

3 6 0 °

U D E M

ECOANSIEDAD:

NUESTRA PAZ MENTAL

SE DERRITE

NO. 04

SIRI NO NACIÓ PARA AYUDARTE

ES MOMENTO DE FRENAR
LOS (DEMASIADOS) AUTOS

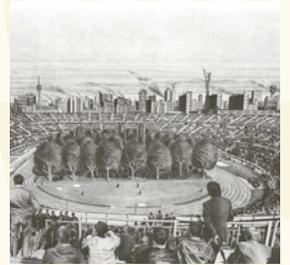
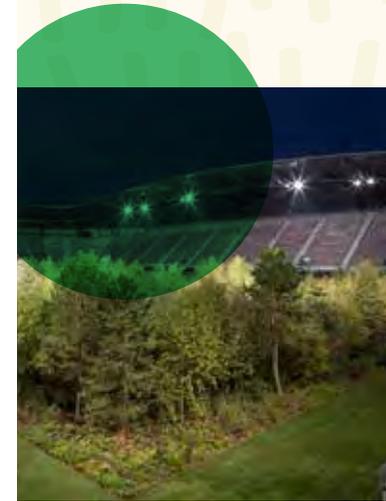
DE ESTA NO SALIMOS SOLOS

ENVIAMOS TUS PRODUCTOS FAVORITOS A LA PUERTA DE TU CASA.

COMPRA EN UDEM.EDU.MX/TIENDA UDEM

TIENDA UDEM

TIENDA UDEM@UDEM.EDU.MX
81-8215-1000 EXT. 4192 Y 1668



STATEMENT

La propuesta es, a modo, bastante sencilla: así como observamos un partido de fútbol, un concierto, un *performance*, así observaremos nuestros bosques. Desde lejos, sin poder tocar la corteza de un roble, acercar la nariz a las hojas de un pino, recoger hojarasca de un sauce con ambas manos.

Así lo planteó el artista Klaus Littmann con su pieza *For Forest - Die ungeborene Anziehungskraft der Natur*. 300 árboles en la cancha de fútbol del Wörthersee-Fußballstadion en Klagenfurt, Austria. Del 8 de septiembre al 27 de octubre de 2019, los visitantes pudieron ver los árboles desde las gradas —o sea, en la transición del verano al otoño, toda una gama de colores y olores.

Littmann se basó en *La atracción sin fin de la naturaleza*, el dibujo de 1970 del arquitecto austriaco Max Peintner (vaya, más que “se basó”, la hizo literal), para “desafiar nuestra percepción de la naturaleza y agudizar nuestra visión del futuro de la relación entre humano y su entorno natural”.

Si no cuidamos nuestro planeta, los bosques pasarán a ser piezas de museo. Lo mismo le pasará a los mares, las especies y las selvas. **Este es nuestro STATEMENT No. 04: no podemos perder un día más en la batalla contra la crisis climática.** No hay dos planetas, no hay bosques infinitos: lo que sí hay es ganas de cambiar y salvar el mundo.

Hagámoslo y disfruta esta edición (hecha con papel de bosques sostenibles). Nos divertimos mucho haciéndola (otra vez desde casa) para ti.

No.04



CARTA DEL RECTOR



El 2021 nos brinda la posibilidad de empezar con más energía, anhelos renovados y nueva perspectiva de vida, fresca y optimista. Después de un año como ningún otro en la historia somos más fuertes, con una visión amplia y, al mismo tiempo, más humana. Hemos aprendido que lo que sucede en un lugar del planeta, aunque sea lejano, puede tener consecuencias a lo largo de todo el mundo. Lo anterior nos lleva a repensar nuestras estructuras de vida e incluso cuestionar aquello que dábamos por hecho. Así, se acentúan inquietudes como la higiene, la salud mental, la ecología, calidad del aire y las cantidades de basura que producimos. De la misma manera en que hemos aprendido a relacionarnos unos con otros de una manera más responsable, cuidadosa de la salud, igualmente debemos buscar nuevos, mejores y más responsables modos de relacionarnos con nuestro entorno.

El cuidado del medio ambiente es relevante porque nuestro planeta es una casa que se nos ha dado en resguardo y en donde

las dinámicas que establecemos entre nosotros y con los demás elementos que conforman el ecosistema tienen un impacto muy importante en el día a día de todo el mundo. Conscientes de esta realidad, nuestros alumnos han construido nuevos esquemas de pensamiento que se reflejan en numerosas e innovadoras ideas que han tomado forma como proyectos sociales para mitigar el impacto del COVID-19, una revaloración de las relaciones más cercanas (eso incluye a las mascotas) y un análisis de la productividad en tiempos donde pasamos muchas horas frente a la computadora.

Al final, me siento muy contento de que nuestros alumnos han sabido adaptar su quehacer a una realidad volátil, manteniendo sus valores y siendo fieles a sí mismos. Sin duda, este es el mejor momento para inspirar su mejor versión.

¡Feliz Año Nuevo!

MARIO PÁEZ GONZÁLEZ / RECTOR
UNIVERSIDAD DE MONTERREY

360°
UDEM

PORTADA
DISEÑO: ALEJANDRA KARINA LÓPEZ GARCÍA,
COLABORADORA UDEM



DIRECTORIO

¿CUÁL ES LA FRASE QUE MÁS TE INSPIRA?

UDEM

- MARIO PÁEZ GONZÁLEZ**
RECTOR
"Let everything happen to you
Beauty and terror
Just keep going
No feeling is final."
-Rainer Maria Rilke
- "La imaginación es
la única arma en la
guerra contra
la realidad."
-Lewis Carroll, Alicia
en el país de las
maravillas (1865)
- "El mundo cambia si
dos se miran y se
reconocen."
-Octavio Paz,
Piedra de Sol (1957).
- "We have nothing to
fear for the future,
except as we shall
forget the way the
Lord has led us, and
his teaching in our
past history"
-Ellen G. White
- "Fotografiar es
colocar la cabeza, el
ojo y el corazón en
un mismo eje".
-Henri Cartier-Bresson
- "Change will not come
if we wait for some
other person, or if we
wait for some other
time. We are the ones
we've been waiting
for, we are the change
that we seek".
-Barack Obama
- NERY GRACIA**
**DIRECTORA DE COMUNICACIÓN
Y MERCADOTECNIA**
- ARIADNA MONTELONGO VALDÉS**
**GERENTE DE COMUNICACIÓN
INSTITUCIONAL**
- NICELIA MARÍA BUTTÉN SALAZAR**
RESPONSABLE DE PUBLICACIÓN UDEM
- DANIELA RUTH BRAVO CEBALLOS**
RESPONSABLE DE CONTENIDOS UDEM
- FERNANDO GERARDO ZAPATA GONZÁLEZ**
FOTÓGRAFO INSTITUCIONAL
- ALEJANDRA KARINA LÓPEZ GARCÍA**
COMMUNITY MANAGER

DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN Y MERCADOTECNIA
TEL. (81) 8215 1000 EXT. 1096
CORREO: dicme@udem.edu.mx

360°
UDEM

- JAVIER MARTÍNEZ STAINES**
DIRECTOR EDITORIAL
"Todo está ocurriendo,
ya ha ocurrido y
volverá a ocurrir".
-Nick Cave, La canción de la
bolsa para el mar (2015).
- FERNANDA AGUILAR FLORES**
DIRECTORA DE ARTE
"Toda vida es inexplicable.
Por muchos hechos que
se cuenten, por muchos
datos que se muestren, lo
esencial se resiste a ser
contado".
-Paul Auster, La habitación
cerrada (1986).
- ALONSO AGUILAR**
EDITOR EN JEFE
"Recuerda: es una comedia"
-Federico Fellini y un letrerito
en su monitor mientras
filmaba 8 1/2 (1963).
- JENIFFER VILLA**
EDITORA DE ARTE
"Si no sabes cuál camino
elegir, toma aquel que te
lleve más lejos".
-José F.
- NURIA BALLESTEROS**
REDACCIÓN
"Se tú mismo, los demás
puestos ya están ocupados".
-Oscar Wilde.
- LORENA PONTONES**
CORRECCIÓN DE ESTILO
"Construye el campo y
ellos vendrán".
-De la película Campo de
sueños (1989).
- SOFÍA ACOSTA MURILLO, ANA ÁVILA, SABINA
BAUTISTA, RAFAEL AMADO GARCÍA, JUAN
MANUEL GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, JANETT
JUÁREZ, ABRAHAM LOZANO, SARA MARTÍNEZ,
JIMMY NAVA, MÓNICA OCAMPO, MANUEL
ANTONIO, PÉREZ TEJADA, RIXIO G. PORTILLO,
NERLA ANGÉLICA SILVA URIBE, ZAIRA SOL
TORRES, GERARDO VILLARREAL**
COLABORADORES EDITORIALES
"Todas llevamos dentro a
una mujer que deambula
sola por el camino. En
todas las mujeres hay una
revolución constante que no
es expresada".
-Agnès Varda.
- MARICARMEN ZAPATERO**
ILUSTRADORA
"El sabía que el porvenir
era un retroceder veloz hacia
la muerte y la muerte el
estado perfecto, el momento
precioso en que el hombre
recuperaba plenamente su
otra memoria".
-Elena Garro, Los recuerdos del
porvenir (1963).
- SHUTTERSTOCK**
FOTOGRAFÍA
"Todo lo que puede ser
imaginado es real".
-Pablo Picasso.
- ARIADNA MONTELONGO VALDÉS, CARLOS
GARCÍA, DANIELA BRAVO, DIANA WOOLRICH,
NERY GRACIA, NICELIA BUTTÉN,
ALONSO AGUILAR, FERNANDA AGUILAR
FLORES, JAVIER MARTÍNEZ STAINES**
CONSEJO EDITORIAL

JAVIER MARTÍNEZ STAINES
FERNANDA AGUILAR FLORES



360° UDEM es una publicación semestral editada por la Universidad de Monterrey (UDEM), con domicilio en Av. Ignacio Morones Prieto 4500 Pte, San Pedro Garza García Nuevo León, México. Año 2021. Número 04. Editor responsable: Alonso Aguilar. Circulación controlada de 8,500 ejemplares. Impresa por Servicios Profesionales de Impresión SA de CV (SPI), con domicilio en Mimosas No. 31, Colonia Santa María Insurgentes, Ciudad de México. Las opiniones expresadas por los autores no reflejan necesariamente la postura de la UDEM. Queda autorizada la reproducción parcial de los contenidos e imágenes siempre y cuando se cite debidamente la fuente. THINKTANKMEDIA.MX

CONTENIDO

No. 04
PRIMAVERA 2021
16/46 FILL IN THE BLANK
20 MOODBOARD
64 GRAFFITI 104 CARTEL
136 MANIFIESTO 360°



PORTADA

24

**ECOANSIEDAD:
 NUESTRA PAZ MENTAL SE DERRITE**

El optimismo hacia el futuro se deshace como los polos y poco a poco desvanece la esperanza, mientras el pánico aumenta.

ENTRECOMILLAS

6/140

Frases poderosas que transformarán tu vida y te inspirarán. En esta edición: Maya Angelou y George RR Martin.

FEED

8

Nuestra relación con el mundo a través del arte, deporte, estilo, gastronomía y destinos... Te contamos las tendencias.

EXPERIMENTO

12

¿Alguna vez te has preguntado qué palabra es la que más usas? ¿O si tu celular te conoce por lo que escribes en tus mensajes?

DESK

18

Juan Alberto Estrada y el Dr. Demófilo Maldonado nos dejaron conocer su vida a través de sus escritorios.

NUMERALIA

22

México es campeón del reciclaje de plástico PET y se encuentra a niveles de la Unión Europea.

32 INFODEMIA: ¿PODEMOS ESCAPAR DE LA SOBREINFORMACIÓN?

Un tierno gatito en una tina. La primera vicepresidenta de EUA. Esto y mucho más en una hora. ¿Qué hacemos con tanta información ante nosotros?

40 LAS BIBLIOTECAS UNIVERSITARIAS MÁS BONITAS DEL MUNDO

Una selección de las 10 bibliotecas alrededor del mundo, cuya belleza habla por sí sola.

47 MODA Y CORONAVIRUS

Una conversación amena con el fundador de Atelier Sesenta y Cuatro, y profesor de la UDEM, Daniel Almaguer.

68

¿SEGUIREMOS TENIENDO CINES?

69

EL CINE COMO VOCERO DE SU TIEMPO

70

¿ACASO LAS PELÍCULAS PREDICEN EL FUTURO?

72

CONTAGIO: CUANDO EL CINE REPRESENTA NUESTROS MIEDOS

74

EL FIN DE HOLLYWOOD Y SU CLUB DE TOBY, ¿SERÁ?



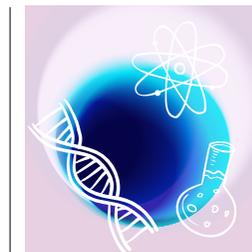
80 SIRI NO NACIÓ PARA AYUDARNOS



86 TITANES DE CINCO COLORES



92 EL IMPRESIONANTE MUNDO DE LOS VIDEOJUEGOS



98 LA CIENCIA. ¿PARA QUÉ NOS SIRVE?

106 DE LA BANQUETA LOCAL A TODO MÉXICO

Platicamos con los creadores de **delabanqueta.com**, una genial tienda en línea, orgullosamente udemita.

108 DRIVERS OF CHANGE: ESTUDIANTES QUE MEJORAN EL MUNDO

Si crees que primero debes graduarte para empezar un cambio positivo en el mundo, piensa de nuevo.

110 DE ESTA NO SALIMOS SOLOS

Para poder salir adelante de esta pandemia es necesario unirnos como comunidad.

114 PEQUEÑA GUÍA PARA SACARLE PROVECHO AL AÑO ELECTORAL

Prepárate con esta breve guía sobre los nombres, las plataformas y qué esperar en las elecciones de 2021.

118 PISYE: UN CUARTO DE SIGLO DE OPORTUNIDADES

El Programa de Inclusión Social y Educativa de la UDEM cumplió 25 años en 2020.

120 HONOR A QUIEN HONOR MERECE

Cada udemita emprendedor tendrá un nuevo "mentor" honorario: Don Jorge L. Garza.

122 ES MOMENTO DE FRENAR LOS (DEMASIADOS) AUTOS

Rafael Amado analiza e imagina un futuro (¿posible?) sin autos en Monterrey.

126 ¡NI LA GUARDES, NI LA TIRES! MEJOR JUNTA, ENTREGA Y RECICLA

La cantidad de equipos electrónicos nos rebasó. Estamos rodeados de dispositivos informáticos, de entretenimiento y *gadgets*.

130 MICROMACHISMOS EN LOS MEDIOS: HAY QUE SALIRSE DEL GUIÓN

Los micromachismos están a la orden del día en nuestra tele, pero eso no significa que debamos justificarlos (o replicarlos).

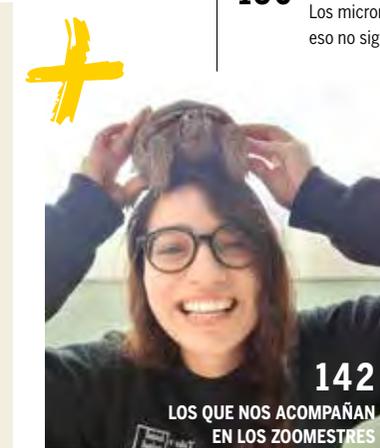
SAPIENS 

152 SALUD MENTAL EN LOS ESTUDIANTES UDEM DURANTE LA PANDEMIA COVID-19
 Bertha Díaz Delgado, Cecilia Martínez Torteya y Laura Ramírez Hernández.

153 LA "NUEVA REALIDAD": UN MUNDO SIN CONTACTO FÍSICO PERO ANSIOSO DE CONTACTO EMOCIONAL
 Olivia Maricela Barrón Cano

154 ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y CORONAVIRUS
 Ana Carla Cepeda López

155 LA LOW TOUCH ECONOMY Y LA TRANSFORMACIÓN DIGITAL
 Consuelo Cabello



142

LOS QUE NOS ACOMPAÑAN EN LOS ZOOMESTRES

156 HÉROES

Estos alumnos pusieron manos a la obra desde que empezó la crisis.

158 CLASSNOTES

Dina Tunesi y Javier Ponce nos comparten sus experiencias y retos en el mundo de la difusión literaria.

160 KICKER

Taquerías de Monterrey.



“

HE APRENDIDO QUE
LAS PERSONAS TAL VEZ
OLVIDARÁN LO QUE LES
DIJISTE O LO QUE HICISTE,
PERO NUNCA OLVIDARÁN
CÓMO LAS HICISTE SENTIR.

”

-MAYA ANGELOU,

poetisa estadounidense de eterna sonrisa
y ánimo inquebrantable.

Recomendación del editor: “Busca en Google su poema *Still I Rise* e imprímelo. Cuando la vida te dé un trancazo y estés destrozado por alguna insoportable derrota de nuestra cotidianidad, declámalo en voz alta una, dos, tres veces. Créeme: te salvará la vida (literal, me la salvó a mí... es neta). Nada más poderoso que este poema de Maya para levantar la mirada y volver a caminar. Siempre”.

FEED

NUESTRA RELACIÓN CON EL MUNDO A TRAVÉS DEL ARTE Y CULTURA, DEPORTE, ESTILO, GASTRONOMÍA Y DESTINOS...

ENTRAR Y SALIR DEL MARCO

INDEX es la excusa para visitar MARCO. Esta exposición, organizada en conjunto con la galería FF Projects, presenta trabajos de artistas de talla internacional como Brian Eno. Hacen referencia al concepto de “entrar/salir”, a la transición de un contexto a otro, tanto físico como virtual. Las obras expuestas podrán verse en el patio del museo como parte de esta asociación conceptual. Estará disponible para visitar por bloques hasta el 11 de abril de 2021.



PAREN LA OREJA

Este año, Nuevo León tendrá un nuevo sonido. La Súper es el nombre de la nueva Orquesta Filarmónica de la Escuela Superior de Música y Danza de Monterrey. Formada por alumnos y egresados de la ESMDM, tendrá un repertorio que va desde Bach y Mozart, hasta compositores mexicanos y nuestros *soundtracks* favoritos de películas como las obras de Hans Zimmer y Ennio Morricone. Se espera que presenten el concierto inaugural en la segunda mitad de 2021.

IMPARABLES

¡LLAMANDO A TODOS LOS AFICIONADOS AL DEPORTE DE RENDIMIENTO! EL IRONMAN 70.3 MONTERREY SUCEDERÁ EL DOMINGO 25 DE ABRIL DESPUÉS DE QUE EL AÑO PASADO TUVO QUE POSPONERSE HASTA ESTA NUEVA FECHA. ESTAMOS SEGUROS DE QUE LAS VISTAS DE LAS MONTAÑAS IMPRESIONARÁN (Y PUEDE SER QUE DISTRAIGAN) A LOS DEPORTISTAS. LA RUTA PASARÁ POR EL RÍO SANTA LUCÍA -EL RÍO ARTIFICIAL MÁS LARGO DE AMÉRICA LATINA- EN EL MOMENTO DEL NADO Y TERMINARÁ CERCA DE LA MACROPLAZA.



TOKIO 2020 (EN 2021)

Si todo sale como se espera, finalmente podremos ver la máxima competencia del deporte. Los Juegos Olímpicos, que se pospusieron por primera vez en la historia, sucederán del 23 de julio al 8 de agosto en Tokio, manteniendo a los atletas ya

clasificados y el número récord de 33 competiciones. Además, hay altas expectativas tecnológicas por tratarse de Japón, país que confirmó que se usará inteligencia artificial y los visitantes serán atendidos por robots en los Juegos Olímpicos XXXII.

PLÁSTICO CONTROLADO

Es el momento: este año entra en vigor el Acuerdo de la Convención de Basilea para vigilar los desechos de plástico. Desde enero, los desechos que ya están clasificados, limpios y no contaminados y diseñados para reciclarse, pueden ser intercambiados de manera libre entre países para ayudarse entre ellos a crear un reciclaje adecuado. Es un proceso que se irá perfeccionando en su evolución, aunque ahora debe lidiar con el aumento del plástico de un solo uso por la pandemia -pero es un paso en la dirección correcta-. Actualmente solo el 16% de los desechos plásticos se recicla formalmente.

FOTOS: CORTESÍA Y SHUTTERSTOCK



LA MÁS ALTA DE TODAS

Parece que cada año se disputa el título de la torre más alta del país y de América Latina. Este codiciado puesto lo ganará este año la Torre Rise con 440 metros de altura, superando a las Torres Gemelas y a T.OP Obispado (actualmente la más alta, con 305 metros). Rise y Obispado serán vecinas, ya que se edificará justo al lado, en donde estaba ubicado el famoso Rey del Cabrito. La construcción inicia en el segundo semestre del año y tendrá 92 pisos con un hotel, oficinas, departamentos, comercios y un *sky deck*.



HOMBRE DE LA CIUDAD: CÁTEDRA JORGE L. GARZA UDEM INSPIRA

Udemitas de espíritu emprendedor, esto es para ustedes. Desde este semestre, podrán ser parte de la Cátedra Jorge L. Garza UDEM Inspira, un proyecto único en su tipo que ofrecerá talleres especializados, conferencias presenciales y remotas, ferias y muchos eventos más, inspirados en el legado humano y de trabajo de Don Jorge L. Garza, hombre tenaz y emprendedor que ayudó a formar tanto a la UDEM como a la ciudad de Monterrey. Y si por alguna razón no te suena el nombre de Don Jorge L. Garza, no te pierdas nuestra nota en la página 120 para conocer más de su vida.

¿Cuándo? 2021.



EL FUTURO TE ESTÁ ESPERANDO: OPEN HOUSE PREPA UDEM

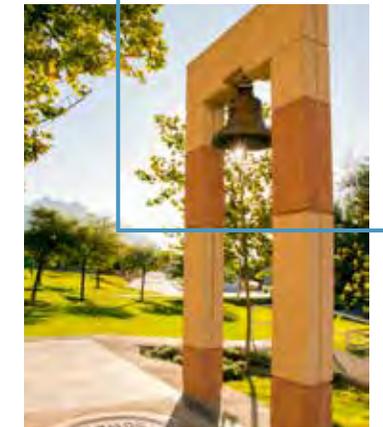
Buscamos a jóvenes visionarios que piensan en el futuro. Si quieres un ambiente innovador, creativo y que se preocupa por mejorar el mundo en el que estamos, la UDEM es para ti. No tienes que esperar a tener 18 años, puedes empezar desde ahora, en la Prepa UDEM. Descubre nuestro programa IB que te abrirá las puertas a las universidades del mundo y que es reconocido a nivel nacional e internacional. Impulsa tus habilidades intelectuales y comunicativas para crear tu mejor versión. **¿Cuándo? Marzo 2021.**



BIENVENIDOS A CASA: OPEN HOUSE UDEM CARRERAS

¿YA SABES QUÉ VAS A ESTUDIAR? SI TIENES DUDAS, SI QUIERES SABER QUÉ VAS A APRENDER EN CADA MATERIA O CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE CADA INGENIERÍA, ESTE ES TU DÍA. LA UDEM LES DARÁ TODA LA INFORMACIÓN QUE NECESITEN A LOS FUTUROS UDEMITAS PARA QUE TOMEN UNA DE LAS DECISIONES MÁS IMPORTANTES DE SU FUTURO PROFESIONAL. TAMBIÉN PODRÁS CONOCER OPCIONES DE FINANCIAMIENTO Y EL PROCESO DE ADMISIÓN.

¿Cuándo? Febrero 2021.



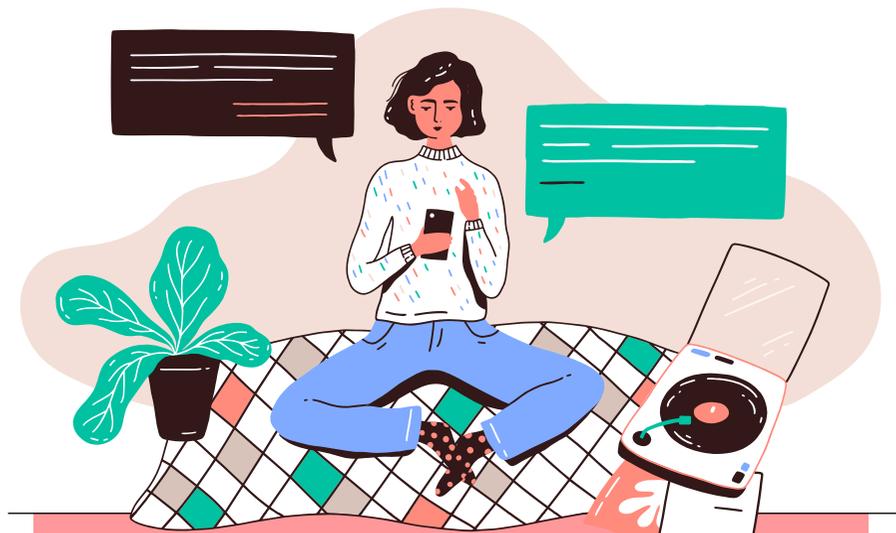
COMMENCEMENT 2021

Ya sea que nos podamos reunir en persona o sea una ceremonia virtual como en semestres pasados, el terminar la carrera es un hito que no puede pasar desapercibido. Si este es tu último semestre, sabes de lo que hablamos: todas esas noches sin dormir, el estrés de los parciales, los nervios de recibir tus calificaciones y la emoción de saber que todo te preparó para este momento. Así que alista tu toga y birrete y prepárate para sentir toda la emoción de este evento lleno de sorpresas que la UDEM tiene preparado para ti. ¡Felicidades!

¿Cuándo? Junio 2021.

EXPERIMENTO

QUE NUESTROS CELULARES HABLEN POR NOSOTROS



¿Alguna vez te has preguntado qué palabra es la que más usas? ¿O si tu celular ya te conoce por lo que escribes en tus mensajes?

Con estas dudas en mente, les pedimos por Instagram y Twitter que nos mandaran tres oraciones creadas por el autocorrector. Los resultados nos enseñaron dos cosas. Al parecer nuestros celulares —por más inteligentes que dicen ser—, no pueden todavía armar oraciones coherentes y tienen intenciones muy extrañas; aunque debemos confesar que sí conocen a sus usuarios: aman la UDEM.

LA PRIMERA ORACIÓN SOLAMENTE CON LAS PALABRAS QUE APARECEN EN MEDIO.

@roberta_gonzalezo

Así es como el que no está de moda es el mejor.

@joefrausto

Qué bueno que te gustaron las 9 días, madre de mi papá, y mi casa de Juan de León en la noche; que te amo, mucho potencial de los mejores momentos para la próxima semana.

@christendo

A verte, con UDEM de tu trabajo en la junta de ahí a qué te llevas los de...

(nos dejó con el suspenso)

@yourown_way.books

Vaya, vaya... ¿Aún no soy alumna y ya con problemas de calificaciones?

(esperamos que sea lo más lejano de la verdad)

(ella está al tanto de las noticias)

@marifer_esquivel

En la época del año, el siguiente paso es la pandemia en la que se menciona el origen del virus.

@bea.cf6

Hay un hombre en la tarde que se hace una vida en el tiempo y en la vida es una buena persona.

@guillermohmd

El viernes pasado.

@miriamjduarte

Así es que no me acuerdo de nada.

(esperamos la falla de memoria sea momentánea)

@andreasilvasolis

A mí me gusta molcajete.

@anamcasas8

Si, ya no te lo veo en el otro lado.

(mujer de pocas palabras)

@lluuuzzz_

Bueno, no todos los días son tan horribles.

@_palomasalazar

Sí, ya no.

EXPERIMENTO

LA SEGUNDA ORACIÓN EMPEZABA CON
"EN LA UDEM"...

@arivalzam
Y si me voy en la UDEM, a la clase de guionismo que me encanta.
(Es una gran idea ir a esa clase 😊)

@litzyflores
En la UDEM de la prepa que conozcas gente nueva.

@_palomasalazar
En la UDEM se ve, ¿a que no?

@joefrausto
En la UDEM, lo que te digo, exactamente, si me gusta más de la mitad y el que está bien padre la GANONA, que te la bañas, en mi casa no hay luz, es un poco tarde, pero no me acuerdo bien, gracias.

@yourown_way.books
En la UDEM a la medianoche hasta que me vuelvan a llamar para que me califique ya.

@roberta_gonzalezo
En la UDEM la junta interna del comité. (CEE siempre presente ❤️)

@guillermohmd
En la UDEM de las especialidades.
(la historia más loca)

@anamcasas8
En la UDEM se ha hecho un corto nuevo de un año pasado.

@miriamjuarte
En la UDEM que realice el pago.

@raymundopr
En la UDEM del grupo a las dos en la cámara baja de los dos, jajaja, de los que están en la misa en el patio del comedor de los maestros de los niños de los dos y, de la junta que no están de allí en la familia; y el resto del día en el que se murió la joven que no tenía que ver.

@andreasilvasolis
En la UDEM corro rápido.
(esperamos que no sea por los pasillos 🏃)

@illuuzzz_
En la UDEM para que te moleste en la clase.

Y LA TERCERA, USANDO LAS MEJORES PALABRAS QUE TE DIERA EL CELULAR.

@karenleija06
La de vdd es una foránea.
(👁️ confesiones fuertes)

@illuuzzz_
Ya te quiero compartir mi felicidad.

@roberta_gonzalezo
La verdad es súper importante para el equipo.
(🧠 sabiduría del autocorrector)

@_palomasalazar
Cuando puedas pásame la lista.

@miriamjuarte
Yo no tengo que hacer videollamada.

@francisco.hdzrivera
I am not sure if I can get a chance to get a chance.
(otra sabia frase del autocorrector)

@andreasilvasolis
Yo quiero, dormiré.

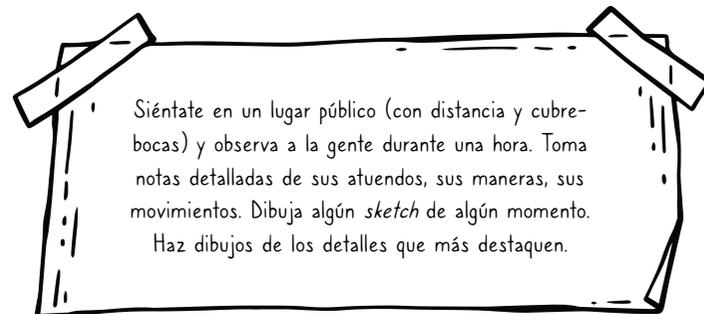
@guillermohmd
Y pues sí.

@anamcasas8
Jajaja ¿Qué se busca en la ciudad de buenos días?

COMPARTE

TU DIBUJO

  @360udem



Siéntate en un lugar público (con distancia y cubrebocas) y observa a la gente durante una hora. Toma notas detalladas de sus atuendos, sus maneras, sus movimientos. Dibuja algún *sketch* de algún momento. Haz dibujos de los detalles que más destaquen.

Destaca MBA de la UDEM en ranking de Expansión 2020

El MBA de la Escuela de Negocios de la Universidad de Monterrey, inaugurado en 1978, se colocó en el 2.º lugar del Top 10 del ranking de los Mejores MBA de México 2020 de la revista Expansión, el listado más prestigioso del país en su tipo.



La Maestría en Administración de la UDEM se ubica en el 2.º lugar de una lista de 14 casas de estudio.

FORTALEZAS PRINCIPALES

Dentro de las fortalezas principales del programa destaca el desarrollo de habilidades profesionales en ámbitos de Finanzas, Mercadotecnia e Innovación Empresarial.

BACKPACK DESK

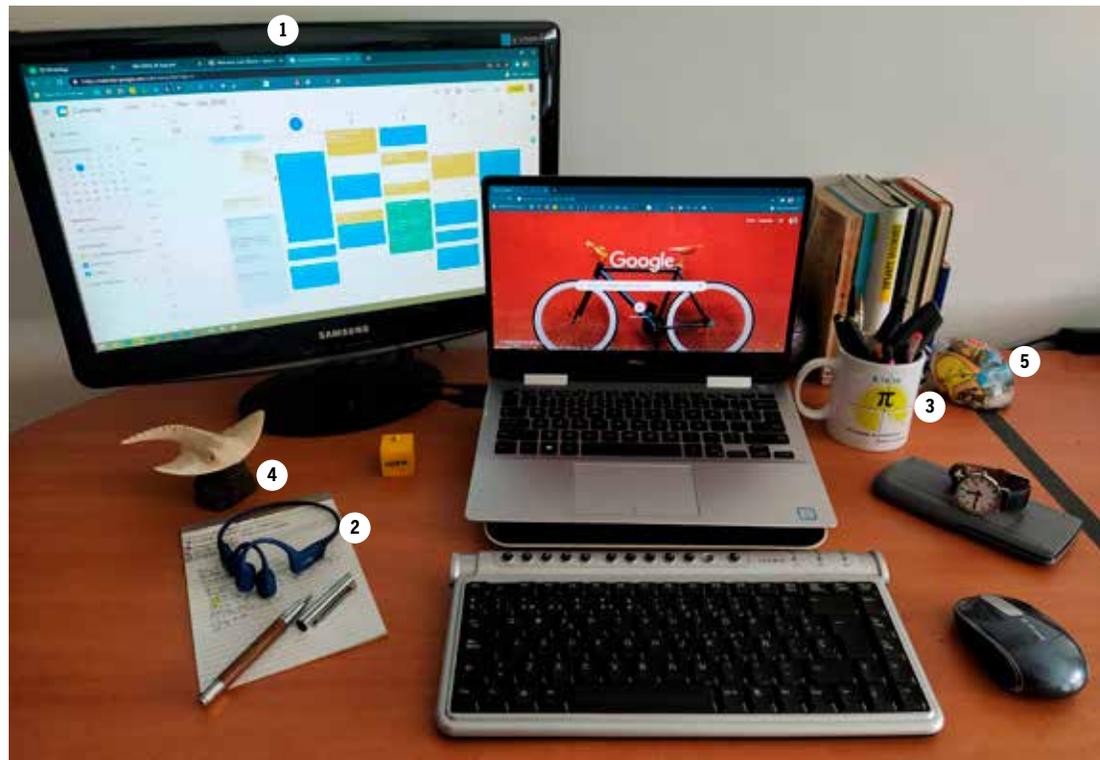
Otoño 2020 fue otro Zoomestre y de nuevo no fuimos fieles a nuestra sección de BACKPACK... ¡pero DESK nos está fascinando! Gracias por dejarnos conocer su vida a través de sus escritorios y objetos que los acompañan en el *home schooling*.



JUAN ALBERTO ESTRADA GARCÍA

ESTUDIA 8.º SEMESTRE DE INGENIERO EN GESTIÓN EMPRESARIAL

Juan, como todos, extraña a sus amigos y platicar con los maestros. Pero en el segundo Zoomestre de su vida se adaptó más fácil y en verano participó de manera virtual en el Summer Undergraduate Research in Engineering en la Universidad de Michigan, EUA. ¿Lo primero que hará cuando regrese al campus? Avanzar tareas en la biblioteca.



1. SEGUNDO MONITOR

Crucial para ser más productivo en el trabajo con computadora.

2. AUDÍFONOS

Somos muchos en mi casa, lo mejor es que durante clases, reuniones y hasta con la música cada quien los use.

3. TAZA

Por mi participación en el Congreso de Matemáticas de Prepa UDEM (USP) en 2016.

4. MANTARRAYA

Regalo de cumpleaños de mi novia.

5. PISAPAPELES

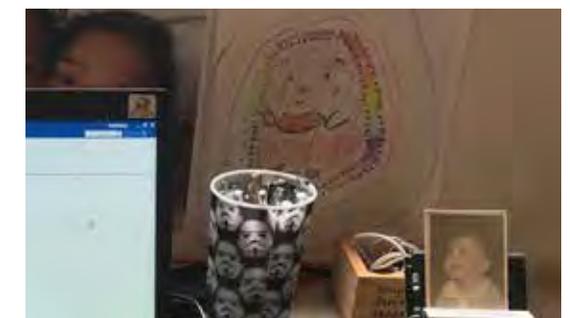
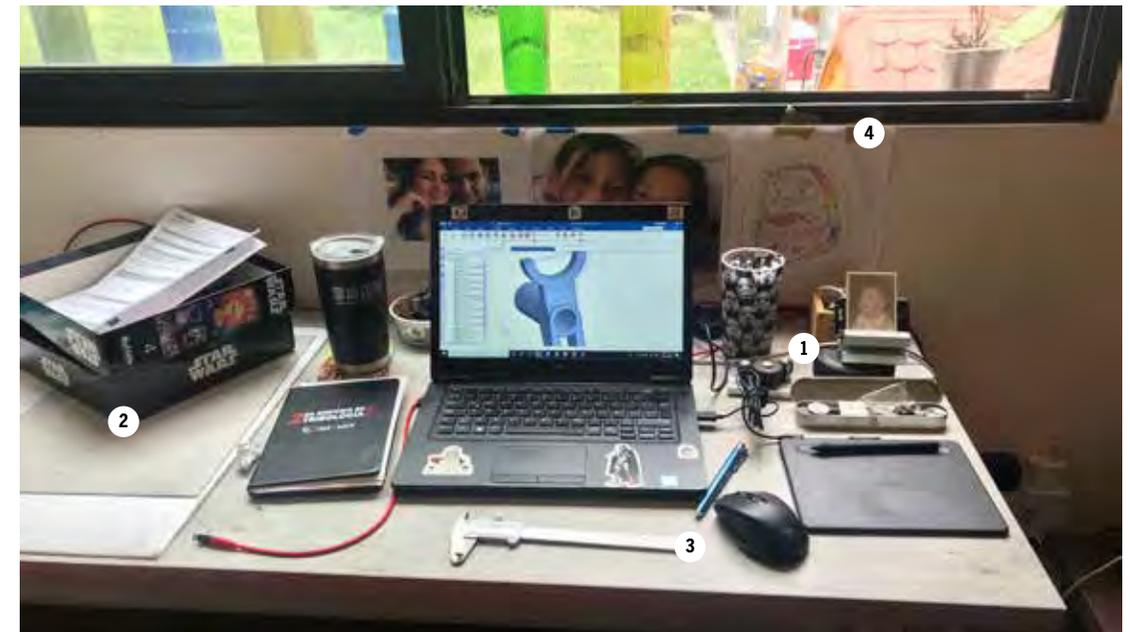
Lo hice con mi familia hace 10 años y todavía lo uso.



DR. DEMÓFILO MALDONADO CORTÉS

PROFESOR DEL DEPARTAMENTO DE INGENIERÍA, UDEM

Demófilo es un fanático de Star Wars y se nota. Este espacio de trabajo era un proyecto de oficina que tenía en mente, pero la pandemia lo aceleró. El escritorio lo diseñó e hizo él mismo, con detalles a su medida y necesidades —y no tiene cajones, porque “guardamos cosas que no necesitamos”.



1. BOCINA

Escucho rock clásico mientras trabajo.

2. ROMPECABEZAS

Soy muy fan de Star Wars y siempre tengo un rompecabezas a un lado de mi laptop.

3. VERNIER, PROBETAS Y ENGRANES

Son para mis clases. Me ayudan a explicarles ideas y problemas a mis alumnos.

4. DIBUJO

Un puercoespín de mi hija Rebeca (siete años).



OCELOTE



TORTUGA CAGUAMA



VAQUITA MARINA



AXOLOTL



GUACAMAYO ROJO



TAPIR



JAGUAR



MANATÍ

MOOD BOARDS

LOS 10 MÁS BUSCADOS

Si el cambio no llega a tiempo, las fotos serán la única manera de ver a estos impresionantes animales. Un recordatorio de las 10 especies en peligro de extinción en México, de acuerdo con *National Geographic* en 2018.

FOTOS: SHUTTERSTOCK



OSO NEGRO



LOBO MEXICANO

NUMERALIA

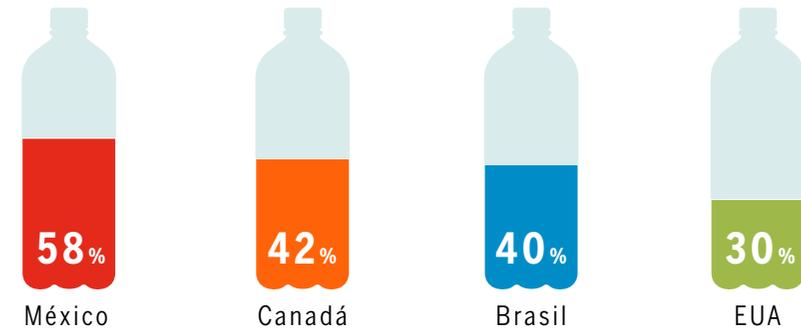
MÉXICO, SINÓNIMO DE

Aunque suene descabellado, México es campeón del reciclaje de plástico PET y se encuentra a niveles de la Unión Europea.

POR: ALONSO AGUILAR

En México se recicla el 58% de las botellas de plástico. Esto lo convierte en el #1 de América Latina, además de colocarlo en niveles de países de la Unión Europea, según información de ECOCE (asociación civil ambiental sin fines de lucro creada y auspiciada por la industria de bebidas y alimentos para encargarse de la recuperación de envases y empaques para su reciclaje). A pesar de estos números, la batalla no está ganada: se requiere el esfuerzo de la comunidad para separar los residuos y, sobre todo, disminuir el consumo de plástico. **¿Qué haces tú para contribuir a este cambio?**

¿Qué tanto se recicla en el continente americano?



768,000*

100%

De las 768,000 toneladas de consumo nacional aparente de PET para envases, se recuperaron 445,000 toneladas, según datos de la asociación ECOCE.

445,000*

58%

En 2002, cuando inició ECOCE, solo recuperaban el 2%: ocho mil toneladas.

8,000*

2%

FUENTE: ECOCE, www.ecoce.mx, 2018.

*TONELADAS

En México:

El **20%** de las botellas de PET son de material reciclado desde 2018.



En 2012, una botella de plástico (por ejemplo, de agua natural, 500 ml) pesaba 35 gramos; **hoy pesa 28 gramos.**

Es una industria que genera aproximadamente **3 mil empleos directos** y **35 mil indirectos.**

PetStar, una de las plantas recicladoras más grandes de México, coordina a **24 mil pepenadores** y recolectores de servicio.



ECOANSIEDAD:

NUESTRA PAZ MENTAL

SE DERRITE

El optimismo hacia el futuro se deshace como los polos y poco a poco desvanece la esperanza, mientras el pánico aumenta. Nuestra paz mental corre el mismo peligro que el planeta con un nombre que debemos memorizar: ecoansiedad. Antes de seguir leyendo, respira.

POR: NURIA BALLESTEROS

DISEÑO: ALEJANDRA KARINA LÓPEZ GARCÍA



2020 fue un año de crisis. La temperatura global aumentó 0,5°C, tanto en la superficie terrestre como en los océanos. La pandemia nos llevó a incrementar el uso de los empaques de plástico por la seguridad sanitaria, mientras creció el volumen de la basura por cubrebocas, guantes y bolsas de un solo uso. Australia

perdió más del 20% de sus bosques en los incendios durante el verano de 2019-2020, una proporción nunca antes registrada por los científicos de Nature Climate Change. California tuvo su primer "gigaincendio" que quemó más de un millón de hectáreas. Los fertilizantes y el calor extremo están matando a las abejas, insectos fundamentales para mantener en vida el mundo como lo conocemos. Y, según Gabriel Grimsditch, experto de las Naciones Unidas en vida marina, el 50% de los corales en el mundo murieron en los últimos 30 años.

Todos lo hemos visto. Estos acontecimientos están grabados en nuestra memoria y ahora nos aterroriza recordarlos. Estamos en una crisis ambiental que, además de acabar con nuestro planeta, afecta nuestra salud mental, nos paraliza y nos lleva a pensar que no

habrá salida. Si pensar en cómo drenamos a ritmos desenfrenados los recursos te genera una angustia terrible, te tengo una noticia difícil: tienes ecoansiedad.

La crisis climática está causando estragos en nuestra mente. En 2017 y por primera vez, la Asociación Estadounidense de Psicología definió la ecoansiedad como "un miedo crónico ante la catástrofe ambiental". Desde entonces, ha sido un diagnóstico recurrente: en 2019, cuatro de cada cinco estudiantes australianos reportaron sufrir este padecimiento, de acuerdo con una encuesta de ReachOut, organización que se encarga de la salud mental de los jóvenes. Otro estudio en Reino Unido arrojó que 40% de las personas entre 16 y 24 años se sienten abrumadas por el tema. Claro, vivimos rodeados de noticias, datos y campañas en cualquier medio que vemos, aparecen en Instagram, en blogs, en revistas, y todo apunta a algo que parece inevitable: el apocalipsis. ¿Por qué lo sentimos tan personal? Caroline Hickman, de Climate Psychology Alliance, argumenta que es una respuesta racional, natural y empática de la sociedad hacia la Tierra. Greta Thunberg lo ha dicho hasta el cansancio: "Nuestra casa se está quemando".

EN 2019, CUATRO DE CADA CINCO ESTUDIANTES AUSTRALIANOS REPORTARON SUFRIR ECOANSIEDAD, Y 40% DE LOS JÓVENES BRITÁNICOS SE SIENTEN ABRUMADOS POR EL TEMA.

SE PONE PEOR

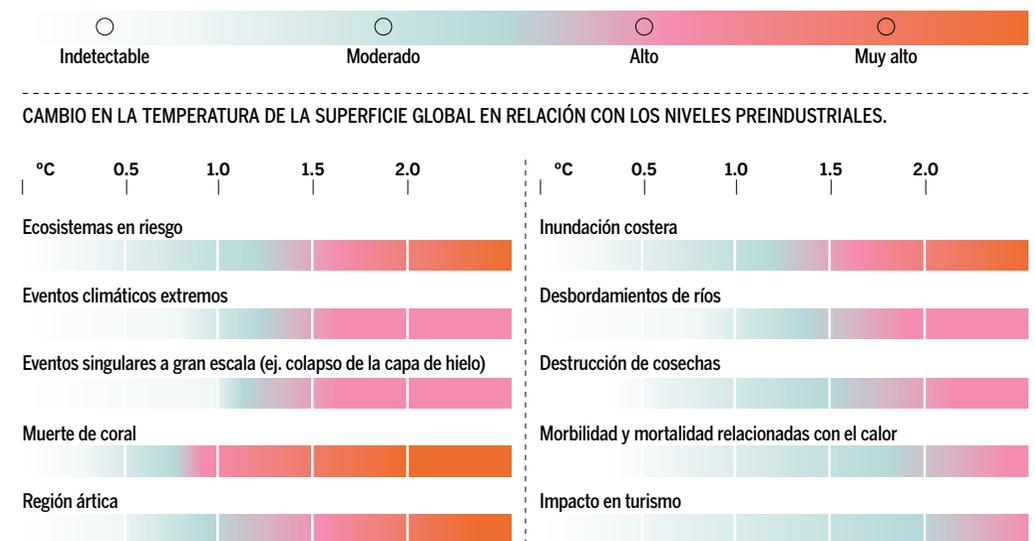
Este es un buen momento para agarrar tu pelota antiestrés antes de seguir leyendo porque, aunque lleguen los bomberos, parece que las llamas son más poderosas. Esta preocupación universal se apoya en datos que vislumbran un futuro complejo en todos los aspectos. En el Foro Económico Mundial de 2020, en Davos, Suiza, el panorama no fue nada alentador. Por primera vez desde 2007, los cinco principales factores de riesgo con mayor probabilidad de suceder son ambientales. Las temperaturas extremas, fallas en acciones para prevenir el cambio climático, desastres naturales, la pérdida de la biodiversidad y las catástrofes ambientales creadas por los humanos son consideradas como los eventos con el mayor im-

pacto, y superan a las causas tecnológicas, económicas, sociales y geopolíticas. Incluso las armas de destrucción masiva quedaron detrás del impacto que tendrían las fallas en reparar el ecosistema tanto en probabilidad como en sus consecuencias.

El costo por estas pérdidas también está drenando las reservas económicas a nivel mundial. En los últimos dos años, el total de tres desastres naturales rebasó el promedio anual de los 10 años anteriores, que era de \$71 mil millones de dólares: las inundaciones en Japón (2018) representaron \$9.8 mil millones de dólares; los incendios en California (2018), \$16.5 mil millones de dólares; los incendios en Australia (2019-2020), \$68 mil millones de dólares. En total: \$94.3 mil millones de dólares en pérdidas totales.

TEMPERATURAS CRECIENTES, RIESGOS CRECIENTES

CLAVE PARA EL IMPACTO Y LOS RIESGOS



FUENTE: IPCC Special Report on Global Warming of 1.5 °C.



LAS CATÁSTROFES AMBIENTALES CREADAS POR LOS HUMANOS SON CONSIDERADAS COMO LOS EVENTOS CON EL MAYOR IMPACTO NEGATIVO, SUPERANDO CAUSAS TECNOLÓGICAS, ECONÓMICAS, SOCIALES Y GEOPOLÍTICAS. INCLUSO LAS ARMAS DE DESTRUCCIÓN MASIVA QUEDARON DETRÁS DE LA DESTRUCCIÓN ECOLÓGICA.



En 2018, el Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático (IPCC, por sus siglas en inglés) nos lanzó, como balde de agua, la siguiente alarma: solo nos quedan 12 años para prevenir los peores daños del calentamiento global (hasta 2030). Asimismo, el reporte de 2019 del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA) registró que, a menos que los gases de efecto invernadero se reduzcan 7.6% cada año entre 2020 y 2030, no lograremos los objetivos del Acuerdo de París de 2016, el cual busca prevenir que la temperatura anual promedio no suba 1.5°C. Ok, sé que grado y medio más —o dos— suenan a que no es nada, pero cada aumento de temperatura, por menor que sea, implica que las temperaturas extremas en días calurosos sean más frecuentes; con esto, incrementaría el nivel del mar y, por ende, las inundaciones y fenómenos como huracanes, mientras que la acidez en el océano se elevaría y el oxígeno disminuiría, afectando a las especies marinas (morirían hasta tres millones de toneladas de peces). En resumen, consecuencias irreversibles.

¿Cómo se ve el panorama para lograr estos acuerdos mundiales pactados hace cuatro años? Mal: desde 1980, la temperatura global ha aumentado cada año (y a mayor velocidad desde 2015)... y 2020 fue el segundo año en romper el récord de temperatura: aumentó globalmente 1.14°C (promedio de tierra y océano) por encima del promedio de toda la época industrial, de 1800 a 1900.

LLAMA(RA)DAS DE AUXILIO

Los incendios forestales masivos en Australia y California deben ser un *wake up call* para todos de la crisis climática que nos amenaza: la actividad regular se salió de control por temperaturas y sequías que rompieron récords. A pesar de que los australianos están acostumbrados a la temporada de incendios durante su verano, estos escalaron de tal forma que no pudieron ser controlados. Mientras tanto, en California, sumemos la falta de planeación urbana que fomenta el riesgo de vivir en zonas de sequía + la tala excesiva +

el combustible que se queda al apagar incendios masivos = la receta perfecta para el desastre.

Los ecologistas de la Universidad de Sídney estiman que mil millones de réptiles, mamíferos y aves murieron, entre ellos ocho mil koalas, los cuales también perdieron un tercio de su hábitat natural. De acuerdo con el antropólogo Thom van Dooren en su libro *Flight Ways: Life and Loss at the Edge of Extinction*, estamos atravesando por una sexta extinción masiva, considerando que la quinta fue hace 65 millones de años cuando los dinosaurios desaparecieron. Toma eso, paz mental.

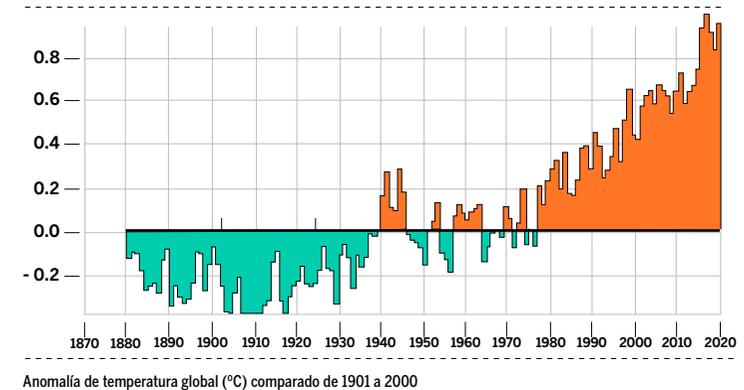
En la mayoría de los países del hemisferio norte, la ecoansiedad no apunta siempre al impacto inmediato sino al futuro. Así lo explica Aimee Lewis-Reau, quien, junto a su esposa, fundó Good Grief Network, un programa de 10 pasos enfocado en la resiliencia y en el empoderamiento ante la desesperanza, la falta de acción y la ansiedad causada por la crisis climática. Lewis-Reau aseguró en entrevista para *Time* que “en el pasado creíamos que, si seguíamos ciertas reglas, las cosas eran predecibles y seguras. El predicamento ambiental cambia esto, las personas en EUA no saben qué hacer con este sentimiento de incertidumbre”.

Para colmo, algunos gobiernos no ayudan: la administración de Donald Trump no se cansó de negar sistemáticamente el cambio climático, se salió del Acuerdo de París en noviembre de 2020 (aunque la nueva admi-

nistración ya aseguró que volverá a integrarse), bloqueó un testimonio en el Congreso que alertaba sobre los efectos visibles de este fenómeno, y retiró fondos a estudios sobre sus consecuencias a corto y largo plazos. En México, a pesar de que el expresidente Enrique Peña Nieto se comprometió al mismo acuerdo en 2016, con acciones que reducen las emisiones de gases de efecto invernadero, seguimos en el camino equivocado: nuestro país fue el primer emisor de dióxido de carbono en América Latina en 2018, creando 477 megatoneladas, de acuerdo con Global Carbon Atlas.

Para simplemente sobrevivir, otro porcentaje de la población hace lo posible por distraerse del problema y se entumece en el camino. Tim Gordon, un biólogo marino de la Universidad de Exeter, contó en entrevista para BBC Radio 1 que evita pensar en las catástrofes climáticas porque no podría hacer su trabajo, el cual consiste en estudiar arrecifes alrededor del mundo como en Australia o en el océano Ártico. “Lo que encontramos es que estamos documentando el rápido deterioro de ciertos lugares. Gran parte del tiempo estás como entumecido ante esto. Pasas tantos meses haciéndolo y solo sigues —tienes un trabajo por hacer—”. Aun así, es una técnica para combatirlo, porque, de lo contrario, se daría por vencido ante el desastre ambiental: “Ocasionalmente, sin una razón aparente, te das cuenta de que estás flotando en medio del agua, volteas y piensas: ‘wow, todo se está muriendo’”.

EL CALENTAMIENTO GLOBAL DESDE 1880



LO BUENO ES QUE YA TENEMOS UN SEXTO SENTIDO

Nos sentimos impotentes, enojados, nos damos por vencidos con una culpa constante porque siempre podríamos hacer más. Existe una responsabilidad por solucionar esto, aunque la magnitud del problema nos rebase. A veces es mejor no pensarlo para poder seguir con nuestro día. ¿Cómo puedes planear un futuro si el presente se siente tan incierto? ¿Estamos condenados a sentirnos así hasta el final de los días? ¿Debemos ceder ante el caos y aceptar que moriremos por la crisis climática que causamos?

Kate Marvel, una científica y escritora ambiental de la Universidad de Columbia, se ha dedicado a combatir la desinformación del cambio climático en un momento en que todo es confuso y lo explica de otro modo: “El mensaje de ‘Todos vamos a morir, ¿cómo te atreves a decir que hay algo que podamos hacer?’ no

está justificado por la ciencia. No digo que todos podamos descansar y tampoco que vivimos en el mejor de todos los mundos posibles, pero uno bien puede hacerse de un sentido de optimismo al enfocarse en trabajar hacia una solución”.

Si este artículo te generó más ecoansiedad, cumplí, ya que ese era el propósito. Sin preocupación, sin una necesidad, no hay lucha. Lo que este padecimiento de la sociedad actual nos puede enseñar es que, mientras más preocupación tengamos, más estaremos dispuestos a ocuparnos para remediarlo, como lo dice Kate Marvel. Hemos desarrollado un sexto sentido ‘eco’ que se mantiene alerta todo el día, haciéndonos dudar de qué leche debemos tomar, si usar o no el coche y que, si le hacemos caso, es el recordatorio de que debemos pelear por una solución.

Por eso, te lo presentamos en un método que es tan fácil de recordar como las vocales.



ACEPTARLO ES EL PRIMER PASO

Sí, probablemente puedes describir a la perfección el sentimiento que te provoca saber que la Tierra no es infinita. También podrías pasar horas haciendo una lista de los peores desastres naturales y todos te parecerían igual de importantes y trágicos. Te entendemos, es complicado aceptar que estamos en una crisis severa y esto nos genera ecoansiedad, pero para mejorar la situación debes aprender a lidiar con este sentimiento.

Lo primero es identificar cuando sientes esa impotencia o frustración. En esos momentos, trata de recordar que ese sentir está relacionado con la falta de control que parecemos tener sobre el tema, pero recuerda que hay hábitos o acciones que puedes tomar para ser parte de la solución y recobrar el control. Enfocarte en ellas te ayudará a superar ese pensamiento negativo. No olvides que lo principal es cuidar tu salud, por lo que, si te sientes rebasado por el tema, primero consulta con un terapeuta o especialista en salud mental.

ENCUENTRA TU CAUSA

Busca tu grupo de apoyo o comunidad que esté interesada en las mismas causas que tú. Hay muchas opciones de dónde escoger y no, no es necesario que vayas hasta Australia para ayudar. Es recomendable que empieces por problemas locales, informarte sobre cómo podrías ser de mayor beneficio en tu situación actual. Busca fundaciones a las que puedas donar o, si no ves una solución al problema que te inspire, crea tu propia campaña. Sé el cambio que esperas ver.

INFORMACIÓN, ANTE TODO

La crisis ambiental está llena de datos contradictorios. Por un lado, la leche quedó satanizada por la huella de carbono de la vaca y la leche de almendra fue nombrada como un sustituto ideal. Sin embargo, varios reportes afirman que la creación de este tipo de leches a base de plantas y semillas afecta la biodiversidad al explotar, a ritmos antinaturales, a las abejas para crear la mayor cantidad posible. ¿Entonces quién tiene razón? ¿Hay algún sustituto de leche que sea seguro, es decir, que no tenga una huella ambiental? La respuesta es que todo puede tener su lado negativo, por lo que es importante informarse e investigar a profundidad los temas para que puedas encontrar el menor número de consecuencias negativas y tomes una decisión informada sobre tu consumo.

Muchas compañías tienden a caer en el *greenwashing* —usan los términos correctos para aparentar que son respetuosos con el medio ambiente cuando no lo son—. Apuesta por informes completos y transparentes que muestren todo el panorama y busca fuentes confiables. También es fundamental saber qué hay detrás de las campañas y fundaciones que abogan por un planeta más sostenible. No te dejes engañar por la primera que suene muy bien. Asegúrate de estar apoyando las causas que sí ayuden al planeta y que no tengan un efecto secundario de hacerte sentir culpable en el proceso. Cuestiona todo (incluso a Greta, vaya).

OCUPARSE EN VEZ DE PREOCUPARSE

No te hagas menos ni te critiques por no hacer todo el esfuerzo posible. Mejor enfoca tu energía en llenar tu agenda (y espacio mental) con propuestas. Analiza tu estilo de vida y hazte las preguntas duras: ¿qué tanto podrías cambiar de tu dieta para consumir comida con menor impacto ambiental? ¿Realmente necesitas usar el coche para distancias cortas? ¿Podrías crear un proyecto para involucrar a más personas y sumar esfuerzos? Encuentra más soluciones que preguntas y enfócate en las acciones que sí puedes realizar, como dejar de pedir comida a domicilio (¿has visto la cantidad de empaques, bolsitas y papellitos que usan por entrega?).



UNIDOS PODEMOS MEJORAR LA SITUACIÓN

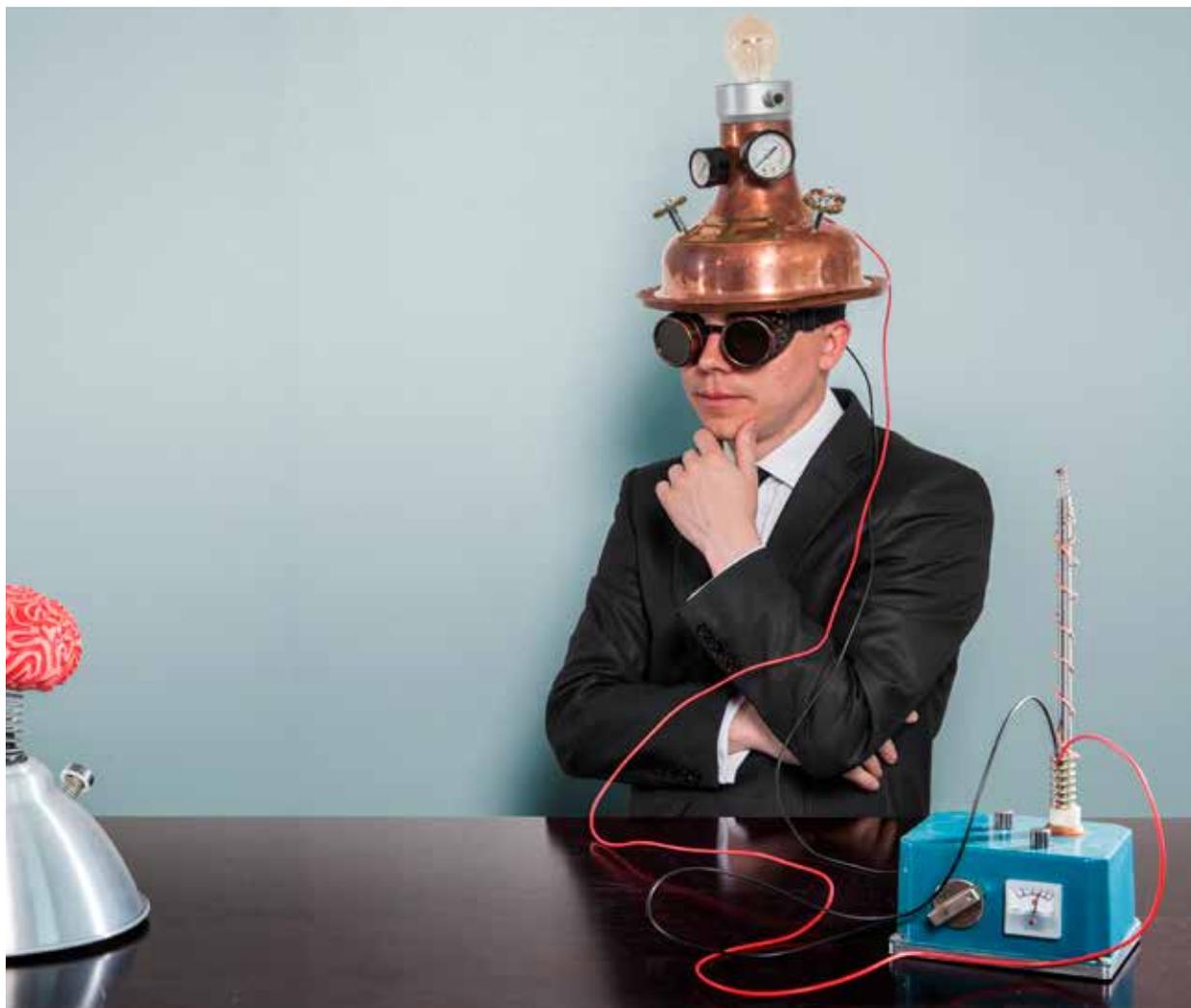
No estás solo, la crisis ambiental nos afecta a todos y la fuerza más efectiva viene de la unión. Así que sé parte de las asociaciones, fundaciones y campañas que ya están al frente del tema. Sumar tus ideas a las que ellos tienen te ayudará a no sentirte impotente y es un buen espacio para expresar lo que sientas con quienes tienen el mismo interés y frustraciones que tú. No lo olvides: el cambio está en ti. ●

INFODEMIA: ¿podemos escapar de la sobrecarga de información?

Un tierno gatito en una tina. Un país sin gobierno. La primera vicepresidenta de EUA. Un perro disfrazado de Santa Claus. Meme de las compras del Buen Fin. Noticias sobre la impunidad en México. Otro meme sobre el Coronavirus. Todo esto en una hora. ¿Qué hacemos con tanta información ante nosotros?

POR: SARA MARTÍNEZ





FOTOS: SHUTTERSTOCK

En menos de 24 horas he vivido muchas vidas a través de una sola pantalla. He contestado correos de trabajo y tareas que llegan a diferentes horas del día y de la noche. Me organicé con mis familiares para hablar (otra vez) por Zoom. He mandado fotos de mi gata a mis propios *roomies* porque si me muevo de donde estoy, la voy a despertar y en esta casa tenemos las prioridades claras. Y finalmente, la peor versión de las vidas: se ha amontonado la realidad de este país en noticias de impunidad, feminicidios, represión policial, violencia a periodistas, detenciones arbitrarias, opiniones sobre esas detenciones arbitrarias, videos, declaraciones vacías y contradictorias de políticos.

Y entre las noticias cada vez más devastadoras del país, caen sobre mí las de la vacancia de la presidencia del Perú. Y entre las noticias del Perú, llega un video de Kamala Harris a mi *feed*, en el que habla sobre su apoyo a las fuerzas armadas de Israel. Y de repente: un gatito que descubre que tiene cuatro patas. La foto del hijo de mi amiga. Represión policial. Mensaje de trabajo. Todo llega a mí. Énfasis en que todo llega a mí, es decir, soy espectadora pasiva y no la receptora activa y libre que pintaban las teorías de comunicación sobre el usuario digital, que por tener muchas opciones seríamos libres de escoger lo que leemos, vemos, comentamos, cuál información nos va a alimentar y cuál nos va a desgastar.

El problema no es, claro, que lleguen gatos tiernos a mí o que me entere de las afiliaciones políticas de Kamala Harris, porque ambos temas son importantes. El problema está, en realidad, en qué tanto la velocidad con la que llega la información, así como el espacio que ocupa, hace que no pueda distinguir entre una noticia y la otra.

Sí, la noticia de la llegada de Kamala Harris y de Joe Biden a la Casa Blanca confirma la alegría que es el hecho de decir adiós a Donald Trump, pero las noticias más importantes, las que más impacto deberían de tener sobre mí, son las noticias de México, donde están pasando muchas cosas gravísimas; pero la incapacidad de procesar el impacto emocional de todas estas noticias lo vuelve todo una masa de información que solamente me cansa y acaba diluyendo todo lo que pasa.

Es verdad que los medios nunca fueron hechos para activar a la población, sino que históricamente han sido instrumentos de la pasividad. Tenemos el

instrumento de la pasividad más perfeccionado que existe y es la prueba de que pasamos de la era de la razón a la era de los datos (...y de los memes).

LA SANTÍSIMA DATA

Hoy estamos sentados frente a una corriente inmensa de información y la era anterior no nos preparó para manejar el caudal —las noticias ya no se buscan, llegan a nuestro celular—.

Y nos llegan de diferentes canales, lenguajes e interpretaciones y no tenemos un foro de discusión en donde estemos partiendo del mismo punto. Frente a la incertidumbre y a la falta de coordenadas, frente a la falta de comunidad o interpretación común, acabamos creyendo en el nuevo dios: la santísima data, en el nombre de la transparencia, la neutralidad y lo mensurable.

El dataísmo, concepto que acuñó el periodista David Brooks, es esta adoración a los datos y la presuposición cultural de que, si es posible medirlo todo, entonces hay que hacerlo. Brooks dota a los datos de dos valores: el primero, la imparcialidad o la reducción del margen de error frente a las deducciones con las que los humanos torpemente nos equivocamos por, claro, las emociones; el segundo, la posibilidad

Antes de la pandemia no me avergonzaba consultar mis datos de tiempo en pantalla. Hoy prefiero no enterarme. Ahí están, pero por economía emocional estoy eligiendo no verlos.



de encontrar patrones de comportamiento como, por ejemplo, el hecho de que a pesar de que se le considera a John Lennon como el Beatle más intelectual, las letras de George Harrison son más complejas.

Así es: la virtud de la data es que te puede decir quién de tus amigos es el más inteligente sin que tú cometas el error de decir que eres tú y hagas el ridículo frente a una computadora que no tiene interés en hacerte sentir bien. Pero, sarcasmo a un lado, la gran corriente de la tecnología que describe Brooks en su libro *The Social Animal* (2011) y que convence tanto a inversionistas como a consumidores es esa infalibilidad tecnológica (por no tener el sesgo humano) que nos puede llevar a una mejor vida o nos puede decir el futuro o nos puede llevar al espacio.

Brooks, por ejemplo, ilustra su primer argumento con el caso de que algunos profesores intuyen que los estudiantes tienen estilos de aprendizaje diferentes y que entonces cambian de estrategia pedagógica para enseñar lo más diversamente posible a sus alumnos. No hay evidencia de lo que intuyen los profesores, argumenta Brooks. Excepto que sí la hay: y es el hecho de que los profesores conviven con sus alumnos casi a diario y que la comunicación no necesita de datos duros para arrojar resultados.

A veces los cambios son sutiles, a veces no puedes medir de X a Y qué tanto alivio sintió uno de los alumnos porque por fin entiende un concepto que antes le parecía imposible. Quizás el alumno todavía no sabe que sintió ese alivio, quizás es imperceptible en el momento, porque no estamos acostumbrados a leer nuestras emociones o a nuestro propio cuerpo. Porque si lo estuviéramos, pondríamos mucha más atención al hecho de que esto no está funcionando. Que la saturación de información se siente así: como saturación. Y que lo que están haciendo muchas empresas de información con los maravillosos datos es encontrar la fórmula (algoritmos) para hacernos más adictos a ellos

y entonces “Con esto llegaremos a la Luna”, “Vamos a predecir el futuro” y “Él bajó 5 kg en dos días, ¿quieres saber cómo lo hizo?” o “Esta es la verdadera razón por la que Katherine Heigl ya no está en Hollywood”.

LA ESPIRAL DE LA INFORMACIÓN

Antes de la pandemia, no me avergonzaba entrar a ver los datos que mi celular recoge sobre mi uso de redes sociales y tiempo en la pantalla. Hoy prefiero no enterarme. Ahí están, pero por economía emocional estoy eligiendo no verlos. Puede ser que, como dice Brooks, mi propia susceptibilidad humana me esté traicionando y haya pasado menos horas de lo que pienso moviendo el dedo hacia abajo mientras me deslizo por Instagram. Puede que identifique el patrón

Refuerzo intermitente es la técnica que recompensa al usuario de vez en cuando, sin un patrón predecible, para mantener la expectativa. Y generar expectativa es lo que hacen bien Instagram y Facebook.

de comportamiento que tengo: a mayor nivel de ansiedad, mayor *scroll*.

Todos ya sabemos que lo que estamos haciendo en las redes sociales es vender nuestra atención. Y los medios saben que ahí está, entonces se adaptan a la forma para captarnos. En las mismas plataformas en las que, por ejemplo, los hijos de Chamath Palihapitiya, exvicepresidente de Facebook, no tienen permitido tener una cuenta (tampoco los sobrinos de Tim Cook, el CEO de Apple). ¿Qué tipos de mecanismos utilizan las redes sociales para mantenernos ahí?

El *scroll* eterno parece hasta hipnótico, nunca termina realmente, a menos que algo nos saque de ahí, porque si no hay interrupciones en donde hayan pequeñas pausas (dar clic a la siguiente página, imagen o video) para decidir si queremos mantenernos donde



estamos, entonces hay algo que nos tiene que sacar de ahí. Y estamos esperando, esperando, esperando, a que salga algo que nos recompense, dándole para abajo, el *scroll* eterno.

¿Suena familiar? Quizá si alguna vez fuiste al casino. A esta técnica se le llama refuerzo intermitente, que trata de recompensar al usuario de vez en cuando, sin un patrón predecible, para mantener la expectativa. Y generar expectativa es lo que hacen bien las redes sociales, por eso las notificaciones falsas de Instagram y de Facebook. Ver los puntos rojos de que tenemos una notificación pendiente puede emocionarnos porque algunas de las notificaciones pasadas han desembocado en transacciones que nos hacen sentir bien, y nuestro cerebro ha liberado dopamina. El consumo de información es, pues, consumo. Se siente bien, hay gratificación al ver *posts*, fotos con filtro o *tuits*.

Así es como lo presentan Ming Hsu, neuroeconomista de UC Berkeley, y Kenji Kobayashi, investigador de la Universidad de Pensilvania; parece que nuestro cerebro convierte la información en el mismo tipo de escala en el que procesa el dinero. Estamos eternamente esperando esa recompensa, ¿y qué pasa cuando la recompensa es la del espectáculo? ¿Cuando nos entretiene ver una discusión entre nuestros contactos? ¿Qué pasa cuando la controversia es la que nos está manteniendo ahí?

¿PARA QUÉ INFORMARNOS?

Querer satisfacer nuestra curiosidad es una cuestión biológica, nuestros cerebros están hechos para que recibir información se sienta bien. El problema no está en querer satisfacer la curiosidad, ni siquiera cuando es información poco importante. Tal vez no es importante saber entre quiénes de tus amigos se gustan, pero emociona saberlo.

¿De qué sirve la información? Se habla tanto de la racionalidad de la información, de la utilidad de los datos, cuando en realidad no está sirviendo de nada (o

más bien, sí está sirviendo a *alguien*). Pero ninguno de nosotros realmente necesitamos saber si George Harrison escribía letras más complejas que John Lennon. De verdad, créanme, en ningún tipo de escenario esa información es importante. Claro: hay formas muy importantes y relevantes de utilizar la información y los datos, claro que hay personas que hacen uso de ellos y cambian la vida o la forma de hacer muchas cosas.

María Salguero, geofísica y activista mexicana, hizo un mapa de feminicidios y, gracias a ese trabajo, se visibilizó la profundidad y gravedad de la violencia e impunidad machista en el país. Y también hay personas que han hecho cosas muy bellas con los datos y que no necesariamente nos tienen que servir de nada. Hay formas contemplativas de usar la información o el exceso de información.

¿De qué sirve la información? Se habla tanto de la racionalidad de la información, de la utilidad de los datos, cuando en realidad no está sirviendo de nada (o más bien, sí está sirviendo a alguien).

A lo que me refiero es que la forma en la que estamos consumiendo información es insostenible no solo para nuestra salud mental, sino como forma misma de socializar nuestros procesos. Los datos no deben de servir a unos pocos para poder manipularnos. Tenemos que poder contextualizar la información, localizarla. No se trata tampoco de negarse a leer noticias internacionales o solo aceptar videos de gatos, si no de cuestionarnos si podemos mantener este ritmo de consumo de información si tenemos recursos limitados para interpretarla, procesarla y decidir qué hacer con ella.

No porque la vida digital no cuente, para nada, sino porque la vida digital es eso, vida, y también merecemos mejores espacios digitales, que respondan a nosotros y no a un posible futuro en el que nosotros servimos a los datos. ○



Las bibliotecas universitarias más bonitas del mundo

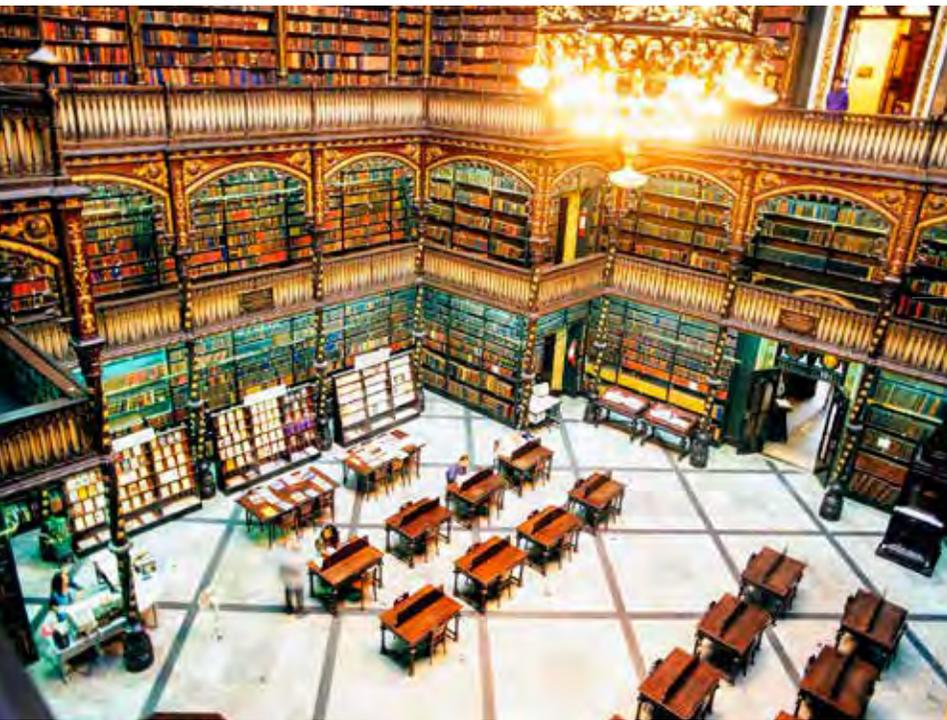
POR: ALONSO AGUILAR

Hicimos una selección basada en la pregunta “¿dónde quiero perderme por horas y horas leyendo las aventuras de Ismael y el capitán Ahab, o estudiando para un difícil examen de trigonometría?”. La regla de esta selección es que tienen que ser bibliotecas universitarias y que su belleza hable por sí sola.

1

**BIBLIOTECA DE LA
UNIVERSIDAD DE COÍMBRA,
PORTUGAL.**





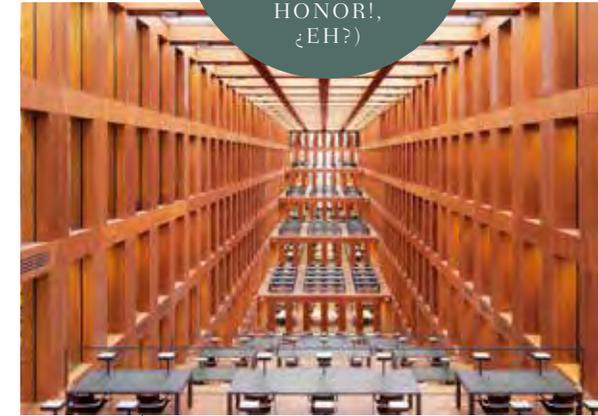
2

EL CUARTO DE LECTURA DE LA SORBONNE, PARÍS, FRANCIA.



4

BIBLIOTECA FILOLÓGICA DE LA FREIE UNIVERSITÄT, BERLÍN, ALEMANIA.



5

GRIMM ZENTRUM DE LA HUMBOLDT UNIVERSITÄT, BERLÍN, ALEMANIA.

3

BIBLIOTECA DE LA TAMA ART UNIVERSITY, TOKIO, JAPÓN.



6

BIBLIOTECA DE LA UNIVERSIDAD DE SALAMANCA, ESPAÑA.

BERLÍN PRESUME SER LA ÚNICA CIUDAD CON DOS BIBLIOTECAS EN ESTA LISTA (¿UN GRAN HONOR!, ¿EH?)

FOTOS: CORTESÍA

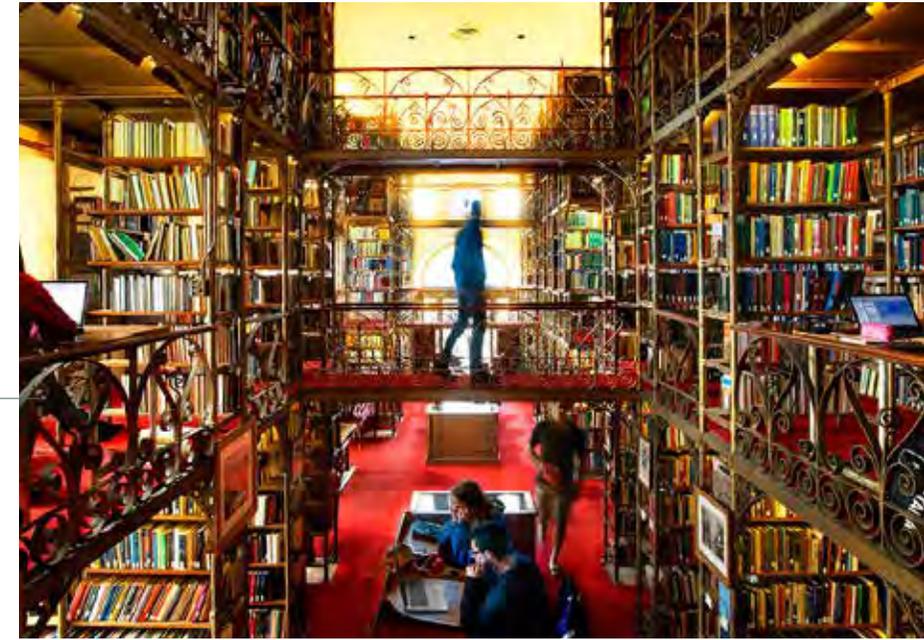




7 EL LONG ROOM DEL TRINITY COLLEGE DE LA UNIVERSIDAD DE DUBLÍN, IRLANDA.



8 FISHER LIBRARY DE LA UNIVERSIDAD DE TORONTO, CANADÁ.



9 ANDREW DICKSON WHITE LIBRARY DE LA UNIVERSIDAD DE CORNELL, EUA.

10 EL HARPER READING ROOM DE LA UNIVERSIDAD DE CHICAGO, EUA.



COMPARTE
TUS RESPUESTAS

Instagram Twitter @360udem

Ve a una librería (o a una biblioteca con muchos libros, ya sea la de la UDEM o la de tu abuelo).
Observa los libros. Escribe una historia corta o un poema a partir de los títulos que más te llamen la atención, como hace Nina Katchadourian con su proyecto Sorted Books.

Lined writing area for the first activity.



Lined writing area for the second activity.



LA MODA Y
EL CORONA
VIRUS:
un diálogo con Daniel Almaguer

Moda, pandemia, industria textil y futuro. Una conversación amena con el fundador de Atelier Sesenta y Cuatro y profesor de la UDEM.

Daniel Almaguer Buentello, diseñador de moda, fundador de Atelier Sesenta y Cuatro, y profesor de la UDEM, habló con nosotros sobre las tendencias, la industria y el diseño textil en el año del Coronavirus.

En una entrevista en estos meses de pandemia, el especialista en la relación que hay entre la moda y el pensamiento humano nos explicó que las tendencias que veremos en los próximos años no solo se definirán por la llegada del COVID-19, sino que también por otros acontecimientos políticos y sociales.

“En cuanto a este sentimiento narrativo de dónde estamos y hacia dónde vamos, las plataformas digitales se encargarán de ebulirlo para destapar colores y telas, claro, considerando lo que esté disponible. La tendencia buscará la manera de ahorrarnos riesgos y viajes en la nueva normalidad para así retomar la pauta de la sostenibilidad y la sustentabilidad tanto económica como ecológica”, mencionó.

LA INDUSTRIA TEXTIL POS COVID-19

Considerando la crisis económica y sanitaria que desató la pandemia, es posible imaginar un cambio en el consumo y comportamiento de las personas en torno a los desfiles, los modelos de negocio, las tiendas departamentales y los materiales para la elaboración de prendas.

“Una parte importante pasará a lo digital, pero se mantendrán otras presenciales por el hedonismo del individuo. Muchos diseñadores en empresas de lujo están solicitando dejar las seis temporadas y solo planear dos, y en lugar de una semana en diferentes ciudades, piden que se escoja una representativa para que ahí se presenten los múltiples desfiles”, dijo.

En cuanto a los materiales, en los últimos meses el diseñador detectó la escasez del lino y la lana, que podrían ser de interés para las personas, pero poco efectivos frente al Coronavirus. “El lino es antibiótico y la lana es antibacterial, me parece que esos dos tienen el potencial de llamar la atención por estas mismas propiedades, pero debemos recordar que el COVID-19 es un virus y al hablar de antibióticos o antibacteriales, no estamos hablando de que sean antivirales”, informó.

EL FUTURO DE LA MODA

Los diseñadores se encuentran frente a una gran área de oportunidad en la implementación de tecnologías en la ropa. Estamos en 2020 y lo que usamos no es tan diferente en función a la de 1950.

“Ya existe la tecnología *wearable* como el Apple Watch. Si se puede integrar en una muñeca, ¿por qué no en el calzado, camiseta o pantalones? Podría tener

sensores para dar un tipo de feedback o a lo mejor que se apretara para que uno se sintiera abrazado y así reducir el estrés... el big data, los algoritmos y la inteligencia artificial, darán información y conocimiento que nos guiarán en cuanto a la forma en la que diseñamos”, concluyó. ○

POR: GERARDO VILLARREAL. ESTUDIA 10.º SEMESTRE EN PRODUCCIÓN CINEMATOGRAFICA DIGITAL, Y CIENCIAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN, UDEM.

EMPREENDEDORES, HABLEMOS DE FRACASO

El *entrepreneurship* está de moda (desde hace muchos años), pero no todos logran ser Elon Musk, Travis Kalanick o un *shark* en los negocios. Sí, todos podemos ser exitosos con nuestros proyectos, pero primero hay que conocer las lecciones más comunes del fracaso emprendedor.



POR: ELDA BARRÓN PÉREZ,
PROFESORA DE EMPRENDIMIENTO,
ESCUELA DE NEGOCIOS. UDEM.

Estamos rodeados de historias de éxito. De grandes ideas gestadas en cocheras, de empresas millonarias que empezaron con pocos dólares en el bolsillo, de personas que arriesgaron todo por perseguir sus sueños. La figura del emprendedor como superhéroe, que contra todo consigue sus objetivos, es un discurso común cada vez más arraigado en nuestra comunidad que nos lleva muchas veces a idealizar su viaje.

En muchos casos, esta fantasía hace que la realidad nos golpee con más fuerza.

Familiarizarnos con la realidad es un ejercicio necesario para estar mejor preparados para recorrer el camino del *entrepreneurship*.

Esta realidad está plagada de caídas, errores, obstáculos y retos, pero también de sonrisas, alegrías y logros. Para conocer mejor la realidad que nos rodea como emprendedores, les comparto algunos de los aprendizajes y experiencias que he obtenido durante mi propio viaje como emprendedora y académica.

1 IDEA VERSUS EVIDENCIA:

la primera vez que emprendí, sentí que tenía la mejor idea del mundo, podía sentir el éxito en mis manos.

Con los años reconocí que esto no solo me ocurría a mí, la mayoría de los emprendedores experimentan esta sensación de tener la *gran idea*. Puede que algunos verdaderamente la tengan, pero ese no fue mi caso.

Esta sensación nos lleva a generar expectativas irreales de nuestros negocios, a crear escenarios ficticios y, en muchos casos, a perder el foco más importante: el cliente o el usuario. Una buena idea nunca será exitosa si no tiene un mercado que esté dispuesto a pagar por ella.

2 FALTA DE DESPRENDIMIENTO:

este es sin duda el error que me ha pasado la mayor factura.

¿Cómo separamos el negocio de nosotros mismos? ¿Cómo nos quitamos el traje de emprendedor cuando ponemos en el centro de nuestras vidas al negocio? Es importante no vincular demasiado nuestra vida personal con el negocio. Si bien pueden ir de la mano, hay que aprender a separar las expectativas y los problemas correspondientes al negocio de la persona.

El fracaso de un negocio no debe definir quiénes somos como personas o nuestras capacidades. Un gran error es juzgarnos basados en el resultado de nuestros negocios, cuando son una faceta más de lo mucho que somos.

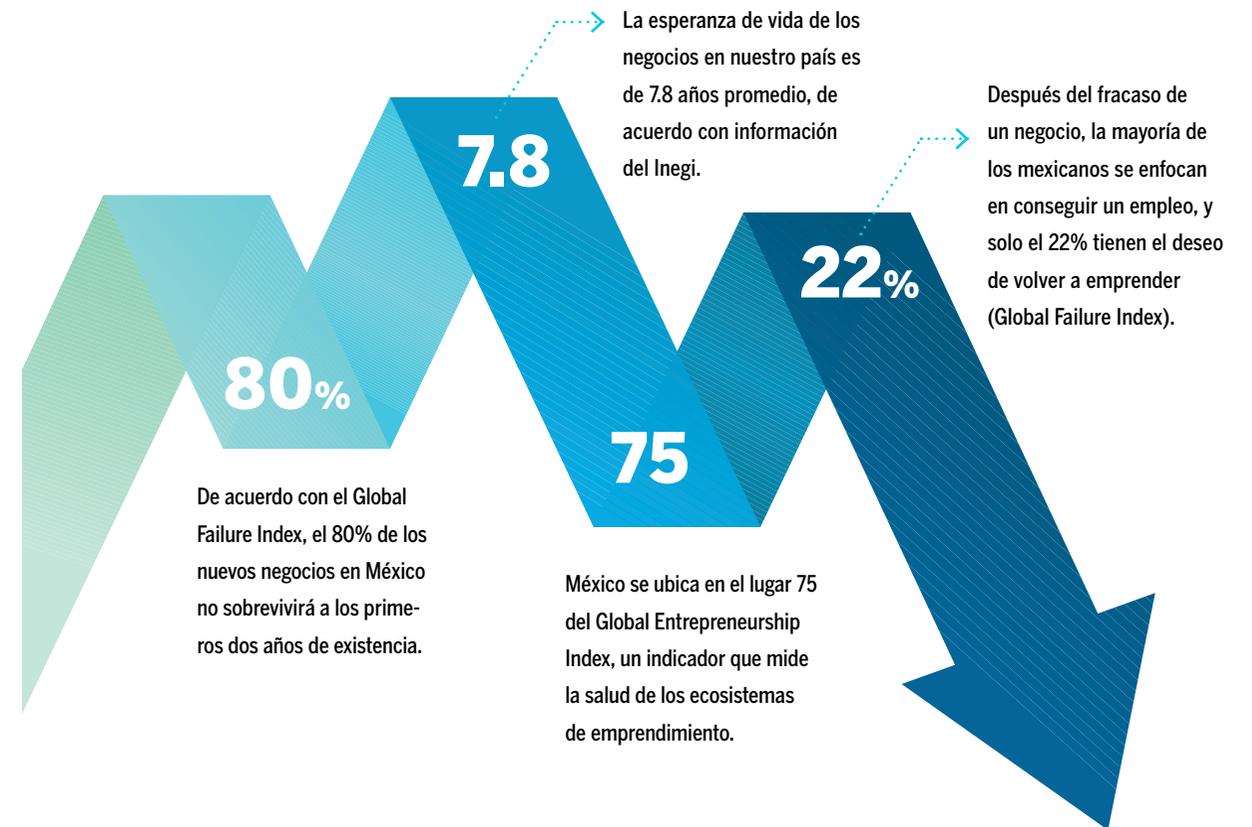
3 FALTA DE PREPARACIÓN EMOCIONAL:

los emprendedores nos preparamos para la gran apertura, el abastecimiento de productos, reserva de fondos para gastos inesperados, manejo de crisis, pero pocas veces tomamos en cuenta nuestra preparación emocional, tanto para el éxito como para el fracaso.

No preparamos nuestras emociones para experimentar el dolor de un fracaso, o bien, la excitación abrumadora que conlleva el éxito temprano y de grandes dimensiones. Esta falta de preparación detona las malas decisiones.

Por ejemplo, un emprendedor que empieza a ver crecer sus ventas puede cegarse por la emoción y no prever que sus ventas pueden caer por un cambio de temporada o el lanzamiento de un nuevo producto de la competencia. De igual manera, nuestras emociones pueden abrumarnos cuando nos enfrentamos a una situación adversa natural del negocio, como un conflicto con un cliente que lo llevamos al terreno personal.

FRACASO: LOS NÚMEROS



4 CONTROLARLO TODO: si eres de esas personas que quiere tener todo bajo control, este es un error con el que tendrás que lidiar constantemente. Al emprender, es inevitable que existan factores fuera de nuestro control. El desgaste de asumir un control absoluto puede terminar por aniquilarnos. Un claro ejemplo son los problemas que los emprendedores enfrentan a causa del COVID-19: esta pandemia ha traído cambios en el comportamiento de los consumidores y nuevas regulaciones.

Si bien muchos negocios han implementado acciones para contrarrestar las consecuencias, hay cuestiones como medidas de seguridad, horarios y cierres que no están en su control. Un paso crucial como emprendedor es comprender que hay factores dentro del contexto empresarial, que hasta al mejor y más experimentado le pueden hacer una mala jugada.

5 EL EMPRENDEDOR SABELO TODO: como emprendedor, en muchas ocasiones queremos ser parte de cada decisión de nuestra empresa, nos dividimos en mil pedazos y tratamos de hacer de todo, pero la omnipotencia no es un poder probado hasta el momento.

Un error muy común es querer abarcar más de lo que nuestros conocimientos y habilidades nos permiten. Muchas veces dejamos de escuchar o de acudir con expertos, y si bien a veces funciona, tarde o temprano nuestra falta de conocimiento puede salir a relucir, y traer consecuencias negativas para nuestro negocio.

Es primordial escuchar y aprender de los expertos; contratar y pagar por servicios en los cuales no somos experimentados. Reconocer nuestras debilidades es primordial para avanzar en la mejor dirección hacia nuestra meta.

6 QUEDARSE CON LA DUDA: un emprendedor debe alzar la voz. Si bien cuando iniciamos somos nuevos en muchas áreas, no conocemos a los proveedores o sabemos poco de las reglas de la industria, quedarnos callados no nos dará las respuestas.

El miedo a vernos como inexpertos o tontos es una barrera por vencer. La mejor forma de aprender siempre es preguntar.

Uno de mis grandes problemas al emprender es asumir que todos los proveedores son confiables, no cuestionar o pedir mejores opciones, no exigir resultados o no buscar segundas opiniones. Ahora sé que una pregunta a tiempo o pedir más información puede ser la diferencia.

Junto a estos aprendizajes y experiencias, los emprendedores enfrentan errores más conocidos, como la definición del mercado, la proyección financiera o la viabilidad técnica. Sin embargo, en muchos casos, los errores relacionados con nuestro lado emocional son

los que pueden sabotear todo el trabajo realizado, aunque también pueden hacer la diferencia para continuar hacia adelante. En mi experiencia, aprender a lidiar con el fracaso y tomar las enseñanzas que traen consigo es la clave para levantarnos y volver a intentarlo.

CINCO APRENDIZAJES DEL FRACASO





VER A TUS AMIGAS
Y AMIGOS ES IMPORTANTÍSIMO
(Y MÁS EN 2021)

LOS “AMIGOS VIRTUALES” SE DAN POR MILLONES; LOS “DEL ALMA” LOS CUENTAS CON LOS DEDOS DE UNA MANO. EN UN AÑO REGIDO POR EL DISTANCIAMIENTO FÍSICO, NO DEBEMOS OLVIDAR LA IMPORTANCIA DEL TÊTE À TÊTE CON NUESTRAS AMISTADES MÁS CERCANAS. SI TIENES DUDAS, ESTE ARTÍCULO ES PARA TI.

POR: SABINA BAUTISTA



La veo sumida en el sillón con el celular en la mano. Ya son ocho meses de esta rutina. De la cama al estudio, del estudio a la cocina, de la cocina al sillón. Me acerco y le pregunto si necesita algo. “Nada”, dice aburrida. Y vuelve al celular. ¿Qué es lo que más me extraña? Que no quiera salir.

Dejar niñas en una casa. Recoger niñas en otra. Los viajes se alternaban entre una mamá y otras para hacer los menos viajes posibles, pero ellas, las amigas, siempre iban juntas. Así fue durante casi 16 años. Hace ocho meses, las mamás dejamos de ser choferes, anfitrionas, tías y la actividad social se detuvo.

Hoy mi auto vacío descansa en la cochera y mi celular no suena pasada la media noche para escuchar al otro lado la tímida petición. Reconozco que, al principio, fue un alivio que mi hija no saliera de casa. Algunos fines de semana incluso fue reparador no estar despierta esperando la hora para ir a recogerla. Antes no me podía dormir esperando. Ahora, aunque sé que está en casa todo el tiempo, tampoco puedo dormir.

No estoy tranquila.

Hace un mes ambas perdimos a un gran amigo víctima de este virus moderno que ha matado a miles de personas en el mundo. Fue un gran trabajo mental convencerla de ir al funeral, donde estarían nuestros amigos más cercanos. Finalmente asistimos y el resultado fue consolador. Entre conocidos compartimos la pérdida, entre amigos pudimos reír sin dejar de llorar.

LA GENERACIÓN QUE NO DUERME

¿Es posible tocar un tema hoy sin hacer referencia a la pandemia? Por más que se intente, parece que no. Y menos si se trata de temas sociales. El comportamiento de mi hija es igual al tipificado como ansiedad social y la experimentan millones de personas en el mundo, sobre todo la Generación Z, *centennials* o *App Generation*.

AL PRINCIPIO FUE UN ALIVIO QUE MI HIJA NO SALIERA DE CASA. ALGUNOS FINES DE SEMANA FUE REPARADOR NO ESTAR DESPIERTA ESPERANDO LA HORA PARA IR A RECOGERLA. AHORA, AUNQUE SÉ QUE ESTÁ EN CASA TODO EL TIEMPO, TAMPOCO PUEDO DORMIR, **NO ESTOY TRANQUILA.**



UN ESTUDIO REALIZADO POR LA UNIVERSIDAD DE CAROLINA DEL SUR Y LA DE HUAZHONG AFIRMA QUE LOS CENTENNIALS TIENEN MIEDO DE SALIR Y ENFERMARSE, PERO NO POR ELLOS, SINO POR SUS FAMILIAS.

Un estudio realizado por la Universidad de Carolina del Sur y la de Huazhong afirma que los *centennials*, mucho más empáticos y preocupados por el medio ambiente, tienen miedo de salir y enfermarse, pero no por ellos, sino por sus familias. Nativos digitales, se sienten cómodos en sus casas y no quieren salir a menos que sea estrictamente necesario. Así se pasan horas conectados viendo la vida pasar por una pantalla, sin experiencias reales.

Al sentirse sumamente responsables, tienen pavor de ese enemigo invisible que acecha como si viviéramos en las cavernas. Además, en 2020 hay un nuevo condicionante: el portador del peligro pueden ser sus amigos o familiares... o uno mismo.

También se han vuelto intolerantes y señalan a quienes no usan cubrebocas o van a fiestas, usan plástico o comen animales. Puede volverse una generación asustadiza y radical. ¿Por qué? El aislamiento hace mella en sus pocos años de vida y me pregunto si hay algo que los adultos, más resilientes, podamos hacer para atenuar tanta angustia. Me parece que sí. Pero habrá que volver a lo básico: reconocer el verdadero valor de la amistad.

NUESTROS AMIGOS, LOS GRIEGOS

Para Sócrates, ese filósofo que solo sabía que no sabía, un amigo no puede definirse por algo concreto, es decir, “no se sabe que el amigo es”. Solo “sentimos” que nuestra alma está indisolublemente ligada a la de él o ella, aunque racionalmente no sepamos explicar por qué es nuestra amiga o amigo del alma.

A los hermanos los impone la sangre, pero a los amigos los elegimos nosotros. Y cuando pasan los años y revisamos el porqué de la amistad, esta puede suceder por múltiples motivos. En la obra *Lisis* —mejor conocida como *Sobre la amistad*—, Platón

señala el destino que nos une con nuestros amigos: “Siempre hay un dios que lleva al semejante junto al semejante”... o dicho en mexicano: “Dios los hace y ellos se juntan”.

Si bien al principio a los amigos los queremos porque nos caen simpáticos o nos resultan atractivos, conforme la relación se estrecha percibimos que los necesitamos más que a nuestra propia familia, sencillamente porque con ellos podemos ser quienes somos real e idealmente.

Para Sócrates, “la amistad solo puede darse, entonces, entre buenas personas, quienes pueden confiar en sí mismas y por ello las unas en las otras. En este sentido, puede afirmarse que precisamente los buenos son aquellos que son útiles el uno al otro, es decir, que se prestan ayuda mutuamente y que, consecuentemente, se requieren o desean el uno al otro”.

Aristóteles, por su parte, en *Ética a Eudemo*, deja apuntada una de sus frases más famosas: “Consideramos que el amigo está entre los mayores bienes y que la falta de amistad y la soledad son lo más terrible”. Desde el punto de vista filosófico, los amigos son buenos para nosotros, pero para la ciencia, no son solo buenos, sino esenciales para darle sentido y continuidad a la vida misma.

EL ESLABÓN PERDIDO

En su libro *Sapiens* (2011), Yuval Noah Harari hace un especial énfasis en las habilidades de nuestra especie para el chisme. Este murmullo constante entre los miembros de un clan hizo que pudiéramos comunicar quién era confiable y quién no. Solo en la complicidad era (y es) posible ponerse, primero, de acuerdo, y posteriormente, a salvo de los peligros. Y sí, del cuchicheo salían los comportamientos deseables y desleales; forjaba alianzas y complicidad.



A LOS AMIGOS LOS QUEREMOS PORQUE NOS CAEN SIMPÁTICOS O NOS RESULTAN ATRACTIVOS. CONFORME LA RELACIÓN SE ESTRECHA, PERCIBIMOS QUE LOS NECESITAMOS MÁS QUE A NUESTRA PROPIA FAMILIA. SENCILLAMENTE PORQUE CON ELLOS PODEMOS SER QUIENES SOMOS REAL E IDEALMENTE.

Podemos dudar de esta aproximación. Sin embargo, basta recordar los comentarios alrededor de la jarra de café o el intercambio de rumores en los viernes de tacos o martecitos y juevecitos. En la actualidad, “radio-pasillo” funciona en las empresas y universidades de la misma forma que hace siglos en las cavernas, marcándonos con voces conocidas quién es confiable y de quién hay que sospechar. La frase “Te lo digo como amigo” encaja muy bien en este contexto.

Ahora que vivimos semicerrados en el pequeño grupo familiar, nos damos cuenta de esa conducta social que habíamos olvidado: nuestros chicos no extrañan la escuela, extrañan a sus amigos; los adultos no extrañamos las salidas a comer, o las fiestas, sino a los amigos con quienes las compartíamos. Los amigos pertenecen a otra tribu (no la familiar) y nos enlazan con otro mundo que nos permite tolerar lo distinto y crear un marco de referencia más grande.

DE FRIENDS A #BFF

Un informe del Pew Research Center de EUA explica que estudiar las generaciones ofrece “una forma de entender de qué manera experiencias como acontecimientos globales, cambios tecnológicos, económicos y sociales interactúan con el ciclo de vida y el proceso de envejecimiento para definir el modo en que la gente ve el mundo”.

Me atrevo a decir que por eso también cada generación nos ha mostrado la forma en la que se percibe la amistad: para mis abuelos, *El gordo y el flaco*; para mis padres, Tin Tan y su compadre Marcelo; para mi inexplicable generación X, Jerry Seinfeld y sus íntimos Elaine, Kramer y George; para los *millennials*, las chicas de *Girls* (2012-2017): Lena, Allison, Jemima, Zosia; para mi hija, *centennial*, Lizzie McGuire, Miranda y Gordon. Y, por supuesto, para todos: Monica, Rachel, Ross, Joey, Chandler y Phoebe.

A través de la pantalla, cada generación se ha identificado con ellos, afirmando lo extraordinario que resulta que seres tan distintos entre sí puedan ser amigos.

SALUD POR LOS AMIGOS

Compañeros de copas, de celebraciones y aventuras. Cuando decimos “salud” con los amigos, realmente la estamos disfrutando. De acuerdo con la Clínica Mayo, los amigos contribuyen a tu salud física, emocional y mental, aportando enormes beneficios entre los que destacan aumentar tu sentido de pertenencia y de propósito, reducir el estrés y generar espacios para tu felicidad, mejorar tu confianza y autoestima.

No es necesario pasar horas con tus amigos, basta conversar 10 minutos para mejorar la memoria y el rendimiento en pruebas, según una investigación de la Universidad de Michigan, publicada en el *Personality and Social Psychology Bulletin*. Óscar Ybarra, psicólogo al frente del estudio, señala que “los descubrimientos sugieren que visitar a un amigo o vecino puede ayudar tanto como realizar crucigramas para mantenerse mentalmente avisado”.

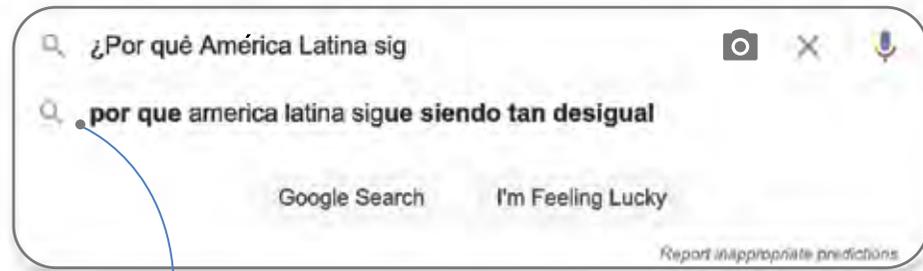
YO QUIERO TENER UN MILLÓN DE AMIGOS

LOS “AMIGOS VIRTUALES” SE DAN POR MILLONES. LOS “AMIGOS DEL ALMA” LOS CUENTAS CON LOS DEDOS DE UNA MANO. LAS RELACIONES SIGNIFICANTES NECESITAN TIEMPO, AMOR, CUIDADO, ESCUCHA Y UNA GRAN DOSIS DE DESAPEGU DEL YO, ALGO QUE LA CULTURA DEL SELFIE NO CUMPLE. TEMEMOS AL CONTAGIO, ES CIERTO, PERO EN ESTOS TIEMPOS ACIAGOS E INCIERTOS NECESITAMOS MÁS QUE NUNCA A NUESTROS AMIGOS REALES PARA ENFRENTAR EL DUELO QUE REPRESENTA LA PÉRDIDA DEL LUGAR DE TRABAJO, EL AISLAMIENTO O LA MUERTE DE UN SER QUERIDO.

Perder el contacto por el aislamiento puede generar un mayor daño psicológico que verse 30 minutos presenciales (con cubrebocas y gel) una vez a la semana. Por lo mismo, animo a mi hija a salir y le explico por qué es importante ver a sus amigas.

No es necesario juntarlas a todas en un mismo lugar —sería imprudente—, pero hay sitios al aire libre donde pueden conectarse por el amor y la empatía. Sintonizar sus ondas cerebrales, descargar dopamina, mejorar su salud, tocarse codos, rodillas, espalda y sonreír por el gusto de estar vivas.

Quiero que mi hija vuelva a ver a sus amigas y amigos, los necesita como yo a los míos. En el funeral de nuestro amigo entendí que todos estamos de paso por este mundo, eso es indudable, pero ese transitar tiene sentido cuando, en un abrazo fraterno, alguien nos reconforta y logra que nos volvamos a sentir seguros. Ese alguien es el alma de quien reconocemos como “amigo”. o



...la región de la eterna crisis (y de la esperanza).



POR: ANA REGINA ÁVILA GONZÁLEZ
ESTUDIA 10° SEMESTRE DE LICENCIADO EN CIENCIA
POLÍTICA Y GOBERNANZA. UDEM.



“ México  mágico”. Cuántas veces lo hemos visto en redes, en memes, en artículos, aquí, allá. Y no somos los únicos: somos parte de una región surrealista —América Latina—, donde 11 de los 20 países que la conforman están en el top 50 de las naciones más felices, según el Índice Mundial de Felicidad de las Naciones Unidas... al mismo ritmo que viven, en carne propia, la desigualdad, corrupción y violencia a diario y a la vuelta de cada esquina.

Cada país es un mundo y cada uno tiene contextos sociales, culturales, políticos y económicos distintos. Sin embargo, hay similitudes en los retos que se enfrentan interna y externamente porque venimos todos de un pasado histórico semejante. Si todo el continente americano fue colonizado por potencias europeas, ¿por qué los países de esta región no tienen una eco-

FOTOS: SHUTTERSTOCK Y CORTESÍA GOOGLE.

nomía estable y pujante como **Estados Unidos**  después de sus independencias? ¿Cuál es la raíz de los problemas de América Latina?

EL PATIO TRASERO

Resumen histórico blitz: cuando **Estados Unidos**  se declaró independiente en 1776, logró mantener relaciones estables con el **Reino Unido** y desarrolló un sistema político y electoral funcional (y algo complicado, valga aceptarlo) en el que las colonias funcionarían en armonía. En cambio, los países del Río Bravo para abajo tuvieron fuertes movimientos anticolonizadores y rechazaron por completo el sistema político o cualquier herencia impuesta, lo que los hizo buscar ayuda de otras potencias para poder entablar una estabilidad interna a prueba y error.





Y, entre estas potencias que permitieron que tuvieran voz en las decisiones de los nuevos países, se encontraba **Estados Unidos** 🇺🇸, una nación que desde su fundación está obsesionada con el control global, que despliega sus estrategias (políticas, diplomáticas, bélicas, cosmonáuticas) para sacar el mayor provecho y que tiene fama por sus intromisiones perpetuas en la región —**Panamá** 🇵🇦, **Chile** 🇨🇮, **Nicaragua** 🇳🇮, **Colombia** 🇨🇴, **Cuba** 🇨🇺, por decir algunas.

Sin embargo, entre héroes (Juan Domingo Perón en **Argentina** 🇦🇷) y villanos (Papa Doc en **Haití** 🇭🇹) y héroes que se convirtieron en villanos (Fidel Castro en **Cuba** 🇨🇺) y villanos que se convirtieron en héroes (Hugo Chávez en **Venezuela** 🇻🇪), la raíz de los problemas que toman las decisiones que marcan las riendas del país y en las instituciones encargadas de ejecutar los planes para los ciudadanos.



La felicidad es latina

PAÍSES DE AMÉRICA LATINA	LUGAR EN EL ÍNDICE MUNDIAL DE FELICIDAD 2020 (DE 156 PAÍSES)	LUGAR EN EL ÍNDICE MUNDIAL DE PAZ 2020 (DE 163 PAÍSES)	LUGAR EN EL ÍNDICE DE PERCEPCIÓN DE LA CORRUPCIÓN 2019 (DE 180 PAÍSES)	ÍNDICE DE DEMOCRACIA 2019 (0-10)
Argentina	55	74	66	7.02
Bolivia	65	86=	123	4.84
Brasil	32	126	106	6.86
Chile	39	45	26	8.08
Colombia	44	140	96	7.13
Costa Rica	15	32	44	8.13
Cuba	NA	86=	60	2.84
Ecuador	58	90	93	6.33
El Salvador	34	113	113	6.15
Guatemala	26	115	146=	5.26
Haití	142	111	168	4.57
Honduras	35	119	146=	5.42
México	24	137	130	6.09
Nicaragua	46	135	161	3.55
Panamá	36	56	101=	7.05
Paraguay	67	75	137	6.24
Perú	61	84	101=	6.60
Rep. Dominicana	68	76	137	6.54
Uruguay	26	35	21	8.38
Venezuela	99	149	173	2.88

Índice de felicidad: worldhappiness.report/ La lista está en orden alfabético. | Índice de paz: visionofhumanity.org/wp-content/uploads/2020/10/GPI_2020_web.pdf Índice de percepción de la corrupción: transparency.org/en/cpi | Índice de democracia: in.gr/wp-content/uploads/2020/01/Democracy-Index-2019.pdf | El = representa un empate entre países.

Pocos son los gobiernos en América Latina que han sabido crear un bienestar real sin aprovecharse de las personas. Si observamos el Índice de Democracia 2019 en la tabla, los tres países considerados como democracias plenas (puntuación arriba de 8) son **Chile** 🇨🇮, **Costa Rica** 🇨🇷



y **Uruguay** 🇺🇾 —no es coincidencia que estos tres países tengan lugares presumibles en transparencia, paz y felicidad.

El resto de los países están en categorías de democracias fallidas, regímenes híbridos y regímenes autoritarios, y en estos se puede notar cómo las percepciones de corrupción y de inseguridad son mucho mayores que las de los países considerados democracias plenas —e, increíble, que muestran altos niveles de felicidad en la gente.

Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe de las Naciones Unidas (CEPAL), la crisis económica es un fenómeno estructural en esta región: el gobierno mantiene la desigualdad constante para que continúen habiendo solo unos cuantos grupos privilegiados en el poder. ¿Cómo analizarlos? Los agrupamos en tres.

LOS MÁS PASABLES: CHILE 🇨🇮, COSTA RICA 🇨🇷 Y URUGUAY 🇺🇾

A finales de 2019, cuando se pensaba en **Chile** 🇨🇮, lo primero que venía a la mente eran las protestas masivas por la subida al precio del transporte público. Esto fue solo el inicio que desató muchas otras protestas contra la desigualdad, y que llevaron a una consulta

en 2020 para cambiar la constitución de la dictadura de Augusto Pinochet (1973-1990) a una propuesta de constitución escrita por los ciudadanos. La excelente noticia es que el 78% de los chilenos votó a favor de este cambio.

En **Costa Rica**, 🇨🇷 la denominada

“Suiza Centroamericana”, también hubo protestas que iniciaron en septiembre de 2020, en las que la gente salió a reclamar y mostrar su rechazo por un acuerdo entre el gobierno y el Fondo Monetario Internacional sobre aumento de impuestos. En octubre, el gobierno retiró esta propuesta y, a cambio, declaró que se va a trabajar con la ciudadanía y otros expertos en mesas de diálogo para buscar otras soluciones a la crisis financiera.

Por último, **Uruguay** 🇺🇾 es un país líder en cuanto a las medidas tomadas por la pandemia del COVID-19. De marzo a noviembre de 2020, solo tuvieron 3,500 casos de contagios en todo el país y 62 fallecidos, y nunca fue necesario obligar a la gente a hacer una cuarentena. Pero esto no frenó a los uruguayos a que se manifestaran porque no había políticas sociales y económicas suficientes; el gobierno respondió con una medida: la gente trabajará medio turno y tendrá el 75% de su salario.

¿Qué tienen en común estos tres países líderes de la región? Si a la gente no le parece algo, se moviliza y no se detienen hasta que el gobierno los escuche. Además, el gobierno promueve la cooperación y que los problemas se resuelvan a través del diálogo y trabajo en conjunto con la ciudadanía.

DEMOCRACIAS DEFECTUOSAS: ARGENTINA 🇲🇪, BRASIL 🇧🇷, COLOMBIA 🇨🇴, ECUADOR 🇪🇨, EL SALVADOR 🇸🇻, MÉXICO 🇲🇽, PANAMÁ 🇵🇦, PARAGUAY 🇵🇷, PERÚ 🇵🇪, REPÚBLICA DOMINICANA 🇩🇲 ... ¡YA PÁRALE DE CONTAR!

Hablar de cada uno de estos países tomaría decenas de páginas (lo pensamos... no nos alcanza la revista) pero, sabiendo que México 🇲🇽 está aquí, puedes darte una idea de qué tipo de crisis enfrentan estas naciones.

Se caracterizan por ser democráticas, donde se celebran elecciones legítimas y donde hay leyes claras sobre los derechos de la población. Sin embargo, el problema radica en el incumplimiento de las leyes en todos los niveles. Además, es notable el incremento en la pobreza, la pandemia de los feminicidios, los asesinatos a periodistas sin resolver y el elevado(isim) índice de homicidios, así como la reducción de presupuesto a centros de investigación y los dramas que se viven día a día en sus congresos.

Y ahora, el Coronavirus y la crisis que significa: el Banco Mundial proyectó que Argentina 🇲🇪 tendrá un retroceso de seis puntos en su Producto Interno Bruto; Brasil 🇧🇷, de 10 puntos; México 🇲🇽, de 8.7

puntos. Prácticamente el resto de los países en esta categoría tienen números de decrecimiento similares, pero a comparación de lo que se le proyecta con Chile 🇨🇱 (-4.5 puntos), Costa Rica 🇨🇷 (-3.6 puntos) y Uruguay 🇺🇾 (-3.8 puntos), se nota la gran diferencia en el manejo de los gobiernos en tiempos de crisis.

NI MUY DEMOCRÁTICOS, NI TAN AUTORITARIOS:

BOLIVIA 🇸🇵, GUATEMALA 🇬🇹, HAITÍ 🇭🇹 Y HONDURAS 🇭🇳.

Aquí entran los que tienen elecciones irregulares, los que tienen fama de una libertad de expresión que no lo es, y donde no hay igualdad de oportunidades. Pero aún así intentan, o muestran intentar, ser países donde sí se llevan procesos legítimos. Justamente Bolivia tuvo en octubre de 2020 elecciones generales, en donde la izquierda (el partido MAS-IPSP) ganó con contundencia, a pesar de la renuncia (forzada) y exilio político de Evo Morales en noviembre de 2019.

Guatemala 🇬🇹 sufre otra crisis de legitimidad desde 2019 por la corrupción en la Suprema Corte y su sistema de justicia. Haití 🇭🇹 también renovó presidente en 2020, después de un año con puros gobernantes

interinos; sin embargo, el nuevo presidente no fue electo por el Congreso como corresponde, porque el Poder Legislativo está disuelto, lo que agrava las manifestaciones ya existentes en contra del gobierno. Honduras 🇭🇳 también está en una grave crisis desde la aprobación de unas reformas educativas y de salud que desataron manifestaciones en 2019. La Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (ACNUDH) en Honduras reportó que en 190 días de confinamiento, se realizaron 477 manifestaciones.

NI CÓMO DEFENDERLOS: CUBA 🇨🇺, NICARAGUA 🇳🇮 Y VENEZUELA 🇻🇪.

Gente desesperada por tener un nivel de bienestar mínimo, mientras sus líderes autoritarios no hacen más que militarizar el país, pretender ser justos y alargan indefinidamente su tiempo como presidentes. Estos tres países son el ejemplo en América Latina.

NO TODO ESTÁ PERDIDO: ESTA ES LA REGIÓN DE LA ESPERANZA

Cada nación tiene sus luchas y se nota la diferencia entre los países más democráticos (que logran

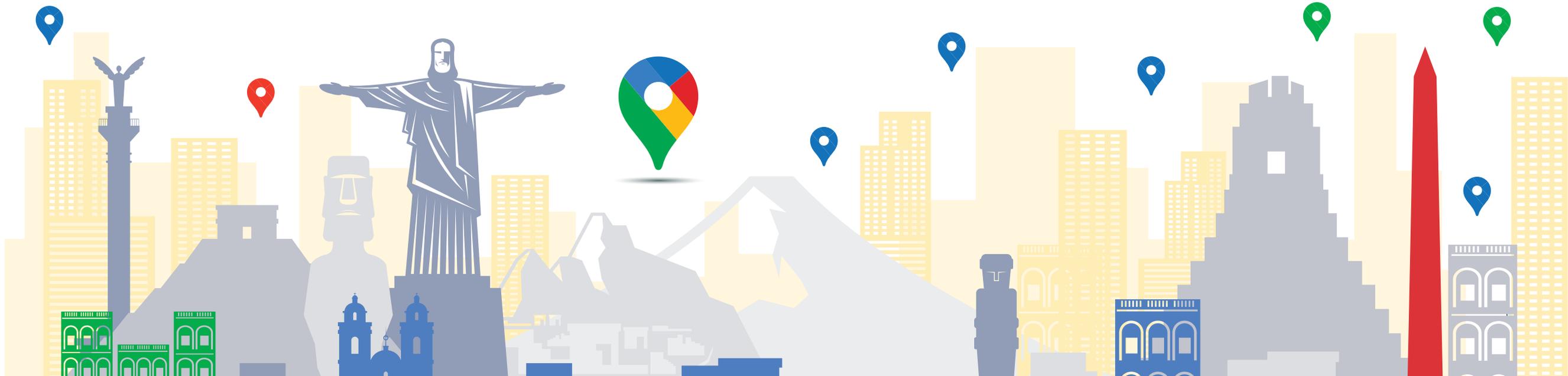
manejar sus crisis) de los regímenes híbridos o autoritarios que ni siquiera intentan esconder su aprovechamiento y corrupción.

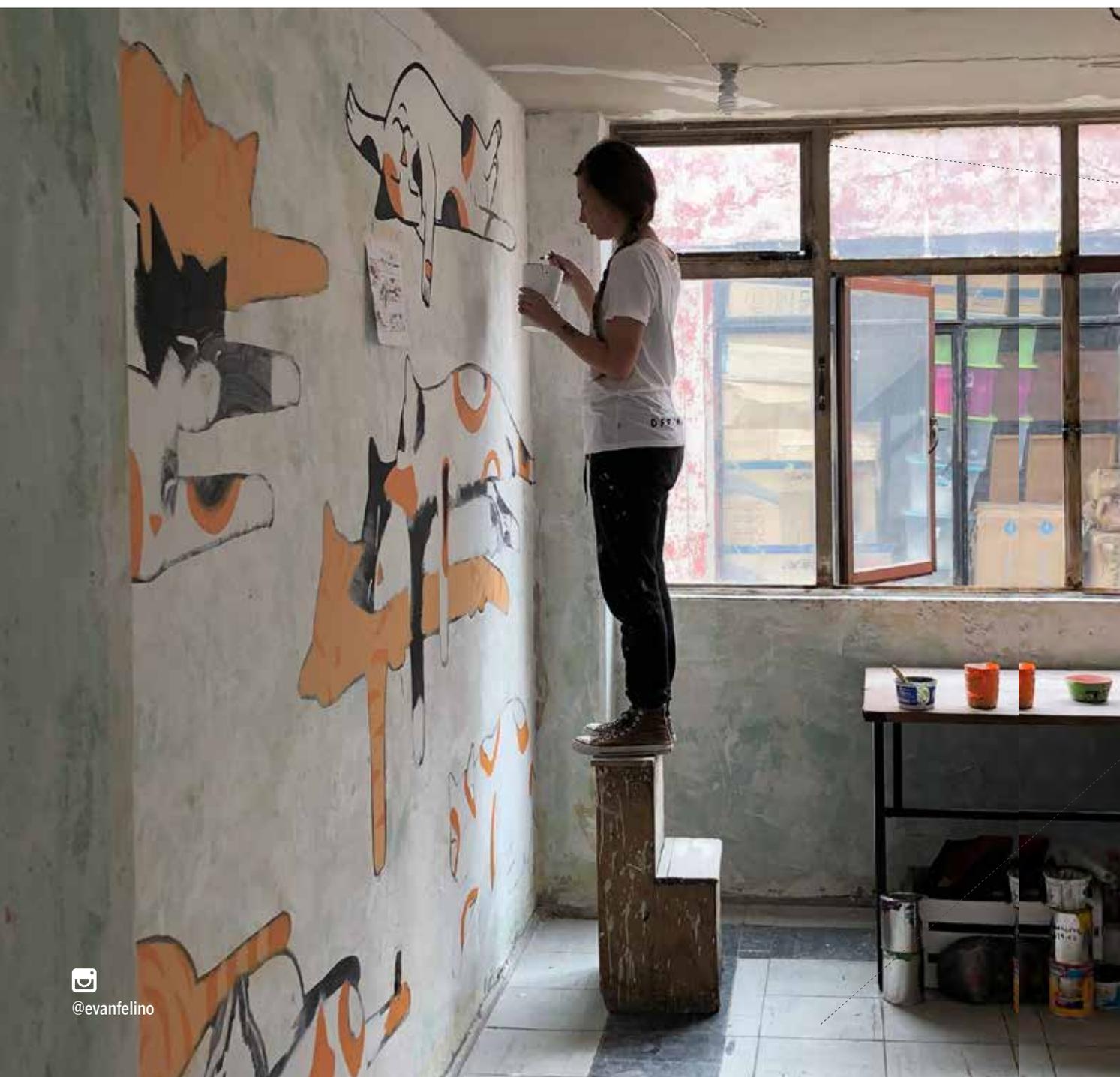
América Latina es un continente lleno de recursos naturales, gente talentosa, trabajadora y de oportunidades para desarrollar nuevas industrias. El problema reside en que los gobiernos no saben administrarse y no permiten que la ciudadanía se involucre en la toma de decisiones directas.

Con el Índice de Felicidad observamos que la mayoría de los países cuentan con una población contenta con su entorno. Estoy segura de que, si hubieran mejores gobernantes, la felicidad aumentaría mucho más. Las ganas de la gente por querer cambiar sus países no se han ido a ningún lado y se comprueba con las manifestaciones que existen en cada lugar; el problema es que el gobierno escuche y tome en cuenta a las personas.

Debemos luchar desde las urnas, con campañas para que la mayor parte de la población sepa las verdaderas intenciones de los candidatos y que las elecciones sean, realmente, un lugar para mejorar el gobierno y no empeorarlo.

El cambio está más cerca de lo que parece. ○





@evanfelino



PARA ESTE NÚMERO, LO VOLVIMOS A HACER: ORGANIZAMOS UN CONCURSO A MUERTE SÚBITA DE GRAFFITIS/ MURALES CON CARA BONITA, SIN NINGÚN TRASFONDO SOCIOPOLÍTICO, QUE SIMPLEMENTE EMBELLEZCAN UN ESPACIO PÚBLICO.

El ganador fue este, de la diseñadora gráfica argentina Evangelina Budeguer (@evanfelino), quien reside en nuestro país. En su sitio web evanfelino.com afirma: "Siento una admiración total por la perfección de los gatos, desde su esencia hasta su forma.

Mi trabajo se centra en ellos: sus posiciones, sus movimientos, su armonía y elegancia, su comportamiento caprichoso y desafiante.

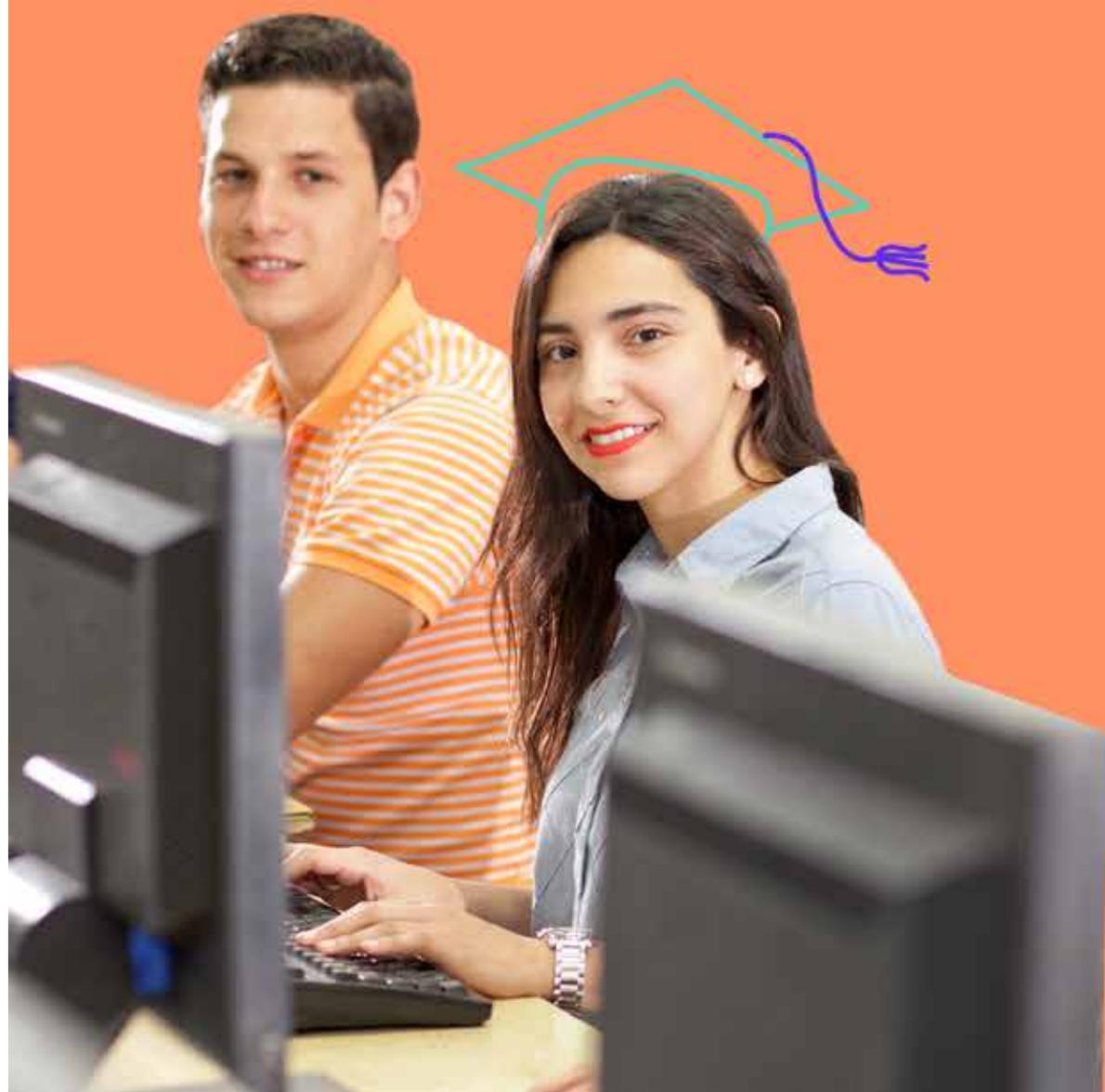
En mis ilustraciones comparto mi visión sobre el mundo felino inspirado en mi gata Bubu y en mis intereses personales como la naturaleza, los sueños, el yoga y el humor".

Pues nada, agradecer a Bubu por ser la inspiración y a Evangelina por su extraordinario talento. Este mural se encuentra en el Museo del Juguete de la Ciudad de México y fue realizado para el Festival Barrio Vivo, en 2019.



FOTOS: evanfelino.com/murales

Por ti,
mis sueños
cobrarán vida



Crea una educación sin pausas FONDO DE BECAS UDEM

En 2020 el mundo se detuvo, la vida como la conocemos cambió de manera radical. En la UDEM seguimos avanzando y sumamos esfuerzos para que los sueños y el talento de nuestros jóvenes pudieran continuar.

En **2020**
logramos que:

+386

benefactores se sumaron a la campaña
Crea una educación sin pausas

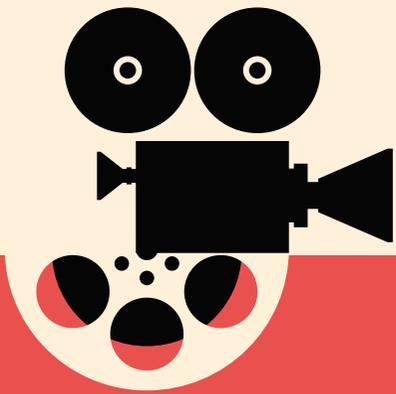
Juntos apoyamos con una beca a **280**
estudiantes de las Preparatorias Politécnicas y la UDEM

Este 2021, te invitamos a
seguir transformando vidas.

**¡Súmate y crea una
educación sin pausas!**



¿SEGUIREMOS TENIENDO CINES?



POR: **JUAN MANUEL GONZÁLEZ FERNÁNDEZ**, DIRECTOR DEL DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA INFORMACIÓN, UDEM.

La pandemia pasará. Volveremos a nuestros rituales sociales. ¿Estarán ahí las salas de cine?

La radio, dijeron, iba a hacer que desaparecieran los periódicos. La televisión reemplazaría a la radio. El cine acabaría con el teatro. Estas aseveraciones se han hecho muchas veces en la historia de los medios de comunicación y entretenimiento. Sin embargo, todos han sobrevivido.

Esta persistencia de los medios tiene que ver con la resiliencia de sus públicos, propietarios y productores, pero también con las funciones esenciales que cumplen en la sociedad. Cada uno atiende de manera específica y distinta las necesidades de entretenimiento, información y educación que tienen las comunidades a las que dan servicio.

Pero, en 100 años, la industria de los medios de comunicación no había enfrentado una crisis mundial como la del Coronavirus, que velozmente ha puesto en riesgo el modelo de operación de sus empresas. En el caso del cine, es importante tener en cuenta que se sostiene en tres industrias más especializadas: las productoras, las distribuidoras y las exhibidoras. Unas hacen las películas, otras las mercadean para conseguir su exhibición y otras se encargan de mostrarlas a los públicos. Este modelo ha operado desde los inicios del sistema hollywoodense y ha sobrevivido a múltiples cambios tecnológicos y crisis financieras, bélicas y de salud.

Sin embargo, en la crisis actual la competencia directa que representan los sistemas de distribución directo a casa (OTC) ha aparecido como la gran alternativa al sistema tradicional. Los nuevos estudios como Netflix, Amazon y Apple producen, distribuyen y exhiben sus propios contenidos llegando sin intermediarios a las casas de sus audiencias, y por el precio de una visita a la sala de cine ofrecen multitud de películas, series y documentales —a esto debemos también sumar a Disney+, la nueva apuesta de un estudio con casi 100 años de vida—. En estos tiempos complejos, se disfruta de estos contenidos desde la comodidad y seguridad del hogar. Consecuencia: varias cadenas de salas de cine han declarado estar cerca de la bancarrota. En México, las principales cadenas operan en las ciudades donde se permite, pero con poco aforo.

Varios analistas han dicho que este escenario sucedería tarde o temprano, pero que ha sido acelerado por la pandemia del COVID-19. Las causas son múltiples. En los países desarrollados (y el confinamiento llevó la tendencia a muchos otros países), el comercio electrónico generó una caída drástica en la asistencia a los centros comerciales, que dejaron de ser destinos de entretenimiento, cuando las salas de cine, en la mayoría de los casos, eran el complemento a la visita. Se sumó la disminución del espacio para cobertura mediática y crítica cinematográfica en los medios, junto con el surgimiento de las redes sociales, donde sitios como YouTube se presentaron como alternativas gratuitas. Finalmente, llegó el surgimiento de las plataformas de *streaming*, con su omnipresente algoritmo de recomendaciones. Esto completó el cuadro del horror para las salas de cine.



Como ocurre con todo, la pandemia de COVID-19 pasará y volveremos a las actividades colectivas. ¿Cómo puede ser el panorama que nos encontraremos? Las salas de cine no van a desaparecer. El ritual de la experiencia social, que implica no solamente disfrutar de una película, sino de la salida, la convivencia, las palomitas y otras actividades de esparcimiento en torno al cine, es parte de nuestro universo. En otros países, por ejemplo, se ha visto el repunte de los cines de especialidad, que combinan experiencias de entretenimiento y culinarias con películas de estreno, clásicos, festivales y muestras.

Estas salas de cine han retomado la idea de que el público es la persona, no la masa. Seguramente habrá un proceso de ajuste en los próximos años, pero la mayor parte de la industria es optimista y asegura que en el futuro cercano nos encontraremos nuevamente en el cine.

EL CINE COMO VOCERO DE SU TIEMPO: LA PESTE EN FLORENCIA

Se ha dicho por todos lados que la pandemia del Coronavirus es un acontecimiento que no había ocurrido en un siglo. Un hito así genera incertidumbre. Y esto nos impulsa a buscar información sobre cómo el mundo sobrellevó la pandemia de influenza en 1918, el evento más reciente y más parecido.

Sin embargo, se puede descubrir que los relatos están casi exclusivamente en la prensa de la época y no en las artes. En particular, a los críticos e historiadores del cine les sorprende la ausencia de películas que retraten un evento que cobró la vida de 50 millones de personas, pues no se conocen obras cinematográficas que, de manera directa o colateral, atiendan el tema, sino hasta muchos años después. ¿Por qué el cine no nos cuenta cómo fue la pandemia?

Tras una búsqueda, encontramos una sola película que lo retrata y es alemana: *La peste en Florencia* (1919), de Otto Rippert. No trata sobre la pandemia de la gripe española, sino sobre la peste negra en Italia a mitad del siglo XIV. La cinta es la primera que habla sobre una epidemia y ostenta altos valores de producción, como un impresionante diseño de arte que reconstruye el Palazzo Vecchio y la Piazza della Signoria, cientos de extras y vestuarios fastuosos. Quizás a través de la similitud de las situaciones, los realizadores nos estaban contando cómo se enfrentó la enfermedad en aquel momento.

Se dice que el argumento está basado en el cuento *La máscara de la muerte roja*, de Edgar Allan Poe (1842), pero las similitudes son más bien estructurales y, el guion, escrito por el gran cineasta austro-alemán Fritz Lang, cuenta una

POR: **JUAN MANUEL GONZÁLEZ FERNÁNDEZ**, DIRECTOR DEL DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA INFORMACIÓN, UDEM.

Una película alemana, situada en la crisis de la gripe española, nos narra la epidemia de la peste negra... y de paso nos advertía qué nos deparaba 2020.



historia distinta y que se distancia en el tema. El argumento relata la historia de lo que ocurre a Florencia tras la llegada inexplicable de Julia, una mujer rica y seductora que llevara a los hombres a traicionar sus principios, matar a sus padres y dejar la contemplación de Dios para instaurar un reino de hedonismo y desenfreno.

No es hasta que la mano de Dios escribe sobre la pared un juicio bíblico que, el orden llega traído por otra mujer, la peste negra, porta la muerte y la desolación. El cuento de Poe habla sobre la soberbia de la clase privilegiada que se encierra en el palacio para intentar evitar el contagio y la muerte, con un mensaje muy claro. La película, más sutil, no hace juicios a la hipocresía social, el hedonismo desenfrenado y la futilidad de ambas ante el poder de Dios y la muerte.

Pareciera que la película habla de muchas cosas, menos de la pandemia. Que sean precisamente dos mujeres las que ocasionan la ruptura del equilibrio, por medio del desenfreno y su restauración a través de la muerte, ha llevado a algunos críticos a señalar la misoginia del guion. La película también habla sobre

el choque ideológico, algo que tras el fin de la Primera Guerra Mundial estaba llevando a Alemania hacia la revolución y el establecimiento de la República de Weimar.

Y, por supuesto, habla del enfrentamiento con la muerte que, para los alemanes —acababan de perder a tres millones de civiles y soldados— estaba más identificada con la guerra que con la pandemia. *La peste en Florencia* se convierte entonces en vocera de sus tiempos.

A diferencia de hace un siglo, la pandemia del COVID-19 ya ha dado frutos cinematográficos. Ahí está *Homemade*, de Netflix (Juan de Dios Larraín, Pablo Larraín, Lorenzo Mieli, 2020), realizada desde y para el confinamiento. O *Songbird* (Adam Manson, con estreno previsto para 2021), que explota el tema de la pandemia para generar una cinta apocalíptica de acción y suspenso. Al parecer, la reacción cinematográfica ante la pandemia es distinta, pero como sucede con *La peste en Florencia*, tendrán que pasar los años para realmente comprender de qué nos estaban hablando estas películas y, si acaso, realmente era sobre nuestra reacción ante el virus.

YA HEMOS ESTADO AQUÍ ANTES: ¿ACASO LAS PELÍCULAS PREDICEN EL FUTURO?

¿A qué le tememos? El cine sirve como guía en años de pandemia. Dos películas recientes nos advirtieron de la crisis por una epidemia, pero también nos mostraron destellos de esperanza.

POR: JANETT JUÁREZ,
PROFESORA DE LICENCIADO EN
CIENCIAS DE LA INFORMACIÓN Y
COMUNICACIÓN, LICENCIADO EN
PRODUCCIÓN CINEMATOGRAFICA
DIGITAL, UDEM.

“Si tiene fiebre y tos o dolor de garganta, quédate en casa”. Es exactamente la primera línea de la película *El planeta de los simios: confrontación* (2014), dirigida por Matt Reeves. El prólogo de la película ilustra, con imágenes de noticieros de distintos países, el gráfico de un mapa mundial de cómo un “nuevo virus” se ha esparcido a gran velocidad entre la población de humanos provocando prácticamente su extinción.

Por su parte, la película *12 monos* (1995), de Terry Gilliam, inicia con la leyenda “En 1997, un virus matará a 5 mil millones de personas...”. Claro, el año no coincide, pero tanto la película como la serie del mismo nombre, desarrollada en 2015 por Terry Matalas y Travis Fickett para NBC, plantean un futuro distópico bastante similar al que estamos viviendo en la actualidad.

¿Es que acaso estas películas predicen el futuro? Si se combina ese cuestionamiento con observación, estudio y co-



12 MONOS (1995)



EL PLANETA DE LOS SIMIOS (1968)

nocimiento, se pueden crear historias ficticias que representan una realidad tan acertada y cercana a la nuestra que da miedo. Esa es otra clave. ¿A qué le tememos? ¿Cuáles son los temores más profundos de la humanidad?

Ambas películas, *El planeta de los simios: confrontación* y *12 monos*, son variaciones de otras historias con los mismos tópicos que siempre están en nuestra geografía mental: la extinción de la raza humana, la vanidad del hombre castigada por los dioses con un apocalipsis, la evolución, el eterno retorno, el miedo a la muerte y la incertidumbre de entender que no sabemos nada y no somos nadie, ante las posibilidades infinitas de un futuro realmente impredecible que siempre tratamos de controlar.

En la película original de 1968 de *El planeta de los simios*, protagonizada por Charlton Heston y dirigida por Franklin J. Schaffner, no es un virus lo que destruye a la raza humana, si no una guerra nuclear. Esto lo descubre con horror el protagonista al final de la misma película. Aunque la novela homónima, escrita por Pierre Boulle en 1963, termina completamente diferente, ambas historias confrontan al ser humano con la posibilidad de ser exterminado y/o dejar de ser “el amo del universo”, enfrentándolo así a los temores antes mencionados.

De igual manera, en *La Jetée* (1962), cortometraje experimental de ciencia ficción dirigido por Chris Marker, y que sirve de inspiración para la película de *12 monos*, también es una guerra mundial lo que ha arrasado la superficie terrestre y, para evitar los efectos de la radioactividad, la población que ha sobrevivido se refugia en el subsuelo. Una pesadilla

distópica que los mismos personajes de la historia tratan de evitar experimentando con los viajes en el tiempo.

Un elemento destacable que comparten ambas obras, además de los ya mencionados, es la paradoja de que, por tratar de evitar un evento, terminan provocándolo, así que tal vez sea prudente aquí mencionar el concepto de la inevitabilidad: hay cosas que simplemente tienen que suceder y la historia de la humanidad es la prueba adyacente de ello.

Actualmente, y a manera de broma, se les adjudica a los escritores de *Los Simpson* ser viajeros del tiempo por su capacidad de predecir con gran exactitud eventos clave a nivel mundial. La realidad es que estas expresiones cinematográficas y televisivas, como las películas de ciencia ficción que nos muestran posibles futuros bastante acertados, son un reflejo de realidades que ya hemos vivido. No es que predigan el futuro, es que estudian el pasado y analizan el presente, permitiendo al espectador proyectarse en lo que parece una premonición que eventualmente “nos alcanza”.

Ya hemos estado aquí antes, y como en las películas, el panorama resulta aterrador. Sin embargo, es precisamente esta misma razón la que nos debe dar algo de esperanza. Si la humanidad ya se ha enfrentado a situaciones distópicas y apocalípticas, confrontando sus peores temores y ha salido adelante, aunque sea doloroso, tenemos motivos para creer que también saldremos adelante esta vez.

Otra cosa que nos ha enseñado el mismo cine es que el futuro no está escrito. “No hay destino, sino el que hacemos nosotros mismos”, dice Sarah Connor en *Terminator 2: el juicio final* (1991). Solo el tiempo lo dirá.

CONTAGIO: CUANDO EL CINE REPRESENTA NUESTROS MIEDOS

Y un día, el cine predijo el futuro (inmediato). Así es esta película que en 2021 cumple una década de advertirnos lo que iba a pasar en 2020. Vela (o vuelve a ella) con cuidado... las coincidencias asustan.

POR: **MANUEL ANTONIO PÉREZ TEJADA D**, PROFESOR-INVESTIGADOR ASOCIADO, DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA INFORMACIÓN, **UDEM**.

“Nada se esparce como el miedo” es el *tagline* en la publicidad de la película *Contagio* (2011), dirigida por Steven Soderbergh. La película construye una representación, hasta cierto punto, fiel a los sucesos que desembocan en una pandemia como la que vivimos actualmente. Esto no es casual: *Contagio* es un film respaldado por una exhaustiva investigación llevada a cabo por Soderbergh y el guionista Scott Burns.

Más que la representación de un futuro posible basado en la especulación, la película presenta, por una parte, lo que la ciencia muestra como el ABC de la propagación de un virus y, por otra, la forma en cómo reaccionan ante una pandemia distintos sectores de la sociedad. El toque dramático del film incrementa la velocidad y magnitud de todo: de la propagación, de la tasa de mortalidad, del tiempo y la forma en cómo se desata el caos en la sociedad. Una exageración a tomar en cuenta para distinguirla del escenario actual.

Con base en lo sucedido con el virus del SRAS (Síndrome Respiratorio Agudo Severo) en 2003 y la pandemia del virus H1N1 en 2009, el film narra el desarrollo de una pandemia a partir del paciente cero. En este sentido, *Contagio* no es una película de ciencia ficción que elabore un futuro remoto donde

ciertas pistas que la ciencia sugiere construyan las posibilidades a las que se puede enfrentar nuestro mundo. La película de Soderbergh es un *thriller* fundamentado en la ciencia y en experiencias de un pasado reciente.

Como si fuera una ruta crítica, el film de Soderbergh aborda eventos e información que ahora suenan extremadamente familiares. El virus aparece en Hong Kong y proviene de una mezcla de patógenos de murciélago y cerdo (el SRAS también se origina en China, también proviene de murciélagos y el H1N1 es de origen porcino). La puesta en cámara enfatiza los movimientos de los pacientes contagiados y visualmente se nos presenta un rastro del virus cuando estos personajes intercambian tarjetas de crédito, tocan objetos en lugares públicos y tosen irremediablemente.

La película nos ofrece escenas donde se mencionan teorías de la conspiración, los riesgos de *fake news* en las redes sociales, las recomendaciones de ciertos medicamentos que, supuestamente, curan el virus, pero que no cuentan con sustento alguno y las multitudes que corren a las farmacias por este.

También se nos muestra la adaptación de espacios, como el de un gimnasio, para convertirlos, rápidamente en un hos-



ESCENAS PELÍCULA
CONTAGIO (2011)

pital dedicado a la atención de pacientes contagiados. No faltan los cuestionamientos sobre si ciertas acciones para prevenir el virus son exageradas, sea por parte de las autoridades o de cualquier persona. Alguien pregunta si su esposa se preocupa de más por pedirle quitarse la ropa al llegar a casa para lavarla y rociarla con productos esterilizantes. La doctora Mears (Kate Winslet) del Centro de Control de Enfermedades, responde: no es una exageración. El desabasto, el distanciamiento social, lavarse las manos y la cuarentena son parte de la lista de puntos de coincidencia con la pandemia actual que la película presenta. *Contagio* es ese cine que externa las preocupaciones de una sociedad.

A través de la historia, el cine ha servido para mostrar, y desahogar, nuestras preocupaciones y miedos. En 1947, el escritor Siegfried Kracauer argumentaba que la película alemana *El Gabinete del Dr. Caligari* (1920) mostraba el estado de ánimo de una nación derrotada en la Primera Guerra Mundial, con sus temores y recelos ante el futuro incierto.

En la década de los cincuenta, durante la Guerra Fría, decenas de películas de ciencia ficción de bajo presupuesto producidas en Estados Unidos elaboraron futuros posibles en los

que se narraban invasiones extraterrestres. En algunos casos, el dominio de los alienígenas convertía a los habitantes de la Unión Americana en autómatas, curiosamente, correspondiendo a una idea popular sobre la vida en la Unión Soviética.

En 1954, se estrenaba en Japón *Gojira*, una de las primeras películas sobre *kaijus* (monstruos gigantes capaces de destruir ciudades enteras). El film, conocido también como *Godzilla*, cuenta cómo este monstruo prehistórico despierta por la radioactividad causada por explosiones atómicas. El temor a las consecuencias de los ataques nucleares que pusieron fin a la Segunda Guerra Mundial se reconfiguraba en una amenaza concreta y gigantesca: el *kaiju*. Más recientemente, el cine en México también articuló las preocupaciones de la sociedad sobre el narcotráfico con películas como *El Infierno* (2010), *Miss Bala* (2011) o *Heli* (2013).

En su momento, *Contagio* mostró los temores e inquietudes causados por el SRAS y el H1N1 en el nuevo milenio. En los siguientes años, seguramente, vendrán nuevos proyectos que externen nuestras preocupaciones sobre futuras pandemias. Sin embargo, no debemos olvidar que en la realidad y en la ficción toda pandemia concluye con una vacuna. ○

• EL FIN DE •

HOLLYWOOD

Y SU CLUB DE TOBY

¿Será?

Ante #OscarsSoWhite y otras polémicas, un golpe de timón en 2020 hará que Hollywood sea más diverso y que ya no sea tierra de hombres blancos. Un artículo con algunas preguntas... y muchas respuestas.

POR:
ZAIRA KARINA
SOL TORRES
ESTUDIA 8.º
SEMESTRE DE
LICENCIADO EN
RELACIONES IN-
TERNACIONALES,
UDEM.

Por naturaleza, los seres humanos somos ávidos productores y consumidores de historias. En la mayoría de las ocasiones, ocupamos nuestro tiempo libre para escuchar relatos ya sea en canciones o *audiobooks*, leyendo libros, viendo historias en plataformas de *streaming* como Netflix o Amazon Prime, o en los cines tradicionales (con sana distancia).

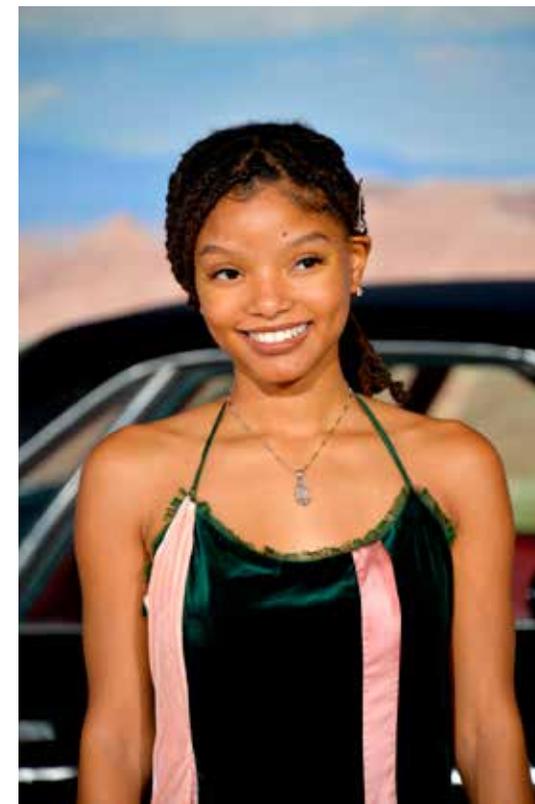
Usualmente, en las historias que consumimos, buscamos vernos reflejados o identificados. ¿Cuántas veces no nos ha pasado que tenemos un personaje favorito, pero no tenemos ni idea de por qué lo es? ¿Por qué vemos en alguna película alguna figura que nuestros amigos dicen que es nuestro clon? ¿Te ha tocado ver alguno que comparta tu mismo género, raza y aspiraciones?

Si bien la primera pregunta es fácil de contestar, las últimas dos son preguntas trampa: mientras algunos pueden contestar con un sí seguro, otras personas tal vez responden que es muy raro ver en una película *mainstream* algún personaje o historia que logre reflejarlos siquiera un poco.

Y así, como las películas que vemos cada fin de semana (casi) no nos representan, muy probablemente tampoco representan lo suficiente a comunidades diferentes a la nuestra, pero con las que posiblemente compartimos la categoría de minoría. Antes de explicar qué son las minorías, debemos analizar los premios Oscar, *La Sirenita* y *Campanita*.

¿LOS OSCAR, LA SIRENITA Y CAMPANITA?

Sí, los premios Oscar son la principal razón de este artículo. El 8 de septiembre de 2020, la Academia de las Artes y las Ciencias Cinematográficas de EUA publicó en su página oficial una serie de cláusulas de inclusión y representación que deben cumplir los filmes que aspiran a ser candidatos por las estatuillas importantes, como Mejor Película. Las nuevas películas deben cumplir por lo menos con dos de los cuatro estándares que incluyen cuestiones como la representación,



LA SIRENITA Y
CAMPANITA ESTÁN
EN LA POLÉMICA
DESDE QUE
SE ANUNCIÓ QUE
HALLE BAILEY Y
YARA SHAHIDI
DARÁN VIDA A
LOS PERSONAJES
DE DISNEY EN SUS
LIVE ACTION.



MUCHOS TAL VEZ SE PREGUNTARÁN POR QUÉ LA INSISTENCIA DE INCLUIR A PERSONAS DIVERSAS EN LAS PELÍCULAS ESTADOUNIDENSES, TANTO FRENTE COMO DETRÁS DE CÁMARAS.

temas y narrativas en pantalla, el liderazgo creativo y el equipo involucrado, el acceso a la industria y el desarrollo de la audiencia. En los próximos años, que no nos sorprenda ver el surgimiento de caras nuevas en Hollywood (actores, actrices, directoras), así como una mayor diversidad detrás de escenas.

Por otra parte, están la Sirenita y Campanita (Tinkerbell, para las novísimas generaciones). Estos dos personajes de nuestra infancia están en la polémica desde que se anunció que Halle Bailey y Yara Shahidi darán vida a los personajes de Disney en sus *live action*. ¿La polémica? Son negras. En este caso (sin exagerar), la mayoría de nosotros vimos inundadas nuestras redes sociales de opiniones sobre esto, tanto a favor como en contra.

Podría decirse que estos argumentos en contra, entre muchos, giran alrededor del eterno debate sobre si es necesaria o no la representación de las minorías en el cine *mainstream*. Los principales en contra de este *casting* incluían puntos como que solo se trataba de una estrategia de *marketing*, en lugar de un verdadero deseo por una mayor diversidad en la gran pantalla; otros argumentos se basaban en que Disney ya tenía historias que protagonizaban personajes de color como Mulán, Pocahontas y Jasmín (de *Aladdín*), por lo que no era necesario “forzar la diversidad”, con el fin de cumplir una supuesta cuota de representación; algunos se montaban en que, si hubiera sido al revés —es decir, si uno de estos personajes de color hubiera sido protagonizado por una persona blanca—, los que defienden la participación de Bailey o Shahidi hubieran estado en contra; y no faltó la que tuiteó sobre cómo esta decisión arruinará las historias que marcaron las infancias de muchos (*spoiler alert*: no, no lo hará).

¿QUIÉNES SON LAS MINORÍAS?

No existe una definición completamente aceptada sobre quién forma parte o no de una minoría. De

acuerdo con la Academia y con el dr. Francesco Capotorti, quien en 1977 fue el relator especial de la Subcomisión de Prevención de Discriminaciones y Protección a las Minorías de las Naciones Unidas, las minorías en las películas (de Hollywood) típicamente son las personas asiáticas, hispanas o latinas, negras o afroamericanas, indígenas, personas de Medio Oriente o del Norte de África, así como las mujeres, la comunidad LGBTQ+ o alguien con alguna discapacidad cognitiva o física.

Todos estos grupos tienen en común alguna o todas las siguientes características: forman parte de un grupo numéricamente inferior al resto de la población de Estados Unidos, no ostentan posiciones dominantes en la población estadounidense y poseen “características étnicas, religiosas o lingüísticas diferentes a las del resto de la población” que desean preservar.

¿ES VERDADERAMENTE NECESARIO HACER ESPACIO EN HOLLYWOOD PARA LAS MINORÍAS?

Muchos tal vez se preguntarán por qué la insistencia de incluir a personas diversas en las películas estadounidenses, tanto frente como detrás de cámaras. A simple vista, parece que no hay ningún problema con que los grandes estudios cinematográficos de Hollywood (y sus producciones) sean espacios predominantemente blancos, pero la decisión de seguir contando las historias de las mismas personas no ha hecho más que generar estereotipos e invisibilizar las realidades de las personas que forman parte de una minoría.

En el estudio *By All M.E.A.N.S. Necessary: Essential Practices for Transforming Hollywood Diversity and Inclusion* (2019), los doctores Hunt, Ramón y Shim, de la Universidad de California, Los Ángeles (UCLA), señalan que los medios audiovisuales son poderosos agentes para nuestra socialización debido a que nos

ayudan a entender cómo funciona el mundo y nuestro lugar en este. El fenómeno recibe el nombre de “efecto de la verdad ilusoria”: el hecho de que observemos repetidamente historias con una misma idea —aun y cuando esta sea ficticia— muchas veces nos lleva a creer que esta es real, aunque no contemos con evidencia en la realidad que de verdad lo sea.

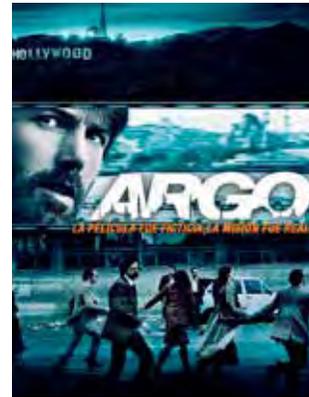
Este efecto tiene como lado oscuro la perpetuación de estereotipos, que invisibiliza formas de vida alternativas a las que usualmente se nos exponen en los filmes taquilleros. Los doctores Hunt, Ramón y Shim incluso utilizan el término de “aniquilación simbólica” para defender por qué debería haber mayor diversidad en las películas *mainstream*: estar representados en el mundo ficticio de los medios audiovisuales es igual a existir en el plano social; no estar en este mundo ficticio significa ser aniquilados de forma simbólica.

SI LAS MINORÍAS NO PARTICIPAN LO SUFICIENTE EN LA INDUSTRIA CINEMATOGRAFICA, ¿QUIÉN SÍ LO HACE?

It's a man's man's man's world. Esto cantaba James Brown en 1966 y bien puede aplicarse a la industria de Hollywood del siglo XXI. En específico del hombre blanco... y esto no es una mera suposición.

Volvemos con Hunt y Ramón, nuestros doctores de cabecera: en *Hollywood Diversity Report 2020: A Tale of Two Hollywoods* afirman que el 27% de las películas taquilleras de 2019 tuvieron como protagonistas a personas de color (mientras que el 44% de los protagonistas fue para mujeres).

Sobre la dirección de las películas taquilleras del último año, este reporte señala que, de una muestra de 140 directores, 105 fueron hombres blancos; de los 35 lugares restantes, 10 fueron ocupados por mujeres (ocho mujeres blancas, una mujer negra y una mujer asiática) y 25 por hombres negros. En el departamen-



SOBRE LA DIRECCIÓN DE PELÍCULAS TAQUILLERAS EN HOLLYWOOD EN 2020:

DE UNA MUESTRA DE 140 DIRECTORES, 105 SON HOMBRES BLANCOS, 10 SON MUJERES Y 25 HOMBRES NEGROS. UN MUNDO DE DIFERENCIA.

to de los creativos, de una muestra de 144 guionistas, 105 fueron hombres blancos, 25 fueron mujeres (19 blancas, cuatro afroamericanas y dos asiáticas) y 14 afroamericanos. Es un mundo de diferencia.

¿Y QUÉ TIENE DE MALO QUE LOS HOMBRES BLANCOS DOMINEN HOLLYWOOD?

Male gaze y dominant gaze. Analicemos el primero, que es la imagen de la mujer como materia prima (pasiva) para la mirada (activa) del hombre: la teórica del cine Laura Mulvey dice que la representación de la mujer en pantalla suele darse en términos de objeto, ya sea sexual o lo aceptado por el hombre en pantalla; en el caso de que la mujer se salga de lo aceptado dentro de la historia, siempre terminará por alinearse a lo anterior.

Un ejemplo de *male gaze* en una película *mainstream* (aunque no se limita a este tipo de cine) es la caracterización de Harley Quinn en *Suicide Squad* (2016), dirigida por David Ayer: es sumamente evidente la objetivación sexual del personaje con su ves-

timenta, así como con las tomas que se hacían de la actriz Margot Robbie. Muchos podrán decir que este tipo de representación era la que se esperaba para el personaje, aunque en este caso no aplicaría este argumento del todo. En *Birds of Prey* (2020), dirigida por Cathy Yan, tanto la vestimenta como las tomas lograron capturar la esencia del personaje sin tener que recurrir a su objetivación.

Por otra parte, el término *dominant gaze*, desarrollado por la académica de la Universidad de Santa Clara (EUA), Margaret Russell, surge a partir del concepto anterior. Al igual, el hombre es quien tiene la capacidad de enmarcar a quienes salgan en pantalla, aunque en este caso la "materia prima" son las minorías raciales. De forma más concreta, la *dominant gaze* se trata de la objetivación y minimización de la identidad y experiencias de las personas de color, así como la promoción de la perspectiva masculina como la universal e indiscutible.

En este caso, se puede señalar como el ejemplo perfecto a *Argo* (2012), la cinta dirigida y protago-

nizada por Ben Affleck. Bajo la premisa de que está basada en una historia real, logra establecer como universal e indiscutible la perspectiva del agente de la CIA Tony Mendez, a la par que invisibiliza los hechos que propiciaron la Revolución Islámica de Irán y el rol que jugó EUA en esto. ¿Otro ejemplo? *The Hangover Part II*, donde el trío cómico tiene las mismas aventuras que la primera entrega, pero ahora en Vietnam (y con *gags* de gringos en Asia, entre vietnamitas).

Hollywood es y siempre ha sido, prácticamente, un "club de Toby". Al no tener una igualdad en cheques para mujeres en comparación con los hombres (blancos), ellas, las minorías y grupos vulnerables en la gran pantalla solo están en función de lo que entienden los hombres. En muchas ocasiones es mitad realidad y mitad imaginación.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTÍSIMO ESTE CAMBIO?

Es solo cuestión de tiempo para que nuevas caras e historias empiecen a aparecer en las próximas pelícu-

las de Hollywood. Como señala la doctora Beatriz Inzunza, profesora de la Universidad de Monterrey en el Departamento de Ciencias de la Información, las promesas de una mayor representación de las minorías en la industria cinematográfica normalizarán "percepciones positivas hacia dichas comunidades y se comenzará a incorporar imaginarios nuevos de belleza, de familia, de fraternidad, amistad". Si esta tendencia se da al alza, se podría hablar de una mejora de actitudes hacia estas.

"Los niños no identifican inherentemente defectos en otras etnias, géneros y demás, esto es socialmente construido. En gran medida, los medios de comunicación aportan clichés y estereotipos", agrega Inzunza. Mayor diversidad en la industria cinematográfica beneficiaría la forma en que percibimos a las minorías, y en como las personas dejen de percibirse como subordinadas.

¿Suena genial?

Sí, suena genial. o

SIRI NO NACIÓ PARA AYUDARNOS

POR: LUCÍA GALVÁN COLABORA EN LA DIRECCIÓN DE FINANZAS UDEM.

Los asistentes virtuales (Ok Google, Alexa, Cortana, Siri, Bixby) llegaron a nuestras vidas sin aviso y se instalaron, literal, en la comodidad de nuestra casa, nuestro cuarto, sala, cocina y celulares. ¿Qué tanto nos ayudan o qué tanto nos espían?

Los hábitos de consumo están en constante cambio. La tecnología de 2020 prometida en películas de los ochenta parece que por fin aterrizó —salvo por los coches voladores de *Volver al futuro II*—, y controlar nuestro alrededor con comando de voz suena estupendo.

Para los usuarios, además de tener características beneficiosas, esta tecnología innovadora también tiene un lado sospechoso. Entre los competidores en el mercado, detectaron filtraciones de datos de usuarios y empezaron a aceitarse las máquinas de las teorías de conspiración, tan afines a nuestros tiempos convulsos.

¿Has escuchado alguna de estas teorías? Estas ideas fueron deducidas gracias a la observación de algunos usuarios.



SEGURIDAD A PRUEBA

¿Los asistentes virtuales pueden ser *hackeados*? La respuesta es sí, bajo ciertas condiciones. Investigadores creen que un *hacker* podría enviar un sonido o señal que el asistente podría interpretar como un comando, para controlar el dispositivo.



LOS ASISTENTES VIRTUALES PERCIEN TU ESTADO DE ÁNIMO

Si les preguntas cómo está el clima, responderán de forma amigable. Si les pides que envíen un mensaje, su voz será más formal.



LA CÁMARA DE TU CELULAR ESTÁ ENCENDIDA TODO EL TIEMPO

Una *youtuber* captó en video que la cámara frontal del iPhone parpadeaba una luz que no es visible para el ojo humano. Ella y sus seguidores especularon que la estaban grabando para un “plan del gobierno”. Ante esto, Apple declaró que la luz que parpadeaba era la del reconocimiento facial, el cual está hecho con un sensor infrarrojo que no es físicamente visible.



SIRI CONTESTA COSAS MACABRAS A LAS 3 DE LA MAÑANA

Empezó como un reto de internet entre *youtubers*. Algunos capturaron respuestas extrañas de Siri como “estoy hablando con la luz de la sala” o “había una vez una mujer vestida de negro que se le aparecía a la gente en la oscuridad de la noche... ¡Uy!, está justo detrás de ti”. Algunos presenciaron actos inusuales al realizar este reto, sin embargo, muchos indicaron que fueron acciones planeadas por los *youtubers* para generar más visualizaciones.



TU UBICACIÓN ESTÁ VISIBLE TODO EL TIEMPO

Cuando se muestra el ícono de ubicación en la esquina superior derecha, significa que tu celular está enviando datos a aplicaciones sobre dónde te encuentras. Es obvio que las *apps* de transporte privado y mapas la necesitan, pero también es común que las de ejercicio y las plataformas de *streaming* y compras *online* busquen de dónde es el usuario para ofrecer un catálogo adaptado a su región.



LAS CONVERSACIONES SON ESCUCHADAS

Un equipo de especialistas de Northeastern University, en Boston (EUA), analizó alrededor de 17 mil aplicaciones para averiguarlo. La muestra indicó que la mayoría de las *apps* pertenecían a Facebook y más de 9 mil tenían acceso a la cámara (aunque no la necesitaran).

FOOD FOR HACKERS

Para muchos consumidores existen dos grandes preocupaciones: los asistentes en nuestros celulares o aparatos en casa siempre están escuchando y pueden actuar como enlace para conectarse a otros dispositivos, creando así puntos de acceso para un *hacker*. Quizá te preguntes si tu asistente virtual sabe demasiado, o si trata de recopilar tu información, tus comandos y almacenarlos en un servidor.

Agréglele todas las interacciones que realizas en internet: búsquedas en Google, *emails*, *likes*, *online shopping*. Es tanta la información que arrojas con el uso de aplicaciones que puede parecer que te espían. Pero lo más revelador está en las redes sociales. El algoritmo de estas puede concluir con certeza si eres soltero o casado, si tienes mascota, carro, cuál es tu comida favorita e incluso los intereses que no sabías que tenías. Gracias a esto, pueden crear una suposición sobre cuál será tu próxima compra antes de que lo sepas.

Cada captura de datos puede automatizar tus intereses e, incluso, te conocen más que tú mismo. Si hablaste con tu amiga sobre hacer *spinning* y al minuto apareció una publicidad de *Spinspeed* en tu *feed*, ¿crees que la grabación de audio, el análisis e interpretación de conversación fue escuchada? ¿Sería una forma eficiente de direccionar publicidad?

No tan rápido, máquina de teorías de conspiración. En el caso específico de Apple, esta empresa con sede en California repasa constantemente las configuraciones de privacidad. Al configurar Siri, se solicita al usuario decir algunas frases varias veces para crear un patrón de la voz del usuario.

Una vez realizado, hasta no producir una coincidencia en el patrón, no hay audio que se envíe a servidores de Apple a menos que se detecte un "Oye, Siri" previamente. Al decirlo, se utiliza un identificador aleatorio que no es tu Apple ID, ni tu nombre o dirección. Cuando Apple almacena tus datos personales, se utilizan sistemas informáticos con acceso limitado en instalaciones con medidas de seguridad físicas. Además, Apple compartió sus políticas de privacidad con el Reglamento General de Protección de Datos en la Unión Europea y se alinean con este requisito legal.

La mayoría de los usuarios que usan un *smartphone* cuentan con aplicaciones de uso gratuito en un 95 %... Pero, recuerda: nada es gratis. Toda aplicación que obtiene tus datos necesita recibir beneficios de alguna forma.

Detrás de cada *app* siempre hay un lado que se desconoce: codificación, algoritmos, *trackers* y más.

El tiempo en casa es valioso. Los asistentes virtuales automatizan y aceleran procesos domésticos. Los mejores ahorran tiempo y dinero para concentrarse en los momentos que más importan.

SIN EMBARGO, ESTA INTELIGENCIA ARTIFICIAL NO ESTÁ PARA UNIRNOS O CREAR CONEXIONES, EXISTE PARA FINES COMERCIALES.

CONSEJOS PARA MANTENERTE SEGURO CON UN ASISTENTE VIRTUAL

REVISALO QUE CONECTAS

Dado que los asistentes virtuales pueden conectarse a luces, televisiones y termostatos, es preferible no conectar funciones de seguridad como la cerradura de una puerta o una cámara de vigilancia.

ELIMINA COMANDOS

Los asistentes virtuales permiten escuchar comandos anteriores y borrar algunos o todos. Esta es una buena manera de borrar cualquier información confidencial que pueda estar almacenada.

TEN CUIDADO CON LO QUE COMPARTES

Contraseñas, información de tarjetas de crédito, datos confidenciales. Recuerda: es posible que cualquier persona pueda acceder a esa información con solo pedirla.

HABILITA EL RECONOCIMIENTO DE VOZ

Esto permite que distinga tu voz. Puede ser útil, pero en algunos casos es posible que no funcione todo el tiempo.

DESACTIVA LAS COMPRAS

Los asistentes virtuales se configuran para realizar compras a pedido. Cualquiera que tenga acceso puede realizarlas. Configura una contraseña de compra y mantenla en secreto. Recuerda: toda compra en línea o pago de servicios recibe un correo electrónico.

ACTUALIZA CONTRASEÑAS

No nos cansaremos de decir esto: crea una contraseña difícil para cada registro de datos y cámbiala con frecuencia, al menos una vez cada tres meses.

LAS QUEJAS DE LOS PRINCIPALES ASISTENTES VIRTUALES SEGÚN USUARIOS:

AJUSTES POR MEJORAR DE SIRI:

- Darle una orden demasiado larga aumenta la probabilidad de error.
- No funciona sin conexión a internet.
- Solo es compatible con productos Apple.
- Siri no da continuidad entre preguntas.

AJUSTES POR MEJORAR DE ECHO DOT + ALEXA:

- Tarda días en actualizar la nueva versión.
- Privacidad del hogar.
- Debe estar enchufado ya que no tiene batería interna.
- Para hacer el hogar inteligente es necesario gastar en otros complementos como interruptores, detectores de humo y cámaras de seguridad.
- No puede hacer varias tareas a la vez.

AJUSTES POR MEJORAR DE GOOGLE ASSISTANT:

- Requiere conexión
- Calidad de sonido deficiente
- Pocos botones de control
- Debe estar enchufado ya que no tiene batería interna.

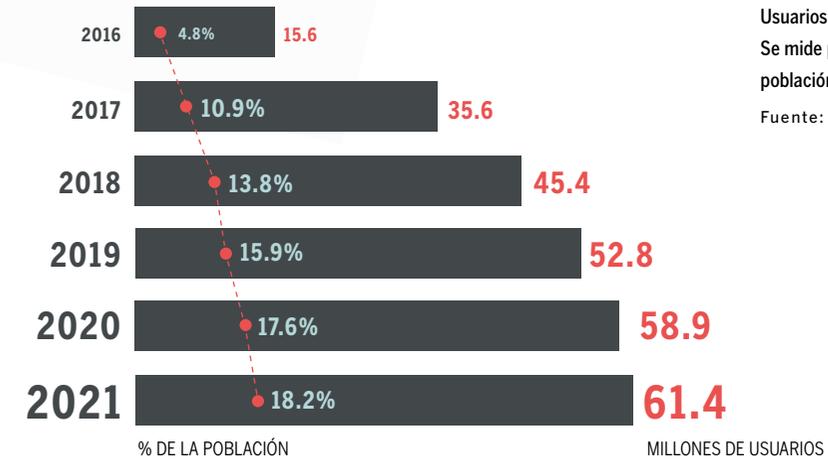
¿CUÁNTO DINERO?

Según Statista, el mercado mundial de asistentes virtuales se valoró en 11,900 millones de dólares en 2019. Para el 2025, las proyecciones sugieren que esta cifra anual podría crecer tres veces, a más de 35,5 mil millones de dólares. En otras palabras: llegaron para quedarse.

11,900
MILLONES
DE DÓLARES
2019

35,500
MILLONES
DE DÓLARES
2025

¿QUIÉN LOS TIENE?



COSAS QUE PUEDES HACER CON SIRI Y PROBABLEMENTE NO SABÍAS:

1. Pedirle que te recomiende series en Netflix.
2. Usarla para juegos de azar (o para ver a quién le toca manejar): "Oye, Siri, tira una moneda", "Oye, Siri, lanza los dados" y generará una respuesta automática.
3. Activar o desactivar comandos como datos, Bluetooth, WiFi, Modo avión o No molestar.
4. Dividir la cuenta con propina: "Oye, Siri, divide la cuenta con propina de [cantidad] entre [número de personas]". Siri lanzará tres totales: con el 10%, 15% y 20% de propina.
5. Proporcionar el precio de las acciones de ciertas empresas.
6. Preguntarle si hay tráfico.
7. Enviar correos electrónicos. Siri te pedirá que proporciones el mensaje y el asunto.
8. Mostrarte los resultados de un equipo deportivo.
9. Preguntarle por los horarios del cine más cercano.
10. Pedirle que te despierte en cierto tiempo en caso de tomar una siesta. ○

TITANES

DE

CINCO

COLORES

POR: NURIA BALLESTEROS

AÑOS DE ESFUERZO QUE SE RESUMEN EN SUDOR, LÁGRIMAS Y ADRENALINA PURA EN SOLO UNOS MINUTOS. ESTOS ATLETAS OLÍMPICOS, ORGULLOSAMENTE REGIOS, ESTÁN ACOSTUMBRADOS A DARLO TODO POR LLEVARSE UNA MEDALLA, ROMPER UN RÉCORD Y DISFRUTAR LOS ALCANCES DE SU PASIÓN. MIENTRAS, NOS EMOCIONAMOS CUANDO GANAN, SUFRIMOS CON ELLOS Y HAY QUE ADMITIR QUE HASTA LLORAMOS DE EMOCIÓN CUANDO LOS VEMOS EN EL PODIO.

EN ESTE AÑO DE LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE TOKIO 2020 (EN 2021, COSAS DE LA PANDEMIA), RECORDAMOS A LOS DEPORTISTAS QUE PARTICIPARON EN EDICIONES ANTERIORES Y QUE, SABEMOS, LLEVAN A MONTERREY EN EL CORAZÓN AL MOMENTO DE COMPETIR.



FOTOS: CORTESÍA

PUNTERÍA PERFECTA

MARIANA AVITIA

(TIRO CON ARCO)

OLIMPIADAS LONDRES 2012

MEDALLA DE BRONCE

Desde los nueve años sabía lo que quería. Mariana vio su camino detrás de un arco y ganó su primer trofeo a esa edad consiguiendo el 2º lugar en el Campeonato Nacional Bajo Techo, en Aguascalientes. Solo cinco años después, ya estaba en Beijing compitiendo en los Juegos Olímpicos de 2008. Su pasión fue recompensada cuatro años después, cuando en Londres 2012 consiguió una de las primeras medallas olímpicas en Tiro con Arco para el país. A la fecha, ha participado en más de una veintena de competencias, entre ellas Copas del Mundo, Campeonatos Mundiales y dos ediciones de Juegos Olímpicos (Beijing y Londres 2012). Espera regresar en un futuro al campo, pero ahora cambió el arco por una cuna ya que es una mamá primeriza.



PANAMERICANOS

TRES METROS SOBRE LA GLORIA

JUAN MANUEL CELAYA (*CLAVADOS*)

PANAMERICANOS LIMA 2019 - **MEDALLA DE ORO Y PLATA**



Meme, como le dicen de cariño, sabe saltar al vacío y con estilo. El clavadista ha logrado a sus 22 años tres medallas en los últimos Juegos Panamericanos, dos en solitario y una más de oro junto a Yahel Castillo, su compañero en Clavados Sincronizados.

Su pasión y talento lo llamaron desde los nueve años cuando ganó una medalla en su primera Olimpiada Nacional. Aunque no todo ha sido un camino fácil, él sabe saltar de un lado a otro para llegar más lejos. Cuando no logró clasificarse para los Juegos Olímpicos de Río 2016, se "aventó" a la Universidad de Luisiana (EUA) para estudiar la carrera de Ingeniería Civil. Ahora deberá encontrar el balance entre ambos; si logra clasificarse, podremos verlo en Tokio este julio.

VOLTERETA DE ORO

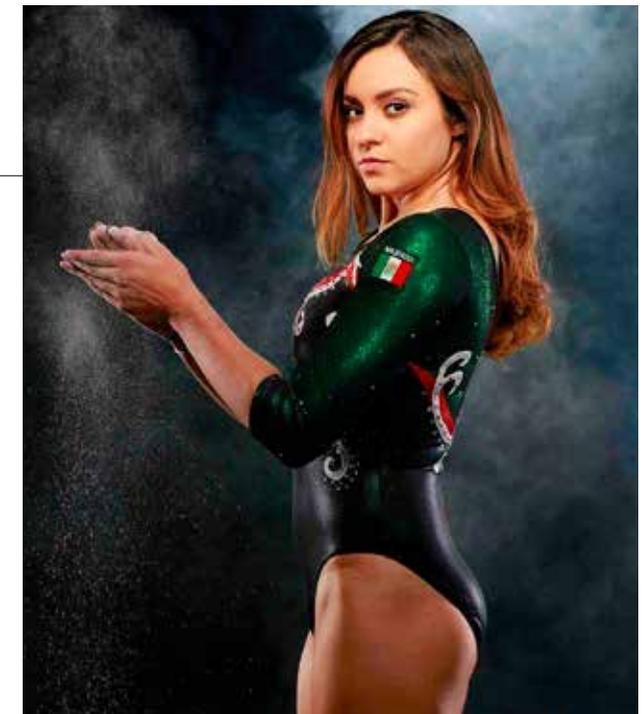
ANA ESTEFANÍA LAGO SERNA

(*GIMNASIA RÍTMICA*)

PANAMERICANOS GUADALAJARA 2011 - **MEDALLA DE ORO**

Ana encontró desde los cinco años el ritmo. En Gimnasia Artística de Piso descubrió el camino que a los 16 años la llevó a ser la primera mujer en ganar una medalla de oro, en los Juegos Panamericanos en Guadalajara 2011. Su destreza no se detiene ahí: consiguió el podio con dos medallas en los Juegos Centroamericanos y del Caribe en 2010 y un par más en los mismos juegos de Veracruz, en 2014.

Fuera de las competencias profesionales, también conquistó al público al participar en el Exatlón México, *reality* de TV Azteca que la llevó a tener 900 mil seguidores en Instagram que son sus porristas y que están atentos a su futuro prometedor. A los 24 años podría representar a México en las Olimpiadas de Tokio y, por supuesto, traer más medallas de regreso.



PASOS FIRMES Y CONSTANTES

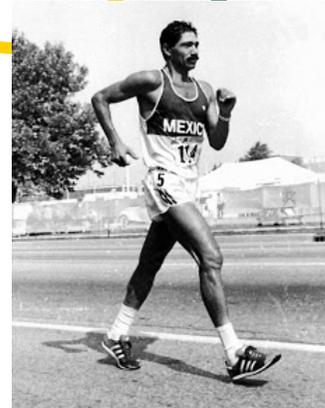
DANIEL BAUTISTA ROCHA

(*MARCHA*)

OLIMPIADAS MONTREAL 1976 - **MEDALLA DE ORO**

Cuando le preguntaron sobre su motivación, Daniel afirmó: "Yo lo que quiero es que los niños sepan que en la vida todo se puede". Y de esa misma manera comenzó su historia, cuando el futuro atleta regiomontano encontró su vocación a los ocho años al ver al corredor etíope Abebe Bikila ganar en Roma 1960. Y, sin quitar el dedo del renglón, se convirtió en el primer ganador de una medalla de oro en los 20 kilómetros de caminata para México. Estaba entre los cinco favoritos de la competencia, entre tres alemanes y un ruso, pero lo que ellos no sabían es que Daniel tenía un as bajo el tenis.

Su entrenamiento fue experimental al entrenarse a 4,400 metros sobre el nivel del mar en Bolivia, algo que solo los locales hacían. Estas duras condiciones lo prepararon para que cumpliera su sueño olímpico a los 24 años.



CADA PASO CUENTA

RAÚL GONZÁLEZ RODRÍGUEZ (*MARCHA*)

OLIMPIADAS LOS ÁNGELES 1984

MEDALLAS DE ORO EN 50 KM Y PLATA EN 20 KM

En tres horas, 47 minutos y 26 segundos que hicieron valer 17 años de trabajo incansable, Raúl logró el oro (y la revancha). Siete días antes, había conseguido la plata. El honor del doble medallista olímpico en marcha es recordado como uno de los momentos dorados del deporte mexicano. Su legado incluye ser bicampeón panamericano en 50 kilómetros, triple campeón del mundo en la misma distancia y 11 marcas mundiales, de las cuales cuatro rompió él mismo. Ha caminado fuera de la pista con la misma fuerza: fue director de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (1988 a 1994) y del Instituto Estatal del Deporte de Nuevo León (2015 a 2018). Y si le preguntan, modestamente dice que es uno de los cinco mejores deportistas del país.

En exclusiva, estos dos deportistas que son parte de la comunidad UDEM nos platicaron lo que fue vivir una Olimpiada, en el caso de Jesús, y lo que será como futura olímpica, en el caso de Alejandra.



DEL SALÓN A LA OLIMPIADA

ALEJANDRA ESTRELLA (CLAVADOS)
ESTUDIA 8VO. SEMESTRE DE LICENCIADO EN CONTADURÍA Y FINANZAS
FUTURA COMPETIDORA DE TOKIO 2020 (EN 2021)

Cuéntanos brevemente sobre tu vida deportiva. ¿Cómo empezaste en los clavados y cómo fue tu proceso hacia el alto rendimiento?

Empecé en este deporte a los siete años, principalmente porque me gustaba mucho estar en el agua brincando y con mis amigos. Fue hasta que tuve mi primera competencia municipal —en la cual quedé en 2º lugar— que mi entrenador de ese entonces habló con mi papá porque, si le seguía echando ganas, veía un gran potencial en mí. Yo me saqué de onda porque, cuando acudía a los entrenamientos, siempre iba con la idea de disfrutar y no me exigía ningún resultado a mí misma. Pero un día pensé: si cuando vengo, me la llevo tranquila y obtengo este buen resultado ¿qué pasará si de verdad me empeñara en lograr algo? Desde esa pequeña competencia y hasta ahora, a mis 21 años, me visualicé haciendo grandes cosas.

¿Cuál ha sido tu mejor momento como troyana?

Concursar en la Universiada Mundial de Nápoles en 2019. Me sentí muy orgullosa de representar a mi universidad y dejar en alto el nombre de México. Disfruté mucho esa competencia, porque además sentí el apoyo de toda la UDEM, ese triunfo fue para ellos.

¿Cuál ha sido tu mayor reto como deportista?

Enfrentarme a las lesiones. En 2017 tuve una operación de rodilla y me tardé dos años en volver a competir. Sin duda, fue un momento en el que tenía que ser muy resiliente y paciente, ya que la rehabilitación fue larga, pero al final valió la pena porque ya no me ha molestado y aprendí mucho sobre mí misma.

¿Con qué canción celebras tus victorias?

“Paradise City” de Guns N’Roses. Me gusta mucho y cuando la escucho me dan ganas de ir por más.

RENDIRSE NO ES OPCIÓN

JESÚS ALBERTO PERALES GONZÁLEZ

(VOLEIBOL DE SALA)

EXAUDEM DE PREPA UDEM (USP)

Y DE LICENCIADO EN DIRECCIÓN Y ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

COMPETIDOR EN RÍO DE JANEIRO 2016



¿Por qué decidiste practicar voleibol?

Desde chiquito me gustaban los deportes. Era muy intranquilo y necesitaba hacer algo. Como todo niño, me la pasaba en el parque con mis amigos jugando fútbol, luego pasé a béisbol, natación, karate, muchos deportes. Cuando estaba en sexto de primaria, yo hacía básquetbol y mi hermana hacía voleibol. Un día, esperando a que llegara nuestra madre mientras ella seguía jugando, vi a los niños entrenar y el profe Martín me invitó a integrarme. Desde ese día me encantó y me quedé ahí.

¿Qué se sintió ir a las Olimpiadas?

Es algo inexplicable. El estar ahí en la inauguración en el estadio Maracanã, entre 100 mil personas, en el campo con los mejores atletas del mundo y ver cómo se encendía la llama olímpica, es algo impensable. En ese momento, me pasó todo por la cabeza. Me acordé de todas las veces que mi mamá pasaba por mí a la escuela con comida y ropa para llevarme a entrenar todos los días. Recordé a mi papá acompañándome y después de un fracaso o de lastimarme, me decía que podía hacer cualquier cosa que me propusiera. Estando ahí me di cuenta de que, sin ellos, nunca podría haber llegado a unos Juegos Olímpicos.

¿Hay algún secreto o dato poco conocido sobre las Olimpiadas?

En nuestro caso, fue la primera vez que un equipo de México clasificaba a los Juegos Olímpicos en este deporte desde 1964 que fue declarado como deporte olímpico. Nunca antes se había logrado.

De la experiencia en general, se me hizo muy curioso todo lo que hay en la Villa Olímpica. Me impactó entrar y ver tantos edificios, la miniciudad que es. El comedor es inmenso, mide como dos canchas de fútbol y desayunas al lado de Rafa Nadal, Serena Williams, Usain Bolt, Michael Phelps y están todos casuales, como si nada.

También hay cafeterías, un McDonald’s, salones de juego, bares, áreas recreativas, mucho más de lo que pensaba y todo es gratis como competidor (risas).

Y sobre los secretos... no te los puedo decir.

¿Qué consejo le darías a otros deportistas que buscan llegar a unos Juegos Olímpicos?

Que nunca se rindan, si tienen un sueño vayan por él, no importa si llega lo que esperan o no, sino que nunca se rindieron. Mi mayor logro no fue ir a las Olimpiadas, sino nunca haberme rendido.

Sé que hay mil obstáculos, yo los viví. Me lesioné, fracasé y muchas veces pensé en dejarlo todo. Una vez hasta me sacaron de la cancha inconsciente en una ambulancia, desperté en el hospital y pasé meses sin poder jugar, pero nunca estuve solo, tenía a mi familia y entrenador que creían en mí, así que seguí adelante.

¿Tienes un mantra o algo que te repites antes de competir para calmar los nervios?

“El mejor lugar del mundo es aquí y ahora”. Me lo repito mucho para estar presente en lo que estoy haciendo, más allá de calmar los nervios. Y también lo aplico fuera de la cancha para estar presente en todo lo que haga, ya sea para disfrutarlo, vivirlo o sufrirlo; lo importante es estar ahí.

¿Tu mejor momento como troyano?

Lo mejor que pude haber hecho fue estar en un equipo representativo de la UDEM.

Recuerdo que casi cada fin de semana salíamos a jugar y nos íbamos de viaje todos los amigos. No podría escoger un momento, los escogería todos porque es con lo que me quedo, más allá de los conocimientos y de las medallas, los amigos que hice, los compañeros que tuve y todos esos momentos que pasamos juntos, para mí son invaluable.

Eso vale más que los buenos resultados, como ser campeones nacionales juveniles de Voleibol de Sala y de Playa, además de campeones de Segunda División en prepa.

¿Con qué canción celebras tus victorias?

Como es un deporte en conjunto, el que trae la bocina decide, pero cuando me toca a mí, pondría alguna canción de Hombres G o “Don’t Stop Me Now”, de Queen. ○

EL IMPRESIONANTE MUNDO DE LOS VIDEO JUEGOS

Consolas, videojuegos, eSports, torneos virtuales, *gamers*, *pro gamers*. Lo que empezó con Atari, Pong, Tetris y Mario Bros, ahora es jugadores profesionales con entrenamientos, monitores, dietas y muchísimo dinero. ¿Quién dijo que el *gaming* no servía para nada?

POR: **ABRAHAM LOZANO RODRÍGUEZ**
PROFESOR DEL PROGRAMA DE LICENCIADO EN
ANIMACIÓN Y EFECTOS DIGITALES, **UDEM.**

“Los videojuegos te van a secar el cerebro”. “Los videojuegos te van a dejar tonto”. “Nomás te están quitando el tiempo, no te dejan nada nuevo, no te enseñan nada”. Eso decían (o dicen) nuestros papás. Y qué equivocados estaban (o todavía lo están, cada quien sus padres).

Los videojuegos hoy en día son parte de nuestra vida diaria: en 2020, en el mercado predominan las consolas de tres grandes compañías: Nintendo (con el Nintendo Switch), Sony (con el Playstation 5) y Microsoft (con el Xbox Series X). También pululan juegos para la PC y para celulares de todos los sistemas operativos.

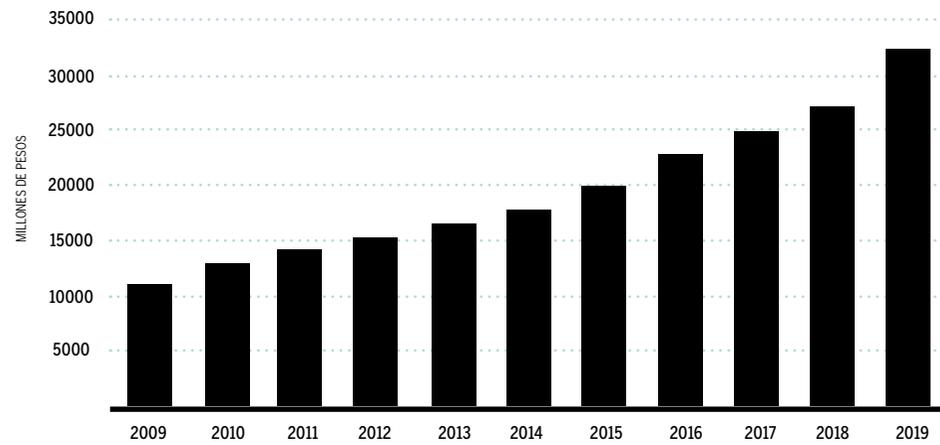
En 2020, los ingresos mundiales de los juegos de computadora fueron de 37 mil millones de dólares; los de las consolas, 45 mil millones de dólares; los de los juegos “móviles”, agárrate: 77 mil millones de dólares. Sí, los juegos que te aparecen en Facebook, en App o Google Store, los que tienen a la gente clavada en su celular en el transporte público, generan casi el doble de las consolas y un poco más del doble de los de PC. Teniendo todo esto en cuenta, es fácil entender por qué la de los videojuegos es una de las industrias con mayor crecimiento en los últimos años.

● VIRTUAL MÉXICO, RAZA!

México es un excelente mercado para los videojuegos. Se estima que, actualmente, seis de cada 10 mexicanos son *gamers* y los últimos datos (2019) arrojan que el valor del mercado de la industria de videojuegos fue de cerca de 32 millones de pesos en 2019, con un crecimiento anual de casi 20% y

el triple de su valor en comparación con la década pasada, según el reporte de la consultora The Competitive Intelligence Unit.

Son números impresionantes de una industria mexicana pujante, con incrementos notables tanto en ganancias como en consumidores. ¿Lo más llamativo? Va para arriba, como lo muestra la gráfica:



Fuente: The Competitive Intelligence Unit

● ANTE EL ÉXITO, LAS CARRERAS DEL MAÑANA OY DEL HOY

Una idea común alrededor de los videojuegos es que son algo solo para niños y jóvenes. No es algo equivocado, pero no habla todas las verdades: al menos el 90% de la gente con menos de 20 años es, de alguna manera u otra, un *gamer*. Aun así, resulta sorprendente que dos terceras partes de la población de entre 21 y 40 años son *gamers* y entre la gente de más de 50 años se considera que al menos un tercio de ellos juega videojuegos —principalmente en sus *smartphones*, de ahí la adicción de tus tías al Candy Crush.

La creciente industria de los videojuegos ha generado nuevas oportunidades y trabajos, y el interés por vivir de la creación de los videojuegos se ha vuelto más común (es normal querer participar en algo que

no solo le genera tanta alegría a uno mismo, sino a millones de personas).

En México, actualmente, estudiar programación para videojuegos es una posibilidad real gracias al nacimiento de licenciaturas y maestrías que han surgido en varias universidades de nuestro país, como en la UDEM, que ofrece en su portafolio educativo carreras como Licenciado en Animación y Efectos Digitales y la maestría en Arte y Diseño de Videojuegos, las cuales le permiten a jóvenes promesas la oportunidad de aprender cómo crear y desarrollar videojuegos de principio a fin.

En estas carreras se logra aprender la parte del arte, la creación de personajes, edificios y diferentes objetos que podemos ver en un videojuego. Se aprende también a diseñarlos, desde la creación de



eSports en Moscú, Rusia. 2019

una idea hasta las diferentes fases por las que la producción de un juego electrónico suele atravesar. Si eres un apasionado de los videojuegos, estas carreras son una gran opción para volver realidad tu sueño de crear y vivir de ellos.

● DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO (DESDE UNA CÓMODA SILLA Y SIN PERDER EL ALIENTO)

Otro tema interesante en el mundo de los videojuegos es que han surgido maneras para vivir de ellos, no solo como creadores, sino como participantes (*pro gamer*) en los llamados eSports. La adopción acelerada de internet propició que los torneos de videojuegos profesionales se volvieran una realidad aquí, en Japón, en Estados Unidos, en Burkina Faso (aquí es cuando

piensas: ¿ahí también?). Estos jugadores profesionales (de todos los géneros, nacionalidades, edades, colores y sabores) ganan muchísimo dinero por participar en torneos virtuales y viven únicamente de jugar —como Messi, tal cual— y sus ingresos se basan en patrocinios o premios en metálico.

Aunque podría parecer que esto es algo que solo ocurre en otros países (Japón, Corea del Sur, EUA, Alemania), la realidad es que México tiene una gran cultura de *pro gaming*. La Federación Mexicana de eSports (FEMES) fue la primera organización en México en emprender el viaje de formalizar los videojuegos como deportes electrónicos para crear una futura carrera profesional para todos los *gamers* que se destacan en las diferentes modalidades de juego (como los *shooter*, *fighting games* o de estrategia, entre otros).



SE ESTIMA QUE SEIS DE CADA 10 MEXICANOS SON GAMERS Y QUE EL VALOR DEL MERCADO DE LA INDUSTRIA DE VIDEOJUEGOS FUE DE 32 MILLONES DE PESOS EN 2019.



Sin embargo, es difícil saber exactamente cuánto gana un *pro gamer*. La realidad del asunto es que, de la misma manera en que ocurre en deportes tradicionales, depende de muchos factores, como las ligas en las que se participa, si se cuenta con patrocinadores y la cantidad de torneos que ganan. De acuerdo con información del sitio web especializado *eSports Earnings*, un ganador de la FIFA eWorld Cup se embolsa hasta 250 mil dólares por torneo (sudando muy poco), aunque estas cifras podrían incrementar en caso de jugar en otras justas como la eChampions League Finals, la FIFA Global Series y la FUT Champions. Estos reparten cantidades desde los 100 mil hasta los 280 mil dólares, por lo que un jugador puede ver considerables incrementos en sus ganancias anuales.

Estos números están lejos de lo que se embolsa un jugador de fútbol —el futbolista mejor pagado de la Liga MX es André-Pierre Gignac, quien gana 4.6 millones de dólares al año, según *Transfermarkt*—, pero da (por lo menos) para vivir (cómodamente), por decir lo menos.

Con esta idea de ganancias de un *pro gamer*, es fácil entender por qué muchos medios ya los consideran deportistas reales y serios. Así como cualquier atleta que entrena de manera diaria y durante muchas horas, el *pro gamer* suele tener que entrenar ocho horas diarias en el videojuego al que se dedica. Los especialistas y entrena-

dores que guían a estos jóvenes mezclan este entrenamiento con una buena alimentación y ejercicio, ya que, sin su salud, toda la preparación frente a la pantalla no les sirve para nada.

🍎 COME FRUTAS Y VERDURAS Y ÉCHATE UNA RONDA DE FIFA CON TU BFF

Una preocupación de los padres de jóvenes que suspiran por ser *pro gamers* es el impacto que puede tener en la salud tanto tiempo sentado frente a una consola y una pantalla. Se preguntan si la gran cantidad de horas diarias de práctica podría generar un daño severo en lo físico, mental y hasta en lo social. Ninguna práctica debe obstaculizar el cuidado de nuestros cuerpos y mentes, por lo que encontrar un equilibrio resulta indispensable.

No todo son malas noticias: un estudio de la Universidad de Iowa, EUA, menciona que jugar videojuegos por lo menos dos horas a la semana puede desacelerar el envejecimiento del cerebro, pues este se ejercita como los músculos del cuerpo y, al desafiarlo a hacer diversas tareas virtuales, lo estás ayudando a reducir su desgaste y reforzándolo contra enfermedades mentales asociadas al envejecimiento.

Otro punto positivo de los videojuegos es que representan un excelente medio para socializar, ya que el internet los convierte en plataformas de interac-

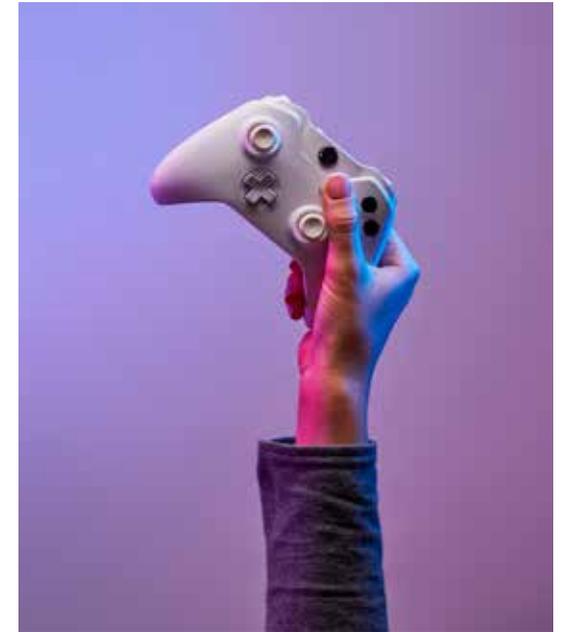
ción para conectar con todas las partes del mundo (desde Seattle hasta Sídney). En nuestra actual época de confinamiento, los videojuegos se convirtieron en una alternativa entretenida y accesible para obtener ese acercamiento con otros, algo que tanta falta nos hizo en 2020 (para saber más de esto, lee el artículo **Ver a tus amigas y amigos es importantísimo**, en la página 52. No tiene pierde). Además, muchos videojuegos motivan la creatividad, al estar basados en la solución de acertijos y rompecabezas que nos obligan a encontrar soluciones para progresar en ellos. También favorecen el desarrollo de la coordinación visual y manual, fomentan la adquisición de habilidades manuales, estimulan la memoria y la capacidad para retener conceptos numéricos.

Los juegos no solo requieren precisión, también exigen rapidez de pensamiento y soluciones ante situaciones imprevistas, lo que hace que la velocidad de reacción se trabaje en el cerebro constantemente al jugar. Algunos videojuegos son especialmente exigentes en esto, sobre todo aquellos que implican sensación de velocidad y numerosos cambios de ritmo en su *gameplay*.

🧐 ANTES DE USAR EL PRODUCTO, LEE LAS INSTRUCCIONES

Los videojuegos tienen mucha información en la pantalla, y esta es percibida principalmente por el sentido de la vista, sin embargo, las reacciones de los jugadores se manifiestan con los movimientos de las manos y dedos sobre los controles, la pantalla o el teclado. A medida que el juego avanza, el participante necesitará ser más preciso para conseguir pasar de nivel o lograr los objetivos y recompensas que se buscan, retando de manera progresiva al jugador.

Al final resulta importante mencionar que, como cualquier cosa en la vida, todo en exceso es malo. Es necesario controlar el tiempo dedicado a su uso y hay quienes sugieren no pasar de cuatro horas a la semana. También es de suma importancia que se



ESTUDIAR PROGRAMACIÓN PARA VIDEOJUEGOS ES UNA POSIBILIDAD REAL GRACIAS A LICENCIATURAS Y MAESTRÍAS, COMO LAS DE LA UDEM, LICENCIADO EN ANIMACIÓN Y EFECTOS DIGITALES Y LA MAESTRÍA EN ARTE Y DISEÑO DE VIDEOJUEGOS.

considere el tipo de contenido al se exponen los más pequeños. No todos los videojuegos son aptos para todas las edades. Cada juego viene acompañado por la indicación de edad recomendada para su uso. Es esencial que los padres de familia estén atentos a las categorías y clasificaciones de estos para poder asegurarse de no exponer a su familia a contenidos no aptos para ellos.

Los videojuegos son una parte de nuestro día a día, y llegaron para quedarse. Sean de nuestro agrado o no, debemos entender que forman parte de nuestra realidad y resulta necesario aprender cómo disfrutarlos de manera saludable para poder convivir con ellos... y ya dejar atrás las frases “los videojuegos te van a secar el cerebro”, “te van a dejar tonto” y “nomás te están quitando el tiempo, no te dejan nada nuevo, no te enseñan nada”. ◦

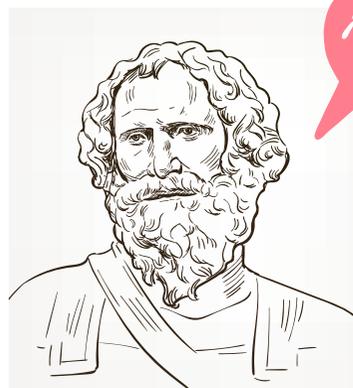


LA CIENCIA CIA

¿PARA QUÉ NOS SIRVE?

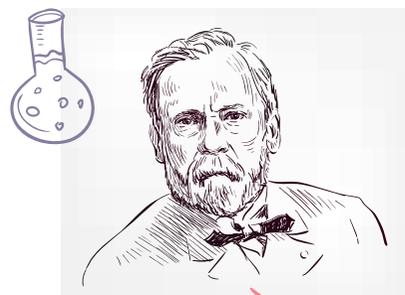
LA CIENCIA ESTÁ PERDIENDO LA BATALLA: **EN 2020, SOLO EL 0.01% DE LA POBLACIÓN MUNDIAL SE DEDICA A ELLA.** SIN EMBARGO, GRACIAS A ELLOS PODEMOS PRESUMIR DÓNDE Y CÓMO ESTAMOS. AQUÍ UNA LISTA HISTÓRICA DE NOTABLES QUE PORTAN EL TÍTULO DE “CIENTÍFICO” Y “CIENTÍFICA”... Y LA RELEVANCIA DE SU TRABAJO.

POR:
**NERLA ANGÉLICA
SILVA URIBE**
PROFESORA
DE PREPA UDEM,
UNIDAD SAN
PEDRO. **UDEM.**



ARQUÍMEDES DE SIRACUSA (287 a.C.-212 a.C.)

Físico, ingeniero, inventor, astrónomo y matemático griego que transformó la física y las matemáticas. Considerado uno de los científicos más célebres y prestigiosos de la antigüedad —y el culpable de que digas “¡Eureka!” cuando resuelves un problema.



LOUIS PASTEUR (1822-1895)

Bacteriólogo y químico francés que desarrolló la pasteurización, la cual evita la transmisión de enfermedades por alimentos. También creó las vacunas, tan necesarias con la pandemia actual, además de que fue fiel creyente de Dios, según sus biografías, desafiando la creencia de que los científicos siempre son ateos.



LISE MEITNER (1878-1968) Y OTTO HAHN (1879-1968)

Ambos científicos trabajaron con elementos radiactivos y descubrieron la fisión nuclear en medio de la Segunda Guerra Mundial. Por ser judía, Lise tuvo que huir de Alemania y desde Inglaterra siguió trabajando por correspondencia con Otto. En 1944, él iba a recibir el Premio Nobel de Química por este descubrimiento, pero fue obligado por los Aliados a no presentarse, al estar bajo vigilancia por su trabajo... y Lise ni siquiera fue tomada en cuenta por el comité.



MARIE CURIE (1867-1934)

Esta física francesa, junto con su esposo Pierre, descubrió el polonio y el uranio, con los que lograron definir la radioactividad. Esto llevó a otros científicos a desarrollar más investigaciones en medicina, por ejemplo. Marie, además, fue la primera mujer en recibir dos Premios Nobel (física y química) y su hija mayor, Irène Curie-Joliot, también recibió un Premio Nobel en Química.



JOSÉ ANTONIO DE ALZATE (1737-1799)

Científico y sacerdote mexicano que inventó el flotador que permite que deje de fluir el agua en la caja de la tasa de baño. Su conocimiento en hidráulica y su poder de observación permitió que se ahorren miles de litros de agua desde el siglo XVIII. Además, fue fundador del *Diario Literario de México*, cuyo propósito era dar a conocer las aportaciones científicas de los mexicanos.



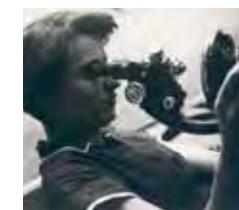
ALEJANDRA JÁIDAR MATALOBOS (1938-1988)

Fue la primera mujer en graduarse en la carrera de Ingeniería en el área de la Física en la UNAM en 1961, donde además logró ser jefa del Departamento de Física por varios años. Pudo conocer nuevas técnicas gracias a que, al acompañar a su esposo médico en sus viajes de trabajo, lograba contactar a laboratorios para aprender nuevas técnicas en física nuclear e implementarlas en la UNAM.

GUILLELMO GONZÁLEZ CAMARENA (1917-1965)

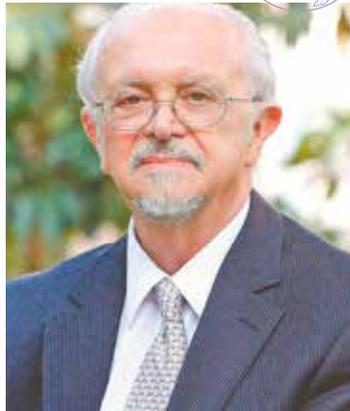
Ingeniero e inventor mexicano que creó el sistema tricromático secuencial de campos (STSC) en 1938, por el cual podemos disfrutar de la televisión a color.

Su curiosidad empezó a los 15 años cuando trabajó como técnico operario de radio en el laboratorio de la Secretaría de Gobernación. Montó su propio laboratorio en casa donde, años después, logró el STSC. Y, a pesar de las numerosas ofertas en el extranjero que tuvo por su invención, Guillermo prefirió patentarla en México para el servicio de sus compatriotas.



ROSALIND FRANKLIN (1920-1958)

Siempre soñó con ser científica, pero su familia rechazaba la idea hasta que los convenció y se tituló como doctora en Química, en la Universidad de Cambridge. Mientras trabajaba en los Laboratorios King's, en Londres, fotografió la doble hélice del ADN, mediante la técnica de difracción de rayos X. Se la mostró a su compañero Maurice Wilkins, quien compartió la hazaña con James Watson y Francis Crick. Estos, a partir de dicha información, publicaron su famosa estructura del ADN —lo injusto es que solo reconocieron que Rosalind tuvo una pequeña aportación científica al tema.



MARIO MOLINA (1943-2020)

El primer mexicano que recibió el Premio Nobel de Química por su predicción del adelgazamiento de la capa de ozono a causa de la emisión de gases industriales. También fue reconocido por su defensa del medio ambiente con referencia a la crisis climática y por darle interés a la investigación.

CAROL HERSCHEL (1750-1848)



La primera mujer que publicó en la Royal Academy y por ello recibió un salario por su trabajo científico.

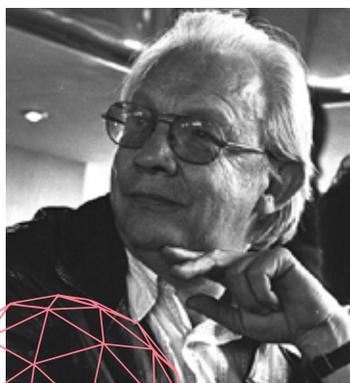


FAUSTO CELORIO (1909-1996)



¿Te gustan las tortillas? Qué pregunta tan boba, pero a él le debes que sean un producto masivo. En 1941, creó una máquina que produce las tortillas cocidas y redondas como las conocemos hoy y que reduce los tiempos de producción (a principios del siglo XX, tomaba hasta cinco horas hacer tortillas). La curiosidad radica en que Celorio comercializaba su invento a escondidas, por temor a ser atacado por tortilleros y tortilleras de todo el país.

HEBERTO CASTILLO (1928-1997)



Uno de los héroes silenciosos del terremoto de la Ciudad de México en 1985 fue este ingeniero civil mexicano que en 1967 patentó su estructura "Tridilosa": un sistema estructural de entepiso tridimensional de acero y concreto el cual ahorra hasta 30% de concreto y acero. Sin embargo, este tipo de estructura generó controversia y se dijo que violaba las normas de seguridad y construcción a nivel internacional. Pero el World Trade Center, durante esa trágica mañana de septiembre de 1985, se mantuvo de pie gracias a que fue construido con este sistema.



FOTOS: SHUTTERSTOCK Y CORTESÍA



JENNIFER DOUDNA (1964) Y EMMANUELLE CHARPENTIER (1968)

En 2020, estas dos mujeres (una francesa y otra estadounidense) recibieron el Premio Nobel de Química por el desarrollo de un método para la edición del genoma humano, también conocido como el método CRISPR. Tardaron ocho años en lograr este descubrimiento.



ADA (1980)

Lenguaje informático que dio origen al primer algoritmo para ser procesado por una máquina y que la Secretaría de Defensa de Estados Unidos bautizó así en honor de la científica británica Ada Lovelace (1815-1852).

OTROS DATOS INTERESANTES



- Podemos encontrar miles de científicos importantes en los inventos y descubrimientos de la humanidad; sin embargo, en los últimos años, el número de personas que se dedican a la ciencia solo representa el 0.01% de la población mundial, de acuerdo con la UNESCO (2015).

- En México, el Sistema Nacional de Investigadores (SNI) está conformado por alrededor de 28,630 investigadores, de los cuales 63% son hombres y 37% mujeres. 89 profesores de la UDEM pertenecen al SNI, con datos de diciembre de 2020. Por otro lado, el porcentaje de becas otorgadas para estudiar un posgrado es de 47% para mujeres y 53% para hombres —un acierto para la búsqueda de equidad de género.

- En tiempos como estos, donde una pandemia afecta a la humanidad, es donde la investigación científica toma gran relevancia. Sin ella ni sus avances seríamos incapaces de reducir el tiempo para encontrar una cura. Es importante crear un interés en las nuevas generaciones sobre la investigación científica. El desarrollo científico de un país es necesario para elevar la calidad de vida y mejorar la percepción económica del ciudadano.

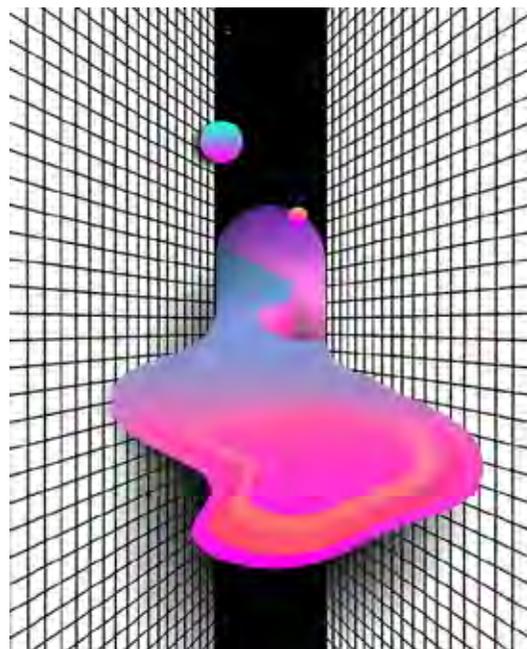
- La historia ha demostrado que la humanidad no podrá seguir avanzando sin un desarrollo científico tecnológico. Si sigue a la baja el interés por la ciencia, llegará un momento en que no podremos descubrir las maravillas que nos brinda la naturaleza.



VIRTUALLY HERE
(OTOÑO 2020).

De Susana Guerrero Flores, estudiante del programa de Ingeniería en Innovación Sustentable y Energía, para el proyecto "Representaciones de las Mega Tendencias", en la materia de Sociología del Medio Ambiente, impartida por la profesora María Fernanda Márquez Culebra.

Este cartel tiene como inspiración las consecuencias del crecimiento exponencial del poder de la tecnología en las estructuras sociales, políticas, económicas y, subsecuentemente, ambientales.



ALWAYS IN ANOTHER REALITY



DE LA BANQUETA LOCAL A TODO MÉXICO

POR: NURIA BALLESTEROS

Platicamos con Luis Portales, profesor e investigador de la Escuela de Negocios; Andrea Rangel, ExaUDEM de Licenciado en Economía ('17), y Rachid Arrañaga, ExaUDEM de Ingeniero Industrial y de Sistemas ('12), los creadores de **delabanqueta.com**, una genial tienda en línea, orgullosamente udemita, que ayuda a que los comerciantes de la calle se adapten a las ventas en línea.



Estela Martínez



Colectivo arte y esperanza



Chava y Juan Martínez

¿Por qué decidieron crear De La Banqueta? Cuéntanos la historia de cómo se dio este gran proyecto.

LUIS: En el laboratorio de Transformación Social trabajamos con udemitas iniciativas de acción y emprendimiento social. El año pasado, graduamos cuatro grandes proyectos y decidí darles seguimiento, pero no habían logrado vender productos porque lo hacían en la calle y mercados. Salió la idea de montar este *e-commerce*, con los proyectos de Andrea, Rachid, entre otros. Así creamos una tienda en línea en la que capacitamos a los productores para que puedan vender sus productos a todo México.

¿Cuál es la propuesta de valor que esperan lograr?

LUIS: Qué si el productor dice que su producto vale 100 pesos, el productor debe recibir 100 pesos por su producto. Es la base de **delabanqueta.com**, mantener la importancia de generar un impacto para estos pequeños productores que viven en una situación de vulnerabilidad.

¿Cómo pasaron de estar en la banquetta a la web?

RACHID: Nació como un curita en medio de la emergencia. Vimos que la migración a lo digital no es inmediata y fue un proceso con redes sociales, banca electrónica, embalaje y mucha consultoría con los productores: desde tomar una mejor foto, cambiar las botellas, ver las competencias. Veíamos cómo se emocionaban en el camino y querían mejorar sus productos.

¿Por qué decidieron usar ese lenguaje y el estilo informal en la página con frases como “güerito, güerita”?

LUIS: Fue parte de la experimentación, decidimos “recrear un mercado” que perdimos por la contingencia. La idea es que nos remita a un mercado mexicano y lo que encuentran en él. Traer a la web el lugar en el que todos somos “güeros” sin importar nuestro color.

¿Cómo es la selección de los productores?

LUIS: Nuestra intención es ayudar a que todos los productores puedan tener algún tipo de ingreso porque muchos estaban en situaciones de calle. Ahora, le estamos metiendo más ciencia en análisis de mercado, del consumidor, quiénes entran, quiénes salen, la parte de analítica.

¿Cómo dirías que el proyecto tiene el espíritu UDEM?

ANDREA: En el servicio y en no ser indiferentes. Siento que todas las propuestas que se hacen en la UDEM tienen este enfoque, no se quedan en el cuaderno o en el salón de clases, sino que se llevan a la realidad. Ahora en la contingencia, por todos lados se sentía este grito de ayuda y, teniendo nosotros la capacidad de ayudar, hubiera estado mal que no lo hubiéramos hecho.

¿Cómo dirían que este proyecto podría inspirar a otros alumnos y a ustedes mismos a ser “su mejor versión”?

RACHID: Ver qué ingrediente es el que tú puedes poner en la mesa, y luego ver cuál es el mejor lugar para aportarlo. No es una receta de A y luego B, sino un ciclo constante. No hay que pensar en que la “mejor versión de ti” es algo que llegará en un futuro, sino que ahorita ya eres alguien que puede aportar en el día a día con esas partes que te hacen sentir orgulloso.

ANDREA: Yo recomendaría a los alumnos que encuentren algo que les duela ver, que no puedan vivir con esta realidad y entonces hagan todo por arreglarlo.

LUIS: Olvidar la idea de que debes tener “El Gran Proyecto” de ayuda, con tener un proyecto basta. Sobre ese vas construyendo, aprendiendo, desarrollando y viendo que puedes mejorar.

¿Qué sigue para delabanqueta.com?

ANDREA: Queremos que más personas compren, que sea una propuesta sostenible y esté en el *top of mind* de las personas. Hoy en día, de la página sale el 30% de los ingresos que reciben los emprendedores, por eso es un espacio que debemos preservar y crecer.

RACHID: Ahora que llevamos 10 meses de operación, podemos segmentar y evolucionar a una tienda más profesional, cuidar que no se pierda el estilo, el propósito, la visibilidad a los productores (ayudarlos en Facebook, generar un modelo con estructura, por ejemplo).

LUIS: Es muy importante la sostenibilidad. Crear las condiciones para que si el día de mañana nos vamos a otro proyecto, este pueda seguir en las manos de alguien más que sea capaz de expandirlo sin problema y llevarlo a su máximo potencial. ○

DRIVERS OF CHANGE

ESTUDIANTES QUE MEJORAN EL MUNDO

POR: NURIA BALLESTEROS

Si crees que primero debes graduarte para empezar un cambio positivo en el mundo, piensa de nuevo. En su segundo semestre, Erick Alanís vio el potencial de crear un proyecto para beneficiar a locales y extranjeros. Conoce su aventura en esta entrevista exclusiva que nos dejó boquiabiertos.



¿Cómo empezó Drivers of Change?

Itziar y yo viajamos, en segundo semestre, a la Universidad de Elon, en Carolina del Norte (EUA). La visitamos porque era la que más compromiso cívico tenía gracias a un programa interno. Descubrimos que este era un conjunto de proyectos internacionales de asistencia social con generaciones interdisciplinarias. Nos inspiró de inmediato a tropicalizarlo para las necesidades de la UDEM.

Lo desarrollamos entre clases y dos años después, el 15 de diciembre de 2015, se aprobó Drivers of Change: un programa institucional, de honores y apoyado por la universidad, además de ser transversal entre las vicerrectorías de Desarrollo y la de Educación Superior. ¡Logramos tener a todas las escuelas juntas! Cuando lo presentamos tuvo tal éxito que otras universidades querían comprarlo, pero decidí que se quedara en exclusiva para la UDEM, que me contrató como colaborador institucional para operarlo de manera interna.

¿Cómo funciona esta mezcla entre todas las carreras?

Los alumnos enfocan cinco materias de su carrera, desde el primer semestre, a los proyectos de Drivers of Change, además de tener campamentos, tutores y visitas que los preparan. Los proyectos en los que participan no tienen que estar ligados a su carrera, cada uno aporta desde su trinchera sus conocimientos y esto lo hace muy rico en la parte interdisciplinaria.

Trabajan en equipos en dos proyectos por generación: uno a nivel nacional y otro internacional. Al ser adicional a la carrera, cuenta como una doble titulación y se considera como su servicio social. Y el 50% del costo del programa es parte de un fondo de becas para que otros estudiantes puedan participar. Así, los Drivers generan futuros Drivers.



Cuéntanos un poco de los proyectos que se han hecho...

Un proyecto nacional es con el Patronato de la Huasteca Potosina y lo lleva la tercera generación. Van a trabajar en el empoderamiento de la cultura y creación del ecoturismo en la Huasteca porque ahorita no es de nadie. De hecho, varias personas del consejo de la UDEM están participando en esto.

La tercera generación también está involucrada, en lo internacional, con un campo de refugiados en Zambia, un proyecto que tiene alianzas muy interesantes con la división de Derechos Humanos de las Naciones Unidas.

¿Cómo se decide qué problemática atender y con cuál empresa o patrocinador puede trabajar Drivers of Change?

Tenemos una lista de empresas que buscan trabajar con nosotros y ponen los proyectos. También nos apoyamos en los contactos externos y en la Vicerrectoría de Desarrollo de la UDEM, quien nos ayuda con este tema.

En el caso de los nacionales, los alumnos del programa deciden a cuál entrar. Pueden seguir con los que dejan las generaciones anteriores o entrar a nuevos proyectos que les dan los mentores internos de la UDEM, o los padrinos (como Agustín Landa y Alejandro Villarreal) y madrinan (como Martha Herrera).



¿Qué quieres lograr con Drivers of Change?

Queremos generar ciudadanos globales que sean líderes en innovación y emprendimiento social, a través de la academia y el seguimiento personal. Buscamos el crecimiento personal de cada alumno, creo que es básico crear esta cultura de inteligencia emocional.

Vamos por buen camino. En 2017, con solo dos años, Drivers of Change fue nombrado uno de los "21 casos de innovación educativa a nivel México" por la organización Ashoka, un reconocimiento a los programas formativos más innovadores y con mayor impacto en América Latina. ¡Fue muy inesperado! Apenas estábamos empezando y no teníamos un proyecto concreto.

¿De qué forma crees que el proyecto ayuda a inspirar tu mejor versión y la de los alumnos?

Al estar en el programa, lo que te inspira es ver las diferentes áreas de tu vida. Tenemos una "rueda de la vida" con aspectos tanto de escuela, como personales, sentimentales y psicológicos, que los ayudan a conseguir esta inteligencia emocional. Necesitas estar bien contigo mismo para ayudar a los demás.



DE ESTA NO SALIMOS SOLOS

(o visto de otra manera: Sartre no ayuda en 2020)

L'enfer, c'est les autres? No exactamente. Para poder salir de esta pandemia es necesario unirnos como comunidad y entender que distanciamiento físico no es lo mismo que distanciamiento social. En este artículo, el profesor Portillo analiza las razones de por qué necesitamos del otro.

POR:
**RIXIO G.
PORTILLO**
PROFESOR DE
LA ESCUELA DE
EDUCACIÓN
Y HUMANIDADES,
UDEM.

El fenómeno de la globalización ha hecho que profundicemos los modelos de comportamiento humano. En sí, es el comprender que este concepto está circunscrito no en la uniformidad sino en lo que los pensadores contemporáneos han denominado como un todo inseparable, es decir, la realidad social como un todo.

En este sentido, el COVID-19 nos ha obligado a entrar en esta perspectiva de la globalización. En ver al mundo, la vida y la sociedad como un tejido, en el que todos los miembros son interdependientes, están interrelacionados, son interretroactivos.

Esta visión pareciera contraponerse a lo enunciado por el filósofo francés Jean-Paul Sartre (“¿El infierno son los otros?”) en su obra *A puerta cerrada* (1944), en un contexto que podría parecer totalmente diferente al nuestro.

Lo mencionado por Sartre es interesante, ya que utiliza la figura literaria religiosa del infierno como una situación en la que irremediamente solo se debe padecer y sufrir por lo que el otro hace. El autor, en un verso de la obra, define el estado en el que se inspiró Dante para el castigo eterno, el sentido de su mirada al otro: “Cuando las relaciones con el otro están torcidas, viciadas, entonces el otro solo puede ser el infierno”, afirma.

EL OTRO NECESARIO

Pero los orígenes mismos de la antropología cristiana siempre han ido en otra dirección. Los individuos principalmente están asociados a lo social, como se lee en el libro del Génesis: “No es bueno que el hombre esté solo”. No fuimos creados para la soledad, sino para la alteridad hacia lo relacional. Esto lo enseña la globalización.

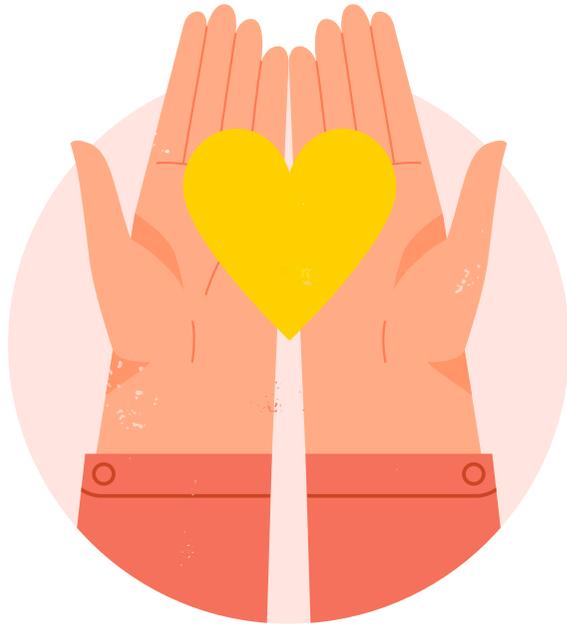


LA FRASE DE SARTRE ES INTERESANTE, YA QUE UTILIZA LA FIGURA LITERARIA RELIGIOSA DEL INFIERNO COMO UNA SITUACIÓN EN LA QUE IRREMEDIAMENTE SOLO SE DEBE PADECER Y SUFRIR POR LO QUE EL OTRO HACE.

Si cuando se escribió la Biblia hubiesen existido los *trending topics*, posiblemente la respuesta de Caín ante la interrogante de Dios por su hermano Abel (“¿Acaso soy yo el guardián de mi hermano?”) hubiese sido la tendencia #NoSoyGuardiánDeMiHermano, un sinónimo muy parecido al #LordEsMiCuerpo que fue tendencia unos meses atrás.

Pero resulta que esta visión arrogante y autosuficiente del yo quedó totalmente vaciada en la pandemia, ya que no solo fue necesario cuidarse a sí mismo sino, muy importante, el no contagiarse para no perjudicar a los otros.

El asunto no era tanto el contagio, sino el contagio masivo y sin control, porque hasta los países con sistemas económicos estables y modelos hospitalarios de



DE IGUAL MODO, SI UNA CIUDAD NO PUEDE RESOLVER SUS PROBLEMAS POR SÍ MISMA, ES NECESARIA LA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA EN PRÁCTICAS DE SOLIDARIDAD HACIA LOS QUE MENOS TIENEN.

primer nivel se vieron colapsados por el creciente número de casos de Coronavirus, lo que trajo consigo un *lockdown* que tuvo repercusiones en lo económico —y hasta en el más mínimo detalle de nuestra cotidianidad.

DISTANCIAMIENTO SOCIAL VS. DISTANCIAMIENTO FÍSICO

Parte de ese cambio, que quiso denominarse nueva normalidad, fue repetir la errónea frase del distanciamiento social. ¿Es posible distanciarnos de lo social? Si insistimos en ver a los demás como un infierno, posiblemente cederemos a ese autoengaño. Pero es imposible abstraernos de lo social: todos formamos

parte del hecho social bajo distintos niveles y responsabilidades; todos aportamos algo en cuestión social.

La mejor referencia lingüística de cara al COVID-19 es la de la distancia física, no la social. Aunque el principio de individualidad siempre implica el respeto al propio espacio, ahora es necesario que ese espacio esté determinado por centímetros.

El COVID-19 también derrumbó ese antievangelio del “Sálvate a ti mismo”. Como lo planteó el papa Francisco en su aparición pública en la plaza de San Pedro (completamente vacía), “nadie se salva solo”. Y así en todas las dimensiones de la vida social. Si el individuo no puede salir solo de los problemas inmediatos, los pueblos tampoco pueden resolver solos sus problemas. Por ello las acciones de los gobiernos tienen que estar dirigidas en no promover un paternalismo estéril, sino en articular de condiciones para el ejercicio y desarrollo de las propias capacidades, en beneficio de todos.

De igual modo, si una ciudad no puede resolver sus problemas por sí misma, ya que está interrelacionada con los intereses propios de la nación, es necesaria la responsabilidad compartida en prácticas de solidaridad hacia los que menos tienen. Por mencionar un ejemplo: la creciente desigualdad entre los estados del norte y los del sur en México.

Un país, desde una visión más amplia y a pesar del principio básico de soberanía y autodeterminación, también necesita de sus vecinos e, incluso, los problemas de uno siempre tienen diferentes expresiones en esos territorios comunes de fronteras, en los que muchas veces el drama humano es el principal protagonista.



REPENSAR EL TODO

Por ello, el reto en este difícil momento de pandemia debería ser el reconocer la necesidad de encontrarnos, de reconocernos, de respetarnos y, por tanto, de ayudarnos en la construcción de esa “nueva normalidad”. De lo contrario, solo sería un mero cambio nominativo en el uso de la palabra “nuevo”, aunque en realidad sería un mundo pospandemia con las viejas condiciones egoístas y autosuficientes de siempre.

En este ejercicio de repensar el mundo debido a la pandemia —parafraseando al célebre autor que propuso la metacognición de repensar el pensamiento—, es imperante entrar en la dinámica de la corresponsabilidad de lo que sucede a nuestro alrededor, haciendo frente a los problemas sociales. Reconocer que el problema de uno puede ser el problema de todos. Dicho problema no es solo una excusa para aminorar la participación social, sino una oportunidad para el compromiso en las causas que busquen el bien común. Así ya no será la causa de uno, sino la causa de todos.

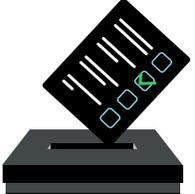
En su reciente documento, *Hermanos todos*, el papa señala el camino de la solidaridad y el servicio

como instrumentos de verdaderos cambios en lo social: “El servicio siempre mira el rostro del hermano, toca su carne, siente su proximidad y en algunos casos la ‘padece’ y busca la promoción del hermano. Por eso nunca el servicio es ideológico, ya que no se sirve a ideas, sino que se sirve a personas”, dice Francisco.

Entonces, en 2020 no le hagamos mucho caso a Sartre con su famosa frase sobre el infierno. Si servimos y somos solidarios seguramente ya hemos comprendido que, de esta pandemia, como de tantas otras pandemias —xenofobia, discriminación, racismo—, no saldremos solos: siempre necesitaremos del otro. ○

EL COVID-19 TAMBIÉN DERRUMBÓ ESE ANTIEVANGELIO DEL “SÁLVATE A TI MISMO”. COMO LO PLANTEÓ EL PAPA FRANCISCO EN SU APARICIÓN PÚBLICA EN LA PLAZA DE SAN PEDRO (COMPLETAMENTE VACÍA), “NADIE SE SALVA SOLO”.

Pequeña



guía

para sacarle

provecho

al año

electoral

¿Qué está en juego en junio de 2021? Verás política salir a borbotones de tu celular, eso seguro. Prepárate con esta breve guía sobre los nombres, las plataformas y qué esperar en las elecciones parlamentarias y estatales de 2021.

POR:
DAVID AMAYA CANALES
 COORDINADOR DE RELACIONES
 INSTITUCIONALES, DIRECCIÓN DE
 COMUNICACIÓN Y MERCADOTECNIA,
 UDEM.

~~2021~~, año de elecciones en Nuevo León. Las primeras en nuestro país después de Trump y las que tendrán mayor influencia de las redes sociales (aunque esto es una tendencia al alza). ¿Quieres captar la atención del voto joven? *Social media*. ¿Quieres una buena estrategia política y una campaña sobresaliente? *Social media*. ¿Quieres un puesto de elección popular? *Social media*.

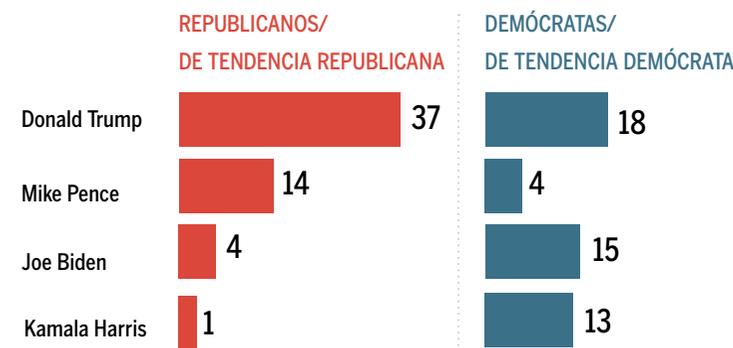
En 2020, además de la pandemia, vimos el proceso electoral más extraño de Estados Unidos. Millones de personas votaron por correo postal, los mítines de los demócratas no existieron —a diferencia de los de los republicanos, atiborrados de personas con gorras rojas—, los resultados preliminares se dieron cinco días después... y el residente de la Casa Blanca era Donald Trump.

Tanto Joe Biden como Donald Trump tuvieron que nadar contracorriente y modificar la forma en cómo conectar con sus posibles electores. Ante esto se volcaron, junto con sus partidos, al mundo digital. El Pew Research Center presentó un artículo sobre cómo los demócratas y republicanos se desenvolvieron en Twitter durante la contienda presidencial. Va un dato revelador, donde los republicanos llevan las de ganar: en total, el 28% de los demócratas en Twitter siguen la cuenta de Joe Biden o de Kamala Harris, en comparación con el 51% a Trump o a Mike Pence. Sin embargo, esto puede ser un dato tramposo, porque Trump lleva tres años siendo el presidente y Pence el vicepresidente.

Sin embargo, del lado demócrata podemos rescatar el papel de una líder en las redes sociales: Alexandria Ocasio-Cortez. Desde Twitter y Twitch, pudo posicionar temas de la agenda presidencial de Joe Biden y así sumar a los electores jóvenes.

DIFERENCIAS PARTIDISTAS EN EL SEGUIMIENTO DE CADA CANDIDATURA PRESIDENCIAL

% de adultos estadounidenses con cuentas públicas que siguen una cuenta oficial o no oficial



Fuente: Análisis del Centro de Investigación Pew de 3.518 adultos estadounidenses con cuentas públicas de Twitter. Listas de cuentas seguidas recogidas a través de Twitter API, 6-7 de septiembre de 2020, para los encuestados de la ATP y 10-12 de septiembre de 2020, para el KnowledgePanel.

"Diferencias en cómo se comportan los republicanos y los demócratas en Twitter"

CENTRO DE INVESTIGACIÓN PEW



¿QUIÉN ES QUIÉN EN EL JUEGO ELECTORAL DE ESTE AÑO?

En 2021, Nuevo León —al igual que Estados Unidos— tendrá un escenario electoral complejo: se llevará a cabo en medio de la pandemia del COVID-19 y los candidatos están desesperados por conectar con el electorado nuevoleonés. Las campañas electorales iniciarán el 5 de marzo y finalizarán el 2 de junio, y la jornada electoral será el 6 de junio de 2021. Una forma innovadora de estar cerca de ellos es, claro, las redes sociales (Instagram, Twitter y Facebook). Seguramente ya te topaste con algún *spot* o imagen de campaña en estas plataformas.

Muy probablemente ya escuchaste sobre Samuel García, de Movimiento Ciudadano. Es

un candidato que nació desde las redes sociales y se fortaleció con el apoyo de su esposa, la *influencer* Mariana Rodríguez. Durante 2020, Samuel se dedicó a posicionar su imagen con altos y bajos al querer compartir de todo, desde su trabajo legislativo como senador hasta su vida personal (¿recuerdas sus escándalos en redes sociales?).

Por otro lado, también podemos ver candidatos mucho más conservadores y no tan involucrados con las redes sociales, como Adrián de la Garza (PRI) o Clara Luz Flores (Morena). Sin duda, será un reto para ellos conectar con los ciudadanos y sacar el mayor provecho de estas plataformas, clave en este periodo electoral en época de pandemia, independientemente de la generación en la que estés.



BUSCAR EN EL LUGAR CORRECTO

TikTok es el nuevo chico del salón. Esta *app* que surgió en 2018 ha tomado gran fuerza debido a su facilidad para conectar con otros. No dudes que los candidatos la utilicen como una forma rápida de poder comunicar sus ideas, o bien, participar en alguna tendencia que ayude a ganar seguidores. Esto no significará que vayan a descuidar las otras plataformas: verás *stories* en Instagram, videos en YouTube, apoyos de *influencers*, entre otros, y buscarán que participes en alguno de sus *giveaways* que seguro lanzarán (la entrega de gorras, playeras, banderas y calcomanías no puede desaparecer).

Tampoco es raro encontrarnos con los partidos políticos en estas plataformas. Están ávidos de conectar por todos los medios con posibles simpatizantes o seguidores de sus colores o que, mínimo, los volteen a ver. Sin duda nos toparemos con una nueva forma de comunicación empleada por *community managers* que busquen un acercamiento más fresco, divertido y genuino con quienes los leen.



Como jóvenes, debemos ser analíticos de qué queremos y votar conscientemente por el gobernador del Estado y los legisladores que nos representarán (26 diputaciones de mayoría relativa; 16 diputaciones de representación proporcional, 51 presidencias municipales y alcaldías; 77 sindicaturas; 449 regidurías).

No bastarán un montón de buenas imágenes o *slogans* pegajosos para confiar en un candidato o candidata. Debemos ir más allá y cuestionar sus propuestas sobre el futuro de Nuevo León. El COVID-19 vino a pegar en muchos sectores, desde el económico hasta el educativo, y debemos buscar quién nos ofrece un plan concreto para poder retomar el camino. No dejes de votar este 6 de junio de 2021. **Sé el cambio que llevas dentro.**

PISYE: UN CUARTO DE SIGLO DE OPORTUNIDADES

El Programa de Inclusión Social y Educativa de la UDEM cumplió 25 años en 2020. Dos de sus egresados recientes nos cuentan los beneficios de este programa pionero en México y sus experiencias.

De lunes a viernes desde 2016, Fernando se levanta temprano y, tras arreglarse y desayunar, emprende camino a la financiera FINDE, donde trabaja como recepcionista y asistente de oficina.

Josué, por su lado, iba a la UDEM (antes de la pandemia y el confinamiento que representa) y por la tarde se lanzaba a las oficinas de John Deere para realizar sus prácticas profesionales en el departamento de Capital Humano.

¿Suena cotidiano? Es porque así lo es: ambos estudiantes, con discapacidad intelectual, son graduados del Programa de Inclusión Social y Educativa de la Universidad de Monterrey (PISYE) que en noviembre de 2020 cumplió 25 años de formar personas para ser más independientes.

Este programa brinda a los jóvenes con discapacidad intelectual la oportunidad de continuar su desarrollo formativo y académico, en un ambiente de convivencia universitaria, donde pueden participar en las diferentes actividades que conforman el Modelo Formativo UDEM.

Tal fue el caso de ambos graduados. Josué explicó que, de septiembre de 2019 a junio de 2020 —lo que duraron sus prácticas profesionales—, lo que más le gustó de trabajar en John

Deere fue “la experiencia que pude obtener y conocer a las personas”; Fernando, quien tiene 29 años, dijo que estaba nervioso “porque no sabía cuándo me iban a dar mi equipo de trabajo o qué me iban a pedir, pero ya no me siento presionado, ya le agarré la onda y ya sé a quién pedirle las cosas. Solo fue cuestión de acostumbrarme”. La gente de la financiera también tuvo que adaptarse: al principio dudaban de Fernando, pero rápidamente se dieron cuenta de que era bueno. “Ya saben que puedo hacer las cosas, eso me hace sentir bien y me gusta que me tengan confianza”, dijo Fernando en entrevista para *El Norte* en noviembre pasado.

CULTURA Y ARTES PARA TODOS

En su primer cuarto de siglo desde su nacimiento, uno de los brazos más importantes de PISYE es el desarrollo y *fine tuning* de las habilidades sociales de los jóvenes mediante clases de baile, de teatro y deportes. Todo esto favorece su experiencia universitaria y facilita sus interacciones con la sociedad.

Este programa (que dura cuatro años) ha transformado la vida de 208 estudiantes y más del 50% de los egresados trabajan en procesos de inclusión laboral. ○



**¡FELICIDADES
POR SUS PRIMEROS
25 AÑOS!
LES DESEAMOS
25 (¡O 50!) AÑOS
MÁS DE ÉXITOS
E HISTORIAS
DE FELICIDAD
Y SUPERACIÓN**



Honor a quien honor merece

POR: NURIA BALLESTEROS

Cada udemita emprendedor tendrá un nuevo “mentor” honorario: Don Jorge L. Garza. El exitoso empresario regiomontano, quien tiene una enorme lista de éxitos y valores dignos de replicarse, será homenajeado de forma ininterrumpida gracias a la recién inaugurada Cátedra Jorge L. Garza UDEM Inspira.

Don Jorge L. Garza era un regiomontano inquieto, tenaz y visionario. Su curiosidad lo llevó a explorar proyectos industriales a pesar de vivir en un momento frágil económico. Su incansable trabajo lo convirtió en un exitoso empresario, un líder que alentó a su gente, el creador de prósperas organizaciones como Xignux y un emprendedor.

Creció su negocio en industrias como la automotriz y la alimentaria y, en todo su recorrido profesional, enseñó a sus colaboradores a tratarse como una gran familia. Con este ejemplar legado en mente, se creó el proyecto de la Cátedra Jorge L. Garza UDEM Inspira que desarrollará temáticas relacionadas a cada carrera y escuela de la UDEM, esperando inspirar nuevos proyectos de investigación que estimulen la creatividad de los estudiantes.

Participarán todos los niveles, es decir, desde preparatoria hasta posgrado a nivel nacional. Este tipo de oportunidad es única en su formato y tendrá ediciones anuales con conferencias tanto presenciales como remotas, talleres especializados e interdisciplinarios, espacios de *networking*, ferias para intercambio de empresas sociales y actividades culturales. Todo para alimentar la visión de los estudiantes que tienen un espíritu emprendedor.

Para la inauguración tanto del premio como de la cátedra, se realizó un evento virtual el pasado 6 de octubre de 2020, en honor y memoria al trabajo de Don Jorge, recordando las grandes acciones, trabajo y visión



Como broche de oro para esta importante cátedra, la UDEM otorgará un premio —que también llevará el nombre de Don Jorge— a las más destacadas iniciativas de emprendimiento social e innovación que surjan en la UDEM.

que tuvo. Su familia, junto con el rector Mario Páez González y testigos de honor, narraron la historia de este hombre tan importante para la UDEM y para la ciudad de Monterrey.

Impulsó el crecimiento de negocios con extranjeros, la ciencia y la cultura pero, sobre todo, abogó por el aspecto humano cultivando los valores y la asistencia social para tener un impacto positivo en la vida de muchas personas. Esta combinación ayudó a moldear el espíritu de lo que hoy es la gran ciudad de Monterrey.

Compartieron palabras de cariño, mensajes de admiración y explicaron cómo funcionará este espacio. El presidente del Consejo de la UDEM, Álvaro Fernández Garza, dijo que “Monterrey es una ciudad que ha dado una estirpe de personas que actúan con lo que tienen a la mano, pero miran hacia el cielo, sin límites”.

Eugenio Garza Herrera, el hijo mayor de Don Jorge, recordó cómo su padre apostó por México mientras inspiraba a futuros líderes de la comunidad UDEM. “Se dice mucho que ‘de los jóvenes depende el futuro del país’ y así es, pero yo quiero replantear esta frase: de ustedes, estudiantes de la UDEM, depende que México tenga más líderes, y sabemos que nada sucede si la persona no se hace responsable y logra que todos hagan su propia labor”. ○

LOS MUCHOS AUTOS Y NUESTRAS CIUDADES RENDIDAS (Y SUMISAS) A ELLOS. EN ESTE VEHÍCULO PARA LA REFLEXIÓN, EL AUTOR ANALIZA A "SU MAJESTAD EL AUTO" E IMAGINA UN FUTURO (¿POSIBLE?) SIN ELLOS EN MONTERREY.

Son tiempos turbulentos. Estamos rodeados de incertidumbres y crisis (sociales, económicas, sanitarias y medioambientales), en un entorno globalizado que, por momentos, parece lleno de fronteras físicas y, en otros, de límites diluidos por la era digital. Me gusta pensar que somos ciudadanos globales, con responsabilidades y oportunidades sin precedentes en la historia.

Como ciudadano del mundo recorro frecuentemente a la observación detenida y pausada, quizá por mi genética provinciana, donde el tiempo pasa a otra velocidad, donde reflexión y disfrute van en cámara lenta, en una sincronía natural con el entorno, donde las presiones y prisas de las metrópolis aún se mantienen al margen.

Precisamente, uno de esos procesos acelerados que muchas veces me cuestiono es: ¿en qué momento abandonamos la buena vida urbana y se la cedimos al automóvil? ¿En qué instante privilegiamos encapsularnos en proyectiles, a salir a correr, jugar y despreocuparnos de todos los peligros que hoy acechan las calles de nuestras ciudades?

Hoy en día, ser peatón rara vez es un disfrute. Caminar por la ciudad es una travesía extrema, de vida al límite, de aventurarte a lo inesperado, a veces con desenlaces desafortunados. Entre las muchas problemáticas, están la inseguridad, la imposibilidad de un recorrido seguro por las aceras, fétidas y abandonadas por todos, las rampas para las entradas de las cocheras con inclinaciones imposibles de caminar, un campo minado de obstáculos y, en muchas ocasiones, apenas unos cuantos centímetros para seguir el recorrido. Sin embargo, si uno escucha a un automovilista despotricar sobre las condiciones en las que están "sus calles", llenas de baches, bordes e "incomodidades", es evidente que nunca caminan.

Vivo en Monterrey, la apoteosis de la transformación urbana para el automóvil. Hace no mucho vino a visitarme un amigo español, amante de las caminatas urbanas, ciclista por convicción y ambientalista por naturaleza. Nos trasladábamos en mi Jeep 1984 del poniente de la ciudad a un restaurante en Valle Oriente. Después de una charla amena me interrumpió, con la cara desencajada: "¿Pasó algo hoy en la ciudad o hay algún problema grave?" Lo miré con duda y me dijo: "Es que no hay nadie en las calles, llevamos 30 minutos en el carro y no he visto a una sola persona caminando". Guardé silencio.

CALLES QUE NO SE VIVEN

En las ciudades, el entorno manda un mensaje muy claro, que obedecemos al pie de la letra, como aduce el filósofo francés André Gorz en su ensayo *La ideología social del automóvil* (1973): "Las calles están hechas para transitar tan rápido como sea posible de la casa al trabajo y viceversa; se puede pasar por aquí, pero no se vive; al final del día todos deben quedarse en casa y, si sales una vez que oscurezca, serás considerado como sospechoso".

¿A qué se debe este dogma? La principal causa: el automóvil ha vuelto inhabitables las ciudades. Hoy en día huimos del bullicio y caos de las urbes e intentamos alejarnos en busca de silencio, naturaleza y un remanso después de las frenéticas dinámicas de las ciudades. La existencia de un medio que nos traslada con gran rapidez nos brinda una falsa sensación de libertad, cuando en realidad nos ha impuesto dependencia. Ahora, "los peatones son personas que van o vienen en sus autos" —así lo dice Wolfgang Sachs en su libro *For Love of the Automobile: Looking Back into the History of Our Desires* (1992).

¿SE IMAGINAN A MONTERREY SIN COCHES? ES POSIBLE. ▶

E S M O M E N T O

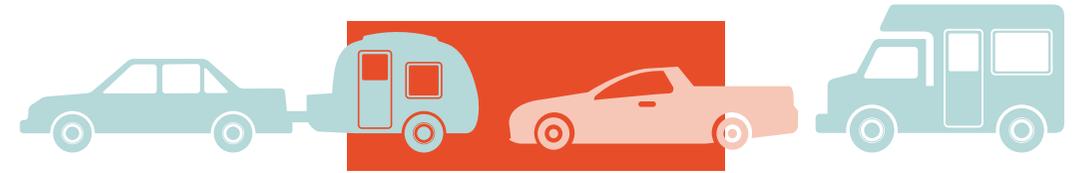
D E F R E N A R

L O S

(D E M A S I A D O S)

A U T O S

POR:
**RAFAEL AMADO
GARCÍA CRUZ**
PROFESOR DEL
DEPARTAMENTO DE
ARQUITECTURA
DEL CRGS, UDEM.



La ciudad es un organismo complejo donde convergen un sinnúmero de intereses, redes y fenómenos que la hacen atractiva, pero de una gestión compleja; en el mejor escenario proveen de libertades, oportunidades y aspiraciones, pero propician frustración, segregación y confrontación. De esta manera, se genera una relación de amor-odio, que nos enfrenta a nosotros mismos. Son entornos donde prevalecen egoísmo e indiferencia. Un conductor asesina metafóricamente a todo aquello que se interponga en su recorrido, porque no son más que obstáculos que complican moverse con velocidad.

El automóvil es un artefacto diseñado, en principio, para reducir las distancias; sin embargo, termina por distanciarnos en muchos sentidos. Ayudó a generar una descontrolada expansión horizontal de las manchas urbanas a tal grado que, en promedio, el área destinada a los automóviles ocupa más de la cuarta parte del entorno urbano construido. Cuanto más espacio cedemos, más tiempo de nuestras vidas se va a cuestras. Al diseñar ciudades para el automóvil se han multiplicado los recorridos (tiempo frente al volante), ahogándonos en un círculo vicioso en el que trabajamos más para pagar nuestros traslados.

Hoy, donde nada sucede en la colonia, “la movilidad de lo motorizado, emergió la inmovilidad de los no motorizados” (Sachs), donde el objetivo es moverse del punto A al B lo más rápido posible. Y esto ha trastocado la genética urbana con un aparente proceso de automovilización irreversible. Las zonas habitacionales se han convertido en suburbios dormitorio sobre las carreteras, ya que esta era la aparente solución de evitar la congestión vehicular, si bien el auto nos hace perder más tiempo que el que logra economizar.

A fuerza de tropiezos se ha comprobado, con intentos inútiles, agregar carriles, aumentar los límites de velocidad, incluso construir segundos niveles que multipliquen

el espacio vehicular, teniendo como resultado simplemente más tráfico, contaminación y recursos desperdiciados que podrían favorecer a las mayorías en lugar de los privilegios del automóvil.

La preexistencia de la distancia urbana ha propiciado la reevaluación del espacio, lo atractivo de lo lejano con alta plusvalía, gracias al automóvil, y lo que realmente provocó fue la “desvalorización de lo próximo”, como lo afirman Janette Sadik-Khan y Seth Solomonow en su libro *Streetfight: Handbook for an Urban Revolution* (2017). Aquel entorno donde, sin necesidad de un medio motorizado, podríamos tener acceso a servicios, esparcimiento, trabajo y cultura, ahora está a kilómetros de la puerta de nuestra casa.

EL ESPEJISMO DEL ESTATUS

No obstante, vivimos y sabemos todo ello a través de la autoevaluación y de la autopercepción de nuestra vida urbana. Entonces, ¿por qué el automóvil sigue siendo ese objeto codiciado e intocable para el modelo socioeconómico actual? Algunos han analizado el trasfondo del fenómeno que se ha perpetuado en la era moderna, que desde luego proviene de la concepción de un bien de lujo, aparentemente democratizable, a través de un engaño antisocial donde el auto simboliza estatus, libertad de movilidad, seducción estética y tecnológica, así como un supuesto reflejo de la personalidad del propietario, satisfaciendo anhelos de superación con irresistibles juguetes para adultos.

El modelo capitalista ha moldeado la realidad a tal grado que no es necesario convencer a las personas de tener un automóvil: se le ha convertido en una necesidad irrefutable. El escritor mexicano Álvaro Uribe (que no es el expresidente colombiano de mismo nombre), en un impecable ensayo en *Letras Libres* titulado “Un peatón converso (el otro día)” (2009), apunta que

“el proyecto global de la accesibilidad rápida ha propiciado entornos menos accesibles, especialmente para aquellos sin auto”. Las banquetas son empujadas, las áreas verdes se convierten en estacionamientos o “vías rápidas”, las personas mayores son dependientes de un transporte costoso, riesgoso y a veces inviable, que los condena a la soledad.

Irónicamente, la competencia por la velocidad se ha convertido en inmensos congestionamientos, donde la velocidad promedio de los autos en las grandes ciudades es menor que la de un ciclista o un peatón en horas pico. Una realidad que cuestiona el origen del mismo: mover a la élite a mayor velocidad que el pueblo.

En relación con la viabilidad económica, está más que demostrado el rotundo fracaso en el que estamos embebidos, la contundente dependencia al consumo de combustibles para satisfacer el rugido del acelerador, aunado a los costos fijos como impuestos, seguros, reparaciones y refacciones, mantenimiento estético y la desplomada devaluación del bien. Todo esto hace insostenible económica, social y ambientalmente el uso del automóvil como la mejor alternativa de movilidad.

Entonces, si el modelo está obsoleto y el instrumento está fracasando, ¿qué podemos hacer para restaurar nuestras ciudades y revertir las problemáticas que nos aquejan debido a ello? ¿Cómo podemos recuperar el espacio cedido? ¿Cómo podemos hacer sentir seguros al peatón y al ciclista? Sin duda, es necesaria una revolución ideológica y cultural para meter el freno de mano y priorizar nuestra calidad de vida por encima de los engaños obscenos del consumismo.

Desde esta perspectiva, el primer paso sería intentar atacar el problema con una visión integral, que involucre políticas públicas y legislación radical. Necesitamos un replanteamiento urbanístico e inmobiliario, así como un enfoque social, ético y responsable de los ciudadanos

para demostrar las intenciones de cambiar el paradigma que nos tiene al borde del precipicio. Es necesario modificar el código genético de nuestras ciudades y mutar por un fenómeno de desautomovilización y microubanismo regenerativo, una idea en común de Uribe —antes mencionado— y de Luis Miguel Galindo, David Heres y Luis Sánchez en su *paper* de 2005 “Tráfico inducido en México: contribuciones al debate e implicaciones de política pública”, en la publicación *Estudios demográficos y urbanos* del Colegio de México.

Reconfigurar el espacio, pensar a escala de barrio, donde con el tiempo los automovilistas reajusten sus dinámicas, moderen sus traslados y optimicen el uso del auto, elegir poder vivir en cercanía al lugar de trabajo, estudio, servicios, vinculado con acceso a transporte público y sistemas alternativos.

Un barrio donde prolifere la diversidad en todos los sentidos, lo cual genera vitalidad para todos los estratos socio-económicos, donde la biofilia sea un eje rector a través de la interconexión de parques, plazas y terrazas para la convivencia e interacción, espacios que dejen de ser impersonales y se conviertan en entornos vibrantes.

Para que el ciudadano decida renunciar al automóvil, no es suficiente ofrecer solo un buen transporte público, sino que se sienta cómodo y seguro en sus entornos inmediatos, disfrutar ir a pie o andar en bicicleta, ya que “el espacio diseñado para la velocidad destruye el espacio dedicado al peatón” (Sachs *dixit*).

No es necesario esperar nuevas generaciones: es viable y emocionante imaginar ciudades sostenibles, gestionadas con modelos de economía circular, una vida urbana unificada, justa y pensada desde la comunidad, donde la movilidad individual y colectiva puede transformarse y voltear al pasado a esas horas tortuosas de embotellamientos, kilómetros recorridos que solamente nos distancian de nosotros mismos. ○

PARA QUE EL CIUDADANO DECIDA RENUNCIAR AL AUTÓMOVIL, NO ES SUFICIENTE OFRECER SOLO UN BUEN TRANSPORTE PÚBLICO, SINO QUE SE SIENTA CÓMODO Y SEGURO EN SUS ENTORNOS INMEDIATOS.

NI LA GUARDES NI LA TIRES



MEJOR JUNTA, ENTREGA Y RECICLA

La cantidad de equipos electrónicos nos rebasó. Estamos rodeados de dispositivos informáticos, de entretenimiento y *gadgets*. La convivencia y el consumo de la tecnología va al alza, pero ¿qué hacer para que nuestra huella digital impacte lo menos posible al medio ambiente?

POR: MÓNICA OCAMPO



Cuando se fue de intercambio a Estados Unidos, Álvaro Núñez encontró su vocación gracias a una grabadora de doble cassette (¿se acuerdan de esos artefactos en los que se podía grabar y reproducir la música?) que permaneció abandonada en el jardín de la vecina por semanas. Impresionado por el tiempo que el aparato llevaba en el mismo lugar, una mañana, mientras caminaba hacia la escuela, se animó a preguntarle a la mujer por qué no lo arreglaba. “Me sale más cara la compostura que comprarme una nueva”, respondió cortante.

La curiosidad por saber qué sucedía con los electrodomésticos una vez que salían de las casas, lo llevó a descubrir la economía circular, una estrategia que busca prolongar la utilidad de los productos el mayor tiempo posible para minimizar la generación de residuos.

Una familia mexicana decide renovar el refrigerador. Una empresa decide deshacerse de sus viejas impresoras. Un colegio renueva el laboratorio de computación. Un adolescente cambia su *smartphone* por un modelo reciente. “Todas son acciones que, al multiplicarlas, producen millones de toneladas de chatarra electrónica que cada vez más invade al planeta”, explica en entrevista Ornela Garelli Ríos, especialista en Consumo Responsable y Cambio Climático de Greenpeace México.

Para la experta, el primer factor que detonó el aumento de basura electrónica, y también daños al medio ambiente, es la obsolescencia programada pactada en la industria digital, en la que cada aparato tiene una duración máxima de 10,000 horas, un modelo de negocio lineal donde el usuario se ve

obligado a comprar otro artículo sin pensar qué hará con el que reemplaza.

Transitar hacia un estilo de vida más sustentable se ha convertido en una tarea titánica, ya que, en julio pasado, el Congreso de la Unión aprobó reformas a la Ley Federal de Derechos de Autor y el Código Penal Federal, que obstaculizan la reparación de aparatos electrónicos en lugares ajenos a los centros de servicio de las empresas que los comercializan.

Se trata de reformas que “favorecen el modelo capitalista actual de producción y consumo en masa, basado en la explotación de la gente y la naturaleza, pues

pone en riesgo a quienes reparan aparatos, obligando a la compra de nuevos productos en beneficio de las grandes empresas”, explica Iván Martínez, oficial de incidencia de la Red en Defensa de los Derechos Digitales (R3D).

Ante este panorama de consumo lineal, es importante que las personas creen una conciencia de consumo, pero la responsabilidad debe venir de las grandes empresas y el gobierno. “A nivel individual debemos actuar, pero decir que somos los únicos culpables puede ser injusto, debido a la falta

de políticas públicas integrales”, reflexiona Garelli.

BOTES DE BASURA SIN APARATOS DIGITALES

Muchos de esos aparatos que son sustituidos se abandonan, desechan o simplemente arrumban en la profundidad de un clóset, porque la gente no sabe qué hacer con ellos, a pesar del gran valor comercial que conservan, ya sea porque todavía funcionan o contienen materiales valiosos que pueden reciclarse. Fue así como Álvaro Núñez identificó una necesidad y buscó





cómo resolverla a través de un servicio de recolección de basura digital a domicilio.

Desde hace tres años, creó **Junta, Entrega y Recicla (JERapp)**, una plataforma móvil y web en la que los usuarios se registran, crean una cuenta, piden una solicitud de recolección en la que indican el tipo de paquete que reciclarán (electrónicos, ropa, libros) y la cantidad de artículos, realizan el pago por la recolección según el peso, ubicación y tipo de productos del paquete, y finalmente lo entregan al mensajero el día que se solicitó.

Para llegar hasta ese descubrimiento recorrió un largo camino. En 1999, cuando regresó a México para graduarse como Ingeniero Industrial, la idea de reciclaje electrónico tuvo que esperar, ya que en esa época las personas sí arreglaban los aparatos. “Había una cultura de reparación. Si la tele se descomponía, la llevabas con el técnico y listo”, recuerda el emprendedor.

Fue por eso que decidió enfocarse en el reciclaje de plásticos, pero seis años después decidió viajar a Massachusetts, EUA, para elaborar un plan de negocios que le permitiera recaudar capital (e ideas) para encontrar respuestas a la crisis generada por los desechos electrónicos.

En 2009, arrancó **Recicla Electrónicos México (REMSA)**, una empresa sustentable que explora las posibilidades que tiene la basura electrónica para la que nadie había encontrado un nuevo uso. “En nuestro proyecto es fundamental el uso de las 3Rs: reducir,

reutilizar y reciclar. Si tienes una impresora que no utilizas porque los cartuchos son caros, debes saber que tiene componentes que son útiles para otros artículos”, comenta.

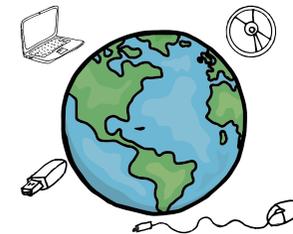
Poner orden entre la basura electrónica es quizás el paso más importante en REMSA. Una vez que los desechos llegan a la planta de reciclaje, son clasificados para entrar a un proceso de desensamble aprobado por la ONU. “Se hacen tarimas de CPU, laptop, celulares, enchufes, cables o pantallas para recuperar los plásticos diferenciados, las tarjetas, metales”, explica Núñez.

Tras años de investigación, en REMSA dieron con el gran avance que buscaban: ofrecer un servicio digital que les permitiera recolectar la basura electrónica sin hacer que los usuarios inviertan tiempo en desplazarse a centros de acopio.

Este esfuerzo ha repercutido en evitar que la basura electrónica ocupe 58,000 metros cúbicos de relleno sanitario y quede enterrada, tirada o exportada de manera ilegal a otros países.

La tecnología es una herramienta que permite darle solución al problema ambiental que generan los residuos electrónicos. Desarrollar todo un proceso de recolección, reciclaje y reúso, tal vez, hubiera evitado que la grabadora de doble cassette de su vecina terminara enterrada en algún lugar del mundo produciendo plomo o mercurio. Porque los desechos electrónicos del pasado son siempre el problema ambiental del presente.

A NIVEL MUNDIAL SE GENERAN MÁS DE:



50
MILLONES DE TONELADAS DE RESIDUOS ELECTRÓNICOS

CON 50 MILLONES DE TONELADAS DE BASURA DIGITAL SE PUEDE:

Construir **4,500** torres Eiffel



Llenar de basura **125,000** aviones jumbo

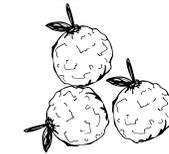


Cubrir toda la isla de Manhattan.



70%

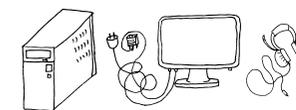
Aunque los desechos electrónicos solo representan 2% del total de la basura sólida a nivel mundial, el 70% de sus residuos acaban en rellenos sanitarios.



De no tomarse medidas, en 2050, la cantidad de residuos digitales llegará a los 120 millones de toneladas anuales.

(Fuente: Informe de la ONU, titulado “A New Circular Vision for Electronics”, 2019).

MÉXICO ES EL SEGUNDO GENERADOR DE RESIDUOS ELECTRÓNICOS EN AMÉRICA LATINA.



De las cuales: **65%**

En 2015, generó: **1'103,570** toneladas de basura digital

6%

es material con potencial económico: hierro, cobre, aluminio; metales preciosos como oro, plata y paladio, y plásticos como PP, ABS, PC, PS.

es de residuos peligrosos por su toxicidad al contener metales como mercurio, cadmio, cromo, vidrio de plomo, así como componentes de baterías o químicos PBDE, PCB que dañan la capa de ozono.

LOS QUE MÁS PRODUCEN RESIDUOS ELECTRÓNICOS:

CDMX 117,055 toneladas
Jalisco 82,000 toneladas
Baja California 52,006 toneladas



(FUENTE: Inventario de Residuos Electrónicos de la SEMARNAT-PNUD, 2015).

MICROMACHISMOS EN LOS MEDIOS: HAY QUE SACARLOS DEL ~~GUIÓN~~

guión

Sheldon y Amy, Ross y Rachel, Summer y Tom. Los micromachismos están a la orden del día en nuestra tele, pero eso no significa que debamos justificarlos (o replicarlos). Una guía "morada" para conocer mejor a tus personajes favoritos y sus conductas.

POR NURIA BALLESTEROS.

Estás enganchado con una película o una serie, hacen un chiste y te ríes. Normal. ¿Te fijaste en lo que te hizo reír? Muchas veces son situaciones que aparentan ser divertidas, pero ocultan micromachismos que confundimos con algo correcto.

¿Micromachismos? Durante la Semana Morada organizada por la UDEM de manera virtual en noviembre de 2020, la asociación feminista Ni Más Ni Menos exploró el tema en la conferencia *Cafecito: micromachismos en los medios de entretenimiento*.

Usando ejemplos de películas y series muy populares, Grace Martínez, Mariana Villarreal y Jenyfer Toj, estudiantes de la UDEM que crearon esta asociación, conversaron sobre este fenómeno con casi 120 participantes. Entre hombres y mujeres de la comunidad UDEM de todas las edades, además de profesores y profesoras como la Dra. Marcela Chavarría y Chavarría, Ni Más Ni Menos invitó a compartir todos los puntos de vista sobre el tema y a tener un diálogo honesto.

Siguiendo su ejemplo, profundizamos en el tema para seguir esta esencial conversación sobre los mensajes ocultos que vemos en nuestras pantallas.



Los micromachismos son un tipo de violencia más sutil sin ser blandos. Según el psicoterapeuta Luis Bonino, quien acuñó el término en 1991, suelen ser imperceptibles y resaltan el poder del dominio masculino sobre la autonomía femenina en lo cotidiano. En resumen, reafirma creencias de qué debe hacer o ser la mujer. No olvidemos que no es solo de un género, es decir, que no es exclusivo de hombres a mujeres, ya que es un comportamiento que ambos géneros pueden tener.

Con esto en mente, conozcamos más sobre los cuatro tipos de micromachismos que se usan principalmente en los medios de entretenimiento.

1-. MICROMACHISMO ENCUBIERTO EL MÁS COMÚN



Es tan sutil que se oculta fácilmente y por ello puede ser más efectivo. Son acciones en las que el hombre oculta su objeto de dominio. En el cine, existe un personaje recurrente que cumple a la perfección un estereotipo micromachista: las Manic Pixie Girl Dream (la chica de tus sueños).

Como lo describe el escritor Nathan Rabin, son mujeres ficticias que ayudan a los hombres inseguros y sensibles a superar una etapa solitaria y difícil mientras cumplen la fantasía masculina de la mujer ideal. Son extremadamente hermosas, de personalidad excéntrica y añorada, pero no tienen profundidad como personajes. Piensa en Zooey Deschanel como Summer en *500 días con ella* (2009), en Kirsten Dunst como Claire Colburn en *Todo sucede en Elizabethtown* (2005).

FOTOS: CORTESÍA

2-. MICROMACHISMOS DE CRISIS MANTENER EL ORDEN



Se usan para restablecer el orden de desigualdad del patriarcado. Ocurre en momentos por cambios en sus vidas, como el aumento de responsabilidad personal o por la pérdida de poder del hombre. Se esconde bajo justificaciones de protección, manipulación emocional, de función y control de pareja.

En *Vaselina* (1978) sucede en muchos momentos: Dany manipula a Sandy para que cambie y sea como él quiere, le regala cosas para justificar su mal comportamiento y, cuando ella se enoja o se va, él se victimiza y ella debe disculparse —o cambiar—. Ojo: sabemos que el contexto es importante y que es una película clásica que representaba la realidad de ese momento, pero ahora entendemos que no son ejemplos a seguir ni debemos añorar esos “tiempos de antes”.

En *Friends*, Ross minimiza el nuevo trabajo de Rachel que le quita tiempo de sus “obligaciones” como novia y la hace sentir culpable. Aunque muchos amamos *Friends*, es importante no romantizar a estos personajes ni justificar su comportamiento como algo aceptable.



3-. MICROMACHISMO COERCITIVO EL CLÁSICO MANSPLAINING

Es aquel en el que se usa la fuerza física, económica o de personalidad para tratar de convencer a las mujeres que no tienen la razón. Así sucede con frecuencia en *The Big Bang Theory*, la serie de los nerds con mayor éxito en la última década, en la que los dos protagonistas masculinos, Sheldon y Leonard, podrán entender perfectamente cómo funciona un átomo, pero no darles la razón a sus parejas.

Sheldon suele aplicar el *mansplaining* para explicarle a Amy, su novia, algo que ya sabe, haciéndola menos y tomando el protagonismo en una situación cómica. Lo que está escondido es una conducta irrespetuosa hacia ella.



4-. MICROMACHISMO UTILITARIO ÉL TRABAJA, ELLA LIMPIA LA CASA

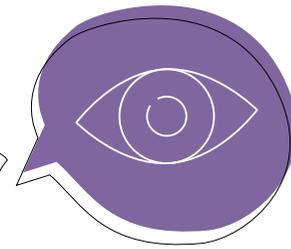
Son comportamientos que se aprovechan de las funciones asignadas por género a las mujeres y asumidas como propias. Son los micromachismos más invisibilizados y naturalizados tanto por hombres como por mujeres.

En *The Big Bang Theory*, Howard y Bernadette discuten porque él se pone a jugar y no limpia la casa cuando ella se lo pide porque tiene mucho trabajo: lo ideal es que compartan las responsabilidades del hogar. Esta imposición es una de las más comunes fuera de la pantalla y que muchos de nosotros replicamos.

¿ENTONCES NO ME DEBO REÍR? ¿ESTÁ MAL QUE LAS VEA?

Como lo explicaron Grace, Mariana y Jenyfer, a veces es difícil darse cuenta de que nuestros personajes favoritos caen en estos comportamientos de micromachismos, pero no quiere decir que debes dejar de verlas y bloquearlas en Netflix. Solo debes ponerte los "lentes morados" que te ayuden a ver la agresión.

La clave es entender, con esta nueva información, cuáles no son ejemplos a seguir, tener un ojo crítico hacia el futuro y no justificarlos para perpetuar el ciclo. Sabemos que es entretenimiento escrito con estereotipos del pasado y que la comedia ayuda a disfrazarlos de correctos, pero todo es parte del aprendizaje. Como consumidores de medios, podemos escoger qué queremos replicar en nuestra vida y qué no.



Si quieres tener más conversaciones sobre el tema, sigue a Ni Más Ni Menos en Instagram (@nimasnimenos_).

DE UN CÍRCULO PEQUEÑO A UNO GRANDE

Esta es una conversación que debe seguir. Como lo vimos en la Semana Morada, son pequeñas acciones que en conjunto llegarán a lograr un cambio en la sociedad. La base es educar con empatía sin pensar en solo asignar culpas, tener un pensamiento crítico, ponerse los "lentes morados" a través de este tipo de conferencias y, posteriormente, aplicar el pensamiento feminista en ámbitos educativos.

Tampoco es un esfuerzo individual de una "súper mujer", sino que es uno que se replica como una onda en el agua: un esfuerzo de uno a uno con amigos y amigas, familiares y círculos cercanos... hasta llegar a un cambio en un círculo más grande.

Si, como hombre, has sentido que hablas de estos temas sin llegar a una conclusión o terminas en reflexiones confusas, sé parte del programa "Amigo, Date Cuenta", de la Prepa UDEM. Este espacio busca ayudar a deconstruir masculinidades con un grupo de lectura, conversaciones sobre esta problemática y generar un avance positivo para todos.

Y, aunque nos gustaría pensar que así es, los comportamientos machistas no están limitados a la edad. Una contribución importante es sin duda la tarea que tiene el Centro de Equidad de Género e Inclusión (CEGI) de la UDEM quien, a través de realizar acciones de orientación, educación y reflexión, permite estos espacios para sensibilizar y generar conciencia en la comunidad, para prevenir actos de violencia de género en cualquiera de sus manifestaciones y reafirmar los valores que nos rigen como institución.

El CEGI invita a la comunidad a abrirse al diálogo para abordar estos temas en donde impere el respeto a la dignidad de las y los estudiantes, docentes y colaboradores, además de fomentar estos espacios desde nuestras familias.

La conversación podría seguir y esperamos que así sea pues esto es un esfuerzo que debe permear a todas las generaciones.

RECOMENDACIONES AL VER PELÍCULAS O SERIES:



- Reconocer cuando romantizan, minimizan o hacen cómico un micromachismo.
- Tener un pensamiento crítico para identificar las banderas rojas y no imitarlas.
- Evitar repetir chistes y comportamientos fuera de la pantalla.
- Entender que representan vivencias cotidianas y que somos responsables de deconstruir en nuestra vida diaria estos estereotipos y micromachismos.
- Tener empatía y entender que no se trata de hombres contra mujeres ni viceversa, sino un cambio que buscamos crear entre ambos.
- Tener conversaciones sobre el tema con familia y amigos para que juntos construyan un futuro equitativo.
- Apoyar contenido en medios de comunicación que no perpetúen estos micromachismos. Sugerimos series como *Marvelous Mrs. Maisel*, *Big Little Lies*, *Grace & Frankie* y películas como *Julie y Julia*, *Easy A* y *Lady Bird*.

PARA MÁS INFORMACIÓN, MANTENTE ALERTA DE LOS TALLERES Y CONFERENCIAS QUE TENDRÁ EL CEGI, COMO **DIÁLOGOS CON SENTIDO**, DE LA DRA. MARCELA CHAVARRÍA Y CHAVARRÍA, A PARTIR DE ENERO DE 2021.

Si tienes alguna duda escribe a:
cegi@udem.edu.mx y marcela.chavarriay@udem.edu

CINCO HÁBITOS "PRODUCTIVOS" QUE EN REALIDAD NO LO SON

Vivimos en un mundo en el que hablar de productividad es cada vez más popular. Es común encontrar libros, artículos y videos sobre "Los X hábitos que te ayudarán a ser más productivo". Sabemos que esas listas incluirán hacer ejercicio, tomar dos litros de agua y dormir al menos ocho horas... pero ¿existen hábitos que creemos que son productivos y que en realidad no lo son?

La respuesta es sí. Aquí te presentamos cinco ideas que la gente realmente productiva no hace...

POR: **SOFÍA ACOSTA MURILLO**, ESTUDIA 8.º SEMESTRE DE LICENCIADO EN MERCADOTECNIA INTERNACIONAL, UDEM.

Ilustraciones: Maricarmen Zapatero



1- SER PERFECCIONISTA

Lo sabemos: es difícil resistir el impulso de querer que todo a nuestro alrededor quede absolutamente perfecto, pero la realidad es que este hábito puede paralizar el proceso para acabar nuestro trabajo, y también puede ser una señal de que estás procrastinando. En vez de eso, trabaja para que tus actividades estén "bien" y continúa con la siguiente.

No olvides las palabras de Martin Luther King Jr.: "Si no puedes volar, corre; si no puedes correr, camina; si no puedes caminar, gatea. Sin importar lo que hagas, sigue avanzado hacia delante".

Es mejor hecho que perfecto.



2- EL FAMOSO MULTITASKING

Aquí te va una gran definición de la periodista Valerie Strauss en *The Washington Post* de este fenómeno que seguro amas (o conoces a alguien que lo aplica gustosamente): "Los *multitaskers* a menudo piensan que son como ratas de gimnasio, aumentando su capacidad para hacer malabarismos con las tareas, cuando en realidad son como alcohólicos, degradando sus capacidades a través del consumo excesivo".

No, no es posible concentrarse 100% en dos cosas a la vez. Si eres de los que revisa redes sociales en el celular mientras está en clase, estás dañando tu desempeño y gastando tiempo. ¿Otra definición para convencerte? Esta es del gran *host* de televisión Jeremy Clarkson:

"El *multitasking* es la capacidad de estropear todo simultáneamente". Es mucho más eficiente poner toda tu atención en una sola tarea. Intentalo, te irá mejor en los exámenes.



3- SER DESORGANIZADO

Ser desorganizado no solo añade estrés diario al no encontrar documentos importantes o no saber cuáles tareas se entregan en qué día. También puede alimentar sentimientos abrumadores o de falta de tiempo en tu vida. Te recomendamos tomarte un fin de semana para ordenar:

- 1) Tus fechas de entrega de proyectos y tareas, exámenes y días en que los realizarás.
- 2) Tiempos de descanso (no olvides que también es importante).



Ser ordenado en tu vida personal y profesional demuestra madurez y responsabilidad, te ayudará a dimensionar el tiempo que te toma hacer cada tarea y cómo organizar tus semanas para lograr hacer todo lo que busques. Se acabó el “¿El examen es hoy?!” y, como dijo el filósofo irlandés Edmund Burke, *“el buen orden es la base de todas las grandes cosas”*.

4- DECIR QUE SÍ A TODO

Todos tenemos las mismas 24 horas al día... y todas (¡todas!) son tuyas: las puedes utilizar para lo que quieras (pero, en serio, intenta dormir al menos siete u ocho horas al día y descansar el fin de semana).

Decir que sí a todo puede hacer que llenes ese tiempo de actividades que no brindan valor a tu vida, en lugar de enfocarte en proyectos que sí lo hagan, como aquellos que fortalezcan tu crecimiento personal y profesional.

Según Steve Jobs, *“solamente diciendo no, puedes concentrarte en las cosas que son realmente importantes”*.

Repítelo en tu cabeza mil veces, es una de sus mejores frases ;) y de esas que, por su sencillez y potencia, nos pueden cambiar nuestra cosmovisión.

Asegúrate de darle prioridad a las tareas más importantes y de hacer cosas que son valiosas para tu persona, ya sean experiencias escolares (como el torneo de fútbol 7 o el blog de la clase de Escritura creativa), reuniones con amigas y amigos o simplemente tiempo para ti (¿qué tal unas clases de guitarra o de macramé?).



5- QUERER HACER TODO TÚ

Ah, la vieja confiable de trabajar en equipo. Nos permitiremos recordarte que eres humana/o (hasta donde sabemos) y, aunque no dudamos de tus capacidades para lograr las cosas, el no saber delegar trabajos solamente te va a ocasionar estrés en tu vida.

Es una habilidad difícil de aprender, pero que demuestra liderazgo (y reduce el estrés). El otrora reconocido empresario estadounidense Andrew Carnegie menciona que *“uno de los secretos del éxito empresarial consiste en no hacer uno mismo el trabajo, sino en reconocer al hombre apropiado para hacerlo”*. Delegar, pues.



**“Nunca olvides
quién eres,
el mundo no
lo hará.”**



**Úsalo como una
armadura, así
nunca podrá
ser usado para
lastimarte”.**



*-GEORGE R. R. MARTIN,
autor de la serie de libros A Song of Ice and Fire, en la
que basaron la exitosa serie Game of Thrones —salvo
la última tanda de temporadas, en especial la última,
más pena que gloria—. Martín promete y promete y
nomás promete que sus libros tendrán un final infinita-
mente mejor que la serie televisiva, pero primero debe
terminarlos... algo que, parece, nunca ocurrirá.*

LOS QUE NOS ACOMPAÑAN EN LOS ZOOMESTRES

Estos son nuestras y nuestros compañeros peludos (¡y hasta con caparazón!) que hicieron que nuestros semestres en casa fueran más amenos y divertidos... o como lo ven ellos: el mejor año de sus vidas (porque no salimos de casa).

COMO BONUS:
LOS UDEMITAS
CONTARON LAS
PEORES TRAVESURAS
—O MEJORES ANÉC-
DOTAS— DE SUS
COMPAÑEROS
DE VIDA.



RAÚL TORRES

ESTUDIA 7.º SEMESTRE
DE LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA
INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN

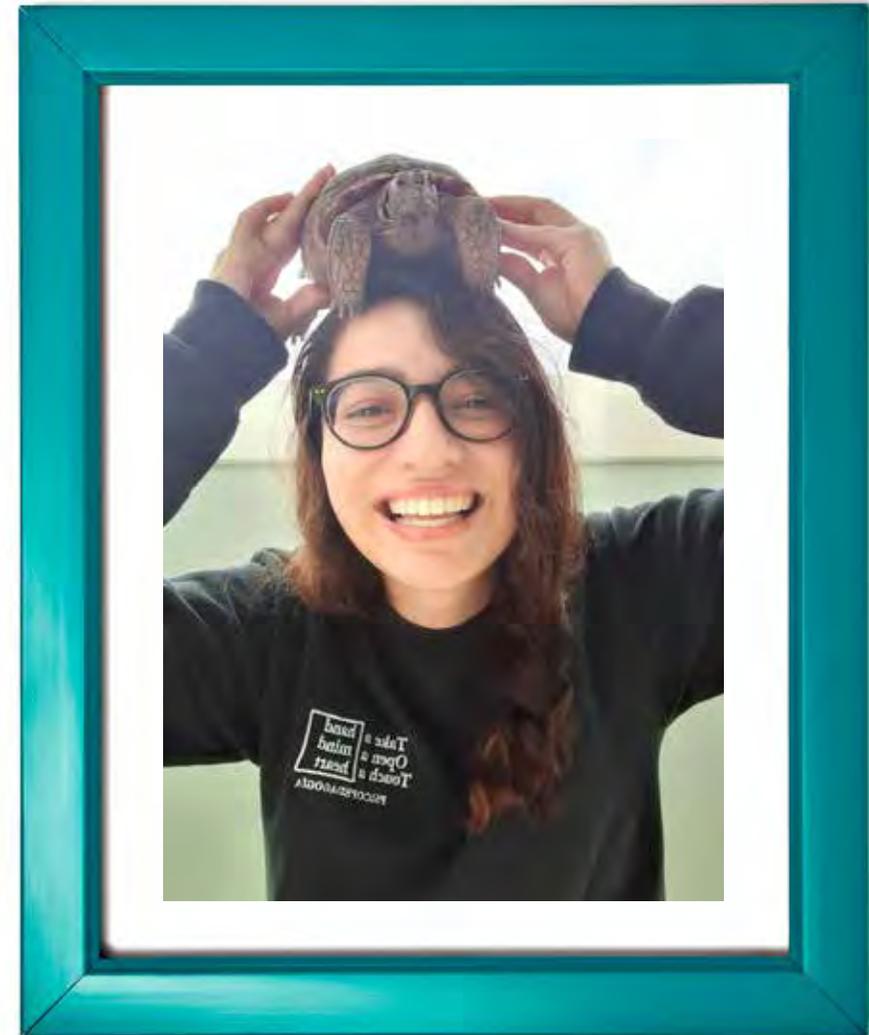
“Antes de la pandemia, la veía poco, me despedía en la mañana y nos encontrábamos en la noche. Ahora, hemos empatado muchísimo nuestra rutina y nos acompañamos durante todo el día. En los momentos buenos y en los malos, hemos aguantado el Zoomestre juntos. Pero, sobre todo, disfrutamos de estar en casa, en familia y de la compañía”.

WENDY

ANA LUCÍA RODRÍGUEZ DUÉÑEZ

ESTUDIA 6.º SEMESTRE
DE LICENCIADO EN PSICOPEDAGOGÍA

“La mejor travesura de Tortuga (así se llama, jaja) fue que hizo su propio pozo en el patio para invernar y ahora tiene su agujero especial que nadie puede tocar”.



TORTUGA

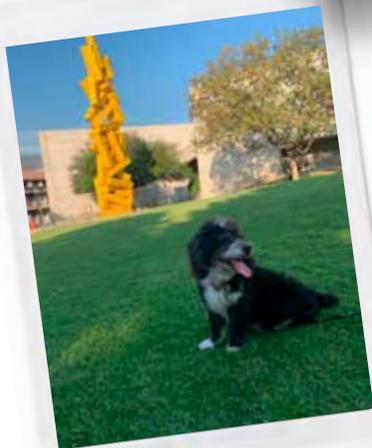
NINA



**MIGUEL ALEJANDRO
MENA HERNÁNDEZ**

ESTUDIA 8.º SEMESTRE
DE LICENCIADO EN DIRECCIÓN Y ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS

“Recuerdo muy bien cuando mi perra tuvo a su hijita en un día muy espontáneo. Sabíamos que estaba embarazada, pero no sabíamos cuándo iba a nacer la perrita; y de repente llegó un día a la casa, y ya eran dos... Nina y su hija. Fue muy repentino. Me sentí muy feliz”.



**MARIANA
CASTRO SOTO**

ESTUDIA 8.º SEMESTRE
DE MÉDICO CIRUJANO Y PARTERO

“Una noche que fui a servirles agua a Cafy (izq.) y Tom (der.), me di cuenta de que Tom no estaba. Se había escapado por un portón mal cerrado. Por suerte no llegó lejos y, al poco tiempo, unas personas lo regresaron sano y salvo. Nos platicaron que lo tuvieron que perseguir para atraparlo porque se puso juguetón y se volvió a escapar cuando ya lo tenían. Además, al llegar a casa, estaba muy contento como si nada hubiera pasado y no entendía por qué estábamos preocupados”.

CAFY Y TOM



MAURICIO GERARDO LIRA CANTÚ

ESTUDIA 6.º SEMESTRE
DE PREPA UDEM UNIDAD SAN PEDRO

“Como a Ramona le gusta mucho estar dentro de la casa, una vez le ganó la emoción y rompió la mosquitera de la puerta para poder entrar. Hoy se ve el agujero en la puerta por donde ella se mete a la casa”.

RAMONA

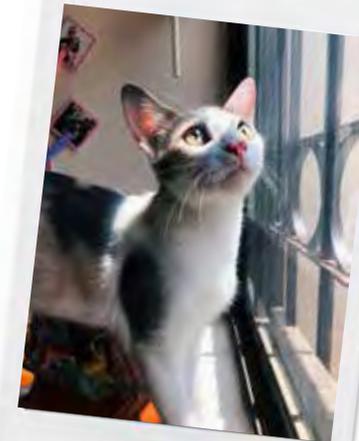


LULA

VALERIA MICHELLE GUERRA TAMEZ

ESTUDIA 5.º SEMESTRE
DE INGENIERÍA INDUSTRIAL Y DE SISTEMAS

“Lula se metió a una sartén con aceite que se estaba enfriando y cuando se salió, llenó toda la casa con huellitas de aceite”.



ROBERTA PAOLA GONZÁLEZ OROZCO

ESTUDIA 4.º SEMESTRE
DE MÉDICO CIRUJANO Y PARTERO

"A Gastón le encanta comerse el pollo que mi mamá deja descongelando para nuestra comida. Lo más chistoso es que siempre la expresión de su cara es así como de: 'No me arrepiento ni tantito'".



GASTÓN



DUNKEL

SELENA MUÑOZ BANUEL

ESTUDIA 3.º SEMESTRE
DE MÉDICO CIRUJANO Y PARTERO

"Mi perro Dunkel es el más travieso y juguetón del universo. No puedo escoger una sola travesura porque tiene muchas, como cuando se comió los calcetines y zapatillas de mi mamá, se llevó la ropa interior de alguien... o cuando se acostó en el teclado de la computadora de mi sobrino. Y aún siendo un cachorro, se llevó el Nenuco favorito de mi hermana cuando era pequeña y se lo devolvió en partes. Fue todo un drama".

APRENDE

en la UDEM

lo que no se aprende
en la universidad.

udem.edu.mx

Oferta Académica

CIENCIAS DE LA SALUD

- Ingeniero Biomédico
- Licenciatura en Enfermería
- Licenciatura en Nutrición
- Licenciatura en Psicología
- Licenciatura en Psicología Clínica
- Licenciatura en Psicología del Trabajo y de las Organizaciones
- Médico Cirujano y Partero
- Médico Cirujano Dentista

ESCUELA DE NEGOCIOS

- Licenciatura en Contaduría y Finanzas
- Licenciatura en Creación de Negocios e Innovación Empresarial
- Licenciatura en Dirección Estratégica del Capital Humano
- Licenciatura en Dirección y Administración de Empresas
- Licenciatura en Economía
- Licenciatura en Finanzas Internacionales
- Licenciatura en Mercadotecnia Internacional
- Licenciatura en Mercadotecnia y Estrategia Creativa
- Licenciatura en Negocios Globales
- Licenciatura en Turismo Internacional

ESCUELA DE DERECHO Y CIENCIAS SOCIALES

- Licenciatura en Ciencia Política y Gobernanza
- Licenciatura en Derecho
- Licenciatura en Derecho y Función Pública
- Licenciatura en Relaciones Internacionales

ESCUELA DE INGENIERÍA Y TECNOLOGÍAS

- Ingeniería Civil
- Ingeniería en Diseño Automotriz
- Ingeniería en Gestión Empresarial
- Ingeniería en Mecatrónica
- Ingeniería en Tecnologías Computacionales
- Ingeniería en Tecnologías Electrónicas y Robótica
- Ingeniería Industrial y de Sistemas
- Ingeniero Mecánico Administrador

ESCUELA DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES

- Licenciatura en Ciencias de la Educación
- Licenciatura en Ciencias de la Información y la Comunicación
- Licenciatura en Estudios Humanísticos y Sociales
- Licenciatura en Filosofía
- Licenciatura en Letras
- Licenciatura en Producción Cinematográfica Digital
- Licenciatura en Psicopedagogía
- Licenciatura en Sociología

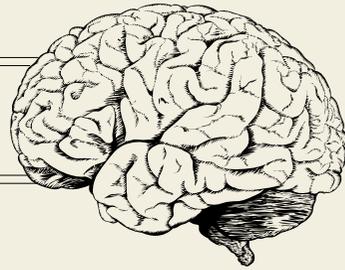
ESCUELA DE ARQUITECTURA Y CIENCIAS DE HÁBITAT

- Arquitecto
- Ingeniería en Innovación Sustentable y Energía
- Licenciatura en Diseño de Interiores
- Licenciatura en Diseño Industrial

ESCUELA DE ARTE Y DISEÑO

- Licenciatura en Animación y Efectos Digitales
- Licenciatura en Artes
- Licenciatura en Diseño Gráfico
- Licenciatura en Diseño Textil y de Modas

S A P I E N S



1 SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES UDEM DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

Bertha Díaz Delgado, Cecilia Martínez Torteya y Laura Ramírez Hernández

Bertha Díaz es Lic. en Ciencias de la Educación con Maestría en Desarrollo Organizacional de la UDEM, donde se ha desempeñado en diversas áreas como profesora investigadora en temas de educación y familia; disciplina y formación de carácter. Ha sido consultora, conferencista y subdirectora de la Asociación de Discapacidad Visual. Actualmente cursa el Doctorado en Educación.

Cecilia Martínez Torteya es Dra. en Psicología por la Universidad Estatal de Michigan, profesora investigadora en la UDEM, y miembro del Sistema Nacional de Investigadores (SNI 1). Su investigación, publicada en más de 25 artículos en revistas internacionales de investigación, se enfoca en los efectos de las experiencias adversas en el desarrollo socioemocional y la salud mental.

Laura Ramírez es Dra. en Psicología Educativa y del Desarrollo por la UNAM con una estancia postdoctoral en la UAM. Ha participado en congresos nacionales e internacionales, y colaborado en la revisión de libros y trabajos de investigación para eventos académicos. Es profesora investigadora en la UDEM y candidata del Sistema Nacional de Investigadores (SNI).



Los síntomas de depresión, ansiedad, desórdenes alimenticios y abuso de sustancias son comunes entre alumnos universitarios a nivel mundial y estos problemas afectan directamente el éxito estudiantil. El estrés y los problemas de salud mental claramente se incrementaron a causa del COVID-19 y las medidas de contingencia, mientras que los grupos más susceptibles son aquellos con problemas previos de salud mental y pocos apoyos sociales.

Para evaluar esta problemática en la Universidad de Monterrey, desarrollamos el Estudio de Salud Mental Universitaria. Invitamos a los estudiantes universitarios mayores de 18 años a participar de manera voluntaria en encuestas en línea: una inicial se realizó en mayo, con muestras de seguimiento durante el verano, y una final en septiembre. Estas encuestas fueron difundidas con el apoyo de los Directores de Programa Académico de todas las Escuelas, así como diversas redes sociales de la UDEM.

En mayo, 658 estudiantes contestaron la encuesta inicial. Los resultados muestran que casi **44% de los alumnos reportan que han recibido algún diagnóstico de salud mental durante su vida**, incluyendo: ansiedad (33%), depresión (23%) y déficit de atención e hiperactividad (10%). De estos estudiantes diagnosticados, el 89% ha recibido atención psicológica

(psicoterapia, farmacoterapia, consejería, etc.) en algún momento y el 33% sigue recibiendo servicios actualmente. En comparación con cifras de la Organización Mundial de la Salud en cuanto a salud mental universitaria, estos porcentajes representan una alta incidencia de problemas de ansiedad, pero también un alto acceso a servicios de salud mental.

En las muestras de seguimiento, **47% de los participantes reportaron síntomas elevados** de depresión (25%), ansiedad (31%), estrés postraumático (20%) o abuso del alcohol (11%), y el 25% de los alumnos reportaron dos o más áreas de dificultad. Estas cifras concuerdan con incrementos en estrés, ansiedad y depresión que se han reportado con muestras universitarias en Estados Unidos, Francia e Israel. Por otra parte, los alumnos con altos puntajes en depresión tuvieron un ligero deterioro en su rendimiento académico durante el semestre de Primavera 2020.

En septiembre, 329 alumnos completaron la encuesta de seguimiento, utilizando los mismos cuestionarios. Notablemente, se encontró que la tasa de síntomas actuales disminuyó: **36% de los estudiantes reportaron síntomas elevados** de depresión (16%), ansiedad (24%), estrés postraumático (15%) o abuso del alcohol (7%), y el 17% de los alumnos reportaron dos o más áreas de dificultad. Asimismo, 25% de los alumnos aseguraron

recibir servicios de salud mental para atender estos problemas.

La información recabada a través del estudio resalta que cuatro de cada 10 alumnos de nuestra comunidad universitaria han tenido en algún momento de su vida un problema de salud mental. Por otra parte, muchos estudiantes experimentaron incrementos significativos en sus niveles de depresión, ansiedad,

estrés postraumático y abuso del alcohol a raíz de la pandemia COVID-19 y el confinamiento, aunque estos niveles se han ido normalizando durante la adaptación a “la nueva normalidad”. Es indispensable sensibilizar a toda la comunidad universitaria y continuar vinculando a los alumnos con los servicios de salud mental que ofrece la UDEM, así como recursos en la comunidad en general.



2 LA “NUEVA REALIDAD”: UN MUNDO SIN CONTACTO FÍSICO PERO ANSIOSO DE CONTACTO EMOCIONAL

Es increíble la gran cantidad de objetos y superficies comunes que acostumbrábamos a tocar en nuestras vidas cotidianas: perillas de puertas, botones de elevadores y de estacionamientos, pasamanos, llaves de baños, carritos del supermercado, teclados de cajeros automáticos, entre muchísimos otros. Además, el contacto físico con otros también era abundante: saludos de mano, abrazos, besos, caricias sutiles.

Y un virus vino a recordarnos que todo ese contacto es útil, pero riesgoso porque permite la propagación de enfermedades si no se toman las medidas sanitarias necesarias, y que la vida es frágil por más fuerte que se crea el ser humano.

Pero es precisamente en tiempos difíciles cuando la innovación y la creatividad repuntan, y gracias a la oportuna aplicación de la tecnología se van encontrando soluciones para reactivar las actividades económicas.

Por ejemplo, la empresa tecnológica NEC publica abiertamente soluciones tecnológicas que pueden “ayudar a los negocios y gobiernos a adaptarse y regresar a la actividad pública con una experiencia de usuario sin contacto e higiénica”; RRD (empresa de comunicación y *marketing*) anunció su línea de productos Touchless World que promete “soluciones seguras, sin contacto para activar datos poderosos”; Elenium Automation, junto con SimpliFlying, compartió un reporte con su visión acerca de cómo debe ser la experiencia sin contacto en los aeropuertos.

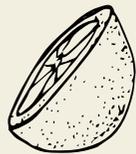
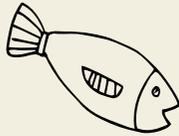
Sin embargo, el reto para aliviar la falta de contacto emocional es mayor. Y, aunque los grupos de WhatsApp y las videollamadas por Zoom ayudan (un poco), lo cierto es que tanto los negocios, como las escuelas y las familias, están obligadas a comprometerse con la innovación para reinventar la manera de interactuar y evitar convertirnos en una sociedad indiferente.



Dra. Olivia Maricela Barrón Cano

Olivia Barrón es directora del Departamento de Ciencias Computacionales en la Universidad de Monterrey. Recibió su licenciatura en Sistemas Electrónicos, la maestría en Ciencias Computacionales y el doctorado en Inteligencia Artificial en el ITESM, campus Monterrey, en 1989, 1992 y 2003, respectivamente. Es socia fundadora de Soluciones en Dispositivos Médicos, empresa que ha obtenido financiamiento de universidades, inversionistas y el gobierno para realizar investigación en el área de desarrollo de dispositivos inteligentes para diagnóstico médico. Además, colabora en IA2030MX, la coalición multisectorial del ecosistema digital y de Inteligencia Artificial en México.

3 ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y CORONAVIRUS



Ana Carla Cepeda López

Ana Carla Cepeda es médico y tiene una maestría y doctorado en Nutrición. Es profesora, investigadora (SNI 1), conferencista y ha publicado varios artículos sobre la interacción entre el metabolismo de hierro, la inflamación y la obesidad. Además, es *coach* certificada y ha tomado varios cursos de medicina mente-cuerpo en escuelas como Harvard Medical School.

Hoy en día, la alimentación se ha vuelto uno de los centros de atención en nuestro país. Desde el inicio de la pandemia, estudios de varios países han demostrado que las personas que viven con obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares tienen un alto riesgo de ser hospitalizadas, de ingresar al área de cuidados intensivos y de necesitar ventilación mecánica invasiva.

Además, si bien todavía se están investigando los mecanismos biológicos precisos, la inflamación crónica relacionada con la obesidad parece interferir con la respuesta inmune a las vacunas, posiblemente exponiendo a las personas con obesidad incluso después de la vacunación. De acuerdo con los datos de la organización Alianza por la Salud Alimentaria, basados en la Encuesta Nacional de Salud 2018, de los 120 millones de mexicanos, 96 millones padecen sobrepeso u obesidad, 8.6 millones sufren diabetes y 15.2 millones hipertensión. La elevada prevalencia de obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles representa en México un reto para enfrentar esta pandemia.

El asunto es más complejo de lo que se plantea. Mientras que pudieran existir mecanismos biológicos mediante los cuales el COVID-19 puede afectar más a personas con obesidad, los mecanismos sociales relacionados con la obesidad pudieran tener un rol fundamental en esta relación. La obesidad en México y otros lugares está relacionada con una carencia de oportunidades, con la pobreza, a un ambiente estresante y poco saludable donde la comida ultraprocesada es fácil de adquirir.

Por lo general, la obesidad es vista solo desde la perspectiva del exceso, pero es común

que venga acompañada con una carencia en el consumo de nutrientes esenciales que se encuentran en alimentos frescos y conocida como “hambre oculta”. Las carencias de hierro, yodo, ácido fólico, vitamina A y Zinc, por ejemplo, son las más comunes, con más de 2,000 millones de personas afectadas en todo el mundo. Esta “hambre oculta” no solo aumenta el riesgo de morbilidad y mortalidad, sino que también contribuye a un crecimiento deficiente, discapacidad intelectual y complicaciones perinatales.

Para asegurar una mejor nutrición, el Banco Mundial propuso acciones para fomentar sistemas alimentarios saludables que permitan la disponibilidad y accesibilidad final de alimentos variados y nutritivos, como las verduras, las frutas y legumbres; el fomento de los huertos caseiros, la plantación de cultivos biofortificados, la diversificación de alimentos producidos para el consumo interno, la mejora de las cadenas de frío para los alimentos nutritivos perecibles y los mercados de alimentos frescos.

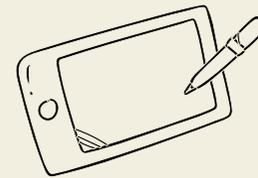
Así como la intensificación de la asesoría nutricional, el fomento de la lactancia materna y la lucha contra la desinformación. En México la adopción de políticas públicas como el nuevo etiquetado de advertencia recientemente implementado contribuyen a promover un ambiente saludable. Sin embargo, la reciente campaña de información nutricional que el gobierno federal lanzó para combatir la obesidad en el país ha creado una gran controversia en la comunidad, ya que pareciera que persiste la percepción de que la obesidad se debe a la falta de voluntad de las personas para seguir una dieta saludable o hacer ejercicio, y no a la pobreza y la inseguridad alimentaria, asuntos que rebasan la voluntad individual.

ILUSTRACIONES: SHUTTERSTOCK

El Coronavirus es una oportunidad para enfrentar la obesidad transformando nuestro estilo de vida, esto incluye una alimentación basada en vegetales combinada con las tradiciones culinarias, lo que el bolsillo permita y las alternativas de alimentos locales de cada persona, ejercicio moderado, sueño adecuado, manejo de estrés

y bienestar emocional. Sin embargo, para tener una vida saludable es necesario crear un entorno social y económico que permita y aliente estas mejores prácticas. Esperamos que las autoridades actúen para abordar el problema de manera integral, de tal modo que cada persona tenga acceso a lograr su máximo potencial.

4 LA LOW TOUCH ECONOMY Y LA TRANSFORMACIÓN DIGITAL



Todavía recuerdo aquel 12 de marzo de 2020 que nos citaron en ESTOA para platicar de los escenarios ante el COVID-19.

La semana siguiente ya estábamos realizando trabajo remoto y, al igual que en muchos otros lugares, la transformación digital nos llegó de golpe. De clases presenciales nos movimos a enseñar a distancia, y de procesos en papel nos transportamos a la digitalización, a juntas virtuales, a capacitaciones y un sin fin de actividades que requieren el uso de la tecnología.

¿Qué tiene que ver con la *low touch economy*, la economía de bajo contacto? Sencillamente, esta implica llegar a los clientes evitando la presencialidad: que un negocio pueda hacer llegar sus productos a sus clientes sin necesidad de que el cliente esté en contacto con él.

Ante el confinamiento se presentó un repunte en el uso de los supermercados a domicilio y de todos los negocios intermediarios que hacen llegar el producto al consumidor. Ejemplo de esto son UberEats, Cornershop y Rappi, aunque la comisión que cobran a los proveedores por el uso de su servicio es alta para muchos de ellos. Por el otro lado, cuando el precio se vuelve más accesible, estos negocios de servicio a domicilio caen en la posibilidad de

quedar fuera de la competencia del mercado, como es el caso de SinDelantal.

Entonces ¿qué implica para las empresas medianas y grandes el concepto *low touch economy*? Más allá de digitalizar los documentos y utilizar plataformas tecnológicas para administrarlos, lo que se busca es la transformación digital de los procesos, actividades e incluso el modelo de negocio para aprovechar todas las tecnologías. Esto reta a pensar fuera de la caja, a innovar. Un claro ejemplo es como Sigma abrió un canal de entrega al consumidor con Sigma Foodservice, al igual que Cemex con su modelo de negocio Cemex Go.

Es imprescindible analizar cómo te impacta a ti la economía de bajo contacto. ¿Acaso estás siendo consumidor de productos en línea? ¿Estás generando nuevas alternativas de trabajo remoto? Es momento de elaborar estrategias para afrontar el reto *low touch* con nuevos productos y servicios. La expresión “nueva normalidad” invita a que el mundo debe estar constantemente en movimiento. Nosotros somos los que tenemos en nuestras manos la posibilidad de generar estos cambios. Te invito a reflexionar y ser un agente de cambio positivo en tu casa, tu colonia, tu ciudad, tu país y tu mundo.

Consuelo Cabello

Consuelo Cabello es profesora del Departamento de Ingeniería y Tecnologías de la UDEM y tiene 25 años de experiencia en el área de tecnologías de información. Se ha desempeñado como analista, docente, consultora y emprendedora. Consuelo obtuvo sus títulos de Ingeniería y maestría del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, y elaboró su tesis en la especialidad de Administración del Conocimiento.

HÉROES



JUNTOS ANTE LA CRISIS

Los alumnos pusieron manos a la obra desde que empezó la crisis. Entre los ejemplos de lo que significa estar al servicio de los demás, en esta edición de héroes, nos concentramos solo en un par de udemitas que nos inspiró al donar su tiempo y esfuerzo (¡y hasta el dinero de sus cumpleaños!) para mejorar la situación.

UnionMty nació para apoyar a los que más lo necesitan: el personal médico. Luis Andrés Martínez Sepúlveda y su tocayo por partida doble, Andrés Martínez Medina, alumnos de Prepa UDEM Unidad Valle Alto de tercer semestre, decidieron unirse para apoyar a quienes arriesgan su vida y, a veces, ni siquiera tienen las herramientas suficientes para hacerlo.

Ante la contingencia mundial, se dieron cuenta de que, en palabras de Luis, “el personal no siempre cuenta con el mejor material, entonces se nos ocurrió apoyar a los hospitales o instituciones que necesitan equipo médico. Fue cuando busqué a Andrés Martínez, y entre los dos, con un dinerito que tenía guardado por mi cumpleaños, comenzamos con el proyecto”.

La vocación por ayudar la tienen desde pequeños. Han participado en actividades de la escuela de apoyo a la comunidad pero, a pesar de su experiencia, se enfrentaron al reto de no ser tomados en serio y que no confiaran en ellos por ser un par de chicos de 16 años. Para superar este obstáculo, al principio reunieron a sus amigos y familiares cercanos que confiaban en ellos y los apoyaron. Se dieron cuenta que, al comenzar a publicar las entregas de los donativos en sus cuentas de redes sociales, consiguieron que más personas se sumaran a la causa, validando la organización. Publican lo que los inspira con frases, mensajes, retos semanales de apoyo y, por supuesto, el trabajo que hacen con la decena de donaciones que han podido realizar. Así han creado una comunidad de apoyo.

Sumado a su cuenta @unionxmtty, crearon un espacio en la plataforma MoneyPool, en la que reciben donaciones de quien quiera ser parte del proyecto, al igual que donaciones en especie para tener un mayor alcance.

También buscan poder atender otras causas, desde realizar campañas de limpieza en la naturaleza, visitar asilos y casas hogares, hacer donaciones de despensa y vestimenta a la gente que lo necesita en la calle, y diferentes apoyos que pueden ir surgiendo en el futuro. Entre las entregas que han hecho se encuentran diferentes hospitales e instituciones. Es evidente la buena intención de sus acciones y la

gratitud no se ha hecho esperar: reciben videos en las redes sociales de agradecimiento con sonrisas y caras llenas de felicidad que, como explicó Luis Andrés, les dan más ganas de seguir con el proyecto.

“Unionxmtty no solo es un proyecto enfocado en donaciones por el COVID-19 —esta es su misión actual por la pandemia—, pero no pensamos quedarnos aquí. En un futuro cercano, queremos migrar a diferentes misiones y nunca quedarnos sin estas ganas de ayudar”.

Su visión es ser la asociación sin fines de lucro más grande de Nuevo León... y van para allá. ○



FOTOS: CORTESÍA

CLASS NOTES

En la UDEM hay alumnos y alumnas que se han destacado en el área de creación literaria dentro y fuera de la universidad. Claro ejemplo son Dina Tunesi y Javier Ponce, recién graduados de Licenciado en Letras, y nos comparten sus experiencias y retos en el mundo de la difusión literaria.

POR: **JEIMMY NAVA IBARRA**, ESTUDIA 6.º SEMESTRE DE LICENCIADO EN LETRAS, UDEM.

ESTE CLASS NOTES ES UNA EDICIÓN ESPECIAL SOBRE LA DIFUSIÓN LITERARIA, MUY IMPORTANTE EN UNA COMUNIDAD COMPROMETIDA CON LA SOCIEDAD.



DINA TUNESI
ExaUDEM LLE'20

EXVICEPRESIDENTA DE PUNTO Y COMA;
BECARIA DEL CENTRO DE ESCRITORES DE NUEVO LEÓN.

¿Cómo ha sido tu trayectoria?

Yo quería ser novelista, pero poco a poco me interesó la poesía. En tercer semestre estuve en el taller de poesía de Letras y, con el apoyo del profesor Julio Mejía, ingresé al Centro de Escritores de Nuevo León, donde estuve un año. Gracias a eso, se me abrieron muchas puertas y oportunidades, como publicar en revistas, invitaciones a lecturas, maratones literarios y encuentros de escritores. También obtuve una beca en la Fundación para las Letras Mexicanas en Xalapa —¡una gran experiencia!— y fui vicepresidenta de Punto y Coma, el grupo estudiantil que promueve la lectura y la creación literaria dentro de la Comunidad UDEM.

¿Cómo fue tu primer acercamiento con la poesía?

Los cafés literarios en la biblioteca. Me gustaba estar ahí: la biblio tiene la característica de no ser solo un lugar de estudio,

sino que tiene muchos eventos con escritores y yo les hacía preguntas, no me daba pena acercarme para saber más.

¿A qué retos te has enfrentado al escribir?

Mi edad. No importa cuánto tiempo pase o cuánto vaya aprendiendo, sigo siendo una escritora joven y mujer —sabemos que nosotras lo tenemos un poco más difícil—. Además, en los talleres me topaba de pronto con personas con visiones muy eurocentristas de la literatura, y a mí me gustan los autores contemporáneos mexicanos y eso siempre frenaba.

¿Cuáles son las mejores formas de difundir la literatura?

Lo que me gusta hacer es recomendar lecturas a amigos que sé que les gusta leer. Hay un libro para cada uno, solo es cuestión de encontrarlo, y soy de la idea de que la literatura es para todos, solo que no hemos llegado a nuestra literatura y por eso no leemos tanto.



JAVIER PONCE
ExaUDEM LLE'20

EXPRESIDENTE DE PUNTO Y COMA;
GANADOR DEL CONCURSO "PALABRAS MIGRANTES" DEL FONDO REGIONAL PARA LA CULTURA Y LAS ARTES DEL NORESTE, EN 2017; MENCIÓN HONORÍFICA EN "PANDEMIOSCOPIO" DE LA EDITORIAL VOCANOVA, EN 2020.

¿Cuáles consideras que son los limitantes y los retos al escribir?

En cuanto a limitantes, los concursos. Es difícil aspirar a ellos y siempre buscan los mismos proyectos y los mismos temas, sobre todo en el norte del país, donde no hay una iniciativa o cultura de leer o escribir. Sí desmotiva que solo puedes ganar dinero o aspirar a becas con ciertos temas. Hay propuestas brillantes y originales, pero se quedan en el tintero. Tampoco hay una cultura juvenil de hacer grupos para compartir ideas o escritos. Nos hace falta.

Sobre los retos: idealizamos muchas cosas y la realidad siempre termina siendo muy diferente. México es un país donde, desgraciadamente, escribir no te da para vivir; por más bueno que seas, no puedes depender de esto. El reto es enfrentarse a la realidad.

¿En qué radica la relevancia de la difusión del hábito de lectura y la creación literaria?

En que es importante que se sepa que también en Monterrey hay gente que escribe. Lamentablemente, no hay difusión de autores de calidad locales. Cuando hay presentaciones de libros, eventos o talleres, estos no se llenan, porque a la gente o no le interesan o ni siquiera saben que existen. Es imperante impulsarlos.

¿Cuáles son las mejores formas de difundir la literatura?

En Punto y Coma intentamos de todo. La Feria del Libro de la UDEM es un esfuerzo necesario, una posibilidad de difundir la literatura.

LA DIFUSIÓN LITERARIA EN LA UDEM

LA UDEM TIENE ACTIVIDADES NOTABLES PARA FOMENTAR EL HÁBITO DE LECTURA Y DE ESCRITURA.

- La Biblioteca UDEM, además de ofrecer una enorme colección de libros en formato físico, cuenta también con una plataforma virtual en la que hay una variedad de títulos y artículos digitalizados.
- El café literario y clubes de lectura en línea son de apoyo para conocer nuevos autores y ampliar el conocimiento de géneros y subgéneros literarios.

- El Departamento de Difusión Cultural lanza anualmente la convocatoria "Palabras que cuentan", dirigida a los estudiantes de la UDEM.

- Dentro del Centro de Liderazgo Estudiantil (CELES) está el grupo Punto y Coma, que se mantiene en constante actividad con la realización de sus eventos literarios (la Feria Regional del Libro, presentaciones, conferencias, diálogos y noches bohemias).

KICKER

TAQUERÍAS

• MONTERREY •

Estas son las taquerías que, según la opinión de la comunidad UDEM, **NO PUEDES PERDERTE** si traes antojo de unos de carne asada, de trompo o de chicharrón.



Corre por unos con todas las medidas de seguridad o pide a domicilio.

  @360udem

INSPIRANDO TU MEJOR VERSIÓN

prepa
udem

DESCUBRE

tus talentos



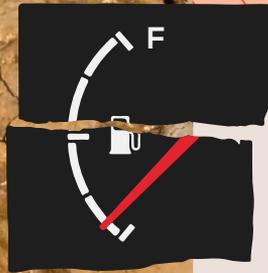
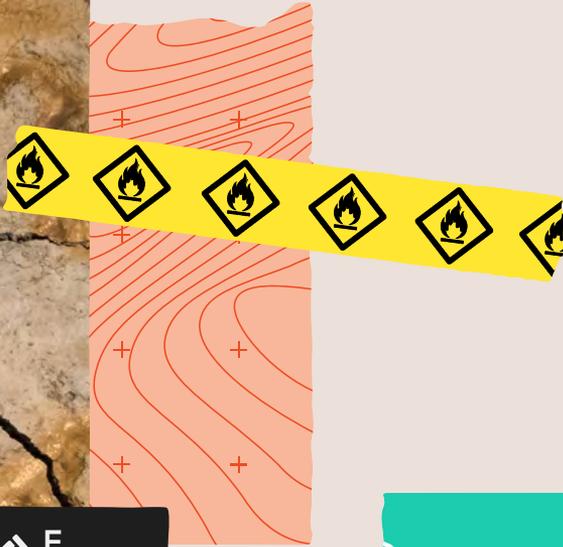
Apréndelo
en la UDEM.

prepa.udem.edu.mx



3 6 0 °

U D E M



UDEM