



Héroes de la pandemia



¡Regálale a Papá un Telcel!

visita www.telcel.com/tienda

¡Y que vea sus series favoritas en su nuevo smartphone!



iPhone 11 PRO MAX 64GB

SAMSUNG GALAXY NOTE10+

SAMSUNG GALAXY S20 ULTRA

13 MSI con tarjetas bancarias participantes



Envío a domicilio **SIN COSTO**

Telcel la mejor Red con la mayor cobertura



En Amigo Kit la línea se activará con el Esquema de Cobro elegido por el usuario al momento de la compra del Equipo. Imágenes ilustrativas. Información sobre 4G LTE en www.telcel.com/4GLTE. Información sobre GigaRed en www.telcel.com/gigaread. Información de Amigo Kit y esquema de cobro Amigo Sin Límite en www.telcel.com, Centros de Atención a Clientes, Distribuidores Autorizados Telcel y Cadenas Comerciales participantes. Válido en toda la República Mexicana excepto CDMX, Estado de México, Hidalgo y Morelos. Promoción válida a nivel nacional, excepto en CDMX, Edo. de México, Morelos e Hidalgo. Vigencia al 30 de junio del 2020.



SÍGUENOS EN



Del Rio Mx



www.delriosa.com

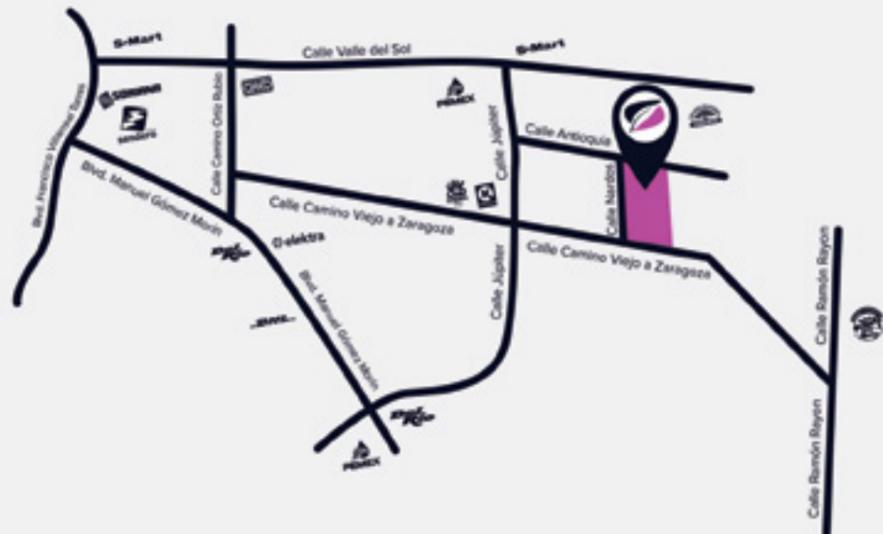
Evita el exceso



UN HOGAR QUE SE DISFRUTA



EN NUESTRO RESIDENCIAL ENCONTRARÁS:



Fraccionamiento privado.

Cámaras de vigilancia y acceso controlado en caseta de seguridad.

Bardas perimetrales.

Cerco electrificado.

Ubicación privilegiada en zona de alta plusvalía.

Parques equipados con juegos infantiles y cancha de fútbol.

 Calle Nardos No.1795 esquina con Camino Viejo a Zaragoza

 (656) 411.25.57

  Enalte Desarrollos



04

ENTREVISTA

Del sermón a la acción

14

DE INTERES

De niños problema a niños genio

16

DE PORTADA

Héroes de la pandemia

28

ESPECIAL

Viviendo la vida virtual

34

SALUD

Descubre el "mundo yogui"



DIRECTORIO

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

REVISTA NET

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

Colaboradores

Adrián Macías
Ruth González
Stephanie Torres
Verónica Palafox
Carlos Soria
Juan Eleuterio Muñoz
Dinorah Gutiérrez
Jorge Félix
Mónica Delgado
Karuna Rivera

Fotografía

Carlos Soria
Pedro de la Paz
Jazmin Hernández
Woné Vidaña

Portada

Fotografía: Pedro de la Paz
Edición: Adriana Baca

RADIONET 1490AM **netnoticias.mx**

NET Información Total Edición #151. Junio 2020. Editor Responsable Alejandro Velasco. Certificado de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2017-040410404400-102 otorgado por el Instituto Nacional de Derechos de Autor. Certificado de Licitud de Título No. 04-2017-022310490100-01. Certificado de Licitud de contenido 11639 de fecha 8 de mayo del 2008, otorgado por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. PNM: 28/04/2017, registro en el Padrón Nacional de Medios Impresos. Domicilio de la Publicación: José Borunda 1178. Partido Romero. Código Postal 32030. Ciudad Juárez, Chih. México. Imprenta: Carmona Impresores SA DE CV. Blvd Paseo del Sol No. 115. Col jardines del Sol. Código Postal 27014. Torreón, Coah. México.

ENTREVISTA

Del SERMÓN a la acción

El pastor Juan Fierro ha dado refugio a casi 2 mil migrantes

✉ adrian.macias@radionet1490.com

📌 BÚSCANOS EN FACEBOOK
RevistaNetMx

“Seguiré en esto hasta que el señor me llame o me ponga otra misión, él es el que manda”

Pastor Juan Fierro, director del albergue de migrantes El Buen Samaritano

como África, Europa, Asia y países de Centroamérica”, narra el pastor, quien hace una pausa en la plática para suspirar mientras llegan a su mente los recuerdos.

“Tuvimos gente se Irak, Turquía, El Senegal, Sudáfrica y de varios países de América”, apuntó.

¿Y su familia lo apoya, su esposa está de acuerdo, a pesar de que esta labor lo consume?

—Fíjese que sí, ella está conmigo, al principio yo iba a la casa casi nada más a dormir, hasta que hablé con ella y decidió venir conmigo, también ella sirve a Dios en este refugio.

¿Sólo usted y su esposa atienden el albergue?

—Hace más de un año que dos hermanos, un matrimonio que no tiene niños chiquitos, nos están apoyando, ahora vivimos aquí y entre todos atendemos a nuestros hermanos refugiados, comenta sonriente el pastor Juan Fierro.

¿En algún momento el cansancio le ha hecho pensar en renunciar

a este trabajo y dejar la dirección del refugio?

—Cansancio sí lo he sentido, pero esto es algo que disfruto, me gusta ayudar a las personas y me gusta servir a Dios.

Tengo muy presente esos dos mandamientos: Amarás a tu Dios por sobre todas las cosas, con toda tu mente y con todo tu corazón y amarás a tu prójimo como a ti mismo, partiendo de ahí, yo sé que aquí me tiene el señor y él es quien nos ayuda y nos pone todos los medios.

El trabajo no ha sido fácil, en algunos momentos ha escaseado el alimento, ropa y demás insumos indispensables para las personas, no obstante, la ayuda llega de varios lugares.

Fierro García, detalla que actualmente reciben el apoyo del gobierno, tanto estatal como federal, pero igual ocurre con organismos civiles de ambos lados de la frontera.

“El mismo Obispo Católico de El Paso donó 5 mil dólares a nombre de la Diócesis, y todavía nos apoya. Lo mismo la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) y varios organismos gracias a Dios”, resalta. ▶

POR: ADRIÁN MACIAS
IMÁGENES: CARLOS SORIA

Un encargo que se aceptó con ciertos temores, se convirtió en un modo de vida, en un ejemplo de ayuda al prójimo y de fe, señala el pastor **Juan Fierro García**, quien desde hace un año y siete meses ha recibido a mil 700 migrantes en el albergue *El Buen Samaritano*.

En el otoño de 2017 recibió la notificación por parte de la Iglesia Metodista de México, que se haría cargo del templo *El Buen Pastor*, en el que había un pequeño albergue

que estaba cerrado desde hacía tres años y apenas tenía capacidad para 30 personas.

El sitio solo contaba con un espacio amplio para las camas, un solo baño y solamente se daba refugio a hombres, es decir, no aceptaban a mujeres, niños, ni mucho menos familias completas.

Pero, el verdadero reto estaba por llegar, porque tan sólo un año después, el 28 de octubre de 2018 entró a México la primera caravana de migrantes centroamericanos que se dirigían a la frontera norte con Estados Unidos.

En noviembre de ese año se cal-

culaban en Juárez alrededor de 11 mil extranjeros, cuya cifra se incrementó en cuestión de semanas hasta el doble.

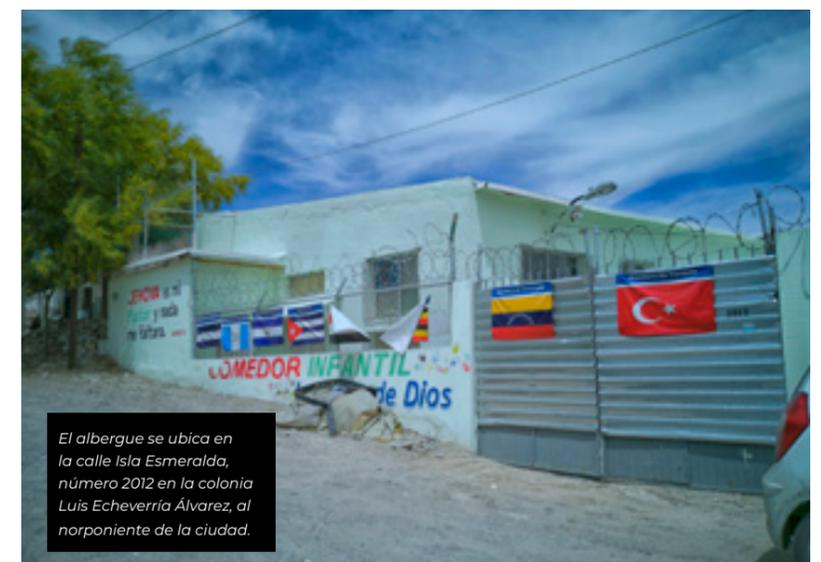
“Cuando recién hicimos la apertura de este albergue, el 24 de septiembre de 2017, únicamente teníamos espacio para 30 camas y podíamos tener hasta 40 personas máximo. Y, ahora sí que las circunstancias nos rebasaron”, dice.

“Con el tiempo, las caravanas empezaron a llegar al país y en pocos días aquí ya teníamos primero 30 personas y dijimos, los acomodamos como se pueda, pero al siguiente día llegaron otras 40, lue-

go 60 en un mismo día. Ahí sí que hicimos milagros para dar refugio a todos”, recuerda el pastor.

Con 60 años de edad, padre de cuatro hijas y abuelo de 10 nietos, pensó que tenía el tiempo para dedicarse a su labor como pastor y director del albergue, aunque también debía darle tiempo a su familia, lo cual, no ocurrió.

“Casi de inmediato este lugar se nos llenó, de poder recibir máximo 40, en poquitos días ya teníamos 260 personas. Desde entonces, hace casi dos años, hemos dado refugio a migrantes de 22 nacionalidades, de continentes



El albergue se ubica en la calle Isla Esmeralda, número 2012 en la colonia Luis Echeverría Álvarez, al norponiente de la ciudad.



“Tengo muy presente esos dos mandamientos: amarás a tu Dios por sobre todas las cosas y amarás a tu prójimo como a ti mismo”

Pastor Juan Fierro, director del albergue de migrantes El Buen Samaritano

En estos 19 meses de asistencia y de brindar refugio a cerca de 2 mil personas de casi todos los rincones del mundo, el religioso recuerda dos casos en particular que lo marcaron.

“Recuerdo muy bien un joven de 17 años que tenía cierto retraso porque su mentalidad era la de un niño de 7 años. Entonces, era muy acomedido, siempre andaba ayudándonos, pero sí me pregunté, qué irá a pasar con él, porque venía solo. No tenía familia en El Salvador, su país, y su mamá ya estaba en Los Ángeles, en Estados Unidos”, cuenta.

“Lo que se me ocurrió fue contactar a una organización inter-

nacional de ayuda a menores migrantes y sí, ellos vinieron hasta acá, ayudaron al joven. Ellos lo asistieron ante las autoridades de Migración, contactaron a la mamá. A los pocos días se lo llevaron y los de la organización lo acompañaron en el avión, hasta reunirlo con ella. Aún no logran el asilo, están en pleno proceso, pero al menos están reunidos”, relata.

Surgió otro caso de una mujer originaria de África, quien perdió la vida a los pocos días de estar en resguardo en El Buen Samaritano.

“Era una mujer joven, duró algunos días muy bien, de

repente se empezó a sentir mal. La llevamos al Hospital General, la dieron de alta y regresó al albergue, pero de nuevo recayó y tras algunos días sin poder levantarse falleció”, relata.

“A todos los que trabajamos aquí nos marcó, porque además es el único caso en que un refugiado se nos muere y ojalá que no ocurra otra vez, es una situación muy triste”, lamenta.

Actualmente con las restricciones generadas por el coronavirus, los migrantes están en total resguardado, ni siquiera salen a trabajar por su seguridad.

Las autoridades limitaron el cupo en los albergues a 75 personas para evitar contagios y por ese motivo en El Buen Samaritano no está aceptando a más. Extremaron las medidas de cuidado, tampoco aceptan visitas.

Además los jueces de Migración de Estados Unidos mantienen suspendidas las audiencias para los solicitantes de asilo y en general todos los servicios a consecuencia del Covid-19.

Mientras tanto en el albergue El Buen Samaritano, los migrantes empiezan a mostrar desesperación, están confinados, no pueden salir, cuentan únicamente con el dinero que les envían sus parientes, no a todos, y los invade la desesperanza al saber que el gobierno americano inició con la deportación de migrantes solicitantes de refugio.

“Las cosas cada vez se ponen más difíciles, el panorama para todos ellos es muy complicado, es muy reducido el número de quienes obtienen el refugio en Estados Unidos, la gran mayoría han sido deportados a sus países de origen”, dice preocupado el pastor.

“Me da gusto cuando varios nos llaman para decirnos que ya lograron el asilo, que incluso ya están trabajando allá. Tenemos la anécdota de que a mi esposa y a mí nos dicen papá o mamá. Ellos nos ven como sus papás adoptivos y nosotros como nuestros hijos, porque de esa manera aprendimos a quererlos, como si fueran nuestros hijos”, destaca.

“Seguiré en esto hasta que el señor me llame o me ponga otra misión, él es el que manda”, asegura. 

educación que TRANSFORMA vidas



FRENTE A LA PANDEMIA, LA UACJ APOYA AL SECTOR SALUD

A la par del trabajo que implicó trasladar la enseñanza al escenario virtual, la comunidad universitaria se propuso apoyar a diferentes sectores de la sociedad durante la crisis por el COVID 19.

Docentes, alumnos y personal administrativo dieron lo mejor de sí para aportar diversos material e insumos al sector salud

20
Laringoscopios

10
Ventiladores

100
Piezas para sujetar las correas de los cubre bocas

600
Cápsulas de aislamiento

10,600
Cubre bocas sencillos

1000

Mascarillas de poliuretano tipo N95

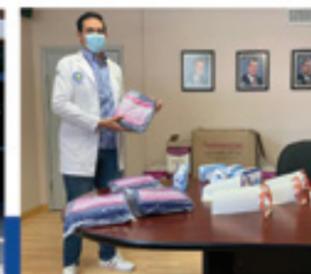
1000

Caretas protectoras para el rostro

La fabricación de estos materiales se realizó en las instalaciones del IIT con 20 impresoras 3D.

¡Gracias a los universitarios por este esfuerzo adicional!

SOMOSUACJ



Economía Colaborativa

POR: JUAN ELEUTERIO MUÑOZ

 juanemunozrivera@gmail.com

Tal vez hayas escuchado acerca de la *economía colaborativa* (sharing economy), *economía entre pares* (peer-to-peer economy) o *economía de plataformas* (platform economy), todas expresiones que designan a una nueva tendencia económica que, con el reajuste económico que está sufriendo el mundo entero por los efectos del Covid-19, tendrán una mayor demanda.

Imagina que un domingo en tu casa, a medianoche, descubres una fuga de agua en el baño. ¿De dónde sacas un plomero a esas horas? Imposible... ¿cierto? Lo que no sabes es que a 10 minutos vive uno que está dispuesto a ayudarte. Pero no saberlo es como si no existiera.

Entonces, ¿por qué no tener un sistema de geolocalización que te lo dijera... que te dijera que a 10 minutos vive un plomero dispuesto a asistirte, y, que el mismo sistema le dijera al plomero, que a 10 minutos hay un cliente dispuesto a pagarle? Bueno, pues eso es precisamente lo que resuelve la "economía colaborativa" a través de aplicaciones y de telefonía celular: conectar gente que busca "algo" con gente que ofrece "algo".

La cantidad de bienes y servicios que pueden imaginarse en este esquema es literalmente infinito: desde comida casera y chefs privados, hasta maquinaria pesada, manicure, clases de francés, chóferes privados, tintorerías, empleadas domésticas y alojamiento.

Desde luego que esto no es nuevo en la economía: los intermediarios han existido desde que nació el capitalismo. La diferencia es la enorme eficiencia y precisión con la que —por medio de aplicaciones y programas de computo con complejos algoritmos que estiman flujos, necesidades y volúmenes de manera casi instantánea— la tecnología lee e

interpreta la cantidad y los ciclos de oferta-demanda de ciertos bienes y servicios.

Características de la economía colaborativa:

- **Muchas personas que necesitan algo, pero desconectadas entre sí.** Por ejemplo: necesidad de desplazarse a lugares en los que no hay transporte público, o habiéndolo no tiene flexibilidad de horarios o tiene un costo elevado (Uber, DiDi, etc). Necesidad de alquilar un apartamento en una ciudad a un costo razonable, pero solo durante unas horas de paso (Airbnb). Comprar un objeto descatalogado que ya no está disponible en las tiendas convencionales. Contratar a un profesional para una tarea muy concreta, pero que puede realizar a distancia alguien al otro lado del mundo (Fiverr).

- **Personas que tienen habilidades o bienes que les gustaría poder aprovechar mejor para obtener un rendimiento de ellos.** Por ejemplo alguien que va a hacer un viaje a un lugar lejano y al que le sobran tres plazas en su coche y no le importaría viajar acompañado (Bla-Bla Car). Un propietario de un apartamento en una ciudad a la que solo acude un mes al año. Un particular que tiene objetos antiguos de los que se quiere deshacer o darlos a quien aprecie su valor. Un buen diseñador web que vive en un país en desarrollo y al que le faltan clientes.

- **Una plataforma que a través de Internet conecte a los dos anteriores. Puede ser una página web o una aplicación para dispositivos móviles.** Hay unos profesionales que mantienen en funcionamiento este instrumento y establecen reglas y garantías sobre cómo se han de intercambiar los productos y ser-

vicios, cobrando una comisión por ello. Alrededor de esa plataforma se crea una comunidad de usuarios en la que se intercambia información, experiencias y son distinguidos los que prestan un buen servicio y son merecedores de confianza. En la misma aplicación se establecen calificaciones de los usuarios y sistemas de pago propios.

Tipos:

- **Consumo colaborativo:** Utiliza plataformas digitales a través de las cuales los usuarios se ponen en contacto para intercambiar bienes o artículos, casi todos de forma gratuita y altruista.
- **Conocimiento abierto:** Son todas aquellas modalidades que promueven la difusión del conocimiento sin barreras legales o administrativas.
- **Producción colaborativa:** Se trata de redes de interacción digital que promueven la difusión de proyectos o servicios de todo tipo.
- **Finanzas colaborativas:** Microcréditos, préstamos, ahorros, donaciones y vías de financiación se incluyen en este subgrupo de la economía colaborativa.

Beneficios:

- El ahorro
- Desarrollo sostenible
- Gestión de recursos
- Mayor oferta

Ahora que estamos "encerrados"; o deberíamos estarlo, o que posiblemente hemos perdido o estamos en riesgo de perder nuestro trabajo, o que estamos pensando en cómo darle un giro a nuestro negocio, este tipo de economías nos deben dar una muy buena idea de hacia dónde irán los negocios después de la pandemia. Espero que esta información les sea de utilidad. 



LLEVA EL SABOR DE TU
BEBIDA PREFERIDA

ASÍ ES MI STARBUCKS

ATRÉVETE A EXPERIMENTAR



STARBUCKS
PASEO TRIUNFO

DECOLOR

DRAG QUEEN

entre el glamour y la aceptación

Estilo de vida e inspiración cobra auge en esta frontera y el mundo

carlos_soria@radionet1490.com

BÚSCANOS EN FACEBOOK | RevistaNetMx

POR: CARLOS SORIA
IMÁGENES: JAZMÍN HERNANDEZ

Para algunos hablar de *Drag Queen* es hablar de liberación y búsqueda de la felicidad, en los últimos años se le ha dado identidad a las personas que han tomado esto como un estilo de vida e inspiración.

La palabra **DRAG** surge del acrónimo "dressed as girl" y es como se denomina a una persona que interpreta y crea un personaje con características andróginas, entonces al ser *Drag Queen* no se busca representar a una mujer, sino una entidad con rasgos físicos muy marcados, vestuario extravagante y personalidad propia.



Día Internacional del Orgullo LGBT

El movimiento Drag ha sido utilizado, en la última década, como estandarte de la comunidad LGBTTTIQ para manifestar la libertad y esencia por la que se ha luchado desde finales de los 60s. Se tienen registros de que fue **Marsha P. Johnson**, una mujer trans y Drag Queen, quien inició el movimiento del orgullo de la comunidad.

Esta lucha y manifestación ha promovido la creación de varias organizaciones y frentes a nivel internacional en pro de los derechos LGBTTIQ con la intención de lograr la igualdad y dignificación de la comunidad, una comunidad que poco a poco va dejando atrás los estigmas y ganando respeto.

Esta fiesta tiene lugar el 28 de junio, día en el que se conmemoran los disturbios de Stonewall (Nueva York, Estados Unidos) de 1969, que marcaron el inicio del movimiento de liberación homosexual.

Aunque se tienen registros, según **VOGUE**, de que el movimiento drag surgió en los años 50 en Reino Unido, ha sido en los últimos años en los que el concepto ha cobrado mayor fuerza, tanto en el mundo del espectáculo como en la sociedad.

Esta aceptación recae en la popularidad de uno de los reality shows más vistos en la última época: *RuPaul's Drag Race*, el cual ha dignificado el trabajo y arte que va detrás del movimiento.

Fue en el año 2009 cuando se lanzó por primera vez el programa de talento donde artistas drags se enfrentan, en diferentes pruebas, por ver quién es la mejor.

Pronto se colocó como uno de los más exitosos por sus niveles de audiencia y aceptación, desde

entonces se han producido un total de 12 temporadas regulares, una serie de especiales, la versión Británica y otra más en Canadá.

Este programa de televisión ha dado fama y reflector a varias artistas del mundo Drag, llevándolas a la escena del espectáculo internacional e incluso a ser protagonistas de

sus propias historias que han inspirado a muchos a salir del anonimato y convertir el *Drag Queen* en su estilo y forma de vida.

Es el caso de **HuntyyB**, una joven y artista local que desde hace 7 años adoptó este camino de glamour y misticismo como su estilo de vida, con el cual se ha realizado tanto personal como profesionalmente.

"Para mí el drag ha sido una extensión de ser quien soy, me conflictúa mucho eso de crear un personaje, porque al final soy yo, con peluca y vestuario, pero sigo siendo yo. La inquietud siempre estuvo ahí, entonces soy yo", dijo en entrevista para **RevistaNet**.

HuntyyB

"Cuando empecé a hacer drag, hace 7 años, no imaginé que sería mi estilo de vida. A mí siempre me han llamado la atención las muñecas y la moda, por eso adopté el nombre de HuntyyB, en referencia a las Barbies y a la modelo de los 60's Twiggy", comentó.

Para lograr obtener el reconocimiento del público fronterizo las cosas no han sido fáciles, ella está consciente de que la pasión y el respeto con el que hace su trabajo la ha puesto en un lugar privilegiado, sin embargo también reconoce a quienes estuvieron antes que ella.

"Yo le agradezco a las drags de antes, a las que lucharon por un lugar, a las que abrieron el

camino a las de ahora. También creo que las redes sociales tienen un papel importante en la aceptación de hoy para con las drags", consideró HuntyyB.

La llamada "Muñeca del Norte", como también se le conoce, está orgullosa de su origen, de esta mezcla de dos culturas que amalgaman a la perfección lo mejor de Estados Unidos y México, y que representa con mucho gusto.

"Me gusta siempre salir y que me digan que soy de acá, por eso regularmente uso botas, tejana como ícono de Texas y del norte de México", dijo la artista.

HuntyyB mencionó que lo mejor de su trabajo es poder inspirar a quienes como ella han tenido un sueño y llegar a ser quien quieren ser, y agradeció ese papel tan importante que le han dado algunos al tomarla como ejemplo.

Pronto veremos a HuntyyB como una de las participantes de la tercera temporada del reality mexicano *La Más Draga* en redes sociales.

Ser *Drag Queen* no solo va con el maquillaje, vestuario y zapatos, este movimiento representa a quienes han sido valientes al salir al mundo a ser quienes quieren ser y representar orgullosamente a una parte de la comunidad LGBTTI dándoles voz y cuerpo. **N**

La palabra **DRAG** surge del acrónimo "dressed as girl" y es como se denomina a una persona que interpreta y crea un personaje con características andróginas

Sigue a **HuntyyB** en redes sociales @huntyyb



NUESTRO ORGULLO

SANGRE de mariachi

**José Genaro Barraza
lleva en las venas la
música del género
tradicional mexicano**

monica_delgado@radionet1490.com

BÚSCANOS EN FACEBOOK
RevistaNetMx

POR: MÓNICA DELGADO
IMÁGENES: CORTESÍA

Con 29 años de edad, **José Genaro Barraza**, ha podido emprender en el mundo de la música mexicana motivando y guiando a jóvenes que se sienten atraídos por uno de los géneros más representativos del país.

Su empeño y dedicación le han rendido frutos, pues ahora se desempeña como director del Mariachi del Tecnológico de Ciudad Juárez, además de ser productor y arreglista musical.

Su experiencia le ha permitido hacer colaboraciones para diferentes agrupaciones locales, entre los que resalta el mariachi Los viajeros, sin demeritar que es uno de los primeros integrantes de la **Fundación Cultural del Mariachi** con sede en la Ciudad de México.

También crea e imparte talleres para jóvenes provenientes de varias partes del país y

“Portar un traje charro para mí es un honor, pues es el mismo que representa una tradición y posiciona la identidad cultural de los mexicanos...”

del extranjero, quienes han podido consolidar su carrera.

“Pepe” como es conocido por sus compañeros, maestros y amigos, recibió el cargo de director del Mariachi de la Ciudad, el cual promueve la música de este género de una manera profesional, responsable y digna.

Su gusto por ella comenzó a los 13 años, cuando era estudiante de secundaria. Al tener que elegir una materia extracurricular, se inclinó por el taller de música de mariachi, donde fue recibido por el maestro **Jesús Fernando González Olague**.

Al tener su primer contacto con una guitarra y luego por el guitarrón, fue que el ahora director reconoció que el traje de charro sería parte de su vida profesional y personal.

“Portar un traje charro para mí es un honor, pues es el mismo que representa una tradición y posiciona la identidad cultural de los mexicanos, es verdaderamente un gusto, un honor sentirme arropado con esta vestimenta”, expresó el mariachi.

La música de este género logra tener una conexión profunda de quien la interpreta con quien la está escuchando, transportándolo aún más allá de las notas musicales.

Es claro que el camino no ha sido fácil, pues de entrada la mayoría de las veces las familias no comparten el mismo gusto, reprimiendo la intención de quienes se sienten atraídos por esa música tradicional.

Para José este no fue el caso, pues sus padres fueron pieza fundamental para su carrera como músico, dándole el libre albedrío de elegir y llegar junto a sus instrumentos y traje de charro hasta donde se lo propusiera.

Su inicio en el camino musical comenzó de manera profesional a los 17 años, cuando se le dio la oportunidad y confianza para desempeñarse dentro de una de las agrupaciones más emblemáticas de la ciudad.

José explicó que la música del mariachi está cimentada erróneamente por las personas como un oficio que se aprende sobre la marcha y no como una vocación, sin embargo él no se limitó a esta creencia, al contrario sintió la necesidad de buscar quién lo guiara

para llegar a sus metas.

Es ahí donde aparece el maestro **José Hernández**, músico del género heredado por su familia desde el siglo XIX y ejemplo a seguir de Genaro, pues él le dio un significado más contundente a la música del mariachi haciéndola respetar en los Estados Unidos a base de estudios, dedicación y esfuerzo.

Una vez que se forja una carrera basada en estudios, talleres, especializaciones además del empeño e intención por mejorar, es complicado que los mismos colegas lo acepten, pues no es bien visto, creen que se pretende cambiar la manera en que las cosas se han realizado durante años.

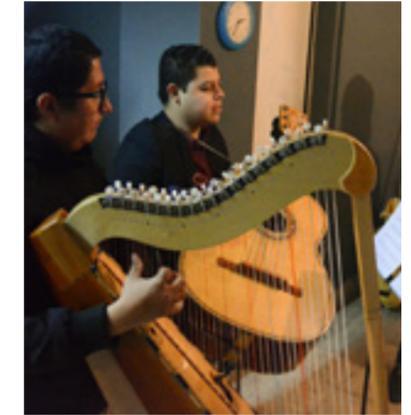
Fue en el 2017, que se le hace la invitación a participar en un ensamble de carácter monumental, mismo donde participan varios grupos de mariachi para tocar una obra, en donde el objetivo era formar parte del grupo en el que ahora imparte talleres.

Al convocar a los músicos más importantes de la Ciudad de México, con la intención de tocar una composición que se hizo especialmente para el evento, José Genaro Barraza fue el único juareense seleccionado y considerado para ocupar uno de los lugares para interpretar la *Rapsodia, para un mariachi*.

Es hasta la fecha que se ha podido hacer acreedor de relaciones importantes dentro el gremio del mariachi, dándole la oportunidad de seguir creciendo profesionalmente además de poder compartir con sus alumnos y compañeros las

técnicas para perfeccionar lo que por años ha caracterizado a México en el mundo.

Como músico, alumno, maestro y director, Genaro solicitó a los jóvenes que se sienten atraídos por la música tradicional mexicana a que se preparen, en lugar de tomar el camino fácil, evitando llevar esta tradición de una manera informal, pues podría quebrantarse y perder lo que por generaciones se ha consolidado. **N**



José Barraza reconoce esta obra como música nacionalista donde representa los sonidos mexicanos a través de la orquesta sinfónica haciendo énfasis en ritmos autóctonos del pueblo de México. **“Rapsodia, Los sonidos de mi tierra”** ya se encuentra en las diferentes plataformas de música como Spotify.



DE INTERÉS

De niños PROBLEMA a niños genio

Hay más menores superdotados de lo que se cree, sin embargo son mal diagnosticados

✉ storres@radionet1490.com

📄 BÚSCANOS EN FACEBOOK
RevistaNetMx

POR: STEPHANIE TORRES
IMÁGENES: CORTESÍA

Todo padre de familia quiere creer que su hijo es especial y único, y sin duda lo son, pero algunos menores están destinados a ser los próximos grandes pensadores.

Se calcula que el 3 por ciento de la población infantil tiene sobrecapacidad, lo que equivaldría a cerca de un millón de niños en México.

Sin embargo de dicha cantidad solo la mitad son atendidos, el resto se encuentra "perdido", lo que representa un rezago, detalló para *Revista Net*, Yuki Castro Sánchez, psicopedagoga.

La especialista en Educación Especial explicó que un menor superdotado posee un coeficiente intelectual arriba de 130 puntos, mientras que el promedio es de 100.



Diagnóstico equivocado

Comúnmente estos niños talentosos son mal diagnosticados y al confundirlos se les llega a ligar con el Síndrome de **Déficit de Atención (TDAH)** o malos estudiantes que son segregados y corren el riesgo de llegar a tener una baja autoestima, tan sólo por ser diferentes a la media.

Es el caso de **Dante**, de seis años de edad, a quien al ingresar a la primaria fue clasificado por su maestra como "problemático", por su frecuente conflicto de conducta y aprendizaje.

Alicia, su madre, relató que al igual que su esposo, creían que era por hiperactividad, pero hasta un año después de consultas entre especialistas, fue que recibió el diagnóstico de niño superdotado.

"Es algo muy diferente, te toma de sorpresa, no lo esperábamos, pero conforme comienzas a leer e investigar, te das cuenta que es un camino muy largo y complicado", compartió.

"Él ve las cosas de otra manera, no como sus compañeros, entonces se junta con niños más grandes, el desenvolvimiento no ha sido fácil, por eso lo tenemos en otras actividades que lo ayuden a socializar", agregó la mamá de Dante.

La psicopedagoga resaltó que una de las pruebas estandarizadas que permite identificarlos es la *Escala Wechsler* para niños.

Fue desarrollada por **David Wechsler** (1896-1981) psicólogo nacido en Rumanía. El test de inteligencia que se aplica a niños menores de 16 años consta de 15 pruebas en diversas categorías: comprensión verbal, razonamiento perceptivo, memoria de trabajo y velocidad de procesamiento.

Tras la evaluación, se ofrece al menor un plan de 12 sesiones, donde se le brinda el conocimiento y desarrollo de competencias emocionales, se establecen reglas de conducta y se estimulan sus habilidades que lo ayuden a resolver desafíos de la vida diaria, tanto en el entorno escolar, social, así como familiar, explicó.

"Para él era muy frustrante, lloraba mucho y me preguntaba '¿Por qué soy así? ¿Por qué no puedo ser otro niño?', entonces

Se calcula que el 3% de la población infantil tiene sobrecapacidad, lo que equivaldría a cerca de un millón de niños en México

¿CÓMO IDENTIFICARLOS?

La especialista en Educación Especial, Yuki Castro Sánchez, enlista las principales características:

- Tienen muy buena memoria
- Aprenden a leer siendo muy pequeños
- Hacen preguntas constantemente
- Su sentido del humor es muy desarrollado
- Investigan reglas adicionales a los juegos

eso es parte de la terapia, lamentablemente en las escuelas, niños como él no son vistos como superdotados sino como problemáticos, les ponen una etiqueta, sufren mucho", compartió Alicia, la mamá de Dante.

"Escuelas no están preparadas"

Una vez diagnosticado el menor "genio" se debe proceder a hablar con la docente para que de esta manera se apliquen técnicas y una planeación especial para el niño.

En las escuelas públicas se maneja el sistema **Usaer (Unidad de Servicio de Apoyo a la Educación Regular)** y en la Ciudad de México está el **Centro de Atención al Talento (Cedat)**.

"El USAER se enfoca en problemas de aprendizaje, hace a un lado a los niños superdotados porque creen que ya todo lo saben, entonces no hay una atención dirigida, Ciudad Juárez sí necesitaría una organización que sea especial para ellos", resaltó la especialista.

Para los padres de Dante este ha sido un gran reto, ya que su actual escuela no le pudo ofrecer lo que necesita, por lo que dicen seguirán

buscando:

"Ninguna escuela está preparada para atender a un niño con esas características, entonces sí es muy desgastante porque sabes que no cualquiera lo va a recibir y tener paciencia".

Falta de información

La falta de información, señaló Yuki, es el principal motivo de atraso, **"también se les denomina 'niños de la oscuridad', porque a ellos no los toman en cuenta, solo a los que tienen problemas de aprendizaje o discapacidades diferentes"**.

En este sentido, la mamá de Dante refirió que si hubieran estado más informados, podrían haber tratado con anticipación a su hijo.

Invitó a los padres de familia a que sean más pacientes y observadores pues **"muchas veces me dijeron, es un niño que necesita disciplina, que lo pongan en cintura pero todo comportamiento diferente en ellos tiene un trasfondo"**.

Los padres de Dante esperan que siga avanzando, **"él siempre va a ser diferente, pero esperamos que sea feliz y tenga un buen desarrollo"**, dijo su madre.

Si nota que su hijo cumple con las características antes expuestas, no dude en contactar a un especialista, pues el talento original del menor puede desperdiciarse si no se le añaden la disciplina y los estímulos adecuados y tempranos. **N**



Un menor superdotado posee un coeficiente intelectual arriba de 130 puntos, mientras que el promedio es de 100

Héroes de la pandemia

ruth_gonzalez@radionet1490.com

Las voces de las enfermeras Lidia Yadira, Alicia, Mercedes y Julia describen los altibajos de la lucha del personal de Salud de cara al Covid-19 en esta ciudad



POR: RUTH GONZÁLEZ
IMÁGENES: RUTH GONZÁLEZ/
PEDRO DE LA PAZ

La pandemia del Covid-19 ha impactado al mundo, en el caso de esta frontera la escalada de cifras ha superado ya los mil casos, mientras los decesos suman 282 confirmados, de acuerdo con la Secretaría de Salud del estado hasta el 1 de Junio. La letalidad del virus SARS CoV2 ha sido mayor en la clase obrera, los operadores de producción de las maquiladoras, la población vulnerable del suroriente, sin embargo, quienes han luchado desde el interior de los hospitales por rescatar al mayor número de vidas, también han sido contagiados, discriminados, maltratados, en el peor de los casos, se suman a la estadística letal de la enfermedad.

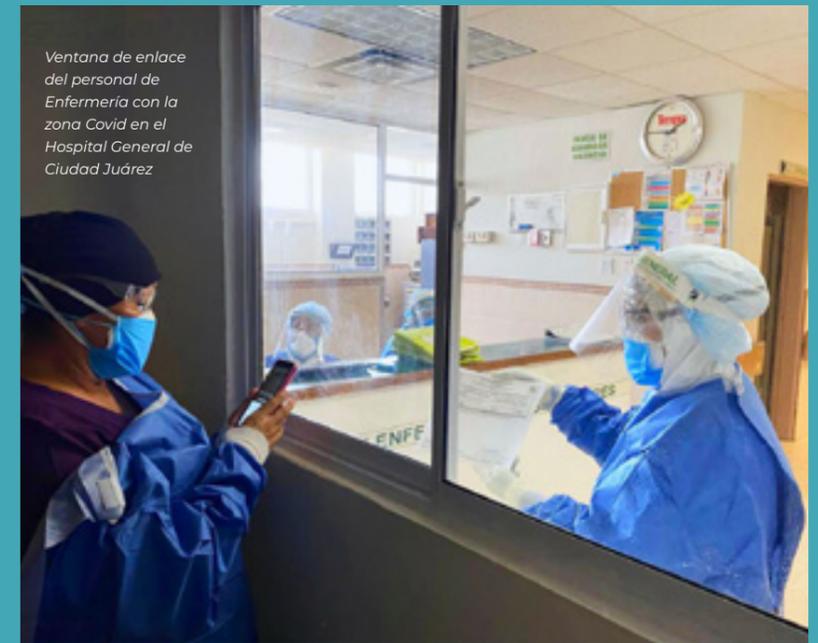
Cumplen con su trabajo al poner en riesgo su propia vida, salen de casa día a día con la meta de ver salir a un paciente recuperado más, lloran con las despedidas de cuerpos en bolsas pero también dan aliento y motivan como héroes enmascarados a quienes requieren de aliento para sobrevivir.

Son miles los héroes de la pandemia, la mayoría ocupan los puestos de Enfermería: Lidia Yadira, Alicia, Mercedes Amelia y Julia son un ejemplo de las mujeres que han sacrificado la cercanía y atención a sus hijos y familias para tratar de salvar vidas durante esta pandemia.

En Chihuahua, el personal médico ha registrado 145 contagios de doctores y doctoras; 272 de enfermeras y enfermeros, además de 68 trabajadores más del sector Salud. De esos 485 casos, la mayoría son de Ciudad Juárez. En cuanto decesos suman 11 en Chihuahua, ocho casos en esta ciudad fronteriza.

Casi el 40 por ciento del personal de salud en el estado corresponde al Instituto Mexicano del Seguro Social (Imss), seguido con el 25 por ciento de Servicios de Salud del estado (Inegi/2015). Las voces de ese personal se unificaron ocasionalmente en las calles de la ciudad ante la falta de insumos, los primeros contagios y los decesos.

“Han fallecido compañeros, conocidos míos por Covid, por el trabajo que hicieron” comentó Arturo Valenzuela Zorrilla, director Médico



Ventana de enlace del personal de Enfermería con la zona Covid en el Hospital General de Ciudad Juárez

Casi el 40 por ciento del personal de salud en el estado corresponde al Instituto Mexicano del Seguro Social

de la Secretaría de Salud en la Zona Norte.

“En este tipo de trabajo es muy exigente, el desgaste físico es mucho, es estresante, es preocupante porque sabes que estás en un riesgo real de morir”, agregó al decir que hay que sumar el sacrificio emotivo, **“el ánimo no es fácil, muchos de ellos se tienen que aislar de sus familias, de toda la parte afectiva de su vida”**.

“Todo esto es de reconocerse es gente muy entregada”, no todos lo fueron, **“pero los que valen la pena, son los que se esfuerzan todos los días para dar atención a los pacientes que lo necesitan”**, dijo el funcionario.

Arturo Bonilla, titular de la Oficina de Representación del Imss en Chihuahua, compartió que el personal de Salud **“ha hecho todo lo humanamente posible por atender esta contingencia, ha sacrificado profesión, familia, todo por estar atendiendo a nuestros derechohabientes y obviamente hay cierto cansancio pero todos con la camiseta muy bien puesta han continuado laborando en contra del Covid”**.

“El Instituto ha hecho esfuerzos muy importantes por mantener a todo nuestro personal con la protección específica”, aseguró.

—¿Qué opinión tiene sobre el personal que ha denunciado falta de equipo y falta de tratamientos cuando se enferman de Covid?

Ha habido personal, escaso por cierto, que se ha manifestado, el Imss es muy respetuoso de estas manifestaciones y la opinión de nuestros profesionales. Pero le puedo asegurar que insumos hay en suficiencia para nuestros derechohabientes y en caso de contagio de nuestros trabajadores, obviamente para ellos también.

El mensaje a nuestro personal médico es solamente de agradecimiento por la entrega, el espíritu, todos en un determinado momento hemos tenido cierto temor, todos ellos se han sobrepuesto a esto y han enaltecido el trabajo que ellos realizan con la atención a los pacientes, con entrega, dedicación y claro comentarles que continúen en la lucha que día a día se tiene que avanzar contra esta pandemia. ▶

Inspira a sanar y vence al covid

El nombre de Lidia Yadira Meléndez Castillo, enfermera del Hospital General (HG), se hizo público tras el agradecimiento que hizo un sobreviviente de Covid-19 en esta ciudad en una entrevista con el gobernador del estado, Javier Corral.

Octavio Sánchez Avillar fue dado de alta el pasado 13 de abril y durante la charla con el mandatario, en el programa Chihuahua Adelante (edición 24/04/20), agradeció los cuidados del personal médico del nosocomio, en especial el de Lidia Yadira, **“fue muy amable conmigo, estuvo muy al pendiente de mí”**, dijo.

Sánchez Avillar se dio cuenta de su padecimiento el día del funeral de su esposa, en el panteón ya tenía síntomas. A los tres días fue diagnosticado positivo y estuvo ocho días al cuidado de la enfermera Lidia Yadira.

Ese fue solo uno de los 122 pacientes confirmados con Covid-19 atendidos en el HG (hasta el 8 de mayo), 53 fueron hospitalizados, 95 fueron decesos (54 positivos y 41 negativos), 237 pruebas PCR habían sido aplicadas hasta esa fecha.

El índice de mortalidad en el HG era de 44.26 por ciento, pero la esperanza la dieron los 44 pacientes recuperados, entre ellos Octavio. Del otro lado de la batalla está el personal de Salud. Lidia Yadira fue sometida a la prueba PCR cuando comenzó a presentar síntomas, a inicios de mayo perdió el olfato.

Ella dio positivo al SARS CoV2, por lo que fue enviada a cuarentena y sanó. **“Pensé que era sugestión, pero comencé a tener dolores de cabeza, de oídos, perdí el olfato, el sabor”**, contó.

La muerte de su compañero Francisco Javier Ramos Cortes, enfermero del Isste y trabajador de la Salud en el HG ocurrida el primero de mayo, levantó una alerta entre el personal. **“Un excelente ser humano, muy entregado, se nos fue Francisco”**, reconoció la entrevistada. Con cinco años de experiencia en el HG, la enfermera dijo que al principio de la pandemia prevalecía la incredulidad, los contagios estaban en Europa, no aquí. Pero los primeros decesos los hicieron reaccionar. **“Llegaban y a las primeras horas morían, no había tiempo ni de hacerles pruebas, estos decesos quedaron registrados como neumonías”**, señaló.

“Muchos de los pacientes graves requieren una atención integral. El apoyo emocional también es importante”, dijo la enfermera, **“ya que al entrar en la zona Covid quedan aislados de todo, sin celular, sin visitas, esto les afecta mucho. Somos también ese apoyo, debemos escucharlos”**. La mayoría de los pacientes que recibe la PCR positiva, dan por hecho que no van a salir, la depresión los invade, sienten que van a morir. Lidia Yadira ha optado por explicarles de la enfermedad y animarlos a sobrevivir.

“Por ejemplo en el caso de Octavio, salvar su motivación fue parte del tratamiento, para él su hija era muy importante, ya que la pérdida de su esposa lo tenía devastado, eso me permitió ayudarlo a sanar, el impulso fue su hija”, aseguró. La descripción de los fallecidos abarca desde trabajadores de maquiladoras, de tiendas pequeñas, vendedores ambulantes, algunos de 18 o 20 años, que dijeron haberse contagiado en fiestas familiares o el trabajo, relató.

Es pesado, ella lo reconoce, pero está segura de seguir. Algunos enfermeros y doctores se fueron desde un principio debido a los riesgos. **—¿Por qué quedarte?— “Es cuestión de vocación, me han dado un excelente trato y no nos han dejado solos, me siento comprometida con mi equipo y trabajo. Es mi profesión”**.

“Es pesado usar los overoles, son muy calientes, se te empañan los lentes con los googles y caretas, no puedes comer, no tomas agua porque no te puedes quitar tu traje, tendrías que volver a hacer todo el protocolo de vestirse, perderías mucho tiempo, así que decidimos aguantar jornadas largas, por seguridad”, dijo Meléndez Castillo.

La enfermera y su esposo trabajan en el sector Salud, por lo que separarse desde abril de sus hijos fue lo más difícil. Las videollamadas le han servido para mantener

contacto con ellos: **“Muchos de mis compañeros están viviendo la misma situación”**.

“Sufrimos mucho emocionalmente, porque vemos que las personas siguen saliendo y mientras no se acaten las medidas, nosotros seguiremos lejos de nuestras familias”, agregó.

Lidia, logró recuperarse del Covid tras los 14 días de tratamiento totalmente aislada en su casa y se reintegró a sus labores. Ahora, analiza la posibilidad de donar su plasma una vez que le entreguen los nuevos resultados de la prueba de coronavirus, ya en negativo.

“Como equipo estamos haciendo una labor importante, entre nosotros nos damos fuerza, no estamos solos, estamos trabajando juntos y creo que podremos sacar esto adelante”, destacó. ▶



El único acceso de entrada y salida del personal de Salud en el HG, tras la reconversión hospitalaria

‘Estuvimos expuestos... no dieron diagnósticos verídicos’



“Nadie estaba preparado para esta pandemia”, recordó “Alicia”, encargada de un área de Enfermería del Hospital General Regional 66 del Imss, el edificio designado para la atención de Covid-19 con mayor número de pacientes en esta frontera y el estado.

También el más letal con 111 decesos confirmados por esta enfermedad y la mayoría de los 297 fallecimientos por neumonía atípica o no especificada, es decir, los casos bajo sospecha de coronavirus que no entran en la estadística de la Secretaría de Salud de Chihuahua por falta de pruebas PCR (hasta el 26 de mayo).

“Estoy fuera de mi casa desde mediados de marzo, estoy lejos de mis hijos. Tengo solo 60 por ciento de mi sueldo, ya que estoy incapacitada con síntomas de Covid. Es complicado porque uno de mis hijos tiene asma, gasto a veces hasta 2 mil pesos en sus medicamentos, debo pagar otra renta, ha sido muy difícil todo esto”, dijo Alicia.

La enfermera recuerda la llegada del primer paciente en la ciudad, le tocó en su turno, era **Juan C. F.**, un

médico interno de pregrado (MIP) que fue remitido del hospital #35 al #66 del Seguro Social. El traslado se debió a una nueva disposición, los pacientes de Covid-19, serían atendidos en el nosocomio donde ella laboraba.

Este paciente, de 29 años, se contagió tras un viaje a Italia y compartió él mismo su experiencia en un texto abierto en Facebook. Narró que tuvo síntomas entre el 11 y 12 de marzo, pero fue días después que acudió al Imss para someterse a la prueba PCR que confirmó la presencia del virus SARS CoV-2.

Este paciente al salir del hospital cruzó a El Paso, donde terminó su tratamiento y se recuperó. Su caso se confirmó oficialmente hasta el 17 de marzo.

De este polémico primer caso confirmado en el estado, incluso la **Fiscalía General del Estado (FGE)** investigó si se había incumplido con el aislamiento obligatorio, algo que finalmente no procedió. Por otra parte, la enfermera Alicia y otros de sus compañeros atendieron a este paciente sin la protección adecuada.

‘Llegaban muy graves, unos morían a los 10 o 20 minutos’

Con la llegada de otros pacientes tras el foco de infección en maquiladoras, el trato para los pacientes no fue de la manera correcta, comentó Alicia, en concreto: la entrega de diagnósticos, “los confundían”.

Los casos sospechosos de Covid-19 eran referidos como influenza o neumonía atípica: “estuvimos expuestos a estos casos, sin el equipo de protección correcto, los médicos no dieron diagnósticos verídicos”.

“Llegaban muy graves, unos morían a los 10 o 20 minutos después de ingresar, tenían entre 30 y 50 años”, aseguró. Ella estima que unos cinco pacientes fallecían en promedio durante su jornada (ocho horas) por lo que calcula que durante dos semanas, tomando en cuenta los otros turnos, pudieron fallecer hasta 20 por día, una estimación de 300 decesos de mediados a finales de abril. “Los pacientes estaban ansiosos, no podían hablar mucho, hablaban o respiraban, tenían miedo, se podía ver en sus rostros”, dijo.

“Los enfermeros salíamos desgastados, primero por el equipo, nos deshidrata; luego por ver tantos pacientes graves, verlos morir, de verdad, hay ocasiones en que terminamos llorando, se siente una gran impotencia”, expresó.

Hasta 20 muertos por día

En la fase inicial de reconversión hospitalaria del 66, se designó a la **Unidad de Medicina Ambulatoria (UMA)**, en el primer piso, como la zona para hospitalización de pacientes Covid y en Urgencias, la zona se denominó observación-quirófano. El personal de Salud tuvo que comprar de sus propios recursos el equipo adecuado, “no teníamos ni siquiera máscaras n95, así que tuve que comprármelas... Cuando los empleados comenzaron a protegerse, fueron algunas veces reprimidos, no debían usar overoles y googles, ya que asustaban a los derechohabientes”, contó.



Fue más adelante cuando el segundo piso ya era también zona Covid.

—¿Y las pruebas PCR?— “No se aplicaban a todos, solo a los que de acuerdo con los médicos cumplían con ciertos criterios”. Los casos clasificados como influenza o neumonía atípica no recibían prueba PCR, aseguró la enfermera, se les hacía solo estudio clínico y rayos X.

En esta primera etapa la mayoría de los casos quedaron con las actas de defunción como: neumonía atípica o no definida, no se determinaron como casos de Covid. “Es por eso que las cifras no coinciden”, agregó.

Las actas de defunción especificaban solo las enfermedades que padecían, por ejemplo: hipertensión, diabetes y en una segunda causa: neumonía atípica, la tercera causal: probable Covid, aún no se incluía.

Alicia atendió a varios de los contagiados de la maquiladora Lear. “A veces, durante mi turno había ocho pacientes en la zona de observación-quirófano, fueron muchos de esa maquiladora, supimos que eran de Lear porque algunos pacientes nos lo dijeron”, dijo.

“A esas alturas la gente se enojaba porque no había espacio en el hospital, debían esperar, teníamos casi 200 pacientes con síntomas de coronavirus y no había espacio para más. En Urgencias cabían 12, en Observación hasta 21 adultos, en piso 75 y estaban llenos el 1 y 2”, aseguró la enfermera.

A finales de abril, Alicia fue incapacitada por síntomas, hubo un aislamiento preventivo, esta vez la tomografía indicaba lesiones pulmonares. —¿Y la PCR?— “Me aplicaron la prueba el 4 de mayo, pero me dijeron que el resultado fue negativo unas semanas después. Sigo con dolores de cabeza fuertes y mucho cansancio. Pronto volveré a trabajar”.

Alicia solo recibió paracetamol y fue enviada a casa 14 días. Los resultados de la PCR se los dieron de manera verbal, no entregan documentos a familiares o al paciente.

“No lo están tomando como riesgo de trabajo, por eso nos pagan solo 60 por ciento del salario. Me dieron mi nota médica y sin ningún medicamento fui enviada a casa. He tenido que pagar también mis medicinas”, lamentó.

“Hasta hoy nadie me ha preguntado cómo sigo, simplemente se olvidan de nosotros. No tenemos un trato digno, solo nos informan sobre la duración de la incapacidad”, agregó.

Sobre el resultado de la PCR Alicia solicitó una segunda muestra, pero le fue negada, “no, no se están tomando segundas muestras”, le dijeron durante su reciente consulta. La comunicación con sus hijos ha sido muy importante, tuvo apoyo psicológico para poder separarse de sus hijos en un inicio, pero ha sido doloroso, ya que uno de ellos tiene asma, lleva clases virtuales y ha resentido su ausencia.

“He tenido mucho apoyo de mis compañeros de trabajo, son los que no me dejan caer. Elegí bien mi carrera, amo mi trabajo, doy lo mejor que tengo, pero sí me gustaría un trato más humano. Temo represalias, por eso pido se resguarde mi identidad, si las personas entendieran por lo que pasamos, no saldrían a la calle, se cuidarían más y nadie tendría que pasar por esto”, resaltó. ▶

Pospone su jubilación para enfrentar la pandemia



Mercedes Amelia Guillén Luna estaba por jubilarse tras 28 años como enfermera en el HG y en el Hospital Infantil de esta ciudad. Comenzó sus trámites desde enero de 2019 y el proceso le fue liberado en abril de este año, pero al observar la llegada de enfermos con Covid-19 y la salida de muchos compañeros decidió no irse, se quedó para enfrentar con su equipo la pandemia. Mercedes no pudo evitar llorar al recordarlo:

“Es muy difícil, no me puedo ir en esta situación, tengo que apoyar a mi equipo, a mi jefe que es vulnerable... No me puedo ir en este momento. Podría estar en mi casa muy tranquila, pero no me puedo ir”

La subjefta de Enfermería tiene una Maestría en Gestión Educativa, reconoce que muchos se fueron por miedo: **“yo también tengo miedo, por mi familia, mi mamá es una persona adulta mayor, tengo un hijo de 22 años, es normal, pero no puede controlarnos el miedo”**.

No había una fórmula mágica para adaptarse a la reconversión hospitalaria, reconoció Mercedes, fueron cambio tras cambio y los insumos no fueron un problema. En el caso del personal comenzó una clasificación que separó a vulnerables y se abrió una convocatoria para formar los equipos. **“Muchos se fueron, como 26 personas, casi todos del turno vespertino”**. Seguido a eso comenzaron las incapacidades. En total al menos 80 personas, incluyendo a vulnerables, se encuentran fuera **“de la trinchera”**.

“Tuvimos pacientes desde el 24 de marzo pero resultaron negativos en la prueba”.

Después hubo uno positivo externo, es decir, se fue a su casa a aliviar, así que el primer paciente fue Jesús Ángel R. R., de 56 años, internado el 6 de abril y falleció el mismo día. Su PCR confirmó el SARS CoV2 cuatro días después. **“Ahí empezamos con todos”**, contó.

“Hemos visto morir a muchas personas jóvenes, desde 18 años, obreros, vendedores y muchas de las mujeres que han muerto aquí eran amas de casa”, relató con asombro. Para la enfermera el organismo y cómo responde ante el virus, es lo más importante, ya que los antivirales y anticoagulantes, solo auxilian en el proceso de defensa.

“El exceso de confianza creo es que lo que ha provocado en algunos casos los contagios entre los compañeros enfermeros, a veces por quitarse el traje mal, a veces por el calor y rascarse la cara, dentro de la zona Covid, al quitarse la máscara ya es un riesgo, entonces no podemos confiarnos, hay que tomar la medidas necesarias siempre”, advirtió.

Hasta el 8 de mayo, 12 enfermeras y enfermeros resultaron positivos al virus, cuatro más estaban esperando resultados. Tres de los positivos ya se habían recuperado. Entre los decesos lamentó el de **Francisco Javier Ramos Cortes (01/05/20)**, al igual que Lidia Yadirra lo recuerda como una persona **“muy valiosa, muy responsable”**.

La reconversión del HG a hospital Covid está en proceso, la coordinación ha estado a cargo del director **Baltazar Aguayo**, **“él tampoco ha descansado un solo día, ha sido la cabeza en todo este proceso y siempre está pendiente de todo el personal, estamos muy agradecidos, es el primero que pone el ejemplo, anda a todas horas”**.

Equipo de ventilación trasladado hacia la zona de atención de pacientes con coronavirus



Mercedes no ha descansado desde el inicio de la pandemia, lo hace por compromiso a las necesidades del equipo. Acostumbrada a trabajar bajo estrés, la organización es de gran importancia en estos momentos de reconversión hospitalaria, ya que el HG se ha transformado en un hospital Covid y en un recorrido pudimos observar el gran avance y excelente organización que tiene en las instalaciones.

Los pasillos, las salas, los cambios en puertas y paredes, el acceso y salida al hospital, todo está en perfecto orden operativo. Mercedes me permitió un recorrido hasta la línea que divide la zona Covid en los dos extremos del nosocomio.

Por un lado está el acceso con una antesala que divide la zona de alto riesgo, ahí se hace de manera muy meticulosa el cambio de overoles y la desinfección del personal para entrada y sobre todo, a la salida.

En el extremo opuesto del edificio, hay una ventana por donde se comparten documentos y otros suministros, ahí se observan las habitaciones donde están los pacientes, en ese momento el personal les llevó los alimentos del día.

El personal de intendencia también se rige bajo estas reglas



“Recuerdo los motines del Cereso, aquella etapa tan violenta en la ciudad, teníamos miedo de atender a tanto reo, pero esto es... insuperable. Ni siquiera con la Influenza fue tan grave como esta vez, no se compara”

Mercedes Amelia Guillén Luna, subjefta de Enfermería de el HG



de seguridad, salen empapados de sudor con los googles marcados en el rostro, la piel irritada y un notable cansancio.

Son sumamente cuidadosos al salir de la zona infecciosa. En el edificio hay regaderas y áreas de descanso para hombres y mujeres. **“Llegan donativos de comida, de equipo médico, los juarenses han sido muy solidarios”**, dijo Mercedes.

Se presentan casos en que los enfermeros se estresan y requieren apoyo psicológico o tiempo para descansar, el esquema es flexible en caso de que alguien lo requiera, explicó la subjefta de Enfermería.

“A veces ellas mismas dudan de sus síntomas, sienten que es sugestión, pero no se arriesgan. Al principio estaban muy limitadas las PCR, pero ya se normalizó. Tenemos ya el aparato para realizarlas aquí, pero nos falta el insumo”, señaló. La detección temprana y algunos tratamientos han permitido que gran parte del personal médico se recupere en casa. **“Es nuestra**

esencia, servir ahora, muchos se preocupan por sus familias, pero recordemos que también se pueden enfermar ¿quién los va a atender?”, cuestionó.

Para traslados a casa o al trabajo, Mercedes dijo que tuvieron que vestirse de civiles tras las agresiones y discriminaciones a enfermeros en la ciudad, en la calle les aventaban agua con cloro, café caliente, se les negó el acceso a tiendas como Oxxo o al transporte público solo por traer el uniforme. Los uniformes que usan en calle no son los mismos que los de trabajo, pero debido a la violencia se tuvieron que cambiar estas rutinas.

“En mi casa yo desinfecto todo, cuido bien a mi hijo, tiene 22 años, tomando todas las medidas necesarias, soy muy cuidadosa, muy precavida”, dijo. **“Hay que creer en Dios, en algo que nos protege, que nos cuida, en mi caso yo pienso que es mi papá, él falleció en agosto del año pasado, siento que él me cuida y a mi familia...”** expresó Mercedes entre lágrimas. ▶



Ductos del aire, su único canal de comunicación con su hija

Por: Adrián Macías

El pasado 11 de mayo, **Julia M.**, enfermera del **Hospital 35** del **Imss**, dio positivo al **Covid-19**, enfermedad que cambió su vida y la puso de frente a la muerte.

Tras luchar en su trabajo por la falta de insumos y ayudar a sus compañeros más vulnerables con despensas, se encuentra sola y aislada en su propia casa.

Separada de su familia y lo más doloroso, de su hija de apenas 3 años, trata de curarse de la que ella misma califica como la 'enfermedad invisible', pues no se ve pero ataca con fuerza a las personas.

La enfermera con más de 18 años de servicio, vive con sus pa-

dres y su hija, sin embargo desde que se contagió del virus, ella se autoaisló en su recámara y su único canal de comunicación con su familia son los ductos del aire.

"El 16 de mayo mi hija cumplió 3 añitos de vida, no pude comprarle un regalo, no pude hacerle un pastel, mucho menos abrazarla", dijo con tristeza.

"No te preocupes mami, todo va a estar bien", es lo que escucha con frecuencia de entre los ductos, voz que proviene de la tierna Jade, su pequeña que trata de consolarla.

El 10 de mayo, otra fecha común de festejo, la pasó en su encierro, sin abrazos. La fiebre y demás síntomas del coronavirus, fueron sus únicos compañeros.

"El 10 de mayo fue un día de síntomas, me dio fiebre, mi papá tenía fiebre. Mi hermano también vino ese día y nos dejó una comidita que metimos al horno. No hubo música, no hubo mañanitas. Nada. Nos felicitamos de palabra, no pude abrazar a mi mamá. Nadie abrazó a nadie", lamenta.

Por si fuera poco, Julia ahora vive otra gran preocupación: sus papás, su hermana y su hija, también presentan los síntomas del coronavirus.

"Tienen los síntomas leves, pero ya los presentan, están bajo tratamiento junto conmigo y aun así, yo mantengo mi distancia con ellos, sigo en una recámara aparte, con la casa prácticamente dividida para ellos y para mí", expresa.

Durante esos días de malestares, desesperación y soledad, Julia y su hija se aferran a esos ductos que las mantienen unidas a pesar de estar separadas físicamente.

"No te preocupes mami, todo va a estar bien, me dice mi hija y yo la escucho por los ductos del aire", señala Julia.

"Ahora sin duda sí estoy sola, porque aquí en mis cuatro paredes solamente estoy yo. No veo a nadie, a nadie, estoy sin mi familia, sin mi hija, sin libertad y sin mi salud", dice al borde del llanto.

"La escucho reír, jugar, sobre todo cuando llora. La escucho por los ductos, se ríe y me da gusto que se ría, pero llora y me viene la angustia de no poder ir a abrazarla, de no poder ir a preguntarle qué tiene o calmarla. Es una separación tremenda", dice Julia mientras solloza.

"Me dice mucho que me ama y me dice, ella solita, que no me preocupe que todo va estar bien. Yo creo que mis papás le han de platicar algo y ella solita me dice que no me preocupe".

Julia es una enfermera del Hospital 35 del Instituto Mexicano del Seguro Social (Imss), protestó hace semanas junto con otros empleados de la institución, porque las donaciones que entregaron diversos organismos, civiles, empresariales y demás, asegura, nunca llegaron a manos del personal.

Al poco tiempo, ella y más enfermeros y enfermeras, dieron positivo a la enfermedad. **N**

✉ adrian.macias@radionet1490.com



¡Gracias!



¡Regálale a Papá un Telcel!
visita www.telcel.com/tienda

¡Y que vea sus series favoritas en su nuevo smartphone!



noticias.mx



RADIONET 1490AM

ARTE&CULTURA

La manada está de vuelta

Presentan documental Lobo Mexicano, trabajo de conservación de la especie en la sierra de Chihuahua

✉ revistanet@radionet1490.com

COLABORACIÓN

EDNA MARTÍNEZ
IMÁGENES: CORTESÍA

Cuauhtémoc.-

Una especie que estuvo al borde de la extinción ha vuelto a dejar huella en la sierra de Chihuahua. Se trata del lobo gris mexicano, que desde el 2007 es protegido por un riguroso programa de conservación por parte de diferentes instituciones nacionales e internacionales, que mostraron el trabajo que se ha realizado en los últimos años a través de un documental.

La Comisión **Nacional de Áreas Naturales Protegidas**, implementó el **Programa de Acción para la Conservación de la Especie (PACE)** Lobo Gris Mexicano y gracias a ello, el pasado 14 de noviembre, se publicó la más reciente modificación a la lista de especies en riesgo de la Norma Oficial Mexicana con la buena noticia de que el lobo gris mexicano (*Canis lupus baileyi*), dejó la categoría de

“Probablemente extinta en el medio silvestre”, para quedar incluida en la categoría de “En Peligro de Extinción”.

El documental fue transmitido por red social debido a la pandemia, sin embargo, en los poco más de 25 minutos, se mostraron las primeras imágenes de los lobos en vida salvaje y la importancia de la preservación de esta especie, que durante muchos años fue perseguida y exterminada por el ser humano.

La población de las grandes llanuras, trajo consigo el cambio de la vida natural y el lobo, fue la especie más depredada por la ignorancia de quienes pensaban que acabando con él, pondrían su ganado a salvo. Sin embargo, esta alteración al medio ambiente trajo consigo graves consecuencias y por ello, especialistas enfrentaron la necesidad de crear un programa para salvar al lobo, que llegó al punto de considerarse casi extinto.

En el marco del Día Internacional de la Tierra, fue transmitido el documental en el que además, hubo

una sesión de preguntas y respuestas por parte de expertos, al final de la proyección.

En 2011 se realizó la primera liberación en vida silvestre de ejemplares de esta especie en el estado de Sonora, México. Debido a que éstos se desplazaron a Chihuahua a través de la Sierra Madre Occidental, las 11 liberaciones subsecuentes se realizaron en Chihuahua entre la Reserva de la Biósfera Janos, y las Áreas de Protección de Flora y Fauna Campo Verde y Tutuaca y Papigochic.

La primera pareja reproductivamente exitosa se liberó en diciembre de 2013 y para la primavera de 2014 se registró la primera camada de lobos mexicanos en vida libre del programa, siendo también la primera registrada después de más de 30 años de ausencia de lobos en México.

A la fecha, se ha documentado el nacimiento de al menos 9 camadas en su medio natural con al menos 30 cachorros en total, la última registrada en septiembre de 2019.

Las acciones de conservación de la especie consisten en la rehabilitación, liberación de ejemplares, y monitoreo de la población en vida silvestre, así como la mitigación de los riesgos que enfrentan los ejemplares. Para esto, se trabaja con los pobladores locales en cuestiones de educación ambiental, mejoramiento de hábitat, promoción de pago por servicios ambientales y otros esquemas de protección de la tierra.

El Lobo mexicano es una subespecie del Lobo gris, nativo de América del Norte. Su territorio abarcaba los bosques y desiertos de Sonora y Chihuahua hasta el oeste de Texas, sur de Nuevo México y centro de Arizona. (Con información de CONANP y Campo Verde)

tación, liberación de ejemplares, y monitoreo de la población en vida silvestre, así como la mitigación de los riesgos que enfrentan los ejemplares. Para esto, se trabaja con los pobladores locales en cuestiones de educación ambiental, mejoramiento de hábitat, promoción de pago por servicios ambientales y otros esquemas de protección de la tierra.

Desde 2016 se ha contado con el apoyo y colaboración del proyecto **GEF Especies en Riesgo**, implementado por la Conanp en colaboración con el **Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD)**, y cofinanciamiento del **Fondo para el Medio Ambiente Mundial (GEF, por sus siglas en inglés)** a través del cual se han fortalecido las acciones sociales y de mitigación de impactos que requiere el proyecto logrando un mayor acercamiento a las comunidades involucradas.

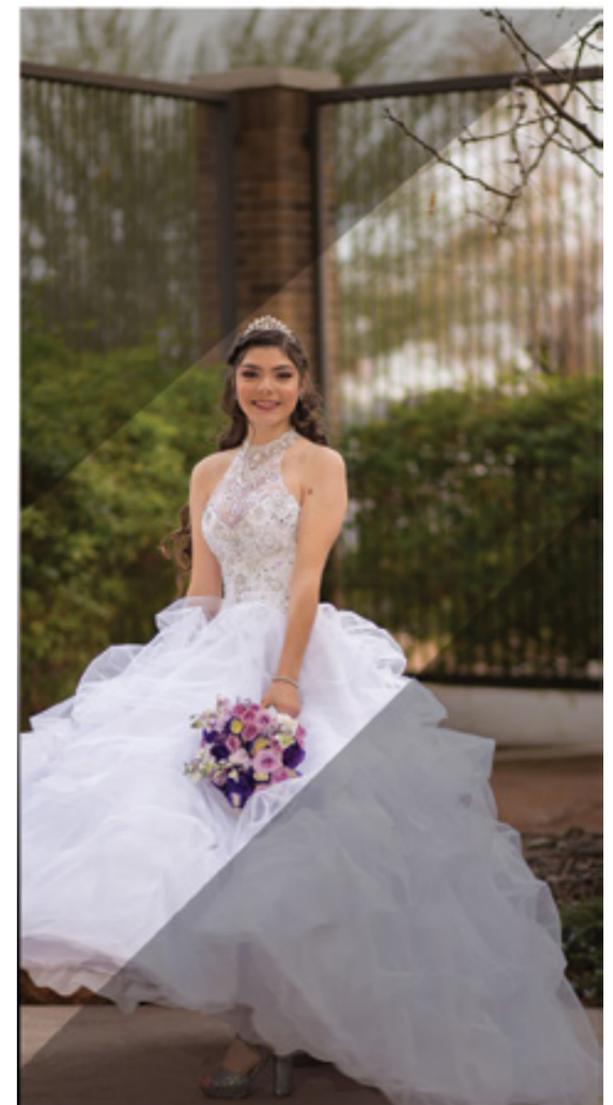
A través del PACE: Lobo Gris Mexicano, se ha logrado la sinergia institucional para direccionar los esfuerzos de conservación de diversos actores involucrados, entre los que destacan la **Dirección General de Vida Silvestre de la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat)**.

También la Confederación Nacional de Organizaciones Ganaderas, la **Universidad Autónoma de Querétaro**, la **UMA Buenavista del Cobre** y agencias gubernamentales de Estados Unidos como el **Servicio de Pesca y Vida Silvestre y los Departamentos de Caza y Pesca** de Arizona y Nuevo México.

Si bien, ésto representa un gran logro para el programa, aún hay mucho trabajo por hacer antes de considerar a la especie como recuperada.

Se requiere de la participación de todos los sectores de la sociedad, incluyendo a las comunidades ubicadas dentro del área de distribución, quienes al ser los dueños de los predios representan un eslabón fundamental para lograr la armonización entre el uso sustentable de los recursos naturales y la conservación de los mismos. **N**

MAP STUDIO
Fotografía & Diseño



Mario Antonio Photography Studio

(656) 857-7514

MAP Studio MX

@marioantonio_photography

marioantonio@photographer.net

www.map-studio.net



Aquí lo importante es comprender que esto será temporal y que debemos tratar de aprovechar esta oportunidad para aprender

José Daniel Martínez Hurtado, psicólogo y maestro

ESPECIAL

Viviendo la vida virtual

De la 'negación' a la adaptación en la 'nueva normalidad'

jorge.felix@radionet1490.com

POR: JORGE FÉLIX
IMÁGENES: CORTESÍA

La llegada del Covid-19 al mundo no solamente trajo consigo un cambio radical en la higiene personal. Para lograr exterminar el virus ha sido necesario imponer el **Distanciamiento Social** y la **Sana Distancia**, medidas de protección que han traído como consecuencia que todos debamos mudarnos a una

vida virtual para realizar aquellas actividades cotidianas que solíamos hacer. Ahora el asistir a la escuela, al trabajo e interactuar con familia, pareja y amigos, se han convertido en actividades que debemos realizar a través de una pantalla con nuestras computadoras o dispositivos inteligentes, lo que ha provocado que tengamos que adaptarnos a esta nueva modalidad de vida, hasta el momento en el que podamos regre-

sar a nuestra **Nueva Normalidad**.

Desafortunadamente, adaptarnos a este cambio no es fácil para todos. **José Daniel Martínez Hurtado**, psicólogo y maestro, platica a **Revista Net** sobre este nuevo reto que enfrentamos con la llegada del coronavirus.

"Adaptarse a una vida virtual no es igual para todas las personas, cuando ocurre algo nuevo, pueden manifestarse sentimientos como el miedo y el rechazo, por lo que se crea una oposición a este cambio, y hablando sobre las clases virtuales, algo que me ha tocado ver en la institución educativa donde trabajo, es que existe mucha resistencia por parte de los alumnos y padres de familia para trabajar de manera virtual, ya que no se le toma la importancia que debe de ser y por lo tanto esto puede afectar el aprendizaje de los mismos", comenta el experto.

Esto no es igual en todas las personas, ya que también hay quienes han considerado que realizar actividades como el trabajo o la escuela en línea, puede resultar beneficioso

para su productividad, en especial cuando consideramos que se eliminan algunos elementos distractores y factores como el tiempo en el traslado a estos lugares.

"Existen distintos tipos de aprendizaje, la educación en línea responde a algunos pero no a todos, a lo mejor las personas que son más visuales, que les gusta más leer o que tienen problemas para desenvolverse en público, puedan ser las más beneficiadas con esta modalidad, pero en cambio, para muchos otros quizá esta modalidad de aprendizaje no tenga mucho efecto este semestre, en lo que aprendemos a trabajar como debe de ser en ello", platica el psicólogo y maestro.

Adultos mayores

Otro factor importante a tomar en cuenta son los adultos mayores, a los que también debemos ayudar a que aprendan del uso de la tecnología para que logren comunicarse con sus seres queridos y así no excluirlos ante la situación.

"Es complicado para ellos porque esto es algo nuevo para esa generación, pero si queremos ayudarles a entender la tecnología para que se sigan comunicando, lo primero que nosotros debemos hacer es tener la disposición de ayudarles, porque de lo contrario ellos pueden sentir que son una carga o sentir que están estorbando, por lo que debemos ponernos en los zapatos de esas personas y estar consientes de los límites que podemos llegar a tener cada uno", platica Daniel.

Familia, pareja y amigos

"En las relaciones interpersonales es muy similar, obviamente la experiencia de estar con una persona en vivo, el tocar a la persona, su olor, el ver mejor sus reacciones y gestos, todo esto es muy diferente, ya que la información que transmitimos en persona es más enriquecedora que con una videollamada, donde solo logra-

mos ver un plano de esta persona, pero nos falta lograr apreciar un poquito más de información", comenta.

La falta de contacto al que la mayoría está acostumbrado, puede desencadenar sentimientos de ansiedad, soledad, tristeza e inclusive depresión.

"El problema del porqué es tan difícil para nosotros esta situación, se debe a una falta del control del tiempo, cuando tú le dices a una persona 'vas a estar aquí por cierta hora', la persona ya conoce que esto va a terminar, pero cuando le dices que esto terminará en una semana y después le agregas otra semana y otra semana, es cuando se empiezan a notar estos rasgos de desesperación", dice el psicólogo.

Las recomendaciones para lidiar con una "vida virtual"

Antes de la llegada del Distanciamiento Social, lo común era que las personas tuvieran distintos espacios donde se pudiesen concentrar en sus actividades, cosa que por el momento no es posible para todos, es por ello que es necesario intentar "separar" en el hogar distintos espacios exclusivos para las actividades, como el estudio y el trabajo.

"Quizá haya personas que por ejemplo, quieran trabajar en su cama, pero esto será complicado porque este es el espacio donde tu mente sabe que vas a dormir, por lo que tendrás muchos distractores que te recordarán que ese espacio no es para trabajar y esto afectará tu productividad, existen personas que quizá sí lo puedan controlar, pero no será algo que la mayoría de las personas puedan", destacó.

Debemos entender que todo cambio siempre implicará una resistencia, aquí lo importante es comprender que esto será temporal y que debemos tratar de aprovechar esta oportunidad para aprender, conocer nuestras capacidades y aventurarnos a nuevos retos que sean beneficiosos para nuestro desarrollo personal. ▶



Todo en un mismo lugar

Adaptarse a la “vida virtual” de tajo ha sido complicado. Para algunos juarenses hacer todo en un mismo lugar es todo un reto, además que el proceso de adaptación es lento.

“El cambio provocado por la contingencia sanitaria fue muy brusco para mí: el dominio de las técnicas de información y comunicación no necesariamente implicaron un aprovechamiento de los que se me brindaba en línea. Tener que dormir, trabajar, hacer ejercicio e incluso comer en el mismo lugar hacía marañas en mi cabeza”, dice Gamaliel Solís, estudiante de la licenciatura en Psicología.

“¿Cómo podía ser productivo si mi mente y cuerpo se encontraban en el lugar en el que se supone que uso para relajarme? Fue frustrante atestiguar las dificultades que mis docentes tienen para adecuar las clases y las que mis compañeros experimentaban por no contar con Internet o equipos electrónicos”, expresa.

“Al principio no veía tan descabellada la idea de impartir clases virtuales puesto que todos mis alumnos tienen la posibilidad de acceder a ellas, pero conforme fue avanzando el tiempo y fue creciendo esto, las plataformas se comenzaron a saturar y con ello llegaron los problemas en los servidores”, platica José Ernesto Sáenz, profesor de inglés de 5to y 6to grado.

“Además yo como profesor me percaté que los niños son muy hábiles para las redes sociales, pero esto no es igual para manejar programas de texto y plataformas, que es algo indispensable para el estudio virtual”, agrega.

Darío Tellaeché, Ingeniero en telecomunicaciones y DJ, comparte que “además de mi trabajo principal, yo también soy DJ de eventos sociales, este trabajo comienza a subir la demanda a partir del mes de marzo, y en esta ocasión pues prácticamente no he podido obtener algún ingreso extra”.

“He participado en transmisiones de Facebook con música en vivo, pero debido a los derechos de autor, es imposible monetizar con este esquema de trabajo, y como no sabemos hasta cuándo regresarán las fiestas y eventos sociales, pues sí he pensado mucho sobre el futuro que le depara a mi carrera como DJ”, expone. **N**

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

PASTELES GOURMET
y repostería fina
PARA TODA OCASIÓN

Tel. 617-90-07

Las Delicias Pastelería

f /lasDeliciasjuarez • lasdeliciasjuarez@hotmail.com

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

Cabañas de Santa Rosalía de Camargo
Calle Juárez #401 Col. Centro - CP 33000
Tel: (648) 462-0294 (648) 462-0000

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

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

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

Santa Fe Hotel
Hotel Santa Fe
Carretera Panamericana Km 67 Salida Sur - CP 33710
Tel: 01 800 823 3339
www.santafehotel.com.mx

Hidalgos del Parral Hotel Real de Biezma
Colegio y 20 de Noviembre s/n Col. Centro C.P. 33800
Tel: (627) 138-0943 y (626) 138-1963
nbo@hotelrealdebiezma.com

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

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

MICROTTEL
Cd. Cuauhtémoc Corredor Comercial Manitoba
Km. 6 #650. Col Manitoba C.P. 36607
Tel. (625) 5877555

Chihuahua

Camargo

Otros destinos

Nvo. Casas Grandes

VDEVENUS

‘Tiempo de ser mujer, joven y abogada’

Blanca Franco, profesional de las leyes, investigadora de nacimiento

veronicapalafox@gmail.com

IMÁGENES: YVONÉ VIDAÑA
WWW.YVONEVIDANA.COM

POR: VERÓNICA PALAFOX

Cuando era muy pequeña, cargaba todo el tiempo, a semejanza de un portafolio, con una lonchera que contenía papeles, colores y plumas y usaba su tiempo de televisión en ver capítulos de *Scooby Doo*, de donde concluyó que de grande, sería investigador privado.

Entonces cursaba el kínder garden, le gustaba averiguar cosas y lo que ella llamaba (por como escuchaba en su caricatura favorita) “atar cabos” y sacar conclusiones, en pocas palabras, resolver casos.

Esto le parecía curioso a su mamá y se lo recuerda como algo que llamaba mucho la atención en ese tiempo, lo que no podían adivinar entonces, es que el interés por la investigación, los detalles y “los casos”, no lo perdería nunca y que la incipiente investigadora, se convertiría en una brillante abogada con el paso del tiempo.

“No tenía idea de que existiera una profesión como la abogacía, soy la primera en graduarse de una carrera en mi familia, así que no tenía referentes de ningún tipo, solo entendía que me gustaban los libros y los club de debate, en la preparatoria descubrí lo que sería mi pasión: las leyes”, me cuenta Blanca Franco, con ese gesto de madurez que le caracteriza, unido a una sonrisa que inspira confianza.

Es una chica muy joven que cuenta con mucha experiencia, ingresó a la licenciatura en Derecho a los 17 años y a la mitad del tercer semestre, una nube de dudas puso en peligro su permanencia en la facultad.

“Afortunadamente, me acerqué a una profesora que en ese momento era juez, le expuse lo que pasaba por mi mente y me recomendó darle tiempo a la profesión, así que busqué en dónde empezar a ejercer durante el tiempo de estudios, como pasante y al comenzar a litigar, las dudas se extinguieron, ¡me encantó! y aquí me quedé!”, dice.

“Las personas que estudian Derecho, generalmente tienen tres motivaciones: les gusta la política, quieren tener un puesto en el gobierno o desean ser como los abogados que vemos en el cine y la televisión. Yo estuve involucrada en la política, fui funcionaria y ahora hago lo que más me gusta, ser como los defensores de las películas”, expresa.

Blanca se graduó en 2015, por lo que le tocó la transición al Sistema de Justicia Oral.

“Aprendí y litigué en el sistema tradicional, transité al sistema oral con cierta facilidad, esto fue complicado para abogados que tenían más tiempo de egresados, debimos aprender todo de nuevo, lo que se convirtió en un gran reto, sobre todo porque al ser Chihuahua uno de los primeros estados en implementar este sistema en el país, no había modelos nacionales a seguir”, indica.

Y hablando de retos, pregunto sobre la especialización en materia jurídica y me comenta algo que me asombró: “En Juárez existen pocas posibilidades de especializarse, aprendes la teoría de todas las ramas del derecho y con la práctica

aprendes y decides si quieres dedicarte a una en particular”.

“Solo existe la especialización en materia familiar y esta es exclusiva para funcionarios públicos y la especialidad en Derecho Penal Adolescente, que requiere dos años de estudio adicional. Para el resto, tienes tu cédula profesional y la experiencia que vayas adquiriendo y esto debería cambiar, el acceso a la especialización es importante”, señala.

Blanca se gradúa a los 23 años y para entonces, ya tenía casi cuatro ejerciendo derecho civil y mercantil, “en ese entonces se podía, hoy hubiera sido imposible hacerlo sin haberme titulado”, comenta como quien confiesa una travesura.

“Yo estuve involucrada en la política, fui funcionaria y ahora hago lo que más me gusta, ser como los defensores de las películas”

“Así que cuando salí de la Universidad, trabajaba en un despacho de cobranza para Infonavit, que me proporcionó mucho conocimiento y experiencia, pero en ese momento no lo pensé así y creí que merecía más, así que renuncié y ello me daría la más grande lección de todas, la humildad”, destaca.

“Aprendí que fuera de la escuela y sin cédula en mano, no tenía nada qué hacer en esta profesión, jamás olvidaré la importancia de ese aprendizaje, así que tuve que poner en pausa mis planes, hasta que concluí mi titulación y llegué a mis manos la famosa cédula”, dice.

“También fui funcionaria pública, ahí aprendí nuevas habilidades: actitud de servicio y liderazgo, tuve un gran crecimiento

profesional en los dos años que duró esa experiencia, hasta que un día sentí que mi llama interna se había apagado, necesitaba nuevos retos, me retiré del servicio público y comencé una nueva etapa con la apertura de mi propio despacho: *Juridicum*”, cuenta.

A propósito de su práctica profesional ahora en el sector privado, le cuestiono sobre cuál es su perspectiva sobre la cuarentena y sus repercusiones legales cuando termine, ríe y sin dudar me responde: “¡Habría una explosión de divorcios!” ¿Es en serio? le interrumpo, “¡Sí! Durante este encierro, los que no se conocían bien, se van a conocer y ya verás, saldrá a la luz violencia intrafamiliar, pleitos por custodias y pensiones alimenticias, los divorcios estarán a la alza desafortunadamente”, advierte.

“Aunque ahora, con la tecnología y los juicios orales, los trámites, si son de mutuo acuerdo, serán muy rápidos”, ¿qué tanto? (digo, la curiosidad es mucha), “pues abriéndose los Juzgados, se presenta la solicitud de común acuerdo, en quince días tenemos la respuesta y en quince días más, estará lista la sentencia y el acta, así de fácil”, explica.

“Hemos avanzado mucho, pero falta más, por ejemplo, homologar los temas en materia de mediación, que las audiencias para divorcio en frontera, puedan realizarse de manera virtual a través de video conferencia en caso de divorcio voluntario, que las sentencias puedan dictarse también de manera virtual, entre otras cosas”, considera.

“La tecnología puede ser nuestra gran aliada y muchos abogados estamos pugnando por que se acceda a estos avances y aplicaciones”, dice. Esa será de seguro otra de las áreas en la que Blanca Franco será exitosa.

Cuando estábamos por terminar nuestra videollamada, se queda pensativa y concluye: “¿Sabes? Es buen tiempo para ser mujer, para ser joven y para ser abogada”, me quedo con esa idea: es buen tiempo para ser una gran profesionalista. ■

BÚSCAME EN FACEBOOK
Tenemos Mucho Que Decir

SALUD

Descubre el 'mundo yogui'

Logra la armonía entre tu mente y cuerpo

✉ yogajuarez@hotmail.com

COLABORACIÓN

KARUNA RIVERA
YOGA JUÁREZ

El 11 de diciembre de 2014, la Organización de las Naciones Unidas proclamó el 21 de junio como el Día Internacional del Yoga. Este año celebramos el sexto aniversario.

El primer ministro indio, **Narendra Modi**, señaló en su intervención: **"el yoga es un don inestimable de nuestra antigua tradición. El yoga representa la unidad de la mente y el cuerpo, el pensamiento y la acción. Es importante coordinar**

¿Qué es yoga?

Hay quienes la definen como una disciplina, otros como una religión y algunos como ciencia. Para la mayoría de los practicantes en el occidente consiste en un método para conocernos más, tomar mejores decisiones, sentirnos conectados con nosotros mismos y con la naturaleza.

todos esos aspectos. Ese enfoque holístico es valioso para nuestra salud y nuestro bienestar. El yoga no se trata solo de ejercicios, se trata de una manera de descubrir el sentido de identidad de uno mismo, el mundo y la naturaleza".



Soy **Karuna Rivera** maestra y fundadora del estudio Yoga Juárez y del movimiento Yoga Urbano que se realiza cada año desde la última década, a partir del mes de abril y hasta octubre, cuyo objetivo es poner al alcance de toda la comunidad la práctica de manera gratuita.

¿Cuándo puedes comenzar a practicar yoga?

Cuando escuchas por primera vez la palabra yoga y algo se mueve dentro de ti, empieza a surgir curiosidad, entusiasmo o deseos de hacer meditación, posturas y ejercicios de respiración.

A veces la sensación viene acompañada de represión porque algunas personas no ven con buenos ojos esta actividad y entras en un dilema, ¿hacer o no hacer yoga? ¿Es bueno o es malo? Cuando lo pruebes tú mismo darás respuesta a estas preguntas y será tu decisión continuar o no por este camino de autoconocimiento. ¿Tengo que cambiar de religión o creer en algo en particular?

No tienes que cambiar de religión, postrarte ante una deidad, tampoco ante un gurú o maestro. Para hacer yoga no es obligatorio vestirse

de manera especial, ser delgado o ir al oriente para aprender a practicar.

Para los hindúes el yoga es un producto y como tal está envuelto de mucha mercadotecnia para ser atractivo. El yoga en India se ha americanizado en las últimas décadas. Esto no significa que no existan lugares serios y comprometidos con este legado a la humanidad; los vestigios de su cultura milenaria, en algunas ciudades, es sorprendente. Si vas a India, busca un lugar seguro, pide referencias de la escuela y del maestro.

Si deseas intentar yoga como acondicionamiento físico puedes encontrar alternativas en los gimnasios de Juárez o El Paso, Texas.

Para practicarlo como un método de autoestudio acude a una sala de yoga, también conocido como *shala* en el mundo yogui.

En youtube puedes encontrar material con el que puedes comenzar a practicar. Yo te recomiendo que busques *hatha yoga*, *yoga restaurativo* o *yoga relax* primero y posteriormente *vinyasa yoga* y sus diferentes modalidades, varían de acuerdo a la intensidad de sus movimientos corporales y técnicas de respiración.

Si te entusiasma mucho busca un maestro con el que te sientas bien y no sientas temor de preguntar o equivocarte. Hay quienes enseñan de una manera militar esta disciplina, no solo por el tono de voz, también por la manera de dirigir la clase, te uniforman con prendas amarillas, blancas, negras, etc.

Otros profesores ponen énfasis en crear ambientes cómodos y seguros, permiten el avance a tu ritmo sin forzarte u obligarte a alcanzar la perfección en las primeras sesiones, ni utilizar vestimenta especial o equipo en particular.

Cuando comiences a practicar estás en tu derecho de decidir si quieres que te ajusten o no al hacer las posturas, no olvides esto, es importante, para evitar lesiones o malos entendidos entre alumno y maestro, acláralo al principio de cada sesión, si tienes lesiones coméntale al maestro para que te explique cómo debes hacerlo.

Al final la decisión es tuya, dicen: **"cuando el alumno está listo el maestro aparece"**. Cada alumno tiene el maestro que merece y viceversa. Los maestros transmitimos co-

Pasos para adentrarse en el Yoga:

1. *Yamas* (auto-restricciones)
2. *Niyamas* (autodisciplina)
3. *Asana* (posturas)
4. *Pranayamas* (técnicas de respiración)
5. *Pratyahara* (atraer los sentidos hacia adentro)
6. *Dharana* (concentración)
7. *Dhyana* (meditación)
8. *Samadhi* (sentirse completo, pleno, uno con el universo).

Puedes investigar estos términos en Internet.



La postura tiene dos características: esfuerzo y comodidad. Y durante la práctica concentrar la atención en la respiración para lograr esas dos cualidades, la mente concentrada en el momento presente. Al finalizar tu *sadhana* (práctica) viene la sensación de bienestar y paz.

La respiración puede ser circular inhalación-exhalación, triangular donde haces una pausa entre inhalación y exhalación, cuadrada con dos retenciones una al inhalar y otra al exhalar, en diferentes tiempos cada fase. Para esta guía necesitas un maestro calificado.

La meditación se practica a través de ejercicios de visualización, técnicas de análisis, la atención en la respiración o el cultivo del silencio. El objetivo es comprender cómo se mueve la mente, por lo general en cinco direcciones: pensamientos reales e irreales, recuerdos, sueños e imaginación. También pueden clasificarse en pensamientos del pasado, del presente o del futuro. Nada mejor que vivir el aquí y ahora.

La terminología en yoga es extensa porque hay una filosofía muy basta detrás de esta disciplina, cada practicante decide hasta dónde es adecuado para él profundizar de acuerdo a sus creencias, circunstancias y preferencias. **N**

Namaste



Te invito a que me escuches en Radio Net 1490 los lunes a las 9:00 de la noche, los sábados a las 6:00 de la mañana y los domingos a las 7:00 de la mañana en el programa Armoniza tu Ser.

BÚSCALA EN FACEBOOK

Karuna Rivera
Yoga Juárez

nocimiento y experiencia, creamos un estilo de enseñanza en base a lo vivido en nuestro periodo de formación y crecimiento.

Ten cuidado de no cultivar el ego del maestro con falsas expectativas que te creas en la mente por sus capacidades físicas, mentales o espirituales. Los maestros luchamos contra este sentimiento con frecuencia, no creernos superiores o mejor a otros. Todos somos seres humanos no dioses.

Los yoga sutras son la guía del yogui donde se encuentran respuestas sobre qué es el yoga, porqué practicar yoga, cómo practicar yoga y explican las cuestiones filosóficas sobre la liberación.

Busca maestros calificados para tratar temas más profundos sobre la filosofía del yoga. Te recomiendo los videos de **Sri Swamy Sivananda de Benares, Ramiro Calle o Carlos Pomedá**, practicantes y estudiosos de la filosofía, ambos españoles. Y en textos los siguientes autores: **Parramahansa Yogananda, Ramacharaka, Iyengar y Ramiro Calle**.

Existe una clasificación de posturas de yoga, técnicas de respiración, formas de meditar.

Las posturas pueden ser clasificadas como posturas de pie, de equilibrio, sentadas, acostadas, de torsión, de flexión, de extensión, etc.

Cada una de ellas con un objetivo en particular: la estimulación de algún grupo de músculos o masaje para un órgano en especial.

Un hogar

para disfrutar
en familia

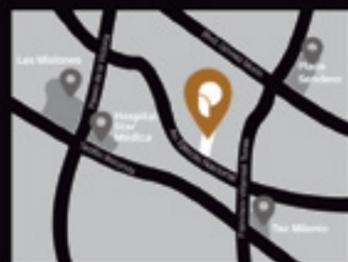


Visítanos en:
Prolongación Ejército Nacional

Tel. 639.8979

YVASA

f /yvasamx
www.yvasa.com



Tu casa tan refrescante
como un buen momento.



El calor se queda afuera con



ISOBLOCK GCC
Block térmico de concreto

Ventas:
800 1111 422



www.gcc.com/productos

CORONAVIRUS | COVID-19

Recomendaciones para DESINFECTAR TU DESPENSA



AL REALIZAR TUS COMPRAS:

- Evita guantes y accesorios
- No toques tu rostro
- No manipules los alimentos
- Usa SIEMPRE un cubrebocas
- Prepara una lista con anticipación
- Limita el uso del celular
- Respeta la sana distancia



AL LLEGAR A CASA



Retira los envases innecesarios y deséchalos en un cubo de basura con tapa.
Retira los envases de los alimentos y deséchalos.
Coloca los alimentos en un recipiente limpio.



Limpia los productos enlatados con un desinfectante antes de abrirlos o guardarlos.



Lava a fondo y con agua los productos no envasados, como las frutas y las verduras.

Y RECUERDA SOLAMENTE
SALIR A COMPRAR PRODUCTOS
ESSENCIALES COMO:

- ALIMENTOS
- MEDICAMENTOS
- ARTÍCULOS DE LIMPIEZA E HIGIENE