mente. Él lleva más de una década trabajando en el **Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)** de Chihuahua, es mensajero, aunque padece problemas de salud, eso no lo frena a desarrollar su labor con entusiasmo y calidad.

La discapacidad de las personas no es un impedimento para el desempeño de un trabajo y mucho menos para su contratación, es por ello que en el Seguro Social en Chihuahua trabaja bajo la convicción de impulsar acciones y políticas para la inclusión social de las personas con discapacidad en el área laboral.

Cada 3 de diciembre se reconoce a las personas con discapacidad, en el marco de esa fecha, la Institución reconoció ampliamente el esfuerzo y dedicación de cada una de estas personas que no se limitan a realizar una labor digna diariamente, como es el caso de "Robert", como le dicen sus amigos y compañeros.

Camacho Velazco es un ejemplo para todos sus compañeros. Y lleva 10 años ininterrumpidos de servicio, este joven trabaja con una gran son-

risa en el área de Archivo Clínico en el Hospital de Gineco Obstetricia No. 15, ubicado en esta ciudad capital, en donde se desempeña como mensajero.

Trabajar para crecer

Cuando escuchamos "hemiparesia fasciocorporal derecha con disartria motora", (que es consecuencia de lesiones en el cerebro, asociadas con problema del lenguaje), se suele creer que la vida estará limitada por diversos factores, sin embargo, Roberto demuestra con hechos que las limitantes se encuentran en la mente.

El día a día de "Robert" comienza con la revisión de los pendientes de programaciones, localizar expedientes, así como apoyar en lo que se vaya presentando en la jornada laboral.

Sus compañeros reconocen en él a una persona con gran vocación de servicio. Como lo expresan, él siempre está pendiente de lo que requiera el derechohabiente. **"Robert siempre tiene un trato humano con cada persona que atiende, además de ayudarnos a nosotros también cuando lo requerimos"**, compartió una de sus colegas en el departamento.

"El ingresar al Instituto fue una gran oportunidad, que me presentó claros y oscuros en mi vida profesional; desde el reto personal de demostrar mis habilidades hasta el cambiar los estereotipos que se tienen acerca de las personas con discapacidad", compartió Roberto Camacho.

Él considera que su limitación no influye en su trabajo, **"en alguna ocasión alguien me señaló que tengo una mente hábil en un cuerpo limitado, y eso me impulsa, me motiva a dar mi mayor esfuerzo para un mejor servicio a cada derechohabiente con los que interactúo"**, afirmó.

Querido por compañeros y pacientes

Además de recibir felicitaciones por parte de sus compañeros del área de trabajo y por parte de los usuarios del hospital, también ha sido acreedor a reconocimiento por parte de los directivos y de los propios derechohabientes en la calidad y trato.

"Estoy muy contento con lo que hago; me gusta servir, tratar como se merece a las y los compañeros, pero sobre todo a los usuarios del servicio; eso hace la diferencia", destacó.

Finalmente, Camacho Velazco manifestó **"estoy muy agradecido con el IMSS, por todo lo que me ha dado y por otorgarme el beneficio de brindar un granito de arena a quienes lo necesitan"**.

Así como "Robert" en el estado de Chihuahua hay quienes diariamente dan su mejor esfuerzo en beneficio de los demás, de acuerdo con el Inegi el 10.5 por ciento de la población estatal tiene alguna limitación para realizar alguna actividad cotidiana, 4.5 por ciento tiene discapacidad y 1.3 por ciento tiene algún problema o condición mental. En total, 15.7 por ciento de la población en la entidad tiene alguna limitación en la actividad cotidiana, discapacidad o algún problema o condición mental.

Sin duda, el ejemplo de Camacho Velazco son de los que marcan la diferencia en el estado y el país. **N**



REGIONAL

el Arte De cuidar el AGUA

ruth.gonzalez@radionet1490.com

El desierto juarense se llena de color con murales que visten a los tanques de la JMAS, y al mismo tiempo, nos concientizan

POR: STAFF/ REVISTA NET

* Con información de Mónica Delgado

Buscando alternativas para compartir y heredar una cultura responsable sobre el cuidado del agua, la **Junta Municipal de Agua y Saneamiento (JMAS)** de Juárez lleva a cabo un proyecto donde los colores, personajes y vegetación del desierto son los encargados de vestir a los principales tanques de almacenamiento de la ciudad.

La serie de murales que se apoderaran de los paisajes de la frontera fue por etapas, en la primera estas obras fueron realizadas por reconocidos artistas de la frontera, como **Arturo Damasco**, autor del icónico mural de **Juan Gabriel** en la avenida Juárez, y el artista poblano **Elel Parra**, que ha participado en la ciudad en murales en el Centro ("Tin Tan") y en el Parque Central ("El Águila con la Serpiente"), entre otros. Además de los tanques, se hizo un mural adicional en las oficinas de la JMAS en Salvárcar por **Benito Mendoza Murillo**, mejor conocido como "Decko Uno".

Los tanques cuyas dimensiones varían entre los 3 mil hasta los 5 mil metros cúbicos de capacidad, se encargan de suministrar agua potable a las colonias las 24 horas del día, ahora no solo cuentan con una función práctica, sino también se convierten en parte del entorno artístico de la frontera.

Modesto

El tanque en Los Ojitos ha causado gran emotividad entre quienes circulan por el periférico Camino Real,



Modesto de Arturo Damasco

La Preservación del Agua de Elel Parra



pues la imagen de quien fuera la mascota de la ciudad fue plasmada por Arturo Damasco, la extinta jirafa del Parque Central, Modesto.

La pintura “Modesto” plasma a la mascota más querida de la ciudad, descansa sobre las Dunas de Samalayuca, en el cielo se observa a una paloma blanca como símbolo de paz.

En las dunas se encuentra uno de los mantos acuíferos naturales más importantes de la frontera, de modo que Modesto, en su figura de “em-

turo del vital líquido. Para el artista son importantes los rostros infantiles, ellos son el futuro y nosotros el presente del cuidado del agua.

Este tanque de 3 mil m³ abastece a todo el sector aledaño a la colonia División del Norte y es uno de los 45 que hay en esta ciudad.

El Oasis

El tanque Tres Cantos, ubicado en la avenida San Bernardo, al nororiente de la ciudad, es uno de los

más grandes con capacidad de 5 mil m³, da sustento a más de 4 mil 700 habitantes de la zona de Valle del Sol.

Este tanque ha sido vestido por el mural “El Oasis” de Damasco y es protagonizado por una niña con un colibrí, rodeada de plantas del desierto, ella es el corazón del oasis que representa. Para el artista esta obra es de gran valor, no solo artístico, sino simbólico para perpetuar el mensaje ecológico del que nace.

Imaginemos el futuro

Otro de los murales de Elel es “Imaginemos el Futuro”, en el tanque Chihuahua 1. La obra busca hacer reflexión sobre la preservación del agua, la “urbanización dándole una atmósfera gigantesca a una pequeña que tiene mucho qué decir”, dijo el artista sobre su trabajo.

Mimetización Líquida

Enseguida del tanque Chihuahua 1 está el 2, con el mural “Mimetización Líquida”, también de Parra, donde una niña traspasa el agua con su brazo y deja ver la inmensidad de la infancia ante la limitada cantidad del agua. La obra del poblano se suma al arte del cuidado del agua que representa al proyecto global de la JMAS.

Los tanques Chihuahua están ubicados al norponiente de la ciudad y ambos tienen capacidad de 3 mil m³. **N**

Imaginemos el futuro de Elel Parra



Escanea para para ver cómo artistas locales crean conciencia a través de su arte

bajador ecológico”, recuerda la importancia de cuidar este lugar. Este tanque es de 3 mil m³ de capacidad.

La Preservación del Agua

El tanque en las calles Mariano Escobedo y Durazno se llama “La Preservación del Agua en el Gran Desierto”, **Elel Parra** muestra a un niño haciendo contacto con la tierra, mirando a un pequeño charco y en el fondo los cerros de la ciudad. En la imagen recae en la infancia el fu-



Mimetización Líquida de Elel Parra



JEFES

de la cancha

 rafael.alvarez@radionet1490.com

El futbol americano toma impulso en Juárez y Chihuahua; la frontera refuerza su equipo con la llegada de un patriota

POR: RAFAEL ÁLVAREZ
IMÁGENES: MARCO TAPIA

El futbol americano crece día a día en nuestro país y por supuesto en Ciudad Juárez y Chihuahua. Cada vez son más los aficionados, pero también quienes practican este espectacular deporte que requiere disciplina, trabajo en equipo, fortaleza física y mental, estrategia y pasión. Es así que el 19 de marzo de 2022 nace un nuevo proyecto deportivo en Ciudad Juárez: Los Jefes, equipo profesional de futbol americano y que sería

parte de la **Liga FAM** (Futbol Americano de México), jugando como locales en el tradicional Estadio 20 de Noviembre.

Yarda por yarda en la frontera

El futbol americano es un deporte muy arraigado en la frontera y que tiene a miles de aficionados que domingo a domingo, entre septiembre y enero, se ponen sus jerseys para apoyar a su equipo favorito de la NFL. A partir del año 1975, la **Universidad Autónoma**

de Ciudad Juárez (UACJ) debuta con el proyecto Indios, equipo de futbol americano que sería parte de la **Organización Nacional Estudiantil de Fútbol Americano** (Onefa) Zona Norte hasta 1988, consiguiendo tres subcampeonatos.

Sin embargo, tras este último torneo y hasta el año 2000, la UACJ se queda sin representativo en el futbol americano. Sería hasta el 2016 que el **head coach Alfredo Martínez Navarrete** consigue que la institución devuelva su carácter de representativo oficial de la UACJ al equipo de futbol americano, consiguiendo un tricampeonato en **Conferencia Norte de Futbol Americano de Intermedia** (Conofai) en las temporadas 2017, 2018 y 2019.



En el año 2020 la UACJ decide regresar a la máxima categoría del fútbol americano estudiantil en México: la Categoría Mayor de la Onefa, siendo el rector **Juan Ignacio Camargo Náassar** quien emite la solicitud de afiliación del programa en la Onefa, la cual fue aceptada para ser parte de la temporada 2020, pero sería cancelada por la pandemia de covid-19. El tan ansiado regreso tras 33 años de espera se da en el 2021.

Pero a la par del crecimiento del interés de los fanáticos por este deporte, estaba la necesidad de crear una liga profesional de fútbol americano en México, de que no solo se quedara como deporte para las universidades, y es así como nacen dos proyectos: la **Liga de Fútbol Americano (LFA)** en 2016 y la **Liga Fútbol Americano (FAM)** en 2018; sería en esta última donde surgen varios equipos de Ciudad Juárez antes de la aparición de Jefes.

Los primeros equipos

El primer proyecto es Centauros, uno de los equipos fundadores de la Liga FAM y que estuvo en las temporadas 2018 y 2019, siendo subcampeones en esta última; sin embargo, en 2020 se atraviesa la pandemia de covid-19 y se cancela la temporada junto con el equipo de Centauros. Posteriormente se crea el conjunto de Rarámuris, pero no puede tener su debut porque también la temporada 2021 fue cancelada.

Nacen los Jefes

Es entonces que en una conferencia de prensa el 19 de marzo de 2022 se anuncia el nacimiento de un nuevo equipo de fútbol americano de Ciudad Juárez y que llevaría el nombre de Jefes, sumándose a la Liga FAM.

El dueño y presidente del equipo, **César Durán**, cuenta cómo surgió este proyecto.

“Soy un fanático de este deporte que admiro mucho porque es muy similar a la vida, tuve la fortuna de que la liga se fijara en mí como auditor y luego como alguien que llegara a invertir en un equipo. Siempre he visto a Juárez como una tierra de oportunidades, vi que

los fanáticos lo necesitaban, ya había algunos intentos pero que vieran una opción que se quedara en Juárez y Jefes fue la oportunidad de darle un equipo a los fanáticos, un equipo con identidad”.

¿Por qué Jefes?

El logotipo de Jefes es un martillo Tomahawk, símbolo de las tribus americanas, en colores rojo, negro y blanco.

“El nombre Jefes es porque queremos una identidad, es aspiracional, ¿quién no quiere ser un jefe? Tenemos muchas etnias y su máximo nivel es una jefatura, tenemos esos grupos representativos en Chihuahua y lo aspiracional es ser un jefe. Además, mantenemos los colores de Ciudad Juárez, el rojo, vivos en negro y blanco, pero el rojo es tradicional de equipos deportivos de Juárez”, explica el dueño del equipo. ►

Jugadores extranjeros en Jefes

(Todos de Estados Unidos)

- **Xavier Williams** •
Nose Guard
- **Dione Smith** •
Tight End
- **Lamaricus O'Neal** •
Cornerback
- **Kenneth Bradley** •
Linebacker
- **Noah Whittle** •
Running Back
- **Eldridge Thompson** •
Linebacker
- **Damoun Patterson** •
Wide Receiver





“Jefes fue la oportunidad de darle un equipo a los fanáticos, un equipo con identidad”

César Durán, propietario de Jefes

Arranque de temporada

El debut oficial de Jefes se da el 30 de abril de 2020, venciendo con marcador de 18-0 a los Bulldogs del Estado de México en calidad de visitantes. En casa tendrían su presentación el 7 de mayo, cayendo con un apretado resultado de 18-16 contra los Rojos de la Ciudad de México en el Estadio 20 de Noviembre, que tuvo una fiesta en las tribunas y que incluso aviones de la Fuerza Aérea Mexicana sobrevolaron los cielos previo a la patada inicial.

Es una primera temporada de altibajos, donde los fronterizos terminarían con marca de tres triunfos y cinco derrotas, sin poder lograr avanzar a la postemporada, pero sentando las bases de un proyecto pensado para consolidarse y ser referentes.

Cambio de liga

El 30 de septiembre de 2022 la Liga FAM anuncia en un comunicado de prensa que cancelaban todas las operaciones y que concluían toda relación con las franquicias. Pero Jefes estaba para quedarse, por lo que realizan las gestiones para incorporarse a la Liga de Fútbol Americano, siendo anunciados oficialmente el 17 de octubre en un evento donde estuvieron presentes **Cruz Pérez Cuéllar**, presidente municipal de Ciudad Juárez; **Juan Escalante**, director del Instituto Municipal del Deporte y Cultura Fís-

ca y **Alejandro Jaimes**, comisionado de la LFA.

Esta liga profesional tiene un modelo basado en la NFL, teniendo un vínculo con el fútbol colegial de la Onefa, incluso se realiza un draft como en los Estados Unidos, donde los jugadores universitarios más destacados son elegidos por los equipos profesionales para seguir desarrollando su carrera.

Armar un equipo ganador

Para esta próxima temporada 2023 de la LFA, los Jefes no quieren ser un mero participante, y muestra de

ello es que buscaron refuerzos de Estados Unidos, complementado por el talento nacional y de Ciudad Juárez.

“No vamos a escatimar en traer lo mejor a Juárez, queremos que sea un equipo competitivo, queremos el campeonato, todos los días el objetivo es ser campeones. Entrevistamos a jugadores que sean atletas, que complementen lo deportivo con lo personal, un jugador completo”, menciona César Durán.

Y como símbolo de esta nueva era de Jefes está el receptor **Damoun Patterson**, quien jugó en la NFL con los Acereros de Pittsburgh y con los Patriotas de Nueva Inglaterra, donde





“Tenemos la expectativa de ser un equipo competitivo, que sea un espectáculo, estamos trayendo jugadores extranjeros pero también juarenses”

César Durán, propietario de Jefes

fue parte del equipo de prácticas en la temporada 2018, donde ganaron el Súper Bowl comandados por **Tom Brady**.

La llegada de un jugador que estuvo en la liga más importante del mundo no fue tan complicada como podría pensarse: ***“No fue difícil, él ya conocía la liga, que haya recibido una llamada de nosotros le sorprendió, pero inmediatamente dijo que sí. Dijo adelante, dónde firmo, y en dos horas ya era parte de Jefes”***.

Caudillos rivales, todo un clásico

Pero no solo Ciudad Juárez tendrá presencia en la LFA la próxima temporada, también la capital del estado, Chihuahua, será representada por los Caudillos, equipo que al igual que Jefes jugó la temporada pasada en la extinta FAM. La rivalidad deportiva entre Juárez y Chihuahua es conocida y cada vez que se enfrenten será un espectáculo imperdible, ya que ambos buscan ser protagonistas y ser el mejor equipo de El Estado Grande.

Remodelan estadio

Jefes tiene como casa en Estadio 20 de Noviembre, y a finales del año



pasado el **Instituto Municipal del Deporte de Ciudad Juárez (IMDJ)** y el equipo Jefes Pro Football anunciaron en conjunto en una conferencia de prensa una inversión de 17 millones de pesos para remodelar ese inmueble, que consistirán en pasto artificial nuevo de primera calidad, pista de tartán nueva, baños y vestidores. Todo esto para dar una mejor imagen y que sea más cómodo para todos aquellos aficionados que asistan a los juegos.

Un 2023 de retos

Construir un equipo de fútbol americano no es sencillo, ya que a diferencia de otros deportes se divide en ofensiva, defensiva y equipos especiales, por lo que es una plantilla numerosa. Jefes inicia un nuevo reto donde enfrentará a nuevos rivales y a algunos conocidos.

“Aprendimos, no perdimos, con ese aprendizaje tenemos la expectativa de ser un equipo competitivo, que sea un espectáculo, estamos trayendo jugadores extranjeros pero también juarenses, queremos esa identidad y la oportunidad de que los juarenses estén en el campo también”, dice César Durán.

Es así como Jefes busca convertirse en un referente deportivo de la frontera en un deporte que crece exponencialmente, y se convierten en una opción más para las familias juarenses de disfrutar un espectáculo deportivo, así como una opción para todos aquellos niños y jóvenes que quieren dedicarse al fútbol americano. **N**

JUÁREZ - EL PASO:

Génesis literario de la Revolución

✉ jorge.sanchez@radionet1490.com

El escritor jalisciense Mariano Azuela gestó en esta frontera una de las obras narrativas más importantes en México de comienzos del siglo XX

POR: JORGE SÁNCHEZ

Son quizás pocos quienes saben que en 1915 el escritor mexicano **Mariano Azuela**, médico de profesión y literato por elección, escribió la novela de la Revolución Mexicana más importante de todas: "Los de Abajo". Lo hizo desde el exilio en la ciudad vecina de El Paso, Texas. Desde aquel lugar, tan cerca y a la vez tan lejos de su querido país que se deconstruía constantemente con los profundos cambios políticos y sociales, el autor reprodujo de manera sublime, más por el valor de sus historias que por la estética de su lenguaje, las vicisitudes y peripecias de las crudas vivencias de la población mexicana en turno.

El propio contexto social y político de la época lo orilló a publicar aquella joya de la literatura a través de entregas en el extinto periódico Paso del Norte. Su vida como médico lo llevó a presenciar los actos bárbaricos cometidos por ambos bandos, una guerra sangrienta en donde no había buenos ni malos, vencedores o perdedores; pero sí muchos intereses y sed de poder.

Llenar un vacío que



(Villa, Madero, Carranza o Zapata), no de caudillos audaces o generales ricos e imponentes, más bien da voz a aquellos que quedaron en el anonimato y bien dieron su vida por una causa que nunca de todo fue clara. Se devela la ignorancia y a la vez la lucha unida por un futuro no compartido, la clásica historia de la humanidad, o como diría **Marx**, la lucha de clases como motor de la historia.

Demetrio Macías, líder de un grupo armado de campesinos sumidos en la miseria, y **Luis Cervantes**, médico y periodista en pro de las convicciones revolucionarias, protagonizan esta historia desarrollada en la geografía del bajío mexicano en sus luchas contra el Ejército Federal.

Un escritor en el bordo

por más de 30 años había ocupado, bien o mal, el oaxaqueño **Porfirio Díaz**.

"Los de Abajo" habla no de los personajes protagonistas clásicos de la historia revolucionaria

Mariano Azuela fue lectura obligada en Argentina a nivel básico de acuerdo con el investigador de la UNAM, **Víctor Arciniega**, mucho antes de que lo fuera en el propio país del autor: México.

De aquellas páginas del extinto diario Paso del Norte, quedan todavía los registros de la narrativa de Azuela. La **Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ)** guarda en su archivo histórico algunos de esos números en la biblioteca central Carlos Montemayor.



En la vecina ciudad existe una placa discreta y olvidada que, palabras más o palabras menos, versa: ***“En este sitio Mariano Azuela terminó y publicó ‘Los de Abajo’, principal novela de la Revolución Mexicana”*** y se fecha en 1988. Un discreto homenaje que recuerda la importancia del lugar frente a la amnesia impulsada por la cotidianeidad de la vida fronteriza.

El barrio la pluma, la frontera la musa

El texto se gestó en el conocido barrio de Chihuahuita, uno de los primeros distritos de la vecina ciudad del norte. Siempre caracterizado por una población mayormente mexicana, el lugar fue refugio de muchos exiliados durante el proceso revolucionario en México. En ese lugar, en el que se respiró por mucho tiempo abandono y pobreza, aquel por el que por muchos años se asentaron cuasi guetos para los mexicano-americanos, ahora se mueve esa esencia bohemia y artística en cuyas calles se alojan varios de los museos más importantes de la ciudad. Lugar dedicado al comercio a los fronterizos, los famosos chinos, aún transita ese carácter latino de la ciudad, en realidad nunca se ha ido del todo. Aquí está aún presente el carác-

ter mexicano que recuerda constantemente que alguna vez, esto también fue parte del país.

El edificio donde residió Azuela (Pablo Baray), cuyo lugar se ubica frente a la histórica iglesia del Sagrado Corazón en la Oregon St, permanece de pie estoico, mudo testigo del ocaso de la vida personal del escritor jalisciense. Entre las calles y callejones de arquitectura compartida

con el centro de Ciudad Juárez, entre fachadas marrones de ladrillo hecho con tierra del tórrido desierto, su casa pasa desapercibida y solo es apreciada por los pocos privilegiados que conocen su historia.

El trabajo de Azuela es importante por retratar el proceso de cambio social y es básico para comprender este movimiento civil, la primera gran revolución del siglo XX, al menos así lo fue en las últimas etapas.

Pocas son las historias que esta ciudad binacional, industrializada y diezmada por cambios bruscos ha podido aún conservar. Uno de ellos es el trabajo de Azuela, que sin bien no representa un lugar al que podamos asistir en el plano geográfico, sí se puede hacer a través de la lectura. Se cumple pues aquella frase que dice que el mejor homenaje a un escritor es leer y adentrarse en su obra. **N**



SALUD

Tonifícate caminando

 ruth_gonzalez@radionet1490.com

Para tener en forma piernas, glúteos y abdominales, caminar 30 minutos diarios es suficiente, descubre por qué

POR: STAFF/REVISTA NET

Caminar es una actividad natural que genera múltiples beneficios para el cuerpo, pero en ocasiones olvidamos lo importante que es. Si este inicio de año realmente quieres un corazón fuerte, unas piernas torneadas, evitar la osteoporosis, un trasero más firme, más energía y un abdomen “en vías de aliviar” todas las celebraciones decembrinas, entonces este artículo es para ti.

Cada vez somos más sedentarios, nuestra actividad física toca niveles mínimos no saludables, en los países con mayor desarrollo la

inactividad es una nueva pandemia, en puede llegar hasta el 70 por ciento en algunos países, **“debido a los cambios en los patrones de transporte, el mayor uso de la tecnología, los valores culturales y la urbanización”**, de acuerdo con la **Organización Mundial de Salud (OMS)**. Esto a largo plazo nos hace más obesos, débiles y propensos a más enfermedades.

“Se ha comprobado que la actividad física regular ayuda a prevenir y tratar enfermedades no transmisibles (ENT) como las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes y el cáncer de mama y colon”, informa la OMS.

“También ayuda a prevenir la hipertensión, el sobrepeso y la obesidad y puede mejorar la salud mental, la calidad de vida y el bienestar”.

30 minutos de vida

Caminar a buen ritmo y de manera cotidiana, como un hábito, ayuda a ejercitar los músculos y a quemar calorías, además de ser algo que no requiere más que “voluntad”.

La enfermera supervisora en Salud Pública del IMSS Chihuahua, **Alícia Ortega Martínez**, aconseja tomar en cuenta todos los beneficios de caminar por media hora al día:

- **Fortalece el corazón:** Reduce el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares, disminuye los niveles de colesterol malo y aumenta los niveles de colesterol bueno.
- **Mantiene el peso bajo control:** Aumenta la masa y el tono muscular.
- **Previene la osteoporosis:** Estimula y fortalece los huesos aumentando la densidad ósea.

- **Reduce el riesgo de enfermedades:** Disminuye el riesgo de padecer diabetes, asma y algunos tipos de cáncer como el de colon, de mama y de útero.

- **Ayuda a prevenir la demencia:** La actividad física tiene un efecto protector sobre la función del cerebro, cuando se realiza de manera regular.

- **Incrementa los niveles de energía:** Caminar aumenta la circulación y el suministro de oxígeno a las células del cuerpo haciendo que se sienta más alerta y vivo.

- **Aumenta los niveles de bienestar:** El ejercicio regular de intensidad moderada es tan eficaz como los antidepresivos, pues libera endorfinas en el torrente sanguíneo, lo que reduce el estrés y la ansiedad.

- **Tonifica piernas, glúteos y abdominales:** Una buena caminata ayuda a fortalecer la forma de las piernas, definiendo las pantorrillas, cuádriceps y levanta los glúteos.

La importancia

Las estadísticas de la OMS muestran que uno de cada cuatro adultos y cuatro de cada cinco adolescentes no realizan suficiente actividad física, por lo que caminar puede ser una alternativa familiar, en pareja o individual.

La OMS asegura que **“toda actividad física es beneficiosa y puede realizarse como parte del trabajo, el deporte y el ocio o el transporte (caminar, patinar y montar en bicicleta), pero también del baile,**



el juego y las tareas domésticas cotidianas, como la jardinería y la limpieza”.

Por edades

Se recomienda que niñas y niños practiquen 60 minutos de ejercicio al día, y entre 30 y 60 minutos diarios a la población general adulta.

A los adultos mayores (65 años o más) se les aconseja que añadan actividades destinadas a reforzar el equilibrio y la coordinación, así como el fortalecimiento de los músculos, para ayudar a prevenir las caídas y mejorar la salud.

Para caminar se requiere muy poco, un calzado cómodo, ropa suelta y abrigadora (durante el invierno), agua y música o una buena charla. Lo que realmente no es aconsejable es ir viendo el celular, ya que además de frenar el ritmo puede causar dis-

tracciones que se pueden convertir en lesiones.

Las mascotas son otros participantes que pueden inspirar a que esta rutina verdaderamente sea diaria y efectiva, solo no pierda el ritmo al caminar.

Constancia, la clave

Acudir a un gym o gimnasio puede ser el segundo paso, pero no entres si no puedes sostener una rutina básica de 30 minutos caminando, paso a paso, la constancia es lo que permite bajar de peso y mantenerse saludable.

Una recomendación más de los expertos es crear sus rutas seguras por horarios o bien acudir a lugares seguros para poder disfrutar la caminata. Este 2023 que tus piernas y corazón hablen por ti y tu salud. [N](#)



netnoticias.mx

Escanea y síguenos en **Instagram**





José Borunda #1178 • Col. Partido Romero • Tel. (656) 629-5000 • Cd. Juárez, Chih. • C. P. 32030

www.netnoticias.mx



NUESTRO ORGULLO

De la NASA

al multiverso de Miguel Castillo

 ruth_gonzalez@radionet1490.com

**Este ingeniero no solo trabaja
con astronautas, también comparte
un mundo de conocimiento en Yoga,
Medicina Holística y Feng Shui**

POR: RUTH E. GONZÁLEZ**IMÁGENES:** ANTONIO CALLEJA

Miguel A. Castillo Villarreal destaca como ingeniero mecánico de la NASA, apoyando a los astronautas durante las caminatas espaciales, pero su multiverso abarca un gran espacio de autoconocimiento y resiliencia, al lograr la remisión de la esclerosis múltiple. Esto lo consolidó como un destacado maestro de la Medicina Holística y la Ayurvedica, al igual que del Feng Shui.

Su historia la comparte como conferencista de TED, él reconoce con orgullo su origen fronterizo, pero también aprovecha lo mejor de su mosaico cultural familiar para dar fuerza a su vida, un lugar donde la ciencia y el conocimiento milenario no son incompatibles, sino complementarios.

'Quiero ser astronauta'

Sobre su vida, nos comparte: ***"nací en la frontera... mi primaria, secundaria y preparatoria la hice aquí en Juárez. Mi madre es de Guanajuato y mi padre es de aquí de Juárez, tengo dos hermanas, nacimos y crecimos aquí, todos somos profesionistas"***.

"Mis padres son ingenieros, mi madre maestra de ingeniería en el Instituto Tecnológico de Ciudad Juárez por 36 años, y unos otros más en la Escuela de Agricultura. Mi padre ocupó varias gerencias en diferentes empresas de Juárez, gracias a la colaboración de ambos empezó esta curiosidad de seguir la rama de la ciencia y la tecnología, muy inspirado por ellos".

Como graduado del Instituto México en Juárez, agradece mucho que lo ***"hayan dejando explorar su creatividad"***. Con padres ingenieros y grandes tendencias artísticas, musicales y deportivas, su sueño era como el de muchos adolescentes: ser astronauta.

"Mi sueño era llegar a la NASA y ser astronauta. A los 8 años recuerdo una visita al centro espacial de Alamogordo, desde ahí se echó a volar mi imaginación".

De los dieces, también surgieron las aptitudes artísticas. ***"Gracias al músico Rubén Sosa empecé a tocar guitarra, me convertí en el di-***

rector de la rondalla de la escuela junto al maestro, y poco a poquito, a los 13 fui desarrollando mi parte artística”.

“Me integro como el último baterista de Ancla, grabamos el último disco {...} también toqué con Javier García, el vocalista de Amanecer, y mi último grupo antes de irme a la NASA fue el grupo Esencia”.



“No dejamos de ir a la Luna porque descubrimos algo, sino porque el ir a la Luna nos permitió dar un paso hacia delante sobre qué sería el vivir en el espacio”

UTEP, el gran despegue

En lo que Miguel tocaba música en los antros por las noches, de día dio el salto a estudiar en la Universidad de Texas en El Paso. **“Estudí en UTEP, tocaba en las noches, entonces llego a la NASA a través de un programa académico. Mi carrera es Ingeniería Mecánica, en donde pude aplicar a una práctica profesional en Houston, me tocó ser parte del equipo de vuelo en microgravedad, un laboratorio (es un avión que está modificado de manera que se puede producir la cero gravedad). Es el único lugar donde podemos experimentar la cero gravedad”.**

“En su interior probamos diferentes experimentos, satélites, por ejemplo. Ahí lo que tenemos que hacer es evaluar cómo se va a comportar un material o una máquina en cero gravedad sin tenerla que lanzar al espacio”.

“Estuve en el programa en el 2003 y 2004, luego paso a la Industria Automotriz por 4 años y regreso a la NASA en 2008 para convertirme ya en ingeniero principal dentro de la Oficina de Entrenamiento”.

Y desde 2008, Miguel Castillo es gerente de Operaciones de Entrenamiento e Instrumentación en Soporte de la Oficina de Actividad Extravehicular de los Astronautas en la NASA.

¿En cuántos proyectos de la NASA has participado?

— Nos ha tocado apoyar en todas las caminatas espaciales desde entonces, creo ha habido 60 o 70. En cada una se va haciendo una diferente operación a las naves espaciales, he podido darles sostén a tres programas. Di apoyo al trasbordador espacial con un satélite que fue a re-

parar al telescopio Hubble. En aquel entonces, la misión era el punto más lejano al que ha ido el trasbordador y fui parte de esas misiones, ahí se usaron dos vehículos.

En el tercer programa fue para la Estación Espacial Internacional, ahí fui dando soporte a las caminatas espaciales, somos los que supervisamos estas caminatas, estas son una ventana de trabajo de 8 horas donde se repara, se modifica o se cambian partes de las naves espaciales para asegurarse que tienen el funcionamiento que tienen que tener.

Más recientemente también di soporte a la misión Artemisa 1 y al programa Artemisa en general, en cuanto al programa de medio ambiente, clima interno de la nave espacial.

¿Cómo se trabaja en la NASA en este tipo de misiones?

— En la NASA lo que se hace no se ve en las películas, vivir las actividades de la NASA literal son una película, porque las cosas suceden en un engranaje, son tantos diferentes grupos que están colaborando al mismo tiempo, porque uno tal vez no se imagina que un vehículo, como lo es un automóvil, cuando uno lo maneja pues no tiene asistencia de nada, es una sola máquina, pero en una nave espacial los sistemas de la máquina están en continua revisión y cambio, entonces en la NASA esta cultura del trabajo en equipo, de llevar a una equipo a una familia es la parte esencial.

El trabajo de la familiaridad entre las diferentes disciplinas {...} por ejemplo, en las juntas en donde revisamos las diferentes misiones {...} por lo general, hay una caminata espacial cada dos meses, entonces antes de cada caminata hay un año de preparación, durante ese tiempo se tienen que coordinar una serie

de factores. Primero es entrenar a los astronautas en la caminata espacial, que dura 8 horas, imagínense que la caminata es un turno de trabajo, donde un astronauta va a reparar o reemplazar una parte de una nave espacial, esas 8 horas las tiene que practicar por lo menos 10 veces.

Entonces, hay un grupo de muchísimas personas que tienen una relación con la nave espacial, el traje espacial, la parte médica del astronauta, la parte cósmica de la radiación y el movimiento planetario, y todos nos conjuntamos para guiar al astronauta, a esa única persona, a que pueda realizar su caminata efectivamente

¿Cómo es el manejo del idioma y la comunicación en la Estación Espacial Internacional (ISS, siglas en inglés)?

— La NASA se ha abierto mucho a otras culturas, de hecho, la EEI fue formada por 15 naciones diferentes y las dos naciones principales fueron Rusia y Estados Unidos, el lenguaje oficial del programa espacial mundial, que está conformado por la Agencia Espacial Europea (ESA, siglas en inglés), EU, Japón y Rusia, es el inglés, pero durante 10 años estuvimos lazando desde Rusia, entonces muchos de los ingenieros y astronautas tuvieron que aprender ruso. Lo sé a nivel muy básico, pero lo he ido dominando.

¿Nos puedes compartir la importancia del proyecto Artemisa?

— El desarrollo de la NASA, donde se abre a la parte internacional, nos ha llevado como humanidad desear regresar a la Luna para estudiar su parte su parte geofísica, esto lo dejamos hace 50 años {...} este nuevo programa, este sexto programa es ▶

el Artemisa, consiste en regresar a la Luna después de 1972 (el último alunizaje fue el Apolo 17) con el cohete más poderoso, más grande en la historia de la humanidad. Pude ver el lanzamiento (hace poco más de un mes). La cápsula Orión es muy similar a la cápsula del Apolo que se lanzó en los 60 y 70, pero ahora es más grande. En aquel entonces solamente se podía vivir en esa cápsula por una semana y solo había tres tripulantes, hoy en día se puede estar en esa cápsula hasta poco más de un mes y lleva 4 tripulantes con la opción de añadir hasta dos más [...] con tecnología vanguardista, ya no hay switches, ya son puras pantallas de computadora.

En ese programa me ha tocado participar en la parte de las conexiones, que vemos mucho en Ingeniería Mecánica, que son la alimentación de atmósfera interna, el aire respirable, que le da soporte a los humanos que están viajando en la cápsula.

¿Por qué el ser humano se tardó tanto en regresar a la Luna?

— La razón es simple, fue por cuestión de presupuesto. Por ejemplo, este cohete que lanzamos costó cerca de 9 billones de dólares, entonces la NASA recibe un presupuesto de aproximadamente 600 billones de dólares al año, y eso le da soporte a cientos de miles de empleados. Lo que pasó no fue que dejamos de ir a la Luna porque descubrimos algo, sino porque el ir a la Luna nos permitió dar un paso hacia delante sobre qué sería el vivir en el espacio, entonces lo que desconoce mucha gente es que no hay una ventana, un vacío, entre llegar a la Luna y ahora que regresamos, porque la NASA de hecho aceleró su esfuerzo en crear los primeros laboratorios espaciales, que fueron las primeras estaciones espaciales, a partir de la llegada a la Luna.

Llegamos a Luna, regresamos a la Luna, y a partir de 1972, inmedia-



“Mi sueño era llegar a la NASA y ser astronauta”.

tamente se creó la primera estación espacial de Rusia y de Estados Unidos trabajando juntos, y fue ahí que aprendimos por primera vez porque no lo conocíamos, desarrollamos ahí la rama de la Medicina Espacial y eso lo hicimos a partir de mandar astronautas a que estuvieran en estas naves espaciales durante casi un año.

De los 70 a 1981 nada más fueron 9 años en los que estuvimos en las estaciones espaciales y a partir del 81, el 12 de abril, lanzamos trasbordador espacial por primera vez, que nos dio servicio durante 30 años.

El trasbordador espacial, fue el inicio incluso del programa comercial, porque ahí la NASA estaba vendiendo el servicio de lanzar satélites al espacio y construir la ISS, ha habido muchísima inversión y además desde el regreso de la Luna se crea la exploración atmosférica también. Antes de eso no la conocíamos y se crea una Agencia, hermana de la NASA, la Agencia Oceanográfica y Atmosférica (la NOA) que estudia tanto el medio ambiente espacial como de la Tierra, ese dinero se tuvo que redirigir a hacer ciencia.

¿Y ya tienes en tu lista de metas llegar al espacio?

— Absolutamente, ya estoy muy encaminado, sobre todo por el entrenamiento que ya tengo.

Ahora volviendo a “tu espacio”, eres conferencista en TED, ade-

más, practicas y promueves la Medicina Holística e impartes Yoga y terapia sexual... ¿cómo abres este abanico sin descuidar tu trabajo en la NASA?

— Yo tenía mi camino para llegar a la NASA trazado, pero se me presenta algo que cambió mi vida a los 18 años, y eso fue el desarrollo de una enfermedad incurable y pudiéramos decir terminal, la esclerosis múltiple. Lo que sucede, es que mi cuerpo se paraliza de toda la parte izquierda, entonces empiezo a perder uso de mi mano y pierna izquierda, se me dificultaba mucho caminar, pero gracias a buscar muchas terapias alternativas en México es que encuentro un camino para entrar a la medicina hindú. Eso es lo que inicia una vida paralela de mi vida donde sumó a mi desarrollo intelectual y académico, sumo esta parte del desarrollo del ser y me expone a una serie de cosas y empiezo a entrenarme en la disciplina que estudia y fundamenta la Medicina Ayurvédica, que es una de las más antiguas del planeta, tiene por lo menos 5 mil años, de ahí muy naturalmente empiezo a explorar la parte de la psicobiología, del estado interno del ser como un vínculo entre un estado de salud emocional o de enfermedad emocional y un estado de salud o enfermedad física.

Entonces, gracias al entrar al mundo de mis emociones, encuentro la forma de resolver y lo puedo decir “la cura” (la remisión) para la esclerosis múltiple, hasta la fecha de esto hablo en las pláticas TED. Soy el primer y único caso, al año 2.5 millones de personas padecen esclerosis múltiple, y la mayoría de los casos son de degeneración neuronal y muerte.

Pero ¿qué dijeron los doctores de tu caso clínico?

— En mi caso no solo logro cambiar la estructura del cerebro, porque mi cerebro cambió, en mis resonancias, al verse los orificios llenos de placa de la esclerosis a estar completamente recuperado, eso no es habitual, lo corroboré con médicos y eso es algo inexplicable. Los médicos que me diagnosticaron vieron los estudios y se sorprendieron.

Los seis médicos que vi, que



Escanea para conocer el multiverso de Miguel Castillo

fueron neurólogos, radiólogos e internistas aquí en Juárez, y el mejor neurólogo de aquel entonces en El Paso, Texas. Recuerdo cuando años después, ya recuperado, les llevé las resonancias [...] les digo esto fue lo que pasó y tu fuiste el que me diagnosticaste y fueron muy comprensivos, porque se dieron cuenta que el diagnóstico que habían hecho era el correcto [...] 'pues no lo podemos explicar', pero me felicitaron.

¿Cómo fue en tu caso la terapia o tratamiento?

— En mi caso usé el sistema Gestalt de la Silla Vacía, pero lo hice a través de una técnica muy específica que en la Medicina Ayurvédica llamamos: la práctica de Nidra. Es Nidra Yoga, o simplemente Nidra, que significa sueño. Establece que cuando una persona entra en su estado de sueño, las ondas cerebrales bajan a un estado similar a la hipnosis, si han visto a una persona que hipnotizan se darán cuenta que se puede hacer una persona que crea otra cosa [...] en esta correspondencia el estado de sueño y una realidad hipnótica las técnicas ayurvédicas lo que buscan hacer que en el sueño la persona se autohipnotice para programar la mente en un estado diferente a la realidad.

Por un año y medio, siguiendo estas técnicas, me autohipnoticé para sugestionarme lo suficiente con el fin de llegar al punto donde mi cerebro y mi médula espinal de-

“El método científico no es absoluto, para ser científico se necesita estar en constante evolución, reconocer en su fundamento que no tiene fin”



jaran de presentar los síntomas de la esclerosis múltiple.

Eres un científico, ¿cómo no dudar con el desarrollo de esta otra parte de tu vida en donde hay que tener un criterio más abierto?

— El método científico no es absoluto, para ser científico se necesita estar en constante evolución, reconocer en su fundamento que no tiene fin. Entonces para mí, si la ciencia es flexible, cambiante y evoluciona, y esta otra parte, parece llevar la batuta de este proceso, entonces están en constante comunicación [...] es llevar los conceptos no cuantificables, llevarlo a la ciencia y encontrar los patrones, porque en todo hay patrones, esa es la forma de llevar patrones de los no científicos. Consiste en llevar la sensibilidad y el lenguaje de comunicación para conectar ambos mundos.

¿Y cómo pasas a compartir este conocimiento?

— No imaginé que mi historia iba a servir de nada, más que para mi sanación, pero en 2011 tengo la posibilidad de encontrar a la tercera

persona más espiritual en el mundo, Wayne Dyer. Cuando él llega a mi vida [...] él escucha mi historia y escucha cómo su mismo método psicológico de terapia lo aplicó para sostener el estado de salud en el que me encuentro (porque no fue solamente tener la enfermedad un año y medio, si no mantener ese estado de salud, sé que si en algún momento me dejó de autosugerir este estado de bienestar, la enfermedad podría regresar). Ahí empieza la invitación para escribir, de Dyer.

¿Cómo fue tu experiencia en TED?

— Fue maravillosa, sobre todo porque le dio estructura a mi discurso. TED es una institución muy bien estructurada que tiene un lineamiento estricto y lo que busca es sintetizar las ideas para poderlas hacer de bienestar, de valor para otras personas, de ahí las siglas (Tecnología, Educación y Diseño). El llegar a TED en los tres países en donde pude dar conferencias, que fueron Bélgica, Rumania y México, fue donde le di voz a aquello que ya había escrito en el libro. **N**



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

Meno\$ con Má\$

Así llega 2023

ruth_gonzalez@radionet1490.com



En Chihuahua crecerá el empleo y salario, sin embargo, la desaceleración mundial, la inflación y el alza en intereses van a restar este impulso

POR: RUTH E. GONZÁLEZ

Se prevé que este año la economía mundial desacelere (habrá una recesión). En el país y el estado habrá más empleo y un aumento del 20% al salario mínimo, sin embargo, la inflación y el alza en los intereses (previsiones de Banxico) serán el “menos” para ese “más”.

El crecimiento mexicano se reducirá de acuerdo con la previsión de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE):

En México **“se prevé que el crecimiento del PIB real se desacelere desde un 2.5% (2022) hasta el 1.6% en 2023, pero con un repunte al 2.1% en 2024. El consumo se verá respaldado por la mejora gradual del mercado laboral, si bien la elevada inflación le restará fuerza. Las exportaciones seguirán beneficiándose de una alta integración en las cadenas de valor, pero su dinamismo se verá atenuado por la**

desaceleración de Estados Unidos. La inflación bajará al 5.7% en 2023 y al 3.3% en 2024” (OCDE, nov. 2022).

Ante esta previsión, en números crudos México despierta al 2022 con un 2.8% en la tasa anual del PIB (basada en los primeros 9 meses, Inegi) y no será hasta 2024 que “veamos la luz” detrás de la pandemia. En palabras simples, el crecimiento económico va a ser menor como efecto de la tendencia mundial de desaceleración (para nosotros, la recesión estadounidense).

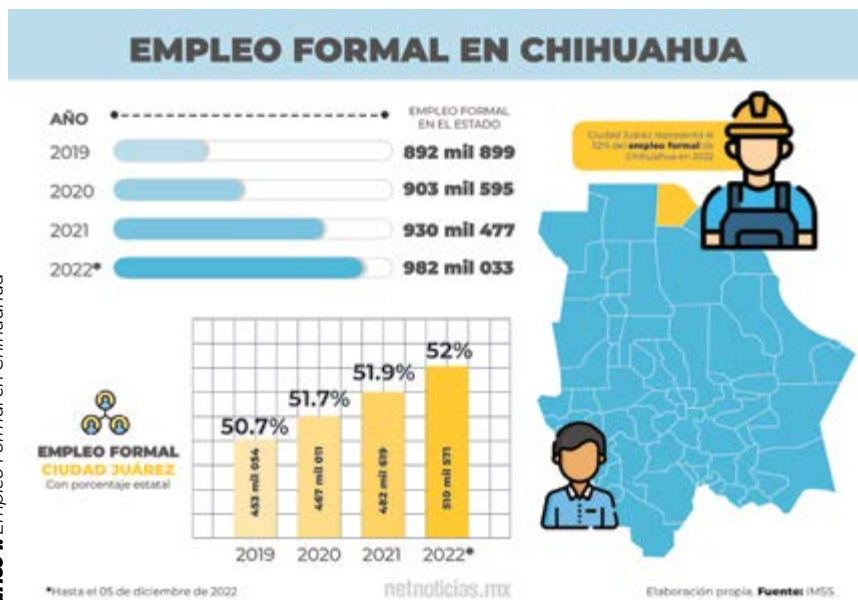
Con el análisis de los indicadores más importantes del Inegi, Banxico, IMSS e Immex para el estado de Chihuahua y Ciudad Juárez, destacamos algunas previsiones y contrastes durante el cierre de 2022 y al arranque de 2023, además, **Revista Net** comparte las voces de líderes empresariales y funcionarios sobre las expectativas y necesidades para el crecimiento local dentro de este contexto.

Empleo, el pulso fronterizo

Chihuahua destacó en 2022 por la generación de empleo, el trabajo formal (IMSS) sumó 982 mil 033 plazas (hasta 05/12), solo la industria de la transformación generó 423 mil 249 de estos empleos, es decir el 43%. Ciudad Juárez es el municipio líder y mantiene una cifra de 510 mil 571 plazas formales en el mismo lapso, esto es, redondeando, el 52% del estado.

La tendencia anual apunta al crecimiento en la ocupación estatal, de 2019 a 2022 el registro de trabajadores en el IMSS ha sido el siguiente: 892 mil 899 (2019), 903 mil 595 (2020), 930 mil 477 (2021) y la cifras de 2022 mencionadas previamente, que podemos apreciar en el **Gráfico 1**.

La industria de manufactura lidera el empleo, el Inegi reportó (dic/22) a 322 empresas con registro Immex (el programa de la Industria Manufacturera, Maquiladora y de Servicios de Exportación) en Ciudad Juárez (de 486 en el estado). Chihuahua tiene el 11% nacional de estas empresas. En México hay 5 mil 160 en total bajo este programa que les ofrece ciertos beneficios arancelarios para sus pro-



Jesús Manuel "Thor" Salayandía, líder local de la Canacintra

cesos de producción. Estas empresas registraron al cierre de enero a octubre del año pasado 20 mil 561 nuevos empleos.

El Directorio Estadístico Nacional de Unidades Económicas del Inegi (Denue, 15/12/22) registraba 125 mil 920 establecimientos económicos en Chihuahua (sin contemplar actividades legislativas, de impartición de justicia o gubernamentales), mientras que en Ciudad Juárez eran 42 mil 522.

"Vine una demanda grande por las nuevas inversiones [...] los parques industriales están totalmente llenos, están buscando nuevos espacios para construir [...] y esto va a traer una sobredemanda de mano de obra, la tarea de nosotros como empresarios va a ser retener al talento que está con nosotros y saber reclutar a los colaboradores que vamos a necesitar en nuestras empresas", opina Rogelio Ramos, líder de Cámara Nacional de Comercio (Canaco) local.

'Falta diversificar la economía'

Para las empresas locales medianas y pequeñas, el crecimiento y el apoyo no ha sido el suficiente, nos comenta Jesús Manuel "Thor" Salayandía, líder local de la Cámara Nacional de la Industria de Transformación (Canacintra). **"La maquiladora no paró, siguió generando empleo,**

sigue siendo el estabilizador [...] pero queda mucho por hacer en cuestión de la diversificación de la economía".

"Thor" considera que la economía local se debe también medir y analizar, "quitando" a la industria de manufactura para ver los resultados "reales" y en dónde hay que poner mayor atención de políticas públicas. **"Una vez que quitas las maquiladoras y ves lo que queda, pequeños y medianos comercios, servicios, construcción, nos queda a deber mucho esto (2022), los de-**

tonantes de la economía local".

Agrega Salayandía que debe haber mayor impulso en esto, **"por más de 50 años no hemos podido lograrle vender a la industria más, estamos estancados en un 1.8 a 2%, y es muy importante, porque la industria maquiladora requiere de muchos insumos, tanto directos como indirectos. Lo indirecto ha estado creciendo naturalmente, como servicios contables, servicios de comedores industriales, logística, transporte (tanto de personal o como de producto terminado), pero lo directo, lo que se compra en Europa, Asia o EU, eso no está creciendo, se siguen trayendo todos esos insumos [...] creo que deben impulsarse esos esfuerzos para detonar esa economía local o diversificar la economía, que haya más, en vez de depender tanto de la industria maquiladora"**.

Por otra parte, para el líder de Canaco el cierre de año fue alentador, **"esperábamos que cerraran muchas empresas, que muchos empresarios dejaran de serlo, afortunadamente la resiliencia, la creatividad y valentía de nuestros empresarios se hizo valer. Yo esperaré que estas empresas volvieran a crecer en 2023 a optimizar su desempeño y que se diversificaran. Y para las nuevas inversiones que vienen que se arraiguen a la ciudad... para que entre todos podamos tener una mejor ciudad"**. ▶



Aumento al 'mínimo'

El 2019 fue el parteaguas para que el salario mínimo creciera, en la frontera norte se estableció un salario mayor al resto del país. La Zona Libre de la frontera en Chihuahua abarca los municipios de Janos, Ascensión, Juárez, Práxedes G. Guerrero, Guadalupe, Coyame del Sotol, Ojinaga y Manuel Benavides, el resto del estado y país queda bajo el otro esquema salarial.

Este 2023 llega otro incremento general. El Consejo de Representantes de la Conasami determinó un aumento del 20% en todo el país. Esto deja en 312.41 pesos la jornada diaria en Ciudad Juárez y los municipios fronterizos, mientras que para el resto quedará en 207.44 pesos (Gráfico 2).

En Chihuahua, una quincena antes del cierre de 2022, las mujeres con empleo formal (IMSS) ganaban un promedio de \$432.08 por jornada diaria y los hombres \$531.23, la media general fue de \$489.37. En Juárez, el mínimo promedio diario fue de \$537.41, las mujeres \$477.01 y los hombres \$581.58. En general el rango de desigualdad salarial en el estado se mantiene en 18.66% y la frontera en 17.9%.

"En cuanto a la política salarial yo estoy de acuerdo con el Gobierno Federal en que se haya atrevido a subir el salario de esa manera {...} venimos de un rezago de salarios de muchos años, histórico, y nadie se había atrevido a hacer un aumento de este tamaño, porque le tenían miedo a la inflación y los



Gráfico 3: Inflación Máxima 2022

trastornos económicos, es parte de los aciertos que tiene. Nos quejamos mucho de los aumentos, pero cuando vienen disminuciones no decimos nada, a los empresarios nos disminuyeron el IVA al 8% y el Impuesto Sobre la Renta (ISR) al 20%, esto nos ayuda a pagar mejores salarios y a ser más conscientes con nuestros colaboradores", considera Rogelio Ramos.

La canasta básica inalcanzable

Pero inflación en 2022 sí "disminuyó los bolsillos" de los ciudadanos. En la primera quincena de diciembre de 2022, el Índice Nacional de Precios al Consumidor (INPC) aumentó 0.39 % respecto a la quince-

na anterior. Con este resultado, la inflación general anual se ubicó en 7.77 %. En la misma quincena de 2021, la inflación quincenal fue de 0.10 % y la anual de 7.45 %.

El índice de precios subyacente registró un incremento de 0.57 % a tasa quincenal y de 8.35 % a tasa anual. En el mismo lapso, el índice de precios no subyacente disminuyó 0.14 % a tasa quincenal y subió 6.08 % a tasa anual, de acuerdo con el Inegi.

Juárez fue de las urbes más afectadas por el encarecimiento en la canasta básica, el INPC en su máximo pico 2022 fue de 10 %, mientras la inflación no subyacente nacional fue de 10.65% y la subyacente de 8.05 % (Gráfico 3).

Entre los productos básicos que presentaron mayores incrementos durante 2022 destacan el tomate, chile serrano, tortilla de maíz, huevo, cebolla, papa (y otros tubérculos), pollo, aguacate, limón, carne de res y plátanos.

"La realidad de las cosas es que la gente no se completa con lo que se les están pagando, y más si esas personas tienen crédito de Infonavit {...} El Gobierno Federal maneja una Línea del Bienestar que ronda entre los 14 mil pesos, con el aumento al salario mínimo van a andar por ahí por los 10 mil pesos, no se van a completar {...} es necesario pagarle más a la gente, no va a ser suficiente, no se van a completar de todos modos, va a ser inflacionario también. Subirá el salario, pero todos los precios también —me pregunto: ¿cuál va a ser



Gráfico 4: Exportaciones en Chihuahua

el beneficio para la gente? — No va a haber”, comenta el líder de Canacintra.

“A la frontera nos va a sacar de competitividad con respecto al resto del país {...} tenemos que fortalecer a las empresas, debemos tener esquemas de estímulos para que el empresario pueda tener una empresa más fuerte, más productiva {...} y pueda pagarle más a la gente”, agrega Salayandía.

“Se preveía que la inflación fuera mayor, se hablaba de 12, 13, 15%, afortunadamente no llegamos a tal grado... de cualquier manera es la más alta de la historia, habrá que ponerse a trabajar con el Gobierno Federal (nosotros los empresarios) para transitar ambos en una política de consciencia el año que entra, para que no nos vuelva a alcanzar esta cifra de inflación”, considera el líder de Canaco.

Otro de los beneficios para el trabajador mexicano es el aumento en los días de vacaciones, a partir de este año, después de los primeros 12 meses el asalariado recibirá 12 días en vez de 6 días de descanso pagado, bajo la iniciativa conocida como “Vacaciones Dignas”. Al respecto, el líder de Canacintra considera que **“lo del salario mínimo y las vacaciones son cuestiones recaudatorias, porque al final del camino el que va a recibir más dinero es el gobierno, pero no se va a ver reflejado en la gente, se van a pagar más cuotas al IMSS, más impuestos y demás {...} ganas más, pero gastas más y vas a pagar más impuestos”**.

Chihuahua, líder de exportaciones

“Actualmente Chihuahua es tercer lugar nacional en Inversión Extranjera Directa (IED) en el tercer trimestre del 2022, primer lugar en exportación en México, tercer lugar en valor de producción minera, así como primer lugar en el subíndice de aprovechamiento de relaciones internacionales”, dio a conocer María Angélica Granados Trespalcacios, titular de la Secretaría de Innovación y Desarrollo Económico (SIDE).

Sobre estos comentarios y basados en las Exportaciones por Entidad Federativa del Inegi, el año fue muy positivo, cerró (hasta el segundo trimestre) con un crecimiento del

Rogelio Ramos, líder de la Canaco

24.3% en comparación al 2021 en exportaciones. En el **Gráfico 4** se destacan las cifras de Chihuahua en este rubro.

En 2023, el presupuesto al SIDE será de más de 305 millones, de los cuales el 83% **“será destinado a proyectos estratégicos como es el caso del apoyo al fortalecimiento y desarrollo industrial, el impulso al fomento de economía social, apoyo para el fomento al comercio y desarrollo empresarial, apoyo a la innovación, competitividad y fortalecimiento empresarial”,** informó la titular del SIDE durante su comparecencia ante la Comisión de Hacienda del Congreso, en diciembre pasado.

El crecimiento de la industria de manufactura será grande en la frontera, **“estamos rompiendo récord en cuanto a exportaciones, eso nos da mucho trabajo, sigue siendo el estado de Chihuahua el exportador manufacturero número 1 del país, y Ciudad Juárez aporta un 75% de esas exportaciones”,** comparte Manuel Sotelo, líder de la Cámara Nacional del Autotransporte de Carga (Canacar).

Las naves industriales son otro indicador de este crecimiento, la zona de mayor crecimiento en Juárez será el sureste, de acuerdo con Solili. **“El inventario del mercado industrial de Ciudad Juárez ocupa el cuarto lugar a nivel nacional, solo por de-**



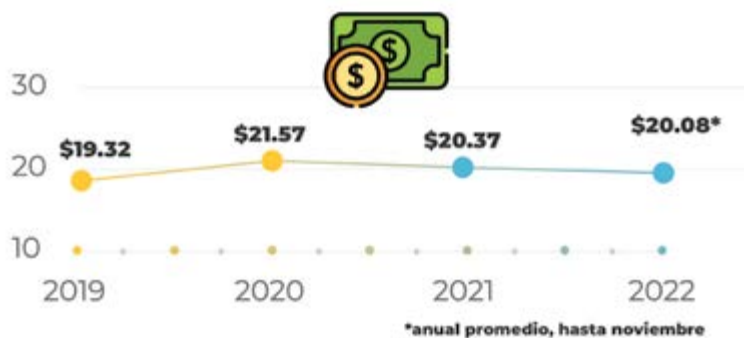
bajo de Ciudad de México, Monterrey y Tijuana”.

Este corredor que concentra el 28% de las naves industriales y va de la mano del crecimiento local, **“el 79% de la nueva oferta de Juárez se concentra también sobre el corredor Sur. Tengamos en cuenta que hacia el oriente y sur de la ciudad es donde se han concentrado nuevos desarrollos residenciales, lo que permite que se genere un desarrollo natural para dotar de mano de obra a estos nuevos parques industriales”,** agrega el reporte de la plataforma especializada en información del sector inmobiliario mexicano.

Migración y rezago, los grandes obstáculos

“Vamos a terminar el año con un problema político, por una parte con el gobernador de Texas (Greg Abbott), ha habido revisiones más exhaustivas...”, pero la mayor crisis que se espera en la frontera es la terminación del Título 42 (este permite la expulsión inmediata de migrantes de EU a México y se mantuvo vigente por la Suprema Corte el 20 de diciembre). **“Ya nos avisó CBP que van a retirar personal de las líneas de cruce de carga, eso ya lo vivimos en 2019 cuando hacíamos hasta 36 horas para la exportación, lo vamos a empezar a vivir otra vez {...} seguramente empezaremos así el 2023”,** dice Sotelo. ►

DÓLAR VS. PESO



Además, otra dificultad para los transportistas ha sido la separación operativa de la Aduana. **“En la frontera estamos siendo afectados por la separación de Aduanas del SAT, estamos batallando desde mediados de año, los sistemas los tiene el SAT y ANAM (Agencia Nacional de Aduanas) está tratando de hacer sus propios sistemas, retrasando la operación muy seguido”.**

La mejora en la Aduana juarense se ha quedado solo en “promesas de campaña”, considera el líder de Canacintra. **“Juárez, no pinta para la Federación, y no es de ahorita, es de gobiernos de más atrás, cuando vemos todo lo que exportamos, lo que representa nuestra Aduana en transporte terrestre [...] la carga terrestre ha aumentado casi un 40% y necesitamos tener una mejor Aduana”.** Salayandía agrega que seguirán viniendo funcionarios federales para “hacer campaña”, pero las obras no se ven, incluyendo la necesaria renovación de infraestructura aduanal.

“En la medida que tengamos una mejor ciudad, el empresario tendrá un desempeño más amigable, si los tres niveles de gobierno se pusieran de acuerdo para abatir el rezago en seguridad, salud, educación, alumbrado público, reparación de calles, en todo esto que es un rezago histórico, tendríamos una ciudad más atractiva, competitiva”, comparte Rogelio Ramos sobre lo que falta por mejorar.

Remesas y dólar

El peso frente al dólar ha mantenido una tendencia moderada, al cierre preliminar de noviembre pasado se mantenía un promedio de \$19.32 pesos por dólar (Banxico). En comparativo a los años anteriores que el cambio tipo FIX (para pago de obligaciones) obtuvo un promedio de \$21.57 (2021). **(Gráfico 5).**

Por otra parte, Juárez mantuvo un fuerte liderazgo en la recepción de remesas, estos envíos de dinero de paisanos a sus familias mantuvieron una entrada sólida. En los tabuladores trimestrales de Banxico, Juárez registró de enero a marzo (2022) más de 107 millones de dólares (mdd), de abril a junio cerca 131 mdd, mientras de julio a septiembre 131 millones. En cuanto al estado y el país, en septiembre de 2022 los ingresos por remesas alcanzaron un nivel de 5 mil 031 mdd en el país, lo que significó un aumento anual de 14.1%. En Chihuahua, el primer trimestre de 2022 fue de 345 mdd, el segundo de 429 mdd y el tercero 436 mdd, en general, el estado sumaba hasta el tercer trimestre mil 210 mdd, de los cuales el 30% se recibieron en Juárez y 23% en la ciudad de Chihuahua (283 mdd).

Expectativas 2023

“Con el nearshoring muchas inversiones que se estaban yendo para China [...] ahora se pone otra vez México como un lugar atractivo para invertir, a pesar de estas con-

diciones políticas que tenemos, no solamente el país, sino más contundentemente la frontera”, dice “Thor”.

“La economía local ‘no maquiladora’ creció casi 6 mil plazas, en maquilas creció más de 20 mil, para 2023 será ese mismo crecimiento o más (por el nearshoring)”.

Pero Salayandía considera que las políticas públicas deben mejorar, **“debe haber políticas más enfocadas a las pequeñas y medianas empresas, deben seguir trabajando en lo que promovimos: una Ley de Proveeduría, deben estimular más a las Pymes porque son el motor económico del país. Debemos de tener trámites más ágiles ante Hacienda y ante las diferentes instancias de gobierno, eso es lo que nosotros pediríamos. También una estrategia económica a largo plazo”.**

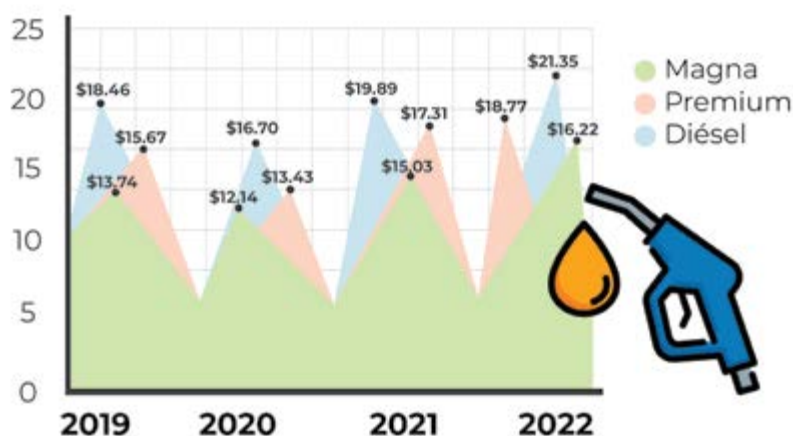
Para el gremio de transportistas, la crisis migratoria y la traba en la Aduana no es una combinación alentadora para el arranque de año. **“Creo que vamos a tener un 2023 un poco difícil, los intereses están subiendo tanto en México como en EU y eso afecta las operaciones, nos crea inflación y esas no son ‘medicinas buenas’ para la economía, para la industria”.**

Desde la perspectiva de Ramos, **“lo que nos queda pendiente (de 2022) es la terminación del BRT, que fue un proyecto que nació para darle movilidad segura y digna a nuestros colaboradores y que está inconcluso, y aparte está empatado con el viejo transporte público. Si se enfocaran ambos gobiernos, el municipal y el estatal, en terminar el BRT, darían muchísima movilidad y calidad de vida para la población en general”.**

“Va a llegar la cuesta de enero, viene una cascada de aumentos y los únicos beneficiarios van a ser las diferentes instancias de gobierno que van a recibir más dinero”, opina el líder de Canacintra, y en cuanto a lo positivo **“otra vez habrá repunte en el empleo por la industria maquiladora, se espera que siga ese impulso para todo 2023”.**

“Las expectativas en general son muy buenas, vienen nuevas inversiones [...] esto hace a la ciudad más competitiva y más atractiva”, concluye con su previsión Rogelio Ramos. **N**

GASOLINA EN LA FRONTERA



Desplazados en Chihuahua

Hay 56 comunidades afectadas en la sierra; adicionan el delito al Código Penal del estado

POR: STAFF/REVISTA NET

“A quien, por medio de la violencia física o moral ocasione que una persona o un grupo de personas abandone su lugar de residencia habitual, se le impondrá prisión de uno a siete años y de 100 a 400 días de multa”; esto luego de que el Poder Legislativo aprobara la inclusión del artículo 206 quater al Código Penal del Estado.

Además, se establece que dicha pena aumentará en un tercio cuando el agente tenga el propósito de ejercer el control o dominio del territorio en que se asienta la residencia de la víctima.

En la exposición del dictamen, la diputada **Ilse América García Soto**, integrante de la Comisión de Justicia, detalló que la iniciativa presentada por el Grupo Parlamentario

de Morena refiere que la **Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas del Estado** (Ceave) tiene el registro de desplazamiento forzado en 56 comunidades de municipios chihuahuenses como Guadalupe y Calvo, Uruachi, Balleza, Saucillo, Delicias y Guachochi, aunque organizaciones no gubernamentales incluyen también a los municipios de Madera, Guazapares, Batopilas, Urique y Bocoyna.

Migrantes de su propio estado

De acuerdo con la Corte Interamericana de Derechos Humanos **“se entiende por desplazados internos las personas o grupos de personas que se han visto forzadas u obligadas a escapar o huir de su hogar o de su lugar de residencia habitual, en particular como re-**

sultado o para evitar los efectos de un conflicto armado, de situaciones de violencia generalizada, de violaciones de los derechos humanos, y que no han cruzado una frontera estatal internacionalmente reconocida”, expuso la legisladora.

Agregó que actualmente hay disposiciones a nivel nacional y local que de una u otra forma tutelan lo referido, sin embargo, es imperante plasmarlo en el derecho penal local para obligar a las autoridades a investigar, establecer medidas de protección y procurar la reparación integral del daño de las víctimas por desplazamiento forzado interno.

Con ello, se sanciona penalmente el desplazamiento forzado interno para coadyuvar en la solución del problema, visibilizar el tema y crear el antecedente de atención legislativa. Por lo anterior, el Poder Legislativo adicionó al Libro Segundo, Título Décimo Segundo, denominado Delitos Contra la Paz, la Seguridad de las Personas y la Inviolabilidad del Domicilio, un Capítulo VII, para llamarlo Desplazamiento Forzado Interno, que contiene el Artículo 206. Quater, al Código Penal. ■

Juegos de PLACER

✉ carlos_soria@radionet1490.com



*El uso de artículos eróticos estimula,
fortalece la confianza y hasta
la relación de pareja, nos comparte
una experta*

POR: CARLOS SORIA

Aunque parezca que cada vez estamos más abiertos a la posibilidad de experimentar “nuevas cosas” en temas íntimos y de pareja, para algunos todavía es un tabú, una distante idea el poder experimentar.

Prejuicios o miedos, creencias, a veces, hasta ignorancia, son algunos de los factores por los que algunas personas no se animan a incluir juguetes eróticos en su intimidad.

Revista Net abordó el tema con la sexoterapeuta y psicóloga integral, **Gabriela Saucedo**, quien nos comparte lo importante que es promover el placer sexual, primero de forma individual y después en pareja, y para esto, los juguetes eróticos pueden tomar un papel importante.

“Usar juguetes sexuales ayuda a romper con la monotonía al experimentar nuevas sensaciones. El cambio resulta innovador, cada persona puede ir descubriendo y conociendo que le gusta y que no le gusta, para ponerlo en práctica con la pareja, o individualmente”, nos dice la experta.

Un juguete no reemplaza a nadie

En cuestión de pareja la terapeuta apunta a que es importante hablarlo, acordar el uso de estos en la relación, y tener siempre claro que un juguete sexual no reemplaza a nadie.

“La idea es sumar, es decir, que los juguetes sexuales sean un complemento, jamás pueden sustituir o reemplazar. Proveen de mucho placer, creatividad y pasión a los encuentros de la pareja. Es fundamental focalizar en la importancia que tiene la comunicación, poder hablar con nuestra pareja sobre nuestra vida sexual. Decidir en conjunto, de manera consensuada el incorporar y disfrutar de diferentes juegos. De esa manera los fantasmas relacionados a la sustitución, seguramente desaparecerán, y la relación se fortalecerá, así como la confianza y complicidad”, comparte la experta.

Los juguetes eróticos no solo son para usar en el acto sexual, hay desde para usarlos en el juego previo: geles, aceites para masajes, látigos, estimulantes, que en pareja, funcio-

nan bastante bien para ir preparando el terreno al encuentro íntimo.

“Cuando consideres que es un buen momento y quieras incorporar algún juguete erótico en tu vida íntima, háblalo con tu pareja y enfatiza en que quieres disfrutarlo con ella o con él, utilicen la creatividad y jueguen, disfruten el momento, su momento”, comenta la sexoterapeuta.

Muy saludables

Los juguetes eróticos también pueden ser de ayuda terapéutica para personas que atraviesan por algún tipo de disfunción sexual, ya sean hombres o mujeres.

“Uno de los beneficios más importantes cuando se usan juguetes eróticos en solitario es el autoconocimiento, explorar y descubrir tus propios puntos de placer puede ayudarte a comprender exactamente qué es lo que te hace sentir bien. Conocer tu cuerpo y lo que necesitas durante un encuentro sexual puede aumentar tu autoestima y ayudarte a sentir más satisfecha en relación con tu propio cuerpo. Además, los juguetes te permiten disfrutar de una experiencia sexual cómoda y segura sin necesidad de penetración”, agrega la sexóloga.

“La idea es sumar, es decir, que los juguetes sexuales sean un complemento, jamás pueden sustituir o reemplazar”

La aventura de disfrutar

La aventura y la variedad son importantes para mantener el deseo y fortalecer los lazos emocionales en una relación a largo plazo. Por eso, los juegos previos son una gran idea cuando se quiere innovar en la cama.

“La sexualidad puede variar con el tiempo y lo que hoy me gusta y no me gusta puede luego cambiar. Entonces, sería agregarle algo a tu vida sexual, pero no pasa nada si no hay interés. Lo importante es que esta decisión no sea debido a tabúes socio-culturales. Siempre se puede hacer una consulta sexológica para trabajar sobre ellos, que en muchos casos no permiten disfrutar de una sexualidad plena y libre de prejuicios”.

Beneficios:

- **Ayuda** a conocer nuevas zonas erógenas y los grados de intensidad que tu pareja tiene en cada una de ellas.
- **Incrementa** los momentos de erotismo y la imaginación para utilizarlos.
- **Contribuye** a alcanzar el orgasmo. Según estudios el 70 por ciento de las mujeres necesita estimulación en el clítoris para alcanzarlo.

• **Ayuda** con ciertos padecimientos como la disfunción eréctil y el deseo sexual bajo.

• Descarga tensiones y alivia el estrés ya que **libera** endorfinas que benefician tu calidad de sueño, relaja tus músculos y acaba con dolores de cabeza.

Química que da bienestar

Además, los juguetes sexuales ayudan a aliviar el estrés. Esto debido a que la masturbación, con o sin juguetes, estimula la segregación de endorfinas y dopamina, lo que nos ayuda a lidiar con la ansiedad, la tensión y puede conducir a una mejor noche de sueño.

La oferta es variada, los juguetes son de diferentes tamaños, texturas, materiales, colores, para disfrutar en solitario o en pareja, para estimular la confianza y autoconocimiento en individual o en pareja.

Es importante conocer antes los juguetes, la diferencia entre unos y otros e investigar su uso para el buen funcionamiento y disfrute de estos. 

Lic. Gaby Saucedo
Psicología Humanista
Tel. (656) 149 3958

Facebook:
Psicología Integral
y Desarrollo Humano - PIDH



Descubre nuevas sensaciones

I ♥ MY TOY

• TOYS FOR ALL •



ESPECTÁCULOS

• JOSH RUBEN •

TERROR Y HUMOR INDIE


 ruth_gonzalez@radionet1490.com

El cineasta de la escuela neoyorquina comparte su trabajo en 'Scare Me', 'Werewolves Within' y su nuevo filme 'A Wounded Fawn'

POR: JOEL SANTILLÁN

Josh Ruben es un cineasta que ha logrado combinar sus bases como comediante y su amor por el cine de terror, tuvo sus inicios creando sketches de improvisación en el canal de YouTube "College Humor". Ahí pudo poner en práctica sus dotes de actuación improvisada (*improv*), después saltó a la pantalla grande con su película independiente "Scare Me" y su éxito aclamado por la crítica "Werewolves Within". Ahora extiende su rango como actor en la película "A Wounded Fawn" ("Ciervo Herido"). Josh compartió en exclusiva con **Revista Net** su carrera y proyectos.

El origen

Ruben comenzó su carrera en una escuela de teatro en la ciudad de Nueva York, ahí tuvo la oportunidad de estudiar bajo el tutelaje del legendario director y ganador del Oscar Mike Nichols.

"Nací en Washington, DC, pero me crié en Woodstock, NY. Fui a escuela de actuación en Nueva York cuando tenía 18 en un programa de dos años con Mike Nichols como uno de mis maestros, así que aprendí técnicas de actuación de una de las leyendas vivientes, uno de los últimos de su tipo".

"Fue una experiencia muy romántica, se sintió como una verdadera experiencia de actor vivir en Nueva York haciendo teatro y trabajando con Mike y otros acto-

res muy jóvenes, yo era probablemente el más joven. Esto me llevó a crear mis propios videos con un puñado de amigos haciendo sketches para el internet y eso me llevó a trabajar en 'Collage Humor'".

La mudanza de Josh fue un mes después de los trágicos eventos del 11 de septiembre (2001), cuando un grupo de terroristas usaron dos aviones para destruir los edificios conocidos como las Torres Gemelas.

Fue un tiempo difícil para comenzar su nueva etapa, pero también pudo encontrar algo positivo que le ayudó a su crecimiento como actor. ***"Las torres... el área aún tenía humo, el pequeño departamento que mis padres me rentaron tenía una capa de polvo de las cenizas que aún caían de la atmósfera de la ciudad, se filtraba por las ventanas. Estaba en Chelsea, Battery Park, y el punto de las torres estaba relativamente lejos, tal vez a media hora en tren o un poco menos. Mis padres batallaron para dejar que su hijo de 18 años se mudara después del evento. En la escuela teníamos discusiones de mesa redonda para hablar de ma-***

nera terapéutica, ofrecían ayuda psiquiátrica”.

La experiencia de trabajar como actor en este ambiente sombrío le dio a Josh la oportunidad de intentar encontrar humor cuando la ciudad lo necesitaba, su grupo de improv (comedia de improvisación) tuvo éxito pues la gente ya estaba lista para encontrarlo.

Apuesta de miedo

Después de dirigir sketches de comedia y comerciales, Josh decidió intentar dar el paso en la dirección de cine. Usó el dinero de su cuenta de retiro para financiar, junto con amigos y productores, su proyecto “Scare Me”. Esta película cuenta la historia de un escritor que pasa por un bloqueo mental, por azares del destino conoce a una escritora famosa y juntos se dedican a improvisar historias.

La cinta se hizo con un bajo presupuesto y se filmó en solo 13 días. La decisión de apostar su futuro en este proyecto fue fácil y difícil, Josh tomó su decisión inspirado en sus amigos actores que se habían aventurado a California para perseguir su sueño, al joven director le tomó 4 meses poder preparar la película.

“Es la película más personal que podía hacer. Usé todo lo que había aprendido y el menor dinero posible para arriesgarme y crear una carrera como director de cine. Pude obtener recursos, no era mucho dinero, fue menos de 500 mil dólares, buena parte era de mi fondo de retiro, algunos amigos y productores contribuyeron y ocurrió un milagro. Yo solo quería hacer una película con mis amigos y nunca pensé que seríamos aceptados en (el festival de cine) Sundance o ser adquiridos por (el servicio de streaming) Shudder, o que las personas se disfrazarían como los personajes para Halloween”. Al final del pro-

ceso Josh no contaba con dinero, pero le ofrecieron una campaña publicitaria para una empresa de pizzas que tomó como un “guiño del universo” para que pudiera continuar con su camino.

Con un lobo adentro

“Werewolves Within” se dio durante la preparación de la distribución de “Scare Me”. **“Convoqué a unas personas como audiencia de prueba de mi película ‘Scare Me’ en la oficina de mi representante, dos de ellos eran productores”.**



Impresionados con el trabajo demostrado con tan poco presupuesto, recibió un mensaje para hacer una propuesta para una cinta basada en un videojuego. **“Estaba nervioso porque las películas basadas en videojuegos tienen mala reputación, pero abrí el guion y estaba lleno de cosas que amo en el cine, se sentía como (John) ‘Carpenter’, ‘Tremors’, ‘Gremlins’ y ‘Fargo’”.**

El director tardó dos semanas en crear 50 páginas en donde detallaba su visión para el proyecto,

propuso desde los posibles actores hasta la paleta de colores que usaría si le daban el proyecto. Unas semanas después, mientras estaba de vacaciones con quien hoy en día es su esposa, recibió la noticia de que había sido elegido para llevar este proyecto de 6.5 millones de dólares a la pantalla grande.

Esta obra cuenta la historia de un grupo varado en una cabaña tras una tormenta de nieve, todos tienen que descubrir quién de ellos es la persona que se transforma en lobo. El filme (disponible en México en HBO Max) es una mezcla de terror con comedia. Aún cuando fue recibida positivamente por la crítica, no causó un gran impacto en la taquilla debido a la pandemia.

“‘Werewolves Within’ siento que, si hubiera salido estas semanas en vez de hace un año y medio, durante la pandemia, hubiese sido otra historia, porque hoy en día el terror está teniendo éxito y la gente quiere divertirse”.

Un Ciervo Herido

Josh ahora muestra su talento frente a la cámara como el actor principal del filme “A Wounded Fawn”. Dirigida por Travis Stevens, este proyecto mezcla lo sobrenatural con la historia de asesino serial. **“La manera más fácil de explicarla es que se trata de un thriller en una cabaña en el bosque en donde un hombre lleva a una mujer para un fin de semana romántico, pero resulta ser un psicópata, el enfoque fantasmagórico o sobrenatural es que es aterrorizada por las diosas griegas de la venganza”.** Cuando se le preguntó si el proceso de pasar de ser director a actor fue difícil, Josh considera que **“para mí es genial, porque yo comencé como actor y me convertí en director por necesidad y hay más dinero en dirigir comerciales, que es donde comencé {...} cuando tengo ▶**



“(Scare Me)” es la película más personal que podía hacer. Usé todo lo que había aprendido, lo que ocurría en mi vida por el menos dinero posible para arriesgarme y crear una carrera como director de cine”

la oportunidad de estar en frente de la cámara puedo estudiar a otros directores, para ver cómo otros cineastas hablan a otros actores. Travis (Stevens) en un gran director y me gusta observar, guardo lo que me gusta del proceso, pero también lo que no funciona para mí. Tomo esa información nueva y la uso para la próxima ocasión que esté en la silla de director. Lo que me he dado cuenta es que todo mundo quiere la dirección más concisa posible, porque todos estamos cansados, y a pesar de que estamos ahí para trabajar, hemos estado por muchas horas y queremos irnos a casa. Hubo ciertas ocasiones en donde Travis de manera muy amable me preguntó: —¿qué piensas de este momento o de esta secuencia?— y me sentí con la confianza de proponer, pero esto no era usual”.

La carrera de Josh es aún joven, tiene grandes proyectos en mente. Su trabajo se puede encontrar en YouTube como de “College Humor”. “Werewolves Within” está disponible en HBO Max. Josh también colaboró en el documental de sátira “Death to 2021”, que está en Netflix. En Estados Unidos en la plataforma Shudder se puede ver “Scare Me”, “A Wounded Fawn” y “Blood Relatives”. **N**



BÚSCANOS EN FACEBOOK

RevistaNetMx

**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

**Validad del Ángel # 5100 C.P 31156
Col. Nombre de Dios. Chihuahua, Chi., Mex.**

+52 (614) 158 08 08

www.cchotel.mx



WESTWOOD
ENTERTAINMENT



SONY MUSIC



ACSHOWS



MC
ENTERTAINMENT



ZAMORA
PRODUCCIONES



@FrecuenciaTour

SIN BANDERA

CELEBRA CON NOSOTROS **XX AÑOS** DE ÉXITOS

03 FEB 9:00 PM

EXPO
CHIHUAHUA

BOLETOS YA A LA VENTA EN
startickets.mx

Y PUNTOS
DE VENTA
HR
pop music

MASARYK
RISTORANTE



Aprovecha los Descuentos

que el Gobierno de Parral
tiene para ti.

y participa en el gran

SORTEO PREDIAL 2023



15%
de Descuento
Enero

50%
de Descuento
Adultos Mayores
con Vulnerabilidad

10%
de Descuento
Febrero

20%
de Descuento
Madres Solteras

5%
de Descuento
Marzo

50%
de Descuento
Contribuyentes
con Discapacidad

5%
de Descuento
Abril

50%
de Descuento
Pensionados
y Jubilados



MUNICIPIO DEL
PARRAL
GOBIERNO MUNICIPAL
COORDINACIÓN GENERAL DE ADMINISTRACIÓN 0244 2334

LA CAPITAL DE
LO BUENO