

ADemás: BUAP, nuevo capítulo en su historia con la inauguración de CU2

AGOSTO.SEPTIEMBRE 2024

Newsweek®

EN ESPAÑOL
PUEBLA

NEWSWEEKESPANOL.COM



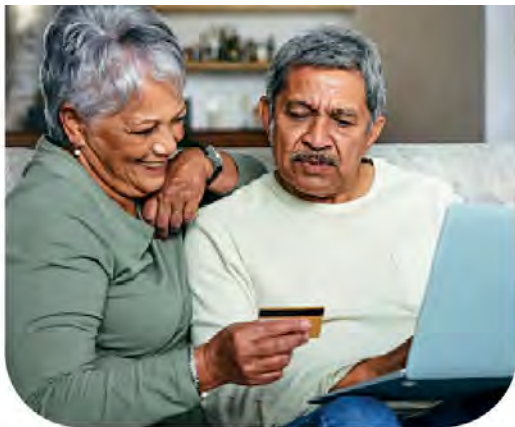
¿POR QUÉ CUIDAR DE NUESTRAS MASCOTAS NOS CUESTA TAN CARO?

ARGENTINA \$31.00 BOLIVIA \$825.00 CHILE \$2130.00 COLOMBIA \$83.900.00 COSTA RICA €1.900.00 ECUADOR \$4.00
EL SALVADOR \$31.00 GUATEMALA Q27.00 HONDURAS L75.00 MÉXICO \$40.00 NICARAGUA C\$95.00 PANAMÁ \$3.50
PARAGUAY G16.500.00 PERÚ S/11.00 PUERTO RICO US\$33.50 REP. DOMINICANA RD\$157.00 URUGUAY \$87.50 EE. UU. \$5.00

MX\$40



0047270800479



Juntos
contra el fraude



Protégete de los fraudes en esta temporada de rebajas, toma en cuenta las siguientes recomendaciones:

Antes de realizar una compra:



Valida cualquier oferta y/o anuncio, asegúrate de estar en el sitio oficial de la tienda antes de hacer una compra.



Siempre consulta la reputación de la tienda y revisa las reseñas de otros usuarios que hayan comprado.



Utiliza el CVV Dinámico de tu Tarjeta de Crédito y Débito para tus compras en línea, nunca lo compartas con nadie.

Después de realizar una compra:



Valida tú mismo los movimientos de tus Tarjetas y el estado de tus cuentas en BancaNet® o tu App de Citibanamex Móvil® para asegurarte que todo esté en orden.



Ante cualquier duda de un cargo que no reconozcas, comunícate a los números al reverso de tu Tarjeta, los cuales son para recibir tus llamadas. Nunca te llamaremos de ellos, si alguien lo hace es fraude.

Mantente al día:

Actualiza tu equipo de cómputo o dispositivo con los cuales realizarás tus compras con antivirus o las herramientas de seguridad de tu preferencia para evitar fraudes.

En esta temporada de rebajas protege tus compras en línea. Comparte estas recomendaciones a tus amigos(as) y familiares para juntos evitar que sean víctima de fraude **#JuntosContraElFraude**



PRINCIPALES

4 EDUCACIÓN

La BUAP abre nuevo capítulo en su historia con la **inauguración de CU2**

PORTADA:

FOTOARTE: ABRAHAM SOLÍS
CON FOTOS DE ADOBE STOCK



Facebook/Newsweek en Español
X @NewsweekEspañol
Instagram @newsweekenespañol
TikTok: @newsweekespañol

8 MANTENER A NUESTROS AMIGOS PELUDOS

NOS ESTÁ COSTANDO MUCHO DINERO

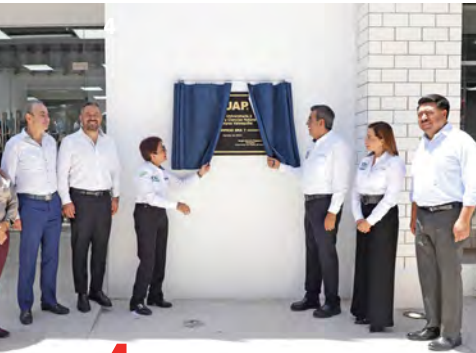
18

T-MEC: riesgos, éxitos y cuentas pendientes

El riesgo general de abrir el T-MEC es que se provoque una **disrupción en los balances** y que se ponga en peligro un acuerdo que ya es exitoso.

SECCIONES

Educación



4 INAUGURACIÓN DE CU2

Portada

8 Mantener a nuestros amigos peludos nos está costando mucho dinero

Horizontes

18 T-MEC: riesgos, éxitos y cuentas pendientes

22 Requisitos excesivos e informalidad, talón de Aquiles de las pymes en el T-MEC

Salud



26 Los demonios de la demencia



32 Docena de consejos para superar la temporada de gripa

Cultura



34 Del conflicto al fenómeno cultural global



40 Un poder superior para la construcción

44 Trámite: innovación y comunidad

46 'Nosotras', el viaje literario de Suzette Celaya

GRUPO EDITORIAL CRITERIO

DIRECTORA GENERAL _ Gloria Márquez
DIRECTOR COMERCIAL _ Manuel Montes de Oca

NEWSWEEK EN ESPAÑOL

DIRECTOR GENERAL _ José Luis Fernández de la Maza
DIRECTOR GENERAL ADJUNTO _ Miguel Ángel Jaime
DIRECTORA EDITORIAL _ Camila Sánchez Bolaño
COORDINADOR EDITORIAL _ Joel Aguirre A.
DISEÑO EDITORIAL _ Abraham Solís Saldaña
REPORTERAS Y EDITORAS WEB _ Emma Landeros Martínez y Kenia Hernández Rivera
REDES SOCIALES _ Paloma Corvera y Andrea García
TRADUCTORES _ Anaclara Chávez y José Ignacio Rodríguez
COLABORAN EN ESTA EDICIÓN _ Nancy Cooper, José Carlos Díaz, Eileen Falkenberg-Hull, Jake Lingeman, Carlos Alberto Martínez Castillo, Jessica Nasser.

NEWSWEEK EN ESPAÑOL, UNA DIVISIÓN DE NEWS FOR AMERICA LLC

CONSEJO DIRECTIVO _ José Luis Fernández de la Maza, Juan Diez-Canedo, Felipe Diez-Canedo, Gerardo Márquez Camacho, Camilo Sansores Mata
CONSEJERO EDITORIAL _ Jorge Ávila

NEWSWEEK MAGAZINE
PUBLISHED BY NEWSWEEK LLC

EDITORIA GLOBAL EN JEFE _ Nancy Cooper
EDITORIA ADJUNTA _ Diane Harris
VICEPRESIDENTE CREATIVO DE MARCA _ Michael Goesele
VICEPRESIDENTA DIGITAL _ Laura Davis
EDITORIA GERENTE _ Melissa Jewsbury
EDITOR DE PROYECTOS ESPECIALES _ Fred Guterl

NEWSWEEK (ISSN0028-9604) IS PUBLISHED BY NEWSWEEK LLC, 7 HANOVER SQUARE, 5TH FLOOR, NEW YORK, NY 10004. PUBLISHED IN COOPERATION WITH NEWSWEEK. NEWSWEEK.COM

PARTE DEL MATERIAL EDITORIAL DE ESTA REVISTA ES PUBLICADO BAJO LICENCIA DE NEWSWEEK

Newsweek en Español (ISSN: 1091-3416) Editada en México por News For America LLC, Circuito Interior Melchor Ocampo 193, Locales J28 y J29, Planta Alta, Plaza Galerías, Col. Verónica Anzures, Miguel Hidalgo, CP 11300, Reserva de uso de Título No. 04-2000-072412234900-102, Certificado de Licitud de Título No. 11424 y Certificado de Licitud de Contenido No. 8019 ante la Comisión Calificadora de Publicaciones de Revistas Ilustradas. • Impreso en Vida y Placer Impresiones: Montecito 38, Int. 18, Col. Nápoles, C. P. 03810. Registrada en la Oficina Postal como un semanario de noticias. Derechos reservados bajo la International Copyright Convention y bajo la Pan American Convention. Newsweek es una revista semanal editada desde 1933. Newsweek en Español está escrita y editada para una audiencia mundial y se publica semanalmente bajo licencia de Newsweek LLC. Derechos de propiedad intelectual y de traducción a cualquier idioma reservados en todos los países. Printed in Mexico

NEWSWEEK EN ESPAÑOL (ISSN: 1091-3416) IS PUBLISHED WEEKLY, PERIODICAL POSTAGE PAID AT MIAMI, FL. POSTMASTER: SEND ADDRESS CHANGES TO NEWS FOR AMERICA, 6355 NW 36TH STREET, SUITE 507, VIRGINIA GARDENS, FL 33166

PRINTED IN MEXICO

Las opiniones expresadas por los autores y colaboradores de Newsweek en Español no reflejan necesariamente la postura de los editores de la publicación. Asimismo, Newsweek en Español investiga acerca de la seriedad de sus anunciantes, pero no se responsabiliza por las ofertas relacionadas con estos.

CIRCULACIÓN CERTIFICADA POR EL INSTITUTO VERIFICADOR DE MEDIOS. REGISTRO NO. 312/01

COMENTARIOS: 
cartasaleditor@newsweekspanol.com
Newsweek en Español / Vol. 28,
no.8; agosto-septiembre 2024 © 2024

Publicada por News for America LLC bajo licencia de Newsweek, Inc. Todos los derechos reservados.
VENTAS DE PUBLICIDAD:
publicidad@newsweekspanol.com

NEWSWEEK EN ESPAÑOL PUEBLA

Director editorial:
Miguel Ángel Crisanto
Coordinador editorial:
Beatriz H. Notario Sánchez
Administración / Ventas
14 Ote. 2803 Col. Humboldt

San FRANCISCO

FERIA DE PACHUGA 2024



DEL 26 DE SEPTIEMBRE
AL 20 DE OCTUBRE

¡Láte con orgullo!



El futuro para miles de estudiantes
inicia con esta nueva sede



La BUAP abre nuevo capítulo en su historia con la inauguración de CU2





La mirada visionaria de la Rectora María Lilia Cedillo Ramírez, con el apoyo del gobernador de Puebla, Sergio Salomón Céspedes Peregrina, permitió que miles de alumnos y alumnas pisaran por primera vez este nuevo campus, constituido en su primera etapa por siete edificios, donde se ofertan 27 programas de licenciatura de las áreas de Ingenierías, Ciencias Exactas y Ciencias Naturales

LOS ANHELOS SON CÍCLICOS y con esta premisa la BUAP escribe hoy un nuevo capítulo en su historia: ajustada a su tiempo responde y atiende a las necesidades de miles de familias que aspiran un lugar para sus hijos dentro de la Máxima Casa de Estudios en Puebla. Hoy se inauguró Ciudad Universitaria 2 (CU2) para recibir a más de 5 mil alumnos; la cifra coincide con la misma demanda que impulsó, pero en 1963, la creación de Ciudad Universitaria (CU), ante un saturado y antiguo Colegio Carolino.

La mirada visionaria de la Rectora María Lilia Cedillo Ramírez, con el apoyo del gobernador de Puebla, Sergio Salomón Céspedes Peregrina, permitió que miles de alumnos y alumnas pisaran por primera vez este nuevo campus, constituido en su primera etapa por siete edificios, donde se ofertan 27 programas de licenciatura de las áreas de Ingenierías, Ciencias Exactas y Ciencias Naturales. Es un día de fiesta y algarabía por la promesa que revela la construcción de un futuro.

En la ceremonia de inauguración, la doctora Lilia Cedillo reconoció al gobernador “como un hombre que cumple sus compromisos”, agradeció su respaldo, al igual que el de los gobiernos federal y municipal, que apostaron por la educación. Recordó que CU2 nació de la necesidad de brindar oportunidades de estudio a un mayor número de alumnos y alumnas, ya que cada año la institución recibe un promedio de 70 mil aspirantes, de los cuales sólo es posible aceptar

a la mitad. Adelantó que en la segunda etapa de CU2 se inaugurarán cuatro edificios más destinados a laboratorios.

Por su parte, el gobernador Sergio Salomón Céspedes puntualizó que la inauguración de CU2 significa la materialización de un sueño: “Nació del deseo de una educación de calidad, como clave para un futuro más igualitario y próspero, que no sólo responde a las necesidades actuales, también anticipa las demandas del mañana y así reafirmamos nuestro compromiso con las futuras generaciones”.

Se trata, dijo, de un momento histórico para la entidad: “Hemos llegado aquí con una visión compartida, un esfuerzo conjunto y un profundo compromiso”, por lo que agradeció a la Rectora María Lilia Cedillo Ramírez hacerlo participe de este proyecto y reconoció en ella a una gran rectora.

Así, el inicio de esta historia estuvo marcado por la siembra simbólica de un encino que realizó la Rectora Lilia Cedillo y el gobernador Céspedes Peregrina. Con este acto la BUAP ratificó su compromiso por restaurar el medio ambiente y mejorar el entorno. La colocación de la escultura del artista Carlos Luna, un emblemático Lobo, así como la develación de una placa y la colocación de una cápsula del tiempo, hecha por estudiantes y profesores de las facultades de Ingeniería, Ciencias Físico Matemáticas y la Escuela de Artes Plásticas y Audiovisuales, representan la promesa de brindar más espacios



y egresar a quienes buscan mejorar sus vidas y las de sus familias.

Humo de colores, azul, verde y tonos amarillos, un alebrije gigante que avanza al ritmo de la música de la Orquesta Sinfónica de la BUAP y los grupos de danza y teatro del Complejo Cultural Universitario hicieron gala de su arte, todo para dar vida y recibir a los miembros de esta nueva sede.

CU2, INFRAESTRUCTURA EDUCATIVA PARA EL CRECIMIENTO SOCIAL

Ciudad Universitaria 2, ubicada en el entorno arquitectónico y natural del Eco-campus Valsequillo, en la Junta Auxiliar de San Pedro Zacachimalpa, es un proyecto de largo alcance, en el que se prevé un crecimiento gradual de su infraestructura y matrícula, la cual inicia con 5 mil 792 estudiantes de nuevo ingreso.

La primera etapa de CU2 también tuvo un impacto en la economía, pues su construcción representó mil empleos temporales, en beneficio de igual número de familias. Al respecto, la Rectora Lilia Cedillo destacó la participación en trabajos

de construcción de tres jóvenes estudiantes de Derecho, Ingeniería en Sistemas Automotrices y Veterinaria, quienes “con sus manos construyeron el futuro de sus compañeros”.

En materia de movilidad, para estudiantes y docentes se adquirieron 20 unidades del Sistema de Transporte Universitario (STU), de las cuales empezarán a operar ocho y posteriormente se incorporarán las otras 11. El servicio es gratuito, de lunes a viernes.

Al igual que en CU, en este nuevo campus se desarrollan proyectos, acciones y propuestas en materia de sustentabilidad, para hacer de éste un campus verde y se incorpore al Ranking Green Metric World University, en el cual la BUAP lleva cinco años como segunda universidad más sustentable de México.

Sin duda, CU2 representa múltiples beneficios sociales. Por sí mismo amplía las oportunidades de estudio para los jóvenes. Además, es una condición para el desarrollo socioeconómico de la zona de San Pedro Zacachimalpa, al contribuir a

mejorar las vialidades e impulsar las actividades económicas; preservar y mejorar las condiciones del parque estatal “Humedal Valsequillo”; y contar con un Parque Temático Universitario para la preservación del medio ambiente y la realización de actividades deportivas y de esparcimiento.

A la Rectora Lilia Cedillo también la acompañaron en esta inauguración Alfonso Hernández Téllez, director de Planeación y Evaluación de la SEP federal; Gabriela Bonilla, presidenta del Sistema Estatal DIF; Javier Aquino Limón, secretario de Gobernación del estado de Puebla; Jorge Estefan Chidiac, secretario de Educación Pública del estado de Puebla; Celina Peña Guzmán, en representación del gobernador electo Alejandro Armenta Mier; Adán Domínguez Sánchez, presidente municipal de Puebla; y Juan Carlos Jiménez Jiménez, presidente de la Junta Auxiliar de San Pedro Zacachimalpa.

Además, invitados especiales, como rectores de instituciones de educación superior, el arzobispo de Puebla, Víctor Sánchez Espinoza, el ex gobernador Melquiades Morales Flores, así como representantes de los poderes legislativo y judicial, entre otros. **N**



MANTENER A NUESTROS AMIGOS PELUDOS NOS ESTÁ COSTANDO MUCHO DINERO

El costo del cuidado de nuestros compañeros de cuatro patas ha aumentado considerablemente, lo que tiene a muchos dueños preocupados por cómo mantenerlos.



➤ SON NUESTROS MEJORES AMIGOS, parte de la familia y una fuente infinita de consuelo, alegría y risas, pero las mascotas también se están convirtiendo en compañeros cada vez más costosos para los tutores y amantes de los animalitos.

Una mayoría de 72 por ciento de los dueños de mascotas que respondieron a una encuesta exclusiva de Redfield & Wilton Strategies, realizada a nombre de *Newsweek*, contestó que el costo de cuidar a sus animales de compañía aumentó en el último año.

La encuesta se realizó entre una población de muestra de 1,500 votantes elegibles. Una mayoría de 65 por ciento de todos los encuestados reveló que

tenía una mascota en el momento de la encuesta. La mayoría de estos hogares tienen un perro, seguidos de las casas con un gato. En 2022, según los últimos datos publicados por la APPA, los dueños de mascotas gastaron un total de 136,800 millones de dólares en sus compañeros peludos frente a los 123,600 millones de dólares del año anterior. Y el aumento de los costos es motivo de preocupación para muchas personas.

Alrededor de 43 por ciento de los encuestados dijeron que estaban muy (21 por ciento) o bastante (22 por ciento) preocupados por su capacidad para mantener financieramente a su mascota, mientras que 22 por ciento adicional estaba ligeramente preocupado.

En promedio, los dueños de perros gastan más (alrededor de 1,400 dólares al año) que los dueños de gatos (1,200 dólares), considerando todos los desembolsos posibles: vacunas, cama, comida, correas, arneses, collares, artículos de aseo, entrenamiento, alojamiento y pasaporte.

POR QUÉ LAS MASCOTAS SE HAN VUELTO MÁS CARAS

LA RAZÓN PRINCIPAL POR LA QUE EL costo de tener una mascota ha aumentado en los últimos años está relacionada con los servicios veterinarios más caros.

“Al igual que en otros sectores de atención médica, el costo de brindar servicios médicos veterinarios continúa aumentando”, dice a *Newsweek* la Dra. Rena Carlson, presidenta de

POR

GIULIA
CARBONARO



TEMORES FINANCIEROS. Una mayoría de tutores dijo en una encuesta para *Newsweek* que el cuidado de sus mascotas es una preocupación creciente debido al aumento de los costos.

Los propietarios de perros gastan más que los dueños de gatos considerando desembolsos como vacunas, comida, artículos de aseo y entrenamiento.

la Asociación Estadounidense de Medicina Veterinaria.

“Las razones incluyen el aumento del costo de los productos farmacéuticos utilizados para tratar enfermedades agudas y crónicas; la necesidad de adquirir nuevas tecnologías y los últimos equipos médicos para garantizar que los veterinarios pue-

dan brindar la atención más eficaz y actualizada a sus pacientes; y aumentos en los gastos operativos generales, como electricidad, rentas, hipotecas de edificios y servicios de telecomunicaciones”, agrega.

La atención veterinaria se ha vuelto más sofisticada, añade Carlson, al mismo tiempo que las mascotas comienzan a vivir más tiempo. “Esto es algo muy bueno, por supuesto, pero también significa que se necesita más atención veterinaria durante la vida de un animal”.

No todo el mundo puede mantenerse al día con estos costos que van en aumento. Alrededor de 37 por ciento de los dueños de mascotas que respondieron a la encuesta Redfield & Wilton Strategies/*Newsweek* contestaron que les resultaría difícil

pagar una cirugía menor para su animalito en este momento.

El costo elevado de cuidar a un animal y comprarle suministros es particularmente alto para las personas que viven en la pobreza. “Varios millones de mascotas viven en hogares afectados por la pobreza o en áreas desatendidas donde los recursos son limitados o esencialmente inexistentes”, responde a *Newsweek* Amanda Arrington, vicepresidenta de la campaña para ampliar el acceso a los cuidados de la Humane Society.

“Estamos trabajando para aumentar la equidad en el acceso a los cuidados veterinario a través de una variedad de enfoques interconectados: servicios comunitarios, creación de políticas, capacitación

para profesionales veterinarios y de bienestar animal, alianzas corporativas y programas de atención directa que brindan atención veterinaria, suministros para mascotas, y otros servicios de cuidado animal e información sin costo para los dueños de mascotas”, añade. “Quienes buscan ayudar a que las mascotas permanezcan con sus familias pueden hacer acciones simples como donar a un banco de alimentos para mascotas o a un fondo de atención veterinaria”.

FACTURAS DEL VETERINARIO VS. SEGURO PARA MASCOTAS

MARY LEONE, DE PORTLAND, OREGÓN, es la orgullosa dueña de un perro rescatado llamado Frisco, una mezcla de 19 razas. Frisco lleva casi cuatro años con ella, ya que lo adoptó hacia el comienzo de la pandemia. “Él es lo que llamamos un cachorro pandémico”, comenta a *Newsweek*. Leone gasta alrededor de 250 dólares por mes en “cosas rutinarias” para Frisco. “Esto incluye su comida, premios, paseador de perros, seguro para mascotas, etcétera”. Su mayor gasto relacionado con su mascota probablemente sean las facturas del veterinario, explica.

“Una revisión veterinaria de rutina con vacunas incluidas puede añadir a los gastos, pero se trata principalmente de los costos adicionales de llevarlos a un hospital o urgencias veterinarias si algo está muy mal”, comenta. “Afortunadamente, hace tiempo que Frisco no visita la sala de emergencias, pero para darte una idea, el perro de mi novio tuvo que ir a urgencias hace unos meses por ingerir chocolate —el cual es venenoso para los perros— y esa visita, que en realidad solo implicaba que le indujeran el vómito y le dieran algunos



SALUD DE ORO. La razón principal por la que el costo de tener una mascota ha aumentado está relacionada con los servicios veterinarios más caros.

líquidos después, costó alrededor de 500 dólares”.

Leone asegura que los gastos relacionados con las mascotas “definitivamente se acumulan”. Dice que es difícil tener que decidir entre “invertir en un seguro para mascotas, que es un costo mensual continuo que se acumula a lo largo de su vida, o simplemente esperar que habrá al menos algunas visitas inesperadas al veterinario a lo largo de su vida que podrían ser bastante costosas —tal vez incluso entre 5,000 y 10,000 dólares si se trata de una cirugía”.

Muchos propietarios recurren a pólizas de seguro para mascotas

para evitar gastos veterinarios más altos en caso de que algo malo suceda de forma inesperada. Pero la Dra. Rena Carlson explica que la atención veterinaria preventiva, como vacunas, desparasitaciones y control de peso, es “la mejor manera de mantener a los animales sanos y felices durante muchos años” y prevenir costosos problemas de salud en el futuro.

Leone añade que, aunque “las cosas pueden resultar caras, Frisco es el mejor perro y lo amo más que a nada. Él vale cada centavo al cien por ciento”. **N**

PUBLICADO EN COOPERACIÓN CON NEWSWEEK
PUBLISHED IN COOPERATION WITH NEWSWEEK

FOTO: ADOBE STOCK



COMIDA SALUDABLE. Agregar nutrientes y vitaminas a su dieta mejorará su sistema inmune, promoverá una digestión saludable y ayudará a sus articulaciones y huesos.

CINCO FORMAS DE MANTENER SANO A TU PERRO

Al igual que un humano, un perro requiere especial atención en su comida, bebida, salud mental y otros factores.

➤ QUEREMOS QUE NUESTROS amados perros vivan una vida larga, pero también saludable —entre otras razones, para mantener las facturas veterinarias al mínimo.

El American Kennel Club informa que la esperanza de vida promedio de las razas de perros pequeños es de entre 10 y 15 años.

**POR
LIZ
O'CONNELL**

El beagle, una raza popular, tiene una vida media de 12 años. El labrador, mucho más grande, una de las razas de perros más populares durante la última década, también puede alcanzar los 12 años. Sin embargo, algunos perros pueden vivir bien hasta los 18 años.

El médico veterinario Pete Wedderburn habla con *Newsweek* sobre cinco formas en que los propietarios

de perros pueden mantener sanos a sus animales durante toda su vida.

“Los perros no pueden diseñar sus propias vidas”, comenta Wedderburn. “Dependen de nosotros para darle forma a sus vidas”.

1. DIETA

LOS TUTORES PUEDEN COMENZAR con una excelente elección de alimentos para sus mejores amigos de cuatro patas, pero la dieta de un perro deberá actualizarse a medida que su sistema digestivo cambia con la edad. Llenar sus tazones con in-

gredientes de alta calidad hace una gran diferencia.

Cuando un perro envejece, sus necesidades y nutrientes cambiarán y es probable que los tutores tengan que ajustar la dieta. Pero la dieta no se trata solo de la comida; el agua es clave para mantenerlos sanos e hidratados. “Necesitan acceso a agua fresca”, añade Wedderburn. “Hay que cambiarla todos los días”.

2. SUPLEMENTOS

PARTE DE LA DIETA DE UN PERRO PARA una vida más larga y saludable incluye suplementos. Agregar nutrientes y vitaminas mejorará su sistema inmune, promoverá una digestión saludable y ayudará a la salud de sus articulaciones y huesos.

Si bien hay muchos suplementos para elegir, Wedderburn enfatiza el uso de ácidos grasos omega-3 para ayudar a fortalecer el corazón, las articulaciones, el pelaje, la piel y el sistema inmune del perro. Explica que la forma más sencilla de incorporarlos a su dieta es a través de cápsulas.

Es importante darles tiempo para que se adapten a los alimentos y suplementos. Espera unos dos meses con una rutina, aconseja Wedderburn, ya que los nutrientes tardan aproximadamente ese tiempo en absorberse por completo.

La Dra. Daisy May, cirujana veterinaria, explica por su parte que también recomienda ácidos grasos omega-3, así como suplementos que contengan glucosamina y condroitina. Estos ayudarán a mantener las articulaciones sanas tanto en perros activos como en aquellos que están envejeciendo.



SALUD DENTAL. Se recomienda cepillar los dientes del perro al menos dos veces por semana y programar limpiezas dentales con el veterinario al menos una vez al año.

3. ESTIMULACIÓN Y ENRIQUECIMIENTO MENTAL

LA SALUD Y LA ESTIMULACIÓN MENTAL de los perros son tan importantes como su salud física. Wedderburn destaca una versión novedosa de estimulación mental que ha visto en línea: los tapetes para lamer.

Los dueños pueden poner diferentes alimentos sobre estos tapetes de silicón, como mantequilla de cacahuete o puré de plátano. Los diferentes alimentos saludables fomentarán el acto de lamer, que es un comporta-

miento calmante para perros aburridos o ansiosos. O puede usarse como un juguete nuevo y divertido.

Otras opciones de enriquecimiento incluyen juguetes rompecabezas y sesiones de entrenamiento. Mantener a los perros estimulados también puede reducir los problemas de conducta, afirma May, consultada por *Newsweek*.

4. SALUD DENTAL

LA CLÍNICA CLEVELAND INFORMA que, más allá de una sonrisa amari-



Cuando un perro envejece, sus necesidades y nutrientes cambiarán y es probable que los tutores tengan que ajustar la dieta.

tu perro al menos dos o tres veces por semana y programar limpiezas dentales con el veterinario al menos una vez al año”.

Wedderburn sugiere que los tutores cepillen los dientes frontales de un perro, ya que llegar a los posteriores podría ser un poco más difícil. Para limpiar los dientes posteriores, dice, se deben utilizar masticables dentales cuya eficacia esté clínicamente probada.

5. MINIMIZAR EL ESTRÉS

SI BIEN TODOS LOS TUTORES INTENTAN priorizar a sus perros, a veces la vida se atraviesa en el camino. Tal vez te vayas de vacaciones o a un viaje de trabajo y, por mucho que quieras llevar a tu perro, no siempre es posible.

Algunas personas recurren a mantener a sus perros en guarderías caninas. Pero sacarlos de su hogar familiar y limitar su atención individual puede causar que algunos animales se sientan deprimidos. “La gente puede ser amable allí, pero es diferente de su contexto normal”, comenta Wedderburn.

Sugiere optar por un cuidador de mascotas para brindar atención

canina. Los propietarios incluso pueden contratar cuidadores para que se queden en su casa, lo que ayudará a sus perros a sentirse cómodos en su propio territorio que les es familiar.

Mantener estos factores de estrés al mínimo es especialmente importante para los perros mayores, ya que pueden verse más afectados que los cachorros más jóvenes.

OTRAS MANERAS DE AYUDAR A TU PERRO

AUNQUE ESTOS CINCO CONSEJOS SON pautas para ayudar a tu perro a vivir el mayor tiempo posible, no tienes por qué detenerte ahí. Wedderburn también destaca la importancia del sueño para los perros.

“La gente no piensa lo suficiente en si su perro descansa bien”, explica. “Es realmente importante cuidarlo”.

Wedderburn asegura que una cama cálida y suave puede marcar la diferencia para ellos y sus articulaciones.

La Dra Daisy May también enfatiza en la importancia de programar visitas periódicas al veterinario, ya que los exámenes anuales y las visitas semestrales para los perros mayores permitirán a los equipos médicos monitorear la salud general, detectar problemas a tiempo y brindar tratamiento o recomendaciones para las necesidades específicas de cada perro.

“Detectar posibles problemas médicos en sus etapas iniciales nos brinda la mejor oportunidad de resolverlos con éxito”, concluye May. [N](#)

PUBLICADO EN COOPERACIÓN CON NEWSWEEK
PUBLISHED IN COOPERATION WITH NEWSWEEK

lenta y mal aliento, una mala salud dental en humanos puede provocar problemas de salud como enfermedades de las encías, neumonía, enfermedades cardiovasculares o endocarditis, y Wedderburn afirma que lo mismo ocurre con los perros.

“La acumulación de placa dental y sarro puede provocar enfermedades de las encías, pérdida de dientes e infecciones graves que afectan la boca, los riñones, el corazón y las articulaciones”, añade May. “Recomiendo cepillar los dientes de



MARS PET NUTRITION MÉXICO invierte 3,500 millones de pesos para las expansiones de su planta de alimento húmedo para mascotas en Querétaro.

EL RETO DE LLEVAR ALIMENTO A 7 DE CADA 10 HOGARES DE MÉXICO DONDE HAY PERRHIJOS Y GATHIJOS

Con inversiones de 3,500 millones de pesos en su planta de Querétaro, Mars Pet Nutrition México busca incrementar su oferta de alimento húmedo en el país.

EN MÉXICO, SIETE DE CADA diez hogares tienen algún tipo de mascota, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado 2021 del Inegi. La investigación estima que hay 43.8 millones de perros en hogares mexicanos, o perrhijos, así como 16.2 millones de gatos, o gathijos. La alimentación de las mascotas es un factor fundamen-

tal para la mayoría de los tutores de gathijos y perrhijos.

“La relación de los tutores con sus perros y gatos ha evolucionado y lo seguirá haciendo. Hoy por hoy, las mascotas ocupan un lugar más cercano en nuestra casa y forman parte de nuestra familia. Esta relación de cercanía y el interés por mejorar su vida ha llevado a los consumidores a ser más conscientes de cuidar la sa-

lud y alimentación de las mascotas”, expresa Mauricio Espinosa, director de Manufactura de Mars Pet Nutrition México.

En este contexto, en su planta de alimento húmedo para mascotas en Querétaro Mars Petcare inaugura su primera expansión y anuncia una segunda ampliación, lo que equivale a una inversión total de 3,500 millones de pesos en los últimos tres años, posiciona a la planta como la más grande del mundo dentro de Mars. También refuerza el compromiso de la compañía con la innovación y el desarrollo sostenible.

“La relación de los tutores con sus perros y gatos ha evolucionado y lo seguirá haciendo. Las mascotas forman parte de nuestra familia”.

“Nos llena de orgullo mencionar que en julio inauguramos nuestra primera expansión y anunciamos una segunda ampliación en la planta de alimento húmedo para mascotas de Querétaro. Lo que equivale a una inversión total de 3,500 millones de pesos en los últimos tres años. Nuestro principal objetivo es seguir desarrollando el mercado de alimento húmedo para mascotas, ya que su crecimiento es aún más rápido que la categoría”, explica Espinosa.

La expansión permitirá a Mars cuadruplicar su capacidad inicial de producción, preparándose así para satisfacer la demanda creciente de productos. De esta manera no solo se producirán sobres de alimento Pedigree y Whiskas para el mercado mexicano, sino que la planta se convertirá en un hub exportador para el mercado del continente americano.

“Gracias a esta nueva expansión esperamos cuadruplicar nuestra capacidad inicial de producción. Esto significa que podremos satisfacer la demanda incremental de productos como nuestros sobres de Pedigree y Whiskas. Además, estaremos mejor preparados para continuar con los planes de innovación de los próximos años. Nos sentimos muy orgullosos de que esta planta se convertirá en la más grande del mundo Mars, lo cual es un hito significativo



MAURICIO ESPINOSA, director de Manufactura de Mars Pet Nutrition México.

para nosotros”, expresa el director de Manufactura de Mars Pet Nutrition México.

Se espera que la segunda expansión esté completa en 2025; esta incluye añadir 14 líneas de producción, de las cuales ocho ya están en operación.

DE QUERÉTARO PARA LATINOAMÉRICA

LA PRODUCCIÓN GENERADA POR ESTA expansión se exportará a ocho países de Latinoamérica: Colombia, Costa Rica, El Salvador, Guatemala, Honduras, Nicaragua, República Dominicana y Panamá.

“Esta estrategia nos permitirá una mejor distribución y disponibilidad de nuestros productos en estos

mercados, satisfacer la creciente demanda y mejorar nuestra capacidad de respuesta a las necesidades de los consumidores”, enfatiza el directivo.

La planta de Querétaro producirá principalmente sobres de alimento húmedo para mascotas de las marcas Pedigree y Whiskas. Al finalizar las expansiones se espera desarrollar más de 70 productos diferentes. “Esto nos brinda la flexibilidad necesaria para continuar con los planes de innovación para los próximos años”, indica Espinosa.

APUESTA POR LA TECNOLOGÍA Y LA SOSTENIBILIDAD

LA INVERSIÓN PREVÉ LA IMPLEMENTACIÓN de tecnologías avanzadas que mejorarán la eficiencia y calidad de

los productos. Asimismo, se introducirán sistemas de optimización energética y ahorro de agua, se reutilizarán aguas pluviales y se aplicarán tratamientos avanzados que permitirán reutilizar más del 80 por ciento del agua.

Además, la planta adoptará tecnologías que permitirán ofrecer alimentos con diversos beneficios y presentaciones, así como nuevas recetas. Esto permitirá satisfacer las necesidades específicas de las mascotas según su especie, etapa de vida y tamaño.

“Por ejemplo, los gatos, que son animales de origen desértico, suelen tomar poca agua, por ello el alimento húmedo representa una gran alternativa para hidratarse de forma indirecta, ya que alrededor de 80 por ciento de su composición es agua. Además, la portabilidad, las diferentes texturas y el gran sabor también brindan a los tutores de mascotas la posibilidad de fortalecer el vínculo con su perro o gato al momento de la comida”, explica Espinosa.

La planta operará con electricidad 100 por ciento renovable proveniente del parque eólico en Dzilam Bravo, Yucatán. Desde 2012, Mars no envía residuos a relleno sanitario, y esta planta seguirá esa política.

“Seguimos de manera constante y alineados con nuestros Cinco Principios: Calidad, Responsabilidad, Eficiencia, Reciprocidad y Libertad, evaluando la manera en que operamos”, enfatiza Mauricio Espinosa.

Además, se implementará una nueva mecánica de elaboración de empaques que mejorará la eficiencia logística y reducirá el impacto ambiental, con lo que se contribuye a las metas de sustentabilidad de Mars. “La nueva mecánica de elaboración de empaques se centrará en hacer



LA PLANTA ADOPTARÁ TECNOLOGÍAS que permitirán ofrecer comida para los perritos y gathitos con diversos beneficios y presentaciones.

más eficiente y funcional el número de productos por tarima”, explica.

EL IMPACTO DE LAS INVERSIONES

LAS INVERSIONES REALIZADAS DESDE 2018 han sido cruciales para el crecimiento de Mars en México y la región. La primera inversión permitió establecer la planta de alimento húmedo en Querétaro, y las recientes expansiones les permitirán generar más de 300 empleos fijos, y durante los trabajos de expansión ofrecerán 600 temporales.

“Finalmente, con la segunda ampliación lograremos incluso cuadruplicar nuestra capacidad de produc-

ción inicial”, señala el directivo.

México ha emergido como el cuarto mercado más importante para Mars a nivel global debido a la creciente demanda de alimentos para mascotas y su posición estratégica como hub exportador.

Los productos de Mars Petcare buscan una continua evolución para ofrecer artículos de gran calidad, mientras acompañan a los tutores de mascotas en conceptos importantes como adopción responsable, promoción del bienestar animal e impulso a las ciudades para que den la bienvenida a los animales de compañía, alineados con su propósito de trabajar cada día por Un Mundo Mejor para las Mascotas.

Por ello, Mars Petcare tiene una estrategia a largo plazo centrada en fortalecer su presencia en México y Latinoamérica. Además, continuará impulsando iniciativas y programas sustentables, cuidando del medioambiente y contribuyendo al bienestar de las comunidades. Actualmente, Mars Petcare genera más de 2,200 empleos en México, lo que impacta positivamente en la economía local. ▲

“La portabilidad, las texturas y el sabor brindan a los tutores la posibilidad de fortalecer el vínculo con su perro o gato al momento de la comida”.

Fuego y hielo. La creciente presencia de China en el Ártico está avivando las tensiones con Estados Unidos.



IMAGEN: TRINE LISE SVIGGUM HELGERUD



Entérate de los temas de relevancia. Ponemos las noticias al alcance de tu mano.

Newsweek
EN ESPAÑOL

Consulta 
newsweekespanol.com

Los tiempos se comprenden mejor si estamos informados adecuadamente.



Newsweek en Español



@NewsweekEspanol



@newsweekespanol



@newsweekespanol

T-MEC: riesgos, éxitos y cuentas pendientes



LA PRIMERA REVISIÓN DEL T-MEC, en 2026, será crucial porque no se trata de realizar una renegociación, sino una clase de supervisión.

El riesgo general de abrir el T-MEC es que se provoque una disrupción en los balances y que se ponga en peligro un acuerdo que ya es exitoso.

LOS RESULTADOS DEL TRATADO entre México, Estados Unidos y Canadá (T-MEC), a cuatro años de vigencia, significan un enorme crecimiento en materia comercial, pues solo entre México y Estados Unidos la suma asciende a más de 800,000 millones de dólares.

Mientras tanto, de acuerdo con el economista Kenneth Smith Ramos, jefe

POR
**EMMA LANDEROS
MARTÍNEZ**

de la Negociación Técnica de México para la modernización del ahora llamado T-MEC, el valor del tratado en su totalidad para los tres países se aproxima a los 2 trillones de dólares: “Sin duda hay un incremento comercial importante en la región a partir del T-MEC”.

La sustitución del Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN) por el T-MEC fue un acontecimiento comercial de alta relevan-

cia para la región, lo cual se debió a que en 2017 hubo una amenaza real por parte de Estados Unidos de salirse del acuerdo.

“Ello sucedió bajo la administración del entonces presidente Donald Trump; empero, se logró no solamente evitar que tuviéramos un retroceso o pérdida del tratado, sino que tuvimos acceso al mercado más importante del mundo y, al mismo tiempo, al de Canadá, todo ello man-

teniendo el libre comercio”, indica el también internacionalista en entrevista con *Newsweek en Español*.

De esta manera, todos los productos que se comercian entre México, Estados Unidos y la gran mayoría con Canadá siguen libres de aranceles. El economista explica que en aquel momento se logró modernizar el tratado gracias a que México y Canadá coincidieron en que el libre comercio debería continuar con nuevas reglas necesarias para la operación de la economía del siglo XXI.

Las nuevas reglas del acuerdo contemplan estrategias para promover el comercio digital, para garantizar las mejores prácticas regulatorias y para regular el comportamiento de las empresas propiedad del Estado cuando compiten con empresas del sector privado.

Como ejemplo está el caso del sector energético, en el cual hubo un cambio importante dentro del T-MEC en términos de modernización. Ello se refleja en la reforma energética de México entre 2013 y 2014, la cual permite la entrada y participación plena de la iniciativa privada en diversas áreas del sector energético que antes estaban reservadas al Estado, tales como la generación eléctrica, operación de gasolineras y en terminales marítimas e importación y exportación de petrolíferos y sus derivados, así como una serie de actividades nuevas que no existían en el TLCAN y que ahora fortalecen el marco de libre comercio.

Ejemplo de lo anterior son los nuevos capítulos que brindan fortaleza a todo lo que tiene que ver con la protección de los derechos laborales y la conservación del medioambiente.

“Antes estos temas no eran capítulos integrales del TLCAN, sino acuer-

dos paralelos, es decir, una especie de segundo nivel con menos responsabilidades y no sujeto a solución de controversias”, explica Smith Ramos. “Ello cambió con el T-MEC y ahora son la parte central del acuerdo, tienen el mismo peso y los mismos dientes que cualquier otro capítulo, lo que significa que si hay violaciones laborales y medioambientales puede haber retiro de preferencias arancelarias”.

“El T-MEC es un tratado robusto que mantiene el libre comercio y que a su vez se moderniza conforme las necesidades lo requieren”.

UN TRATADO ROBUSTO

DERIVADO DE AMBOS TEMAS SE AÑADE un capítulo para combatir las prácticas de corrupción a través de mecanismos de cooperación y otro para fomentar la entrada de las pequeñas y medianas empresas (pymes) al entorno global de comercio, así como para ayudarlas a fomentar su participación.

Además, se escribió un capítulo centrado en la competitividad, donde se crean iniciativas de cooperación paralelas a las reglas “duras” de libre comercio en el tratado y que son iniciativas de cooperación a largo plazo.

En ese aspecto, el T-MEC ha sido punto de unión de los tres países, tal es el caso de la Cumbre de Líderes de América del Norte de 2023, donde surgió el compromiso de trabajar de

manera trilateral para fortalecer las cadenas de valor y dejar de depender del continente asiático en sectores del futuro como los semiconductores, las baterías de litio y los equipos médicos de alta tecnología.

“En ese sentido es un tratado robusto que mantiene el libre comercio y que a su vez se moderniza conforme las necesidades lo requieren”, reflexiona Smith. De esta forma, México resulta muy beneficiado debido a que está bien posicionado como destino de inversiones: “Solamente el año pasado se recibieron cifras récord de 36,000 millones de dólares de inversión extranjera; se han diversificado los países que hacen negocios en este país”.

Como dato, en la actualidad no más de 55 por ciento de las inversiones provienen de Estados Unidos como sucedía hace diez años; hoy entre 40 y 45 por ciento de las inversiones proceden de distintos países.

La primera revisión del T-MEC será en 2026, la cual será crucial porque no se trata de realizar una renegociación, sino una clase de supervisión donde los tres países pueden hacer recomendaciones sobre cómo mejorar el funcionamiento del acuerdo y cómo continuar con este por 16 años más.

Mientras tanto, el resultado de la elección presidencial en Estados Unidos provocará un impacto en la relación con México, y ello podría reflejarse en la revisión de 2026. Por lo pronto, “las señales que ha enviado la presidenta electa, Claudia Sheinbaum, han sido positivas porque ha nombrado miembros en su gabinete del lado económico y de política exterior con mucha experiencia, sin dejar de observar que quiere poner énfasis en el desarrollo de energías renovables”, indica Smith.

Horizontes

“Por ahora se espera conocer qué tanto (Sheinbaum) puede modificar la política energética que ha implementado el presidente Andrés Manuel López Obrador, quien se centró en el fortalecimiento de los monopolios estatales, tanto Pemex como CFE. La presidenta electa ya habla de trabajar con el segmento privado para generar inversión productiva en el sector energético y llevar a cabo una transición hacia las energías renovables. El mensaje es positivo para la economía”.

EL T-MEC PODRÍA GENERAR TURBULENCIA

HOY EN DÍA ESTADOS UNIDOS LIBRA una guerra comercial apodada “la guerra fría del siglo XXI”, pues está en competencia contra China por la supremacía económica, militar y tecnológica. De ello México se ha beneficiado en los últimos años porque ha aumentado sus exportaciones al país vecino y se ha convertido en su principal socio comercial.

Sin embargo, la otra cara de la moneda es que, a su vez, están aumentando de manera considerable las presiones por parte de Estados Unidos, tanto del candidato Donald Trump como de la administración de Joe Biden, quienes no ven como positivas las inversiones que planea hacer China en México en sectores que Estados Unidos considera estratégicos, como los de semiconductores, baterías de litio y vehículos eléctricos.

En ese sentido, indica el economista, lo peor que pueden hacer los tres países es, más que revisarlo, intentar reabrir el T-MEC. “El tratado está funcionando, y si acaso Estados Unidos pidiera reabrirlo para renegociar, cambiar las reglas de origen y tratar de excluir a China, se abriría



“NO HAY QUE MATAR A LA GALLINA de los huevos de oro, no hay que caer en el proteccionismo y no hay que tratar de reabrir el T-MEC”: Kenneth Smith.

la caja de Pandora porque los otros dos países querrán poner sobre la mesa sus temas particulares”.

De esta forma, el riesgo general de abrir el T-MEC es que se provoque una disrupción en los balances y que se ponga en peligro un acuerdo que ya es exitoso. Sin embargo, si existen prácticas desleales la opción es que los tres países las combatan con acuerdos que sean independientes del T-MEC.

“Por ejemplo, controlar la inversión en sectores estratégicos o impedir que entren productos o inversiones de países o empresas que violen derechos laborales, medioambientales o los derechos humanos”, indica Smith. “Las medidas no deben ser solamente contra China, sino aplicarse contra todos los países que violen las reglas”.

La evidencia después de cuatro años del tratado es que está funcionando “muy bien”, está promoviendo los flujos comerciales y la atracción de inversión a la región. Por ello “no

hay que matar a la gallina de los huevos de oro, no hay que caer en el proteccionismo y no hay que tratar de reabrir el T-MEC”.

En el camino hacia la revisión de 2026 México tiene pendiente el generar las condiciones para el desarrollo de las pymes, capacitarlas para dar el brinco tecnológico y que se vuelvan proveedoras de procesos productivos de las grandes industrias que están llegando al país como la aeroespacial y la automotriz, pero también la de semiconductores que se está estableciendo en el suroeste de Estados Unidos y México.

“El país está perfectamente posicionado para ser un gran proveedor en semiconductores y productor de materiales e insumos de alta tecnología en el sector médico”, concluye Kenneth Smith. “Todo avanzará y habrá crecimiento si se logra un trabajo entre el sector privado y el público, un reto que no se ha logrado en 30 años”. **N**

VALLE DE LA INDEPENDENCIA GUANAJUATO

Julio César

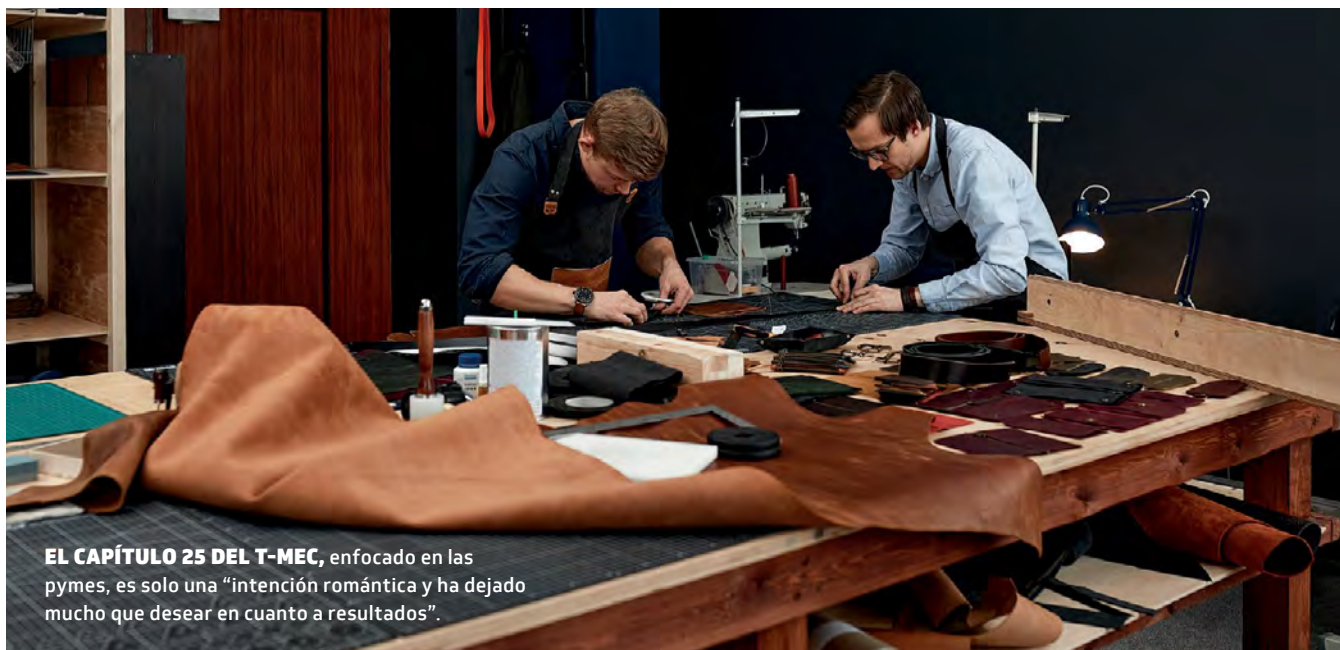


DONDE SE RESPIRA EL ARTE



INSTITUTO ESTATAL
DE LA CULTURA

Requisitos excesivos e informalidad, talón de Aquiles de las pymes en el T-MEC



EL CAPÍTULO 25 DEL T-MEC, enfocado en las pymes, es solo una “intención romántica y ha dejado mucho que desear en cuanto a resultados”.

Líderes de cámaras empresariales opinan que para lograr una mayor integración de las pymes en el T-MEC es necesario que se reduzca la sobrerregulación.

HACE CUATRO AÑOS ENTRÓ EN vigor el T-MEC, un acuerdo comercial entre México, Estados Unidos y Canadá. Resulta una versión actualizada del Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN), imple-

POR
KENIA HERNÁNDEZ RIVERA

mentado en 1994 y que transformó las economías de los tres países con la eliminación de los aranceles a las exportaciones.

Hoy, a dos años de la revisión del acuerdo —programada para 2026—, y bajo una nueva administración de la virtual presidenta electa en Mé-

xico, Claudia Sheinbaum, líderes de cámaras empresariales y confederaciones coinciden en que el capítulo 25 del T-MEC, enfocado en las pequeñas y medianas empresas (pymes), es solo una “intención romántica y ha dejado mucho que desear en cuanto a resultados”.

En septiembre de 2023, durante la inauguración del Segundo Diálogo de Pequeñas y Medianas Empresas del T-MEC, se resaltó cómo el tratado ha facilitado el comercio al eliminar barreras aduaneras, lo que ha permitido a las pymes acceder a un mercado de 500 millones de consumidores potenciales.

De igual manera, entre enero y noviembre de 2023 los flujos comerciales entre México y Estados Unidos continuaron en ascenso. En ese sentido, México se ha consolidado como el principal proveedor de equipos de transporte y bienes agrícolas para Estados Unidos, además de ser su segundo mayor proveedor de maquinaria, productos electrónicos, equipos eléctricos y combustibles. En relación con Canadá, México sigue siendo su tercer socio comercial más importante, con flujos comerciales en aumento comparados con 2022. Pero ¿cómo es el escenario para las pymes?

“El discurso de incorporar a las pymes en acuerdos internacionales es muy atractivo. El capítulo 25 del T-MEC tiene un objetivo claro: en su primera etapa busca socializar y proporcionar herramientas sustantivas para que estas empresas puedan integrarse a la economía global”, comenta Octavio de la Torre de Stéfano, presidente de la Confederación Nacional de Cámaras Empresariales (Concanaco Servytur).

“Este enfoque también se refleja en el Tratado Integral y Progresista de Asociación Transpacífico (CPTPP), con algunos bosquejos. Ello se debe a que un alto porcentaje de la fuerza laboral en estos países pertenece al segmento y también representa una parte significativa del producto interno bruto (PIB)”, añade en entrevista con Newsweek en Español.



OCTAVIO DE LA TORRE, presidente de la Confederación Nacional de Cámaras Empresariales.

“Más de 55 por ciento de las mipymes reportan problemas con los trámites gubernamentales a nivel municipal, estatal y federal, lo que les demanda una gran cantidad de tiempo”.

Sin embargo, la realidad es otra. Actualmente la mayoría de las pymes necesitan realizar diversas actividades adicionales para sobrevivir. En particular cuando se trata de cuestiones regulatorias, especialmente en México.

La carga normativa que deben cumplir tanto las microempresas como las pymes es muy alta. No solo se trata de integrarse al comercio exterior y a las grandes cadenas de valor, sino de poder abrir sus negocios diariamente, pagar la nómina semanal y cumplir con permisos y

requisitos mensuales o anuales, según explica De la Torre.

CASI 99 POR CIENTO DE LOS NEGOCIOS EN MÉXICO SON MICRO, PEQUEÑAS Y MEDIANAS EMPRESAS

DE ACUERDO CON EL INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA Y GEOGRAFÍA (Inegi), en México existen 5 millones 541,076 negocios, de los cuales 98.7 por ciento son micro, pequeñas y medianas empresas (mipymes).

En julio de 2010, la primera versión del Directorio Estadístico Nacional de Unidades Económicas (Denue) registró 4 millones 331,202 negocios. Lo anterior indica que en 13 años aumentaron 28 por ciento los establecimientos. Ante ese panorama, ¿qué dice el capítulo 25 del T-MEC?

El acuerdo reconoce que las pequeñas y medianas empresas, incluidas las microempresas, son fundamentales para el desarrollo

económico, la creación de empleo, el fortalecimiento comunitario, la participación de los jóvenes y la innovación. Su objetivo es fomentar una estrecha cooperación entre las pymes de los tres países para promover su crecimiento y la generación de empleo.

Puntualmente, el capítulo 25 incorpora la creación del Comité de Asuntos de Pymes, el denominado Diálogo Pymes, y la implementación de sitios web/plataformas para fomentar el intercambio de información entre las partes.

En el T-MEC se pueden identificar diversos beneficios destinados a las pymes, que incluyen: procedimientos de origen, contrataciones públicas, comercio transfronterizo de servicios, comercio digital, derechos de propiedad intelectual, etcétera.

“En materia de mejora regulatoria, más de 55 por ciento de las mipymes han reportado problemas con los trámites gubernamentales a nivel municipal, estatal y federal, lo que les demanda una gran cantidad de tiempo”, precisa Gustavo Mauricio Núñez Avendaño, presidente del Comité de Micros y Pequeñas Empresas de Coparmex.

“En promedio, dedican entre 140 y 145 horas mensuales a estos trámites. Para una microempresa (hasta diez colaboradores) o una pequeña empresa (de 11 a 50 empleados) esto representa días completos de trabajo, lo que impacta negativamente en la productividad”, añade.

“Otros problemas incluyen la corrupción, la falta de claridad en la información requerida para los trámites, costos excesivos, horarios restringidos y la falta de digitalización que permita agilizar los procesos”, exhibe Núñez tomando como base datos oficiales y encuestas realizadas



GUSTAVO NÚÑEZ, presidente del Comité de Micros y Pequeñas Empresas de la Coparmex.

en 71 centros empresariales pertenecientes a los 36,000 socios de la Confederación Patronal de la República Mexicana (Coparmex).

A tenor del gobierno de México, citado por Núñez Avendaño, la mejora regulatoria es una política pública que consiste en la generación de normas claras, de trámites y servicios simplificados, así como de instituciones eficaces para su creación y aplicación, que se orienten a obtener el mayor valor posible de los recursos disponibles y del óptimo funcionamiento de las actividades comerciales, industriales, productivas, de servicios y de desarrollo humano de la sociedad en su conjunto.

“ES NECESARIO UNA POLÍTICA NACIONAL”

EN PALABRAS DE OCTAVIO DE LA TORRE, el capítulo ofrece mejores prác-

tics, “pero para la revisión y mejoría mejor por establecer reglas claras”. La formalización del sector no solo favorecería a las empresas, sino también a los trabajadores, quienes podrían acceder a numerosos beneficios como la seguridad social y protecciones legales.

La informalidad laboral solo conduce a la pobreza. Es un gran avance del T-MEC, agrega, “pero es necesario una política nacional enfocada en las mipymes (negocios familiares) y en las consideradas pymes, con una mejora regulatoria fiscal directa”.

Al finalizar el cuarto trimestre de 2023 se observó que 66 por ciento de la población ocupada en México tenía un empleo asalariado, la cifra más alta registrada hasta la fecha. Simultáneamente, la tasa de informalidad laboral alcanzó 54.8 por ciento, el nivel más bajo registrado,

según datos de la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE) del Inegi.

“Este tipo de negocios, de los que habla de manera romántica el T-MEC, muchos de ellos no pueden tener un área de recursos humanos total, una de tramitología, un contador, abogado externo; son negocios que requieren una mirada distinta”, indica De la Torre.

“Si realmente la intención es que se incrusten en los tratados de libre comercio que tiene México es necesario que internamente hagamos una reflexión de cómo estamos tratando los negocios familiares establecidos. Entonces, quieres que sean exitosas en el comercio global, pues comencemos por hacer que sean exitosas y estén reguladas en el comercio local”, añade.

El presidente de la Concanaco afirma que luego de recorrer varios estados y tener reuniones con los líderes de las cámaras halló que no existe una sola zona en donde se mencione que no están sobrerregulados por este sinnúmero de permisos, lo que provoca una “sensación de asfixia”. No obstante, hay esperanza, pese a la incertidumbre política, por la llegada de Sheinbaum.

“El comercio no se hace por decreto; no es que solo se diga ‘mañana vamos a empezar a exportar chapulines’, pues si no tienes quién te quiera comprar tus insectos no los vas a poder exportar. Los tratados que negocia México (ratificados por el Senado) son las vialidades para hacer negocios y cada país busca las mejores condiciones”, dilucida.

EJES DE ACCIÓN

EN ESE SENTIDO, LA CONCANACO SERVYTUR presentó una serie de propuestas a la próxima presidenta de Méxi-

“Si queremos que las pymes sean exitosas en el comercio global comencemos por hacer que sean exitosas y estén reguladas en el comercio local”.

co (2024-2030) para impulsar a este sector, que se dividen de la siguiente manera:

1. Desarrollo de capital humano: reducciones en impuestos para nuevos negocios familiares, fomento del comercio formal y fondo de apoyo (fideicomiso para asistencia técnica y financiamiento para la formalización de negocios).

2. Vinculación de México con el mundo: un centro global de atención, es decir, una ventanilla única para servicios de consultoría a inversionistas.

3. Sistema fiscal que fomente la inversión: simplificación de trámites fiscales para nuevas empresas, incentivos a la inversión (descuentos fiscales y facilidades para inversionistas extranjeros), así como transparencia y eficacia (mejorar la rendición de cuentas y el uso responsable del gasto público).

4. Fortalecimiento de la iniciativa privada y negocios familiares: programas de formación para mejorar la gestión y la sucesión empresarial, facilitar la internacionalización de negocios familiares; además de servicios de consultoría para optimizar la estructura y gestión de las empresas familiares.

5. Turismo de bienestar: impulsar destinos menos conocidos y con experiencias auténticas y la creación de infraestructuras y programas hotelísticos.

6. Desarrollo sostenido y sustentable: promover prácticas que protejan el medioambiente y programas educativos sobre la importancia de pagar impuestos (cultura tributaria).

7. Economía digital como sinónimo de economía mundial: programas de formación en habilidades digitales para empresarios, actualización de marcos legales para facilitar el comercio digital y mejorar el acceso a internet en todo el país.

8. Riesgos familiares, empresariales y seguridad pública: programas de formación en prevención y manejo de crisis, fortalecer la cooperación con fuerzas de seguridad pública, y el desarrollo de planes de emergencia y protocolos de seguridad.

9. Disminución de la sobrerregulación: reducción de requisitos burocráticos para la creación y operación de empresas, revisión y eliminación de regulaciones obsoletas; así como la implementación de trámites digitales para agilizar la gestión empresarial.

En general, uno de los desafíos más importantes a evaluar en 2026 para la economía mexicana, indica Núñez Avendaño, es la falta de personal capacitado para desempeñar funciones clave, especialmente en áreas como el comercio exterior y el *nearshoring*.

Actualmente, las grandes empresas que están invirtiendo en el país requieren una cadena de suministro certificada, tanto en sus procesos como en sus colaboradores. Sin embargo, se enfrenta la dificultad de encontrar mano de obra calificada o certificada en diversos sectores, como el automotriz, los servicios de logística y la industria farmacéutica. Estos son los principales sectores que han sido fortalecidos por el T-MEC e impulsado la relocalización y el intercambio de bienes de consumo. ■

LOS DEMONIOS DE LA DEMENCIA

Carmen pasó de ser una maestra ejemplar a una prisionera del olvido.

En sus últimos días padeció demencia, alucinaciones y desorientación. A su hermana le tocó enfrentar la dura verdad de la enfermedad.

➔ POCOS DÍAS ANTES DE MORIR Carmen dejó de consumir alimentos y líquidos, se negó a ingerirlos porque aseguraba que “querían envenenarla”. Un mes antes de su deceso caminaba a prisa por los pasillos de su enorme casa mientras perseguía un papalote —imaginario—: lo hacía como una pequeña niña emocionada.

Su hermana y cuidadora, Agustina, de 67 años, intentaba detenerla todo el tiempo, de día, de noche y de madrugada, para que no se hiciera daño, pero Carmen no paraba, casi no dormía, caminaba por toda la casa a todas horas, abría y cerraba ventanas, encendía las luces constantemente, tenía hambre a todas horas, incluso, si había terminado

de comer, buscaba los cerillos, los utensilios de cocina, y casi siempre estaba molesta e intentaba violentar a quien quisiera cuidar de ella.

Carmen se tropezaba muy seguido porque perdía el equilibrio. En una ocasión un mal paso la llevó al suelo, su cuerpo cayó sobre su mano derecha y, aunque no se fracturó, sí hubo inflamación por el golpe. Agustina quiso socorrerla y llevarla al médico, pero Carmen se negó. Pese a la inflamación de la mano, no expresaba ningún tipo de dolor, por el contrario, seguía caminando por la casa y moviendo las manos sin parar.

LA GRAVE AUSENCIA DEL DOLOR FÍSICO

“SU MANO ESTABA DAÑADA, PERO NO había una mínima expresión de do-

lor, incluso se levantó sola y siguió caminando por la sala, el comedor, el jardín y su recámara”, narra Agustina a *Newsweek en Español*. “Yo estaba impactada, era como si el dolor no existiera en su cuerpo. Intenté colocarle una venda mientras llegaba a revisarla un médico, pero no lo permitió, terminó por arañarme el brazo”.

Carmen fue maestra de primaria durante 34 años en Comitán, Chiapas, donde nació y vivió toda su vida. “Ella enseñaba a leer a los niños rápidamente. Venían a casa muchas mamás de otras escuelas, de otras colonias, para pedirle que enseñara a sus hijos a leer. Nunca se negó y nunca falló, su método era tan exitoso que en poco tiempo los alumnos leían y escribían fluidamente”.

POR
EMMA LANDEROS
MARTÍNEZ



LA DEMENCIA ES EL RESULTADO

de diversas enfermedades y lesiones que afectan el cerebro y puede surgir sin importar la edad.

Tras jubilarse siguió dando clases particulares; incluso lo hizo algún tiempo como voluntaria en el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA). Pero después, a sus 65 años, decidió dejar de hacerlo pese a la constante insistencia de muchos padres que llegaban a buscarla más de una década después de su retiro.

Dedicada a los cuidados de su jardín, muy pocas veces regresó a los libros. Anteriormente, en su época de docente, gozaba de la lectura de novelas y cuentos. Cada sábado se reunía con algunas amigas en casa de una de ellas para conversar. Un día, con más de 70 años, decidió que no lo volvería a hacer. Comenzó a perder la audición y eso la apenaba. Un médico le prescribió un dispositivo

“Estaba imparable, gritaba de día y de noche, no comía, no bebía, cuando intentaba acercarme para darle de comer se intensificaba su mal humor”.

que la ayudaría a escuchar mejor, pero Carmen se negó rotundamente a ponérselo.

Su negativa la llevó a que en pocos años dejara de escuchar completamente. Con ello también vino un cambio de carácter y, de ser comprensiva y alegre comenzó a enojarse frecuentemente. Decía que quienes se encontraban a su alrededor hablaban muy bajo “a propósito” y ase-

guraba que cuando su familia se reía era de ella, o que “estaban hablando mal de ella”.

Esos demonios la persiguieron durante el resto de su vida y poco a poco se aisló de su familia y amigos. “Pasados los 75 años comenzó a disminuir la ingesta de comida, y se negaba a aumentar las porciones. Los estudios clínicos semestrales que se le realizaban de rutina arrojaban que todo estaba bien. Tenía fortaleza, caminaba ágilmente, incluso todavía visitaba su jardín; sin embargo, se le olvidaban algunas cosas. Poco después de cumplir los 80 tuvimos el primer gran golpe”, recuerda Agustina.

UNA SEÑAL DE ALERTA

UNA MAÑANA CARMEN DESAYUNÓ UN poco más de lo normal. Pasó apro-

ximadamente una hora cuando se acercó a Agustina y le dijo que “ya era tarde y no había comido”. Preguntó: “¿A qué hora va a estar lista la comida?”.

Agustina recuerda: “Me sorprendió mucho, de ninguna manera era una broma. Le dije que ya había comido, le recordé cuáles habían sido los alimentos, pero se molestó. Me dijo: ‘Si ya hubiera comido lo sentiría y sabría, no estoy loca’. Se dio la vuelta y se fue, no pasó más”.

Ello era una señal de alerta. La llevaron al médico —quien conocía su historial clínico— y este le recetó algunas vitaminas. Comentó que se había tratado de “un olvido propio de la edad”. Sin embargo, pidió que se le siguiera observando.

Aquel año el episodio se repitió en dos ocasiones más, también se olvidaba de si se había bañado o no; la pérdida del sentido del gusto y el olfato vinieron después, y comenzó a consumir azúcar en exceso. Aseguraba que no distinguía el sabor dulce.

Año con año estos episodios de olvido se hicieron más frecuentes. A su vez, comenzó a no poder identificar el día y la noche y dejó de reconocer a algunos familiares a los que no veía con frecuencia, todo ello acompañado de un mal humor permanente.

Los momentos más álgidos se desencadenaron en el último año. El psiquiatra y el geriatra que la acompañaron en el proceso advirtieron distintos comportamientos como las alucinaciones constantes. Carmen veía círculos de colores o hablaba sola, dejó de conciliar el sueño durante la noche y caminaba revisando cada puerta de la casa porque, decía, “había alguien afuera queriendo entrar a robar”.



LA DEMENCIA ES LA SÉPTIMA CAUSA DE DEFUNCIÓN y una de las razones principales de discapacidad y dependencia entre las personas ancianas en el mundo entero.

“Era agotador intentar mantenerla quieta para que no se hiciera daño. Muchas veces el sueño me vencía, las dos estábamos desfalleciendo”.

ELLA DESAPARECIÓ

“ESTABA IMPARABLE, GRITABA DE DÍA Y de noche, no comía, no bebía, cuando intentaba acercarme para darle de comer se intensificaba su mal humor, decía que le quería robar su dinero. Poco a poco la debilidad se apoderaba de ella y se quedaba en un sillón dormida, pero ello duraba poco tiempo. Parecía también que había olvidado cómo sentarse y cómo acostarse en la cama, era

como un bulto. Carmen había desaparecido, ese cuerpo y esa mente ya no tenían calidad de vida”, recuerda Agustina.

“Era agotador intentar mantenerla quieta para que no se hiciera daño. Muchas veces el sueño me vencía, afortunadamente no pasó nada, pero las dos estábamos desfalleciendo. El psiquiatra dijo que yo también me veía enferma y mis brazos delataban las cicatrices por los arañazos que me daba, ya no permitía que se le atendiera”, narra.

Con frecuencia, cuando una persona anciana presenta los mismos síntomas que Carmen u otros relacionados con cambios cognitivos, se le identifica como “demencia senil”. Sin embargo, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la



demencia es el resultado de diversas enfermedades y lesiones que afectan el cerebro y puede surgir sin importar la edad.

“La demencia es un término que engloba varias enfermedades que afectan a la memoria, lesionan el cerebro, dañan el pensamiento y la capacidad para realizar actividades cotidianas. Esta empeora con el tiempo. La enfermedad de Alzheimer es la forma más común de demencia y puede representar entre 60 y 70 por ciento de los casos”, explica la OMS. Y agrega que actualmente la demencia es la séptima causa de defunción y una de las causas principales de discapacidad y dependencia entre las personas ancianas en el mundo entero.

“En la demencia una de las características más importantes es la pérdida de la memoria, de ahí le siguen las alteraciones para poder llevar a cabo

tareas adecuadamente, dificultad para aprender nueva información, pérdida de la orientación espacial, temporal y del sueño”, explica en entrevista con *Newsweek en Español* el psiquiatra Joaquín Ricardo Gutiérrez Soriano, especialista en psicogeriatría por la UNAM.

“En algunos casos hay depresión o ansiedad. A veces también se pueden presentar alteraciones en la percepción, es decir, alucinaciones y delirios”.

En muchas ocasiones, señala el experto, los pacientes con demencia pierden las cosas y crean la idea de que alguien se las está quitando, robando o escondiendo, ello tiene que ver con el funcionamiento cognitivo. Cuando la demencia avanza genera problemas relacionados con alteraciones motrices, lo que significa que las personas comienzan a perder la capacidad de la marcha, padecen tropiezos constantes y caídas y algunas terminan postradas en cama.

NO ES DE NOCHE, PERO TAMPOCO DE DÍA

“EN LA FASE ÚLTIMA DE LA DEMENCIA los pacientes pueden permanecer acostados sin moverse o algunos otros siguen en movimiento, pero dejan de comer y consumir líquidos, lo que los lleva a debilitarse”, advierte el experto.

El psiquiatra Gutiérrez Soriano añade que, aunque los cuadros de demencia pueden comenzar de manera distinta, el final casi siempre es el mismo. “Las características clínicas de la conducta también nos pueden hacer diferenciar qué tipo de demencia es, pero habitualmente vamos encontrando los mismos patrones en las fases más avanzadas.

“La situación de que estén más inquietos cuando comienza a caer la

tarde o por la noche se llama ‘síndrome del ocaso’, donde los pacientes con demencia tienen alteraciones de la orientación temporal y no saben si está amaneciendo o está anocheciendo. Ello los pone muy inquietos y pueden sufrir alucinaciones, por ejemplo, pensar que no están en su casa, e intentar salir de ahí”.

El experto también se refiere a la ausencia de dolor físico. Señala que se debe tener en cuenta que este tipo de enfermedades genera una alteración en los circuitos del cerebro, es decir, las neuronas funcionan como pequeñas computadoras que se van desconectando poco a poco.

“Tenemos muchísimas de ellas, aproximadamente 86,000 neuronas en nuestro cerebro. Poco a poco se van perdiendo las conexiones nerviosas, las neuronas van muriendo, entre ellas, las que se encargan de la percepción del dolor, por ello muchos pacientes no son capaces de sentirlo”.

El psiquiatra describe que los pacientes no se dan cuenta de que están enfermos, de que se caen o lastiman, tampoco perciben que van perdiendo la capacidad de memorizar, o que hay alteraciones cognitivas; la conciencia se va perdiendo mientras el cerebro se va desintegrando por la alteración mental derivado de la demencia.

El caso donde el paciente pide alimentos constantemente, explica el médico, se debe a la misma pérdida de la conciencia, ya que no hay una capacidad de memoria inmediata.

Uno de los estadios tempranos de la demencia es la anosmia, que es la pérdida total del olfato, y con ello llega la ausencia del sentido del gusto. Esta situación continúa durante el resto de la vida del paciente, por eso, como en el caso de Carmen, con-

sumen, por ejemplo, endulzante en exceso sin percibir el sabor.

Las fallas visuales y auditivas son las que más se reportan y están asociadas con alteraciones cognitivas, es decir, “si una persona no escucha, cómo va a recordar; si una persona no tiene buena capacidad visual cómo puede reconocer algo”. Por ello el deterioro neuronal empeora y, por consiguiente, los cuadros de demencia.

DIADA CUIDADOR-PACIENTE

LA DEMENCIA TIENE CONSECUENCIAS físicas, psicológicas, sociales y económicas no solo para las personas que viven con la enfermedad, sino también para sus cuidadores, las familias y la sociedad en general, indica la OMS.

El médico psicogeriatra explica que la diada cuidador-paciente es indispensable en el bienestar de ambos porque, si el cuidador no está bien, el paciente tampoco lo estará, tomando en cuenta que es difícil llevar a cabo el cuidado de una persona con demencia y más, por ejemplo, si tiene alteraciones para dormir.

“En muchas ocasiones están despiertos por la madrugada y se quieren salir de su casa, o están agresivos e irritables, o alucinan”, comenta. “Todo ello genera un desgaste en los cuidadores, por lo tanto, ellos también deben de ser atendidos. Otra de las situaciones es que, si cuando hay más de un cuidador es pesado, ser un solo cuidador es terriblemente pesado. Por eso es necesario recurrir a amigos, vecinos, familiares que estén dispuestos a relevar a la persona que está en constante desgaste”.

En una de las etapas finales el paciente con demencia libera conductas infantiles como hacer berrinches; sin embargo, estos comporta-



UNO DE LOS ESTADIOS TEMPRANOS de la demencia es la anosmia, que es la pérdida total del olfato, y con ello llega la ausencia del sentido del gusto.

mientos dependerán de cómo se va desintegrando la personalidad.

El 27 de mayo de 2023, Carmen, de 91 años, había deambulado por su casa durante casi toda la madrugada. Despertó después de dormir un par de horas y comenzó nuevamente a caminar, pero sin querer probar alimento o líquido alguno.

“Finalmente se detuvo, la ayudé a volver a la cama, y esta vez sí permitió que la apoyara. Me vio y me regaló una sonrisa como tenía mucho tiempo que no lo hacía, se acostó y se quedó dormida”, concluye Agustina.

Un par de horas después el médico de la familia certificó que Carmen murió de deshidratación. En las etapas avanzadas, la pérdida de la función cerebral puede provocar deshidratación, desnutrición o infección, ello sucede cuando el paciente se niega a ingerir alimentos, bebidas o bañarse. Pese a todo lo que

vivió, Agustina no deja de extrañar a su hermana; empero, afirma que el cuerpo y la mente de Carmen merecían descansar.

A decir por el experto, los factores que conllevan a un mayor riesgo de demencia no solo son los genéticos, sino la diabetes, hipertensión, colesterol y triglicéridos.

“Esos son los problemas más importantes que tiene la población mexicana, por lo tanto, los mexicanos tienen un alto riesgo de generar demencia si se vive mucho tiempo”, explica Gutiérrez Soriano.

“Es necesario cuidar la buena alimentación, pero también la incorporación a actividades académicas porque tener más escolaridad es un factor de protección al cerebro, ello hace que nuestro cerebro haya ido al gimnasio más tiempo, y si seguimos leyendo podemos reforzarlo para no caer en un cuadro de demencia”, concluye. **M**

¿Quieres pasarte unos días
como de película?

solo en

DURANGO

Un mundo de cine

DESCUBRE
DURANGO

70
AÑOS
DEL
CINE
EN DURANGO

DURANGO

SETUED
SECRETARÍA DE TURISMO
DEL ESTADO DE DURANGO

DOCENA DE CONSEJOS PARA SUPERAR LA TEMPORADA DE GRIPA

Agrega estos ingredientes naturales a tu alimentación y aumentarás tu sistema inmune.

➔ PARA LAS INFANCIAS SE ACERCA el regreso a clases, el cual casi siempre viene acompañado de gripas que se contagian entre toda la familia. Así que protege sus cuerpos con estos consejos y trucos naturales de salud y bienestar para aumentar el sistema inmune.

1. Ajo crudo

¡El ajo es un vegetal de inmunidad potente! Es un antibiótico natural y es antiinflamatorio. Picar finamente uno o dos dientes y mezclar con un poco de agua. Agregar un poco de miel cruda si quieres contrarrestar la intensidad del ajo. También puedes poner un poco de ajo en las verduras y cocinarlas al vapor o saltearlas.

2. Jengibre

Este es otro de los favoritos. Tiene un toque picante, así que añádelo a un aderezo para ensaladas casero, pon

POR
JESSICA
NASSER

La mayoría de las personas con gripa pueden tratar la afección en casa y, a menudo, no necesitan acudir a un médico.

un poco en el jugo de la mañana o toma té de jengibre.

3. Hierbas y tés

En particular las hierbas que pertenecen a la categoría de antimicrobianas poseen poderosas propiedades que pueden ayudar a combatir las bacterias, virus y parásitos no deseados. Una excelente manera de introducirlos en tu sistema es mezclarlos con limón y beberlos en forma de trago o preparar un té de hierbas.

4. Vinagre de sidra de manzana

Este es un clásico en el contexto de la prevención del resfriado y la gripa. Una cucharada es suficiente y puede marcar una gran diferencia, ya que el líquido está lleno de antioxidantes. También hace maravillas con el dolor de garganta. El vinagre de man-

zana se puede consumir solo, diluido con agua tibia o endulzado con miel.

5. Sirope de saúco

La baya del saúco es conocida por apoyar el sistema inmunológico. Úsalo durante la temporada de gripa para la prevención, pero duplícalo si te enfermas.

6. Verdes

Las verduras como las espinacas, el perejil, el orégano y la col rizada son excelentes fuentes de nutrientes como el magnesio, la vitamina B6 y el folato.

7. Zanahorias

Las zanahorias, una fuente ideal de betacaroteno, nos ayudan a combatir los resfriados, pues fortalecen nuestra membrana mucosa, lo que dificulta que las bacterias lleguen a nuestros órganos internos a través del torrente sanguíneo.

8. Arándanos

Son una de las frutas más concentradas en antioxidantes y pueden protegerte contra una gran cantidad de afecciones. Los estudios también han demostrado que la sustancia llamada pterostilbeno, que se encuen-



LA GRIPA, TAMBIÉN LLAMADA INFLUENZA, es una infección de la nariz, la garganta y los pulmones, que son parte del sistema respiratorio, y es causada por un virus.

tra en los arándanos, ayuda a combatir la gripa cuando se combina con vitamina D.

9. Cítricos

El limón en particular es una medicina natural popular en tiempos de enfermedad. Tiene una alta concentración de vitamina C y propiedades antiinflamatorias.

10. Cúrcuma

¡La cúrcuma es una de las mejores especias antiinflamatorias y antivirales que puedes tener en tu gabinete! Su sabor suave hace que sea fácil de espolvorear sobre una ensalada, un

batido, sobre verduras o en adobos para carnes.

11. Pimienta de Cayena

Esta especia reactivará incluso los sistemas inmunológicos más rebeldes, ¡y los gérmenes simplemente no tendrán ninguna posibilidad! Esto se debe a su contenido de capsaicina, que puede ayudar a aliviar el dolor, reducir la inflamación, proteger el sistema inmunológico a través de sus numerosos antioxidantes y aliviar los síntomas del resfriado y la gripe, incluidos estornudos, congestión nasal, goteo posnasal y congestión.

12. Canela

Estimula el flujo sanguíneo y fortalece el sistema inmunológico. Puedes agregar esto a cualquiera de tus platos favoritos, ¡pero un excelente lugar para poner canela es en el té! Prepara un té de diente de león y agrega un poco de leche de almendras, una pizca de canela y un poco de miel para disfrutar después de la cena. **N**

→ **Jessica Nasser** es licenciada en nutrición clínica, certificada como entrenadora personal por la World Fitness Association y diplomada en nutrición vegetariana. Los puntos de vista de este artículo son responsabilidad de la autora.

DEL CONFLICTO AL FENÓMENO CULTURAL GLOBAL

Corea del Sur, bajo constante amenaza de guerra, se ha apoderado del entretenimiento mundial. El ministro de Cultura, Deportes y Turismo, Yu In-Chon, revela cómo.

EL PRINCIPAL FUNCIONARIO DE Corea del Sur encargado de promover la milagrosa campaña de exportar entretenimiento a audiencias internacionales revela a *Newsweek* la receta secreta del éxito en manos de una nación aún dividida tras casi ocho décadas.

El fenómeno, conocido como “K-Wave” [en español, “Ola K”], o *hallyu* en coreano, comenzó a surgir en el este de Asia a fines de la década de 1990, en medio de una explosión de expresión cultural mientras el país emergía de una crisis financiera regional y un rígido liderazgo militar. Hoy en día, una Corea del Sur vibrante y democrática es, en los hogares de todo el mundo, sinónimo de algunas

de las músicas, series de televisión y cine más populares, con producciones artísticas megaestrella como BTS, programas dignos de maratonear como *El juego del calamar* y películas universalmente aclamadas como *Parásitos*, la única película en lengua extranjera en ganar el Premio Óscar a mejor película hasta el día de hoy.

El enorme impacto para el gigante emergente del *soft power* se produce a pesar de las amenazas nucleares de su vecina Corea del Norte, las cuales surgen de un conflicto aún no resuelto y ahora intensificado debido a fricciones geopolíticas exacerbadas.

“La guerra aún no termina. Está en estado de reposo”, dice a *Newsweek* el ministro de Cultura, Deportes y Turismo de Corea del Sur, Yu In-Chon,

en una entrevista exclusiva en la gran inauguración del Centro Corea de ocho pisos en Nueva York. “Entonces podrías preguntarte: ‘Bueno, ¿eso significa que es peligroso?’”

“Bien, es verdad que siempre hay que estar consciente de que hay tensión”, afirma el famoso actor convertido en político. “Pero, como artistas, la gente superará eso y lo utilizará como otra forma de expresar su creatividad”.

CONVERTIR LA CRISIS EN OPORTUNIDAD

DE HECHO, LA ZONA DESMILITARIZADA, o DMZ, que divide la Península de Corea desde un acuerdo posterior a la Segunda Guerra Mundial, alcanzado entre Estados Unidos y la Unión So-

POR
TOM O'CONNOR

DOMINACIÓN. Después de hacer su debut en 2013, el grupo surcoreano BTS se convirtió en la *boy band* más grande del mundo.



viética en 1945, es uno de los lugares turísticos más populares del país. El lado de la frontera de Corea del Sur cuenta con restaurantes, juegos de carnaval e incluso un festival de cine anual que muestra temáticas de paz en una de las fronteras más resguardadas de la Tierra.

“Aunque entiendo que las tensiones han aumentado en los últimos tiempos debido a cuestiones nucleares y cosas así, no creo que los turistas realmente sientan eso”, aclara Yu. “En todo caso, el número de turistas aumentó en los últimos años”.

“Y lo mismo ocurre con el ámbito artístico y cultural”, añade. “Para superar la división han intentado muchas cosas y, a través de ellas, también logran avances para repudiarla”.

El conflicto sirvió de inspiración para algunas de las obras más emblemáticas de Corea del Sur, como las galardonadas películas de suspense *Zona de riesgo* (Joint Security Area) en 2000, y *Lluvia de acero* (Steel Rain) en 2017; así como la exitosa serie de comedia romántica de 2019 *Crash Landing on You*, que no solo se convirtió en el programa de mayor audiencia de la cadena tvN del país, sino que también conquistó de manera abrumadora al público en el extranjero, en países como China, Japón y Estados Unidos.

En lo que respecta a los deportes, los Juegos Olímpicos de Invierno de 2018, celebrados en el condado de Pyeongchang de Corea del Sur, sirvieron de base para ambi-

ciosas conversaciones de paz entre las dos Coreas rivales, que incluso marcharon bajo una bandera unida en la ceremonia de apertura. Con el regreso de las tensiones a la península en los últimos años, los activistas surcoreanos ahora están incluyendo unidades USB cargadas de K-pop en globos para enviarlos a través de la frontera con la esperanza de influir en Corea del Norte desde adentro.

Pero, para la mayoría de los surcoreanos, particularmente a medida que las esperanzas de paz se desvanecieron en los últimos años, el conflicto a sus puertas está lejos de ser la preocupación más inmediata, ni es visto como el factor más importante para su éxito.

LO QUE REALMENTE DISTINGUE A COREA DEL SUR

YU HABLA DE ALGUNOS DE LOS ASPECTOS más distintivos de la cultura de su país que, en su opinión, le dan una gran ventaja en la competencia con sus vecinos mucho más grandes, China y Japón, cuyas industrias del entretenimiento eclipsaron durante mucho tiempo a las de Corea del Sur, una nación de alrededor de 52 millones de habitantes.

“Los coreanos tienen un pensamiento diverso con respecto a los artistas y reconocemos la diversidad”, comenta Yu. “No se repite lo mismo una y otra vez. Se varía constantemente. No se repite, pero cada vez es más. Tiene una cierta característica que lo diferencia del resto del mundo”.

“Entonces es algo dinámico”, añade.

Si bien Yu reconoce que la cultura artística de Corea del Sur tiene similitudes con la de otras naciones asiáticas que han invertido en entretenimiento mundial, considera que el país posee una manera distintiva de manejar el exceso de influencia.

“Para mí, una de las cosas más importantes y singulares de la industria cultural coreana es que tomamos influencias culturales extranjeras y, en lugar de simplemente rebobinarlas, las mezclamos con nuestra propia cultura y tal vez las fermentamos y las recreamos, dándoles una sensación diferente”, explica Yu.

Así como Corea del Sur durante siglos se ha distinguido por producir una gran variedad de alimentos y vinos fermentados, y ahora también está ganando mayor dominio internacional como parte de la Ola K, hoy ha logrado absorber una variedad de ingredientes externos para crear productos aún más deleitables.



ÉXITO. Los fanáticos hacen fila para comprar el último álbum de la banda de K-pop Seventeen. Vendió más de 2.9 millones de copias en la primera semana de su lanzamiento.

“Tomamos influencias culturales extranjeras y las mezclamos con nuestra propia cultura, las fermentamos y las recreamos, dándole una sensación diferente”.

Por ejemplo, Yu señala cómo varios artistas empiezan a interpretar música tradicional coreana utilizando instrumentos occidentales.

Yu, quien habla con *Newsweek* mientras luce un estilo de vestir centenario conocido como hanbok junto con tenis modernos, también señala un textil de retal cosido con un método clásico coreano pero que representa una interpretación colorida de un caballo de una manera

que no evoca la costumbre. Obra de arte coreana.

“Creo que la cultura coreana es realmente el resultado de la combinación de los antiguos elementos tradicionales con los elementos modernos”, dice. “Entonces, el arte actual se basa en la tradición, pero ahora se fusiona con elementos modernos y estamos descubriendo nuevas formas de expresarnos artísticamente”.

¿CUÁNTA INFLUENCIA ES DEMASIADA?

LA AVALANCHA DE ENTRETENIMIENTO surcoreano sin precedentes para miles de millones de personas en todo el mundo también trae consigo una exposición extraordinaria a una nación cuyo legado dinástico hermético alguna vez le valió el apo-



do de “el Reino Ermitaño” entre los occidentales del siglo XIX.

El proceso solo se ve acelerado por una fijación a nivel nacional por la tecnología más reciente. Corea del Sur se encuentra entre los países más altos del mundo en términos de porcentaje de usuarios de internet, propietarios de teléfonos inteligentes y la habitualidad de las redes sociales.

Si la tradición es un elemento crucial en la estrategia ganadora de Corea del Sur, entonces la inundación del acceso a culturas externas podría ser un riesgo.

“Hay mucho aprecio por las culturas extranjeras en Corea, especialmente [entre] la generación joven”, comenta Yu. “Hay muchos de ellos que miran a, digamos, la cultura estadounidense, como el jazz, la Coca-Cola, Hollywood, los videojuegos, ese tipo de contenido, y diferentes culturas se comunican y se influyen mutuamente.



FUSIÓN. Mujeres vestidas con hanbok en el Palacio Gyeongbokgung, Seúl. Yu dice que la cultura coreana es el resultado de fusionar la tradición con elementos modernos.

“Pero luego estas culturas mutuamente influyentes e influenciadas también evolucionan o cambian”, añade. “Y por eso en Corea ha habido muchos cambios en la forma de vivir el día a día”.

Sin embargo, Yu confía en que algunas cosas seguirán igual, en particular lo que describe como valores culturales fundamentales que los surcoreanos siguen apreciando.

“Al mismo tiempo, algunos conceptos culturales coreanos fundamentales, como la piedad filial, la rectitud y ese tipo de cosas se siguen manteniendo igual porque Corea se centra en la familia”, añade. “Por eso se espera que los padres se sacrifiquen por sus hijos y, a su vez, los hijos tendrán piedad hacia sus padres. Entonces, el flujo del fundamento de la cultura es el mismo, excepto

que hoy en día se expresa de maneras más variadas.

“Algunos podrían preocuparse de que Corea pueda perder o debilitar su cultura tradicional, pero creo que siempre ha sido así”, explica. “La gente siempre se preocupa y uno se acostumbra, se adapta, y esa manera también sirve para protegerla”.

ABORDAR LAS BRECHAS EN CASA

SIN EMBARGO, A MEDIDA QUE LA CULTURA surcoreana evoluciona al ritmo vertiginoso del desarrollo moderno y el intercambio intercultural, surgen grandes brechas dentro de la sociedad del país. Las diferencias en cuestiones serias se han ampliado entre hombres y mujeres, jóvenes y mayores, conservadores y progresistas y otros grupos. Pero aquí tam-

bién Yu ve una oportunidad para que su país “exaltado” aproveche las desventajas y las aborde en su panorama futuro.

“Externamente, si lo miras siempre hay algo sucediendo que es un problema”, menciona. “Pero a medida que atraviesas estos conflictos, en lugar de verte afectado por ellos y deprimerte, das un paso al frente y los utilizas como un trampolín para avanzar y progresar”.

Yu señala que “hay muy pocos países que atravesaron tantos cambios como Corea”. El inicio de la Guerra Fría no solo dividió la península, sino que también trajo una guerra devastadora que mató a millones y destruyó ciudades, incluida Seúl, que ahora es irreconocible con respecto a esa época, con su vida bulliciosa y sus imponentes rascacielos. Frecuentemente se le clasificar como una de las capitales más seguras del mundo.

Ya sean misiles norcoreanos volando sobre la gente o protestas que estallan en las calles, Yu dice que “la vida continúa” independientemente.

“De hecho, el país está en desarrollo en medio de innumerables conflictos, independientemente de si está de un lado o del otro”, aclara. “Es el poder fundamental y la fuerza impulsora de la cultura coreana”.

La libertad e incluso el entusiasmo para discrepar, a menudo apasionadamente, es la piedra angular de lo que Yu identifica como el dinamismo de la cultura surcoreana. “Puede parecer inestable, confuso y desorganizado, pero eso es lo que permite que el país y la cultura progresen”.

¿QUÉ SIGUE?

HOY COREA DEL SUR TIENE LA ATENCIÓN del mundo. Pero pocos, ni siquiera Yu, saben lo que les depara el mañana. Ante tal incertidumbre,



LOS DIVIDIDOS SOLDADOS surcoreanos miran hacia el norte (izquierda) en el Área de Seguridad Compartida de la Zona Desmilitarizada, un recordatorio del conflicto entre el Norte y el Sur.

“A medida que atraviesas estos conflictos... das un paso al frente y los utilizas como un trampolín para avanzar”.

Yu reunió a un equipo encargado específicamente de prepararse para el futuro con el fin de garantizar que la “Ola K” siga prevaleciendo.

“Tenemos un panel que trabaja para prepararnos para estos cambios, pero los cambios son tan rápidos que ni siquiera sabemos cómo predecir el futuro”, explica. “Pero lo que queremos hacer, como formuladores de políticas, es brindarles a los creadores el escenario para que puedan hacer realidad lo que imaginan”.

La iniciativa involucra el apoyo del gobierno y del sector privado y

toma inspiración de otras campañas similares que están llevando a cabo los sectores científico y tecnológico.

No obstante, en línea con el entusiasmo de Corea del Sur por aceptar y refinar una variedad de influencias externas, Yu también enfatiza en que el país se está enfocando en diversificar su menú de entretenimiento para producir nuevos tipos de arte que combinen material de origen nacional y extranjero.

“Ya no insistimos en solo difundir la cultura coreana por el mundo”, concluye el funcionario. “Queremos tomar una posición de liderazgo en este tipo de nuevo progreso cultural global, donde podamos tomar lo que funciona del crisol cultural y, usando nuestra creatividad, podamos generar algo y presentarlo al mundo”. **N**

PUBLICADO EN COOPERACIÓN CON NEWSWEEK
PUBLISHED IN COOPERATION WITH NEWSWEEK



RECOMPENSA

“Donde unos ven basura,
yo veo una oportunidad
para reciclar”

Julián, recolector



Repensemos, **Reciclemos**

UN PODER SUPERIOR P

LA TECNOLOGÍA MODERNA ESTÁ AYUDANDO A POR FIN FINALIZAR LA FAMOSA BASÍLICA DE LA SAGRADA FAMILIA DE BARCELONA.



ARA LA CONSTRUCCIÓN

An aerial photograph of Barcelona, Spain, showing the Sagrada Família under construction in the foreground. A tall yellow crane is positioned next to the building. The city's dense urban landscape with red-tiled roofs extends to the background, with mountains visible under a clear blue sky.

Cultura

➔ TRAS MÁS DE 140 AÑOS DE CONSTRUCCIÓN, la extraordinaria basílica de la Sagrada Familia de Barcelona finalmente podría estar terminada.

La iglesia, diseñada por el famoso arquitecto catalán Antoni Gaudí, combina formas góticas y arte *nouveau* en lo que se considera uno de los edificios más bellos de la Tierra — aunque el autor George Orwell alguna vez lo llamó el más feo del mundo.

Ahora avanza hacia su fecha de finalización prevista para 2026 con la ayuda de dos grúas Liebherr.

Después de que los equipos terminaron las cuatro torres de los Evangelistas en noviembre de 2023 solo queda una aguja más para completar el grupo de seis torres centrales, la última fase importante del proyecto. Las grúas desempeñarán un papel crucial en la finalización de la Torre de Jesucristo: el pináculo de la basílica, que alcanzará una altura de 172 metros, con lo que se convertirá en la iglesia más alta del mundo.

“El departamento de construcción de la Sagrada Familia eligió estas grúas por dos motivos principales: en primer lugar, su diseño plegable minimiza el impacto en los edificios circundantes y, en segundo lugar, su adaptabilidad a las necesidades específicas de la zona”, afirma Fernando Villa, director de construcción y tecnología de la basílica.

La finalización de uno de los edificios más famosos de España no solo cumplirá la visión de Gaudí, sino que también representará un logro significativo de la ingeniería y la construcción modernas.

Gaudí se hizo cargo del proyecto por primera vez en 1883 y lo transformó en lo que llamó “el futuro de la Cataluña moderna”. Su repentina muer-

POR
JESÚS MESA



EL PINÁCULO DE LA BASÍLICA alcanzará los 172 metros, lo que convertirá a la Sagrada Familia en la iglesia más alta del mundo.

Cuando se le preguntó por qué el proyecto tardaba tanto, Gaudí dijo: “Mi cliente no tiene prisa”.

te en 1926 (fue atropellado por un tranvía que cruzaba la calle), cuando la iglesia solo tenía 20 por ciento de avance, es uno de los numerosos obstáculos que ha enfrentado en su construcción.

La Guerra Civil Española de la década de 1930 detuvo el progreso y muchos de los planos originales de Gaudí se perdieron o fueron destruidos en un incendio. Más recientemente, la construcción se detuvo durante la pandemia de covid-19. Pero el resurgimiento del turismo desde

entonces ha ayudado a proporcionar los fondos necesarios para impulsar el proyecto hacia su finalización.

El año pasado, aproximadamente 4.7 millones de personas visitaron el sitio. La venta de entradas, que oscila entre 28 y 43 dólares, generó alrededor de 135 millones de dólares, la mitad de los cuales se asigna a esfuerzos de construcción.

Un desafío notable surgió en 2016, con el descubrimiento de que la iglesia se construyó sin el permiso adecuado, una situación descrita como una “anomalía histórica” por los funcionarios de la ciudad. Esto se rectificó en 2019.


El uso de técnicas de construcción modernas es fundamental para completar la visión de Gaudí. Se emplea-



DOS GRÚAS LIEBHERR ayudan a que la iglesia alcance la fecha de finalización, en 2026.

ron paneles de piedra prefabricados para acelerar la construcción de las torres restantes, un método recomendado por la empresa de ingeniería Arup.

“Se espera que la Capilla de la Asunción esté terminada en 2025 y la Torre de Jesucristo, en 2026”, según la Fundación La Sagrada Familia. Es probable que continúen trabajos decorativos y escultóricos menores hasta finales de la década, y sigue un debate sobre cómo construir una escalera hacia la entrada principal que, según los planes actuales, requeriría el desalojamiento de cientos de familias y negocios.

Cuando se le preguntó, hace un siglo, por qué el proyecto tardaba tanto, se citó a Gaudí diciendo: “Mi cliente no tiene prisa”. No obstante, su espera podría terminar pronto. 



LAS GRÚAS FUERON ELEGIDAS en parte por su diseño plegable, lo que minimiza el impacto en los edificios circundantes.

TRÁMITE: INNOVACIÓN Y COMUNIDAD

El festival ha logrado posicionarse como una plataforma internacional que promueve la animación y el arte digital.

➔ CUANDO BIANCA PEREGRINO llegó a Querétaro se sorprendió al descubrir que, a pesar de su cercanía con la Ciudad de México, la escena cultural y artística era notablemente discreta. En sus palabras, “Querétaro era un lugar más cerrado, donde no pasaba mucho en cuanto a cultura y arte”. Las galerías locales estaban llenas de bodegones y arte clásico, pero carecían de una contracorriente que reflejara el arte contemporáneo. Este entorno la inspiró a crear espacios que cambiaran el panorama artístico de la región.

DESCENTRALIZANDO EL ARTE

ANTE LA POSIBILIDAD DE CRECER LA oferta cultural, Bianca y su equipo iniciaron Cut Out Fest, un festival de cine de animación que en sus inicios buscaba descentralizar el arte y la cultura que estaban concentrados en la Ciudad de México. “Queríamos descentralizar y Querétaro no tenía un festival de cine de animación”, comenta Bianca en entrevista con *Newsweek en Español*.

A pesar de los desafíos iniciales, el festival logró posicionarse como una plata-

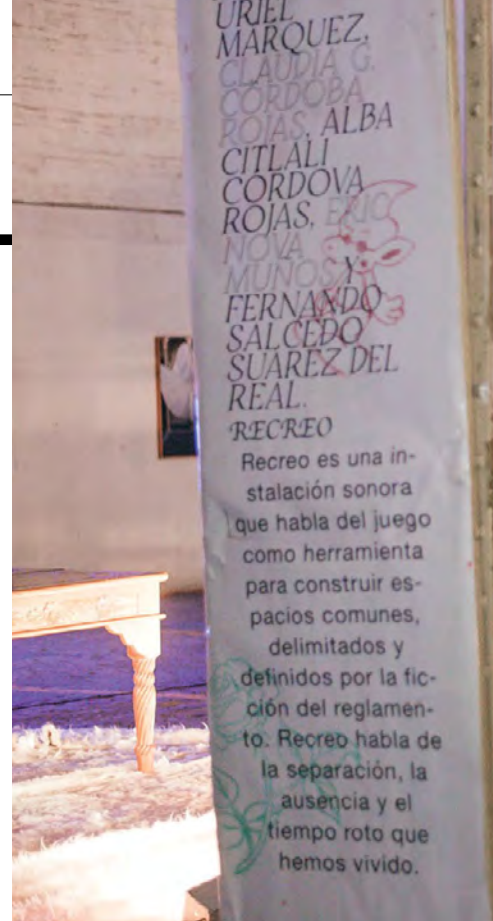
forma internacional que promueve la animación y el arte digital. Ahora, en su catorceava edición Cut Out Fest se ha convertido en un espacio donde los artistas pueden interactuar con el público de manera cercana, fomentando una experiencia cultural enriquecedora y accesible.

ARTE Y COMUNIDAD

CON EL ÉXITO DE CUT OUT FEST, Bianca y su colega José Miguel Loyola comenzaron a reflexionar sobre la falta de espacios para el arte contemporáneo y emergente en Querétaro. Así surgió la idea de Trámite, un proyecto que, desde el inicio, se propuso ser diferente a las ferias de arte convencionales. “No somos una feria”, enfatiza Bianca, y agrega: “Queríamos un proyecto que tuviera todas las condiciones para hacer un círculo virtuoso en cuestión de arte”.

La historia de Trámite está llena de momentos que reflejan una evolución constante y un enfoque en la generación de comunidades y la experimentación artística. Desde sus primeras etapas el proyecto no estaba centrado exclusivamente en la venta de arte.

POR
CAMILA
SÁNCHEZ BOLAÑO



Durante los primeros años, invitaron a galerías y artistas a participar en exposiciones, ofreciendo un espacio inclusivo y accesible donde el público podía interactuar con artistas y curadores. Esta dinámica rompe completamente con la idea de que el arte es inaccesible o elitista.

UN PROYECTO FLEXIBLE Y ADAPTABLE

TRÁMITE SE CENTRA EN CREAR COMUNIDAD, por lo que la pandemia de 2020 representó un desafío. Sin embargo, encontró una oportunidad para redefinir su enfoque. En lugar de depender de galerías, se enfocaron en artistas individuales, lo que permitió una mayor libertad creativa y colaboración. Este cambio, que tuvo lugar durante la edición de Trámite en León, marcó un punto de inflexión para el proyecto.

“Ahí creo que es donde le dimos al proyecto que queríamos”, explica Bianca, refiriéndose a la decisión de trabajar directamente con artistas en



JOSÉ MIGUEL LOYOLA Y BIANCA PEREGRINO han diseñado nuevas formas de interacción, como charlas y actividades dinámicas, que fomentan la participación del público.

En estas plataformas el valor del arte no se mide solo en términos monetarios, sino por su capacidad de conectar y educar.

Trámite sigue evolucionando con la mirada puesta en un futuro donde el arte sea accesible para todos. Bianca está comprometida con la idea de que “la cultura es lo único que puede salvarnos”. Con iniciativas como Trámite, Bianca Peregrino está no solo transformando la escena artística de Querétaro, sino también inspirando un movimiento que promueve la descentralización del arte y la creación de espacios inclusivos y colaborativos.

Una de las iniciativas más ambiciosas de este proyecto ha sido su transición hacia un espacio que abarca residencias artísticas. Este cambio ha permitido que el proyecto crezca más allá de sus orígenes y llegue a comunidades más pequeñas, como se demostró con la colaboración con el Proyecto Garambullo, en Colón. Esta colaboración se centra en la recuperación de la gastronomía y las tradiciones locales, descolonizando los prejuicios culturales a través del arte y el conocimiento.

A través de estas múltiples etapas de crecimiento y transformación, se mantienen fieles a su visión de ser un proyecto flexible y experimental. Cada año, el equipo evalúa lo que ha funcionado y lo que necesita cambiar, manteniendo siempre su compromiso con la creación de una comunidad vibrante y un espacio donde el arte y la creatividad puedan florecer sin restricciones.

Trámite demuestra que es posible crear una escena artística vibrante y dinámica fuera de las grandes ciudades, mostrando que el arte no tiene fronteras y que todos pueden ser parte de él. ■

lugar de galerías. Este enfoque les permitió mantener su esencia de comunidad y colaboración, adaptándose a las nuevas circunstancias sin comprometer su visión.

Uno de los colaboradores clave en esta etapa fue Iván Puig, un artista que ha trabajado codo a codo con el equipo de Trámite desde su primera edición. Puig, junto con el colectivo de San Miguel de Allende, Taller 30, presentó una de las primeras piezas de arte sonoro colaborativas del proyecto, llamada el “Anemocorde”, demostrando el potencial del trabajo colectivo en el arte.

CONSTRUYENDO UN LEGADO CULTURAL

AUN PASANDO POR UNA PANDEMIA, Trámite nunca se detuvo. Y siendo un proyecto abierto a cambiar y adaptarse, se plantearon constantemente preguntas sobre cómo podía crecer el proyecto. “¿Cómo podríamos abrir puertas a nuevos públicos y cómo podríamos apoyar a artistas emer-

gentes?”, se preguntaban. Un aspecto crucial fue la creación de iniciativas como las “Visitas de Estudio”. Aquí, curadores de renombre, como Lucía San Román, se sumaron para conocer artistas del Bajío que de otro modo no habrían tenido la oportunidad de trabajar con ellos. Este enfoque no solo fortaleció los lazos dentro de la comunidad artística, sino que también permitió que artistas como Salvador Xharicata fueran conocidos por curadores nacionales e internacionales.

Las convocatorias abiertas, conocidas como “Garages”, fomentan la experimentación en sitio, mientras que la parte formativa del proyecto ayuda a cultivar una comprensión más profunda del arte y sus procesos.

“Queríamos un proyecto que tuviera todas las condiciones para hacer un círculo virtuoso en cuestión de arte”.

‘NOSOTRAS’, EL VIAJE LITERARIO DE SUZETTE CELAYA

La novela *Nosotras*, de la escritora Suzette Celaya Aguilar, ha capturado la atención del público por su narrativa poética y su profundo análisis de temas como el duelo, el colonialismo, el capitalismo y el papel de la mujer en un mundo cambiante.

➔ “YO VINE A LA CIUDAD DE MÉXICO a estudiar Creación Literaria”, comienza Suzette Celaya, recordando el momento en que decidió embarcarse en la escritura de *Nosotras*. Su objetivo era claro: “Quería poner manos a la obra de todo lo aprendido, a ver si es cierto que podía escribir una novela, con todas las complejidades que tiene escribir narrativa”. Con esta determinación, Celaya se lanzó a escribir una historia de largo aliento, un reto que después de ocho años está siendo gratificado con el arropamiento de la crítica literaria y la opinión lectora.

Es claro que esta novela no surgió de la noche a la mañana y durante su lectura, mientras descubrimos los horrores que se hacen a un pueblo en nombre del “progreso”, se siente el trabajo y el paso de un tiempo reflexivo y de una autora en constante cambio. La inspiración inicial de escribir una novela se vio respaldada por una beca estatal de creación literaria en Sonora —que lamentablemente ya no existe—. “Yo

propongo este proyecto, me gano la beca y muy aplicadamente me puse a escribir”, cuenta la autora en entrevista con *Newsweek en Español*.

El primer borrador fue completado, pero la historia quedó en pausa mientras Celaya se enfocaba en estudios de posgrado y la maternidad. Durante casi ocho años, la novela fue un proyecto intermitente, una obra que se abría y cerraba a medida que su autora navegaba por las complejidades de su vida personal y profesional. Para quienes asesoraban a la escritora, la novela estaba lista para ser publicada, pero ella sentía que algo faltaba. Y ese algo lo comprendió más tarde, desde su propia experiencia materna.

LA REESCRITURA DE “NOSOTRAS” DESDE LA MIRADA MATERNA

EN 2019, CELAYA DECIDIÓ QUE 2020 sería “el año de la novela”. El tiempo de la pandemia le ofreció la oportunidad de dedicarle la atención que tanto necesitaba. “Yo sentía que algo no cuadraba, que algo faltaba”, explica la autora.

La maternidad es un tema muy presente en *Nosotras*, explorado a través de diversos vínculos maternos y las complejidades emocionales que estos conllevan. Curiosamente, Celaya escribió gran parte de la novela antes de convertirse en madre, pero revisó y editó su obra después de experimentar la maternidad.

“Creo que si yo no me hubiera convertido en mamá en ese inter, quizá me hubiera tardado más en encontrar eso que a mí me hacía falta para considerar a la novela terminada”, reflexiona Celaya. Y agrega que la culpa, un sentimiento que ella misma experimentó como madre, se convirtió en una pieza clave para comprender y desarrollar a su protagonista.

“Me acuerdo perfectamente bien que estaba en la cocina de mi casa y que estaba limpiando la mesa, pensando en la historia. Y en eso dije: Es que siento culpa, una culpa que la obstaculiza y congela”, narra la autora. Esta revelación fue fundamental para dar coherencia y profundidad a las acciones de Violeta, quien se siente paralizada por la culpa tras la muerte de su hija.

POR
CAMILA
SÁNCHEZ BOLAÑO



FOTO: JOEL GARCÍA

CELAYA ESCRIBIÓ GRAN PARTE DE SU NOVELA antes de convertirse en madre, pero la revisó y editó después de experimentar la maternidad.

La escritura de Celaya se vio enriquecida por su propia experiencia, permitiéndole explorar la psicología de sus personajes con mayor autenticidad. “No creo que uno tenga que experimentar en carne propia

todo lo que quiere escribir, pero en este libro y en este proceso así fue”, admite. Y agrega que la misma sensación de “no poder partir” que experimenta la protagonista de la novela la persigue cada vez que se

“No creo que uno tenga que experimentar en carne propia todo lo que quiere escribir, pero en este libro y en este proceso así fue”.

plantea dejar Hermosillo para vivir en otro lugar.

Este último esfuerzo dio frutos. *Nosotras* fue presentada en el Concurso de Libros Sonorense en 2020 y, posteriormente, ganó el concurso de Primera Novela de Amazon en 2023, del que fueron jueces Fernanda Melchor, Socorro Venegas y Guillermo Arriaga, otorgándole una visibilidad significativa y la existencia de la edición actual bajo el sello de la editorial Hachette Livre México.

ESPEJOS, REALIDADES Y METÁFORAS

UN ELEMENTO CENTRAL EN *NOSOTRAS* es el uso de un pequeño espejo con una historia familiar, un recurso narrativo que aporta profundidad a la experiencia de la protagonista. Celaya explica que inicialmente consideró la inclusión de elementos sobrenaturales, pero finalmente optó por un enfoque más sutil. El espejo se convirtió entonces en una herramienta para la protagonista, Violeta, quien lo usa como una forma de validar su realidad.

“Es como esta muletilla que le sirve para asegurarse que está en lo correcto, que no se está presionando, que no está traicionando a su pasado, a sus muertas”, añade Suzette. Este objeto, cargado de simbolismo, también es un vínculo con la madre,

un regalo que lleva consigo como un amuleto.

EL LENGUAJE POÉTICO Y LAS IMÁGENES

LA PROSA DE *NOSOTRAS* SE DISTINGUE por su estilo poético y su capacidad para evocar imágenes vívidas. Celaya utiliza una estructura que alterna entre capítulos tradicionales que siguen a la protagonista y fragmentos externos, ofreciendo al lector una experiencia inmersiva y otras miradas de la misma historia.

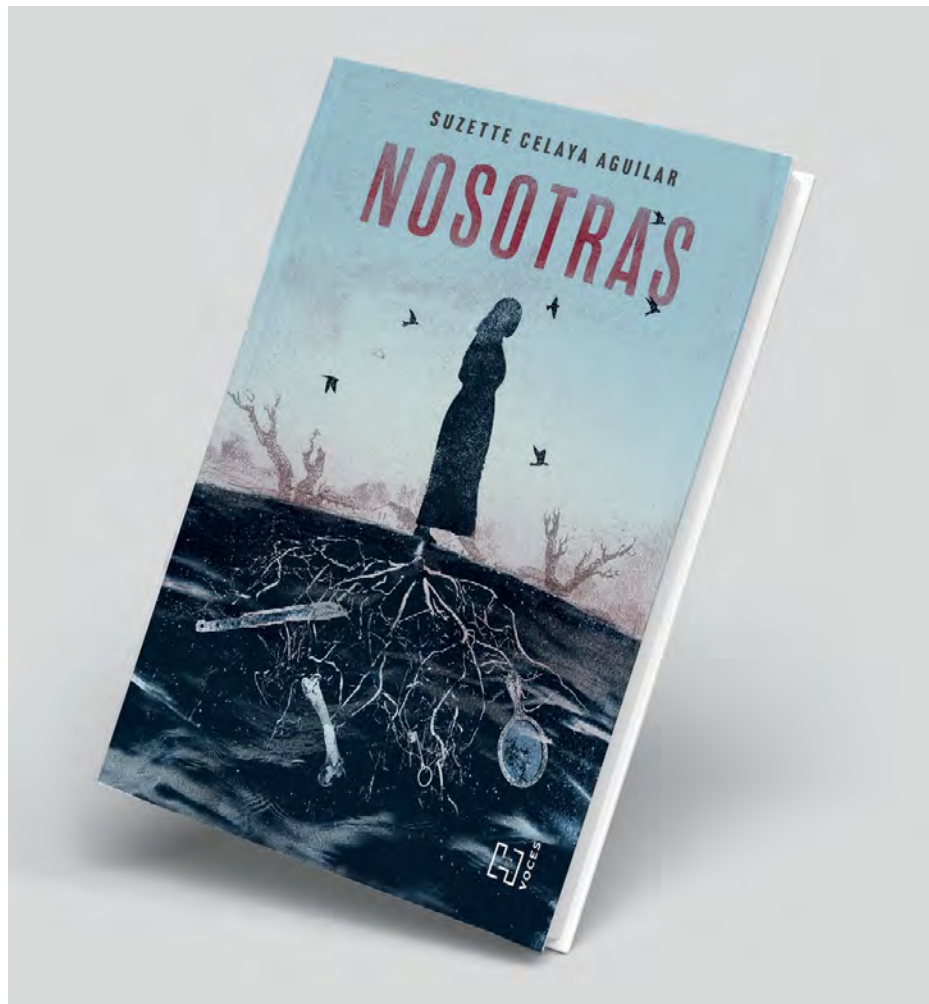
“Me interesa crear imágenes, o sea, que con pocas palabras tú te puedas imaginar algo mucho más amplio o extenso”, explica la autora. Estos pasajes poéticos, separados del texto principal, invitan al lector a detenerse y reflexionar, añadiendo capas de significado a la narrativa.

El uso de un lenguaje más lírico es una herramienta que Celaya emplea para transmitir la atmósfera del pueblo donde se desarrolla la historia. “El pueblo es cuerpo y creo que ahí [en esos fragmentos] fue en donde los conecté”, señala, subrayando la importancia de los escenarios como personajes en sí mismos.

VOCES FEMENINAS Y LUCHAS SOCIALES

AUNQUE *NOSOTRAS* NO ES UNA NOVELA estrictamente feminista, aborda temas de machismo y el papel de la mujer en una sociedad patriarcal. Celaya quiso que las mujeres fueran las protagonistas, explorando las complejidades de sus relaciones y las dinámicas de poder.

“Quería que en la historia fueran las mujeres quienes llevaran la voz principal”, afirma la autora. Sin embargo, en la trama también reconoce las tensiones y contradicciones que existen entre las mujeres, la violencia



“Me interesa crear imágenes, que con pocas palabras tú te puedas imaginar algo mucho más amplio o extenso”.

que ejercen mujeres a otras mujeres, mostrando cómo la violencia puede manifestarse de diversas formas.

La novela también toca temas como el colonialismo, el clasismo y el progreso, explorando cómo estos factores afectan a las comunidades

marginadas. “Son luchas actuales, son luchas en donde incluso las mujeres tienen gran preponderancia”, dice Celaya, destacando el papel de las mujeres en la defensa del territorio y el medioambiente.

En *Nosotras*, Suzette Celaya teje una narrativa rica y compleja que invita a la reflexión. A través de su prosa poética y sus personajes cuidadosamente contruidos, ofrece una exploración profunda de la experiencia humana, abordando temas universales que resuenan en el lector mucho después de haber cerrado el libro. **N**

15 Bienal FEMSA

LA VOZ DE LA MONTAÑA

23 .MAY. - 25.AGO.2024 Guanajuato y León

PROGRAMAS

Comisiones

29 proyectos artísticos desarrollados especialmente para esta edición.

Pie de monte

Encuentro de ediciones independientes.

Desplazamientos

Selección de proyectos audiovisuales.

Relieves

Talleres, charlas y conferencias.

Más de 20 sedes y espacios aliados.



bienalfemsa.com

lodehoy

MÉXICO



LIVE

NOTICIERO

CON FERNANDO A. CRISANTO

¡CONÉCTATE!

LUNES A VIERNES

14:00 HORAS



LIVE



LA MEJOR INFORMACIÓN, LA MAYOR COBERTURA

BÚSCANOS EN TODAS LAS REDES SOCIALES COMO @LDHNoticias



lodehoy.com.mx