



# Una AVENTURA en BARRANCAS

# PLAN TELCEL / PLUS 5G4



SAMSUNG  
Galaxy S23 Ultra

EQUIPO NO INCLUIDO

CON  
**10GB**

POR SOLO  
**\$499** AL MES

La mayor Cobertura y Velocidad

**telcel**

1) El precio publicado corresponde al Plan Telcel Plus 5G 4 (TP5G4). 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](http://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](http://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](http://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 31 de marzo de 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](http://posadatierrablanca.com.mx)

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

**HOTEL COPPER CANYON**  
**Hotel Copper Canyon**  
Vialidad del Angel # 5100  
Col. Nombre de Dios  
Tel: (614) 158-0808  
[www.cchotel.mx](http://www.cchotel.mx)

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

**Hotel Santa Fe**  
Carretera Panamericana Km 67  
Salida Sur - CP 33710  
Tel: 01 800 823 3939  
[www.santafehotel.com.mx](http://www.santafehotel.com.mx)

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

**Hotel Real de Biezma**  
Colegio y 20 de Noviembre s/n Col.  
Centro C.P. 33800  
Tel: (627) 138-0143 y  
(626) 138-1963  
[nfo@hotelrealdebiezma.com](mailto:nfo@hotelrealdebiezma.com)

**Hotel El Castillo**  
Tel: (635) 578-3030  
[mansion.ibm@gmail.com](mailto:mansion.ibm@gmail.com)  
[hotel mansion tarahumara.com.mx](http://hotel mansion tarahumara.com.mx)

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

**HOTEL DUBLAN**  
**Hotel Dublan**  
Av. Benito Juárez #421  
Col. Dublan  
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

**VALES DE GAS LP**  
**TORTILLAS DE MAÍZ**  
**HUEVO**

**CANASTA SOLIDARIA**

**PRÓXIMAMENTE EN TU COLONIA**

**Requisitos**  
- Copia Credencial INE.  
- Copia Comprobante de Domicilio.  
- Credencial de discapacidad en su caso.

**GAS K-19**  
**HIDALGO DEL PARRAL**  
GOBIERNO MUNICIPAL ADMINISTRACIÓN 2021-2024  
**LA CAPITAL DE LO BUENO**  
**TORTILLERIA Lupita**



**04**

**AIRE FRESCO**

Cynthia Aguirre: Danzar para vivir

**08**

**ESPECIAL**

Voces con valor

**16**

**REPORTAJE**

Justicia Restaurativa:  
Impulso a la reinserción

**20**

**DE PORTADA**

Una Aventura en Barrancas

**30**

**DE COLOR**

OnlyFans: Las redes de porno



**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  
Victor López Calzadillas / Director Comercial  
Eduardo Lara / Netnoticias  
Carlos Soria / Producciones Especiales  
Rafael Álvarez / Editor Web  
Alejandro Velasco / Radio Net

**Colaboradores**  
Dinorah Gutiérrez  
Uriel Ornelas

**Fotografía**  
Yvoné Vidaña

**Portada**  
**Fotografía:** Cortesía  
Parque Aventura  
Barrancas del Cobre  
**Edición:** Adriana Baca

**RADIONET**  
**1490AM**

**netnoticias.mx**

NET Información Total Edición #184, Marzo 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. PNM: 28/04/2017, registro en el Padrón Nacional de Medios Impresos. Domicilio de la Publicación: José Borunda 1178. Partido Romero. Código Postal 32030. Ciudad Juárez, Chih. México. Imprenta: Carmona Impresores SA DE CV. Blvd Paseo del Sol No. 115. Col Jardines del Sol. Código Postal 27014. Torreón, Coah. México.

# Danzar para vivir

• CYNTHIA AGUIRRE •

dinorah.gutierrez@radionet1490.com

Como artista ha podido dar lo mejor de ella misma en escena; desde su compañía Danzarena, ha sido forjadora de generaciones



**POR:** DINORAH GUTIÉRREZ ANDANA  
**IMÁGENES:** CORTESÍA

La mayor parte de su vida ha sido en el escenario; siempre en movimiento, creando, encontrando la "extensión más allá del cuerpo" a través de la danza, aunque todas las artes forman parte integral de su identidad como artista. Es **Cynthia Elizabeth Aguirre Acosta**, o solo Cynthia Aguirre, fundadora de la Compañía Danzarena, establecida en la ciudad de Chihuahua hace ya algunos años.

Es originaria de Camargo, Chihuahua, pero desde pequeña la llevaron a vivir a la Ciudad de México, lo que la acercó a la posibilidad de conocer lo es su vida y su pasión: la danza. **"Una vecina, que era secretaria del Instituto Nacional de las Bellas Artes, justo de la escuela de Danza, me había visto como una niña muy inquieta, le dije a mi mamá que yo podría estudiar ahí... y eso hizo mi mamá, me llevó a la Escuela de Danza. Hice un estudio psicológico y un año piloto, para saber si tenía las condiciones y el perfil y sí lo tuve... Tenía solo 10 años cuando ingresé a ese mundo"**, recuerda la artista, de su tiempo de primera formación en la Instituto Nacional de la Enseñanza Profesional de la Danza, escuela con tres especialidades: folclor, clásico y danza contemporánea, disciplina en la que calificó desde un inicio por el resultado de su perfil de ingreso.

La escuela tenía un formato de enseñanza académica, con las materias de educación secundaria y, en la otra mitad, la formación dedicada a las artes: música, teatro, artes plásticas, historia del arte, etc. Esto significó para Cynthia estar totalmente inmersa en ese mundo de creación y sensibilidad: **"mis primeros años viviendo, comiendo y respirando arte"**. Recuerda a algunas artistas de su generación, entre ella la actriz **Cynthia Klitbo**, que era bailarina por entonces, **Carla Estrada**, hoy reconocida productora de televisión, entre otros. **"Era un ambiente totalmente cultural alrededor de nosotros, por el lugar donde se encontraba la escuela, ahí atrás de Chapultepec, cerca del Teatro Helénico. Muchos talentos se iban a Televisa para iniciar su carrera artística"**, detalla Aguirre.



**"El arte es transformador de vida"**



## Amor por Cuba

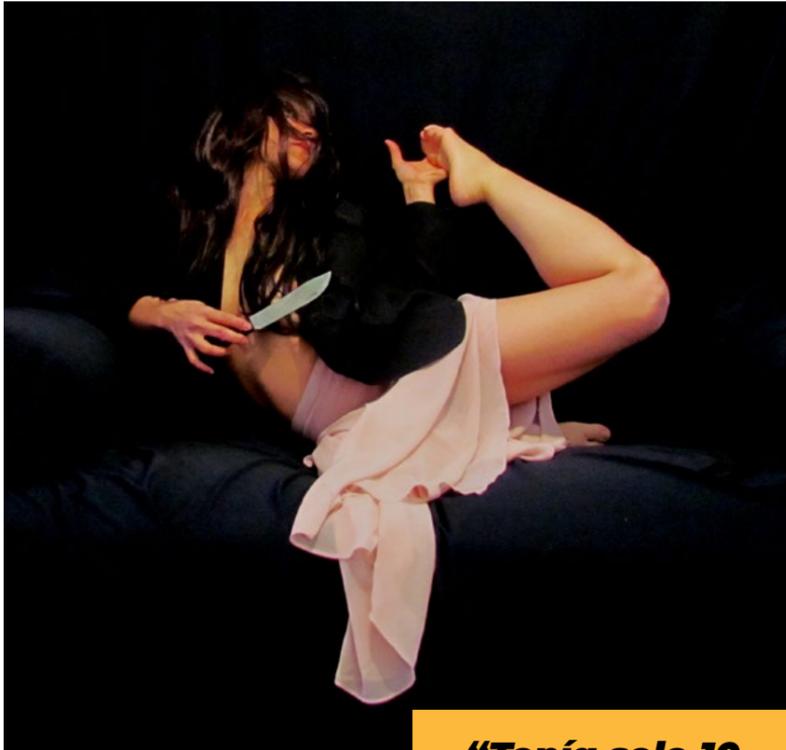
Resultaba natural seguir su formación y buscar profesionalizarse. Así que llegó la oportunidad de tomar una beca para estudiar en Cuba y no dudó en tomarla. Ingresó entonces en la Escuela Nacional del Arte, ubicada en el barrio de Cubanacán, al oeste de La Habana, uno de los espacios considerados insignia en Cuba para la enseñanza artística. Con solo 15 años, Cynthia se integraba por completo a la vida cultural y artística de aquella nación, que se convirtió también en su hogar y punto de encuentro para su propio proyecto de vida, como artista y como mujer.

**"En esa época tuve oportunidad de vivir muy hermosas experiencias. Era el tiempo de Silvio Rodríguez, Síntesis... grupos de música que iban y daban conciertos ahí, porque era en medio de la selva. Esa escuela tenía unos espacios verdes maravillosos y toda la comunidad universitaria, escolar, artística, nos congregábamos y veíamos maravillosas obras de teatro, danza o conciertos, que llegaban de diferentes partes del mundo a presentarse ahí"**, relata Cynthia y que, a pesar de la distancia de su país natal y de su familia,

en una nación donde era evidente la dificultad para la comunicación telefónica, en un país socialista mucho más cerrado al mundo que ahora, aclara, al estar internada en el albergue, como estaba la escuela durante su estancia, acompañada de otros estudiantes de Argentina, Paraguay, Nicaragua, Panamá, así como estudiantes de otras provincias de Cuba, a esa edad, afirma: **"no tenía tiempo de sentir soledad, aunque extrañaba enormemente mi cultura y mi familia, pero de tanto movimiento, tanta actividad, no tenía tiempo para deprimirme"**.

En una primera etapa, Cynthia Aguirre estuvo casi un año en Cuba, pero luego volvió a México para atender una nueva oportunidad de formación, ahora en la ciudad de Nueva York, donde aprendió durante un año nuevas técnicas coreográficas y en la danza contemporánea que le dieron mayores posibilidades creativas.

En los años ochenta había muchos apoyos económicos para estudiantes y profesionales de arte en Cuba, un tema que contrastaba con lo que se vivía en otros países como México, explica Aguirre, así que decidió volver a aquella nación para continuar sus estudios. ▶



**“Tenía solo 10 años cuando ingresé a ese mundo...”**

Se había enamorado de aquel país impregnado de arte y cultura, pero también de quien ha sido su pareja desde entonces, el músico cubano **Boris Díaz**, con quien años más tarde formaría una familia.

### Danzarena

Luego de varios años de vivir por varias etapas en Cuba, Aguirre y Díaz se establecieron en México, motivados por la idea de construir proyectos juntos, unidos por el amor y por el arte. **“Yo me quería quedar en Cuba, pero él se quería ir para buscar nuevos horizontes, así que ganó el irnos y quedarnos en Chihuahua, donde inicié mi vida como coreógrafa con estudiantes del Cedart (Centro de Educación Artística) y donde creamos la compañía Danzarena”**, recuerda la artista.

La Compañía **Danzarena, A. C.**, fundada en 1997 por Cynthia, emula en su nombre la danza y la arena del desierto, **“antes había sido un mar aquí en Chihuahua”**. El proyecto tuvo como desafío inicial explicar lo que es la danza contemporánea, ya que en el norte del país, era más popular la danza folklórica, el jazz o hasta el break-dance, recuerda con humor.

**“Me costaba un poco hablarles de la libertad de los cuerpos; había más tabú, más mitos sobre lo que era danza. Yo traía una danza muy novedosa, con una mezcla de culturas, lenguajes y el despertar de lo que se llamó Danza Teatro y formas de explorar en la escena por medio del cuerpo, que iba más allá de la danza convencional”**, relata la coreógrafa, ya que, por ese tiempo, había poco reconocimiento de otras interpretaciones dancísticas, lo que en la actualidad parece haberse superado, gracias al impulso de otros artistas y varias instituciones académicas.

Gracias a su dedicación y disciplina, Cynthia y su compañía han recibido apoyos del Fondo Nacional para la Cultura y las Artes, programa de Estímulo a la Creación y el Desarrollo Artístico David Alfaro Siqueiros en Chihuahua, entre los años de 1997 al 2000 y más tarde en 2006-2007. Además, ha sido reconocida por el Premio PAC-MYC 2001.

### La expresión sin fronteras

En su experiencia como docente, Cynthia ha formado parte de diversos proyectos de intercambio cultural Internacional, entre los que destaca con el Instituto Superior de Arte de la Habana, Cuba, y la Universidad la Azuay en Cuenca, Ecuador; Festival de la Paz en Colombia, donde impartió clases magistrales, talleres y montajes coreográficos. Es una investigadora del **“cuerpo interpretativo”**, de acuerdo con una de sus semblanzas publicadas, que la describe en cuanto a su metodología de entrenamiento, basada **“en las lógicas de las artes vivas”**.

En lo que respecta a su trayectoria artística, Cynthia Aguirre ha sido también reconocida como intérprete por su participación del 2009 al 2013 con Atra Bilis en España, bajo la dirección de **Angélica Liddell** con la puesta en escena: La Casa de la Fuerza, que la llevaron al Festival Avignon Francia y al Festival de Otoño en Madrid, la Fundacao Caixa General de Depósitos, a Lisboa, Portugal y a Genève, Suiza, entre otros.

Su trabajo artístico también la ha llevado a otras regiones de Francia, Ecuador, Cuba, Colombia, Estados Unidos y parte del territorio mexicano, donde ha presentado obras de su autoría, como: “Autorretrato”, “Mejor Desnudos”, “Orígenes”, “Pasos Mágicos” (obra infantil), “Elegía en el Desierto” (Por los crímenes a mujeres en Juárez), “Paisaje”, por mencionar algunos.

Se ha desempeñado además como gestora y promotora cultural permanente; directora operativa y coordinadora del Diplomado en Creación Escénica Contemporánea del 2007 al 2010 y ha sido integrante del liderazgo artístico para proyectos infantiles en el programa Alas y Raíces de Chihuahua.

La artista sostiene que a través del arte se pueden cambiar los discursos sociales y políticos para transformar las políticas públicas y conducir las hacia la atención a las artes. Es por eso que invita a las nuevas generaciones a proponer desde el arte y la cultura, diálogos colectivos para la creación de nuevos y mejores mundos posibles, porque **“el arte es transformador de vida”**, concluye Cynthia Aguirre. **N**



## Buscan proteger agricultura tradicional

**El cultivo tradicional ha demostrado ser la manera más eficiente de labrar sin causar daños ecológicos a la salud: diputada**

POR: STAFF/REVISTA NET

**F**ortalecer e incentivar la agricultura tradicional en Chihuahua es la iniciativa que impulsa desde el Congreso local la diputada **Rocío Sarmiento**.

La legisladora panista por el Distrito 13 expuso ante el pleno que el objetivo de la agricultura tradicional es proporcionar alimentos a familias o pequeñas regiones, por este motivo se la conoce como agricultura de subsistencia, cuyos métodos de cultivo tradicional han demostrado ser la manera más eficiente de labrar sin causar daños ecológicos irreversibles y daños a la salud que llegan a ser mortales.

**Los agroquímicos son causantes de 200 mil muertes al año en todo el mundo**

Chihuahua es uno de los cinco estados del país que concentran la producción agrícola, las otras entidades son Jalisco, Veracruz, Oaxaca y Sinaloa, de acuerdo con la Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (Sagarpa).

**“Debemos implementar los mecanismos y recursos necesarios para revalorizar la agricultura tradicional; por ello requerimos ajustes a nuestro marco jurídico y programas productivos tendientes a estimular, fomentar y reconocer los cultivos tradicionales, y así superar el estancamiento”**, dijo la legisladora.

### Ecológica y sustentable

Es necesaria la inclusión en la legislación el fomento de las técnicas de cultivo tradicionales, que han demostrado ser más ecológicas y eficientes para la producción agropecuaria, mencionó la diputada. Si bien la utilización de algunos agroquímicos ha incrementado la producción alimentaria, también han dado lugar a amenazas ambientales, así como las afectaciones a la



Diputada **Rocío Sarmiento**

**“Requerimos ajustes a nuestro marco jurídico y programas productivos tendientes a estimular, fomentar y reconocer los cultivos tradicionales”**

salud humana; pues según datos presentados en el Concilio de Ginebra de la ONU, los agroquímicos son causantes de 200 mil muertes al año en todo el mundo.

Por último, Rocío Sarmiento agregó que se necesita reforzar y materializar acciones que verdaderamente fortalezcan al campo. Es por eso que la presente iniciativa propone integrar a la legislación en materia de desarrollo rural sustentable el fomento a las técnicas de cultivo tradicionales, que han demostrado ser beneficiosas para el medio ambiente y la salud. **N**

# Voces

con

*Valor*

[ruth\\_gonzalez@radionet1490.com](mailto:ruth_gonzalez@radionet1490.com)

**Comunicadoras y periodistas destacan por mérito propio y se suman a la búsqueda de equidad en los medios de comunicación**

**POR:** RUTH E. GONZÁLEZ  
**IMÁGENES:** YVONÉ VIDANA

**H**ay comunicadoras y periodistas que crecen por mérito propio y abren camino a otras, difunden los logros de otras desde sus espacios en un entorno que privilegia la sumisión e invisibilidad sistemática de las mujeres. **“Si todo sigue igual, se necesitarán al menos 67 años más para cerrar la brecha promedio de igualdad de género en los medios de comunicación tradicionales”,** de acuerdo con el Proyecto de Monitoreo Global

de Medios “Quién Figura en las Noticias” (2020).

Bajo esta premisa, entrevistamos a **Karla Mariscal** (1975) quien cuenta con 25 años de trayectoria, es una juarense que ha sabido forjar su labor periodística bilingüe en la televisión, como conductora titular de noticieros de habla hispana en esta frontera. **Dinorah Gutiérrez** (1971), quien ha encontrado su espacio, su voz en la radio, y su libertad en la poesía, encabeza un noticiero en la ciudad de Chihuahua, además de ser parte del equipo de

la **Comisión Estatal de Derechos Humanos (CEDH)**. **Verónica Palafox** (1966), colaboradora incansable de **Revista Net**, tapatía, pero fronteriza por adopción, hace visible en cada “V de Venus” a una mujer que construye un escalón más para el desarrollo femenino de la región y lleva 10 años produciendo y conduciendo “Tenemos Mucho que Decir”. Ellas nos comparten anécdotas de sus carreras, vidas y desafíos que enfrentaron para mantener una voz genuina en los medios de comunicación.



## Orgullo juarense

Si una conductora de noticieros ha sabido hacer valer su nombre más allá de la empresa en la que trabaja, ha sido Karla Mariscal. Para ella, ni la frontera ni el idioma han sido un límite, por el contrario, han representado una oportunidad de crecimiento.

**“Mi infancia y mi vida académica estuvo aquí en Ciudad Juárez... también mis primeros años de formación periodística”,** comenta. **“A mí me apasionaba la idea de escribir para una revista, me veía a mí misma escribiendo y haciendo periodismo escrito”.**

Aunque esa era su intención, una tarea casi al final de su carrera vino a cambiar su plan. Su abuela y mamá siempre veían los noticieros de televisión, y de ahí eligió: **“lo voy a entrevistar a él”,** se refería al conductor de noticias (canal 56) **Alejandro Cacho**.

Al entrevistarle, le pidió que la considerara para un trabajo. Al mes le dieron una oportunidad en la Redacción de ese canal (XHJUB) en 1998. Karla considera que su experiencia fue creciendo con la capacidad de jerarquización de la información y escritura muy concisa.

**“Cuando el público me ve y saben que soy de Juárez se sienten muy orgullosos y sobre todo, si yo lo reconozco”**

**Vicente Fox** (el candidato del PAN) y **Francisco Labastida** (primer candidato del PRI en perder una contienda presidencial) visitaron Ciudad Juárez. Cacho entrevistó a Fox (quien finalmente ganó 2000-2006), mientras otro reportero entrevistaría al candidato tricolor.

**“La persona que normalmente cubriría política estaba fuera de la ciudad, otra de las reporteras se había enfermado {...} sin hacer la historia más larga, las cosas fueron a caer en mí. Pero no cuestioné, me dijeron —tú vas a hacer la entrevista a Francisco Labastida... recuerdo la carga que había sobre mí, pero el compromiso y la emoción que me dio porque ya era frente a la cámara”.**

Considera que fue aprendiendo de sus errores, el tomar con mucho empeño el trabajo en la redacción le permitió tener un dominio de la información y capacidad de análisis.

Con el tiempo fue el director de noticias le dijo que iba a conducir un noticiero vespertino, le comentó que ella tenía presencia para hacer televisión. **“Me dijo Cacho, —lo vas a hacer, lo vas a hacer bien—”.**

**“Me ayudó mucho que redactara mis propias notas porque empecé sin el uso del teleprompter (apuntador electrónico) y para mí fue una escuela maravillosa”.**

Karla considera que fue mejor para ella tener una formación muy rígida en el trabajo, lo único que quizá se cuestione es **“mis veintes no van a regresar, quizá pude haberme relajado un poco más, pude haberme disfrutado más lo que estaba**

**haciendo sin haber sentido tanto ‘terror’ de equivocarme”.**

—¿Sufriste discriminación o acoso? — **“Ese no es un asunto de tiempos, creo que es algo que lamentablemente sigue ocurriendo, yo fui bendecida, porque estuve bajo una dirección muy profesional con un grupo de compañeras y compañeros que trabajaban con mucha pasión por lo que hacían. Sí vives muchas experiencias, pero a veces, también había mucha falta de apoyo entre las mismas mujeres, en eso, sí culpo a los tiempos, había mucha competencia y había poco espacio para muchas mujeres en una rama periodística muy dominada por los hombres, pero ¿qué ramas no había dominadas por los hombres? Eran tiempos aún más dominados por los hombres y las mujeres estábamos apenas abriéndonos camino”.**

**“Hay cosas que han cambiado y que celebro, por ejemplo, cuando veo las incapacidades por maternidad, te tomabas antes muy poco tiempo o si no perdías tu lugar {...} hoy es más relajado, la mujer tiene más oportunidad, y ¡qué bueno! que se puedan hacer cargo de su hija o hijo sabiendo que pueden seguir adelante con su profesión”.**

## A prueba de retos

Comenzó a sentir presión en cuanto a su imagen, era muy joven, pese a su buen desempeño, escuchaba comentarios en los pasillos como **“parece una teresiana (niña) dándome las noticias”.** Decidió cambiar su imagen para que no la cuestionaran, era seria, vestía seria, su maquillaje era fuerte, se tiñó el cabello de un color oscuro... **“pero sobre todo, la preparación calla muchas voces”.** ▶



“¿Cuál es el problema que me veo muy chica?, ¿esos eran los ataques? Puedo irme transformando [...] tampoco estoy hablando de que fui perfecta, cometí errores... era parte de la formación”.

Otro reto a enfrentar en la televisión eran los sueldos. “Yo le digo a mis amigas hasta el día de hoy, amigas yo no hice esto solas, recuerdo que si cambiaba de vestuario todos los días, era porque el clóset de mis amigas era muy grande (se ríe). Y pasaba cada una, yo te presté esto hoy, yo esto mañana, eran una hermandad. Claro, con mi salario no alcanzaba para realmente dar una imagen de vestuario que se requería para la televisión”, —para los hombres, en cambio, ¿dos sacos?— “sí, comprobadísimo está, incluso si no se cambian no pasa nada”.

## El periodismo bilingüe

Después comenzó a desarrollar su cobertura en El Paso, tiene ciudadanía (por su madre, quien es estadounidense) y contaba con dominio del inglés. “Eso me abrió las puertas allá”.

Pronto llegó una invitación de una cadena (en el canal paseño KINT), era para hacer reportajes los fines de semana. Aceptó la oferta (2000-2013). “Entonces yo trabajaba en El Paso para cubrir historias en Juárez”. A los pocos meses, Karla fue productora y conductora del fin de semana de Univisión, además de ser reportera tres días entre semana. De ahí, fue conductora del noticiero principal, productora ejecutiva y su carrera se consolidó.

“Cuando inicié dominaba el inglés conversacional, pero de eso a que pudiera redactar una historia a nivel periodístico o hacer una entrevista en inglés, hay un abismo de diferencia, entonces tuve que aprender mucho. Además, eran otros tiempos, ahora los portavoces de muchas dependencias son bilingües, antes hablaban solo inglés, hasta que se dieron cuenta de la fuerza del público hispano”.

Pero hasta la fecha, los boletines e informes de las dependencias deben traducirse, si llega algo de último momento hay que tener la capacidad de estar dando la información al aire de manera fluida y correcta en español.

“Como decimos ‘cuando te lanzan al ruedo... lo desarrollas’. Todos los días trabajo haciendo traducciones, los boletines de prensa que llegan a la redacción vienen en inglés. Aunque se tengan que convertir en una historia más completa, en realidad se debe condensar el qué, cuándo, por qué en español, es más, a veces estoy al aire, estoy conduciendo el noticiero y si llega un breaking news (noticia de última hora), llega en inglés, pero lo debo estar diciendo en español de manera inmediata, con la información totalmente correcta. Es una habilidad que también vas desarrollando con estudiar pronunciaciones, perfeccionar tu gramática. Mi inglés ya está en otro nivel, pero me tomó tiempo, me ha tomado mucho trabajo”.

“Ese fue un gran desafío hace más de 20 años, ahora viene otro, la cadena de televisión a la que yo pertenezco (Telemundo) es parte de la NBC, y como tal, surgen ocasiones en que un reporte que acabas de hacer en español te lo pide la misma televisora en inglés, entonces a desarrollar esa otra habilidad. Todos los días he encontrado un nuevo desafío, cuando creí que había dominado algo, viene un nuevo reto, eso es lo que me ha permitido sentirme apasionada de lo que hago”.

Actualmente Karla trabaja en el canal paseño KTDO 48, se integró en 2014, un nuevo reto como conductora titular de noticias, pero también como encargada en la fuente política, aunque los temas de Educación también le apasionan y sigue haciendo reportajes.

## Trabajo y familia

Su vida personal no ha sido menos importante, ha sabido disfrutar su tiempo como madre de Odette y Denisse, al lado de su esposo, el también periodista, Elhiu Domínguez.

Antes de tener familia, acordaron ella y su esposo cómo sería su familia, “nos casamos, los dos muy apasionados de nuestra profesión, duramos varios años poniendo en pausa a los hijos... disfrutamos bastante nuestros años casados sin hijos, pero también llegó el momento”.

“Cuando tenía 12 años en Univisión, mi hija estaba a punto de entrar al kínder, y quise sentir esa época de mamá y me tomé una pausa. Empecé a llevar a mi hija a la escuela, pero mi pausa no duró casi nada, porque a los pocos meses recibí una invitación por parte de Exa, en radio, para Noticias MVS, era un buen balance, porque podía seguir atendiendo a mi nena y hacer algo que me gustaba, luego volvió a llegar el llamado a la televisión (con Telemundo-NBC)”.

“El cambiar de una televisora a otra en el mismo mercado es un desafío, de pronto algunos te comentan —yo me cambio a verte—”.

## Reconocimiento sin fronteras

“Cuando el público me ve y saben que soy de Juárez se sienten muy orgullosos, y sobre todo, si yo lo reconozco. Cuando gané por primera vez un Emmy en Texas como Mejor Presentadora de Noticias (2003), me decían: ¡Wow El Paso...! y yo les completaba —...y Ciudad Juárez!. Reconozco mucho de dónde soy. Es un privilegio, con el tiempo también reconozco que yo no soy Karla Mariscal la del canal tal, soy Karla Mariscal, el público confía en mi trabajo en donde esté”.

Karla ha sido reconocida con dos premios Lone Star Emmy como Presentadora de Noticias. También recibió dos premios Emma y varios reconocimientos de la Asociación de Prensa de Texas. Su más reciente Emmy fue en noviembre de 2022, por un reportaje sobre el programa de Educación Dual en El Paso, “Yo Soy, I’m”, el impacto positivo de la educación bilingüe.

—¿Y en el futuro?—, “me proyecto aprendiendo, veo el mundo de los podcast, las redes sociales, me veo crecer... Por ahora estoy muy feliz con mi casa Telemundo-NBC que me da esta oportunidad de hacer lo que me apasiona”.

Sintoniza a **Karla Mariscal** de lunes a viernes a través de Telemundo (NBC) canal 48 KTDO en sus noticieros de 4:00, 5:00 y 10:00 pm, en El Paso, Juárez y Las Cruces



## Más que ‘Aire Fresco’

“Mi papá solía grabarme con un pequeño micrófono (yo le decía el biscofino), me encantaba, aún conservo algunos audios”, así recuerda Dinorah Gutiérrez Andana su primer acercamiento a su vocación, es originaria de Parral, pero ha hecho su vida en Chihuahua. Como adolescente la poesía y la declamación fueron su fuerte, incursionó en los medios a los 19.

Dinorah empezó como redactora de comerciales, casi no había mujeres locutoras. “Me pedían que hiciera las ‘voces femeninas’ y que al mismo tiempo escribiera los comerciales. Recuerdo que solo estaban Adriana Torres Romero, pionera de la radio en Chihuahua, de las pocas que tenía base en el sindicato, y otra compañera en Cuauhtémoc, Brenda Key (locutora de Lobo). No les decían locutoras (aunque lo fueran), les decían ‘voces femeninas’”.

De esa primera experiencia, tuvo luego la oportunidad de entrar a televisión, donde las cosas no eran muy distintas. “No había espacios para nosotras, solo había lugares como acompañantes de quienes tenían la titularidad

## “Le sigo apostando a seguir fortaleciendo la voz de otras mujeres, que todos los días sea más visible el trabajo que hacemos”

de las noticias, generalmente hombres. Y los programas que eran conducidos por las mujeres eran de revista”. Entró al área de edición de noticieros, siendo la única mujer (con el sistema análogo), “recuerdo que había una sola reportera y le daban solo sociales y cultura”.

de periodismo desde la perspectiva femenina y eso me gustó mucho”. En cuanto a salarios y presentaciones en televisión, no había ni buenos salarios ni estímulos para las mujeres (para vestuario o lo que fuera), con los hombres sí. Por otra parte, las competencias no eran por los valores del trabajo periodístico, sino por cómo te vestías y cómo te veías, nada más.

## Hostigamiento laboral, un mal arraigado

“Regresé a Chihuahua como la primera directora de noticias local y se me exigían mucho, recuerdo que el gerente me dijo: —Eres demasiado emocional porque eres mujer, no puedes ser gerente de noticias—. Me molestó mucho todo eso. A pesar de que tenía una trayectoria, todo el tiempo era estar a prueba”. Otro factor que enfrentó fue que al regresar empezó a ganar menos, en un horario más extendido, “todo el día”. En el caso de los subordinados, “cuestionaban mis decisiones e iban contra ordenes, no respetaban mi jerarquía”.

## Cambios y amor a la profesión

Dinorah entró en una pausa solo para tomar impulso y explorar una nueva oportunidad, decidió ser candidata a la presidencia municipal de la ciudad de Chihuahua en 2007. “Aunque no me afilé al partido, sentí que pude hablar por mí, me dieron esa libertad, qué pensaba, qué propuesta podía hacer, eso me empoderó. No me fue tan mal ni en el debate, quedé en tercer lugar de la elección”. ▶

Esa contienda fue cerrada entre Carlos Borruel y Alejandro Cano, para ella fue aprender y divertirse.

Desde un inicio combinó su labor con la poesía interactuando con otras mujeres poetas desde 1996. **“Creamos una antología que se llamó ‘Químicamente Puras’, ese fue un punto de encuentro con muchas mujeres con las que aún tengo amistad, para mí fue una plataforma, no solo para encontrarme con escritoras que promueven a través del arte el pensamiento, sino una forma de activismo. En la poesía he podido decir todo lo que no he podido como periodista”.**

**“Desde luego, se publica más a varones y cuesta trabajo ganarse un lugar”.** Pero considera que la solidaridad entre mujeres en el arte también ha ayudado a abrir caminos.

### La pesadilla del acoso

Define estar como mujer en los medios como un tema de “supervivencia”. **“Ha sido más el amor al arte que otra cosa”.**

**“El acoso sexual lo viví en muchas ocasiones, incluso estuve a punto de quererme retirar... inicié muy joven... de lo que más recuerdo de manera horrible {...} (él ya falleció), pero era el líder del sindicato de radio y televisión (Stirt), era vitalicio, lo puedo decir ahora con toda claridad porque no solo yo viví ese acoso, en ese entonces no tenías esa fuerza y ese respaldo de denunciar, las frases eran —es que así es, no le hagas caso—, era minimizar. Fue un acosador terrible. Nunca pude tener base en radio o televisión porque tenía que pasar ‘la prueba con él’ para poder ser considerada meritoria para el sindicato como locutora. La prueba era ‘quedar bien con él’. Me decía cosas, vulgaridades {...} entrábamos a grabar y era mucho acoso: —qué bonitas piernas, ¿por qué no te dejas querer?, entre otras vulgaridades, o como la clásica ¿a ver cuándo nos vamos a tomar un café?— La forma en la que lo detuve {...} un día entré con mi grabadora de reportera (oculta) a la cabina de producción, grabábamos a dos**

**voces y compartíamos el micrófono, entonces cuando me empecé a decir algo, le dije —señor no me vuelva a decir absolutamente nada, no se atreva a decirme nada, porque ya lo tengo grabado, y si no, voy a poner una denuncia—. Me dijo: —¿Ah poco sí me vas a denunciar? Pues a ver si te creen—. —Está grabado, no me vuelva a molestar en su vida—. Y no me volvió a molestar”.** Dinorah no había hecho público esto, hasta hoy.

Muchos años después, **“amigas locutoras me confiaron que sufrieron lo mismo, pero igual se lo guardaron, porque era un hombre de poder”.**

**“Y no era el único que acosaba, había muchos acosadores. Unos más sutiles en sus comentarios... hablo de compañeros periodistas, reporteros, y no se diga los políticos, entrevistar a solas a ciertos personajes era muy incómodo”.**

### El otro hostigamiento

A veces la cuestionaron, —Si tienes tanta capacidad ¿por qué te cambias tanto de empresa?—, ella respondía que **“para poder defender con dignidad algo, tienes que renunciar y no estaba dispuesta a pagar nada que no estuviera de acuerdo con mis principios y valores”.**

La jubilación es otro tema complicado en los medios de comunicación, factores como la intermitencia por cambios de empresas, la volatilidad en los cargos que dan a las mujeres en directivas donde dejan la decisión solo a hombres, el predominio de pagos por honorarios o la falta de prestaciones de ley, la edad, son algunos factores por los cuales considera que **“no tenemos nuestros derechos a salvo”.**

Más adelante, en la Función Pública encontró cobijo, comenzó también a diversificar sus habilidades, daba asesorías y consultoría en desarrollo humano y comunicación. **“Comencé a sentirme fuerte para dar mi opinión y ofrecer mi trabajo. Ha sido todo un reto eso de estar a prueba todo el tiempo, que si puedes y si eres capaz, luego te pongan a competir con**

**personas que ni siquiera tienen la experiencia {...} eso no termina y estás en ese lugar por la supervivencia”.**

### Un nuevo aire

Dinorah también ha defendido los contenidos “nobles”, las historias inspiradoras, así surgió “Aire Fresco”, su programa de radio. **“Necesitaba oxigenar mi pensamiento, mi palabra. Surge ‘Aire Fresco’ como un proyecto individual (en 2006, en una estación privada) y lo retomé en 2016 en Radio Universidad”.**

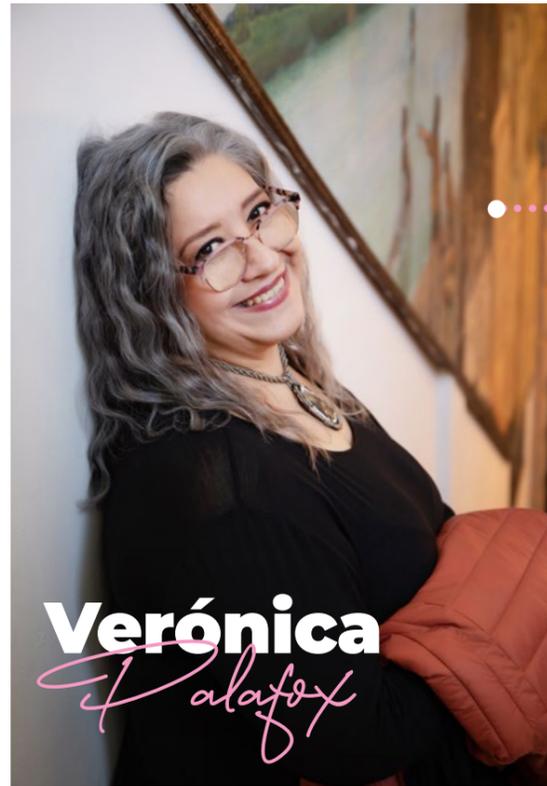
**“Me he encontrado con estas mujeres que creen ellas mismas que sus historias no son tan interesantes, y eso lo hace más interesante, eso es lo que vale la pena, ‘ellas mismas no se creen’ lo valiosísimas que son sus historias de vida, entonces verlo con esta perspectiva me ayuda a hacer esta conexión, desde mi perspectiva de mujer contar la historia de otra mujer”.**

Durante las mañanas es titular del noticiero de Radio Universidad (suma 6 años y es la primera mujer en hacerlo), además es parte del equipo de Comunicación de la CEDH. Para ella, “Aire Fresco” son “charlas terapéuticas”. **“Creo que encontrar mi voz en otras mujeres puede ayudar”.**

Con un matrimonio de 33 años, una hija de 27 y un hijo de 32, ha sabido equilibrar su entorno personal. **“Ambos entraban conmigo a las cabinas, muy pequeñitos y se quedaban calladitos. He tenido siempre el acompañamiento de los tres, incluyo a mi esposo”.**

El 8 de marzo es **“una fecha dolorosa... no hemos superado todo por lo que peleamos año con año, parece que volvemos a empezar cada 8 de marzo o cada 25 de noviembre, ambas fechas tan emblemáticas en la lucha por los derechos de las mujeres”**, concluye, **“le sigo apostando a seguir fortaleciendo la voz de otras mujeres, que todos los días sea más visible el trabajo que hacemos”.**

Sintoniza a **Dinora Gutiérrez** en su noticiero de Radio Universidad a través del 88.1 FM, de lunes a viernes a las 6:00 am. O escúchala en Aire Fresco todos los viernes a las 6:00 pm, igualmente en Radio Universidad 88.1 FM, o bien los sábados a la 1:00 pm en Radio Net 1490 y en Cuauhtémoc en el 105.7 FM



### Verónica con V de Venus

Nacida de Guadalajara, pero adoptada desde hace casi 16 años en la frontera juarensis, Verónica Palafox Sandoval es una comunicadora muy activa en el entorno cultural, tiene **“mucho que decir”** y comparte cada mes en Revista Net las historias inspiradoras de otras mujeres.

**“Mi personalidad fue muy definida desde pequeña, mi familia, mi gente cercana, siempre ha sido muy respetuosa de lo que decido hacer y de lo que no”**, se refiere a su decisión de no optar por la maternidad. **“Es una construcción cultural que nos han hecho creer a las mujeres, es como si tu ruta de vida debe de incluir que te enamores, te cases, tengas hijos, seas mamá...”**. Pero Verónica no es la esposa de... o la tía de..., comenta, **“eso no nos da un espacio, debemos pelear para tener uno”**, por eso ella es Verónica Palafox.

De un seno familiar conservador, considera que sus padres la impulsaron a no ser parte de esa tradición **“de la mujer sumisa y el hombre machista”**, pese que **“para ellos funcionaba”.**

## “La comunicación te marca... la gente te da la confianza de poner su vida en la mesa

El decidir el área de Comunicación fue muy temprano y claro para ella. Estudió en la Universidad Femenina de Guadalajara (que ya no existe), contaba con un gran prestigio y los catedráticos eran experimentados en el medio. **“Esta escuela fue precursora en Juárez de la UACJ, cuando yo salgo tengo conexiones en medios, en agencias, porque eran mis maestros, aún**

**debajo, todos los hombres ganaban más que yo. Era su jefa, yo supervisaba su trabajo, coordinaba lo que hacían”.** Cuando confrontó a su jefe, la respuesta (más estúpida) fue: **“es que son hombres, ellos tienen más responsabilidades (en casa) que usted”.**

**“Soy honesta, hasta ese día yo decía que el machismo en las empresas no existía. Mi mundo de cristal se me cayó, puedo tener las mejores condiciones de trabajo, y aún así, ser discriminada por ser mujer”.**

**“A mí me gustan las diferencias entre mujeres y hombres, no busco la igualdad, pero sí exijo equidad. A veces, por conservar la expectativa económica o por el ‘relumbrón’ de la empresa en donde trabajas tienes que ceder”.**

Su vida personal y laboral dio un giro con la llegada del Internet. Después de 17 años de su divorcio, volvió a establecer contacto con su primer amor.

### La plata y la frontera

Un acercamiento con **Hugo Salinas Price**, la suma al proyecto de “La plata como moneda para salvar a la economía nacional”. Encargada de la gira de conferencias en Chihuahua, retomó su relación con su ex y se mudó a esta frontera.

**“Me encontré a una ciudad con miedo, llena de soldados, llego durante ‘La Guerra del Narco’. Duré casi tres años sin salir de mi casa”.** En ese encierro, trabajó en equipo con Pepe, quien tenía ya su portal de noticias.

En ese momento y bajo una sensación de aislamiento social, Verónica decidió tratar de solucionarlo. **“Necesitábamos una red que nos juntara, aunque fuera por Internet. Empiezo a darle forma a ‘Tenemos Mucho Que Decir’, originalmente como un contexto de sororidad, contactar a otras mujeres que estaban en un entorno de aislamiento y armé el proyecto, compré tiempo en Radio Net y en Milenio y lo lancé”.** ▶

Busca **Verónica Palafox** en Tenemos Mucho que Decir, en Facebook, Instagram y YouTube. O espera su V de Venus cada mes en nuestra revista o en nuestro portal de noticias.

A nivel general, ella observaba que los temas que abordaban las mujeres en los medios eran: Cocina, Belleza, Sexo, Horóscopos, Jardinería... **“súper he-te-ro-pa-triar-ca-da-men-te reducido. Empiezo a invitar a 30 mujeres de diferentes partidos políticos, profesiones, condiciones económicas, religiones y las siento en una mesa y les digo: —Nos han hecho creer en toda la historia que mujeres juntas ni difuntas, que les parece si rompemos el mito y nos concentramos en lo que nos une y le mostramos a las otras mujeres, primero, que sí podemos trabajar entre nosotras y que podemos opinar y ser expertas en cualquier temática— Treinta manos se levantaron”.**

Para economizar el costo en radio, Verónica produjo su proyecto de forma independiente. **“Cualquier duda existencial que yo misma tenía lo ponía entre los temas, he aprendido mucho a través de los años”.** Antes de una pausa durante la pandemia, “Tenemos Mucho Que Decir” agregó una sección cultural semanal. De este proyecto, de manera paralela, surgió su colaboración en Revista Net con “V de Venus”. **“Quería entrevistar a mujeres que normalmente no son entrevistadas”.** También incluyó a mujeres destacadas, pero sobre todo, a aquellas que de manera casi anónima contribuyen al tejido social.

Con el tiempo se han forjado lazos de amistad y respeto, **“algunas han llorado, a veces lloré con ellas”.** Algunas de sus entrevistadas no han dudado en pedir, que por más terrible que haya sido su experiencia, se publique. Una le dijo: **“ponga todo igual que cómo se lo dije, porque nadie más lo sabe y es la revista la manera en que mi familia se va a enterar de todo lo que me ha pasado”.**

**“La comunicación te marca, la gente te da la confianza de poner su vida en la mesa”.**

**“Los trabajos en Revista Net me han dado tres columnas de plata (del APCJ, un gremio local de periodistas), pero eso no se equipara con el reconocimiento de cada mujer, el brillo de cada mujer”.**

Por otra parte, Verónica es una promotora cultural y hace cortometrajes. **“La vida sin arte es gris, mi bisabuelo era fotógrafo, mi abuelo era fotógrafo. Me encuentro, cuando llegué, que Juárez es un hervidero de cultura. Los juarenses han sabido sobresalir de esta pasta de amargura, esa etiqueta de resiliencia que ha tenido la ciudad está sustentada, por un lado por las mujeres, y por el otro por el arte”.**

**“En 2018, entré a un curso de edición ¡de cine! (pensé que sería de Photoshop)”.** Viendo a sus compañeros, mucho más jóvenes, no se desanimó y surgieron los cortometrajes: “La Abuela de los Baños” y “Río Bravo Blues”, como parte del curso Polos Audiovisuales (del Imcine). Los cortos son inspirados en las vidas de **Josefina Gutiérrez** y **Rubén Moreno Valenzuela**, respectivamente. En esa etapa, también se sumó otro corto, “Familia”.

Por ahora tiene dos proyectos muy importantes, acaba de ganar dos becas, una por parte de la asociación paseña Femme Frontera para realizar el guion para un cortometraje. **“Ya está el guion, estoy preparando la carpeta para meterla a fondos de producción, es un cortometraje de mujeres sobre el Alzheimer”.**



Mientras la otra es estatal (Eká), para hacer el guion de un largometraje basado en los personajes de la novela “La Biblia de Gaspar”, de Moreno Valenzuela. **“Estoy trabajando en eso ahora mismo y estoy empezando a producir un documental sobre la Lucha Libre en Ciudad Juárez de la mano de La Sirenita”.**

**“En todo lo que yo hago quiero empoderamiento, no quiero ser más ni ser menos, quiero ser dueña de mi poder para hacer lo que yo quiera sin que nadie me diga si está bien o si está mal, asumiré las consecuencias si está mal y gozaré el triunfo si está bien, pero es mi decisión, y ese poder de decisión yo quisiera que todas las mujeres lo pudiéramos tener”.**

### A manera de epílogo

Las voces de estas mujeres se suman a muchas otras que han hecho de sus batallas una sola, una que busca un alto a la violencia sistemática e institucional, una que busca la equidad salarial, una que exige dignidad laboral y un trato justo, una que busca frenar a la discriminación ancestral: cultural y educativa... esta lucha perenne busca el respeto a los derechos humanos de las niñas, adolescentes, mujeres, mujeres trans y adultas mayores, el más frágil de todos: la vida.

**¡Sororidad! N**

**¡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

REPORTAJE

• JUSTICIA RESTAURATIVA •

# Impulso a la **reinserción**

 ruth\_gonzalez@radionet1490.com

**'Restaurando Identidades' busca en los penales del estado reintegrar a las personas; experta argentina busca replicarlo en su país**

**POR:** RUTH E. GONZÁLEZ

Cuando se comete un delito o crimen la vida de las personas involucradas queda marcada, también las comunidades donde sucede, los sistemas de justicia han buscado soluciones para restaurar el daño que ocasionan estos agravios. Las políticas punitivas (penales) se han sumado a los procesos restaurativos para tratar de alcanzar una reinserción social más efectiva. Hay quienes ponen en duda esta idea y hay quienes trabajan arduamente para impulsar que las políticas públicas se enfoquen en esta herramienta de solución para reconstruir el tejido social.

Desde el principio del milenio, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) reiteró la necesidad de que la Justicia Restaurativa sea una herramienta en el contexto mundial, la Declaración de Viena sobre

la Delincuencia y la Justicia: Frente a los Retos del Siglo Veintiuno (2000), insta a que el **"desarrollo de políticas, procedimientos y programas de justicia restaurativa sean respetuosos a los derechos, necesidades e intereses de las víctimas, los delincuentes, las comunidades y todas las demás partes"**, versa el documento publicado en abril de ese año.

Antes de abordar la voz de los expertos en la materia, es importante conocer que **"un proceso restaurativo es cualquier proceso en el que la víctima y el ofensor y, cuando sea adecuado, cualquier otro individuo o miembro de la comunidad afectado por un delito participan en conjunto de manera activa para la resolución de los asuntos derivados del delito, generalmente con la ayuda de un facilitador"**, define la ONU.

**Justicia Alternativa en el estado**

Hace poco más de 28 años se creó en el estado el Instituto de Justicia Alternativa (actualmente: Atención Temprana y Justicia Alternativa), bajo el cobijo del artículo 17 constitucional, donde la legislación mexicana establece mecanismos de solución de controversias que, en materia penal, se deben regular para asegurar la reparación del daño y establecer los casos en los que se necesitará supervisión judicial.

Hay tres procesos básicos que realiza el Instituto que depende del Poder Judicial en el estado: la Mediación, Conciliación y la Justicia Restaurativa.

Dentro del campo de la Justicia Restaurativa, se ha estado impulsando el programa "Restaurando Identidades" al cual se ha sumado el Instituto Internacional de Justicia Restaurativa y Derecho (Iidejure). Este proyecto trabaja con internos (mujeres y hombres), pero además incluye a los adoles-

centes infractores interesados en conseguir una reinserción en su comunidad.

**De Chihuahua a la Patagonia**

La abogada **María Luján Arias** ha venido desde la Patagonia argentina para aportar y aprender de los procesos de la Justicia Alternativa en Chihuahua con la intención de poder implementarlos en su provincia, Río Negro.

El acercamiento de Luján con el estado se dio en el marco de un estudio académico, **"realizaba una investigación acerca de la autonomía de la voluntad de las mujeres en el proceso penal, donde la Justicia Restaurativa es una herramienta fundamental para reivindicar la autonomía de esa voluntad y para dar una respuesta holística, integral, a las violencias que sufren las mujeres"**. Después de eso, solicitó a la doctora **Violeta Maltos**, directora general del Iidejure en México, su acercamiento a Chihuahua, **"es muy importante este intercambio cultural porque lo que ustedes están haciendo acá es muy avanzado, es un trabajo muy meticuloso, específico, lento, paulatino, pero con un resultado transformador de las estructuras sociales"**, dijo la especialista en Justicia Constitucional y Derechos Humanos.

La abogada agregó que el concepto de la Justicia Restaurativa **"es un proceso inclusivo, colaborativo, democrático, donde todas las personas que tienen un interés social en ese proceso buscan respuestas y trabajan en la reparación integral del daño causado"**.

**El intercambio jurídico-cultural**

Quizá entre la Cordillera de los Andes y la Sierra Tarahumara haya algunas similitudes en cuanto a los hermosos paisajes, sin embargo, Río Negro es una provincia tranquila, de turismo y poco más de medio millón de habitantes, mientras que en Chihuahua rige la complejidad del Crimen Organizado por el cultivo de estupefacientes como la marihuana o la amapola, y por otra parte, las rutas del trasiego de la droga en la frontera con Esta-



dos Unidos, esto nos convierten en comunidades muy distintas en materia penal. Sobre esto, Luján Arias comentó que **"allá no se realizan prácticas restaurativas, no existe el proceso restaurativo en nuestra normativa. Nosotros, en la provincia de Río Negro, tenemos la Ley 5450 que regula la Ley de Métodos Anticompositivos de Resolución de Conflictos, tenemos también la Ley de Mediación Penal, que si bien está sancionada, no ha sido reglamentada aún, ni implementada"**, de ahí la importancia en su proyecto de este intercambio jurídico cultural con el estado.

**Restaurando Identidades**

**"Cuando llegué, el año pasado (en agosto), tuve la fortuna que el Instituto me abriera sus puertas, iba aprendiendo, y a la vez, aportando mi granito de arena y acompañando. Comencé a colaborar con el programa 'Restaurando Identidades' con personas adultas privadas de su libertad"**.

Tomando en cuenta que este tipo de programas se basan en la creencia de que las partes de un conflicto deben estar activamente involucradas para resolver y mitigar las consecuencias negativas de un delito, el trabajo con internos es parte de un proceso voluntario hacia la reinserción.

La mayor parte de los que se integran a "Restaurando Identidades" son personas que purgan condenas largas, si bien su participación en el programa no influye sobre sus sentencias, sí marca una diferencia en su percepción como personas dentro de la comunidad y su futura reinserción.

En Ciudad Juárez, el programa ha logrado dos generaciones de adolescentes del Centro de Reinserción Social para Adolescentes Infractores (Cersai), mientras que en la ciudad de Chihuahua, se graduó la primera generación en el Centro de Readaptación Social (Cereso) 2, en esta última tarea la abogada argentina se sumó. Actualmente, también se implementa en el Cereso 1, en Aquiles Serdán.

**Rescatar a 'la persona'**

**"El programa dura cuatro meses, empezamos con las entrevistas, luego hacemos círculos en los Ceresos, tanto con mujeres como con varones. Cuando finaliza el programa, se hace otra entrevista de evaluación final"**, explicó Luján Arias.

En estos procesos, es importante reiterar que la participación debe ser voluntaria y conseguir "romper el hielo" con las personas internas en un inicio no es una tarea sencilla.

**"En un principio cuando las personas llegan a este programa no se abren, les cuesta, no se expresan. ▶"**



**“Ya vimos que el sistema penal retributivo no nos da una respuesta, no cambia las estructuras sociales”**

María Luján Arias, abogada

Hay algunas personas enojadas porque consideran que por motivos injustos están privadas de su libertad, pero a medida que va avanzando el programa, que van trascendiendo los encuentros, las personas se van abriendo [...] después de años que nadie los escuchó, finalmente sienten que hay personas a las que nos importa su vida [...] que logren un bienestar y puedan reinsertarse en su comunidad”.

Para la litigante argentina, “eso marca un antes y un después en la vida de las personas”.

Agregó que el programa verdaderamente causa un gran impacto, “pude evidenciarlo, estar ahí presente, estar en cada círculo y sentir esa sinergia, esa retroalimentación”.

Dentro de las dinámicas de “Restaurando Identidades”, además de ser voluntaria la participación de las personas internas, también se aplica el criterio de la confidencialidad, es decir, nada de lo que se comenta en estas charlas con facilitadores expertos puede salir del círculo, los comentarios son solo para fines de recuperación terapéutica.

“Tuve la oportunidad de hacer algunos círculos antes de regresar a Argentina, y de allá seguí conectándome por zoom. Ahora en enero regresé [...] cuando vuelvo se hace la ceremonia de gradua-

ción, que es cuando se termina el programa. Para mí fue un regalo, participar en ese momento tan importante, tan emotivo, donde uno ve el resultado de la evolución del programa”.

### Reinserción, el reto

“Las personas que facilitamos, ayudamos a sanar, pero también sanamos, porque es un feedback, es un ida y vuelta [...] expresarlo con palabras no sé si pueda transmitir todo lo que se vive en ese momento, hay que estar para poder sentir esa energía y saber de qué se trata”, explicó Luján.

“La Ley Penal, el sistema retributivo no causa un beneficio a las personas, es decir, se dicta una sentencia, se fija una condena, esa persona va a la cárcel, pero cuando sale de la cárcel la reinserción social se diluye, se torna abstracta. Entonces, distinto con la Justicia Restaurativa, el abordaje es otro, se trabaja en la individualidad de las personas, esa persona puede expresarse, es escuchada, sus necesidades son atendidas, se proyecta de otra manera en la sociedad, cambia su percepción, su proyecto de vida porque ya se siente una persona útil en su comunidad”.

“Las personas facilitadoras de Justicia Alternativa ponen mucha energía en cada círculo, cada uno dura cuatro horas, de poner todos los sentidos, de poner atención en no distraerse [...] en hacer una escucha empática, es poner el cuerpo, la mente en ese momento, son personas muy sensibles, todo el Instituto hace un gran esfuerzo para que se materialice e instrumente cada círculo”.

### Injusticia sistemática e impunidad

La Justicia Restaurativa es necesaria en las políticas públicas, pero en casos tan complejos como el ocurrido en Ciudad Juárez, en donde se suscitó un motín en el Cereso 3, se cuestionó a la experta sobre estos casos, donde el planteamiento de la reinserción social es un fracaso del Estado al permitir que los penales se conviertan, ante la opinión pública, en “sedes para la generación de criminales”.

“Hay varios factores que convergen en esta vulnerabilidad que se acentúa y genera menor acceso a la justicia, menor acceso a la reinserción social [...] creo que la Justicia Restaurativa primero, no trabaja con delitos sino, trabaja con personas desde un enfoque humano, desde un enfoque de Derechos Humanos [...] Sí, es un elefante muy grande con el que estamos trabajando, lo sé, no lo pierdo de vista, pero creo que un trabajo sostenido, con la proactividad que están teniendo muchos organismos, se puede”.

La experta reiteró, “se puede porque las personas verdaderamente cambian sus percepciones, cambian su forma de vida, cambian su proyección en la sociedad”.

Y agregó, “ya vimos que el sistema penal retributivo no nos da una respuesta, no cambia las estructuras sociales que es lo que nosotros queremos hacer, lo que queremos como parte integrantes de la sociedad, queremos cambiar esto, la discriminación, las personas que no se reinsertan en la comunidad porque son estigmatizadas, esto es que queremos trabajar”.

“Esa persona que comete un delito fue violentada también y tiene un trauma que no sanó y reactuó esa violencia, muchas veces contra sí misma o contra terceras personas [...] hay que aplicar un enfoque diferencial, para ver estos factores que se interceptan, como ser más vulnerables por su edad”.

Para la abogada argentina, la meta de Justicia Restaurativa es posible con la labor conjunta de

los tres poderes de Gobierno, se debe hacer en conjunto para generar políticas públicas, leyes y acciones acordes a esto.

“Es un elefante, repito, al que estamos enfrentando, pero logrando que los tres poderes vayan de la mano, se puede. El resultado sería invaluable”.

BÚSCANOS EN FACEBOOK  
RevistaNetMX

**“[...] Después de años que nadie los escuchó, finalmente sienten que hay personas a las que nos importa su vida... que logren un bienestar y puedan reinsertarse en su comunidad”**

María Luján Arias, abogada



## ‘Restaurando Identidades’

### Módulo 1

#### Deconstrucción de la Violencia

Antes de hablar sobre responsabilidad del delito, se aborda cómo la violencia sufrida y el trauma pueden traducirse en violencia ejercida y reactivación del trauma. Se realizan exposiciones, ejercicios, círculos de paz y otras actividades. Las personas comparten sus historias. Este módulo toma entre 3 y 4 sesiones.

### Módulo 2

#### Justicia Restaurativa

A través de actividades, se comparten los principios de la Justicia restaurativa con las personas participantes, con sus elementos de daños, necesidades, causas, responsabilidad activa, inclusión y participación. Cada persona realiza el análisis de su propia conducta, suele durar un promedio de tres sesiones.

### Módulo 3

#### Migración de Identidad

Con todo lo aprendido y reflexionado, se llega al análisis de lo que funciona y no funciona en cada vida. La migración de identidad es el proceso por el que transitamos de la identidad actual a la identidad favorita o deseada, que es como realmente queremos ser.

### Módulo 4

#### Círculo de Cierre

Una vez concluidos los módulos, se dedica una sesión al cierre, que se realiza a través de un Círculo de Paz, en el que cada persona comenta lo que se lleva, todo lo aprendido y compartido y cómo ha influido a cada quien durante los meses que duró el programa.

## Graduación

Cuando es posible, se realiza una ceremonia de entrega de constancias del programa, con personas invitadas que puedan brindar un mensaje a las participantes y escuchar lo que ellas quieren compartir sobre su proceso en el programa.



DEPORTADA

# Una AVENTURA en BARRANCAS

✉ ruth\_gonzalez@radionet1490.com



Escanea para conocer el sitio web de Parque Aventura Barrancas del Cobre

**Actividades extremas, paisajes únicos, contacto con la naturaleza y apoyo a la comunidad rarámuri, todo es parte de este parque**

POR: RUTH E. GONZÁLEZ

“Espectacular” y “súper divertido” son los adjetivos que predominan de quienes han visitado el Parque Aventura Barrancas del Cobre en la sierra tarahumara de Chihuahua. Este lugar se ha ganado este año el galardón de los “100 Imperdibles de México” como el destino (sin playa) más visitado del país (solo debajo de la Ciudad de México), es un punto tan increíble que visitantes de todo el mundo lo incluyen en su lista de vacaciones de ensueño.

Con la llegada de la Semana Santa o cualquier otra fecha de descanso en el año, “el parque es una opción maravillosa” nos comenta la licenciada Marisol Morales Aragón, directora del lugar. Y tiene razón, con una superficie de 60 mil

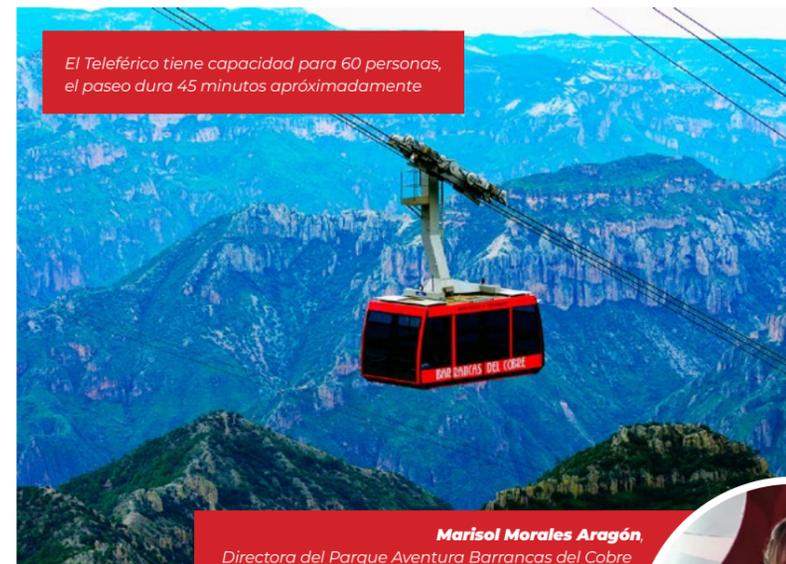
kilómetros cuadrados ofrece cinco actividades principales que invitan a cualquier persona a regresar, nos referimos a: Ziprider, Circuito de 7 tirolesas, Bosque Aéreo, Vía Ferrata y el Teleférico (el tercero más importante del mundo). Pero si además quieres apoyar a la comunidad indígena, se ofrecen paseos de senderismo: la Experiencia Rarámuri, que “es un taller en donde te enseñan sobre su cultura más a fondo, cómo cocinan, cómo hacen sus artesanías, tienen renta de bicicletas de montaña, paseos a caballo, renta de cuatrimotos, hay actividades para diferentes gustos”, dice la directora.

Las niñas y niños tienen también sus espacios especiales, y el parque cuenta con un restaurante con la vista más impresionante del planeta, con la sierra a tus pies y un mirador para cautivar a cualquiera.

**Teleférico de clase mundial**

La directora invita a conocer el atractivo número uno del lugar, “es el tercer teleférico más largo del mundo, con cables sin torres intermedias con 3 kilómetros de longitud, un sistema de vaivén y dos cabinas”. En este paseo se aprecia el paisaje más bello de la unión de las Barrancas del Cobre, Barranca Tararecua y Urique, esta última con una profundidad de mil 879 metros y es para todas las edades.

El teleférico tiene capacidad para 60 personas, el paseo dura unos 45 minutos, pero los turistas pueden sacarle más provecho si desean combinar el recorrido con senderismo, ya que al llegar a la estación Mesa de Bacajipare, debe permanecer durante 20 minutos antes de regresar. El turista puede contemplar o puede caminar con los guías tarahumaras, ahí se encuentra una pequeña tienda comunitaria para contratarlos directamente. Otra opción es que el visitante se quede el tiempo que desee, y espere la última cabina de re-



El Teleférico tiene capacidad para 60 personas, el paseo dura 45 minutos aproximadamente

Marisol Morales Aragón,  
Directora del Parque Aventura Barrancas del Cobre

greso. Los recorridos son de cada 30 minutos entre estaciones.

La admisión general es de 300 pesos (para residentes chihuahuenses 270), en el caso de adultos mayores con su tarjeta Inapam 180 pesos, los menores de 5 a 11, solo 150. Además, hay paquetes familiares, dos adultos y tres menores por 950 pesos. El horario es de 9:00 a.m. a 4:30 p.m.

mendable es de 75 años, se debe pesar de 45 a 99 kilos y medir un máximo de 1.90 mts.



**Ziprider, la tirolesa más larga de América**

“Tenemos a la tirolesa más larga de América (y la segunda del mundo). Ziprider es un recorrido muy emocionante de 2 mil 564 metros en tres minutos, si quieren sentir la adrenalina de volar, esta es la actividad perfecta”, comenta Marisol.

Al ser la Sierra Tarahumara un atractivo de nivel mundial, esta actividad es de las recomendadas como un *must*, una experiencia que no debes dejar pasar, este recorrido se hace en un arnés tipo silla donde el visitante está sujeto al asiento, alcanzando velocidades de 80 a 135 kilómetros por hora, es muy seguro y cuenta con sistema de frenado de alta calidad. De modo que al llegar a su punto final todo es confiable y divertido, el retorno al punto de partida es por el teleférico y no implica costo adicional.

El precio es de mil pesos por persona (para residentes de Chihuahua 900 pesos) y está disponible de 9:30 a.m. a 3:40 p.m., la edad máxima reco-

**Circuito de Siete Tirolesas**

“Es un recorrido de 5 kilómetros, divididos en siete saltos y cuenta también con senderos y dos puentes colgantes, es único, cuenta con una vista panorámica increíble”. Sumando al comentario de la responsable del lugar, el Circuito de Siete Tirolesas tiene saltos con distancias de 477 y a mil 113 metros de extensión, con alturas de 350 metros o más. La velocidad varía, pero puede alcanzar entre 60 y 110 km/h, el viento y el peso de la persona influyen en esto.

Y claro, esta actividad requiere tiempo, entre dos horas y dos y media. El punto final es la estación Bacajipare, para volver al punto de partida por medio del teleférico (libre de cargo adicional). Para este recorrido

se recomienda contar con buena condición física, en total el circuito abarca 7 mil 523 metros de paisajes inolvidables.

En cuanto al costo, es igual al Ziprider, incluso los requisitos de peso y altura son los mismos. Y atención aquí, nada de *selfies* o celular, se pueden tomar fotos o video solo si llevas tu dispositivo en el casco para que no interfiera en el uso de las dos manos. ▶

**El Parque Aventura Barrancas del Cobre es el segundo lugar (sin playa) más visitado de México**

Ziprider es un recorrido muy emocionante de 2 mil 564 metros en tres minutos





Vía Ferrata tiene un descenso en rappel de 48 metros escalada en roca y puente colgante

## Bosque Aéreo

Caminar por un bosque es una experiencia memorable, ahora agreguemos altura a esa experiencia y eso es Bosque Aéreo, caminar a la altura de las copas de los árboles, nos amplía Marisol Morales, **“es un circuito de 12 puentes colgantes, cada puente tiene diferentes grados de dificultad y concluye con una mini-tirolesa, también en medio de los árboles”**.

Este paseo tiene actividades zipline o canopy, caminas por puentes colgantes de pino en pino con casco, arnés y guantes. Los puntos se conectan con este tipo de tirolesas, acompañados, de nuevo, con guías especializados para asegurar la actividad.

El precio por persona es de 300 pesos (chihuahuenses 270). El horario es de 9:00 a.m. a 3:00 p.m. y debes contemplar casi dos horas, en cuanto a los requisitos, el peso máximo es 80 kilos y la altura se mantiene en 1.90 mt.

## Vía Ferrata, al estilo Tarzán

Para los fans de la adrenalina y que cuenten con preferencia por el alpinismo, esta actividad es perfecta, porque hasta incluye el salto de Tarzán. **“Es nuestra actividad más extrema y tiene un descenso en rappel de 48 metros escalada en roca y puente colgante al que se**

**accede por medio del famoso salto de Tarzán, se le llama así porque te suspendes en una liana de un extremo a otro”**.

De ese Tarzan Jump el equipo de seguridad para el usuario incluye: casco, arnés, guantes y mosquetones de capacidad de hasta 2 mil kilos, se acompaña al turista con dos guías, uno en el descenso de rappel y otro que recibe y acompaña durante el recorrido. De nuevo esta ruta requiere de mucha atención y concentración, no selfies ni celulares, a menos que sean dispositivos para casco. En cuanto a duración se requieren dos horas o más.

El costo general es de 600 pesos (chihuahuenses 540), además hay una lista de requisitos sobre el estado de salud, que puedes consultar



**Escanea** para conocer las rutas, carreteras, medios de transporte disponibles para llegar a la Sierra Tarahumara y sobre todo al Parque de Aventura Barrancas del Cobre

en la páginas oficial. El horario es de 9:00 a.m. a 3:00 p.m.

## Pequeños incluidos

La zona infantil cuenta con **“el Rocódromo, el Eurobungee y un Golfito, también se pueden subir a los paseos de aventura, siempre y cuando cuenten con un peso mínimo de 45 kilos y una altura de 1.50 mts, es importante que tengan suficiente fuerza en los brazos para las actividades que lo ameriten”**. Hay que tomar en cuenta que tanto menores como padres o tutores deben firmar una carta de responsabilidades en todas las actividades, incluyendo los adultos solos en todos los paseos.

## Platillos de casa, en Barranco

**“La gastronomía es maravillosa en nuestro estado y no puede faltar en las vacaciones y los paseos, tenemos al restaurante Barranco que cuenta con el sabor de Chihuahua y además de los platillos, están los vinos chihuahuenses de primera calidad, la cerveza artesanal, el sotol, lechuguillas... tiene unos espectaculares miradores, el piso es de cristal para observar la majestuosidad de las Barrancas del Cobre”**.

Por mencionar algunos platillos que ofrecen chile pasado, guisado de abigeo, asado de puerco, deshebrada serrana, bistec norteño, arra-

chera, ryb eye, caldillo arriero, tartalita de manzana, en fin, una larga lista de sabores muy chihuahuenses a precios muy accesibles, el menú se puede consultar en el sitio oficial de Facebook e Instagram del parque.

## Tips para tomar en cuenta

Por la altura del lugar y las actividades, es importante usar ropa y calzado cómodo, utilizar bloqueador solar y/o gorras para el sol, en caso de llegar caminando con mochilas, el parque facilita lockers de manera gratuita a sus visitantes. **“Pueden dejar ahí sus artículos personales porque para hacer sus actividades lo van a disfrutar más”**.

Todas las actividades se pueden agendar y pagar en la página oficial [www.parquebarrancas.com](http://www.parquebarrancas.com) con anticipación, pero en caso de que ocurra una tormenta eléctrica o alguna otra causa meteorológica que impida el paseo, el reembolso es del 100 por ciento.

Algo muy importante es que este lugar apoya a las comunidades tarahumaras con actividades que estas mismas administran por su cuenta, como la Experiencia Ráramuri, los paseos a caballo, la renta de bicicletas, etc., así que es bueno apoyarlos y ¡por favor! no regatear precios de nada de lo que ofrecen, ya que estas comunidades lo que más necesitan es nuestro apoyo y solidaridad.



## Un enfoque ecológico

**“Somos una empresa con un enfoque social responsable, que cuida el medio ambiente, trabajamos en alianza con las comunidades ráramuris que habitan aquí en la zona y tenemos muchos proyectos que se han implementado para el cuidado del agua, para el cuidado de los suelos (compostas), etc.”**.

Además del cuidado a la naturaleza, se cuida a los pueblos originales, ya que el 45 por ciento del personal del parque es tarahumara, **“son guías y constantemente los estamos capacitando para que puedan hacer más actividades”**.

Bosque Aéreo es un circuito de 12 puentes colgantes, cada puente tiene diferentes grados de dificultad



## Para más información:

- Call Center (614) 131 4020
- Parque (614) 194 0271
- Whatsapp (635) 101 0802
- E-mail [soporte@parquebarrancas.com](mailto:soporte@parquebarrancas.com)



## Para llegar al parque

Hay varias formas de llegar al Parque Aventura Barrancas del Cobre por vía terrestre. **“Estamos ubicados a 306 kilómetros de la ciudad de Chihuahua, pueden venir en su auto, está perfectamente señalado. El parque está a un kilómetro y medio de El Divisadero, donde se encuentra la estación del Chepe (otra opción para llegar, en tren)”**. Lo importante es llegar a la estación o al Divisadero, de ahí hay diferentes medios de transporte privado para llegar al parque, incluso se puede hacer caminando, ya que hay senderos adecuados para acceder. **“También hay dos autobuses que salen desde la ciudad de Chihuahua y llegan directamente al parque, porque van en ruta a San Rafael, que está muy cerca de aquí”**, agrega la directora.▶

**“Aprovéchenlo, conozcan paseen, vengan a visitarnos, se van a llevar una experiencia única”**

Lic. Marisol Morales Aragón,  
Directora del Parque Aventura Barrancas del Cobre

### Chihuahuenses solidarios y turismo mundial

“En los tiempos más difíciles durante la pandemia, el turismo local fue el que nos ayudó a salir adelante”, asegura la funcionaria, pero gracias al paulatino regreso a la normalidad el turismo ha vuelto a visitar a la Sierra Tarahumara y con ello, “el año pasado rompimos récord de visitantes, logramos incrementar la visita de turistas internacionales de un tres a un siete por ciento, para nosotros es muy significativo, esperamos que poco a poco vaya incrementando esta cifra, que será de beneficio no solo para el parque, sino para toda la región”.

Los estadounidenses son los turistas extranjeros que suman la mitad de las visitas al parque, pero se reciben a visitantes de Alemania, Argentina, Brasil, España, Cuba, Reino Unido, Suiza, Canadá y muchos otros lugares, hay un espacio público a la entrada del parque donde los turistas dejan constancia del lugar de donde vienen. Hay personal bilingüe (inglés-español) durante los recorridos que apoya de ser necesario.

### ‘Disfruten la belleza de Chihuahua’

Marisol nos reitera sobre la confianza para los visitantes. “La seguridad es uno de los siete ejes rectores con los que opera el parque, consideramos que, sin los estándares de calidad, en mantenimiento, el cuidado adecuado o de la infraestructura, la operación del parque simplemente no sería posible. Priorizamos la integridad física de nuestros visitantes y de nuestros colaboradores”. Cada arnés o equipo que usa es revisado diariamente y se cuenta con la asesoría y supervisión de empresas internacionales líderes en esa rama.

“Nuestros guías también están certificados, por lo que pueden tener esa confianza de que todo se cuida”. Escuchar y atender a estas personas es la fórmula perfecta para hacer de esta aventura algo inolvidable.

“Aquí pueden disfrutar de la naturaleza en su máximo esplendor. Aprovéchenlo, conozcan, paseen, vengan a visitarnos, se van a llevar una experiencia única. Los esperamos con los brazos abiertos”.

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

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

www.cchotel.mx



SALUD

# ¡Muévete! y pierde peso



**Ya no hay pretextos, es tiempo de retomar el hábito de hacer alguna actividad física y mantener la buena salud**

POR: STAFF/REVISTA NET

Hacer ejercicio es indispensable para mantenernos saludables, pero no todos empiezan de manera correcta su rutina o su ingreso a jornadas en un gimnasio. Una lesión por hacer mal la actividad física nos puede salir más caro de lo que pensamos, por ello, en la voz de expertos en salud y actividad física, recabamos los consejos más básicos para activarse y perder ese peso para abonar a nuestra buena salud.

### Paso a paso

Primero, ¿te ha revisado un médico? “La etapa de iniciación es muy importante tomar en cuenta algunas acciones para evitar lastimarse, antes de iniciar una actividad física deben hacerse un chequeo médico para saber que están bien y pueden llevarla a cabo”, recomienda David Serna, coordinador de Deporte Popular en el Instituto Municipal del Deporte y Cultura Física de Juárez (Imdej).

“Todo entrenamiento es el calentamiento. Tenemos que calentar por lo menos de 10 a 15 minutos con actividades de movilidad, para continuar con los estiramientos respectivos, movimientos de articulaciones para lubricar y hacer que el cuerpo empiece a activarse”, es el segundo consejo de Serna.

### Cada edad una actividad

Se debe realizar una rutina de ejercicios de acuerdo con la capacidad de cada persona. “Lo ideal es que sea diaria de

más de 20 minutos, en la que incrementen su ritmo cardíaco por arriba 120 pulsaciones por minuto”, dice el funcionario.

Para la doctora Laura Loeza Montero, coordinadora de Prevención y Atención a la Salud del IMSS, lo más recomendable es una caminata de 30 minutos diarios, de ahí se puede incrementar a una rutina supervisada por especialistas.

Otros consejos básicos adicionales del IMSS son:

- Los adultos deben realizar al menos 150 minutos a la semana, por ejemplo, cinco días con una duración de 30 minutos cada día.
- Si quieres reducir de peso, realiza por lo menos 60 minutos diarios de actividad física.
- Los adolescentes deben realizar un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física.
- Procura que la actividad que elijas te guste y sea fácil de realizar, como caminar, bailar, nadar o andar en bicicleta.
- La principal actividad física recomendada es caminar.

### Abdominales y pesas

“Por lo general en la parte del vientre es más notorio el acumulación de grasa, por lo que muchas personas se someten a intensas rutinas de ejercicio sin la debida protección”, dice la doctora Loeza. Ante este riesgo aconseja que “las rutinas se hagan bajo la supervisión de personal con experiencia, que recomiende medidas de precaución contra lesiones, las cuales pueden ocasionar desde un pequeño desgarrar de

músculos, hasta lesiones en la espalda, que a largo plazo pueden llegar a ser incapacitantes”.

“Cualquier ejercicio por sencillo que parezca si se hace de manera incorrecta e intensa, puede causar lesiones”, agrega la doctora.

Y lo más importante, comparte la especialista, “para las rutinas que impliquen cargar peso, se recomienda el uso de un cinturón, además de hacerlo de una manera que no recaiga directamente a la columna vertebral, sino en el apoyo de algunos músculos de las piernas”.

### Rutinas en orden

Serna sugiere que diariamente se puede trabajar un área diferente, “iniciar con ejercicios para las piernas, pantorrillas y las articulaciones de los pies, mediante sentadillas, elevaciones, desplantas, estiramientos y al otro día trabajar con el grupo superior, bíceps, tríceps, a través de lagartijas y sentadillas”. Entonces no trates de abarcar todo el cuerpo en una sola rutina.

“Se puede trabajar en varias fases, primero es la actividad física, después el descanso y una buena alimentación”, agrega el funcionario.

### Cuerpo sano

La doctora añade que “la alimentación no debe eliminarse para poder bajar de peso, porque lo único que se lograría sería sentirse mal físicamente y con falta de energía. Al contrario”, dice, “al consumirla de manera balanceada y en cantidades correctas, junto con la activación física, se lograrán excelentes resultados”.

Para el experto, “los ejercicios y activación física se debe realizar a diario, con una alimentación balanceada y descanso respectivo”. N



J. NOHEMÍ ÁLVAREZ Q.

# La tragedia migrante

REGIONAL

ruth\_gonzalez@radionet1490.com

**Nohemí Álvarez Quillay provocó un cambio humanitario en la atención a menores; su caso expuso el maltrato institucional y sistemático**

POR: RUTH E. GONZÁLEZ

El paso de migrantes por las fronteras mexicanas deja constancia de la movilidad humana y todo lo que implica esta interacción entre gobiernos y personas. Miles cruzan de forma ilegal hacia Estados Unidos cada año, en 2022, el récord fue de 2.76 millones<sup>1</sup>. El problema toma gran relevancia y preocupación, desde hace casi una década, debido a la cantidad de menores no acompañados que hacen esta travesía de alto riesgo. La tragedia de una niña indígena ecuatoriana en Ciudad Juárez, **Nohemí Álvarez Quillay**, evidenció el maltrato institucional a los menores migrantes y la impunidad con la que operan las redes internacionales de tráfico de personas.

## La migración forzada

En febrero de 2014, una niña que estaba por cumplir 12 años emprendió una travesía desde Ecuador (más 5 mil kilómetros de distancia) hacia los Estados Unidos. Su nombre era Jahoselin Nohemí

Álvarez Quillay, vivía con sus abuelos en la provincia indígena de Cañar, en una zona marginada de la comunidad de El Rosario, en el cantón El Tambo<sup>2</sup>.

Nohemí no conoció a sus padres, nació el 30 de mayo de 2001, la dejaron a muy temprana edad para emigrar a EU. Su primer intento de reunificarse con ellos fue cuando ella tenía solo 9 años. Sus padres **Jesús Segundo Álvarez Yupa** y **Martha Violeta Quillay Guamán** vivían en Nueva York ilegalmente, (el padre trabajaba como albañil, mientras la madre en un salón de belleza). Decidieron dejar en las manos de familiares y “coyotes” (traficantes de personas) el traslado de Nohemí, todo esto de acuerdo con los testimonios judiciales de sus abuelos **Cipriano Quillay**, **María Jesús Guamán Álvarez** y su prima **Sara Victoria Quillay**, con quienes vivía.

Los padres de Sara también la habían dejado en El Tambo por irse a trabajar a EU. Ella asegura que Nohemí, después de ese primer viaje, ya no fue la misma, la deportaron en Colombia. La prima ase-

guró: **“Jahoselin no quería viajar y cuando le propusieron nuevamente sus padres, ella lloró y pidió que no le dejaran ir, pero por orden de ellos, mi abuelita junto a la esposa del ‘coyote’ armó la maleta y le embarcaron”**<sup>3</sup>.

Forzada, la niña emprendió el 4 de febrero su segunda travesía hacia EU acompañada de **Raúl Clemente Huerta Quizphi** (R.C.H), quien era “coyote”, y **María Manuela Álvarez Tenemaza** (tía de la menor)<sup>4</sup>, cobraron 15 mil dólares. De su natal El Tambo, la niña salió en camión y llegó a Tulcán (630 km), de ahí R.C.H comenzó informar a los padres de Nohemí los pormenores del trayecto y pedía los depósitos de pagos.

## Del sueño a la pesadilla

De Tulcán por vía terrestre llegó a Colombia y de ahí en avión hasta Panamá. La niña se identificaba con un pasaporte falso a nombre de “Jocelyn Álvarez Barzena”, según el reporte judicial.

<sup>1</sup> Fuente Oficina de Aduanas y Protección Fronteriza (CBP, por sus siglas en inglés). El año fiscal abarca 12 meses hasta septiembre de 2022.

<sup>2</sup> Actuaciones Judiciales de la Fiscalía del Cañar, Ecuador (2016). Indagación 030501813030011 (25/03/2014)

<sup>3</sup> Ordoñez Padrón Marcela, “Análisis de caso: Jahoselin Nohemí Álvarez Quillay y el involucramiento de la política migratoria para menores de edad de México y Ecuador”, (2017) Universidad de Azuay.

<sup>4</sup> Ibidem (2).

Así fueron los tramos con la red de traficantes, comunicándose con el padre de Nohemí. Al llegar a Guatemala, **Manuel Andrés López Lucas** (A. L. L.) y su esposa **Glenda Maricela Domínguez León** (G. M. D.) comenzaron a solicitar los depósitos en lo que informaban que la niña se encontraba ya en México a finales de febrero.

**“El mismo día recibe nuevamente una llamada de esta persona (A.L.L.), que le solicita se transfiera el dinero a una cuenta en México y ya no a Ecuador”**<sup>5</sup>.

A principios de marzo, el padre de la niña recibió otra llamada en la que le pidieron 7 mil dólares adicionales al cobro pactado, asegurando que la menor ya estaba en la Unión Americana, pero al revisar el código de la llamada se dio cuenta que no correspondía. Los padres ya no tuvieron comunicación con el “coyote”, ni con su hija<sup>6</sup>.

## La última frontera

A las 22:08 horas del 6 de marzo, un hombre fue detenido por tres policías municipales en Anapa, en la calle Pez Martillo, por estar orinando en vía pública. En la camioneta aseguraron a la menor Jahoselin Nohemí, el individuo era **Domingo Fermas Uves**. La niña **“explicó que no conocía a su acompañante, pero que la llevaba con sus padres a los Estados Unidos”**. Ella fue resguardada por el Departamento de Trabajo Social de la **Secretaría de Seguridad Pública** (SSPM), mientras que Fermas Uves declaró que se dedicaba a cruzar personas a EU y fue consignado a un agente del Ministerio Público federal, en calidad de probable responsable de la comisión del delito de Violación a la Ley de Migración<sup>7</sup>.

## Maltrato institucional, el otro crimen

Al día siguiente, la niña quedó a disposición del DIF Estatal, (en calidad de niña en situación de riesgo o desamparo) desde las 9:27 a.m. Por la tarde (6:58 p.m.), la menor fue remitida al albergue Villa Esperanza ubicado en la calle Constitución 258 (actualmente se llama Casa de Esperanza). Este lugar tenía un convenio con el DIF estatal mediante la asociación civil que lo operaba, pero nadie supervisó adecuadamente el



Cipriano Quillay y María Jesús Guamán Álvarez, abuelos de Nohemí

trato ni condiciones de la menor, omitiendo su responsabilidad.

Durante la revisión médica legal se estableció que la niña había sufrido abuso sexual (días antes) y su estado emocional fue empeorando en el albergue, donde su evaluación psicológica fue realizada unas horas antes de su muerte (y cuatro días después de su llegada al lugar).

**“Los testigos del albergue dijeron que la niña era ‘muy calladita’, se observaba asustada y hermética, no se le vio socializar con otros niños {...} se le veía triste y muy seria. Incluso, una trabajadora del lugar dijo que después de hablar con la psicóloga del albergue, (el martes 11 de marzo, a las 11:00 a.m.), la niña lloraba y tenía miedo de ir con sus abuelos”**.

Previo a esto, e irónicamente, el 8 marzo la agente federal **María del Socorro Graciano Coronado**, de la séptima agencia del MP federal, sometió a un interrogatorio de manera hostil a la niña, de acuerdo con testimonios recabados. **“La forma en que la agente del MP se dirigía era muy hostil, la niña se mostraba temerosa y se aferraba a mí {...} se le hostigó mucho al preguntarle el nombre de sus papás y hermano, porque la niña no sabía cómo se llamaban. Fue aquí en donde le comenzaron a gritar {...} No le permití que sacara a la niña del albergue por lo que se molestó y comenzó a gritar para después retirarse y decir que regresaría en 20 minutos para que firmara la declaración.**

**{Sin embargo, no regresó} hasta las 2:00 horas de la madrugada {del 9 de marzo}, insistió en que la dejara pasar hasta los dormitorios, cosa que no le permití, le dije que me dejara despertar a la niña, {lo que la} afectó mucho, ella está {sic} con mucho miedo”**<sup>8</sup>.

La Comisión Nacional de Derechos Humanos calificó como **“conductas constitutivas de violencia”** en contra de la niña esas actuaciones. Sin embargo, ninguno de los funcionarios señalados en los hechos fue consignado por ningún delito, ni personal del DIF, ni de la PGR. La titular del DIF era **Bertha Olga Gómez Fong**, esposa del gobernador del estado **César Duarte Jáquez**, actualmente recluido en el Cereso 1 de Aquiles Serdán por cargos de lavado de dinero y peculado.

## Muerta, antes de morir

El sueño de Nohemí era conocer a sus padres, el anhelo de los padres era tener a su hija. El 11 de marzo, le llamaron a **Jesús Segundo Álvarez**, le avisaron que su hija murió en el albergue Villa Esperanza de Ciudad Juárez, él dudó, revisó en internet y lo confirmó, de acuerdo con el testimonio que dio a la Fiscalía de su país. ▶

<sup>5</sup> Actuaciones judiciales Nohemí Álvarez Quillay (Fiscalía de El Tambo- Dra. Jenny Vásquez 2016).

<sup>6</sup> Ibidem 5.

<sup>7</sup> CNDH Recomendación No. 22/2015

<sup>8</sup> Ibidem 7.



Después de una evaluación psicológica tardía, unas tres horas después, Nohemí terminó su última travesía, regresaría a casa con sus abuelos. Su cuerpo fue encontrado suspendido en el baño del albergue, alrededor de las 2:30 p.m. La menor estuvo cerca de media hora sola, sin supervisión, encerrada, pese al delicado estado emocional que presentaba.

Se abrieron tres carpetas de investigación, dos federales y una por parte de la Fiscalía General del Estado (FGE). Ese mismo día, el 11 de marzo de 2014, se dictó auto de libertad para Domingo Fermas Uves, el "coyote" con el que fue encontrada días atrás. Esto, posteriormente se apelaría.

### Caso mediático internacional

Tras la presión pública internacional, las autoridades ecuatorianas lograron 25 sentencias por tráfico de migrantes: 6 en Azuay, 10 en Cañar, 4 en Chimborazo, 4 en Pinchincha, 1 el Oro y 12 por estafa migratoria en Cañar. Manuel Andrés López Lucas fue detenido el 17 de abril, también Glenda, les fueron encontrados los celulares que usaban para comunicarse con los padres de Nohemí.

En el país, Domingo Fermas Uves recibió finalmente sentencia, también su esposa **Andrea Herrera** (quien se dedicaba a cuidar a los menores).

La CNDH documentó el caso y emitió una serie de recomendacio-

nes a las autoridades involucradas. De acuerdo con los especialistas de la Comisión, la menor sufrió un deterioro en su estado emocional por **"el maltrato institucional"** recibido. Este documento puntualizó la responsabilidad de los servidores públicos y las violaciones a los Derechos Humanos que sufrió bajo la tutela del Estado, además incluyó los criterios a considerar para establecer los protocolos de atención adecuados para la atención de los menores migrantes no acompañados.

El gobernador del estado de Chihuahua y la procuradora general de la república **Arely Gómez** recibieron recomendaciones por parte de la CNDH.

El **Departamento de Seguridad Nacional** (DHS) de EU aprehendió en el año fiscal 2014 (del 1

octubre 2013 al 10 de septiembre 2014) a 68 mil 541 mil niñas, niños y adolescentes no acompañados (NNA).

### De vuelta con los abuelos

Don Cipriano se enteró de la tragedia cuando su yerno le llamó (12 de marzo), le dijo: **"Nohemí se murió"**. Durante el funeral en El Tambo (14 de marzo), declaró las constantes peleas con los padres de la menor, declaró a la prensa local (El Comercio), **"les dije que era una niña... aquí no le faltaba comida"**, agregó que en la escuela **"fue la mejor alumna"**. Los restos de Nohemí descansan "en casa", en el cementerio municipal del catón.

### Honran su memoria

Ahora el albergue para menores migrantes del DIF, ubicado en Ciudad Juárez, lleva el nombre de Nohemí Álvarez Quillay, es una forma de honrar su memoria. Los protocolos de atención a las niñas, niños y adolescentes migrantes no acompañados son ahora un ejemplo nacional. Se les brinda atención psicológica, alimentación, asistencia médica, apoyo legal migratorio, comunicación con sus familias, actividades lúdicas y resguardo apegado a los Derechos Humanos y recomendaciones hechas por la Unicef. En 2022, fueron atendidos 4 mil 168 NNA, 654 eran extranjeros. **N**



**JESÚS OCHOA**  
**MARGARITA GRALIA**  
**RODRIGO MURRAY**  
**LAURA FLORES**  
 CON **GABY MELLADO** **RODRIGO BRAND** **DAVID ORCI**

# El marido Perfecto



**TEATRO DE LOS HÉROES**  
**SÁB 25 DE MARZO**  
 FUN: 6:30 Y 9PM  
**INFO: 662 100 6368**

Informes: 413-5400



Venta de boletos en taquillas y [www.donboleton.com](http://www.donboleton.com)

Lada sin costo: 01(656) 613-0100

SÍGUENOS:



# Las redes del porno

ruth\_gonzalez@radionet1490.com

**Plataformas sociales de contenido para adultos ponen a flor de piel el dilema entre el erotismo virtual monetizado y la prostitución**

CON INFORMACIÓN DE:  
URIEL ORNELAS

**M**uy temprano “María José” alista a sus hijos para llevarlos a la escuela, su marido salió primero a la maquila, donde trabaja como ingeniero. Luego de una hora de apuros, ella por fin regresa a casa, le echa un vistazo a su teléfono y revisa su perfil de OnlyFans (OF) para ver si le han comprado algo y responder algunos mensajes.

María José es su seudónimo en la plataforma de contenido para adultos OF, es juarense y protege su identidad en su perfil, en específico, su rostro y nombre. Ella describe la atención a “fans” al ofrecer un poco de su intimidad virtual (imágenes o videos) y “trato de novios” (chat o mensajes) a cambio de una remuneración económica, en la plataforma también recibe algo que denominan “propinas”. **“Me decidí a hacer mi Only porque el tema estaba en todas las redes sociales y me llamó la atención, al principio pensé en los riesgos, como el que se supiera mi identidad y que esto afectara mi vida y la de mi familia, eso me aterraba”.**

## De la moda al erotismo

Creada en el 2016 con sede en Londres, por **Timothy Stokely**, junto a su padre, un banquero retirado de nombre **Guy Stokely**, OnlyFans inició como un red para influencers de moda y sus seguidores, los suscrip-

tores pagaban para acceder a sus contenidos. Todo cambió en 2018 con la llegada del Barón del Porno, **Leonid Radvinsky**<sup>1</sup>, revelaron los periodistas **Thomas Brewster** y **David Dawkins** para Forbes.

En 2018 Radvinsky se apoderó del 75 por ciento de la empresa, dejando el resto a los propietarios originales. El éxito previo de este empresario ucraniano-estadunidense fueron las cámaras en vivo, en su plataforma porno “MyFreeCams”.

Pero el Barón tiene un pasado más oscuro, Forbes también asegura que Radvinsky, a través de una de sus primeras empresas, llamada “Cybertania”, creó más de 11 sitios de contraseñas ilegales durante los años noventa. En 2003 y 2004, Microsoft y Amazon demandaron al ucraniano ante un tribunal de Seattle (EU) por aparentes campañas de spam a destinatarios aleatorios ofreciendo dinero gratis del Gobierno o enlaces a sitios web pornográficos. El regreso de Radvinsky fue con OF.

Después está transformación administrativa y el cambio de perfil de los creadores de contenido, en 2020, debido a la pandemia, el boom de OF se dio con el confinamiento.

Actualmente, Forbes estima que la participación de Radvinsky en OF, lo convierte en un nuevo multimillonario, valorado en unos mil 800 millones de dólares.

OF tiene registrados a 3 millones de creadores de contenido que interactúan con 220 millones de “fans” o suscriptores a la fecha. La empresa tiene solamente 200 empleados.

## El precio de la fama

OF permite publicar libremente contenidos (sin censura) de varios tipos: *influencers*, entrenadores fitness, chefs, deportistas, actrices, actores, cantantes, pero predomina el erotismo y lo explícito sexual. Los creadores monetizan su contenido e interactúan con sus seguidores. El sistema tiene dos tipos de miembros: los creadores y los fans (suscriptores). Una cifra importante de creadores pertenece a la industria de la pornografía.

Los creadores reciben el 80 por ciento de las ganancias, lo que genera oportunidades económicas para cualquiera que publique ahí y tenga desde un suscriptor, de acuerdo con la información de la plataforma.

Actores, músicos y modelos como **Stephen Voyage**, **Steflon Don**, **Bella Thorne**, **Carmen Electra**, **Lotie Moss**, **Belle Delphine**, **Mia Khalifa**, entre otros, tienen presencia en OF. En México **Karely Ruiz**, **Yanet García**, **Celia Lora**, y la chihuahuense, **Dulce Soltero**, son algunas de las celebridades más populares de la plataforma.

En la lista local también están los juarenses **Anna Valentine**, **IsabellaQ**, **Pao Guerra**, **LaSamzySalaz**, **Juan Carlos Riquelme**, **Rox Saucedo**, **Jesús Terrazas**, la luchadora **Dulce Tormenta**, solo por mencionar algunos que promueven sus perfiles en redes sociales.

<sup>1</sup>Forbes: La oscura y secreta historia del propietario multimillonario de OnlyFans.

OF da a conocer constantemente por categorías a sus creadores más famosos, basta entrar a revisar la plataforma.

Pero también personas “comunes”, han hecho a un lado sus rutinas cotidianas para generar contenido para adultos.

## Ni famosa, ni modelo

María José no se considera una mujer guapa, ni modelo, ni influencer, aun así, abrió su perfil. Desde el inicio optó por no revelar detalles de su vida personal, aunque para el registro oficial, sí deben aportarse esos datos, en el perfil visible es distinto.

**“¡No es fácil, eh!, es un trabajo el cual requiere atención y calidad. Sí se puede vivir de eso, pero no creo que para siempre, pienso que todo lo de las redes es volátil”.**

Con el tiempo María José se dio cuenta que al hacer contenido exclusivo y cumplir las peticiones de sus seguidores podría generar más dinero y sus contenidos fueron más explícitos.

**“Todo lo que puedas imaginar lo puedes encontrar ahí. Lo que más me llegó a sorprender fueron las peticiones para hacer de todo con los pies, como aplastar un pastel, por ejemplo, tenía muchísimos seguidores”.**

En cuanto a los programas de seguridad en línea, OF asegura que mantiene controles fundamentales para proteger a su comunidad, entre estos: se verifica la identidad y es requisito indispensable ser mayor de 18 años. Los creadores deben proporcionar al menos nueve datos que los identifiquen, documentos (incluida la verificación de edad) antes de poder publicar contenido en la plataforma. Además, OF combina la revisión humana con tecnologías de última generación para evitar que aparezca contenido ilegal, esto según sus políticas.

**“Hice cuatro intentos para darme de alta y fui rechazada en tres ocasiones, parece como si fuera poco, pero el asunto es el tiempo de espera y que solo llegue un correo con un vil ¡No! es lo que te desanima”**, dijo María José, quien pese a esos inconvenientes, sí recomienda a las personas a que se animen a hacer su perfil.



**“Nuestra sexualidad es así, somos sexuados, pero como no tenemos esa libertad y conocimiento sobre nosotros mismos, comenzamos a buscar de una manera distorsionada”**

Gabriela Saucedo, Psicología Humanista

Tras tener más de 5 mil seguidores, María José le confesó a su pareja que tenía un perfil en la plataforma y tras una acalorada discusión, que ocasionó una crisis matrimonial, decidió dejar de ser creadora de contenidos. No sabe aún si lo volvería a hacer. En cuanto al alcance económico, en su mes más alto recibió más de 30 mil pesos, pero parte de esta cantidad la obtuvo también por charlas eróticas fuera de la plataforma con uno de sus suscriptores.

Abrir una cuenta en OF es gratis, incluso hay algunos contenidos libres de costo, pero acceder a los contenidos, en su mayoría, tiene un precio de suscripción mensual que varía desde los 4.99 dólares en adelante, por ejemplo, la mexicana **Karely Ruiz** cobra 16 dólares de suscripción —lo anuncia en sus redes—, (unos 300 pesos al tipo de cambio a pesos del día).

Además, es obligatorio ser mayor de edad también para acceder al contenido y registrar una tarjeta de crédito o débito.

## ‘Tenemos una mala educación sexual’

Para la maestra de Psicoterapia Humanista en la **Universidad Autónoma de Ciudad Juárez** (UACJ), **Gabriela Saucedo**, los sitios pornográficos, sextcams y plataformas de contenido como OF, proliferaron gracias a que aprovechan que lo visual es primordial dentro de la sexualidad, ya que, al mirar una imagen o video erótico, hay un estímulo placentero que hace que el cerebro segregue infinidad de sustancias que activan a nuestro organismo, nuestros genitales y nuestras sensaciones.

**“Nuestra sexualidad es así, somos sexuados, pero como no**

**tenemos esa libertad y conocimiento sobre nosotros mismos, comenzamos a buscar de una manera distorsionada (el sexo), desde una desinformación y eso es triste”**, aseguró la experta.

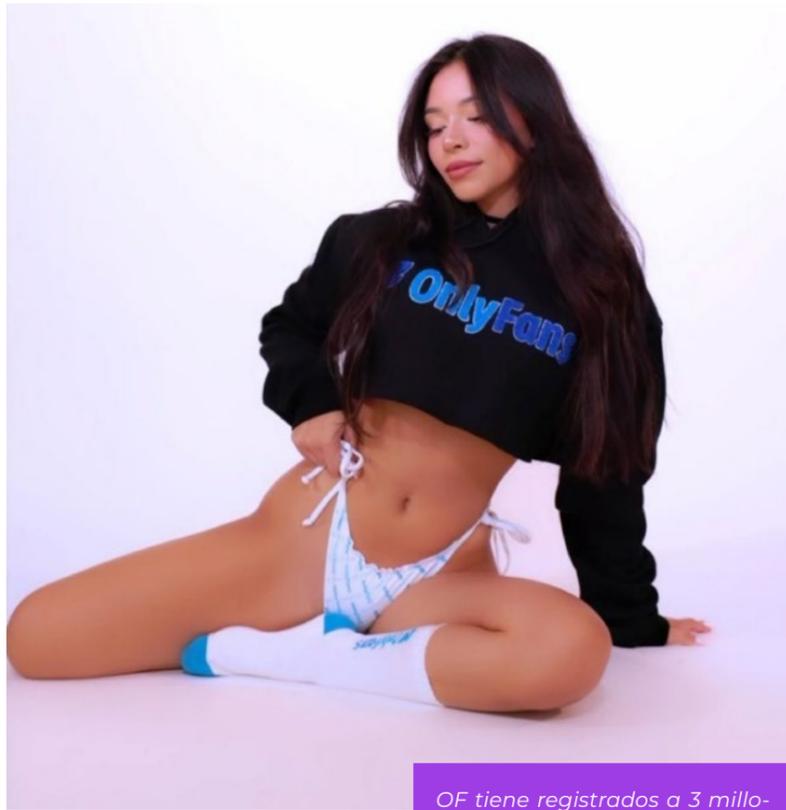
Agregó que, en México, la educación sexual es mayormente mediante la pornografía, **“entonces estamos hablando que esta es información errónea, los tamaños, la durabilidad, la práctica, las posturas, los cuerpos, los fluidos, dista mucho de la realidad. Si una persona se educa a partir de esto, pues tiene muchos huecos, está más desinformado que informado”.**

Saucedo considera que las personas están perdiendo la capacidad de interacción. En el caso de las redes sociales, las aplicaciones o plataformas de contenido sexual, gran parte de las interacciones son falsas y condicionadas por el factor monetario, por lo que solo incrementa el vacío, la soledad y la poca capacidad de tener relaciones sustanciosas.

## ‘Siempre me ha gustado el porno’

“Ernesto”, electricista en la ciudad de El Paso, Texas, compartió que luego de tener una **“buena racha económica”**, empezó a visitar páginas de contenido sexual, tiene cuenta como suscriptor de algunas personalidades en OF.

**“Siempre me ha gustado el porno y cuando comencé a interactuar con modelos en ‘Chaturbate’ desde mi casa, me gustó, ahí das propinas para ‘ver más’ e incluso puedes tener sesiones en privado”**, dijo Ernesto, quien en ocasiones también ha comprado lencería usada de modelos. ▶



OF tiene registrados a 3 millones de creadores de contenido que interactúan con 220 millones de "fans" o suscriptores a la fecha

En OF Ernesto es "fan" de varias creadoras, el promedio de seguimiento que les da es de uno a tres meses, "igual puedo pagar 15 dólares de suscripción, pero también puedo pedirles que me haga un video personalizado que me puede costar 50 dólares o más".

El suscriptor comentó que, pese a tener "trato de novios" con algunas creadoras, no pasa a más ni ha tenido problemas. No solo usa OF, también

otras apps y plataformas virtuales en las que "liga" para conseguir algo real.

"Supongo que lo más que he gastado en un mes son unos 450 dólares", pero agregó que "a cambio de servicios sexuales, no solo virtuales".

### Del consumo a la adicción

La psicoterapeuta explicó que cuando recibimos una reacción en una red social, nuestro cerebro segrega serotonina, que es la hormona del bienestar y el placer, lo que se hace adictivo. Pero si además se recibe un beneficio económico por la apariencia, posturas, etc., puede generarse una dependencia o adicción también a subir contenido.

"Este tipo de situaciones se tratan en terapia como una adicción a las drogas, porque es igual de adictivo y peligroso", dijo Saucedo.

Al inicio de este año, OF se convirtió en un "gasto hormiga" en el país, de acuerdo con un estudio realizado por la firma Albo (especialista en finanzas y tecnología). La empresa dio a conocer que los mexicanos gastan en promedio 31.8 pesos para acceder a contenidos de esta plataforma.

Finalmente, la especialista comentó que en materia de sexualidad es muy importante educarnos, conocer cómo funciona nuestro cuerpo para tomar decisiones acertadas. Aseguró que estas páginas y redes sociales con contenido sexual tienen una línea muy delgada en función de la privacidad, puede ser atractivo, pero también ser peligroso al momento de que ocurra un acoso o que alguien abuse de esa apertura que se le da a la intimidad. **N**



## ESTE DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES

<p><b>Lunes 06 MAR</b></p> <p><b>01:00PM</b> <b>Mesa de diálogo</b> MUCPAZ, kilómetros de espezanza: Retos y dificultades de la participación ciudadana de las mujeres para la recuperación de espacios públicos. 📍 IMM/CENTRO</p> <p><b>03:00PM</b> <b>Conversatorio</b> Voces de conciencia: hablemos de trabajo sexual 📍 IMM/CENTRO</p> <p><b>04:00PM</b> <b>Ponencia</b> El Enfoque Importa: metodologías feministas para la creación de 📍 UACJ / ICSA</p>	<p><b>Martes 07 MAR</b></p> <p><b>09:00AM</b> <b>Mesa de trabajo</b> Unidades de género en universidades: experiencias y desafíos 📍 IMM / CENTRO</p> <p><b>11:00AM</b> <b>Mesa de diálogo</b> Nombrar para (R)existir: comunicar con perspectiva de género 📍 UACJ / ICSA</p> <p><b>12:00PM</b> <b>Firma de convenio con UTCJ</b> 📍 UTCJ</p>
--	---

<p><b>Miércoles 08 MAR</b></p> <p><b>08:00AM</b> <b>Charla</b> Perspectiva de Género 📍 IIT</p> <p><b>10:00AM</b> <b>Entrega</b> Presea Kirá 📍 Cabildo</p> <p><b>11:00AM</b> <b>Emisión</b> De los cuerpos no se habla (Gordofobia, medios y redes) 📺 UACJ Radio</p> <p><b>01:00PM</b> <b>Conferencia</b> Este 8M Luchemos Libres 📍 UPN</p> <p><b>05:00PM</b> <b>Conferencia</b> Este 8M Luchemos Libres 📍 UTCJ</p> <p><b>07:30PM</b> <b>Panel</b> Reflexiones en torno al 8M ANADE Sección Chihuahua &amp; Clubes Rotarios Juárez Impulsa y Juárez Real 📍 Salón Baobab</p>
--

<p><b>Jueves 09 MAR</b></p> <p><b>10:00AM</b> <b>Ceremonia y develación placa</b> "Mujer Ilustre 2023" 📍 Rotonda Mujeres Ilustres (Soriana Sanders)</p> <p><b>10:00AM</b> <b>Presentación</b> Investigación Acoso Sexual Callejero 📍 Ciudad Universitaria</p> <p><b>11:30AM</b> <b>Charla</b> Presupuestos con Perspectiva de Género 📍 Por confirmar</p> <p><b>Viernes 10 MAR</b></p> <p><b>10:00AM</b> <b>Foro</b> Igualdad de condiciones de las mujeres en la política 📍 IMM Centro</p>
--

<p><b>Sábado 11 MAR</b></p> <p><b>10:00AM</b> <b>Charla</b> ¿Qué se conmemora el Día Internacional de las Mujeres?</p> <p><b>Domingo 12 MAR</b></p> <p><b>10:00AM</b> <b>Exposición de obras</b> Plasmando mi identidad: proyecto de intervención autoetnográfico con mujeres indígenas 📍 Sala IMM Centro</p> <p><b>10:00AM</b> <b>Rodada Morada</b> Actividades con infancias, concentración y salida de Mujeres Bikers Mexico 📍 Explanada IMM Centro</p> <p><b>Jueves 16 MAR</b></p> <p><b>Inauguración</b> Colección de Arte: Resistencia de Mujeres Fronterizas 📍 Museo de Arqueología e Historia de El Chamizal</p>
--

**Para mayor información**

📱 @immujeresjrz

📌 mujerjuarensense



# Los Hotel ARCOS

La mejor opción para el turismo en Parral

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

**HOTEL Los Arcos**

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

Para  
que  
construyas  
con  
toda la

# FUERZA



[www.gcc.com](http://www.gcc.com)

☎ 800 111 422

 /gccmexico  
 /gccmexico