

# NET

Información Total

Año 13 • Edición 147 • Ejemplar gratuito



# CRUZ+ROJA,

LA PASIÓN DE SERVIR

Festejando  
el Amor

14 de  
Febrero 2020

Grandes  
Beneficios



EL POZO  
Del Amor

15 de Febrero 2020

PARTIDA ESPECIAL

\$40,000

A REPARTIR



\$15,000

PARTIDA ESPECIAL DE BINGO  
GARANTIZADOS

14 y 15 de Febrero 2020

22:00 hrs

5<sup>TO</sup> ANIVERSARIO  
28 - 29  
FEBRERO 2020

Partida Especial

\$120,000

Exclusivo en terminales electrónicas.

A repartir en ambos días

5<sup>TO</sup> ANIVERSARIO



21 - 22 - 28 - 29  
FEBRERO 2020

5

21 DE FEBRERO 2020

22 DE FEBRERO 2020

28 DE FEBRERO 2020

\$15,000

GARANTIZADA

\$25,000

GARANTIZADA

\$10,000

GARANTIZADA

29 DE  
FEBRERO 2020

\$50,000

GARANTIZADA

8

EFRÉN ORNELAS #160, ZONA PRONAF DALE LIKE Gran Casino Juárez

Permiso SEGOB DGAJS/SCEVF/P-01/2006: Juega de manera responsable y con el principal propósito de entretenimiento, diversión y esparcimiento. Los juegos con apuestas están prohibidos para menores de 18 años. Consulta términos y condiciones en el establecimiento. Gran Casino Juárez, Efrén Ornelas 160, Zona Pronaf, Ciudad Juárez, Chihuahua, C.P. 32315, Vigencia 29 de Febrero 2020.



**y a ti,  
¿qué te  
trajeron?**

**Del  
RIO**

**¿Qué te traigo?**

SÍGUENOS EN



Del Rio Mx

[www.delriosacom](http://www.delriosacom)

# AMOR Y AMISTAD

LO MEJOR DE MI



EN JOYERÍA, RELOJERÍA,  
PELUCHES Y ACCESORIOS PARA  
DAMA Y CABALLERO

HASTA

**20%** EN MONEDERO  
CIMACO

ADEMÁS

**9** MENSUALIDADES  
SIN INTERESES

EN LIBROS Y DISCOS  
HASTA

**15%** EN MONEDERO  
CIMACO



PLAZA JUÁREZ MALL  
[www.cimaco.com](http://www.cimaco.com)



\*CAT 0% INFORMATIVO. CONSULTE RESTRICCIONES, ARTÍCULOS Y MARCAS PARTICIPANTES EN DEPARTAMENTO. NO PARTICIPAN MARCAS SWATCH Y SWAROVSKI. MENSUALIDADES SIN INTERESES APLICAN SOBRE PRECIO NORMAL CON TARJETA DE CRÉDITO CIMACO Y BANCARIAS PARTICIPANTES. NO ACUMULABLE CON OTRAS PROMOCIONES. VIGENCIA AL 24 DE FEBRERO 2020.

# 04

## ENTREVISTA

Las manos ligeras de Romaine Wheeler

# 08

## DE PORTADA

Cruz Roja, pasión por servir

# 18

## NUESTRO ORGULLO

Vivir para volar

# 38

## SABORES DE JUÁREZ

Crujiente tentación

# 42

## DE COLOR

Un día más...



**BÚSCANOS EN FACEBOOK**  
RevistaNetMx

### DIRECTORIO

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

### REVISTA NET

Mtro. Alejandro Velasco / Editor  
Lic. Samuel Palacios / Co-Editor  
Mtro. Víctor López Calzadillas / Director Comercial  
Lic. Lourdes Argüelles / Proyectos Especiales  
Lic. Joaquín García / Relaciones Públicas  
Lic. Israel Hernández / Gerente Regional Chihuahua  
Lic. Adriana Baca / Diseño Gráfico y Comercial

### Colaboradores

Ruth González  
Samuel Palacios  
Verónica Palafox  
Stephanie Torres  
Juan Muñoz  
Pedro de la Paz  
Jorge Félix  
Frida Barrera  
Mónica Delgado  
Kevin Luna

### Fotografía

Jorge Félix  
Carlos Soría  
Yvoné Vidaña

### Portada

Fotografía: Adriana Baca  
Edición: Adriana Baca

RADIONET  
**1490AM**

**net**noticias.mx

NET Información Total Edición #147, Febrero 2020. Editor Responsable Alejandro Velasco. Certificado de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2017-040410404400-102 otorgado por el Instituto Nacional de Derechos de Autor. Certificado de Licitud de Título No. 04-2017-022310450100-01. 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.



# Las manos ligeras

de Romaine Wheeler

POR: RUTH GONZÁLEZ • IMÁGENES: CORTESÍA

*El misionero de la música, que es reconocido por ser el maestro del primer pianista indígena de América Latina, nos comparte la Música Luminosa de su vida*

## Ciudad Juárez.-

Las notas de Mozart comenzaron un día a salir de una cueva en la comunidad rarámuri de Retosachi, en el ejido Munérachi del municipio de Batopilas. El eco de ese piano, allá por la década de los ochenta, alcanzó a todas las barrancas, ríos y cascadas de la Sierra Tarahumara. **Romaine Wheeler** había llegado para ser parte de la comunidad indígena de Chihuahua.

Wheeler decidió por convicción ser un hombre de pies ligeros y ojos azules, el músico no tuvo inconveniente en cambiar los paisajes europeos para compartir sus notas en un mundo de cuerdas y violines en las Barrancas del Cobre.

Romaine ha logrado ser reconocido en el mundo por ser el maestro del primer pianista indígena de América Latina, **Romeyno Gutiérrez Luna**, cuyo nombre de pila es un homenaje a él.



Con 77 años de edad (28 de marzo de 1942) el originario de Santa Helena, California, se nacionalizó austriaco tras 12 años de estudio en los conservatorios de Salzburgo y Viena, pero no duda en asegurar que su tierra es Munérachi.

**Es usted un ciudadano del mundo, estadounidense (californiano), austriaco, tarámuri... ¿cómo fue su infancia?**

— Bueno, estuve solo un par de años en Santa Helena, entre los viñedos de Napa Valley, en esos paisajes de la película *Un Paseo por las Nubes*, porque mis padres viajaban mucho, trabajaban como misioneros y también, mi padre, en tareas médicas de la **Organización de las Naciones Unidas (ONU)** para la **Alimentación y la Agricultura (FAO)**, mi madre daba clases de piano para niños. Así que a los cuatro años me pusieron los deditos en el piano, con una baraja comencé a

aprender las notas. Así que aprendí las notas antes que las letras, así comenzó mi vida de 51 países a través de la música.

A los 18 años tuve que regresar a California a terminar High School, ya que todos mis estudios los hice por correspondencia y de ahí me fui a Austria a estudiar música. Es donde dicen que se me hizo chicharrón la lengua de tanto hablar alemán (se ríe).

**¿Cómo fue su encanto con la Sierra Tarahumara?**

— Llegué primero en los ochenta con un pequeño piano solar, una novedad en esa época, que usaba ahí con la familia que me compartía su cueva para vivir en la comunidad de Retosachi, duraba dos meses cada año. Pero luego regresé de manera más formal, como musicólogo en 1992, fui para escribir sobre la música de la región tarahumara, pensé que sería una cosa pasajera, pero me pasó como a los antropólogos... en cierta forma fue como regresar a casa.

**¿Se familiarizó con el paisaje?**

— En Austria, de joven, no solo disfrutaba las clases de música, también me gustan mucho las montañas, he caminado por la cresta de muchas, me gusta caminar en estos paisajes y creo que era algo que tenía en común la Sierra Tarahumara. He estado en los Alpes, en el monte Ararat, lo disfruto mucho.

Hemos olvidado que todo tiene un alma en la naturaleza pero es algo que podemos aprender de los pueblos nativos, no solo hacen falta los conciertos sino también las pláticas de vida.

**De ahí pasó a hacer una gran labor altruista en la Sierra, ¿cierto?**

— Empecé a buscar los recursos para una clínica, una escuela, programas de agua, becas para la comunidad... y han sido los años más felices de mi vida.

Esa cueva en donde llegué por primera vez está 100 metros abajo del estudio que fundé ahí, Rosorá Ajué (Nido del Águila). Cuando to-



**“Aprendí las notas antes que las letras, así comenzó mi vida de 51 países a través de la música”**

## **“Siento que casi todo el mundo indígena tiene una herida abierta del maltrato que se le ha dado a través de los siglos... lo que quiero dejar de legado es que también hay gente de afuera que quiere aprender de ellos”**

cas en la sierra el piano alcanza un sonido cristalino, nítido.

En 1992, el pianista fundó la asociación civil Fondo de Ayuda Tarahumara, una red de donativos que organiza, además, conciertos y eventos para brindar servicios de salud y alimentos en la comunidad tarahumara.

### **¿Cuándo define que se dedicaría a la música el resto de su vida?**

— A los nueve años, cuando escuché a Andrés Segovia (guitarrista español) en San Juan, Puerto Rico, me llevaron mis padres a este concierto, creo que de ahí en adelante fue mi gran pasión que llevé finalmente a través del piano.

### **¿Cómo se adaptó a la cultura musical rarámuri?**

— El único instrumento original rarámuri es el chapareque (una tipo de arpa hecha con un palo de maguey con una cuerda o hasta tres), pero también se toca el violín, la flauta, el tambor... la mayoría se toca en Semana Santa, algunos para evitar que Dios se emborrache, otras veces para pedir la lluvia, en fin, cada instrumento y sonido está relacionado con la tradición, así se aprende de cada instrumento.

### **¿De qué manera se dan los lazos con sus compadres?**

— Bueno, yo soy el único no rarámuri en una comunidad de 500 familias que son “mi familia extendida”. Tengo 46 ahijadas y ahijados. Yo estoy como un pino, sembrado ahí, ya no quiero ser llevado de un lado a otro y procuro regresar lo más pronto posible,

siempre paso seis meses del año dando conciertos (tres en Europa y tres en Norteamérica) los otros seis meses los paso en Munérachi.

Wheeler hizo amistad con **Juan Gutiérrez**, el violinista más destacado de Retosachi, padre de Romeyno, quien le prometió que su hijo llevaría su nombre como homenaje.

### **¿Cómo se convierte en el maestro de Romeyno Gutiérrez?**

— Romeyno es el primer ahijado de esa lista que tengo, él de niño siempre saltaba a espiar por mi ventana cuando ensayaba y sentí: hay algo especial ahí, así que le puse esos deditos de chocolate en el piano y pronto con su oído pudo sacar las melodías típicas de allá, de matachines y pastores. Toda la comunidad aprende de sus instrumentos, sin maestro, solo con el oído y vi que él tenía un talento muy bueno.

Recuerdo cuando tocamos juntos una vez en el Zócalo de la Ciudad de México, en un evento cuando pegó la hambruna, él tocó para 30 mil personas, lo hizo como si fueran solo cinco personas, de ahí en adelante él siguió mis huellas.

Romeyno aprendió a tocar el piano mucho antes que hablar el español y ha acompañado en sus giras a Wheeler gracias a su gran talento.

### **Usted se presenta al público con camisa tarahumara, con paliaca-**

**te al cuello y huaraches de llanta, ¿cuándo decidió colgar el saco y cambiar su indumentaria?**

— En 1985 mi compadre Juan, el papá de Romeyno, acudió a su primer concierto en el Centro Cultural de Chihuahua y vio mi concierto de piano, le pregunté si le gustó y me respondió: “sí, pero por qué te tienes que vestir como el conductor del tren”, y ahí me cayó el veinte, de ahí en adelante ya usaría una camisa rarámuri. Con esta ropa me siento más relajado, no hay reglas para andar siempre con el moñito, todos los países a donde voy toco así.

He usado tres pares de huaraches en los últimos 28 años nada más, no se desgastan.

### **¿Cuál es el legado que quiere dejar entre los tarahumaras?**

— Siento que casi todo el mundo indígena tiene una herida abierta del maltrato que se le ha dado a través de los siglos... así que ellos desconfían de cualquiera que viene de afuera pensando que otra vez les harán daño, lo que quiero dejar de legado es que también hay gente de afuera que quiere aprender de ellos, apreciar lo más valioso que tienen, no todos los barbudos son malos.

El Consulado de México en El Paso presentó el pasado mes de enero a Wheeler en el auditorio Magoffin de la Universidad de Texas en El Paso (UTEP) con Música Luminosa como parte de su gira anual.

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

 **BÚSCANOS EN FACEBOOK**  
RevistaNetMx

## **“Empecé a buscar los recursos para una clínica, una escuela, programas de agua, becas para la comunidad... y han sido los años más felices de mi vida”**



**Construye**  
tu propia *Historia*

Obtén tu ficha en:  
**[www.uacj.mx](http://www.uacj.mx)**

*Antes del 2 de marzo*

SOMOSUACJ



# CRUZ+ROJA,

## LA PASIÓN DE SERVIR

POR: SAMUEL PALACIOS • IMÁGENES: JORGE FÉLIX

### *La gran red de voluntarios hace posible resurgir de la tragedia*

#### **Ciudad Juárez.-**

**E**l tiempo es crucial es su labor: un minuto tarde podría significar que una persona pierda la vida o se salve. Los paramédicos tienen que actuar rápido, subir a la ambulancia, encender las torretas y las sirenas para abrirse paso entre el tráfico si la emergencia lo requiere. No importa el destino, su misión es hacer todo lo posible para llegar y atender el llamado de auxilio.

A bordo de las ambulancias viajan personas capacitadas que un día decidieron sacrificar parte de su vida para dedicarse de lleno al volunta-

riado dentro de la Cruz Roja. Pero su trabajo no se limita a la atención de emergencias y asistencia prehospitalaria, pues sus esfuerzos también se enfocan en otras áreas, como la formación y capacitación, la conformación de equipos para tareas especiales y la prevención de accidentes.

Pero antes de conocer a fondo el trabajo de quienes dan vida a la institución, sus motivaciones y los retos que han tenido que enfrentar, es preciso viajar en el tiempo y conocer cómo es que surgió la Cruz Roja, su evolución y la aparición de una delegación en esta ciudad, misma que ha jugado un papel relevante en la comunidad.

#### **En tiempos de guerra**

Solferino, una pequeña población italiana, fue escenario de una cruen-

ta batalla entre el ejército francés, comandado por **Napoleón III**, y el austriaco liderado por el emperador **Francisco José I**, en 1859. El enfrentamiento dejó miles de muertos y gran cantidad de heridos sembrados en el suelo, bajo el sol radiante de la mañana, aún con el olor a pólvora y la sangre en las espadas. Los pocos sobrevivientes pudieron salvarse gracias a la acción de **Henry Dunant**.

Dunant nació en Ginebra, Suiza, en 1828. Integró una familia acaudalada y se dedicó a los negocios. Fue testigo de la crueldad en Solferino, y auxiliado por mujeres de la zona, brindó atención médica a los heridos, sin hacer distinción por los uniformes. Los detalles de la batalla quedaron registrados en el libro *Recuerdos de Solferino* que el propio Dunant escribió y donde plasmó los ideales de formar organizaciones de voluntarios para socorrer a las personas en tiempos de guerra.

En 1863 se fundó el Comité Internacional de la Cruz Roja, el cual se encargaría de perpetuar la ideología de Dunant: ayudar a las personas heridas o necesitadas sin importar la condición, bando, o intereses que representen. De ahí surgieron algunos de sus valores: neutralidad e imparcialidad.

Pero, ¿de dónde surge el logo de la Cruz Roja? Aunque parezca increíble, en aquel lejano 1863 se acordó usar como distintivo de la organización la bandera de Suiza, pero con los colores invertidos: cruz de color rojo sobre fondo blanco. A la vez, esto también fue un homenaje a Henry Dunant, pues como se mencionó anteriormente, él nació en Suiza.

A lo largo de la historia, otros logos aparecieron para diferenciar al personal médico en situaciones de emergencia. Por ejemplo, los países musulmanes decidieron no pegarse a la cruz de origen netamente europeo, así que acuñaron la media luna roja, esta decisión tuvo una carga religiosa, pero finalmente fue aceptada y ahora la cruz roja y la Media Luna Roja suman esfuerzos en los desastres.

La fundación de la Cruz Roja en México no dista mucho de lo que pasó a nivel internacional, ya que el 21 de febrero de 1910 el presidente **Porfirio Díaz** firmó un decreto que dio reconocimiento oficial a la institución. Curiosamente, la Cruz Roja

Mexicana comenzó a operar en uno de los periodos más violentos y con más muertes en la historia del país. Fue hasta 1923 cuando la **Federación Internacional de Sociedades Nacionales de Cruz Roja y Media Luna Roja**, reconocieron oficialmente a la Cruz Roja Mexicana.

### **Su aparición en Juárez**

La mayoría de las personas ubican y conocen las instalaciones de la Cruz Roja distribuidas en el norte, centro y sur geográfico de la ciudad, pero muy pocos recuerdan el edificio donde esta institución inició operaciones, ubicado en la calle Abraham González e Internacional de la Zona Centro.

La estructura mantiene los colores institucionales: blanco y azul, desgastados por el paso del tiempo. Una lona colgada en la fachada anuncia que el edificio pertenece a la Cruz Roja, pero no advierte que ahí comenzó una gran historia, cuando se inauguró el puesto de auxilio el 23 de marzo de 1943. **Antonio J. Bermúdez**, presidente municipal de aquel entonces, facilitó el terreno y una ambulancia.

**“Es así como a través del tiempo la Cruz Roja pasa a ser parte de la atención que se le brinda a la comunidad juarense”**, explicó **Gabriel Reyes Olivas**, actual director de la Delegación de la Cruz Roja Mexicana en Ciudad Juárez.

Actualmente, la institución cuenta con tres puntos de atención, el más conocido es el que está ubicado en la calle Henry Dunant de la zona Pronaf, donde también están las instalaciones de la Escuela de Enfermería. El siguiente está en eje vial Juan Gabriel, entre la calle Industrial y Sierra Madre Oriental. Este módulo también es conocido como Centenario, pues se inauguró en 2010, cuando la organización cumplió 100 años. Finalmente, sobre el bulevar Zaragoza se encuentra el puesto de socorros Salvárcar.

Reyes Olivas explicó que se pretenden remodelar las instalaciones en la Zona Centro y así garantizar una atención más inmediata a las emergencias que se presenta en ese sector.



**David Correa Aldama**, subcoordinador de Socorros en el Área Operativa



### **Debatirse entre la vida y la muerte**

Para **David Correa Aldama**, 16 años dentro de la Cruz Roja de Ciudad Juárez se dicen fácil, pero en ese lapso ha intervenido en la batalla constante entre la vida y la muerte. Sus habilidades y experiencia en la atención de emergencias le han valido para escalar posiciones dentro de la institución que en 2020 cumple 65 años de operaciones en esta ciudad. Ahora es subcoordinador de Socorros en el Área Operativa y de su cuenta corre que los paramédicos tengan lista una ambulancia para dirigirse al punto donde los necesitan.

Al igual que muchos de sus compañeros, Correa Aldama se integró a la institución después de ser testigo de un accidente en el que hubo varios lesionados. Su instinto lo llevó a querer ayudar a las personas, pero **“en el momento de estar ahí no supe ni qué hacer”**, por eso decidió prepararse para estar listo y responder.

A lo largo de los años, el operador de ambulancia se ha tenido que enfrentar a diversas emergencias que lo han marcado, y que a la vez le han enseñado que nadie está exento de sufrir un accidente o alguna agresión. Recordó aquella vez en que un comando armado emboscó y atacó

a balazos a una ambulancia del **Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)**.

**“Cuando llegamos vimos a las personas adentro de la ambulancia, tuvimos que bajar la camilla para sacar a una mujer que todavía contaba con vida. Se nos vino a la mente que nadie está exento de que nos pueda pasar una situación de esas, porque era una ambulancia y nosotros trabajamos en ambulancias”**, contó.

Correa también trajo a su memoria los accidentes donde autobuses de pasajeros estuvieron involucrados. Por ejemplo, el camión chocó contra un tracto camión de plataforma que transportaba varillas, las cuales atravesaron la estructura y causaron la muerte de 10 personas, esto sobre la carretera Panamericana: **“cuando llegué, estaba una mujer embarazada herida y me pidieron que la ayudara primero, pero había 30 y tantas personas más ¿a quién ayudo?”**, recordó.

Pero en medio de las tragedias, el ahora subcoordinador Operativo ha encontrado grandes satisfacciones: **“en cada servicio me gusta ayudar a la gente, siempre dar lo mejor que tenga uno para ayudar a los ciudadanos”**.

## En el desierto y los escombros

Algunas personas relacionan únicamente el trabajo de la Cruz Roja con los traslados en ambulancia o la respuesta en accidentes automovilísticos, pero su labor va más allá. Cada integrante de las diversas áreas que componen a la institución posee una formación y capacitación de calidad. Algunos forman parte de equipos especiales que trabajan con estrategias y dinámicas específicas.

Los elementos caninos aparecen en situaciones como derrumbes de edificios o para la búsqueda de personas. El entrenamiento les permite recorrer las estructuras colapsadas y encontrar entre los escombros una esperanza de vida. **Carlos Mendoza**, encargado de la **Unidad de Perros de Búsqueda y Rescate en Ciudad Juárez**, conoce a la perfección la unión que hay entre el can y el humano.

El técnico en urgencias médicas explicó que el entrenamiento de los perros inicia comúnmente a los tres meses de edad. El objetivo es que alcancen un nivel de obediencia avanzada, es decir, que puedan realizar los ejercicios en el campo de prueba sin tener que usar la correa y respondan rápidamente a las órdenes del instructor.

**“Los obstáculos le ayudan al perro a superar ciertas situaciones que se va topar en los escombros, escaleras, puentes... todo eso le ayuda a fortalecer su carácter”**, dijo.

La estimulación es importante para que sigan las instrucciones, por ejemplo, les dan alimento cada vez comprenden y realizan

algún ejercicio. Cuando están en un nivel avanzado, entonces se les entrega un juguete **“para que lo hagan todavía más rápido y más contentos”**. Pastor alemán, pastor holandés, labrador y border collie, son algunas de las razas aptas que pueden utilizarse para la búsqueda y rescate. Actualmente, la unidad cuenta con dos canes en entrenamiento de la raza pastor holandés.

**Denisse Mariscal Ríos** se integró como voluntaria a la Cruz Roja. Su motivación fue **“ver cómo puedes ayudar un poquito a minimizar el sufrimiento de una persona. He tenido pacientes que al momento de trasladarlos les puedo sacar una sonrisa o puedo bromear con ellos (...) empiezan a entender que los estás ayudando, disminuye su miedo, eso me da mucha satisfacción”**.

La joven recientemente se integró a la Unidad de Búsqueda y Res-

cate, donde ha entendido la importancia de los canes para salvar vidas: **“puedes lograr que realmente hagan equipo contigo para rescatar a alguien (...) me da mucho orgullo que obedezca y sé que puede ser un gran elemento en la institución”**.

La unidad canina ha participado en rastreos en el desierto para buscar a un niño y a un joven. Siguen el olor específico en una prenda o siguen las huellas que dejó. En este tipo de búsquedas, los perros pueden trabajar varias horas continuas. Mientras que en el caso de la revisión de escombros, el can trabaja hasta media hora y descansa dos, ya que el esfuerzo es mucho mayor. Los elementos caninos se retiran cuando cumplen ocho años en servicio, aproximadamente.

**Denisse Mariscal Ríos,**  
Unidad de Perros de Búsqueda  
y Rescate



## Apoyo universal

Dos de los siete valores de la Cruz Roja son la Universalidad y la Humanidad. Esos estatutos deben ser siempre evidentes en el trabajo que realizan los voluntarios. Si las emergencias lo requieren, deben trasladarse al epicentro del desastre, lugares donde se requiere apoyo especial y un equipo de personas capacitadas para trabajar en condiciones donde todo parece estar en contra.

El equipo **Urbano de Búsqueda y Rescate (USAR, por sus siglas en inglés)** está conformado por personas certificadas para la búsqueda y rescate de personas en estructuras colapsadas, espacios confinados o cualquier otra emergencia. **Luis Carlos Rodríguez** es integrante de este grupo y además forma parte del área de especialidades como rescate con cuerdas, extracción de personas atrapadas en vehículos y manejo de materiales peligrosos.

Su interés por servir a la comunidad a través de la Cruz Roja surgió luego de que tomó un curso de primeros auxilios. Poco a poco se integró en las actividades dentro de la institución hasta convertirse en técnico en urgencias médicas. Al principio se enfrentó con algunas barreras que le impedían crecer más, pero su convicción lo llevó a integrar uno de los equipos más importantes a nivel nacional.



Equipo Urbano de Búsqueda y Rescate

**“Uno de los sacrificios más grandes es no pasar tiempo con tu familia: cumpleaños, festividades, graduaciones. Estar en la institución te absorbe mucho como persona, sin embargo, el tiempo que uno siente que pierde como familia, lo gana ayudando a alguien más”,** comentó Luis sobre su experiencia en Cruz Roja.

El equipo USAR se compone de 200 integrantes aproximadamente, distribuidos en todo el país. En Chihuahua hay cuatro elementos que tuvieron que entrar en un gran pro-

ceso de capacitación continuo. Los preparan para enfrentar desastres en cualquier punto geográfico. En el caso de Rodríguez, ha sido solicitado para entregar ayuda en las zonas afectas, como Oaxaca, Tabasco y Veracruz, a nivel internacional en Haití, en este caso, el idioma complicó la comunicación, **“pero a final de cuentas entiendes un gracias y entiendes el buen recibimiento de las personas”**.

## Enseñan humanidad

Otro de los grandes bastiones con los que cuenta la Cruz Roja en Ciudad Juárez es la Escuela de Enfermería. Actualmente cuentan con 450 alumnos inscritos en los turnos matutino y vespertino, con una planta docente de 30 profesores, expertos en diversas áreas de las ciencias de la salud que comparten sus conocimientos con jóvenes.

**Cuauhtémoc Rodríguez Hernández** lleva 20 años dando clases. Ha sido testigo y protagonista de la evolución de la enseñanza para futuros enfermeros: **“es un reto actualizarse a la forma de pensar de las nuevas generaciones. La manera en que damos las clases se centraba en nosotros, porque teníamos el control, ahora es muy diferente (...) muchas veces los muchachos saben más de lo que imaginamos”**.

A pesar de esas modificaciones, hay cosas que no deben cambiar, como los valores que se inculcan

Escuela de Enfermería



dentro de las aulas: **“principalmente, ser humanitario. Es una carrera en la que tenemos que servir a las personas y es nuestra prioridad ya como profesionales”**, recalcó el médico general.

**“Tratamos de que los alumnos sientan ese deseo, ese amor por su profesión de servir al paciente: ustedes van a tratar como les gustaría que los trataran”**, agregó **Israel Montoya Macías**, otro de los docentes que colaboran en la Escuela de Enfermería.

La delegación local de la Cruz Roja oferta Enfermería como carrera técnica, cuyos requisitos para entrar son tener 16 años de edad cumplidos, haber terminado la educación secundaria, además de aplicar un examen de admisión, escrito y oral, así como uno psicométrico para elegir a los aspirantes más aptos, que cumplan con el perfil humanístico para el servicio a la comunidad, explicó **Sandra López**, directora de la institución.

Explicó que hay facilidades para los pagos de la carrera, que es semestral y dura tres años. Agregó que también hay programa de becas al 100 por ciento, algunas se entregan a estudiantes provenientes de la comunidad rarámuri.

**“Estamos transformando una generación, transformando la forma de pensar de las personas, es una cosa que es bien apasionante y es nuestra principal motivación, eso es lo que más valoramos”**, agregó el maestro Cuauhtémoc Rodríguez.

### Prevenir para no lamentar

En 2018 se registraron más de 16 mil muertes por accidentes de tránsito, de acuerdo con en el **Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi)**. La cifra representa un grave problema que se podría evitar con el trabajo preventivo. Para la Cruz Roja, la prevención es un área que buscan fortalecer por el bien de la comunidad.

La prevención de accidentes, en centros escolares, hogares y empresas, es parte de las tareas que desarrolla **Irvin Escalante**, paramédico e integrante de la coordinación de Prevención de Accidentes. El grupo de la Cruz Roja acude a los lugares donde los solicitan para impartir pláticas sobre cómo prevenir accidentes en determinados lugares, además, muestran parte del equipo con el que trabajan y

conviven con los involucrados, sobre todo con padres de familia, maestros y niños.

**“Tratamos de vincularnos con diversas instancias, como Seguridad Vial, para hacer actividades en conjunto para concientizar a la población y disminuir accidentes y esas muertes”**, explicó Escalante.

Para poder responder adecuadamente a los percances y lograr salvar una vida, es necesaria una buena capacitación, y el doctor **Jesús Weckmann** se encarga de mantener actualizado al personal de empresas en los procesos para evacuar edificios, brindar primeros auxilios, así como en la prevención y combate de incendios.

Weckmann recordó las lluvias de 2006 como una de las emergencias que más lo han marcado: **“fueron retos muy difíciles porque trata de convencer a la gente de salir de sus casas más el riesgo real por la acumulación y las corrientes de agua”**.

Además, mencionó que en la etapa más violenta de Ciudad Juárez no dejaron de prestar servicio a pesar de estar en riesgo. Seguir sus principios los han mantenido vigentes y como referentes de la comunidad:

**“nosotros no nos rendimos y seguimos prestando atención, junto con las otras dependencias y creo que eso ha creado un valor y la gente lo ha visto”**.

**“Siempre estamos trabajando en mejorar nuestro conocimiento y ver que todo eso lo podemos aplicar en nuestra comunidad, ver los resultados positivos en nuestros pacientes o alumnos, eso nos da una gran satisfacción: ellos ya tienen la capacidad para responder”**.

### Voluntariado, alma de la Cruz Roja

Los valores, objetivos y salvar vidas no sería posible sin el personal que colabora en la Cruz Roja, la mayoría voluntarios que dedican parte de su tiempo a hacer posible lo anterior. Se comprometen de manera libre y desinteresada. De cada uno depende la forma en que puede integrarse, lo más importante es que en su interior retumbe el sentimiento humanitario.



Doctor Jesús Weckmann

Irvin Escalante, integrante de la coordinación de Prevención de Accidentes

**“La participación que nosotros tenemos es asistencial: vamos a albergues, centros de migrantes; entregamos comida; enseñamos los principios y los llevamos a cabo”,** explicó Felipe Salazar Ponce, encargado del área de Voluntariado de la Cruz Roja, Delegación Ciudad Juárez.

Los voluntarios se enfocan en atender a personas en situación vulnerable. Les entregan lo que tienen a la mano, no necesariamente lo que ellos quieren: **“somos personas voluntarias que ofrecemos nuestro servicio o nuestra profesión para brindarles ayuda gratuitamente”.**

Salazar Ponce reiteró que la Cruz Roja es de la comunidad, pues todos pueden colaborar, si no es como voluntarios, sí con la entrega en especie.

Los interesados pueden acudir a la delegación de la Cruz Roja en Pronaf para conocer a detalle el procedimiento para integrarse como voluntario. Quizá lo más difícil sea tomar la decisión de serlo, pues el apoyo siempre es necesario, sobre todo el área de Socorros y Emergencias, así como en la intervención con personas en situación vulnerable y en el área de Juventud.

Los encargados de Voluntariado eligen a las personas más aptas para estas tareas, piden papelería general e introducen a los prospectos a la dinámica de la institución, su origen e importancia a nivel nacional e internacional, pero sobre todo en el ámbito local. Los cursos de primeros auxilios, atención en desastres y demás capacitaciones son gratuitas.

**“Hay mucha gente que sí quiere ayudar, gente voluntaria, solamente tienes que decirles que sí existe una institución que valora tu servicio como voluntario”,** enfatizó Salazar Ponce.

## **La batalla contra el tiempo**

Cada que una persona marca al 911 para solicitar ayuda, la llamada se enlaza primero a la **Unidad de Rescate de Gobierno del Estado (URGE)**, en caso de que las unidades de este cuerpo no estén disponibles, entonces se canaliza al **Departamento de Rescate del Municipio**. Finalmente, si estos últimos no pueden acudir, la Cruz Roja entra en acción.



**Luis Carlos Rodríguez,**  
Integrante del equipo USAR

Podría pensarse que esta situación complica su quehacer diario, sin embargo, David Correa aseguró que ellos están preparados para responder y hacer todo lo posible para llegar a tiempo al lugar donde los soliciten. Para ello, hacen uso de los códigos de sonido y torretas.

**“Cada minuto es fundamental, para nosotros es muy importante llegar cuanto antes a la emergencia. Sabemos que la ciudad es muy grande y hay tráfico, pero a veces hay que tener un poquito de paciencia, por eso cuando vean algún vehículo de emergencia de cualquier institución con los códigos prendidos y con la sirena, tener la amabilidad de cedernos el paso porque vamos a emergencias”.**

Los paramédicos de Cruz Roja tienen aproximadamente una hora para llegar al percance desde que se les canaliza la llamada. En la conocida como “hora dorada”, los respondientes deben garantizar la atención al afectado para después trasladarlo a un hospital, con mejores condiciones a las que se encontró.

**“Sí es necesario ir un poco más rápido que los demás, sí es necesario saltar semáforos, siempre y cuando se tenga precaución. Nosotros reservamos el uso de luces y sirena para una emergencia. Dependiendo de la condición del paciente, podemos esperar un semáforo”,** dijo Luis Carlos Rodríguez.

Los vehículos de emergencia deben circular por el carril de alta velocidad, mientras que los demás conductores deben recargarse hacia

su lado derecho para permitirles el paso. Los paramédicos saben la importancia de llegar a tiempo, pero en ocasiones el resto de la comunidad lo ignora, no obstante, su testimonio debe servir para comprender un poco mejor su trabajo y la necesidad de ir un poco más rápido.

Es así como los voluntarios, el alma de la Cruz Roja, entregan parte de su tiempo a apoyar desinteresadamente a quienes lo necesitan, a quienes han caído en desgracia o que su vida pende de un hilo. Actuar rápido y correctamente da esperanza de vida. Dentro de la ambulancia se realizan las maniobras más acertadas, aun cuando el panorama se ve poco alentador. Ellos tienen que hacer todo lo que esté dentro de sus posibilidades para que la víctima esté de regreso.

Todos los que integran el anhelo de Henry Dunant comparten el sentido humanístico, universal y desinteresado. Estos valores deberían de permanecer y trascender a otras instancias, mismos que se ven reflejados cuando empresas, instituciones públicas y privadas, y la comunidad en general aporta, uno, dos pesos, o entrega material para que los paramédicos puedan hacer su trabajo, héroes anónimos que estarán ahí, con la Cruz Roja en el corazón.

 [samuel.palacios@radionet1490.com](mailto:samuel.palacios@radionet1490.com)

 **BÚSCANOS EN FACEBOOK**

RevistaNetMx

# CÁNCER INFANTIL:

LA BATALLA ENTRE EL MIEDO Y LA ESPERANZA

TEXTO E IMÁGENES: KEVIN LUNA

*Familias recorren un camino intrincado  
para encontrar al final una vida normal*



## Ciudad Juárez.-

**E**l 13 de octubre de 2017 podría ser una fecha cualquiera para mucha gente, pero aquel día la vida de la familia Camacho Govea cambió permanentemente, ya que **Joshua Gael**, el menor de sus cuatro hijos, fue diagnosticado con leucemia linfoblástica aguda.

El cáncer infantil es uno de los males que más aquejan a la población menor de Ciudad Juárez y del estado, pues de acuerdo con la Secretaría de Salud, de 2014 al 2019, se presentaron más de 375 casos, de los cuales, alrededor de 109, fueron solo en esta ciudad.

## Los municipios con mayor incidencia de cáncer infantil, de acuerdo con la Secretaría de Salud son: Juárez, Chihuahua y Cuauhtémoc.

A nivel nacional, el 70 por ciento de los casos de cáncer infantil se diagnostican en edades avanzadas, por lo cual este mal se ha convertido en la segunda causa de muerte infantil, de acuerdo con datos del **Centro Nacional para la Salud de la Infancia y Adolescencia (Censia)**.

**“Son cosas muy difíciles que uno no espera para un hijo, es algo muy fuerte”**, expresó **Cecilia Govea**, madre de Gael, y agregó que tres semanas antes del diagnóstico su hijo menor comenzó a caminar mal y a presentar dolores.

Después de consultas con dos especialistas diferentes, un tercero fue quien dio el diagnóstico al menor, en ese entonces de 2 años de edad. Los médicos anteriores solo dijeron que presentaba una infección y cadera desviada.

**“Mi niño ya no quería comer. Un día mi esposo se lo llevó al parque y regresó llorando, se lo llevó en carriola y cuando quiso bajarse a jugar ya no tenía fuerzas, no pudo bajarse, ahí mi esposo dijo que mi hijo tenía algo grave”**, contó Cecilia.

Por el alto costo que tiene la atención de esta enfermedad, el pediatra que hizo el diagnóstico recomendó a Cecilia y su esposo llevarlo

al **Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)** para que cubriera el tratamiento, pero en esta institución se les dijo que el proceso de atención sería lento, **“porque así era, por etapas”**.

## Un camino espinoso

**“Yo dije: ¿cómo que lento?, si me están diciendo que mi hijo tiene leucemia y cuando uno escucha leucemia o cáncer piensa en muerte”**. Luego de enterarse de esta situación, la madre de Gael decidió buscar, por recomendación de un familiar, al doctor **Rubén Ornelas**, quien después los canalizó a la **Asociación de Padres de Niños con Cáncer y Leucemia (Apanical)**.

Apanical es de las pocas organizaciones que atienden el cáncer en menores de edad. Hasta diciembre de 2019, la asociación reportó que atendían a 22 pequeños de entre 0 y 14 años de edad, con distintos tipos de cáncer: leucemia, de pulmón, tumor cerebral, entre otros.

Luego de ser cobijados por la organización, Gael comenzó con su tratamiento, camino que calificó la

familia como complicado, por lo delicado de la enfermedad y el impacto que este ha tenido en sus vidas.

**“Es algo muy triste para ellos, es muy complicado que lleven una vida normal porque no pueden hacer algunas cosas. Hoy mi niño se acostó llorando porque quiere salir a jugar pero no puede, se me enferma muy fácil”**, relató Cecilia con lágrimas en los ojos.

Cuando los menores reciben las quimioterapias, son los días más duros. En el caso de Gael, los lunes son los más difíciles. En ocasiones asimila lo que pasa, pero en otras comienza a llorar al imaginar lo que le espera: dolor. **“Es complicado porque él no comprende muy bien lo que tiene, está muy chiquito”**. Apenas tiene 4 años.

**“Cuando se tiene esta enfermedad se vive con miedo, nos vamos a la terapia pero no sabemos si vamos a regresar, si el niño va a regresar vivo”**, dijo con la voz quebrada al recordar que en dos ocasiones su hijo dejó de respirar en la sesión de quimioterapia, la última de ellas, un día antes de esta entrevista.



## Al año se presentan hasta 7 mil 500 nuevos casos de cáncer infantil en el país en menores de 15 años

Explicó que desde una noche antes al tratamiento comienza la incertidumbre y el miedo. Encuentra en la oración un poco de tranquilidad y pide que todo salga bien. Tanto ella como su esposo tienen la oportunidad de observar todo el proceso. Ven a detalle las acciones del doctor Ornelas. Cuando la situación se complica, comienzan a orar, sin embargo, el sentimiento de impotencia los invade, pero no les queda más que observar, confiar en el médico y entregarse a Dios.

Al salir de la sala de quimioterapia, la incertidumbre no termina. Temen que Gael presente alguna mala reacción o que su salud se complique y ponga en riesgo su vida debido a las sustancias que entran a su cuerpo.

La madre de Gael dijo que con este padecimiento ha podido conocer realmente a su familia, pues personas cercanas le dieron la espalda, en cambio, el apoyo lo reciben de personas desconocidas. A través de donaciones voluntarias, eventos de recaudación y los pocos recursos propios, Gael ha podido acceder al tratamiento completo para combatir el cáncer que lo aqueja.

En septiembre de este año, el niño concluirá su tratamiento, y a partir de ahí, Cecilia espera que su hijo pueda llevar una vida normal, que pueda asistir a la escuela y pueda salir a jugar sin temor a que se enferme al instante.

### Hacia mejores instalaciones

Pese a que el menor ha tenido una buena atención en Apanical, Cecilia consideró que Ciudad Juárez requiere y merece un hospital de cancerología. Su percepción se reafirmó luego de la suspensión temporal de tratamientos en el Hospital Infantil, que derivó en manifestaciones y amparos por parte de los padres de las niñas y niños afectados.

**“El cáncer no es un juego, es vida o muerte, se necesita actuar rápido”,** expresó la madre de familia y cuestionó por qué los gobiernos no construyen en la ciudad un hospital de oncología, o bien, no garantizan los recursos para la atención especializada de los pequeños.

**“Confío en Dios en que construyan un hospital aquí, Juárez se lo merece, hay muchos niños con cáncer que los tienen que mandar otros lados”.**

En el estado de Chihuahua existen cuatro unidades acreditadas para la atención médica oncológica en menores de 20 años, las cuales se ubican en las ciudades de Chihuahua y Juárez, de acuerdo con Censia.

El **Hospital Infantil de Especialidades** de Juárez y Chihuahua, así como el **Centro Estatal de Cancerología**, están certificados para la atención de hematopatías malignas, tumores sólidos del sistema nervioso central y tumores sólidos fuera

del sistema. Mientras que el **Hospital General** de Ciudad Juárez solo está certificado para la atención de hematopatías malignas.

El registro del Censia indica que solo nueve hospitales en todo el país cuentan con la certificación para la realización de trasplantes de médula ósea, ninguno de ellos se encuentra en el estado de Chihuahua.

Durante la presentación del Plan de Inversión 2019-2020, el gobernador de Chihuahua, **Javier Corral Jurado**, anunció la construcción del **Centro Regional de Cancerología** en Ciudad Juárez, para el cual se invertirán, en conjunto con la **Fundación del Empresario Chihuahuense A.C. (Fechac)**, 130 millones de pesos.

Además, tras llegar a un acuerdo con Gobierno Federal, a través del IMSS, el Gobierno del Estado, anunció en 2019 la construcción del **Hospital de Cancerología**, uno de los dos complejos que quedaron en obra negra ubicados en los terrenos del antiguo Hipódromo.

El 15 de febrero el mundo porta un listón amarillo, pues se conmemora el Día Internacional del Cáncer Infantil, con la intención de sensibilizar y concientizar sobre los desafíos a los que se enfrentan los niños y niñas que lo padecen, así como sus familias.

**“Sigán orando por los niños con cáncer”,** es el mensaje que Cecilia Govea envió a todos los lectores de **Revista NET**.

 [kevin\\_luna@radionet1490.com](mailto:kevin_luna@radionet1490.com)

 **BÚSCANOS EN FACEBOOK**  
RevistaNetMx



**Enciende tu corazón**

**Sin Límite**

**Además**

Claro® drive Claro® juegos Claro® video Claro® música  

Minutos y Mensajes **Sin Límite**

GRACIAS POR FORMAR PARTE DE NUESTRA FAMILIA INNOVA  
JUNTOS LOGRAMOS SER...

 **TOYOTA**  
**INNOVA** #1  **GRUPO**  
**LÍDER DE**  
**VENTAS**  
TOYOTA EN MÉXICO

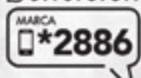
FLETEROS | SENDERO | CUMBRES | SANTA CATARINA | REYNOSA | MATAMOROS | JUÁREZ

**¡VEN Y DESCUBRE PORQUÉ!**

TU ESTILO ES UN CAMRY  
MENSUALIDAD  
DESDE: **\$4,922\***



811 01 61 311



[toyotainnova.com.mx](http://toyotainnova.com.mx)

Promoción válida del 4 de Febrero al 29 de febrero de 2020 CAMRY LE 2020 en plan Anualidades a un plazo de financiamiento de 60 meses, con un enganche 10.00% (diez por ciento) y un pago cada año especificado en la cotización, calculado sobre el valor factura de los vehículos al día de la compra, una comisión por apertura del 1.99% tasa fija desde 12.99%, CAT 14.00% sin IVA, fijo. Calculado al 4 de Febrero de 2020. Financiamiento sujeto a aprobación de Toyota Financial Services México, S.A. de C.V., Para términos, requisitos y condiciones de esta promoción contacta a tu asesor de ventas. Aplican restricciones.

 **EMPRESA**  
**CLEBER**



# Vivir para volar

POR: MÓNICA DELGADO • IMÁGENES: JORGE FÉLIX /CORTESÍA

## Ciudad Juárez.-

*Después de 43 años por los cielos, ahora comparte sus conocimientos en el Biblioavión*

**E**ra 1978 y el piloto aviador **Francisco Yarza Sámano** estaba a cargo de la aeronave que despegó de Chihuahua pasadas las 13 horas. Su destino era la Ciudad de México, pero antes tuvo que hacer una escala en Torreón, Coahuila. Salió de ahí después de la 2:00 pm, cuando Patricia Cota, una sobrecargo, recibió un documento: el avión estaba secuestrado.

Dos hombres identificados como **Aurelio Lucero** y **Raúl Armendáriz**, integrantes del Sindicato Ferrocarriero de Chihuahua, secuestraron el avión para exigir la reincorporación de sus compañeros que habían sido despedidos por los líderes de aquel entonces.



12345  
AIR MAIL

Al llegar al aeropuerto de la CDMX, los secuestradores se rindieron y se entregaron a las autoridades.

En el avión había 93 pasajeros más seis de la tripulación. El informe final arrojó que en ningún momento se presentaron actos de violencia, pero la situación por sí misma generó estrés en quienes estaban a bordo. Esta y otras tantas anécdotas se mantienen frescas en la memoria de Yarza Sámano, piloto retirado después de 42 mil horas de vuelo, y que ahora comparte sus conocimientos en el *Biblioavión* de Ciudad Juárez.

### **Volar para vivir**

En 43 años de trayectoria, Francisco Yarza surcó el cielo desde diferentes latitudes, además, tuvo la oportunidad

de conocer miles de personas, países y ciudades. Su experiencia le valió para obtener varios nombramientos y cargos en empresas de aviación. Platicó que su destino fue convertirse en un as de las alturas.

Desde pequeño descubrió su amor por la aviación, pues su padre fue piloto en la década de los cincuenta en **Líneas Aéreas Mexicanas S.A. (LAMSA)**, cuya importancia se fincó en el norte y noroeste de México, para luego fusionarse con **Aeroméxico**, fue entonces que su padre decidió comprar un avión para realizar movimientos de carga por aire desde Chihuahua a varias ciudades de la costa del Pacífico.

Yarza Sámano tuvo la oportunidad de estudiar en una escuela militarizada de Estados Unidos, donde interiorizó la disciplina y perfeccionó las técnicas de vuelo, además se pasaba todo el tiempo en el aeropuerto. La experiencia de volar junto a su padre por el territorio mexicano lo condicionó de por vida.

Su regreso a México desafortunadamente no fue grato, pues su padre había fallecido en un accidente en la pista de aterrizaje del aeropuerto de Acapulco, Guerrero.

***“Sin embargo eso a mí no me detuvo, mucho menos me quitó la idea de seguir volando, así que el reto comenzó al tratar de convencer a mi madre de seguir con el oficio que acompañó a mi padre por muchos años”***, comentó el capitán.



## As de las alturas

Al lograr la aprobación de su madre, decidió mudarse a la Ciudad de México e ingresar a una escuela de aviación. Poco a poco se abrió paso como copiloto en líneas aéreas pequeñas. Fue a Guerrero, Veracruz, Michoacán entre otros estados. Vio atravesar las alas y turbinas por las nubes hacia su destino en tierra. Tiempo después le llegó la oportunidad de trabajar para el **Banco Nacional de Crédito Ejidal**, en un avión más moderno.

Después de su experiencia en el Banco de Crédito, regresó a Chihuahua para volar entre la Sierra y conocer las pistas de Sonora, Sinaloa, Durango y Nuevo León, hasta que una llamada telefónica le dio la oportunidad de volver a Ciudad Juárez.

**Francisco Villarreal Torres**, presidente municipal de 1992 a 1995, llamó a Yarza Sámano para que se convirtiera en su piloto personal, pues recién había adquirido una aeronave. Pero antes de que eso ocurriera, lo puso a prueba en la ciudad de El Paso, Texas.

**“Me mandó a hacer unos exámenes con unos pilotos americanos para que ver mi capacidad, y fue sorprendente para ellos porque a la hora de las maniobras y que me daban instrucciones se quedaron asombrados, pues lo hacía de manera rápida y sencilla, incluso terminé enseñándole a los instructores de El Paso”**, comentó Francisco.

Tiempo después entró a una convocatoria que emitió Aeroméxico, en la cual compitió contra 40 pilotos para ocupar 10 plazas. Su experiencia fue suficiente para ganarse un lugar y volar en una aeronave DC-3, modelo idéntico al que utilizó en sus primeros vuelos en una línea aérea comercial, después le siguió un DC-6, hasta que terminó su contrato. Pero su camino en Aeroméxico no había concluido, regresó para integrarse a las aerolíneas alimentadoras bajo el proyecto “Connect”.

Madrid, París, Ámsterdam y otras ciudades de Europa, forman parte de la lista que el capitán

acumuló a lo largo de su trayectoria: **“fue para mí una experiencia muy increíble que será muy difícil que pueda olvidar”**, recalcó con emoción al recordar las anécdotas que vivió al lado de sus compañeros de vuelo.

## El secuestro aéreo

Fue precisamente en un DC-9 de Aeroméxico que vivió una de las situaciones más críticas y estresantes de su carrera: el secuestro de una aeronave. Después de salir de territorio coahuilense, Armendáriz y Lucero entregaron la misiva a la azafata, quien después la mostró desconcertada al capitán Yarza Sámano.

**“Me mandaron una carta a la cabina diciendo que era justicia o muerte para todos (...) fue una situación bastante desagradable y a la vez hubo temor porque te das cuenta de la gran responsabilidad porque ahora era yo el capitán, dependía de mí, de cómo actuar”**, recordó.

La situación se mantuvo en calma gracias al adiestramiento y la experiencia que había acumulado. Logró convencer a los secuestradores de llevarlos a México, donde aterrizaron a las 3:05 de la tarde. Los sujetos fueron detenidos y no hubo más problemas, contó con alivio.

## El piloto de los artistas

Con orgullo, Yarza Sámano recordó las relaciones amistosas que mantuvo con grandes artistas. **Alberto Cortez, Facundo Cabral y Vicky Carr**, fueron algunos de sus pasajeros, todos ellos grandes personas, pero también compartió espacio con personajes poco agradables: **“tuve un vuelo con Lupita D'Alesio y la verdad esa señora es de lo más grosera que te puedas imaginar”**.

Una de sus rutas comunes fue de Los Ángeles a Durango, un ir y venir constante, pues transportaba a actores que filmaron películas en un pueblo recreado al estilo viejo oeste en territorio mexicano.

Recordó también un momento en el que el fallecido, Alberto Cortez, le pidió ayuda: **“Yo quiero pagar un asiento extra para poder llevar mi**

**violonchelo, es un instrumento muy delicado. El vuelo está sobre- vendido y no hay lugar disponible, no lo puedo mandar en la carga aérea porque lo van a dañar. Bueno, vamos a ponernos de acuerdo con las sobrecarga para cancelar un baño y ahí metemos el instrumento”**, fue la solución que dio al cantautor argentino.

## Comparte el maravilloso mundo de la aviación

Hace nueve años se retiró formalmente, luego de 42 mil horas de vuelo, cientos de historias que se forjaron en el aire y 43 años a bordo de distintas aeronaves. Todo el conocimiento que adquirió no podía quedarse guardado, así que decidió compartirlo con las nuevas generaciones. **Beatriz Córdova**, directora de Educación del Municipio, lo invitó al proyecto del Biblioavión.

**“Se me hizo muy interesante poder platicarles a los niños y a la agente que no tiene acceso a un avión, cómo es el maravilloso mundo de la aviación, y me da mucha satisfacción ver el rostro de sorpresa en los niños, y creo que ha sido un magnífico proyecto del cual estoy muy agradecido”**.

El Biblioavión despegó oficialmente hace un año, y en su interior hay diversas herramientas virtuales para enriquecer el conocimiento de los menores, los allega a la literatura, espacios culturales y todo tipo de contenido para niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

Por su parte el capitán acerca a los pequeños a los sistemas que permiten al avión despegar y mantener el vuelo. Aunque trata de simplificarlos, los términos de aviación son complicados, pero el solo verlo causa interés: se mueve como pez en el agua. Es por eso que Francisco Yarza Sámano forma parte de nuestro orgullo.

 [monica\\_delgado@radionet1490.com](mailto:monica_delgado@radionet1490.com)



**BÚSCANOS EN FACEBOOK**

RevistaNetMx



**JUÁREZ**  
INDEPENDIENTE  
HEROICA CIUDAD JUÁREZ 2018-2021

**El Gobierno Municipal Independiente  
en conjunto con el DIF Municipal y las “Damas Voluntarias”  
tiene el honor de invitarle al**

# CARNAVAL CON CAUSA

A BENEFICIO DE  
“RETO A LA JUVENTUD”

**EL DÍA JUEVES 12 DE MARZO  
DE 2020 6:00 P.M.**

**CLUB CAMPESTRE - SALÓN CAMPESTRE  
DONATIVO | \$500.00**

**¡MÚSICA, BAILE Y DIVERSIÓN!**



**BOLETOS DISPONIBLES EN DIF MUNICIPAL TEL: 616-69-66 EXT: 230  
DE 8:00 A.M. A 3:00 P.M.**

**CIUDAD JUÁREZ, CHIH., FEBRERO DE 2020**



 eluniversal@alazraki.com.mx

# Carta dirigida a Los diputados de Morena

*(Qué peligrosos son)*

POR: CARLOS ALAZRAKI

## Diputados Morenenses:

Ya se volvieron locos. ¡Punto!

Cada día que su jefe de bancada Mario Delgado abre la boca, me pone a temblar. Su obsesión de ejecutar cada ocurrencia que se le ocurre a nuestro presidente ya es enfermiza.

Su discurso, esa desesperación de brillar en los medios de comunicación ya sean masivos, digitales o en una estación de radio local en Huamantla está trastornando al país.

Y basta que nuestro presidente diga "A" para que esa "A" entre inmediatamente a una votación del Congreso y como son una nefasta mayoría, esa "A" se convierte automáticamente en ley.

¡Y sus MENTIRAS! ¡Qué bárbaro!

Y para que mis queridos lectores se den idea de lo que estoy hablando, ahí les van unas declaraciones que Delgado ha hecho en Twitter o en la prensa:

"Este año, elegiremos a cuatro Consejeros Electorales y por primera vez, el proceso será transparente con PARIDAD DE GÉNERO, SIN CUOTAS NI CUATES".

¿Se dan cuenta de lo MENTIROSO que es? Ustedes y yo sabemos que por supuesto ese comentario NO ES CIERTO.

Los nuevos 4 consejeros serán elegidos por nuestro presidente para APROPIARSE DEL INE.

No olvidemos que nuestro presidente continúa resentido con el INE porque estos le dieron el triunfo a Calderón.

Y como el himno de su partido es "Qué bonita es la venganza cuando Dios nos la concede", pues a afilar el cuchillo y destruir al INE y así DESTRUIR NUESTRA JOVEN DEMOCRACIA.

Otra FANTASÍA: "Reconocemos AMPLIAMENTE la tarea que ha hecho Irma Sandoval, la secretaria de la Función Pública". ¿Y qué le reconocen? ¡Pus que haya exonerado a Bartlett!

Queridos amigos: ¿No se les hace vomitiva esta afirmación?

Y la de ayer. ¿Están sentados? Ahí les va: Presentaron una iniciativa para modificar La Ley General de Bienes Nacionales.

En español esto significa que con esta modificación de ley, se va a poder vender el famoso avión.

Imaginense, ustedes diputados de Morena, modificando cualquier ley para satisfacer el capricho de nuestro presidente o de uno de ustedes.

Y esto sí es muy serio. Porque ustedes no se comportan como una mayoría responsable. Más bien, se comportan como un colegiado que está a la orden de su jefe.

Y aunque me niego a pensar que algún día seremos como Venezuela, ustedes se empeñan en demostrarnos que PUDIERA SER.

Y la última: "Si nuestro presidente nos pide que lo apoyemos en la suspensión de los puentes, lo apoyaremos tal como la jefa de gobierno lo está haciendo".

Diputados Morenazos: ¿Verdad que sí me entienden?

¿Admiten que son unos payasos de nuestro presidente?

¿Se están dando cuenta que NO ESTÁN AYUDANDO A MÉXICO, SINO TODO LO CONTRARIO? ¿Y verdad que NO SABEN GOBERNAR?

En fin, "señores y señoras" diputados.

Como no hay mucho que hacer por ustedes en este trienio, le rogaré a Dios para que en las elecciones del próximo año, ustedes PIERDAN LAS ELECCIONES.

Es la única forma de salvar a México.



# Modelo tempo

Armoniza tu vida adentrándote en el modelo Tempo, donde cada momento de tu vida será como la mejor pieza musical.

Superficie de terreno **161.50 m<sup>2</sup>** Superficie de construida **162.857 m<sup>2</sup>**

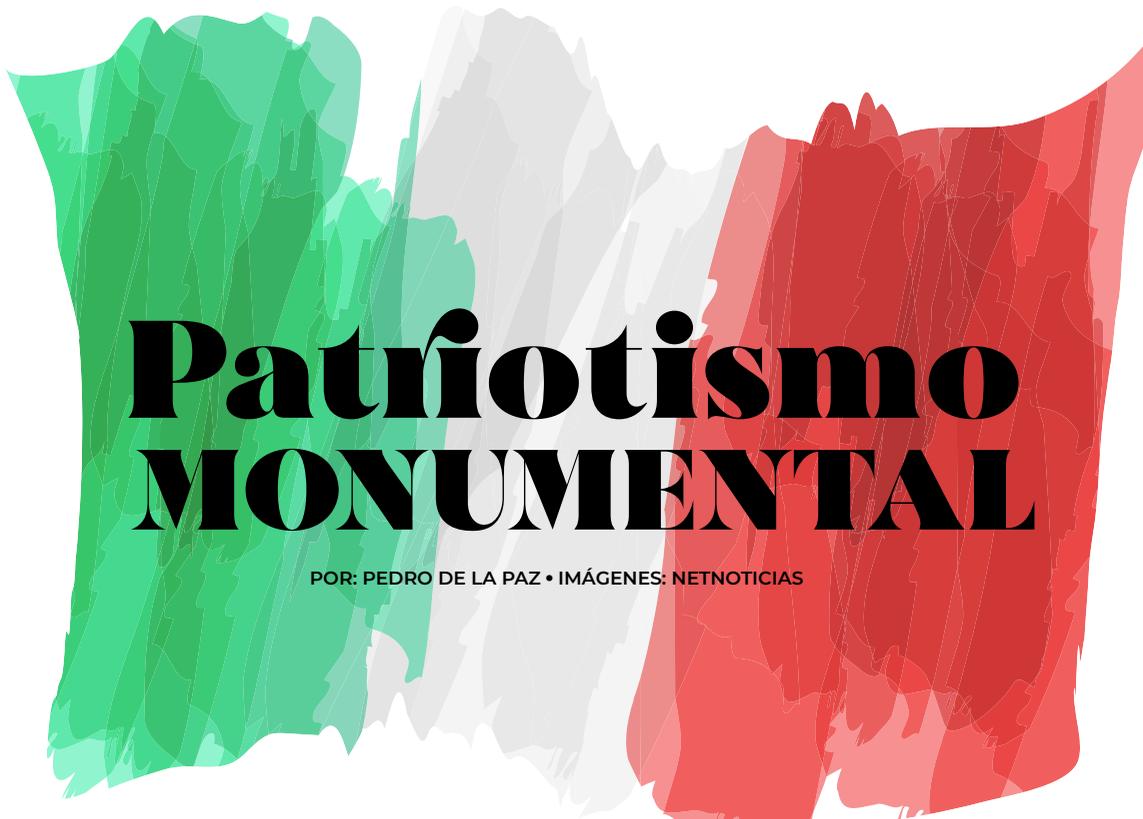
### Visítanos en:

Quintas del Valle y Calle Quetzal

Conoce más en:

YVASA | Tel: 639.8979 | [www.yvasa.com](http://www.yvasa.com) | [f/yvasamx](https://www.facebook.com/yvasamx)





# Patriotismo MONUMENTAL

POR: PEDRO DE LA PAZ • IMÁGENES: NETNOTICIAS

## *La bandera de México luce imponente en El Chamizal*

### **Ciudad Juárez.-**

**A** pocos metros de la frontera con Estados Unidos se yergue el asta donde ondea la bandera considerada como una de las más bonitas en el mundo, la de México. Verde, blanco y rojo son los colores que dan identidad a los mexicanos y los distinguen en cada lugar donde están presentes. En su diseño lleva la historia del país.

En cada rincón de la República se puede ver el símbolo patrio ondear en los más alto de las azoteas, dentro y al exterior de edificios gubernamentales y en general en cualquier lugar donde se quiera resaltar el valor de ser mexicano. Pero la bandera que está en el Parque El Chamizal de Ciudad Juárez sin duda asombra a quien la admira a la distancia.

## **Reafirmar el valor de ser mexicanos**

Para entender por qué una bandera de esa dimensión se instaló en la ciudad, es necesario recorrer un poco la historia política de México. El viaje inicia en 1997, cuando el presidente **Ernesto Zedillo**, con el propósito de reafirmar el patriotismo en los mexicanos, encabezó diversas ceremonias para la instalación de banderas monumentales por el territorio nacional, también en Ciudad Juárez.

Estas acciones fueron consideradas como una estrategia política, al estar en vísperas de las elecciones federales más disputadas del país, en las que **Partido Revolucionario Institucional (PRI)** podría perder por vez primera la mayoría en el Congreso, y donde se elegirá también por primera vez a un jefe de Gobierno del Distrito Federal (ahora Ciudad de México), de acuerdo con las investigadoras **María del Carmen Nava** e **Isabel Fernández**.

El 24 de junio de 1997 se izó la mega bandera de Ciudad Juárez, a

500 metros de la frontera con Estados Unidos, que también sirvió como pretexto para conmemorar el regreso de El Chamizal a México por parte de Estados Unidos, litigio que comenzó **Benito Juárez** y concluyó en el mandato de **Adolfo López Mateos**.

En 1999 Zedillo firmó un decreto para oficializar las medidas de las banderas monumentales: 14.3 metros de ancho por 25 metros de largo, sobre astas de 50 o 110 metros de alto. Otras versiones, un poco más pequeñas, son llamadas banderas semimonumentales, y se encuentran por lo regular en ciudades más pequeñas y en centros educativos. En todo el territorio nacional hay 72 banderas monumentales.

## **La convicción de un hombre**

La bandera nacional representa al país en el extranjero, así como a los ciudadanos o el gobierno. Por esta razón, el 24 de febrero, Día de la Bandera, los mexicanos juran lealtad al símbolo patrio.

Pero, ¿cómo es que se institucionalizó el Día de la Bandera? La historia es bien contada por el Ejército Mexicano, y se refiere a la convicción de un hombre que decidió montar una guardia de honor el 24 de febrero de 1935 para evitar que grupos antagonistas la quitaran e izaran una bandera rojinegra. **Benito Ramírez Espíndola**, empleado del **Banco de México**, protagonizó junto con sus vecinos el acto patriótico en una vecindad del barrio de la Merced en la Ciudad de México.

Más tarde, aquellos defensores del lábaro hicieron gestiones con el gobierno de **Lázaro Cárdenas del Río** para institucionalizar el 24 de febrero como Día de la Bandera, sin embargo, tuvieron que pasar siete años para que el expresidente **Manuel Ávila Camacho** lo hiciera oficial.

### **Las versiones**

A lo largo de la historia se han presentado cerca de 12 diseños diferentes de banderas con significado acorde al periodo en que aparecieron. El estandarte con la Virgen de Guadalupe que utilizó el cura **Miguel Hidalgo** es considerado como el primer representativo de los intereses políticos y sociales de la época.

El Primer Imperio Mexicano (1821-1823), a cargo de **Agustín de Iturbide**, estableció que **"el pabellón nacional y banderas del ejército deberán ser tricolores, adaptándose los colores, verde, blanco y rojo, encarnando en franjas verticales y dibujándose en la blanca un águila coronada"**. En esta versión, el escudo no llevaba una serpiente ni una corona de ramas de laurel u olivo.

Con el establecimiento de la **Primera República Federal** (1823-1835), el pabellón y la bandera no se modificaron, solamente el escudo de armas, al que le quitó la corona dorada del águila y le pusieron una de laurel y olivo como símbolo de la República.

En los años consecuentes, la bandera sufrió diversas modificaciones, derivadas de la entrada y salida del poder de líderes con diversas ideologías. Por ejemplo, **Benito Juárez** reinstauró la bandera promovida por los liberales después de la publicación de la **Constitución de**



## **La bandera monumental de El Chamizal mide 50 metros de largo y 28 metros de ancho**

**1857**, tras la caída del Segundo Imperio y la salida de **Maximiliano de Habsburgo**.

El presidente **Porfirio Díaz** hizo cambios al escudo de armas en diferentes periodos hasta establecer el "Águila del Centenario". De 1916 a 1934, el presidente **Venustiano Carranza**, con el fin de romper con el régimen de Díaz, realizó cambios al escudo nacional: puso el águila de perfil con la intención de homogeneizar su uso.

En el periodo de 1934 a 1968, se establece la primera legislación para los símbolos patrios, y a su vez se renueva el escudo nacional con base en el diseño de **Jorge Enciso**. De 1968 a la fecha, se utiliza la bandera promovida por Juárez y oficializada por el expresidente **Gustavo Díaz Ordaz**.

### **Proceso artesanal**

La elaboración de la bandera monumental, como la que se encuentra en el parque El Chamizal, tiene un proceso artesanal por parte de la **Secretaría de la Defensa Nacional (Sedena)**. Bastan 15 días para que

los rollos de nailon, materia prima para su elaboración, tomen forma y se conviertan en una de estas piezas que representan el orgullo del pueblo mexicano.

Primero se realiza el tejido, los lienzos son hechos en la fábrica de teñidos, acabados y estampados. Después se descruce, es decir, se eliminan las impurezas naturales y adquiridas en las fibras, esto a 95 grados centígrados por 40 horas para que los colorantes se adhieran a las fibras. Posteriormente se realiza el teñido, donde se une el colorante sobre las fibras a 110 grados por cinco horas.

Una vez concluido este proceso, se enjuaga y se pone a secar la tela de nailon por cinco horas para que se ensanche el rollo. Se agregan químicos para aumentar la resistencia a la humedad, luz solar y viento. Los elementos de Sedena revisan a profundidad cada metro de tela para comprobar su calidad. Finalmente, se realiza el trazo y corte para verificar el tamaño con el número de lienzos, de ahí se confecciona y pinta.

Para trasladar la bandera monumental se lleva a cabo un protocolo riguroso por parte de los militares. Todo inicia en el Campo Militar del 9No Regimiento o Guarnición Militar de Ciudad Juárez, el cual se ubica en la calle Barranco Azul de la colonia Toribio Ortega. El símbolo se resguarda en la sala de banderas, vigilada las 24 horas del día y los 365 o 366 días del año por un elemento castrense, conocido como centinela.

Los militares forman un convoy de unidades que se encargan de escoltar la bandera hacia el asta monumental ubicada en la avenida Heroico Colegio Militar, en El Chamizal. Una vez en ese punto, se realizan honores y se canta el Himno Nacional mientras suben la bandera. Para esto son necesarios alrededor de 35 soldados, ya que las dimensiones son 50 metros de largo y 28 metros de ancho, además de que el asta bandera es de 100 metros de alto.

La Ley Sobre el Escudo, La Bandera y El Himno Nacional establece en el artículo 18 que la bandera debe izarse en todo lo alto en 33 fechas, por ejemplo en el aniversario de la Constitución de 1917 o en la conmemoración de la Expropiación Petrolera. En cambio, en el aniversario luctuoso de personajes históricos o como homenaje a las víctimas del sismo del 19 de septiembre de 1985 y 2017, la bandera se iza a media asta. En total, en 15 fechas el lábaro debe estar a esa altura.

El consejo administrativo de Sedena se encarga de determinar cuándo una bandera debe ser repuesta, ya sea que esté deteriorada o haya cumplido su tiempo de vida útil. Los motivos tienen que estar especificados en un acta, como establece el **Reglamento de Ceremonial Militar**. La misma secretaría, después de un estudio, define cuáles banderas deben conservarse en museos militares.

Cuando cumplen su tiempo de vida y no se preservan, entonces se procede a la incineración. El protocolo establecido por el Reglamento de Ceremonial marca que se deberán rendir honores, posteriormente, la bandera se despide cuando el abanderado la presenta en tres tiempos. En lo que respecta a una bandera monumental como la de El Chamizal, se arrea y pliega para después depositarla en el pebetero donde se incinera.

La bandera tiene como objetivo fomentar el aprecio a la historia, costumbres, valores y principios que identifican a México. Rendirle honores es un acto de compromiso y defensa de la nación ante las amenazas internas y externas. Su valor es incomparable.

 [pedro\\_delapaz@radionet1490.com](mailto:pedro_delapaz@radionet1490.com)

 **BÚSCANOS EN FACEBOOK**

RevistaNetMx

Av. Rafael Pérez Serna. Local 409-15.  
Plaza San Nicolas

# PASTELES GOURMET

*y repostería fina*

## PARA TODA OCASIÓN

Tel. 617-90-07



/lasDeliciasjuarez • lasdeliciasjuarez@hotmail.com



**CAMPOS  
ELISEOS**  
CERRADA NORTE

**59 LOTES  
RESIDENCIALES  
EXCLUSIVOS**  
desde 646 m<sup>2</sup> hasta 1,707 m<sup>2</sup>

VIVE A LO GRANDE VIVE DIFERENTE

## AQUÍ ENCONTRARÁS



Áreas para caminar.



Iluminación de alta tecnología.



Accesos controlados con cámaras de vigilancia.



Excelente circulación vial.



Amplias áreas verdes.



Agua recuperada por lote.



Todos los lotes residenciales se ubican frente a áreas verdes.



### Contáctanos

(656) 743 41 60

cerradanorte@enalte.mx

www.enalte.mx

Enalte Desarrollos

**enalte**  
DESARROLLOS

# SPAIK:

**trazos por el mundo**

POR: MÓNICA DELGADO • IMÁGENES: JORGE FÉLIX

## Israel Guerra imprime en sus murales la colorida cultura latinoamericana

Ciudad Juárez.-

**E**l arte urbano se ha convertido en escaparate para que el talento de jóvenes salga a la luz. Es también una manera de cumplir sueños y metas, de trascender y proyectarse a otras latitudes. Desde los malabares en los cruceros hasta grandes murales, son muestra de la capacidad que poseen. Tal es el caso de **Israel Guerra**, mejor conocido como *Spaik*.

Originario del estado de Tlaxcala, Israel ahora es reconocido a nivel mundial por sus obras que resaltan el colorido de la cultura latinoamericana, y en específico las características de lo mexicano, con seres más cercanos a los alebrijes.

### Su propio camino

A los 15 años, viendo los grafitis de los diferentes barrios de las colonias de su ciudad, entendió que podría resaltar de manera distinta cada letra y número, con colores vivos y diseños variados, un nuevo enfoque para esos trazos que se pierden entre sí.

**“Al paso de los años me interesé por leer sobre el arte, las vanguardias, sucesos emblemáticos para los muralistas en los años treinta, además de estudiar cine ayudándome a nutrir la parte audiovisual en mi imaginario y querer hacer cosas con mayor complejidad en los edificios”**, comentó el artista sobre su formación.

Al principio, su familia no lo apoyó; existía la creencia de que ser un artista urbano o muralista era un sueño absurdo en el que no habría buenos resultados. Esta situación lo impulsó a buscar su propio camino, viajar por el país y eligió Morelia, Michoacán, para residir y cursar la Licenciatura en Estudios Cinematográficos en el **Instituto Mexicano de Investigaciones Cinematográficas y Humanísticas (IMICH)**.

Con 17 años de experiencia, *Spaik*



comentó que las cosas no han sido sencillas: ganarse un lugar en el muralismo no se dio de la noche a la mañana, al contrario, tuvieron que pasar ocho años para poder consolidarse y obtener su primera invitación a Guatemala.

**“La primera impresión para mí fue muy cabrona porque jamás había tenido contacto con personas de otros países o ciudades fuera de México. El aprender otros idiomas y costumbres fue un gran reto dentro de mi sueño”**, resaltó Israel.

### Esencia latinoamericana

**“Cuando estaba estudiando cine, estaba leyendo sobre la influencia del cine norteamericano en Latinoamérica, analizando la narrativa en la que ponen a Estados Unidos como el héroe sin importar lo que haga”**, agregó el artista, situación que se repite en otro tipo de artes.

Spaik explicó que la influencia de la cultura estadounidense sobre las expresiones artísticas en México es notable, incluso en el trabajo que ha desarrollado, pues, en retrospectiva, se percató que caía en un merca-

do simple, al estilo de Los Ángeles y Nueva York: **“algo súper gringo”**, por lo que decidió retomar sus raíces mexicanas.

**“Yo mismo dije... pero si aquí tengo un chingo de cultura y creo que me toca a mí poder enaltecer esta parte de Latinoamérica en los muros, como lo hace el cine en la pantalla grande sorprendiéndose ante lo majestuoso de los formatos”**.

Sus trabajos se basan en la simbología de las culturas precolombinas, a la que suma formatos y técnicas adecuados para crear grandes murales coloridos con conceptos propios para lograr que la gente sienta la magia.

### Oportunidades

En todas partes del mundo existen jóvenes que sueñan con convertirse en muralistas reconocidos, sin embargo, no cuentan con los recursos, experiencia o talleres necesarios para mejorar su técnica y comprender el sentido del arte; las dudas permean y la capacitación es la forma de resolverlas.

Basado en su experiencia, Israel Guerra, aseguró que los jóvenes



ahora tienen más facilidades para inmiscuirse en las actividades artísticas y culturales, ya sea en talleres y capacitaciones o emprender ellos mismos su camino, a través de redes sociales, video tutoriales o con un simple intercambio de palabras se pueden asesorar.

Israel ha participado como tallerista en actividades organizadas por asociaciones civiles dentro y fuera del país. En Ciudad Juárez trabajó con jóvenes de las colonias Parajes de San Isidro y Riberas del Bravo, con el objetivo de darles una alternativa al ambiente de violencia y vulnerabilidad al que están expuestos constantemente.

Recientemente, el artista conoció uno de los penales de máxima seguridad en México, además, pudo convivir y conocer las historias de las personas privadas de su libertad por diferentes circunstancias. En su intervención, les dio ánimos; trató de aportar algo positivo en medio de la

pena por la que pasan.

***“El arte influye en la psicología de cada persona, la música que escuchan, el cine que ven o las estupideces como las narcose-ries o novelas. Claramente se creará con esas ideas al igual que la música, ya que se fomentan ciertos tipos de actitudes... Lo que hace falta es educar y encaminar a la gente a pensar en cosas positivas y constructivas cambiándoles el chip”***, recalcó Spaik.

### **Sin fronteras**

Los murales de Spaik resaltan en varias latitudes: Francia, España, Inglaterra, Ecuador, Colombia y por supuesto en distintas ciudades de México, incluyendo Ciudad Juárez. En su recorrido ha logrado crear un amplio grupo de amigos, esto le ha permitido mejorar sus técni-

cas e intercambiar ideas.

Con orgullo lleva un pedacito de México en cada lugar al que lo invitan a pintar. Se ha fijado el objetivo de regresar a esas sedes por lo menos dos veces más y dejar plasmado su talento en los muros.

***“Agradezco de ante mano a todas aquellas personas que han confiado en mi talento sin conocerme y que se han convertido en grandes amigos. Yo sé que no acabaría nunca de agradecer la oportunidad y el impulso que se le da al talento mexicano en otros países, cosa que valoro y siempre recuerdo al momento de ver un edificio de muchos pisos en blanco para que yo pueda hacer mi trabajo”***, finalizó Spaik.

✉ [monica\\_delgado@radionet1490.com](mailto:monica_delgado@radionet1490.com)

📌 **BÚSCALO EN FACEBOOK**

Spaik Spike

# Guía HOTELERA

Disfrute de nuestra atención, comodidad y servicio...



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



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



Chihuahua



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



Camargo



**Delicias Hotel Dorado Inn**  
Av. 6a. 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  
info@hotelrealdebiezma.com

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

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

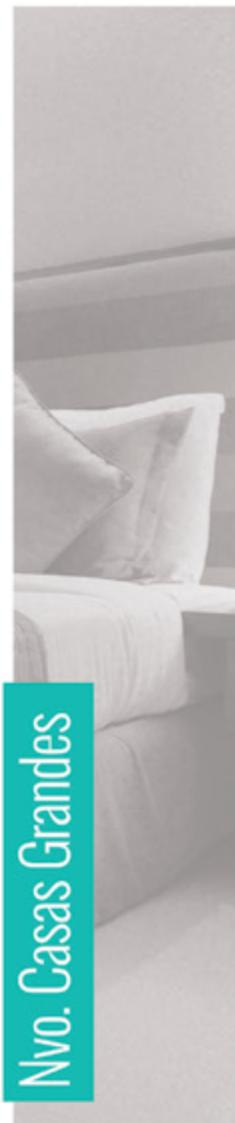


Otros destinos



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

**Hotel Piñon**  
Av. Benito Juárez #605  
Col. Centro  
Tel: (636) 694-0655 y (636) 694-0165



Nvo. Casas Grandes

# El “famoso” avión presidencial

POR: JUAN MUÑOZ

**C**reo que el tema del avión presidencial es una “cortina de humo” para distraernos a los mexicanos de los asuntos verdaderamente importantes que enfrenta nuestro país, sin embargo, ya que el tema ha sido de interés nacional, me propuse compartir con ustedes la información más importante y curiosa al respecto.

El presidente **Andrés Manuel López Obrador** decidió no utilizar el avión presidencial y desde su campaña prometió venderlo, sin embargo no ha podido hacerlo, y en un intento desesperado por deshacerse del avión, el presidente ha propuesto hasta rifarlo.

Estos son algunos de los datos más importantes del “famoso” avión presidencial:

- Es un avión Boeing 787-8 Dreamliner
- Se le puso por nombre José María Morelos y Pavón.
- Fue comprado por BANOBRAS (Banco del Gobierno) en noviembre de 2012, por un monto aproximado de 218 millones de dólares.
- Se tardaron poco más de 2 años en terminar de fabricarlo y hacerle las modificaciones solicitadas por el gobierno mexicano.
- En el año 2014 BANOBRAS se lo otorgó en Arrendamiento Financiero a la SEDENA (Secretaría de la Defensa Nacional) y a la SHCP (Secretaría de Hacienda y Crédito Público, por un plazo de 15 años, con pagos mensuales de 2.2 millones de dólares, teniendo la opción de comprarlo al final del arrendamiento por un valor residual (mínimo).
- Se ha pagado un 33% del arrendamiento y todavía de deben 140 millones de dólares.
- Tiene una capacidad para 80 pasajeros que pueden acomodarse en cuatro secciones diferentes proporcionando una capacidad VIP única en el mundo.
- Puede volar por hasta 20 horas, gracias a que el 80% de la aeronave está hecha de materiales compuestos que lo hacen más ligero.
- El avión se utilizó por el presi-

dente Enrique Peña Nieto durante 2 años y 10 meses.

- El último vuelo fue el regreso de Peña Nieto de Argentina, donde se celebró la más reciente cumbre del G20 y se firmó el T-MEC con los mandatarios de EU, Donald Trump, y de Canadá, Justin Trudeau.
- Actualmente tiene un valor comercial de \$130 millones de dólares, de acuerdo con un avalúo de la ONU.
- Lleva más de 1 año fuera del aire. Y actualmente está en EU.
- El costo de almacenamiento y mantenimiento del último año fue de 1.6 millones de dólares.
- El avión presidencial anterior a este se usó durante 28 años.

Estas son las propuestas que han hecho el Gobierno Federal para deshacerse del avión presidencial:

1. Una venta compartida, es decir que sea vendido en “partes” a 12 empresas mexicanas por \$11 millones de dólares a cada una, para que la puedan utilizar para viajes ejecutivos.
2. Ofrecerlo al gobierno de Estados Unidos a cambio de equipo médico y ambulancias para hospitales públicos.
3. Rentarlo por hora.
4. Rifarlo mediante la emisión de 6 millones de boletos que serían vendidos por la Lotería Nacional a \$500 pesos cada uno.

Esta última opción empezó casi como un chiste, pero poco a poco ha tomado la seriedad y viabilidad que un Presidente con poder casi absoluto puede darle.

El pasado 14 de enero se publicó en el Diario Oficial el decreto que abrogó la Ley Orgánica de la Lotería Nacional, ordenando la desincorporación por fusión de la Lotería Nacional para la Asistencia Pública (LOTENAL) en el organismo denominado Pronósticos para la Asistencia Pública, el cual —según dicho decreto— pronto habrá de cambiar de nombre por el de Lotería Nacional.

Por tanto, el sorteo tendría que ser organizado por este último organismo. A diferencia de lo que sucedía con la extinta LOTENAL, Pronósticos

sí puede otorgar premios en especie. Sin embargo, el citado decreto señala que la nueva Lotería Nacional debe realizar sus actividades con las mismas atribuciones de LOTENAL. De ahí que no resulte claro que puedan darse premios en especie.

Otro problema es que el avión, como ya lo dije, no es del gobierno federal, sino de BANOBRAS. Por lo tanto, BANOBRAS sería quien aportaría el avión a Pronósticos para su rifa y esa donación implicaría un posible quebranto para BANOBRAS, salvo que dicha institución recuperara el monto recaudado en la venta de boletos del sorteo. Si esto fuera así, entonces sería Pronósticos quien violaría la Ley, al destinar los recursos de la rifa a pagarle a BANOBRAS y no a la asistencia pública.

Por otro lado, el “afortunado” ganador del sorteo también enfrentará diversos problemas económicos. En adición a los costos de mantenimiento y estacionamiento de su nueva nave, al obtener el premio en especie, el ganador tendrá que entregar en efectivo a Pronósticos el monto del impuesto sobre la renta federal sujeto a retención, así como el monto del impuesto sobre loterías y rifas del Estado donde radique. Esto significa que, para poder cobrar el premio en especie, el ganador tendrá que desembolsar previamente la cantidad de 210 millones de pesos y luego llevarse el avión.

De último momento el Presidente ha declarado que se va rifar el “valor” del avión. Es decir 100 premios en efectivo de 20 millones de pesos cada uno por medio de boletos de la Lotería Nacional. Es como si Yo anuncio que rifo mi carro, pero el premio no es el carro, sino dinero en efectivo. Con ello recaudo dinero, doy el premio al ganador y me quedo con mi carro; y a lo mejor un dinero extra. Esto, para mi gusto, es una burla para los ciudadanos y una forma muy ingeniosa y maquiavélica de pedirles dinero para cubrir los gastos de gobierno.

Estamos presenciando cosas increíbles en la administración de nuestro país, me parece que lo menos que debemos hacer es informarnos correctamente. Espero que esta información les ayude a formar criterio y opinión.



 [juanemunozrivera@gmail.com](mailto:juanemunozrivera@gmail.com)



*Pídelo*  
CON  
**ACTITUD**  
**ACTITUD**  
**ACTITUD**

**NUEVOS**



BERRIES & AVENA  
YOGURT FRAPPUCCINO

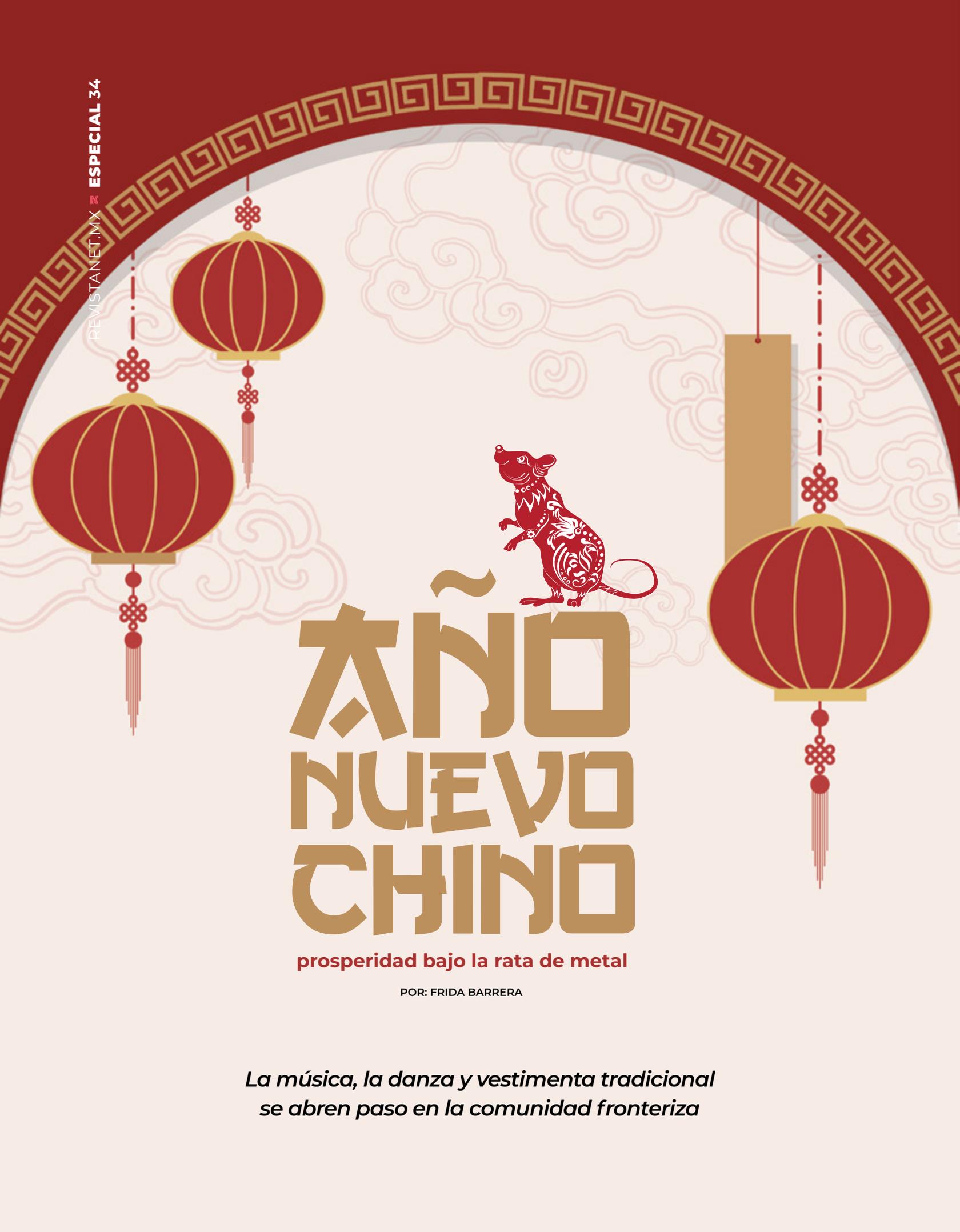


MANGO DRAGONFRUIT  
REFRESHER



DRAGON DRINK

**STARBUCKS**  
PASEO TRIUNFO



# AÑO NUEVO CHINO

prosperidad bajo la rata de metal

POR: FRIDA BARRERA

*La música, la danza y vestimenta tradicional  
se abren paso en la comunidad fronteriza*

## Ciudad Juárez.-

**P**ara comprender el significado del Año Nuevo Chino, hay que remontarse a más de 4 mil años atrás. También conocida como “La Fiesta de la Primavera”, es una de las celebraciones más importantes para los miembros de la comunidad china, la cual comparten países como Vietnam, Hong Kong, Singapur, Malasia, Corea del Norte y Corea del Sur.

El Año Nuevo Chino arrancó el sábado 25 de enero de 2020 y se extenderá hasta el jueves 11 de febrero de 2021. De acuerdo al horóscopo chino, la rata de metal marca el inicio del ciclo y de nuevas energías.

La festividad inicia con la aparición de la segunda luna nueva tras el solsticio de invierno en China, y para definir la fecha exacta del comienzo del año, se debe conocer cuándo aparecerá la luna nueva más próxima al comienzo de la primavera, esto gracias al calendario lunisolar, el cual se utiliza en entornos rurales para determinar las festividades principales del calendario chino.

Un año lunar consta de 354 días y 8 horas, por lo tanto, este ciclo tiene 11 días de diferencia con el calendario gregoriano. Debido a esta diferencia, cada 2.7 años se agrega un mes más para recuperar el tiempo perdido.

### **Del mito a la realidad**

La tradición cuenta que el Año Nuevo Chino inició después de la batalla de un pueblo contra la bestia de nombre “Nian”, que significa “Año”.

Esta criatura que asemeja a un buey con cabeza de león aparecía justo antes del inicio de la primavera para atacar a los pobladores. El color rojo, el fuego y el ruido, eran sus mayores temores. Por este motivo, se colocan carteles rojos afuera de las casas, se lanzan fuegos artificiales y encienden faroles para ahuyentar a este ser.

La rata o ratón se considera como una protectora y proveedora de prosperidad material. A esta se le asocia gracias a su inteligencia, astucia, agresividad, riqueza, orden y carisma, sin embargo, en el aspecto negativo se le relaciona con la guerra, la muerte, la pestilencia y el



ocultismo, además, es el primero de los animales del zodiaco chino. Las personas nacidas en los años 1924, 1936, 1948, 1984, 1960, 1996 y 2008, por mencionar algunos, pertenecen al año rata de metal.

Se dice que los hombres nacidos en el año de la rata son inteligentes y se adaptan rápidamente a su entorno, además, saben aprovechar las oportunidades, y aunque tengan grandes ideas, pueden no ser adecuados para puestos de liderazgo. Mientras tanto, las mujeres que nacieron al amparo de la rata, son personas tradicionales, a quienes les encanta mantener las cosas organizadas y valoran a su familia.

Los 12 animales del zodiaco de este país son, en orden, la rata, buey, tigre, conejo, dragón, serpiente, caballo, cabra, mono, gallo, perro y cerdo. El año de la rata ocurre cada 12 años.

### **La tradición en Juárez**

Pese a que en Ciudad Juárez no existe una comunidad de origen chino tan grande como en otras partes del país, quienes practican las artes marciales chinas “Wushu”, son quienes suelen realizar eventos relacionados con esta festividad.

Wushu, conocido popularmente como kung fu, es una mezcla de todas las artes marciales chinas que se practica en dos modalidades: el Taolu es un deporte de exhibición

que compila sistemas de lucha con y sin armas, mientras que el Sanda es una modalidad de combate uno a uno, que se basa en técnicas tradicionales, muy utilizada en las artes marciales mixtas.

**Cristian Valenzuela**, instructor de la academia de artes marciales “Wushu kung fu Charza”, participó como director artístico del *China Show*, un espectáculo que mostró por primera vez a la comunidad juarense un poco de las tradiciones del país asiático, incluyendo muestras de Wushu.

De acuerdo con Valenzuela, dentro de este espectáculo se muestran tradiciones chinas como la danza del león, danzas de abanicos, la utilización de vestimenta tradicional, además del manejo de armas contemporáneas y tradicionales de aquel país.

**“Después de seis meses de planeación, nos dimos a la tarea de iniciar un espectáculo que compartiera un poco de la cultura china que se practica en occidente por medio del arte marcial”,** agregó.

Desde hace 10 años, la academia de artes marciales Wushu kung fu Charza presenta al público juarense el evento deportivo *La virtud de la vida*, un festival que busca exponer el avance de los atletas de dicha academia 100 por ciento oriental.

POR VERÓNICA PALAFOX

# Johana Lara:

**compromiso con la alimentación**

IMÁGENES: YVONÉ VIDANA

[WWW.YVONEVIDANA.COM](http://WWW.YVONEVIDANA.COM)

*Sus amplios conocimientos ayudan a las personas a lograr ese anhelado objetivo: bajar de peso y mantenerse saludables*

## Ciudad Juárez.-

**C**omo cada inicio de año, bajar de peso encabeza la lista de deseos de algunas personas. Y entre dietas relámpago y remedios milagro, es difícil que alguien logre ese propósito de manera eficaz y segura. Con esta reflexión inicio la conversación con **Johana Lara**, nutrióloga de profesión con especialidad en diabetes, nutrición bariátrica (que se ocupa de las causas, prevención y tratamiento de la obesidad), vegetarianismo y veganismo.

**"Con el acceso a internet nos enfrentamos a innumerables productos y recetas para adelgazar sin sustento médico, que solo confunden a las personas y que, en el peor de los casos, las dañan, por eso es importante siempre tener la mayor información posible y buscar el apoyo de especialistas en la materia"**, comentó.

Johana siempre ha tenido gusto por la cocina. A los 14 años comenzó a interesarse por la nutrición debido a la condición de salud de sus padres: **"tomé conciencia de la importancia de alimentarnos correctamente, mi papá es diabético y mi mamá tiene artritis y, a través de su sistema alimenticio, están perfectamente controlados"**.

La vida moderna presenta muchos retos relacionados con nuestros hábitos en la mesa: **"ahora todo es rápido, en muchas casas ya no se cocina, se come en la calle o alimentos congelados; se ingieren alimentos sin hambre o se dejan amplios periodos sin ellos; consumimos productos de baja calidad y cada vez es más difícil tener comidas en familia, juntos, disfrutando el sazón de la mamá"**, reflexionó mientras le pregunto cuál es el factor primordial de la obesidad actualmente.

Johana me explicó cuál es el rol de un nutriólogo bajo estas condiciones: **"debemos ver a los pacientes de manera individual, explicarles lo que es una nutrición consciente (comer sabiendo lo que se come) y emocional (lo que hay detrás de cada persona y su manera de comer), quitar el**

**concepto negativo de la palabra 'dieta', que no significa otra cosa que el conjunto de alimentos que se ingieren en un día y enseñarles que los cambios que se implementen deben conformar un nuevo estilo de vida"**.

**"El cuerpo es como una máquina"**, continuó, **"debemos aprender a escuchar a nuestra hambre metabólica y no la social, es decir, comer porque lo necesitamos, no porque es la hora de hacerlo o porque estamos en un evento y debemos alimentarnos junto a los demás"**.

**"El concepto de 'peso ideal' que por años nos regía, ya está en desuso: hoy se habla de 'peso saludable', que se calcula con base en el Índice de Masa Corporal (IMC) y la complexión ósea de cada persona, y tiene un rango entre mínimo y máximo, de tal manera que cada uno de nosotros tenemos un peso saludable individual"**.

Para elaborar un plan alimenticio, los nutriólogos, dijo Lara, tienen que conocer ampliamente las condiciones de los pacientes: estado de salud, hábitos familiares, si requiere suplementos, horarios laborales, incluso sus restricciones religiosas. Agregó que en las viejas prácticas se hacía un menú **"que servía para todos"**, y por eso no se veían resultados.

**"Hoy sabemos que, por ejemplo, un cuerpo ácido, es un cuerpo enfermo; un cuerpo alcalino, es un cuerpo sano. Sabemos que masticar al menos 20 veces cada bocado (o más si es posible), mejora la digestión, ¡incluso hay dietas anti-envejecimiento!"**, resaltó.

Eso llamó mi atención y le pedí que profundizara: **"hay una conexión entre comer adecuadamente, dormir bien, ingerir frutas, verduras, granos y cereales integrales, evitar alimentos empacados y la glicación, que es un proceso de envejecimiento de la piel por falta de elastina y colágeno"**.

**"La nutrición es un compromiso con uno mismo, el nutriólogo es la guía para sustentar ese compromiso, la alimentación, como yo la veo, es una especie de medicina preventiva"**.

Como habrán notado a estas

alturas de la entrevista, Johana me dejó sin palabras, todo lo que dice me parece tan interesante que no me atrevo a interrumpirla, pero como la información es mucha y el espacio poco, le pido que nos regale algunos consejos básicos en lo que programamos una cita.

**"Sería muy bueno que nos abriéramos a nuevos sabores: tenemos generalmente un paladar básico, nos negamos a descubrir ingredientes o condimentos que pueden enriquecer nuestros alimentos, sugiero darle oportunidad a la dieta vegetariana, por lo menos un par de días por semana."**

**Cambiar en la medida de lo posible el uso de azúcar refinada, por mascabado o piloncillo; sustituir los refrescos embotellados por aguas frescas; disminuir el consumo de grasas y cambiarlas por aceites vegetales, como el de uva, coco, almendra, entre otros, que también aportan sabores nuevos."**

**No permanecer más de una hora sentados y hacer ejercicios con nuestro propio peso, como subir escaleras o pasear al perro mínimo 20 minutos al día."**

**Comer pasta una vez por semana y tres frutas diarias, una en el desayuno y las otras dos como colación a mediodía y a media tarde; ingerir dos litros de agua repartidos en el día... y lo más importante: ¡evitar ayunos prolongados!**

**Debemos aprender a leer las etiquetas de los productos antes de comprarlos; evitar dietas restrictivas y elegir el estilo de alimentación que mejor se acomode a nuestros gustos y necesidades. Esto garantiza que nos apeguemos a él y obtengamos buenos resultados."**

Dejarme callada es un mérito, y esta mujer y sus conocimientos en materia de nutrición lo lograron. Sígala en Facebook como **Nutri Place** y en una de esas nos encontramos en su consultorio.

 veronicapalafox@gmail.com

 **BÚSCAME EN FACEBOOK**  
Tenemos Mucho Que Decir

POR: SAMUEL PALACIOS • IMÁGENES: CARLOS SORIA

# CRUJIENTE tentación



## ***Buñuelos Inc. le da un giro a este tradicional postre con dulces combinaciones***

### **Ciudad Juárez.-**

**E**l clima frío se niega a abandonar la ciudad, y con ello los antojos propios de la temporada: un aromático café o una taza de chocolate calentito. Y qué mejor que acompañar esas bebidas con un postre redondo, crujiente, cubierto de azúcar y canela: un buñuelo. Si bien su origen es extranjero, en México, y particularmen-



te en Ciudad Juárez, les hemos dado un giro más sabroso.

Para entender cómo es que podemos disfrutar de los buñuelos, es necesario viajar en el tiempo, específicamente a la época colonial de la Nueva España. Por ese entonces, la población ya disfrutaba de buñuelos, pero distaban mucho de los que conocemos actualmente. El platillo tiene su origen de la fusión de las cultu-

ras árabe y española antiguas.

En ese entonces, el platillo se componía de bolitas de maíz rellenas de queso que se freían en aceite y se servían untadas de miel y cubiertas de semillas. En su llegada a México, la preparación cambió y se adaptaron a los ingredientes disponibles, además, la fritura se cambió a manteca en vez de aceite. El tiempo los cambió aún más.

La preparación de los buñuelos varía por región, por ejemplo, en Oaxaca se sirven remojados en miel servidos en un plato de barro (tepalcate), que al final se rompe para tener un buen augurio en la vida, de acuerdo con la tradición. En Ciudad Juárez, es común disfrutarlos espolvoreados con azúcar, canela y, dependiendo del lugar, con acompañamientos llamativos.

## Sabor familiar

**Juan Carlos Santiago** contó que la preparación de buñuelos es una herencia familiar, pretexto para convivir y reunirse en la cocina mientras preparaban la masa y demás ingredientes. Explicó que su tía y su padre lo instruyeron en la preparación, que podría pensarse que es sencilla pero tiene su grado de dificultad que pocos dominan.

Paulatinamente fue mejorando su técnica hasta perfeccionarla. En un principio no pensó que sus habilidades serían suficientes para montar un negocio y vender buñuelos al por mayor, hasta que: **“la tía de un amigo me hizo un pedido, se lo entregué, le gustaron y vi que a otras personas también (...) fue entonces que le puse más pasión a esto”**.

Como muchos otros proyectos, **Buñuelos Inc.** comenzó desde cero, con los materiales y herramientas básicas para su preparación. Poco a poco, ha buscado mejorar sus procesos y el resultado final: **“tener un establecimiento en cual tú puedas tener tu buñuelo y elegir el topping que quieras, casi, casi hacerlo tú mismo”**, de ahí el origen del nombre.

## La preparación

Juan Carlos explicó que para preparar la masa se requiere leche, harina, azúcar, huevo, sal y polvo para hornear. Las cantidades varían dependiendo del número de buñuelos que se quieran preparar. Reiteró que la preparación es artesanal: todo se hace a mano, por lo que pone un gran esfuerzo en la mezcla de los ingredientes.

Mientras hace la mezcla, ya puso a calentar el aceite en un contenedor mediano. Tiene que alcanzar una temperatura arriba de los 120 grados centígrados, cuando llega a ese punto, se sumerge el molde para que adquiera el calor, se retira del aceite y se pone la masa sobre él, después se vuelve a sumergir durante 10 segundos para que se despegue del molde. Finalmente, se deja dos minutos a freír para que se cueza perfectamente.

Este paso es sin duda uno de los más complejos: **“que no se te pegue, tienes que tener mucho cui-**



**dado, porque si el aceite está muy caliente no se va a desprender, al contrario, si está muy frío, solo se va humedecer y no se va a cocer”**, comentó Juan Carlos.

Los buñuelos se dejan escurrir en un contenedor para evitar que queden grasos y el aceite dé mal sabor, para luego cubrirlos con azúcar, canela, o chocolate. Una vez depurados, están listos para empacarse en una caja o en bolsitas con 10 piezas.

Las formas de los buñuelos varían gracias a los diferentes moldes, la mayoría inspirados en las fiestas decembrinas, pero no se limitan a esa época, pues Juan Carlos dijo que se pueden hacer moldes con cualquier diseño, su proveedor los puede entregar sin ningún problema.

## Su sello

**“La calidad y el sabor, son algunas de las características que nos han hecho saber nuestros clientes, nuestros queridos 'buñuelovers'. Yo cuidó mucho esta parte del aceite, si está aceitoso a la gente no le va a gustar”**.

### ¿Dónde encontrarlos?

Buñuelos Inc.  
Calle Pedro Rosales de León  
#7515, frente a Poliplaza  
**Horario:**  
Lunes a Domingo  
De 9:00 am a 8:00 pm

Juan Carlos, junto con su amigo **Alberto**, preparan semanalmente hasta 300 buñuelos. La preparación y el trabajo diario no ha sido lo más difícil, sino tomar la decisión de lanzar y emprender un negocio donde quedaran demostradas sus habilidades y conocimientos.

No importa la época del año, los buñuelos se pueden disfrutar en toda ocasión. Esa sensación crujiente es inigualable, y la explosión de sabor es aún más grandes si se agregan toppings como leche condensada, cajeta, caramelo, miel de maple o chocolate hershey.

 [samuel.palacios@radionet1490.com](mailto:samuel.palacios@radionet1490.com)

 **BUSCA ESTE CONTENIDO EN VIDEO**  
netnoticias.mx

# NO TODO ES “ÉCHALE GANAS”

POR: STEPHANIE TORRES

*El apoyo de un especialista y los medicamentos correctos son la respuesta a la depresión y ansiedad*

## Ciudad Juárez.-

**L**a salud mental es el estado completo de bienestar físico, mental y social; un balance entre estos tres lleva al individuo a realizar sus actividades diarias de manera óptima, de lo contrario, podría presentar algún trastorno mental; la ansiedad y depresión, los más comunes.

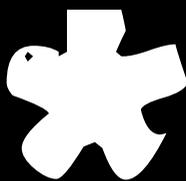
**Marisa Morales Cárdenas**, médica psiquiatra, resaltó que al menos el 19 por ciento de la población padece trastornos de ansiedad, mientras que otro 12 por ciento sufre de depresión. Esto equivale a la misma cantidad de pacientes diabéticos, explicó. En el caso de esquizofrenia y trastorno de bipolaridad, al menos una de cada 100 personas la padecen.

**“La depresión anda en una prevalencia muy alta de 12 por ciento, que equivale a la misma cantidad de pacientes que sufren diabetes. Entonces, si quisiéramos hacer un comparativo, el número de personas que tiene diabetes en México es la misma cantidad que sufren depresión, pero en su mayoría no acude al médico o no saben que la tienen”**, dijo la especialista.

Estos trastornos pueden reflejarse en cualquier punto de la vida, desde niños hasta adultos mayores. Morales Cárdenas resaltó que de cada tres pacientes, dos son mujeres.



**HAN INTENTADO QUITARSE LA VIDA**  
al menos en una ocasión



**La salud mental de la población juarense se encuentra seriamente comprometida, pues presenta indicadores de ansiedad significativa en el 29% de los varones y el 35 % de las mujeres.**

#### Factores que predisponen una enfermedad mental:

- **Biológicos.** Las personas que tienen familiares con dichos problemas poseen mayor riesgo de sufrir lo mismo.
- **Social.** El estrés, exceso de trabajo, problemas económicos, morales, es decir, situaciones externas que pueden afectar la vida cotidiana.
- **Emocional.** La forma en que cada persona asimila y enfrenta las situaciones estresantes, puede predisponerla o no a algún padecimiento.

#### Síntomas

Taquicardia, sudoración en las manos, angustia y desesperación, son algunos de los síntomas de ansiedad, a la cual se suma la pérdida de control de las emociones que puede afectar el desempeño laboral, las relaciones sociales y familiares. El sueño se ve afectado con insomnio y somnolencia.

Los síntomas cardinales de la depresión son: tristeza y anhedonia, es decir, la incapacidad para sentir placer. Estos pueden estar acompañadas por alteraciones en el apetito (exceso o nulo), alteración en el patrón del sueño, cansancio, fatiga y pérdida de interés por realizar actividades.

Cuando estas características se presentan por varios días, la mayor parte del tiempo y durante más de dos semanas, se considera oportuno que el paciente acuda a un especialista, quien puede recetar fármacos.

#### El tratamiento correcto

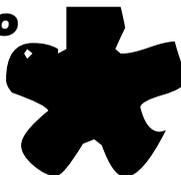
“Échale ganas” es una frase común que se le dice con frecuencia a quienes presentan los síntomas antes de ser diagnosticados. Aunque la intención sea buena, esto no resuelve nada. La atención de un especialista y el tratamiento correcto, así como la disposición del afectado para seguirlo, pueden dar buenos resultados.

Los fármacos antidepresivos se recetan a personas con ansiedad y depresión. Los medicamentos aumentan la concentración de serotonina a nivel neuronal, lo que deriva en una mejora en el estado de ánimo del paciente. Todos los antidepresivos tardan entre tres y cuatro semanas en hacer efecto.

“Los medicamentos antidepresivos no generan adicción”, agregó Morales.

La psiquiatra explicó que existen tratamientos alternativos para la depresión a quienes se resisten

**10% de los habitantes con carrera técnico profesional han presentado depresión**



a los medicamentos o que por su condición no pueden consumirlos, mujeres embarazadas, por ejemplo. Este consiste en la estimulación cerebral eléctrica o magnética mediante electrodos que se colocan en la cabeza del paciente, los cuales aumentan la producción de los neurotransmisores.

El tratamiento farmacológico se debe de fusionar con terapia psicológica durante un año: **“tienen que ir los dos de la mano, si no se realizan las dos cosas, va a ser muy frecuente que el paciente recaiga o que no se le quite la ansiedad y depresión por completo”**. Además, la especialista dijo que el tratamiento se debe acompañar de actividad física: 40 minutos de ejercicio hasta cinco días por semana.

Finalmente, Marisa Morales Cárdenas recomendó tomar en cuenta las cosas que sí se pueden hacer y las que no: no excederse en las actividades, pues esto desemboca en este tipo de patologías; llevar una buena alimentación y acudir al psicólogo para tomar mejores decisiones.

 [storres@radionet1490.com](mailto:storres@radionet1490.com)

 **BÚSCANOS EN FACEBOOK**  
RevistaNetMx

*\* Fuente: Indicadores de salud mental en la población de Ciudad Juárez, elaborado por María González, Alberto Castro y Elena Vidaña, investigadores de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ)*

# UN DÍA MÁS...

POR: JORGE FÉLIX

*¿Sabías que 2020 es año bisiesto?  
Descubre por qué se hace un  
ajuste cada cuatro años*



## Ciudad Juárez.-

**S**i sientes que el tiempo no te alcanza para hacer todas tus actividades planeadas, no te preocupes, este 2020 tiene un día más, ¡es año bisiesto!, por lo que febrero tiene 29 días. Este fenómeno ocurre cada cuatro años para corregir el desfase que existe entre la duración del año trópico (365 días, 5 horas, 48 minutos y 45.10 segundos) y el año del calendario gregoriano (365 días).

La expresión año bisiesto proviene de la frase en latín *bis sextus dies ante calendas martii*, que significa “repite el sexto día antes del primer día del mes de marzo”, y su origen se remonta al año 46 antes de Cristo.

### El año de la confusión

Transcurría el año 49 a.C. cuando el político y militar romano **Julio César** llegó a Egipto. En ese entonces, el calendario romano se encontraba con siglos de desfases debido a su imprecisión, por lo que el dirigente encontró en el calendario egipcio una mejor opción para medir el tiempo. Julio César delegó a **Sosígenes de Alejandría**, un astrónomo, matemático y filósofo, diseñar un nuevo calendario con la exactitud y a la altura del imperio que comandaba.

Sosígenes entregó al militar un calendario del año 48 al 46 a.C., basado en el calendario egipcio, pero conservando los nombres de los meses romanos. Este calendario tenía una duración de 365 días y un día extra cada cuatro años, esto para compensar el desfase natural producido por el movimiento no sincronizado de la Tierra en torno al Sol.

Para compensar los desfases ya acumulados, el nuevo calendario obligó al año 46 a.C. a convertirse en el más largo de la historia, con 445 días de duración, para después empezar “desde cero”. A este inusual año se le nombró año juliano o año de la confusión.

Este calendario fue oficial en Roma hasta 1582, cuando se comenzó a utilizar el gregoriano (el que actualmente utilizamos casi en todo el mundo), sin embargo en este todavía se aplica el año bisiesto.

Para considerar un año bisiesto como tal, este necesita cumplir con ciertos requisitos matemáticos:

- Es bisiesto si es divisible entre 4
- Pero no es bisiesto si es divisible entre 100
- Sí es bisiesto si es divisible entre 400

### ¿Qué se siente ser bisiesto?

A las personas que nacieron el 29 de febrero se les conoce popularmente como “personas bisiestas”, las cuales solo pueden celebrar un “cumpleaños real” cada cuatro años.

**“Es bastante normal para mí, pero a muchas personas siempre les parece gracioso que yo cumpla años cada 29 de febrero. Siempre es tema de conversación con aquellas personas que acabo de conocer, pero con mi familia ya es una tradición celebrarlo el 29 en año bisiesto y el 1 de marzo en los siguientes años”,** platicó **Alan Vázquez**, una persona bisiesta.

### Cada cuatro años

El año bisiesto se ha asociado con todo tipo de rituales y creencias alrededor del mundo, la mayoría de

ellas relacionadas con el matrimonio. Por ejemplo, en Grecia, algunas parejas tradicionalmente evitaban casarse en un año bisiesto porque se pensaba que esto traería mala suerte en el futuro matrimonio.

En Reino Unido, se le conoce al año bisiesto como aquel en el que las mujeres pueden proponer matrimonio a los hombres. Esta costumbre se popularizó en el siglo XIX, cuando se motivó a las mujeres a realizar dichas proposiciones a través de tarjetas postales.

La leyenda cuenta que el santo irlandés San Patricio emitió un decreto en el que otorgaba a las mujeres el derecho de proponer matrimonio a los hombres cada cuatro años.

En 2008, una profesora de secundaria en Maryland, Estados Unidos, propuso la “Revolución para no trabajar en día bisiesto”, pues argumentó que ese día se trabaja sin paga, ya que el salario anual es el mismo sin importar si se trata de año bisiesto o no.

Mientras tanto, en Europa existen campañas para que la gente done, participe o reúna fondos para una variedad de causas caritativas durante el 29 de febrero. En Francia existe un periódico llamado “La Bougie”, que solo saca su edición cada 29 de febrero.

Es así como el año bisiesto toma diferentes sentidos según el punto geográfico. Quienes llegan al mundo el 29 de febrero, suelen ser consideradas personas muy especiales. Para el resto, este día puede pasar desapercibido, pero otros lo toman como un día más que pueden aprovechar para completar sus actividades.

 [jorge.felix@radionet1490.com](mailto:jorge.felix@radionet1490.com)



**NIP: LOVE**

**Alcatraz**  
GYM 7 DAYS

f i y p

**12 MESES**  
**\$2499** pesos

**FULL ACCESS**  
Pago con suscripción en línea  
**EN WWW.ALCATRAZGYM.COM**  
o **\$2,999** pago en sucursal.

\*Aplican restricciones sujetas a sucursales en ciudad Juárez. Precio de la promoción \$2499.00 (dos mil cuatrocientos noventa y nueve pesos 00/100 Moneda Nacional). Vigencia: 29 de febrero del 2020.



# FITA

Social

## CHIHUAHUA



### XXIV FESTIVAL INTERNACIONAL DE TURISMO DE AVENTURA 2020

<b>SAUCILLO PLANO RACE</b> CICLISMO DE MONTAÑA 16 DE FEB. SAUCILLO	<b>18° ULTRAMARATÓN CABALLO BLANCO</b> ULTRAMARATÓN 29 DE FEB. AL 01 DE MZO. URIQUE	<b>TORNEO PRIMAVERA LAGO TORONTO</b> PESCA DEPORTIVA 07 Y 08 DE MZO. SAN FCO. DE CONCHOS	<b>5° DESAFÍO EL PEÑÓN DEL ÁGUILA MTB</b> CICLISMO DE MONTAÑA 08 DE MZO. CHIHUAHUA	<b>RUTA VILLISTA</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 13 AL 15 DE MZO. PARRAL	<b>105K MTB BATOPILAS RUTA MÁGICA</b> CICLISMO DE MONTAÑA 15 DE MZO. BATOPILAS
<b>TORNEO INFANTIL PESCA DE ORILLA</b> PESCA DEPORTIVA 21 DE MZO. ROSALES	<b>MAGUARICHI RUTA DE LOS GEISERES</b> PEDESTRE 28 Y 29 DE MZO. MAGUARICHI	<b>1er CONCURSO DE PESCA EN RÍO</b> PESCA DEPORTIVA 04 DE ABR. DR. BELISARIO DGUEZ.	<b>VENCEDORES DEL DESIERTO</b> CICLISMO DE MONTAÑA 05 DE ABR. DELICIAS	<b>XV CHIHUAHUA EXPRESS</b> RALLY DE AUTOS 23 AL 26 DE ABR. CHIHUAHUA, OJINAGA, MADERA, URIQUE	<b>NI UN PASO ATRÁS 4X4</b> VEHÍCULOS 4X4 01 AL 03 DE MAY. MADERA
<b>DEJANDO HUELLA</b> PEDESTRE 23 DE MAY. BOCOYNA	<b>PORTALES TRAIL RUN</b> PEDESTRE 24 DE MAY. CUAUHTÉMOC	<b>COMANCHE SANTA MARÍA MTB</b> CICLISMO DE MONTAÑA 31 DE MAY. DR. BELISARIO DGUEZ.	<b>RETO RARÁMURI MTB</b> CICLISMO DE MONTAÑA 06 AL 07 DE JUN. GUACHOCHI	<b>RUTA BIGOTES MTB</b> CICLISMO DE MONTAÑA 14 DE JUN. NVO CASAS GRANDES	<b>NONOAVA TRAIL RACE</b> PEDESTRE 21 DE JUN. NONOAVA
<b>CARRERA PEDESTRE MINA BUSTILLOS</b> PEDESTRE 27 DE JUN. AGUILES SERDÁN	<b>SANTA ROSALÍA EPIC</b> CICLISMO DE MONTAÑA 28 DE JUN. CAMARGO	<b>RUTA DEL CUERVO</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 02 AL 04 DE JUL. BOCOYNA	<b>15K SANTA ISABEL</b> PEDESTRE 05 DE JUL. GRAL. TRÍAS	<b>XXIV ULTRAMARATÓN DE LOS CAÑONES</b> ULTRAMARATÓN 10 AL 12 DE JUL. GUACHOCHI	<b>LA ONZA MTB, HIGH SIERRA</b> CICLISMO DE MONTAÑA 11 DE JUL. BOCOYNA
<b>XXV GRAN CABALGATA VILLISTA</b> CABALGATA 12 AL 19 DE JUL. PARRAL	<b>PICACHO EPIC</b> CICLISMO DE MONTAÑA 26 DE JUL. CUAUHTÉMOC	<b>RUTA SIERRA TARAHUMARA</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 29 DE JUL. AL 01 DE AGO. GUACHOCHI	<b>UNION BIKER FEST</b> MOTO CLUB 31 DE JUL. AL 02 DE AGO. CHIHUAHUA	<b>TRIATLÓN CROSS CREEL</b> TRIATLÓN 02 DE AGO. BOCOYNA	<b>TARAHUMARA VIP</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 05 AL 09 DE AGO. GUACHOCHI
<b>CHINACA ADVENTURE</b> CICLISMO DE MONTAÑA 09 DE AGO. MADERA	<b>CUSI TRAIL 21K &amp; 12K</b> PEDESTRE 09 DE AGO. CUSIHUIRIACHI	<b>RUTA DE LA MANZANA</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 13 AL 15 DE AGO. GUERRERO	<b>RUTA DE LA PLATA MTB</b> CICLISMO DE MONTAÑA 16 DE AGO. AGUILES SERDÁN	<b>RUTA DEL VENADO</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 20 AL 22 DE AGO. MADERA	<b>BARRANQUITA TRAIL RUN</b> PEDESTRE 22 DE AGO. BOCOYNA
<b>RUTA DEL HONGO</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 27 AL 30 DE AGO. BOCOYNA	<b>RETO BOQUILLA</b> CICLISMO DE MONTAÑA 29 AL 30 DE AGO. SAN FCO. DE CONCHOS	<b>W/KG</b> CICLISMO INDOOR 05 DE SEP. CHIHUAHUA	<b>TRIATLÓN LAGO COLINA</b> TRIATLÓN 06 DE SEP. SAN FCO. DE CONCHOS	<b>RUTA PAGUIMÉ</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 10 AL 13 DE SEP. NVO. CASAS GRANDES	<b>RUTA CARRETAZO</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 12 DE SEP. GRAN MORELOS
<b>RETO CUSI MANSANÍSIMA</b> CICLISMO DE MONTAÑA 13 DE SEP. CUSIHUIRIACHI	<b>4° ENCUENTRO RARÁMURI</b> ULTRAMARATÓN 15 DE SEP. BATOPILAS	<b>RUTA BARRANCAZO</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 17 AL 20 DE SEP. URIQUE	<b>RUTA SIERRA PIMA</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 25 AL 27 DE SEP. MADERA	<b>3er ROCKY SAN ANDRÉS FEST</b> MOTO CLUB 26 Y 27 DE SEP. RIVA PALACIO	<b>2° MARATÓN CICLISTA DE LA NUEZ</b> CICLISMO DE MONTAÑA 27 DE SEP. VALLE DE ALLENDE
<b>CHUPACABRAS 100K</b> CICLISMO DE MONTAÑA 09 AL 11 OCT. JUÁREZ	<b>MARATÓN INTERNACIONAL DE JUÁREZ</b> PEDESTRE 18 DE OCT. JUÁREZ	<b>RUTA 4 BARRANCAS</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 21 AL 25 DE OCT. GUACHOCHI, BATOPILAS, URIQUE, BOCOYNA	<b>COPPER CANYON ENDURANCE RUNS</b> ULTRAMARATÓN 27 DE OCT. AL 01 DE NOV. URIQUE	<b>DESAFÍO LA HUESUDA MTB</b> CICLISMO DE MONTAÑA 01 DE NOV. RIVA PALACIO	<b>XXIV CAMPEONATO NACIONAL DE RODEO</b> RODEO 03 AL 08 DE NOV. CHIHUAHUA
<b>ULTRA X</b> ULTRAMARATÓN 04 AL 14 DE NOV. BOCOYNA, URIQUE, BATOPILAS	<b>1er FESTIVAL NORTEÑO DE ESCALADA</b> ESCALADA 13 AL 16 DE NOV. DIVISADERO URIQUE	<b>10K NAMÚRACHI, 10ª EDICIÓN</b> PEDESTRE 15 DE NOV. SAN FCO. DE BORJA	<b>RUTA REVOLUCIONARIA COMANCHE</b> VEHÍCULOS ATV Y UTV 21 DE NOV. DR. BELISARIO DGUEZ.	<b>8ª CABALGATA GRAL. PORFIRIO TALAMANTES</b> CABALGATA 28 DE NOV. ASCENSIÓN Y JANOS	<b>MEOQUI TRAIL RUN</b> PEDESTRE 29 DE NOV. MEOQUI
					<b>ALDAMA BIKE POSADA MTB</b> CICLISMO DE MONTAÑA 06 DE DIC. ALDAMA

01 800 TURISMO  
(614) 442-3300 EXT. 23356  
[www.visitachihuahua.com](http://www.visitachihuahua.com)



SECRETARÍA DE INNOVACIÓN Y DESARROLLO ECONÓMICO

¡Ah Chihuahua!



# Revalidación Vehicular 2020



SECRETARÍA  
DE HACIENDA



## ¡EVITA FILAS!

### ¡APROVECHA LAS DIFERENTES ALTERNATIVAS DE PAGO!

Paga la revalidación vehicular con cualquiera de estos métodos:



En tiendas de conveniencia y establecimientos comerciales:

• Oxxo • Walmart • S-Mart • Extra • Alsuper • Sam's • Del Río



Acude a la institución bancaria de tu preferencia, con pago referenciado en:

• BBVA • Banregio • Santander • Banorte • Banbajío • Scotiabank

\* La referencia bancaria se imprime previamente desde el Portal iPagos, **no lo olvides**, para presentarla al momento de acudir al banco.



A través del Portal iPagos o descarga la app 'Chihuahua Pagos'

\* Pago exclusivo con tarjeta de crédito o cheque en línea.

[ipagos.chihuahua.gob.mx](http://ipagos.chihuahua.gob.mx)



Para más información de como realizar alguna de estas alternativas, visita el sitio web de Gobierno del Estado:

[www.chihuahua.gob.mx](http://www.chihuahua.gob.mx)

# Enciende tu corazón



Amigo Kit

Sin Límite



Minutos y Mensajes  
**Sin Límite**

Además

Claro-drive

Claro-juegos

Claro-video

Claro-música



Telcel la mejor Red con la mayor cobertura

1) El uso de las aplicaciones Facebook, Messenger, Twitter, WhatsApp, Instagram y Snapchat se encuentra sujeto a la Política de Uso de Redes Sociales incluidas disponible en [www.telcel.com/redessociales](http://www.telcel.com/redessociales). APLICA ÚNICAMENTE PARA USUARIOS CON ESQUEMA DE COBRO AMIGO SIN LÍMITE EN RECARGAS DE \$100 O MÁS EN UNA SOLA EXHIBICIÓN Y PARA USUARIOS AMIGO DE TELCEL QUE ACTIVEN UN PAQUETE AMIGO SIN LÍMITE 100 O MAYOR. NO ESTÁ INCLUIDO: a) La carga, descarga y función para compartir contenidos fuera de las aplicaciones incluidas; b) El direccionamiento a cualquier liga (link) o URL fuera de las aplicaciones incluidas; c) El servicio de llamadas y video llamadas; d) La transmisión de video en tiempo real "Live Video Streaming", y la reproducción en tiempo real a manera de espectador; e) Compartir o consultar una ubicación, y f) Cualquier funcionalidad no señalada como incluida. 2) Los minutos y mensajes de texto (SMS) ilimitados se encuentran sujetos a la Política de Uso de Servicios Sin Frontera disponible en [www.telcel.com/sinfrontera](http://www.telcel.com/sinfrontera) y a la Política Antifraude en el Uso de Servicios Ilimitados disponible en [www.telcel.com/politicaantifraude](http://www.telcel.com/politicaantifraude). NO APLICAN PARA ENVÍO DE MENSAJES A MARCACIONES CORTAS NI PARA LA PARTICIPACIÓN EN TRIVIAS, JUEGOS O CONCURSOS. LOS MINUTOS NO APLICAN PARA LLAMAR A MARCACIONES CORTAS O DE COBRO REVERTIDO (800 O 900) NI A NÚMEROS SATELITALES. 3) Amigo Kit incluye las aplicaciones Claro Drive, Claro Juegos, Claro Video, Claro Música, Contestone y Aprende preinstaladas y listas para usarse. EL SERVICIO DE ÉSTAS APLICACIONES NO ESTÁ INCLUIDO Y REQUIEREN DE UNA CONEXIÓN DE DATOS ACTIVA Y, EN SU CASO, DE UNA SUSCRIPCIÓN CON COSTO. Consulte precios de suscripción, términos, condiciones y restricciones dentro de la correspondiente aplicación o en [www.clarodrive.com](http://www.clarodrive.com); [www.clarovideo.com](http://www.clarovideo.com) y [www.claromusica.com](http://www.claromusica.com). Imágenes ilustrativas y para ejemplificación. Equipos sujetos a disponibilidad en punto de venta. Consulte precio de los equipos en Amigo Kit en [www.telcel.com](http://www.telcel.com), Centros de Atención a Clientes o Distribuidores Autorizados Telcel. Válido a nivel nacional al 29 de febrero del 2020. LOS SERVICIOS DE TELECOMUNICACIONES OFRECIDOS POR TELCEL SE PRESTAN CON BASE EN LO ESTABLECIDO EN LOS LINEAMIENTOS QUE FIJAN LOS ÍNDICES Y PARÁMETROS DE CALIDAD A QUE DEBERÁN SUJETARSE LOS PRESTADORES DEL SERVICIO MÓVIL vigentes. Registro Público de Telecomunicaciones: Folios 252070, 252071, 252072, 252073, 252074, 252080, 252081, 252101, 252102 y 252103.