AÑO 1 · NÚMERO 0104 · JULIO DE 2024· SEMANA 27 www.atiempo.tv · COSTO $10

A TIEMPO

Saltillo: Tierra de muchas aguas

¡Infancia robada!: 2.3 millones de niños trabajaron en México

El Partido Verde, un negocio disfrazado de política

¿Coahuila la excepción o la regla?

SEMANARIO

CONTENIDO

4 **Edrei Durón**
Saltillo: Tierra de muchas aguas

6 **Ylsel Gutiérrez**
¡Infancia robada!: 2.3 millones de niños trabajaron en México

10 **Guillermo Flores**
El Partido Verde, un negocio disfrazado de política ¿Coahuila la excepción o la regla?

13 **Monserrat Dávila Aguilar**
¿Hay justicia para las mujeres que sufren violencia?

15 **Higinio Oviedo**
El Juego de Tronos 2024-2030

16 **Adriana Villarreal**
El cambio, un reto de la competitividad

DIRECTORIO

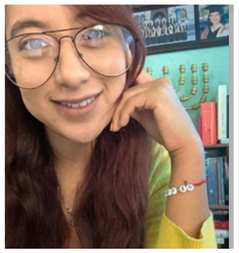
Fundador
Guillermo Flores
Dirección general
Claudia Valdés
Dirección editorial
Edrei Durón
Diseño editorial
Alejandro Cardona
Columnistas
Guillermo Flores
Monserrat Dávila Aguilar
Ylsel Gutiérrez
Edrei Durón
Adriana Villarreal
Higinio Oviedo

A TIEMPO MEDIO DIGITAL, revista semanal año 01, número de edición 0104, semana del 01 de julio al 07 de julio de 2024. Editor Responsable: Guillermo Antonio Flores Méndez. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2023-012710465600-101. Número de Certificado de Licitud de Título y Contenido: 17538. Domicilio de la Publicación: Calle Prolongación Irlanda 778-1, Col. Villa Olímpica, C. P. 25230, Saltillo, Coahuila, México. Imprenta y Distribuidor, A TIEMPO MEDIO DIGITAL S.A. DE C.V. Calle Prolongación Irlanda 778-1, Col. Villa Olímpica, C. P. 25230, Saltillo, Coahuila, México.

Prohibida la reproducción parcial o total de cualquier capítulo, fotografía o información publicados sin autorización expresa de A TIEMPO MEDIO DIGITAL S.A. DE C.V., titular de todos los derechos.

Saltillo: Tierra de muchas aguas

Este mes, Saltillo está de manteles largos pues cumplimos 447 años desde la fundación, por lo que te estaré trayendo datos relevantes de la ciudad



Edrei Durón

Directora editorial del medio, especializada en temas históricos y culturales. Titulada en Historia por la UAdeC y con una maestría de la UNAM, ha colaborado en proyectos dirigidos por reconocidos académicos. Su enfoque abarca archivos históricos y parroquiales, destacándose en la investigación sobre la Iglesia católica en los siglos XVII y XVIII. Además ha contribuido con reportajes escritos, evidenciando su interés en asuntos culturales y sociales, consolidando su posición como una experta en narración histórica y análisis de temas contemporáneos.

Con la reciente llegada de las tormentas tropicales vimos en Saltillo el incremento de agua en las acequias y sobretodo en el cañón de San Lorenzo, en los lugares lejanos de la mancha urbana; Sin embargo no siempre fue así, antes había agua muy cerca de la población. De hecho lo vemos desde el nombre, su origen en el chichimeco y quiere decir "Tierra alta de muchas aguas", y es que antes terruño estaba rodeado de manantiales de los que ahora sólo resuenan los nombres como La Aurora, La Hibernia, La Nogalera de Arizpe y La Libertad.

La palabra que en realidad era Xalahcoatillatl se deriva de un compuesto de las palabras Xalli que es arena y Tlal o Tlalli que es agua, que probablemente después fonéticamente se deformó como Tlalacotillan. Y aunque parezca un poco forzado, mencionan que de ahí viene la palabra Saltillo. No es tan loco pensarlo, ya que los españoles deformaban la fonética de los nombres indígenas a lo que ellos entendían o ya conocían, cómo lo hicieron con Cuaubnahuac a Cuernavaca y Atlacuihuayan en Tacubaya.

Pero bueno, hablando de agua, seguramente alguna vez has pasado por Urdiñola y has visto ese gigante hecho de piedra caliche y te has preguntado ¿Qué es?, ese y otros gigantes de los que apenas quedan testigos mudos, eran los acueductos que hacían funcionar la economía y abasto de agua de nuestra ciudad.

Desde su fundación, Saltillo fue marcado por la presencia de agua, incluso hay quienes aún cuentan esa leyenda de que el nombre proviene de un salto de agua. Pero hoy no hablaremos del nombre, sino de las fábricas que funcionaron gracias al agua y que permitieron el crecimiento de lo que ahora es nuestra ciudad.

LA HIBERNIA

Actualmente solo quedan vestigios de un viejo acueducto y el nombre en la colonia al norte de la ciudad de lo que fue una de las más grandes fábricas textiles de Saltillo, La Hibernia. Este lugar fue importante desde la fundación de Saltillo, originalmente era la hacienda de Santa Ana propiedad de los Sánchez Navarro. En este lugar Juan Navarro construyó el primer molino de trigo De la Villa De Santiago del Saltillo y funcionaba precisamente gracias a la corriente de agua que llegaba hasta el lugar.

Además en este lugar la familia Sánchez Navarro fundó una parroquia que hasta la actualidad aún podemos ver y aún da servicio a los feligreses. En este lugar que aunque se encontraba lejos y afuera de lo que en ese entonces era Saltillo, pronto creció rápidamente y todo gracias a las fuertes corrientes de agua que bajaban desde la sierra madre oriental.

La hacienda de Santa Ana fue conocida como la hacienda de los Molinos durante el siglo XIX, cuando pertenecía al padre Vicente Pío de Cárdenas. Él la heredó a su sobrino Vicente Valdés, quien finalmente vendió la hacienda a José Antonio del Bosque y Vargas en 1831. Posteriormente, en 1842, la hacienda fue alquilada a los británicos Santiago Hewesston y Nicolás Pendergast. Un año después, se les unió Pedro Hale para fundar la fábrica de textiles La Hibernia, aprovechando las tierras y el agua disponibles. El nombre "La Hibernia" proviene del latín y significa Irlanda, la tierra natal de Heweston.

La sociedad de estos comerciantes enfrentó las dificultades de la guerra entre México y Estados Unidos. Para proteger su fábrica, Nicolás Pendergast escribió dos cartas dirigidas a los gobiernos de ambas naciones, argumentando que la fábrica era propiedad de ciudadanos británicos y, por lo tanto, sus terrenos no debían ser afectados por el conflicto. Esta medida también puede interpretarse como una táctica estratégica, ya que Heweston era irlandés.

LA AURORA

Este es el nombre de una de las colonias más conocidas y antiguas de Saltillo y donde a la fecha aún hay agua, al menos en arroyo que pasa por el parque ecológico o en los parques acuáticos que están cerca. Incluso todavía podemos ver en este lugar un viejo molino, lo que nos narra silenciosamente lo que ahí corría hace siglos, abundante agua.

La empresa textil por la que recibe ahora el nombre esta colonia, se fundó a principios de la década de 1840. Después de tener varios dueños, el señor Francisco Arizpe y Ramos le dio un gran impulso, invirtiendo en nuevas tecnologías y manteniendo una alta producción, lo que fue su mejor época.

En 1897, producían treinta y seis mil pies de manta en sus telares, con un valor de noventa mil pesos. Utilizaban algodón pluma como materia prima, traído directamente de la región de La Laguna.

El agua y el vapor eran las principales fuentes de energía para la maquinaria, con una potencia de ochenta caballos de fuerza. Anualmente, consumían casi una tonelada de leña, valorada en tres mil doscientos pesos.

LA LIBERTAD

La tercera fábrica se estableció pocos años después del inicio del siglo XX. Su propietario fue el señor Clemente Cabello, quien hizo varias modificaciones al lugar. Al finalizar las reformas, el edificio resultante fue hermoso. Clemente Cabello también invirtió grandes sumas para aumentar la producción de telas.

Pablo M. Cuéllar Valdés relata en su libro "Historia de la Ciudad de Saltillo" que la fábrica La Libertad cerró en 1910. En 1932, dos inmigrantes catalanes, Carlos y Luis Ribé, reabrieron la fábrica para reiniciar la producción.

Sin embargo, la vieja tecnología y los constantes problemas laborales hicieron que la textil fuera inoperante. En 1957, su último propietario, el señor Emilio J. Talamás, cerró la fábrica definitivamente. Hoy, el antiguo edificio que albergó La Libertad es la sede del Seminario Propedéutico de la Diócesis de Saltillo.

EL LABRADOR

Estaba ubicada en el sur de la ciudad, cerca de la esquina de la calle Urdiñola y el Periférico Luis Echeverría. Esta fábrica se fundó en 1856, y al final del siglo XIX, su producción superaba las dieciséis mil piezas de manta, con un valor de cuarenta y nueve mil pesos.

La potencia hidráulica de la fábrica era de veinte caballos de fuerza, y las corrientes de agua utilizadas se conocían como Aguas Arizpeñas. La propietaria, la señora Francisca Arizpe viuda de Barousse, empleaba a 19 hombres.

Como ha sido siempre, había desigualdad en los salarios: los hombres ganaban treinta y ocho centavos al día, las mujeres veinticinco centavos, y los niños dieciocho centavos. En su última etapa, el empresario irlandés Guillermo Purcell compró la fábrica El Labrador.

LA ESMERALDA

La textil se fundó en 1860 por la señora Francisca Zamora y el señor David Zamora, ricos terratenientes y empresarios de la época. La Esmeralda estaba ubicada en la parte sur de lo que hoy es el centro de Ramos Arizpe. En sus primeros años, producía anualmente siete mil piezas de manta, con un valor de veinte mil 160 pesos.

A finales del siglo XIX, el señor Henry Boardman y su esposa Eleonor Taylor, provenientes de Bolton, Inglaterra, un lugar reconocido mundialmente por su tecnología y producción textil, adquirieron la fábrica La Esmeralda.

Gracias a la experiencia de los ingleses, fueron los primeros en producir mezclilla. La fábrica estuvo en manos de la familia Boardman por más de cuatro décadas. En 1941, debido a problemas laborales, la familia no tuvo más remedio que cerrar la fábrica.

Como vemos a lo largo de la historia de Saltillo, el hecho de que fuera una tierra de muchas aguas, permitió su crecimiento económico. Ya que gracias a las acaudaladas corrientes que había, varios molinos y fábricas pudieron empezar y continuar sus funciones por años.

¡Infancia robada!: 2.3 millones de niños trabajaron en México

La mayoría de los niños que trabajan en México se enfrentan a trabajos peligrosos, exponiendo su integridad física en las calles

Ylsel Gutiérrez

Doctora en Economía Regional por el Centro de Investigaciones Socioeconómicas de la Universidad Autónoma de Coahuila, con áreas de investigación enfocadas en temas de índole económico, Sector Eléctrico Mexicano y medio ambiente. Especialista en el uso de modelos multi-sectoriales basados en matrices de insumo producto y de contabilidad social. Posee una certificación internacional como Especialista en Microsoft Excel, lo cual permite el manejo de grandes bases de datos y su procesamiento en información útil para el análisis socioeconómico.

Durante el cuarto trimestre de 2022, el 8.2% de los niños y adolescentes de 5 a 17 años, se encontraron ocupados en alguna actividad económica en México. De estos 2.3 millones, el 6% laboró en entornos peligrosos como cruceros, avenidas, andamios, bares, depósitos de basura, entre otros. Casi cuatro de cada 10 trabajadores infantiles estuvieron expuestos a algún riesgo como herramientas punzocortantes, productos químicos, fuego y/o residuos peligrosos. Además, casi el 60% de estos menores utilizaron sus ingresos laborales para apoyar económicamente a sus hogares.

A través de la Encuesta Nacional de Trabajo Infantil (ENTI) fue posible obtener información sobre la magnitud de este fenómeno y las características socioeconómicas y laborales de los niños y adolescentes que se encuentran ocupados en México. Esta encuesta se levanta cada tres años y la información más reciente corresponde al cuarto trimestre de 2022.

¿QUÉ ES EL TRABAJO INFANTIL?

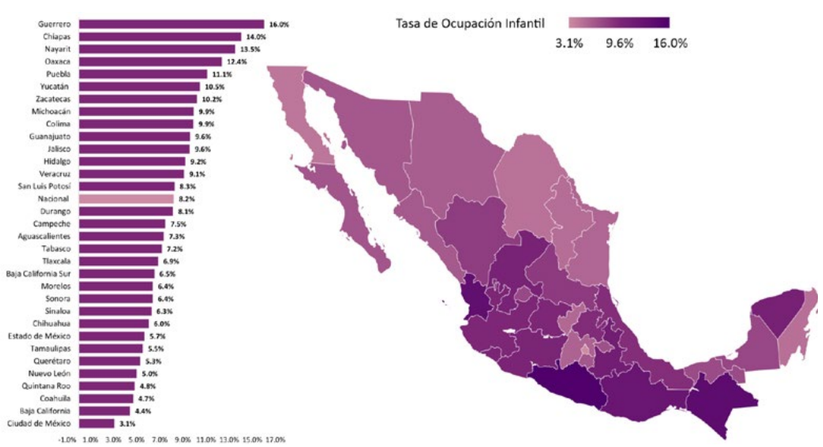
De acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo (OIT), el trabajo infantil se define como todo trabajo que priva a los niños de su niñez, su potencial y su dignidad, y que es perjudicial para su desarrollo físico y psicológico. Es decir, se alude al trabajo que es peligroso y dañino para el bienestar físico, mental o moral del niño y/o interfiere con su escolarización, ya sea al privarlos de la posibilidad de asistir a clases, al obligarlos a abandonar la escuela o al exigirles combinar los estudios con el trabajo.

El trabajo infantil incluye a las personas ocupadas por debajo de la edad mínima para trabajar, que de acuerdo con el artículo 22 de la Ley Federal del Trabajo (LFT) es de 15 años en México. También engloba a las personas ocupadas de 15 a 17 años en actividades peligrosas. Por tanto, la población objetivo para este artículo son los niños y adolescentes con edad entre los 5 y 17 años que se encuentran ocupados en alguna actividad laboral dentro del territorio nacional.

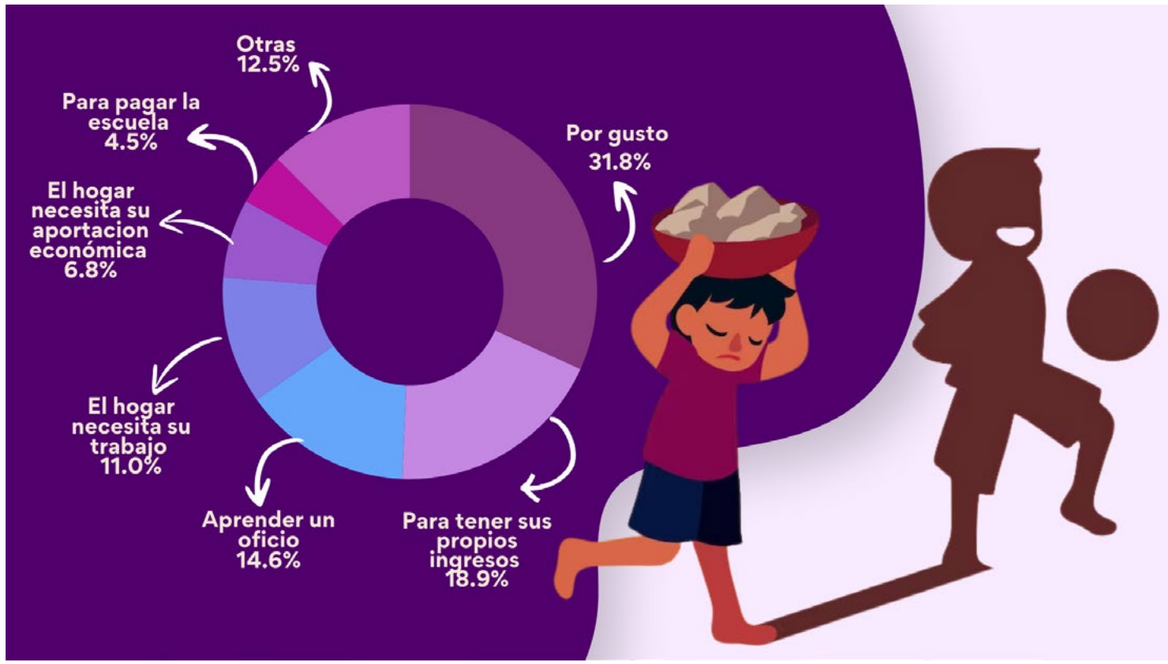
¿CUÁNTOS NIÑOS ESTÁN TRABAJANDO?

Durante el cuarto trimestre de 2022, en México había 28,413,429 personas entre los 5 y 17 años de edad. De este grupo, el 8.2%, es decir, 2,333,129 niños y adolescentes, estaban ocupados en algún tipo de trabajo. A nivel estatal, la tasa de ocupación infantil más alta se registró en Guerrero con 16.0%, casi el doble que el promedio nacional. A continuación, se ubicaron Chiapas, Nayarit, Oaxaca y Puebla, con tasas del 14.0%, 13.5%, 12.4% y 11.1% respectivamente, indicando una prevalencia significativa de trabajo infantil en estas regiones del país.

Gráfica 1. Tasa de ocupación infantil por entidad federativa. 2022.



Gráfica 1. Motivos por los que trabajó la población infantil. 2022.



En cambio, la Ciudad de México fue la que menor tasa de ocupación reportó en el cuarto trimestre de 2022, con solo el 3.1%. Otras entidades que destacaron por las bajas cifras en trabajo infantil fueron Baja California Norte, Coahuila, Quintana Roo y Nuevo León. Sus tasas se registraron en 4.4%, 4.7%, 4.8% y 5.0% respectivamente, todas ellas inferiores a la media nacional.

Estas disparidades regionales resaltan la necesidad de formular políticas y medidas preventivas específicas para regular el trabajo infantil, y de forma particular, en las entidades que presentan las tasas de ocupación infantil más altas.

¿CUÁNTOS AÑOS TIENEN Y DONDE TRABAJAN?

De los 2.3 millones de niños y adolescentes que conformaron la población infantil ocupada en México, el 62.0% empezó a trabajar entre los 12 y 16 años. En el 59.4% de los casos de ocupación, la persona para quien trabajaron o ayudaron fue un familiar, mientras que un 35.7% laboraron para alguien externo a su círculo familiar, y un 4.6% trabajó por cuenta propia.

De aquellos que trabajaron de forma subordinada, el 69.0% tuvo un empleador hombre y el 31.0% una mujer. Además, el 85.4% declaró que la unidad económica en la que laboraron contaba con un personal de aproximadamente 2 a 5 personas, y el 71.6% indicó que la empresa o institución no tenía un nombre formal. En cuanto a las condiciones laborales, el 74.7% de los ocupados trabajó en un lugar no establecido como negocio, establecimiento u oficina formal, por tanto, llevó a cabo sus actividades en el campo, a cielo abierto o en domicilios particulares sin ninguna instalación especial para el tipo de trabajo realizado.

Las cifras anteriores sugieren que muchas de las "empresas" en las que se ocupa la población infantil en México pertenecen al sector informal, y por ello, no tienen reparo en respetar las leyes que protegen los derechos de los infantes. Esto podría explicarse por la atracción de emplear mano de obra infantil debido a su bajo costo. Para frenar este tipo de situaciones es necesario implementar políticas que protejan a los niños y adolescentes trabajadores, así como de fomentar la formalización de las unidades económicas donde se emplea a menores, para asegurar así, condiciones laborales apropiadas.

¿CUÁNTO TIEMPO TRABAJAN?

El 90.9% de los ocupados tuvo una jornada laboral diurna que varío entre las 6 am y 8 pm. Un 2.9% trabajó durante la noche, de 8 pm a 6 am del siguiente día. Por su parte, un 5.7% trabajó en un horario mixto y un 0.4% rotó turnos. Lo anterior, se tradujo en que un 78.6% contó con un horario regular de trabajo, mientras que el 21.4% restante careció de una jornada definida.

En lo referente a la duración de la jornada laboral, el 33.5% trabajó hasta 14 horas semanales y el 18.1% entre 14 y 28 horas, es decir, en jornadas laborales reducidas. Sin embargo, un 14.7% trabajó más de 48 horas, siendo equivalente, a más de ocho horas diarias durante seis días a la semana, lo cual revela una jornada intensa no apropiada para niños y adolescentes.

¿POR QUÉ Y PARA QUÉ TRABAJAN?

Del total de ocupados, un 58.6% aportó alguna parte de su ingreso laboral al hogar. De este grupo, el 58.2% contribuyó con menos de la mitad de su pago, el 36.5% con la mitad o más, y un 3.1% entregó la totalidad de su ingreso para cubrir con los gastos del hogar.

La principal razón por la que trabajaron fue por gusto o para ayudar a la economía familiar, con el 31.8% de la población objetivo declarándolo. Por su parte, un 18.9% se ocupó laboralmente para tener sus propios ingresos y poder gastarlos en lo que deseen, mientras que un 14.6% lo hizo con el fin de aprender algún oficio que le pueda ser útil en el futuro. En el 17.8% de los casos, el trabajo infantil se realizó porque el hogar necesitaba de su trabajo o de su aportación económica para poder satisfacer las necesidades básicas de la familia.

LOS QUE ESTÁN EN RIESGO

El 94.1% de la población ocupada declaró trabajar en un lugar que no se consideraba peligroso o que atentaba contra su integridad personal. Sin

JULIO DE 2024/ A TIEMPO MEDIO DIGITAL

embargo, el 5.9% restante, equivalente a 136,613 niños y adolescentes, laboraron en entornos no adecuados para su edad. De estos, el 29.9% lo hicieron en un crucero, avenida o carretera; un 29.4% en un río, lago, mar o montaña; un 10.3% sobre andamios o plataformas elevadas; un 6.4% en espacios sin ventilación o poca iluminación; un 6.0% en un bar, cantina, centro nocturno o centro de masajes; un 3.5% en un hospital o laboratorio; un 2.6% en un depósito de basura; y un 0.5% en una mina subterránea. El 11.4% faltante, no especificó el tipo de lugar dónde laboraron.

En lo relacionado con las actividades, el 58.9% de la población objetivo mencionó que para la realización de sus labores no tuvo que cargar cosas u objetos pesados, en cambio, para el 41.1%, sus funciones si lo requirieron. Entre los que, si hicieron un esfuerzo físico, el 20.8% levantó costales, sacos o bultos de granos y cemento; un 16.3% bolsas de mandado o mercancías; y un 12.7% botes con mezcla (arena o grava). El 50.1% restante cargó una diversidad de productos como cajas de refrescos, cajas o cubetas con frutas y verduras, garrafones o cubetas con líquidos, adobes, tabiques, entre otros.

Gráfica 2. Trabajos peligrosos en los que se ocupó la población infantil. 2022.

Fuente: Elaboración propia con información de INEGI.

EL MAYOR PELIGRO

Casi cuatro de cada diez niños y adolescentes que estuvieron empleados en México estuvieron expuestos a algún riesgo en su trabajo. El riesgo más común al que se enfrentaron fueron las herramientas punzocortantes como machetes y hachas, con un 27.3% declarándolo. Por su parte, un 25.3% consideró que la realización de posturas forzadas o movimientos repetitivos que exigieron sus actividades podrían resultar en alguna afectación para su salud a largo plazo.

Otros riesgos que destacó la fuerza de trabajo infantil incluyeron la humedad o temperatura extrema; animales peligrosos o plantas venenosas; productos químicos como pesticidas, pegamentos, cera, polvo y humo; ruido excesivo o vibraciones provenientes de pulidoras o telares; fuego o explosivos; manejo de vehículos motorizados; residuos o desechos peligrosos; entre otros.

¿QUÉ PASA CON ELLOS?

Para 110,500 niños y adolescentes, la realización de sus actividades laborales tuvo consecuencias significativas. Del total, el 89.6% sufrió accidentes o lesiones, muy probablemente como resultado de los materiales o condiciones a las que se encuentran expuestos. Para el otro 10.4% se manifestó en forma de enfermedades.

En el 42.9% de las ocasiones, los afectados tuvieron que acudir a consulta con un médico, huesero o curandero. Otro 21.4% utilizó remedios caseros, y un 8.4% no recibió atención a pesar de necesitarla. Además, un 6.8% requirió hospitalización menor a 15 días y un 2.2% mayor a 15 días, evidenciando la gravedad de las lesiones o accidentes.

POR LOS DERECHOS INFANTILES

El panorama anterior nos demuestra que el trabajo infantil en México sigue siendo un fenómeno alarmante que aqueja a millones de niños y adolescentes. Las estadísticas presentadas mostraron la magnitud y las diversas formas de explotación laboral infantil, las cuales van desde trabajos en condiciones peligrosas hasta jornadas extensas. Es necesario poner los reflectores sobre esta problemática con el fin de reglamentar el trabajo infantil y proteger su salud tanto física como mental, asimismo su derecho al juego y a una educación adecuada.

SAUCEDO
CONSULTORÍA JURÍDICA
Y MEDIACIÓN
@Saucedo Legal
844 343 83 33
www
saucedolegal.com

El Partido Verde, un negocio disfrazado de política

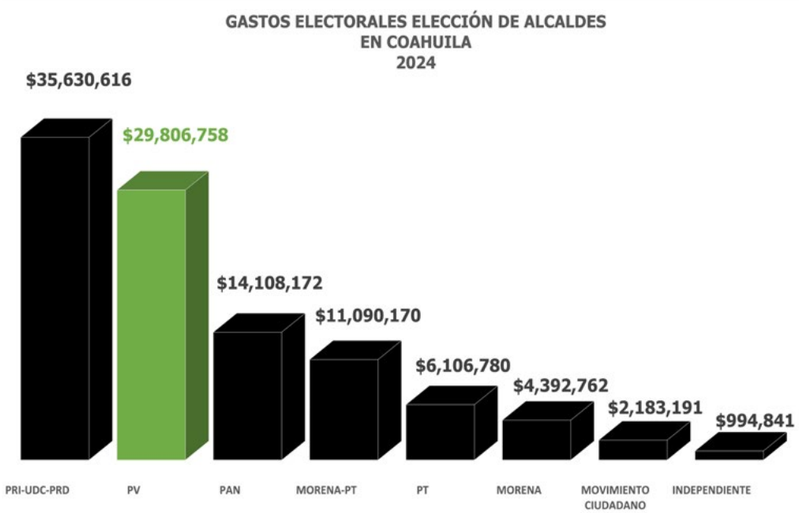
¿Coahuila la excepción o la regla?

GUILLERMO FLORES

Doctorando en periodismo por la Universidad Complutense de Madrid, Maestro en Periodimos por el CIDE y Maestro en Economía por la Universidad Carlos III de Madrid. Periodista especializado en procesos de investigación bajo método científico social. El periodismo profesional, libre y apegado a la verdad lo distingue.

El pasado 2 de junio se realizó el proceso electoral más grande en la historia de México, un proceso electoral donde se eligieron 20,263 cargos según el Instituto Nacional Electoral (INE) en el país, histórico también porque por primera vez México será dirigido por una mujer, Claudia Sheinbaum Pardo quien resultó ganadora de la contienda presidencial como candidata de la Alianza Sigamos Haciendo Historia, formada por MORENA, Partido del Trabajo y Partido Verde. Este último partido, el Partido Verde mucho ha dado de que hablar por sus estrategias y gastos electoral, desde la contratación de influencers para promocionar candidatos en tiempo no autorizados, gastos electorales ilegales y hasta la comprobación falsa de gastos de campaña para desviar dichos recursos, un ejemplo claro son los casi 30 millones de pesos que el Partido Verde dijo haber gastado en Coahuila según sus reportes presentados ante la unidad de fiscalización del INE, convirtiéndolo en el segundo partido y alianza a nivel estatal que más gasto en el estado.

El Partido Verde en Coahuila en la pasadas elecciones de alcaldes sumando los 38 municipios obtuvo 65,507 votos según el conteo final del Instituto Nacional Electoral, comparando esta votación con el gasto de más de 29 millones de pesos en su campaña estatal obtendríamos que cada voto que obtuvo el Partido Verde en Coahuila tuvo un costo de $455, comparado con un costo de $49.35 por cada voto obtenido por la alianza PRI-UDC-PRD o los $37.34 costo por voto de los partidos MORENA y PT.



El gasto total reportado por los partidos políticos, alianzas y candidatos independientes en las elecciones de alcaldes en Coahuila ante el INE fue de $104,313,290 mientras que en el mismo procesos electoral se obtuvieron por los diferentes candidatos y candidatas 1,504,031 votos, es decir el costo promedio por voto, comparando el gasto de los partidos entre la votación obtenida fue en promedio de $69.35 por voto mientras el Partido Verde gasto en promedio $455.02 por cada voto obtenido en las pasadas elecciones de alcaldes.

El Partido Verde en Coahuila obtuvo el 4.4% de la votación total realizada en el pasado proceso de elección de alcaldes y alcaldesas en Coahuila, por otra parte el mismo partido ejerció el 29% del gasto total reportado por los diferentes candidatos y candidatas.

El 78.35% del gasto total reportado por el Partido Verde en las elecciones de alcaldes y alcaldesas en Coahuila fue destinado a propaganda utilitaria comparado con un 34.7% de la alianza PRI-UDC-PRD o un 11% del PAN. Llama la atención también que el Partido de Trabajo declaro destinar el 15.8% de su gasto de campaña también para artículo promocionales.

•El Artículo 209, Fracción 3 de la Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales (LGIPE) estipula que como artículos promocionales utilitarios se entenderá aquellos que contengan imágenes, signos, emblemas y expresiones que tengan por objeto difundir la imagen y propuestas del partido político, coalición o candidato que lo distribuye.

El pasado 24 de junio el periodista Armando Ríos para Vanguardia publicó el reportaje Saltillo: candidata 'fantasma' destinó 80% de su gasto en camisetas, gorras y mochilas... y todavía 'oculta' a sus proveedores. En dicho reportaje Armando Ríos confirma que el 80% de los gastos de campaña de Elisa Villalobos del PV por la alcaldía de Saltillo fueron destinados para camisetas, gorras y mochilas. El mismo periodista destacaba que la candidata del PV por la alcaldía de Saltillo dijo haber gastado $3,865,280 en playeras y $1,833.249 en mochilas. Todo lo anterior destacando que dicha candidata brillo por su ausencia durante la campaña.

Se busco a Claudia Rodríguez secretaria general del Partido Verde en Coahuila para corroborar la información publicada en este reportaje, en dicha llamada se comprometió a tomarnos la llamada minutos después, lo cual no sucedió.

Ignacio Corona ex aspirante por el Partido Verde a la alcaldía de Torreón fue entrevistado para la realización de este reportaje, cuestionándolo que en el caso de su municipio el reporte de gastos de campaña de su partido indica que destino $7,235,900.55 pesos para su campaña, de los cuales el 66% fue destinado para la compra de mochilas y playeras. Ante el cuestionamiento el excandidato comento que efectivamente durante su campaña en la mayoría de sus eventos se entregaban estos materiales lo cual se pudiera verificar en su página de Facebook (https://www.facebook.com/nachocorona.udc?mibextid=kFxxJD). Cabe aclarar que todas las compras realizadas de mochilas, playeras y bolsas ecológicas fueron realizadas por la Dirección del Partido Verde y no por los candidatos.

En el caso de Torreón el partido verde obtuvo 9,974 votos contra un gasto de campaña reportado de $7,235,900.55, lo cual indica que cada voto obtenido por este partido en la elección de alcalde en Torreón tuvo un costo de $745.47.

En el caso de Saltillo Elisa Catalina como candidata del Partido Verde obtuvo una votación de 8,419 votos y reporto un gasto de campaña de $7,980,421.18, lo cual indicaría que en el caso de Saltillo cada voto del partido verde costo $947.90.

Para Monclova el candidato del Partido Verde Fue Cesar Flores Sosa quien obtuvo 5,577 votos y el gasto total reportado de su campaña fue de $2,655,668.72 lo que daría un costo por voto de $476.18. En el caso de Monclova el 59.43% del gasto de campaña fue destinado a mochilas y playeras.

En Piedras Negras el candidato del Partido Verde a la alcaldía fue Raúl Fernando Tamez Robledo quien obtuvo 1,005 votos en la elección. El gasto de campaña reportado fue de $1,707,842.25 lo que resultaría en un costo por voto obtenido de $1,699.43 por voto. El 73.38% del gasto de campaña del Partido Verde en Pie-

GASTOS POR PARTIDO POLÍTICO EN LAS ELECCIONES DE ALCALDES Y ALCALDESAS EN COAHUILA 2024 COMPARADO CON LA VOTACIÓN OBTENIDA

	% DE GASTO POR PARTIDO SOBRE EL TOTAL DE GASTOS	% DE LA VOTACIÓN OBTENIDA
PARTIDO VERDE	28.6%	4.4%
PAN	13.5%	4.5%
INDEPENDIENTES	1.0%	0.5%
PRI-UDC-PRD- ALIANZA CIUDADANA POR LA SEGURIDA	34.2%	48.0%
PT-MORENA-ALIANZA SIGAMOS HACIENDO HISTORIA	20.7%	38.4%
MOVIMIENTO CIUDADANO	2.1%	4.2%

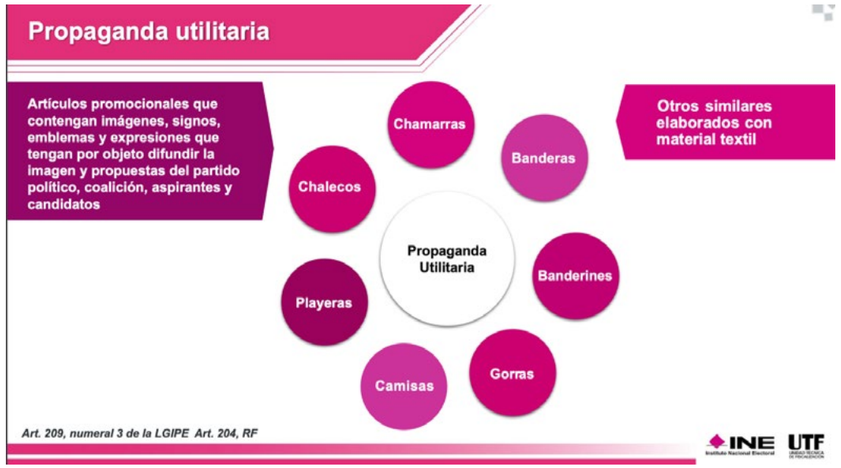
GUILLERMO FLORES

JULIO DE 2024/ A TIEMPO MEDIO DIGITAL

dras Negras fue destinado para la compra de playeras y mochilas.

Del Gasto total del Partido Verde en las campañas electorales por la alcaldías en Coahuila, más de 29 millones de pesos siendo el segundo partido o alianza que más reporto gastos en el proceso, más de 13 millones de pesos fue destinado para playeras (47.92%) mientras más de 6.5 millones de pesos para mochilas (22.73%).

Tomando un costo promedio de $50 por playera de cuello redondo tipo campaña y los $13,935,898 destinados por el Partido Verde en Coahuila para la compra de playeras durante el proceso electoral pasado, el partido pudo haber regalado una playera a más de 278,000 coahuilenses, cifra muy lejana a los 65,507 votos que obtuvieron su candidatos y candidatas a las diferentes alcaldías. ¿Realmente se compraron las playeras y mochilas que el partido dijo haber comprado?



Para rematar lo increíble se presenta con el Partido Verde en Coahuila en el pequeño municipio de Abasolo donde su candidata por la alcaldía Martha Galaviz obtuvo 1 voto y reporto un gasto total de campaña de $155,737 a la unidad de fiscalización del INE, cuando este municipio según el INEGI cuenta con 1,022 habitantes. Tomando el precio promedio de $50 por playera tipo campaña, todos los habitantes del municipio, hasta los niños que no votan les hubiera tocado playera.

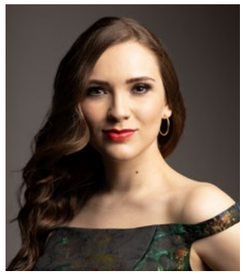
Costo por voto del Partido Verde en Coahuila en las Elecciones de Alcaldes/sas 2024

Candidato/a	Municipio	Gasto Total Reportado	Playeras	Mochilas	Otros Gastos
Maury Alejandro Villareal	Arteaga	$ 309,217.88	$ 124,119.67	$ 58,868.25	$ 126,229.96
Anais González Martinéz	LaMadrid	$ 163,917.67	$ 79,484.79	$ 37,439.97	$ 46,992.91
Armando Ortíz Zamora	Parras	$ 411,205.70	$ 207,340.94	$ 98,338.96	$ 105,525.80
Cesar Flores Sosa	Monclova	$ 2,655,668.72	$ 1,070,707.32	$ 507,821.75	$ 1,077,139.65
Elisa Catalina Villalobos	Saltillo	$ 7,255,537.19	$ 3,865,280.53	$ 1,833,249.39	$ 1,557,007.27
Areli Flores	Ramos Arizpe	$ 1,083,263.04	$ 491,454.33	$ 233,090.02	$ 358,718.69
Griselda Tovar	Frontera	$ 811,368.42	$ 375,730.76	$ 177,970.11	$ 257,667.55
Guillermina Sandoval	Nadadores	$ 161,463.83	$ 78,939.59	$ 37,439.97	$ 45,084.27
José Díaz Iribarren	Sabinas	$ 689,508.04	$ 312,465.68	$ 148,198.18	$ 228,844.18
Ignacio Corona	Torreón	$ 7,235,900.55	$ 3,244,247.11	$ 1,538,701.74	$ 2,452,951.70
José Luis Medina	Matamoros	$ 1,029,958.94	$ 519,037.81	$ 246,172.49	$ 264,748.64
Marcelo Amador	Escobedo	$ 176,167.23	$ 78,939.59	$ 37,439.97	$ 59,787.67
Mario Cruz	Hidalgo	$ 161,032.73	$ 78,939.59	$ 37,439.97	$ 44,653.17
Martha Galaviz	Abasolo	$ 155,737.37	$ 78,939.59	$ 37,439.97	$ 39,357.81
Meissy Escobedo	Viesca	$ 180,932.41	$ 91,356.84	$ 43,329.29	$ 46,246.28
Natalia Ontiveros	Morelos	$ 168,486.49	$ 78,939.59	$ 37,439.97	$ 52,106.93
Pablo Alvarado	Acuña	$ 1,586,393.31	$ 763,448.56	$ 361,952.85	$ 460,991.90
Patricia Grado	San Pedro	$ 909,338.06	$ 448,702.32	$ 212,813.34	$ 247,822.40
Raúl Tamez	Piedras Negra:	$ 1,707,842.25	$ 850,063.35	$ 403,173.35	$ 454,605.55
Roberto González	San Juan de Sa	$ 415,815.26	$ 207,597.23	$ 98,460.51	$ 109,757.52
Susana García	Nava	$ 303,941.96	$ 151,649.50	$ 71,925.27	$ 80,367.19
Teresa Meraz	Francisco I. M:	$ 536,078.61	$ 269,844.81	$ 127,983.68	$ 138,250.12
Uhsi del Bosque	Muzquiz	$ 663,649.15	$ 334,595.64	$ 158,694.12	$ 170,359.39
Yanira Hernández	Castaños	$ 308,922.72	$ 134,073.08	$ 63,589.02	$ 111,260.62
		Gasto Total Reportado	Playeras	Mochilas	Otros Gastos
% del gasto total del campaña por rubro		$ 29,081,347.53	$ 13,935,898.22	$ 6,608,972.14	$ 8,536,477.17
			47.92%	22.73%	29.35%

Candidato/a	Municipio	Votos obtenidos	Gasto de campaña reportado	Costo por voto del Partido Verde en Coahuila
Maury Alejandro Villareal	Arteaga	820	$ 309,217.88	$ 377.09
Anais González Martinéz	LaMadrid	98	$ 163,917.67	$ 1,672.63
Armando Ortíz Zamora	Parras	605	$ 411,205.70	$ 679.68
Cesar Flores Sosa	Monclova	5577	$ 2,655,668.72	$ 476.18
Elisa Catalina Villalobos	Saltillo	8419	$ 7,255,537.19	$ 861.81
Areli Flores	Ramos Arizpe	5490	$ 1,083,263.04	$ 197.32
Griselda Tovar	Frontera	676	$ 811,368.42	$ 1,200.25
Guillermina Sandoval	Nadadores	402	$ 161,463.83	$ 401.65
José Díaz Iribarren	Sabinas	12440	$ 689,508.04	$ 55.43
Ignacio Corona	Torreón	9974	$ 7,235,900.55	$ 725.48
José Luis Medina	Matamoros	1331	$ 1,029,958.94	$ 773.82
Marcelo Amador	Escobedo	39	$ 176,167.23	$ 4,517.11
Mario Cruz	Hidalgo	207	$ 161,032.73	$ 777.94
Martha Galaviz	Abasolo	1	$ 155,737.37	$ 155,737.37
Meissy Escobedo	Viesca	111	$ 180,932.41	$ 1,630.02
Natalia Ontiveros	Morelos	183	$ 168,486.49	$ 920.69
Pablo Alvarado	Acuña	4005	$ 1,586,393.31	$ 396.10
Patricia Grado	San Pedro	10551	$ 909,338.06	$ 86.19
Raúl Tamez	Piedras Negra	1005	$ 1,707,842.25	$ 1,699.35
Roberto González	San Juan de Sa	90	$ 415,815.26	$ 4,620.17
Susana García	Nava	121	$ 303,941.96	$ 2,511.92
Teresa Meraz	Francisco I. M	615	$ 536,078.61	$ 871.67
Uhsi del Bosque	Muzquiz	218	$ 663,649.15	$ 3,044.26
Yanira Hernández	Castaños	2529	$ 308,922.72	$ 122.15

¿Hay justicia para las mujeres que sufren violencia?

El acceso a la justicia para mujeres que sufren violencia sigue siendo un desafío. Urge garantizar igualdad y protección efectiva



MONSERRAT DÁVILA AGUILAR

Licenciada en Derecho por la Facultad de Jurisprudencia de la UAdeC y Maestra en Derecho por la UNAM.Actualmente se desempeña como auxiliar en investigación en el Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM. Sus áreas de interés son temas relacionados con democracia constitucional, justicia intergeneracional y estudios de género. Paralelamente realiza actividades de consultoría jurídica y colaboración con diversas instituciones académicas y entidades privadas con relación a lineamientos de prevención, atención y erradicación de violencias en razón de género dentro de contextos laborales y universitarios.

El acceso a la justicia plantea una serie de cuestiones bastante amplias, diversas y complejas. En pocas palabras, puede ser entendido como un movimiento social y político pero también como un derecho humano, estrechamente ligado al derecho a la igualdad, a la no discriminación así como al desarrollo de los derechos de ciudadanía de las democracías contemporáneas.

Sin embargo, desde la dogmática jurídica, el acceso a la justicia es contemplado -y limitado- al acceso a un órgano de justicia o, de manera propiamente dicha, a la jurisdicción. Esto es, al estudio de aspectos meramente técnicos o de procedimiento al momento de la impartición de justicia, de manera principal bajo una perspectiva funcional de la organización judicial, lo que representa un modelo mecánico e inflexible a las múltiples y diversas realidades sociales.

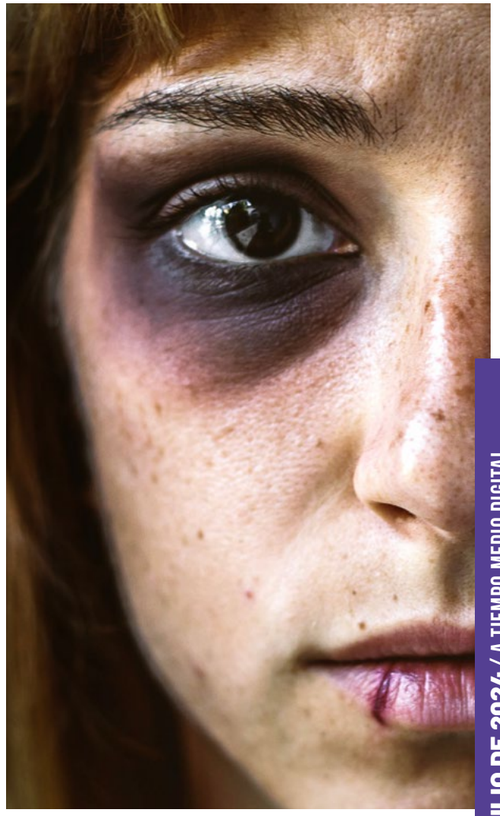
En consecuencia, la exclusión de las mujeres de la impartición de justicia no es excepción, por ello que, el acceso a la justicia ha sido un eje central del pensamiento feminista desde principios del siglo XX pero no se ha hecho explícito hasta épocas más recientes, todavía más con la llegada del me too y herramientas digitales de denuncia.

PROBLEMÁTICAS DE ACCESO A LA JUSTICIA

El formalismo jurídico abarca una concepción dogmática del derecho fuertemente influenciada por el análisis lógico de las normas, de acuerdo con las cuales los estudios jurídicos se limitan al análisis de las estructuras lógico-formales de las leyes, sin considerar los factores externos que inciden tanto en su formulación como en su apliación práctica.

De acuerdo con Robert Alexy, la dogmática jurídica cumple muchas funciones positivas como: la estabilización, previsibilidad de las decisiones y también responde a principios prácticos generales en el ámbito de la aplicación del derecho.

Por ello, las concepciones dogmático-formalistas, han intentado identificar el derecho con el complejo de normas de un determinado lugar, sin tener en cuenta los aspectos sociales y culturales relacionados con su elaboración y aplicación, ni su interpretación por parte de



la práctica de la abogacía y de los tribunales de justicia al momento de emitir sus sentencias, así como las necesidades concretas de las personas, los contextos en los que se encuentren, especialmente aquellas que pueden ser traducidas en intereses jurídicos o en vulneraciones de derechos subjetivos.

En efecto, mientras el formalismo considera que el derecho no puede hacer nada para transformar las realidades sociales opresivas, porque lo desvincula de la política, muchas corrientes críticas, en particular las más radicales, sostienen que de igual modo la inoperancia del derecho en los procesos de transformación social, pero no por no considerarlo alejado de la política, sino por entenderlo como un reflejo o resultante del juego poítico establecido impotente para transormar las codinciones sociales.

Despues de todo, ¿qué elementos y garantías conlleva el camino a la justicia?, el acceso a la justicia comprende los procesos a través de los cuales las personas pueden, efectivamente, ejercer sus derechos legales y constitucionalmente establecidos, así como reclamar aquellos que aún no han sido reconocidos y, también, los resultados obtenidos con relación a la satisfacción de las necesidades de justicia concretas, ya sea individual o socialmente consideradas. Así se intentan equilibrar elementos de justicia formal y material.

Bajo esta óptica, el acceso a la justicia se vindica como un derecho humano de primer orden. Garantizar su ejercico constituye un componente esencial del derecho a la igualdad, y por lo tanto, es un elemento central de la legitimidad de los procesos y las instituciones democráticas.

Es decir, la vulneración al acceso a la justicia, representa no solamente un fracaso jurídico en la protección de los derechos fundamentales de las personas, sino también un fracaso político, puesto que pone en riesgo el concepto de democracia sobre el que se asientan los Estados modernos de derecho

VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

La conceptualización de la violencia contra las mujer fue el primer paso dado para "politizar" este tema y para abrir un camino de acceso a la justicia para las víctimas. El concepto de violencia contra las mujeres elaborado desde los movimientos feministas permite visibilizar dos elementos que le son intrísecos: es una violencia de carácter social, estructural y además, se ejerce contra una parte de la población, precisamente, compuesta por mujeres.

En el sistema de dominación patriarcal las mujeres se reconocen como socialmente subordinadas por el mero hecho de ser mujeres. Se trata de una subordinación basada en su condición sexual que, atrubuyendo también condiciones sociales, políticas, económicas, entre otras, amplian el esquema de sometimiento. Desde la perspectiva feminista, las demandas de justicia, que se dirigen al Estado tienen por objeto, en consecuencia, no solo obtener el resarcimiento o reparación de las víctimas, sino también procurar su protección y erradicar aquella discriminación / subordinación de origen, así como emitir los mecanismos suficientes que prevengan los aparatos de violencia que se ejerce de manera sistémica hacia el sexo femenino.

Lo anterior, exige la puesta en marcha de una compleja serie de medidas para no solo facilitar el acceso a la justicia a mujeres sino también, para atender y prevenir los contextos de desventaja, violencia o desigualdad en la que se encuentren. Un acceso a la justicia que, como lo he venido abordando, no se limita a llevar a las mujeres a los tribunales ni a proporcionar respuestas de tipo individual (general y únicamente centradas en la sanción y pena del agresor) sino que, vale la pena incluir criterios de la justicia restaurativa (la reparación del daño causado y la protección de las víctimas) y de la justicia social (la prevención y erradicación de nuevas violencias y la eliminación de la desigualdad estrcutural que está sobre la base de la violencia de género).

En este contexto, la lucha de las mujeres contra la violencia y su búsqueda de justicia constituyen una herramienta para la construcción del espacio social que se les había negado: el de la igualdad y la libertad.

LOS RETOS

Para hablar de una entera prevención y atención de casos sobre violencia hacia las mujeres -a través del acceso a la justica y su cumplimiento- es primordial reconocer que las violencias por condición de género, es una forma y manifestación de discriminación que daña o anula el disfrute de los derechos humanos y de las libertades fundamentalmente por parte de las mujeres. Todavía más, es apremiante analizar nuestro actual sistema de justicia, las perspectivas que lo fundan y ratifican su funcionamiento.

Finalmente advierto que las concepciones tradicionales sobre el acceso a la justicia han dejado de lado los múltiples factores, contextos y vivencias que las personas, de manera específica las mujeres, padecen a consecuencia de las desigualdades, discriminaciones y, por lo tanto, violencias. Esto se reitera por parte de procuradores de justicia quienes cuentan con sesgos, prejuicios y estereotipos en su actuar judicial que sólo confirma y revictimiza las condiciones de discriminación y desigualdad que viven las mujeres en nuestro contexto.

En resumen, es importante analizar el derecho del acceso a la justicia desde perspectivas amplias y dotadas de herramientas que logren anteponer la vida de las mujeres, la dignidad, la igualdad y no discriminación, evitando los excesos de formalismos que no sugieren otra cosa más que la distancia de la procuración de justicia a todas las personas y evitan proteger a las mujeres en situaciones de riesgo.

Finalmente es menester discutir las profundas y complejas violencias que viven las mujeres a través de la violencia sexual, económica, patrimonial y, la más extrema de ellas, el feminicidio; desempolvar y abatir estigmas que contribuyen a la ampliación de la violencia y que son también un reflejo de la omisión estatal.

Es momento del razonamiento social y moral

El Juego de Tronos 2024-2030

Higinio Oviedo

No ha pasado ni un mes de que se celebraron en nuestro país las elecciones más grandes de la historia en donde la candidata oficialista, Claudia Sheinbaum Pardo, resultó electa con más de 35 millones de votos y ya se comienzan a ver las grietas dentro de su equipo. Todo debido a unos supuestos acuerdos que no se han cumplido del todo.

Gerardo Fernández Noroña, acusó a Morena de no ser claro con el proceder de la repartición de las posiciones ya que no lo consideraron dentro del gabinete de la presidenta electa. Esta situación generó en su persona una molestia sobre qué le depara en su futuro político, al puro estilo del "te apoyo por conveniencia".

Por otra parte, la presidenta electa de México, ya respondió a los reclamos expuestos por el Senador electo. Mencionó que deben tener en claro que él fue abanderado por el Partido del Trabajo (PT), Manuel Velasco por el Partido Verde (PVEM) y Marcelo Ebrard, Adán Augusto, Ricardo Monreal y Claudia Sheinbaum por Morena; sin embargo, ella confía que dentro de su equipo todo continuará con unidad y trabajo coordinado.

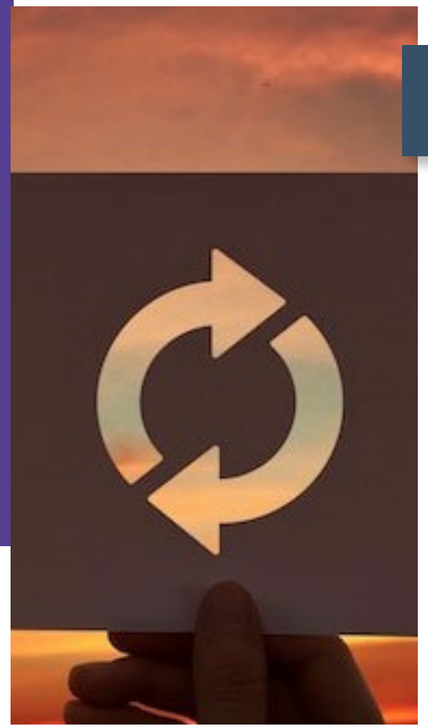
¿Qué le depara a México en estos seis años? Desde mi perspectiva, estamos ante un "juego de tronos", donde la nueva administración no ha tomado protesta y ya se puede dejar entrever que habrá disyuntivas sobre quién tendrá mayor relevancia dentro del nuevo gobierno para ser el o la que encabece la candidatura presidencial para el periodo 2030-2036.

No es alarmismo ni exagerado, pero estos tintes de "yo soy más importante que otros" pueden ser lo que generen la división interna del gobierno de Claudia Sheinbaum antes de lo que se imagina. Por ejemplo, la declaración de Gerardo Fernández Noroña que dice: "Por justicia yo debería coordinar el Senado", siendo prácticamente una exigencia de su parte, o sea, que, si no me dan hueso, no voy con ustedes.

Otro de los perfiles que fue de gran sorpresa ver en el gabinete de la próxima presidenta, fue Marcelo Ebrard, quien está propuesto como Secretario de Economía. No es de asombrarse que Marcelo quiera continuar en el ojo público, hace meses declaró que buscará la candidatura presidencial en el 2030, pero, ¿a qué costo? Meses atrás él declaraba que no se sometería "a esa señora", refiriéndose a la presidenta electa, y ahora se encuentra dentro de su gabinete.

Hay que ser objetivos, todos los perfiles que fueron recompensados con posiciones privilegiadas para la próxima administración formarán parte de una encuesta para contender por la presidencia de México. El cargo que desempeñen en los próximos años no es más que un escalón para alcanzar la meta de ganar la candidatura dentro de seis años. Pero deben cuidar no ser tan transparentes en ese deseo voraz y comenzar a dañar la estructura en la que ha confiado el pueblo.

El presidente López Obrador sabe de qué se trata todo esto, él lo vivió con Marcelo Ebrard en el año 2012 cuando ambos contendían por la candidatura presidencial por el PRD. Así que, debe compartir ese conocimiento a su sucesora y no permitir que la política mexicana se convierta en un "juego de tronos", donde deja de importar la causa y el bienestar del pueblo por conseguir el poder a costa de acabar con quienes son sus "compañeros más leales".



El cambio, un reto de la competitividad

La única constante es el cambio. Heráclito

Adriana Villarreal

Maestra en Educación y certificaciones en Psicología Positiva, con más de 35 años de experiencia en el sector educativo. Trabaja como consultora independiente y en la formación de talentos en temas relacionados con la educación, el desarrollo humano, y competencias blandas; colabora en el diseño de programas virtuales a nivel internacional y en diferentes organismos de la sociedad civil.

Hablar de cambio, nos resulta familiar; desde que nacemos estamos en proceso de transformación. Cada día, cada instante, cada situación es diferente a la anterior, lo cual, aparentemente nos permite sentir que estamos "acostumbrados" al cambio.

En efecto, hay gran cantidad de situaciones que, aunque se modifiquen continuamente, son ya parte de nuestra vida y no tenemos ningún problema con ellas. La resistencia se presenta ante situaciones con mayor impacto en las que se vive o se requiere del desprendimiento hacia algo importante y/o una fuerte modificación de pensamiento o de comportamiento.

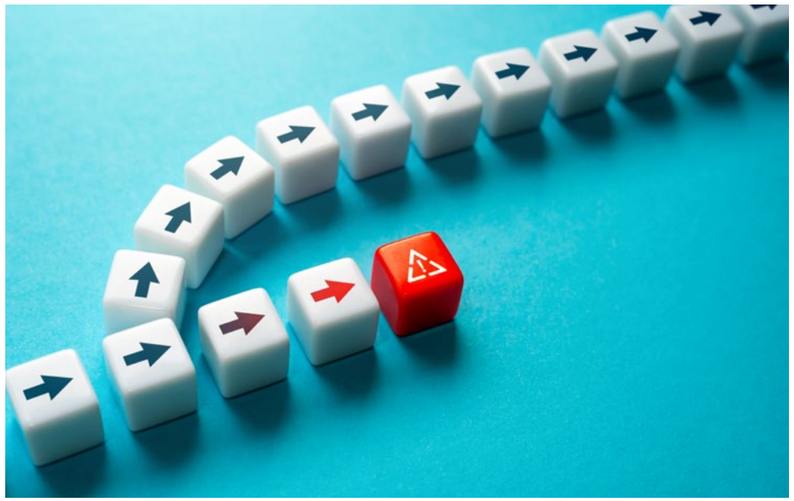
El sentido de nuestra vida se justifica en la búsqueda de ciertas metas, las cuales representan una situación "ideal" acerca de nuestro estado de felicidad. Una vez que las alcanzamos, quisiéramos quedarnos permanentemente en ese estado que nos proporciona un aparente estado de "paz". Como seres humanos, tenemos una fuerte tendencia a la estabilidad, pues el dominio de una situación nos hace sentirnos seguros y tranquilos. Después de todo, ¡tanto trabajo nos costó lograr nuestro propósito, que bien merecemos mantenerlo un buen rato!.

Sin embargo, las actividades en el mundo actual están marcadas por un vertiginoso dinamismo. La globalización y la apertura de fronteras, el impresionante acelere en el que nos movemos, así como los avances científicos y tecnológicos están provocando una revolución en prácticamente todas las áreas de actividad, lo cual se deriva en una mayor competencia entre empresas, instituciones y, por tanto entre profesionales, quienes para mantenerse "competentes" deben no sólo dominar su profesión, sino ser mucho más flexibles: conocer, e incluso adelantarse, a las innovaciones de su área, abrirse a conocer y entender otras culturas, desarrollar y diversificar sus habilidades y conocimientos y prepararse, incluso a cambiar de actividad. En este contexto, tenemos que estar dispuestos y preparados para cambiar nuestro enfoque de estabilidad y transformarnos más hacia la resiliencia y la adaptación a la transformación.

¿QUE NOS MUEVE AL CAMBIO?

Existen dos fuerzas básicas que nos mueven al cambio:

El temor de perder algo o la esperanza de una mejora; a lo largo de nuestra vida tenemos que afrontar diversas situaciones que aunque algunas veces están relacionadas con algún beneficio inmediato y claramente visible, otras tantas están vinculadas con algún tipo de desprendimiento personal, emocional o material que nos hacen sentir vulnerables y en desventaja. Ser víctimas obligadas de estos cambios puede nublar nuestra visión personal y centrarnos más en lo poco que perdemos que en lo mucho que podemos ganar. El reto en la actualidad es tener éxito en los tiempos cambiantes: adaptarnos o, mejor aún, adelantarnos al cambio.



Desde esta perspectiva la actitud resulta fundamental: una actitud reactiva nos mantiene en el pasado y hace que magnifiquemos y exageremos sus ventajas, llegando incluso a perder de vista que siempre hay aspectos positivos y negativos en cualquier situación. Una actitud proactiva nos impulsa siempre a salir adelante, a hacer uso de nuestras fortalezas y talentos para aportar lo mejor de nuestra persona ante cualquier situación. Nos permite reconocer que la felicidad no es una meta, sino el proceso de transformarnos a nosotros mismos y a quienes nos rodean.

En este sentido, la resiliencia adquiere una importancia fundamental. Este término se aplicaba originalmente a los materiales, mecanismos o sistemas, haciendo referencia a su capacidad de recuperar su estado inicial después de haber sido sometido a un proceso de perturbación. También hace referencia a la capacidad de adaptación de un ser vivo ante situaciones adversas. Sin embargo, es un término que ha cobrado una gran importancia en el ámbito de la psicología, al hacer referencia a la capacidad de las personas de adaptarnos a la adversidad, de hacer frente a nuestros problemas, superar los obstáculos y no ceder a la presión, sino sobreponernos.

Y aunque hay personas que tienen un talento aparentemente natural para salir delante de la adversidad, todos podemos y debemos fortalecer esta importante habilidad, pues, como hemos comentado, la vida es dinámica y lo que hoy damos por sentado, mañana será diferente, y aprender a adaptarnos nos brindará mejor salud física y emocional, disfrutaremos mejor nuestras actividades cotidianas, y al estar en mejor equilibrio personal, podremos relacionarnos mejor con las personas que tenemos cerca, pues así como somos más tolerantes con nosotros mismos, aprendemos a serlo con los demás.

Y ¿CÓMO PODEMOS TRABAJAR LA RESILIENCIA?

Es importante empezar revisando con nuestro diálogo interior:

no ser tan dur@ o tajante con uno mismo cuando nos equivocamos o cuando algo no sale como espero; enfocarme no en lo que perdí, sino en las alternativas que tengo hacia el frente.

Aprender de lo ocurrido y utilizar este aprendizaje para emprender una nueva tarea o nuestras tareas cotidianas con mejor actitud, sabiendo que lo resolveremos.

Y la mejor recomendación: agradece cada día lo positivo que has recibido o que te ha sucedido; cuando nos enfocamos más en lo bueno que nos sucede, los errores y problemas les damos un lugar más justo y no dejamos que acaparen nuestra atención.

Somos seres cambiantes. Si dejamos de luchar contra el cambio y lo aceptamos como lo más constante, iremos desarrollando estrategias para afrontar esos retos de competitividad.

ADRIANA VILLARREAL

JULIO DE 2024/ A TIEMPO MEDIO DIGITAL

A TIEMPO. TV/ ENTRETENIMIENTO

Sudoku

				4	3		8	6
	1			9	2			
3		9						
				5	4		2	
	5						4	
7		8		1				
			4					
4	6				7			
9				3				7

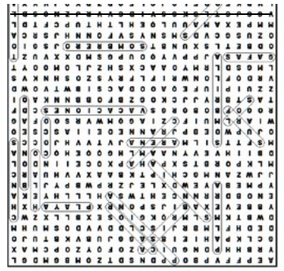
Solución

5	7	2	1	4	3	9	8	6
6	1	4	8	9	2	3	7	5
3	8	9	6	7	5	2	1	4
1	9	6	3	5	4	7	2	8
2	5	3	7	8	6	1	4	9
7	4	8	2	1	9	6	5	3
8	3	7	4	6	1	5	9	2
4	6	5	9	2	7	8	3	1
9	2	1	5	3	8	4	6	7

Sopa de letras

A	E	P	F	F	V	P	B	O	P	P	D	N	S	D	T	Z	O	M	B	G	M	D	G	L
Y	R	B	H	H	P	D	N	G	U	I	C	A	Z	O	F	O	Y	Z	O	P	C	M	A	X
G	C	L	K	P	A	H	I	E	I	B	S	A	G	G	J	U	B	V	K	B	T	U	J	O
D	E	D	H	F	L	M	B	R	J	I	S	C	L	D	D	V	V	D	O	S	M	U	H	M
D	W	B	T	K	M	S	L	M	R	O	K	G	I	O	S	E	X	B	L	L	X	Z	W	C
Y	B	B	E	V	E	X	A	B	I	J	S	P	O	N	R	X	P	L	A	Y	A	H	X	H
E	N	O	B	D	R	R	N	N	C	E	H	T	W	S	A	H	L	L	L	H	Y	E	K	A
Y	P	M	E	B	A	Y	E	W	D	X	L	E	J	Z	R	P	W	B	P	Y	J	L	B	N
J	J	W	Z	A	N	M	G	C	H	Í	P	T	K	B	A	A	X	V	V	H	U	A	R	C
M	L	K	P	O	R	B	T	S	X	P	A	H	A	P	X	O	C	E	I	I	N	D	O	L
D	B	I	I	H	V	E	V	Y	N	A	A	M	L	H	G	O	O	E	H	O	C	O	N	A
M	S	F	T	T	S	I	L	M	A	R	E	N	A	J	V	T	V	V	H	J	O	C	C	S
O	J	U	P	W	O	E	B	P	J	R	A	N	N	E	O	E	I	I	A	S	C	S	E	O
W	I	A	R	L	M	U	I	F	C	Z	I	A	G	O	M	W	V	R	S	O	O	F	A	G
R	O	G	O	F	B	O	B	O	R	G	S	V	A	C	A	C	I	O	N	E	S	C	D	F
T	A	S	T	B	R	Y	J	J	C	K	O	G	Z	B	F	O	B	B	N	N	K	A	O	I
Z	Z	U	I	P	I	U	F	E	O	A	O	O	D	A	C	S	I	B	W	T	V	O	W	D
V	R	D	O	F	L	O	N	W	R	I	F	L	F	R	Y	S	Z	O	S	H	N	K	V	S
L	M	G	S	D	L	R	M	Y	O	A	A	C	X	S	H	Z	J	L	O	M	O	O	Y	T
G	A	F	A	S	A	J	P	P	V	Y	O	O	U	P	G	S	M	D	X	X	V	U	Z	T
O	D	B	E	T	L	S	X	U	N	B	T	S	O	M	B	R	E	R	O	J	S	G	I	O
O	Z	U	S	G	C	V	D	S	M	S	N	Y	S	V	F	O	N	N	H	J	S	R	C	A
M	M	P	E	X	A	M	A	U	U	L	O	E	H	L	T	H	T	U	P	C	F	T	D	L
V	G	G	J	C	T	L	G	K	G	S	V	I	D	C	V	V	R	J	Z	N	O	S	D	L

Solución



Sol
Playa
Calor
Arena
Vacaciones

Piscina
Helado
Surf
Brisa
Sombrilla

Gafas
Bronceado
Olas
Chanclas
Sombrero

Toalla
Coco
Sandía
Palmera
Crema

Tenemos el mejor contenido para ti

A TIEMPO TV
MEDIO DIGITAL

EN VIVO A TIEMPO.TV

Lunes a viernes
7 AM

Lunes a viernes
1 PM

¡Buenos días, tardes ya!

PLATICA CON MEMO FLORES

Martes
8 PM

Miércoles
8 PM

ELLAS OPINAN

MESA DE OPINION YOUNG

Jueves
8 PM

Viernes
9 PM

TIEMPO PARANORMAL

CONECTADOS **CONTIGO**