

SEMANARIO

2026: Un año de transición, no de despegue



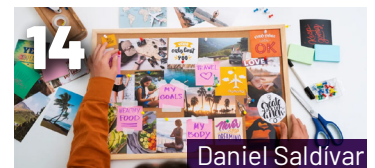
Yisel Gutiérrez

2026 Bajo la mirada del tarot



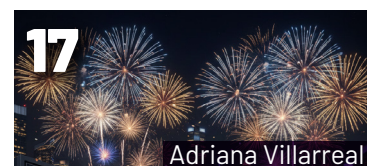
Alejandra Vigil

El año nuevo no cambia nada... hasta que tú cambias algo



Daniel Saldivar

Bienvenido 2026



Adriana Villarreal



Edrei Durón

México 2026: El horizonte de la consolidación ante el escrutinio crítico

El año 2026 se perfila como un punto de inflexión estructural para el Estado mexicano. Como tercer año del ciclo administrativo federal, este periodo representa la transición definitiva entre la fase de reformas constitucionales profundas y la etapa de ejecución operativa a gran escala.

La realidad nacional en 2026 está definida por una reconfiguración de la administración pública y una disciplina fiscal rigurosa, pero también por un intenso contraste entre el discurso oficial de bienestar y el creciente escrutinio sobre la viabilidad de sus proyectos insignia.

A TIEMPO MEDIO DIGITAL, Periódico semanal año 03, número de edición 0183, semana del 05 al 11 de enero de 2026. 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: Boulevard Venustiano Carranza No. 2775 Interior 10 Colonia República Poniente, C.P. 25265, Saltillo, Coahuila, México. Imprenta y Distribuidor, A TIEMPO MEDIO DIGITAL S.A. DE C.V. Boulevard Venustiano Carranza No. 2775 Interior 10 Colonia República Poniente, C.P. 25265, 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.

15 años de
experiencia



EVENTOS Y DETALLES FLORALES

Piensa en flores, piensa en blwm's

www.blwms.com
venta en línea
EN TODO MÉXICO



Blwms Detalles Florales

Tel: 8441655757



Blwmsoficial

ontime

S E R V I C I O D E T R A N S P O R T E

Puntualidad

Confort

Seguridad

Confianza

Calidad

Eficiencia

Plaza Santa Isabel, local 109
Blvd. Nazario Ortiz Garza CP. 2060
Fraccionamiento Los Lagos Continental, Saltillo Coahuila
Tel. Oficina: 52 844100 8069

DIRECTORIO

Dirección general

Guillermo Flores

Dirección editorial

Edrei Durón

Diseño editorial

Sebastián Murillo

Columnistas

Carlos Jara

Edrei Durón

David García

Ylsel Gutiérrez

Alejandra Vigil

Daniel Saldívar

Adriana Villarreal

2026: Un año de transición, no de despegue

La economía mexicana en 2026 enfrentará un crecimiento moderado del 1.2% bajo un entorno de alta incertidumbre



YLSEL GUTIÉRREZ

CRECIMIENTO ECONÓMICO: RECUPERACIÓN MODERADA Y HETEROGÉNEA

De acuerdo con la Encuesta de Expectativas de Citi, el promedio de las previsiones apuntan a que el Producto Interno Bruto (PIB) de México crecerá alrededor de 1.2% en 2026, lo que representa una mejora frente al débil desempeño observado en 2025.

Sin embargo, la cifra sigue siendo insuficiente para compensar el rezago acumulado en los últimos años. Este crecimiento estaría sustentado principalmente en el consumo interno y en una recuperación parcial de la inversión privada, más que en un impulso externo vigoroso.

El consenso reconoce que la economía estadounidense seguirá siendo el principal determinante del ciclo económico mexicano. Aunque se espera una desaceleración ordenada en Estados Unidos, el riesgo de nuevas medidas proteccionistas continuará detonando la incertidumbre. En este contexto, las exportaciones manufactureras seguirán afectadas y su crecimiento se encontrará muy lejos del dinamismo observado en años anteriores.

INVERSIÓN: EL ESLABÓN MÁS DÉBIL DEL CRECIMIENTO

Una de las variables donde los escenarios son más cautelosos es la inversión fija bruta. Tras casi dos años de contracción, se con-

templa una recuperación lenta y desigual en 2026. La inversión privada podría mostrar una mejora marginal conforme se disipe parte de la incertidumbre comercial, pero la inversión pública permanecerá condicionada por las restricciones fiscales y el proceso de consolidación presupuestaria previsto para el próximo año.

Aunque el fenómeno del nearshoring no ha desaparecido, ha perdido tracción frente a la persistencia de riesgos regulatorios, logísticos y geopolíticos. México conserva ventajas —proximidad geográfica, integración productiva y experiencia manufacturera—; sin embargo, la materialización de nuevos proyectos dependerá

Tras un 2025 marcado por la volatilidad externa, el uso recurrente de los aranceles como instrumento político y un entorno de elevada incertidumbre comercial, la economía mexicana encara 2026 desde una posición ambivalente. Por un lado, logró evitar una recesión y preservó ciertos anclajes macroeconómicos —inflación controlada, estabilidad financiera y disciplina monetaria—; por otro, arrastra debilidades estructurales que limitan su capacidad de crecimiento sostenido.

Las encuestas de expectativas del Banco de México y de Citi coinciden en que 2026 no será un año de expansión robusta, pero sí de normalización gradual, siempre y cuando no se materialicen choques externos adicionales. El consenso apunta a una economía que crecerá por debajo de su potencial, con un balance de riesgos aún cargado hacia la baja.



de la estabilidad institucional y un marco fiscal que incentive la inversión de largo plazo.

INFLACIÓN: CONVERGENCIA, PERO CON PRESIONES LATENTES

En materia de precios, los especialistas apuntan a una convergencia gradual, aunque aún incompleta, hacia el objetivo del Banco de México. De acuerdo con la Encuesta sobre las Expectativas de los Especialistas en Economía del Sector Privado de Banxico, la mediana de la inflación general para el cierre de 2026 se sitúa en 3.88%, mientras que la inflación subyacente se calcula en 3.90%.

En la misma línea, la Encuesta de Citi reporta una mediana para la inflación general de 2026 en 3.90% y de 4.00% para el componente subyacente. Ambas proyecciones permanecen por encima del punto central de 3%, aunque dentro del intervalo de variabilidad del Banco de México, lo que sugiere que el proceso de convergencia inflacionaria será lento y sujeto a episodios de resistencia, más que una trayectoria lineal hacia la meta.

Entre los principales riesgos al alza destacan los efectos del incremento de 13% al salario mínimo, la evolución de los precios energéticos y la posibilidad de nuevas disrupciones comerciales que encarezcan los insumos básicos y presionen la estructura de costos de la economía.

POLÍTICA MONETARIA: NORMALIZACIÓN CONTROLADA BAJO UN MARCO RESTRICTIVO

La política monetaria del 2026 entrará en una fase de normalización controlada, más que en un ciclo expansivo pleno. En este sentido, seguiría operando como un ancla de estabilidad macroeconómica que preserve la cre-

dibilidad del banco central en un entorno donde las presiones inflacionarias, aunque moderadas, no han desaparecido por completo.

De acuerdo con BANXICO, la mediana de la tasa de fondeo interbancario al cierre de 2026 se mantendrá en 6.5%, una previsión que refleja un espacio limitado para recortes adicionales. Por su parte, Citi converge en el mismo nivel, aunque con una dispersión de estimaciones que va de 6.0% a 7.0%.

La interacción con la política monetaria de Estados Unidos seguirá siendo determinante, no tanto por la sincronización de decisiones, sino por la necesidad de preservar diferenciales de tasas consistentes con un entorno de alta movilidad de capitales.

TIPO DE CAMBIO: ESTABILIDAD CON EPISODIOS DE VOLATILIDAD

Para el peso mexicano se vislumbra un escenario de estabilidad

relativa, aunque con una trayectoria de depreciación moderada y controlada. La mediana del tipo de cambio para el cierre de 2026 se ubica en un rango que fluctúa entre los 19.00 y 19.23 pesos por dólar.

Este comportamiento estaría sustentado en un diferencial de tasas aún favorable, un buen nivel de reservas internacionales y flujos de capital que, aunque más selectivos, continúan respaldando al mercado cambiario.

Pese a ello, los expertos económicos subrayan que la trayectoria del peso seguirá altamente condicionada por factores externos, episodios de volatilidad podrían emerger ante anuncios arancelarios, tensiones geopolíticas o revisiones en la política fiscal. Por lo que el tipo de cambio funcionaría principalmente como mecanismo de absorción de choques externos, más que como un detonante autónomo de presiones inflacionarias, siempre que se preserve la credibilidad del marco macroeconómico.

FINANZAS PÚBLICAS: EL PRINCIPAL FOCO DE ATENCIÓN

Uno de los temas que concentra mayor preocupación entre los especialistas es la trayectoria fiscal. Para 2026, se anticipa un déficit fiscal aún elevado, aunque acompañado de un esfuerzo explícito de consolidación. El crecimiento del gasto en pensiones, el costo financiero de la deuda y la rigidez asociada a los compromisos sociales seguirán presionando las cuentas públicas.

La Secretaría de Hacienda y Crédito Público (SHCP) estima que la deuda pública se reducirá a 16.6% del PIB en 2026, lo que implicaría una disminución de 2.2 puntos porcentuales respecto al año previo. Esta trayectoria descansa en una estrategia de financiamiento orientada a disminuir presiones de corto plazo y fortalecer la sostenibilidad de la deuda.

No obstante, en ausencia de una reforma fiscal de fondo, la consolidación enfrentará restricciones.



Si bien, el Paquete Económico 2026 incorpora medidas para fortalecer los ingresos y ampliar las facultades recaudatorias, su impacto dependerá de una implementación que evite efectos adversos sobre la inversión y el crecimiento económico.

MERCADO LABORAL: MENOR DINAMISMO E INFORMALIDAD PERSISTENTE

El mercado laboral mexicano enfrentará en 2026 un entorno de menor dinamismo, marcado por una desaceleración en la creación de empleo formal, particularmente en los sectores manufacturero y de exportación. Los ajustes observados en la industria maquiladora durante 2025 continuarán generando efectos rezagados, limitando la recuperación del empleo en estas actividades clave.

De manera paralela, se prevé que continúe un proceso de formalización laboral vinculado a cambios regulatorios, especialmente en plataformas digitales y ciertos segmentos de servicios. Empero, la elevada informalidad, que permanece como un rasgo arraigado de la economía mexicana, seguirá restringiendo avances

sostenidos en productividad, recaudación fiscal y cobertura de seguridad social.

A este escenario se suma el incremento del salario mínimo general, que podría incidir en la dinámica del empleo formal. Si bien el ajuste busca mejorar el ingreso real de los trabajadores, también podría desincentivar la generación de puestos con prestaciones, al elevar los costos laborales para empresas con márgenes reducidos, en particular micro, pequeñas y medianas.

SECTOR EXTERNO: RESILIENCIA CONDICIONADA

Se espera que las exportaciones registren un crecimiento moderado, limitado por el desempeño de la industria automotriz, pero parcialmente compensado por el dinamismo del resto de las actividades manufactureras. En tanto, las remesas tenderían a estabilizarse tras las caídas reportadas en 2025, aunque sin retomar las tasas de expansión elevadas de años anteriores.

La balanza comercial se mantendría bajo presión. Si bien una menor demanda interna y precios internacionales

relativamente más estables aportarían cierto alivio, se anticipa un saldo deficitario de 10,250 millones de dólares, reflejo de un entorno externo menos favorable y de las nuevas reglas comerciales.

Por su parte, la inversión extranjera directa (IED) seguirá fluyendo hacia el país, aunque de forma más selectiva y concentrada en sectores estratégicos. De acuerdo con el Banco de México, en 2026 se pronostica una IED por 40,241 millones de dólares, inferior a la observada en 2025, lo que indica una mayor cautela de los inversionistas y una priorización de proyectos con mayor certidumbre y rentabilidad.

En conjunto, el sector externo tendrá una contribución más acotada al crecimiento, sujeta a la evolución del comercio global, la demanda externa y las decisiones de inversión en un entorno internacional más restrictivo.

RIESGOS PRINCIPALES: UN BALANCE AÚN INCLINADO A LA BAJA

Las encuestas del Banxico y de Citi coinciden en que el balance de riesgos para la economía

mexicana en 2026 permanece claramente sesgado a la baja, reflejando un entorno externo frágil y vulnerabilidades internas no resueltas. Si bien el escenario central contempla un crecimiento moderado y una inflación en proceso de convergencia, la probabilidad de desviaciones negativas sigue siendo elevada.

En términos generales, los principales factores de riesgo se asocian con la gobernanza (44%); las condiciones económicas internas (26%); y las condiciones externas (25%). A nivel particular, destacan:

- Inseguridad pública: 19%
- La política sobre comercio exterior: 15%
- La debilidad en el mercado interno: 9%
- La incertidumbre sobre la situación económica interna: 7%
- La incertidumbre política interna: 7%
- La corrupción: 7%

UN AÑO DE TRANSICIÓN, NO DE DESPEGUE

En síntesis, 2026 se perfila como un año de transición para la economía mexicana. Las expectativas de los especialistas dibujan un escenario de crecimiento moderado, inflación contenida y estabilidad macroeconómica, pero sin un cambio estructural que eleve de manera significativa el potencial de crecimiento.

El legado de 2025 es claro: México mostró capacidad de resistencia, pero también quedó expuesto a sus vulnerabilidades externas y fiscales. El reto para 2026 no será evitar una crisis, sino sentar las bases de un crecimiento más sólido y menos dependiente del entorno internacional, en un contexto donde la incertidumbre global seguirá siendo la norma y no la excepción.



2026 Bajo la mirada del tarot

Una lectura simbólica sobre el futuro de Saltillo, México y el mundo



ALEJANDRA VIGIL

En medio de un escenario global marcado por conflictos bélicos prolongados, crisis climáticas cada vez más evidentes, reacomodos del poder internacional y un creciente sentimiento de incertidumbre colectiva, distintas disciplinas han intentado interpretar lo que podría traer el año 2026. Desde análisis políticos y económicos hasta lecturas simbólicas y espirituales, el futuro se ha convertido en una pregunta constante.

Bajo este contexto, recurrir al tarot no implica una afirmación absoluta de lo que vendrá, sino una interpretación simbólica de las energías sociales, emocionales y colectivas que atraviesan a una comunidad. Con este enfoque, una tarotista radicada en Saltillo compartió su lectura para el año 2026, abordando temas locales, nacionales y globales.

¿QUIÉN ES LA TAROTISTA?

La lectura fue realizada por Rose Romanof, mejor conocida como

Rose de Bell, tarotista radicada en Saltillo, Coahuila.

Se dedica a la lectura del tarot de manera profesional desde la pandemia, periodo en el que comenzó a atender consultas tanto presenciales como en línea.

Rose trabaja principalmente con el tarot Rider-Waite, el cual recomienda por su claridad simbólica, y basa su interpretación en la intuición, la lectura energética y el simbolismo visual, influenciada por su formación en artes plásticas.

Además, dirige un negocio digital de productos holísticos, desde donde consolidó su identidad como Rose de Bell.

EL TAROT COMO LENGUAJE SIMBÓLICO

Para la tarotista entrevistada, el tarot no debe entenderse como un acto mágico ni como una práctica ligada a entidades o fuer-

zas externas. Desde su formación en artes plásticas, explica que el tarot funciona como un lenguaje visual, similar al arte, donde cada imagen, color y figura comunica un mensaje que debe interpretarse. "No trabajo con espíritus ni invocaciones", aclara. "El tarot es simbología pura. Así como la física explica el mundo desde una perspectiva científica, el tarot lo hace desde lo simbólico".

Antes de cada lectura, la vidente realiza una preparación energética del espacio, buscando protección y claridad, pero enfatiza que las respuestas no provienen de fuerzas externas, sino de la energía del consultante y del contexto colectivo.

¿CÓMO SE REALIZA UNA LECTURA DEL TAROT?

La tarotista trabaja principalmente con el tarot Rider, un mazo que considera accesible y claro, tanto para quien consulta como para quien interpreta. Sus colo-

res, figuras y símbolos permiten una lectura directa, sin intimidar al consultante.

La interpretación surge de la intuición, pero también de la observación consciente de las cartas: la posición, la relación entre símbolos y el tipo de energía que transmiten. Para ella, el tarot no dicta decisiones, sino que abre posibilidades de reflexión.

Ante quienes aseguran que el tarot es una mentira, responde que no se trata de creer o no creer, sino de comprenderlo como una herramienta de análisis simbólico: "No obliga a nadie a actuar, solo muestra caminos".

LA LECTURA PARA 2026

La lectura realizada fue de carácter general, enfocada en el año 2026, con preguntas específicas sobre Saltillo, el panorama nacional, la seguridad del país, el Mundial de fútbol y el contexto global. Las cartas se



interpretaron desde una visión colectiva, no individual.

MÉXICO EN 2026: POLÍTICA Y ECONOMÍA

El gobierno de Claudia Sheinbaum

La lectura sobre la presidenta Claudia Sheinbaum muestra a una figura estratégica, prudente y analítica. Sin embargo, las cartas indican que enfrentará problemas heredados de administraciones anteriores, además de ataques constantes a su imagen, muchos de ellos ligados a su condición de mujer.

El tarot no muestra una revocación de mandato, pero sí un periodo de fuerte desgaste público. A pesar de ello, se visualizan programas dirigidos al campo, a los agricultores y al fortalecimiento del consumo nacional, con una mejora gradual en la economía familiar.

También se observa una etapa de pausa estratégica, necesaria para reorganizar fuerzas y proyectar acciones a nivel internacional.

Relación con Estados Unidos y aranceles

Respecto a la relación con Estados Unidos, las cartas indican que los aranceles no se eliminarán, pero sí podrían renegociarse en términos más favorables. Esto impulsaría sectores como la agricultura y permitiría mejoras salariales.

México buscaría fortalecer relaciones con otros países, diversificando su economía y reduciendo la dependencia directa.

Seguridad y narcotráfico

El tarot no muestra una erradicación del narcotráfico. Por el contrario, señala su permanencia a través de acuerdos internos que

mantienen una aparente estabilidad. La violencia no desaparece, pero se contiene.

Las cartas reflejan que el margen de acción del gobierno es limitado y que las decisiones se toman bajo presión constante. El problema persiste como una estructura difícil de desmontar.

El Mundial 2026 y la Selección Mexicana

En el ámbito deportivo, la Selección Mexicana aparece con potencial, pero limitada por decisiones estratégicas. Las cartas señalan problemas en la dirección técnica y plantean que, sin un cambio, el equipo

no avanzaría más allá de lo esperado.

Sin embargo, si se realiza un ajuste en el liderazgo, el tarot abre la posibilidad de llegar a semifinales. El desempeño dependerá más de las decisiones fuera de la cancha que del talento de los jugadores.



¿Una tercera guerra mundial?

Finalmente, al preguntar por una posible tercera guerra mundial, la lectura descarta un conflicto bélico tradicional. No se visualizan bombas ni destrucción masiva, sino una guerra distinta: psicológica, espiritual y emocional.

El desgaste mental, la manipulación de la información y el agotamiento colectivo aparecen como las principales armas de este conflicto silencioso.

Saltillo: transformaciones y tensiones: La Alameda, entre renovación y conflicto

Al preguntar por el futuro de la Alameda de Saltillo, las cartas revelaron una necesidad evidente de renovación, especialmente en jardines y áreas verdes que actualmente muestran abandono. Sin embargo, también apareció una fuerte tensión entre el uso ciudadano del espacio y los intereses de poder.

Las cartas sugieren que las decisiones sobre este recinto estarían influenciadas por figuras con autoridad y recursos económicos, priorizando un enfoque turístico o comercial. Esto podría derivar en restricciones de acceso para la ciudadanía, una vigilancia excesiva y la explotación del espacio, incluso con afectaciones a la fauna del lugar.

La lectura advierte sobre decisiones apresuradas y una pérdida del sentido público del recinto.

Agua y medio ambiente

En cuanto al agua, el tarot no muestra una ausencia total del recurso, sino un manejo inadecuado. Las cartas señalan desperdicio, robo y contaminación, así como una falta de renovación que podría provocar un deterioro progresivo del entorno.

La tierra aparece seca y debilitada, lo que sugiere consecuencias directas para la flora, la fauna y la calidad de vida. Si no se corrigen estas prácticas, el riesgo es avanzar hacia un territorio cada vez más infértil.

Clima e incendios

El cambio climático se manifiesta con fuerza en la lectura. Se anticipan variaciones drásticas en el clima, con una disminución del frío característico de la región y lluvias irregulares. Saltillo, Arteaga y Ramos Arizpe se verían afectados.

Las cartas también apuntan a incendios forestales provocados por la acción humana, algunos fuera de control, y a la posible intervención de tecnologías experimentales relacionadas con el clima, lo que incrementaría el riesgo ambiental.

MÁS ALLÁ DE CREER O NO CREER

El tarot, más que predecir el futuro, funciona como un espejo de las preocupaciones sociales. Independientemente de la fe que se tenga en esta herramienta,

las preguntas que se formulan revelan los miedos, deseos y tensiones de una sociedad que busca respuestas ante un futuro incierto.

El 2026, según esta lectura, no es un destino fijo, sino un camino que aún puede transformarse.



¡Anúnciate!

Y CUMPLE CON TUS OBJETIVOS DE VENTA CON

A TIEMPO

MEDIO DIGITAL

☎ 8443009898

✉ ventas@atiempo.tv

f A Tiempo.Tv

▶ A Tiempo.Tv

📷 [tiempo.tv](https://www.tiempo.tv)



Pavimentación Ecológica

ADIOS BACHES



**Tapado de baches rápido,
en cualquier condición,
económico y de amplia
garantía**

administracion@gpocon.mx



SAUCEDO
CONSULTORÍA JURÍDICA
Y MEDIACIÓN



844 343 8333



@Saucedo Legal

WWW

saucedolegal.com

El año nuevo no cambia nada... hasta que tú cambias algo



DANIEL SALDÍVAR

Cada inicio de año se repite el mismo ritual: propósitos, promesas, listas nuevas y una sensación compartida de que ahora sí todo será distinto. No es casualidad. Para el cerebro humano, las fechas significativas funcionan como puntos de quiebre simbólicos, una especie de frontera psicológica entre "lo que fui" y "lo que puedo llegar a ser".

Este fenómeno ha sido ampliamente estudiado por la psicología conductual y se conoce como el Fresh Start Effect. Investigaciones lideradas por Katherine Milkman, Hengchen Dai y Jason Riis demuestran que los seres humanos tendemos a sentir mayor motivación para el cambio cuando percibimos un nuevo comienzo —un lunes, un cumpleaños, un ascenso, una ruptura o el inicio de un año— porque estas fechas nos permiten separar nuestra identidad pasada de la presente (Dai, Milkman & Riis, 2014).

En otras palabras: el año nuevo no nos transforma, pero nos da

permiso emocional para intentarlo otra vez.

Ese "permiso" reduce la carga de culpa asociada a errores, fracasos o experiencias negativas previas. El cerebro deja de decir "siempre soy así" y comienza a decir "esta vez puede ser diferente". El problema es que ese impulso inicial, tan poderoso en enero, suele evaporarse con rapidez.

¿POR QUÉ LA MOTIVACIÓN DURA TAN POCO?

La respuesta es incómoda, pero necesaria: la motivación no compete en igualdad de condiciones con los hábitos.

Durante las primeras semanas, nuestro comportamiento es guiado por una narrativa consciente: "voy a cambiar". Sin embargo, conforme pasan los días, el cerebro vuelve a operar desde estructuras más profundas y eficientes: los hábitos arraigados, que requieren menos energía cognitiva y están reforzados por años de repetición.

La neurociencia lo explica con claridad. La corteza prefrontal —responsable de la planeación, el autocontrol y la toma de decisiones— se fatiga rápidamente. En cambio, los ganglios basales, donde se alojan los hábitos, funcionan casi en automático (Graybiel, 2008).

Por eso, cuando el entusiasmo inicial baja, el cuerpo y la mente regresan a lo conocido.

A esto se suma otro factor clave: solemos confundir motivación con identidad. Queremos cambiar conductas sin cuestionar quién creemos que somos. James Clear lo resume así: "no te elevas al nivel de tus metas, caes al nivel de tus sistemas" (Clear, 2018).

Cuando la identidad no cambia, el comportamiento nuevo se siente forzado, ajeno, temporal. Y lo que se siente ajeno, tarde o temprano, se abandona.

ENTONCES, ¿QUÉ SÍ FUNCIONA PARA QUE EL CAMBIO PERDURE?

Aquí está lo verdaderamente importante: los cambios duraderos no comienzan con objetivos, sino con identidad.

No se trata de decir "quiero hacer ejercicio", sino de empezar a verse como alguien que cuida su cuerpo. No es "quiero mejorar en

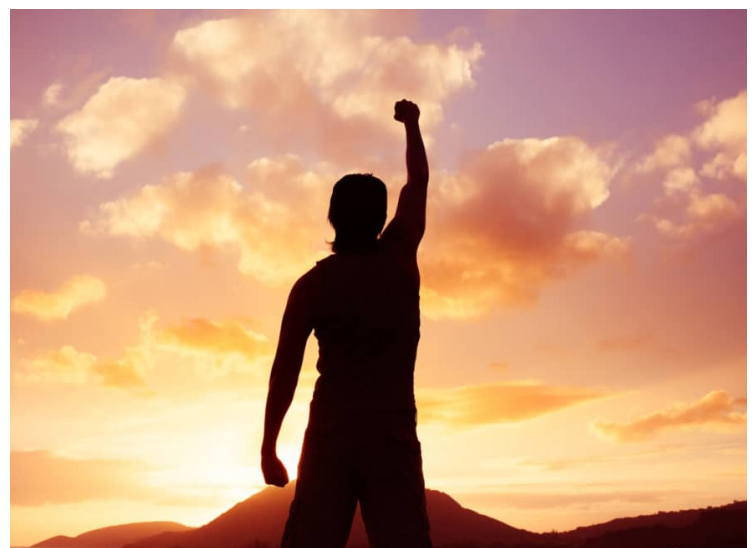
mi trabajo", sino asumirse como una persona profesional, responsable y en constante aprendizaje. No es "quiero relaciones sanas", sino reconocerse como alguien que pone límites y se comunica con honestidad.

La evidencia científica respalda este enfoque. Estudios sobre cambio de comportamiento muestran que cuando una acción se vincula con la identidad personal, la probabilidad de permanencia aumenta significativamente (Oyserman, 2009).

Algunas estrategias prácticas para lograrlo:

1. Cambios pequeños, repetidos y visibles

El cerebro aprende por repetición, no por intensidad. Mejor diez minutos diarios sostenidos que una semana perfecta abandonada después. Cada repetición



refuerza la narrativa interna: "soy alguien que cumple".

2. Diseñar el entorno, no solo la voluntad

La fuerza de voluntad es limitada. En cambio, el entorno puede jugar a favor. Menos fricción para lo que quieres hacer, más fricción para lo que quieres evitar (Thaler & Sunstein, 2008).

3. Vincular el cambio con valores, no solo con resultados

Cuando una meta se conecta con algo significativo —dignidad, libertad, bienestar, amor propio— el cerebro la interpreta como relevante para la supervivencia emocional.

4. Aceptar la recaída como parte del proceso

El error no cancela el cambio; lo cancela la narrativa de "ya fallé, da igual". El progreso real es imperfecto, pero constante.

EL GRAN ERROR DE LOS PROPÓSITOS: CAMBIAR LA META, PERO NO LA NARRATIVA

Cada inicio de año repetimos una práctica que parece lógica, pero suele ser profundamente ineficaz: planteamos metas sin cuestionar el relato interno que las sostiene.

Queremos bajar de peso, ganar más dinero, mejorar nuestras relaciones o "ser más disciplinados", pero seguimos hablándonos desde el mismo lugar de siempre: la culpa, la exigencia excesiva o la comparación constante con otros. El resultado es predecible: cuando no cumplimos al ritmo esperado, el cerebro interpreta el intento como una confirmación de fracaso, no como parte del proceso.

La psicología cognitiva ha demostrado que el autoconcepto —la historia que contamos sobre

quiénes somos— influye directamente en nuestras decisiones y en nuestra capacidad de sostener cambios en el tiempo (Beck, 1976). Si una persona se percibe como "inconstante", cada tropiezo refuerza esa identidad. El problema no es el tropiezo; es la interpretación.

Por eso muchos propósitos mueren en febrero: no porque falte fuerza de voluntad, sino porque el cambio se vive como una lucha contra uno mismo. Y ninguna batalla interna se gana a largo plazo.

Cambiar implica también aprender a hablarnos distinto. Sustituir el "siempre fallo" por "estoy aprendiendo a hacerlo mejor". Pasar del "no sirvo para esto" al "esto aún no me sale". Parece menor, pero no lo es: el cerebro responde de forma distinta cuando la narrativa deja espacio para la evolución.

CAMBIAR HÁBITOS ES, EN EL FONDO, UN ACTO DE DIGNIDAD

Hay otro elemento que rara vez se menciona cuando hablamos de nuevos comienzos: el cambio sostenido no es solo una estrategia, es una postura ética frente a uno mismo.

Persistir en un hábito saludable, cumplir una promesa personal, poner límites o asumir responsabilidades no siempre genera placer inmediato. Muchas veces genera incomodidad, cansancio o incluso soledad. Pero también construye algo más profundo: respeto propio.

Diversos estudios muestran que las personas que mantienen cambios en el tiempo no son necesariamente las más motivadas, sino las que desarrollan una relación distinta con el esfuerzo y el error (Duckworth et al., 2007). No se definen por la perfección, sino por la coherencia.

Visto así, el inicio del año no debería ser una carrera de entusiasmos, sino una decisión silenciosa de sostenerse, incluso cuando nadie está mirando. Incluso cuando no hay aplausos. Incluso cuando el cambio no es evidente todavía.

EN LO PERSONAL, LO LABORAL Y LO RELACIONAL

En lo personal, el cambio comienza cuando dejamos de castigarnos por no ser quienes queremos y empezamos a construir, con paciencia, a la persona que sí podemos ser.

En lo laboral, el verdadero avance no está en los propósitos grandilocuentes, sino en la disciplina silenciosa: hábitos diarios, mejora continua y coherencia entre lo que decimos y lo que hacemos.

En las relaciones, el inicio de año puede ser una oportunidad poderosa para revisar patrones: cómo amamos, cómo comunicamos, cómo ponemos límites. No para prometer perfección, sino para elegir conciencia.

INICIAR EL AÑO NO ES MAGIA, ES DECISIÓN SOSTENIDA

El año nuevo no trae soluciones. Trae, en el mejor de los casos, una pausa simbólica. Un respiro. Un espacio para decidir si seguimos siendo espectadores de nuestra vida o empezamos a asumirla con responsabilidad.

El cambio real no ocurrió el 1 de enero. Ocurre el 3 de febrero, el 17 de marzo, el día que nadie ve, cuando ya no hay aplausos ni motivación externa. Ahí es donde se construye una vida distinta. Y eso, aunque no sea fácil, si está al alcance de cualquiera que decida sostenerse y avanzar.



México 2026: El horizonte ante el escrutinio

El año México 2026 se definirá por la ejecución o no de la disciplina fiscal y el



EDREI DURÓN

El año 2026 se perfila como un punto de inflexión estructural para el Estado mexicano. Como tercer año del ciclo administrativo federal, este periodo representa la transición definitiva entre la fase de reformas constitucionales profundas y la etapa de ejecución operativa a gran escala. La realidad nacional en 2026 está definida por una reconfiguración de la administración pública y una disciplina fiscal rigurosa, pero también por un intenso contraste entre el discurso oficial de bienestar y el creciente escrutinio sobre la viabilidad de sus proyectos insignia.

BALANCE DE GESTIÓN: INFRAESTRUCTURA Y "ELEFANTES BLANCOS"

A más de un año del inicio de la administración de Claudia Sheinbaum, el balance de gestión enfrenta críticas por proyectos considerados ineficientes o deficitarios por sectores independientes.

Viabilidad de Obras Insignia

- **Mexicana de Aviación:** En 2026, la aerolínea estatal continúa operando con pérdidas y opacidad. Se estima que ha consumido más de 30 mil millones de pesos sin alcanzar la rentabilidad.
- **Tren Maya:** El proyecto enfrenta cuestionamientos por su baja afluencia de turismo internacional. Análisis independientes sugieren que el mantenimiento y la operación requieren un subsidio estatal de más de 500 mil pesos por pasajero.
- **Proyecto Olinia:** El vehículo eléctrico nacional ha sido recibido con escepticismo. La oposición califica este proyecto como una "ocurrencia" que emula experimentos fallidos de la industria automotriz estatal del siglo pasado, cuestionando la capacidad técnica del Estado para competir en este sector.

SALUD Y BIENESTAR SOCIAL: EL DEBATE SOBRE LA SOBERANÍA

En el ámbito social, la implementación de nuevos programas ha generado fricciones significativas respecto a su efectividad real. Farmacias del Bienestar y Vacuna Patria

Las Farmacias del Bienestar han sido blanco de críticas técnicas. Expertos señalan que muchas unidades no cumplen con los requisitos de la Ley General de Sa-

lud ni con las normas de Cofepris para el manejo y cadena de frío de medicamentos. Se les acusa de ser medidas "electoreras" que no solucionan el desabasto crónico en los sistemas IMSS o ISSSTE. Por otro lado, la vacuna Patria se considera en 2026 un proyecto fallido de soberanía tecnológica. A pesar de las promesas iniciales de estar lista en 2021, el desarrollo no logró concretarse a tiempo para integrarse de manera efectiva en las campañas de vacunación nacional, dejando al país dependiente de adquisiciones extranjeras.

PRESUPUESTO 2026 Y REASIGNACIONES POLÍTICAS

El paquete económico de 2026 ha sido foco de debates tensos debido a la naturaleza de sus reasignaciones, interpretadas por muchos como movimientos de consolidación política.

Recortes y Asignaciones Polémicas

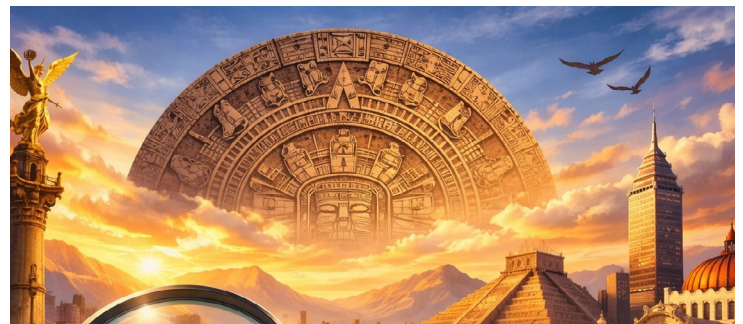
Se han aprobado recortes sustanciales a instituciones de contrapeso y justicia:

- **Poder Judicial:** Reducción de 14,000 millones de pesos.
- **INE:** Recorte de 933 millones de pesos.
- **Fiscalía General de la República:** Reducción de 661 millones de pesos.

En contraste, se han destinado partidas sustanciales a aliados políticos, destacando casi 1,000 millones de pesos para guarderías operadas por el Partido del Trabajo (PT), una medida criticada por la falta de transparencia. Aunque la administración presume un incremento de 18,000 millones para ciencia y educación, expertos advierten que estas cifras representan apenas el 0.17% del presupuesto total, lo que limita su impacto real ante la contracción de la inversión fija.

RECONFIGURACIÓN DEL ESTADO Y REFORMA JUDICIAL

El 2026 está definido por la desaparición de siete órganos constitucionales autónomos, cuyas funciones son absorbidas por la estructura central del Gobierno Federal.



Ante de la consolidación Inicio crítico

Operativa de proyectos insignia bajo una estricta
el escrutinio crítico

Simplificación Orgánica

Bajo la premisa de la austeridad republicana, se busca un ahorro acumulado de 32 mil millones de pesos para el Fondo de Pensiones para el Bienestar.

Consolidación del Tribunal de Disciplina Judicial

El sistema de justicia entra en una fase de maduración administrativa. El Tribunal de Disciplina Judicial asume plenamente funciones de control interno con una presidencia rotatoria. Este proceso ocurre en medio de preocupaciones sobre la politización de la justicia derivada de la elección de jueces por voto popular.

SEGURIDAD NACIONAL E INTELIGENCIA CRIMINAL

La Estrategia Nacional de Seguridad Pública 2024-2030 alcanza un periodo de despliegue intensivo, moviéndose de la mera presencia territorial a la inteligencia.

- Guardia Nacional: Integrada por personal con formación policial bajo disciplina militar, busca consolidar su efectividad en zonas de alta incidencia.
- Combate a la extorsión: Prioridad mediante la implementación del registro telefónico y sistemas de alerta temprana para proteger la economía local.
- Frontera: La seguridad se ve influenciada por presiones

externas respecto al control del fentanilo y grupos criminales, obligando a una gestión diplomática de alta intensidad.

AGUA, ENERGÍA Y GESTIÓN AMBIENTAL

El panorama ambiental está dominado por la respuesta al estrés hídrico y la transición energética.

- Plan Nacional Hídrico: Proyectos clave incluyen la Desaladora Rosarito en Baja California, la Presa Tunal II en Durango y el Acueducto Ciudad Victoria II en Tamaulipas.
- Tecnificación del Riego: Se busca recuperar 3 mil millones de metros cúbicos de agua que actualmente se desperdician en el campo.
- Energía: El reto es acelerar la generación de energías limpias para soportar el crecimiento industrial sin comprometer la estabilidad del sistema eléctrico nacional.

MEMORIA HISTÓRICA Y CULTURA

El 2026 ha sido declarado oficialmente como el "Año del Centenario del Natalicio de Miguel León Portilla", rindiendo homenaje al autor de "Visión de los Vencidos". Asimismo, se celebrarán:

- Bicentenario con el Reino Unido: 200 años del Tratado de Amistad de 1826.

- Bicentenario con Francia: Intercambio de códigos y exposiciones conjuntas.

Siete Siglos de México Tenochtitlan: Eventos masivos el 26 de julio con miles de danzantes en el Zócalo.

UN AÑO DE CONSOLIDACIÓN ESTRATÉGICA

El panorama de México para 2026 se define por una paradoja de estabilidad y tensión. Si bien la disciplina fiscal ofrece un entorno

predecible, la administración de Claudia Sheinbaum enfrenta un escrutinio creciente por la rentabilidad de sus megaproyectos y la efectividad de sus programas de salud. La consolidación de la reforma judicial y la absorción de órganos autónomos serán las pruebas de fuego para determinar si la transformación institucional se traduce en una gobernanza eficiente o en una carga acumulada para el futuro del país.

ORGANISMO EXTINTO	NUEVA ENTIDAD RESPONSABLE	IMPLICACIÓN CRÍTICA
COFECE	SECRETARÍA DE ECONOMÍA	RIESGO EN LA AUTONOMÍA DE LA COMPETENCIA
IFT	SICT / ECONOMÍA	GESTIÓN CENTRALIZADA DEL ESPECTRO
INAI	FUNCIÓN PÚBLICA	DUDAS SOBRE EL ACCESO REAL A LA INFORMACIÓN
CONEVAL	INEGI	RIESGO DE INTERPRETACIÓN OLÍTICA DE LA POBREZA

Bienvenido 2026

Más que grandes propósitos, construyamos pequeños hábitos



ADRIANA VILLARREAL

Un nuevo año suele llegar cargado de expectativas e incluso exigencias. Queremos cambiar, transformarnos, mejorar, avanzar; a veces sentimos que debemos hacerlo todo de golpe, como si este nuevo inicio trajera la obligación de convertirnos en una versión completamente distinta de quienes somos. Sin embargo, este

2026 puede empezar de forma diferente: no desde la exigencia, sino desde la conciencia; no desde lo que queremos quitar de uno mismo, sino desde lo que deseamos construir para nosotros, nuestras familias y entornos.

Y para ello, puede ayudarnos pensar en este nuevo año como una obra en proceso, pues no se trata de derrumbar todo lo que hemos hecho y empezar de cero, sino colocar nuevos ladrillos, uno a uno, con calma y con intención para ir edificando una vida más plena, coherente y humana para nosotros y para quienes amamos.

PROPÓSITOS QUE GUÍEN, NO QUE PESEN

Muchos de los propósitos que nos planteamos al inicio de un año fracasan no por falta de voluntad,

sino porque los planteamos desde el cansancio o la culpa: ya no quiero ser así... tengo que dejar esto... debo cambiar aquello... Si los propósitos los planteamos como carga, es difícil seguirlos y pronto los abandonamos.

Y este enfoque lo replicamos al interior de nuestras familias, cuando queremos que nuestros hijos cambien radicalmente conductas, o que la dinámica del hogar sea diferente, que haya menos prisas y menos tensión. Pero, ¿qué pasaría si, en lugar de pensar en lo que debemos eliminar, nos preguntamos qué queremos fortalecer?

Los propósitos fundamentales no son los que nos presionan, sino los que nos orientan; no son los que nos muestran lo que hemos hecho mal, sino los que nos guían hacia donde queremos caminar.

EMPECEMOS CON NUESTRA FAMILIA

Toda familia está en constante construcción; siempre hay espacios que pueden mejorar y no porque estén mal, sino porque la vida cambia y nos invita a crecer y a mejorar; tal vez este año buscamos una comunicación más cercana, un ambiente emocional más tranquilo, rutinas que cuiden la salud de todos o darnos tiempo de calidad, entre otras cosas, y no desde la crítica, sino enfocando estas acciones como actos de amor, reconociendo las áreas en las que debemos poner un poco

más de atención o simplemente hacerlas mejor, sin prisas ni comparaciones.

MICRO HÁBITOS. LOS CIMIENTOS DEL CAMBIO REAL

Una construcción no empieza con una gran estructura, sino con cimientos firmes, y en la vida cotidiana, esos cimientos son los micro hábitos: acciones pequeñas, sencillas y repetibles que, con el tiempo, van transformando la manera en que vivimos.

Un micro hábito puede ser algo tan simple como iniciar el día con un momento de gratitud en familia, escuchar con atención antes de responder, respirar profundo antes de reaccionar, o dedicar unos minutos a conversar cara a cara evitando el celular; estos gestos que parecen pequeños, sostienen grandes cambios y lo más valioso es que, al ser micro hábitos son fácilmente alcanzables, y no requieren condiciones perfectas, únicamente constancia; y esa constancia, cuando se vive con sentido, se convierte en transformación.

CONSTRUIR SIN PRISA, PERO CON INTENCIÓN

En la construcción de hábitos no puede haber prisa; aunque queramos ver resultados inmediatos, no debemos olvidar que lo verdaderamente duradero toma tiempo; cada nuevo hábito necesita repetición, paciencia y, sobre todo, comprensión cuando no sale como esperábamos.



Implica respetar los procesos propios y los de los demás; entender que avanzar despacio no es retroceder y que cada pequeño esfuerzo cuenta, aunque no siempre sea visible.

El 2026 no lo definiremos por los propósitos escritos en enero, sino por las decisiones cotidianas que tomemos día a día en la casa, en el trabajo y en nuestras relaciones; lo iremos construyendo en los momentos que elijamos responder con calma, cuidar nuestro bienestar emocional, pedir perdón, agradecer y volver a intentar.

Y no se trata de que hagamos todo perfecto, sino de que lo vayamos haciendo de forma consciente e intencional; que ajustemos cuando sea necesario y reconozcamos cada avance, por pequeño que parezca.

Al terminar un año, más que preguntarnos si cumplimos todos

nuestros propósitos, quizá mejor valga la pena preguntarnos si construimos un entorno más habitable para nosotros y para quienes nos rodean; si fuimos capaces de sentar bases más firmes aunque hayan sido sencillas; si sembramos una semilla de tolerancia, comprensión, amabilidad y agradecimiento.

Que este 2026 nos encuentre construyendo con intención: hábitos pequeños, decisiones conscientes y vínculos más fuertes. Que cada pequeño hábito sea un acto de esperanza; cada intento, una semilla; y cada día, una oportunidad para vivir mejor; paso a paso, sin prisa, pero con intención. Pues cuando se construye paso a paso, con amor y constancia, los resultados no sólo se logran... se sostienen.

¡MUY FELIZ 2026!

2026



¡Obras, Seguridad, Crecimiento

**Y mucho
más!**

Todo es posible gracias al **pago puntual** de tu predial.

¡APROVECHA EN ENERO!

20%

de descuento en el
pago de tu predial.



Entra a **www.torreon.gob.mx** y paga en línea

Aplican restricciones.



TORREÓN
**¡SIEMPRE
PUEDE
más!**

Los 10 eventos deportivos más esperados que no te puedes perder en el 2026

Un recordatorio de nuestra responsabilidad ciudadana



CARLOS JARA

El calendario deportivo de 2026 combina eventos multideportivos de gran escala, mundiales específicos por deporte y citas anuales tradicionales, ofreciendo diversidad para aficionados de todas las disciplinas, desde los deportes de invierno hasta el fútbol y el ciclismo.

El 2026 se perfila como uno de los años más intensos y emocionantes del calendario deportivo global, con eventos de máxima audiencia como los Juegos Olímpicos de Invierno, la Copa Mundial de Fútbol FIFA ampliada a 48 equipos y torneos icónicos que atraerán a miles de millones de espectadores en todo el planeta.

JUEGOS OLÍMPICOS DE INVIERNO MILANO-CORTINA

Del 6 al 22 de febrero, Italia será el epicentro del deporte invernal con los Juegos Olímpicos de Invierno en Milán y Cortina d'Ampezzo, distribuidos en las ciudades de Lombardía y los Alpes.

Esta edición contará con 116 eventos en 16 disciplinas, incluyendo esquí alpino, hockey sobre hielo, patinaje artístico y la incorporación del esquí de montaña como novedad, atrayendo a miles de atletas y millones de espectadores.

COPA MUNDIAL DE CRICKET T20 MASCULINO

Del 7 de febrero al 8 de marzo, India y Sri Lanka coorganizarán la Copa Mundial de Cricket T20 Masculino, un torneo que moviliza a cientos de millones de seguidores principalmente en Asia.

Con 20 equipos compitiendo en formato rápido y explosivo, este evento promete partidos intensos, emociones fuertes y un impacto cultural enorme, consolidándose como uno de los más apasionantes para los aficionados del subcontinente indio y más allá.

SUPER BOWL LX

El 8 de febrero, el Levi's Stadium en Santa Clara (California) acogerá el Super Bowl LX, la gran final de la temporada NFL que atrae audiencias récord globales.

Conocido por su espectacular show de medio tiempo, que en este año será protagonizado por Bad Bunny; y duelos de alto voltaje entre los mejores equipos estadounidenses, este evento paraliza al país y genera impacto cultural masivo.

CLÁSICO MUNDIAL DE BÉISBOL

Del 5 al 17 de marzo, sedes en EE.UU. (Miami y Houston), Puerto Rico (San Juan) y Japón (Tokio) recibirán el Clásico Mundial de Béisbol con 20 selecciones nacionales.

Este torneo reúne a las estrellas del béisbol profesional representando a sus países, ofreciendo duelos épicos y pasión internacional en el considerado "Mundial" de este deporte. México será uno de los países participantes.

MASTERS DE AUGUSTA

Del 9 al 12 de abril, el Augusta National Golf Club en Georgia (EE.UU.) será escenario del Masters Tournament, el primer mayor de golf del año con tradición inigualable.

Los mejores golfistas del mundo competirán por la icónica chaqueta verde en un campo exigente,

te, donde cada hoyo y putt define leyendas en este evento cargado de historia.

COPA MUNDIAL DE FÚTBOL FIFA

Del 11 de junio al 19 de julio, Estados Unidos, México y Canadá organizarán la Copa Mundial de Fútbol FIFA 2026, el evento deportivo más grande y visto del planeta, con un formato histórico ampliado a 48 equipos y un total de 104 partidos, 40 más que en ediciones anteriores.

El torneo inaugural se disputará el 11 de junio en el icónico Estadio Azteca de Ciudad de México, donde México enfrentará a Sudáfrica. De esta forma, este coliseo se convertirá en el primero en albergar partidos de tres Copas del Mundo (1970, 1986 y 2026).

Las 16 sedes están distribuidas en 11 ciudades estadounidenses (como Los Ángeles -SoFi Sta-



dium-, Dallas -AT&T Stadium-, Atlanta -Mercedes-Benz Stadium-, Houston, Miami, Seattle, Boston, Filadelfia, San Francisco, Kansas City y Nueva York/Nueva Jersey), tres mexicanas (Ciudad de México, Guadalajara -Estadio Akron- y Monterrey -Estadio BBVA-) y dos canadienses (Toronto -BMO Field- y Vancouver -BC Place).

La gran final está programada para el 19 de julio en el MetLife Stadium (denominado New York New Jersey Stadium durante el torneo) en East Rutherford, Nueva Jersey, con capacidad para más de 82.000 espectadores y experiencia en eventos masivos como Super Bowls.

Este Mundial promete audiencias récord, innovación en el formato (12 grupos de 4 equipos, con los dos primeros y los ocho mejores terceros avanzando a dieciseisavos de final), rivalidades históricas, posibles debuts de naciones y un impacto económico y cultural sin precedentes en Norteamérica.

Además, incluirá novedades como un show de medio tiempo en la final, inspirado en el Super Bowl. Por otra parte, ya se han vendido millones de entradas anticipadas. Argentina defenderá el título conquistado en 2022, en un torneo que unirá a un continente entero en la fiesta del fútbol.

WIMBLEDON

Del 29 de junio al 12 de julio, el All England Club en Londres albergará Wimbledon, el Grand Slam de tenis sobre hierba más prestigioso y tradicional del circuito profesional.

Con su atmósfera única, reglas estrictas como la vestimenta blanca y finales épicos bajo el techo del Centre Court, este torneo

fusiona la historia británica con el mejor tenis mundial en un escenario inigualable.

TOUR DE FRANCIA

Del 4 al 26 de julio, el Tour de Francia arrancará por primera vez desde Barcelona con una contrarreloj por equipos, recorriendo 21 etapas exigentes por España y Francia. Esta edición incluirá ascensiones míticas en

Pirineos y Alpes, dos llegadas en Alpe d'Huez y un desnivel total superior a 54.000 metros, prometiendo batallas épicas por el maillot amarillo en la carrera ciclista más prestigiosa.

JUEGOS DE LA COMMONWEALTH

Del 23 de julio al 2 de agosto, Glasgow (Escocia) organizará los Juegos de la Commonwealth con



un programa reducido de 10 deportes, pero altamente inclusivo e innovador.

Aletas de más de 70 naciones y territorios competirán con una notable inclusión de paradesportes (o "deportes paralímpicos"), enfatizando accesibilidad, unidad y el espíritu de la Commonwealth en este multideportivo histórico.

JUEGOS ASIÁTICOS

Del 19 de septiembre al 4 de octubre, Aichi-Nagoya en Japón acogerá los Juegos Asiáticos, el mayor evento multideportivo continental con miles de atletas de toda Asia participando.

Decenas de disciplinas reunirán a competidores en un cierre espectacular del año deportivo, destacando tradición asiática, tecnología avanzada y un espíritu de unidad regional que trasciende fronteras.

El 2026 se consolida como un año inolvidable en la historia del deporte mundial, fusionando tradición con innovación y ofreciendo momentos icónicos para generaciones enteras de aficionados.

MÁS EVENTOS DEPORTIVOS QUE NO TE PUEDES PERDER

Además de los grandes torneos ya mencionados, 2026 también estará marcado por citas deportivas de enorme relevancia internacional. El Abierto de Australia abrirá el calendario del tenis en enero; la temporada completa de Fórmula 1, con más de 20 Grandes Premios, recorrerá cinco continentes; y el Rally Dakar 2026 volverá a poner a prueba a los mejores pilotos del mundo en escenarios extremos.

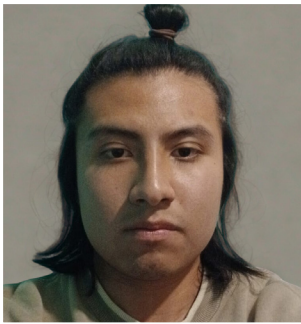
Asimismo, el Mundial de Baloncesto FIBA Femenil, el Campeonato Mundial de Atletismo Indoor, el Abierto de Estados Unidos de tenis, la Serie Mundial

de la MLB, las Finales de la NBA, la UEFA Champions League, la Copa Libertadores, la Liga MX, los Mundiales de Natación, y los grandes maratones como Boston, Londres y Nueva York, completarán un calendario cargado de emoción.

En conjunto, 2026 se consolidará como uno de los años más completos, diversos y espectaculares en la historia del deporte, con competencias que unirán culturas, romperán récords y ofrecerán momentos inolvidables para aficionados de todas las disciplinas alrededor del mundo.



El proyecto educativo en la penitenciaría saltillense en la primera década del siglo XX



DAVID GARCÍA

La Penitenciaría de Saltillo es una institución dedicada a la privación de la libertad y a la posterior rehabilitación de las personas que han delinquido, siendo el espacio del Estado destinado a reintegrar a quienes han cometido un crimen como miembros funcionales de la sociedad. Este texto señala algunos aspectos de la vida de los presos de dicha penitenciaría, a inicios del siglo XX ya que resulta de suma importancia conocer las condiciones en que vivían estos individuos, quienes también formaban parte de la sociedad, aunque de manera distinta. Por ello, realizaré una aproximación a cómo se desenvolvían dentro de los límites de la institución.

Me interesan específicamente las condiciones en las que vivían los reos de la penitenciaría saltillense. En primer lugar, debemos señalar que el trabajo formaba parte esencial de la vida de los presos durante este periodo. Los informes contenidos en los partes diarios emitidos por el gendarme a cargo de esta tarea permiten co-

nocer los distintos oficios en los que eran empleados los reos para "pagar" su condena y los agravios de los que se les acusaba. Destacaba la albañilería, pues incluso antes de que la penitenciaría fuera erigida, los edificios del Estado destinados a la detención y posterior sentencia de los presos eran construidos por ellos mismos. Dicho oficio era, también una forma de resarcir el daño cometido y ofrecer una compensación monetaria a las personas afectadas por sus delitos.

Los talleres constituían otro elemento fundamental dentro de la institución, ya que a través de ellos se buscaba reformar al pre-

so y corregir los "malos pensamientos" que lo habían llevado a delinquir. Desde la perspectiva de las autoridades, el trabajo duro y constante, acompañado de largas jornadas, permitía mostrar al delincuente que existían maneras legítimas de ganarse la vida. Se consideraba a la pobreza una de las principales causas para caer en actos ilícitos, retomando modelos europeos que promovían el trabajo forzado como vía para eliminar los deseos asociados al delito y su aparente atractivo. Por ello, los talleres de carpintería, herrería y otros oficios constituían una parte esencial de la cárcel. Eran uno de los pilares del proceso de redención al que se sometía

a los implicados, como bien lo ha observado en su estudio Guadalupe Sánchez de la O. (2016).

Como contraparte, la educación era considerada un elemento importante, pues otra de las causas a las que se atribuía el delito era la falta de instrucción académica. Por ello, se implementaron unidades escolares dentro de la penitenciaría con el fin de que los presos pudieran retomar sus estudios y, así, convertirse en "ciudadanos de bien" que contribuyeran al bienestar de la sociedad. Estas unidades, además, funcionaban como una figura adicional de autoridad dentro del conjunto de mecanismos utilizados para



mantener a los reclusos en sumisión y favorecer su cooperación, ya que ellos solo tenían permitido hablar con sus visitas y con las autoridades.

Si bien la educación comenzó a contemplarse, en cierta medida, como un derecho, en la práctica se utilizó principalmente para dotar a los internos de conocimientos básicos que facilitarían el desempeño de oficios, junto con una formación ética orientada a garantizar el orden una vez que regresaran a la vida en sociedad. (Sánchez de la O, 115). El silencio y la introspección formaban parte del día a día de los presos. Aunque a veces se justificaba desde ideales religiosos, en la práctica se buscaba principalmente evitar que los internos hablaran entre sí y pudieran generar algún tipo de conspiración contra las autoridades. Este silencio impuesto también respondía al intento de mantener un ambiente de rectitud y orden que, según las autoridades, era necesario para su "reforma". Por otra parte, se contemplaba la posibilidad de otorgar la salida anticipada cuando surgía alguna situación que lo ameritara, como el fallecimiento de un familiar u otros eventos excepcionales que justificaran una disposición temprana de su libertad (Sánchez de la O, 141-142). Así mismo, era co-

mún, como parte de estos cuidados, la enseñanza del catecismo como una forma de transformar la esencia moral de dichos presos (Pérez, 78). La vida cotidiana en la Penitenciaría de Saltillo revela,

en suma, un complejo entramado de disciplina, trabajo y educación orientado a la corrección moral y social de los internos. Estas prácticas muestran cómo el Estado buscaba modelar sujetos útiles y

obedientes, al tiempo que sostenía un orden institucional basado en el silencio y la vigilancia, herencias que provenían desde el siglo XIX.



EL IMPACTO DE LOS JÓVENES EN LA POLÍTICA

FORMAS DE PARTICIPACIÓN

- 📢 ACTIVISMO DIGITAL (HASHTAGS, CAMPAÑAS, DENUNCIAS)
- ✍️ CREACIÓN Y DIFUSIÓN DE CONTENIDO POLÍTICO
- 👉 ORGANIZACIÓN DE MARCHAS Y PROTESTAS
- 🗳️ PROMOCIÓN DEL VOTO Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA
- 👁️ VIGILANCIA Y CRÍTICA A FIGURAS PÚBLICAS

PRINCIPALES PLATAFORMAS Y SU IMPACTO

- 🎵 TIK TOK
- 📷 INSTAGRAM
- ✂️ X (TWITTER)
- 📺 YOUTUBE

IMPACTOS POSITIVOS

- AMPLÍA LA PARTICIPACIÓN POLÍTICA DE JÓVENES
- DEMOCRATIZA LA INFORMACIÓN
- PRESIONA A GOBIERNOS Y POLÍTICOS
- VISIBILIZA PROBLEMÁTICAS SOCIALES

RIESGOS Y DESAFÍOS

- ! DESINFORMACIÓN Y FAKE NEWS
- ! POLARIZACIÓN Y DISCURSOS DE ODIO
- ! ACTIVISMO SUPERFICIAL (SLACKTIVISM)
- ! MANIPULACIÓN POR ALGORITMOS
- ! CENSURA O ACOSO DIGITAL

**LAS REDES SOCIALES HAN CONVERTIDO A LOS JÓVENES EN ACTORES POLÍTICOS
ACTIVOS: INFORMAN, MOVILIZAN Y TRANSFORMAN LA CONVERSACIÓN PÚBLICA**

A TIEMPO / ENTRETENIMIENTO

Sudoku

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

Sopa de letras

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

BALANCE
GESTIÓN
BIENESTAR
CONSOLIDACIÓN
HORIZONTE
ESCRUTINIO
ESTADO
PRESUPUESTO
SOBERANÍA
PROYECTOS

A TIEMPO
MEDIO DIGITAL

CONECTADOS
CONTIGO



Lunes a viernes
8:00am



Lunes a viernes
1:00pm



**THE
COOK
BOY**

**Viernes
6:00 pm**

