



OH!

Los Tiempos

NO SE DETIENE

Cochabamba, Bolivia
11 de abril de 2021
N° 1139



INTELIGENCIA EMOCIONAL

ORIENTACIÓN.
Psicólogas comparten 10 estrategias para educar a los niños en la gestión de emociones. **P4**

Entrevista

Jean Carla Saba: 30 años equipando personas. **P2**

Moda

Schütt & Schütt viste a niñas con la colección "Brotos de olivo". **P6**

A Fondo

Bolivia en el nuevo escenario del narcotráfico. **P8**

OH!

MODA

A propósito del próximo Día del Niño, Schütt & Schütt rememora un legado familiar, en el que priman los vestidos en colores pasteles, ideales para lucir en toda ocasión. En la colección "Brotos de olivo" el protagonista es el bordado "nido de abeja". P6.



FOTO: DANILO BALDERRAMA

Orientación

¿Cómo enseñar a los niños a gestionar su inteligencia emocional?. P4

Tradición

Qué no se debe hacer en Cochabamba de acuerdo a mitos y leyendas. P11

Medioambiente

Los árboles cuentan la historia de la humanidad. P16

STAFF

OH!

Directora de Los Tiempos

María Renée Canelas L.

Jefe de Redacción:

Luis Fernando Avendaño

Editora de OH!

Adriana Trigo Amador

Periodista:

Rafael Sagárnaga (La Paz)

Fotógrafo:

Hernán Andía

Diseño:

Jheison Muiba M.

Fotocromía:

Rafael Sejas

mail: oh@lostiempos-bolivia.com

Departamento Comercial:

Ariel Rudón Morato

Impresión:

Editorial Canelas S.A.

SEDE COCHABAMBA

PLAZA QUINTANILLA • CASILLA 525

Telf. piloto: 4254567

Gerencia: 4255835

Fax: 591 4 4254567

Los Tiempos

e-mail: webmaster@lostiempos-bolivia.com

OFICINA REGIONAL SANTA CRUZ

AV. SAN MARTÍN ENTRE 3 Y 4 ANILLO

CALLE H.-EDIF. YOU-OF. 119

Cel.: 591 60706779 • 591 67792777

Fax: 591 3 335152

OFICINA REGIONAL LA PAZ

EDIFICIO CÁMARA DE COMERCIO

PISO 13, OFICINA 1303

AV. MARISCAL SANTA CRUZ

Telf.: 591 2 2357142 • 591 61793777

Fax: 591 2 2357142

Bolivia

SÍGUENOS EN:



Multimedia



Mira la galería de fotos en nuestra web:
www.lostiempos.com/oh





GRAN

Open House

POR ANIVERSARIO

home center fácil

¡28 años creciendo junto a ti!

Sólo del 9 al 18 de Abril

Hasta

65%

en productos seleccionados

10%

en TODA la tienda

*5% en electrónicos, electrodomésticos y línea blanca.

SÍGUENOS:    HOMECENTERFÁCIL • ☎ 79958566

COCHABAMBA: AV. UYUNI 1171 CASI PUENTE MUYURINA • LA PAZ: MEGACENTER 2DO PISO, LOCAL D-50, ZONA IRPAVI

Texto: Adriana Trigo Amador
Fotos: Cortesía

Se presenta como una apasionada por agregar valor a las personas y ayudar a elevar el nivel de conciencia. Jean Carla Saba de Aliss ha sido dos veces ganadora del “Culture Awards” en el Valor de Consistencia (2019) y en el Valor de Equipar a Otros (2021), en Orlando, Florida (Estados Unidos).

Gracias a este último y reciente galardón, desmiente la creencia de que actualmente la palabra escrita y la lectura van perdiendo poder. Comprobó al resaltar el impacto de las columnas que escribe para OH!. No era para menos, el título de su espacio en la revista fue bautizado por ella como “Casi todo es otra cosa”.

Esta mujer, convencida de que el cambio empieza por uno, conversó sobre su galardón y los alcances de su labor como columnista, conferencista y coach ejecutiva y de vida.

—4.000 personas de distintos países forman parte de los Culture Awards (Orlando, Florida), 200 fueron invitadas a dar a conocer su influencia y 20 fueron nominadas oficialmente. Usted es una de las dos personas ganadoras y obtuvo el galardón por el valor de equipar de otros a nivel Latinoamérica. ¿Qué significa equipar a otros? (Valga la redundancia).

—Como el nombre trata de expresarlo, es el servicio, la preparación, el entrenamiento o equipamiento con capacitaciones o cualquier otra metodología que ayude a las personas a vivir mejor, teniendo un liderazgo de influencia y una vida significativa. Puntualmente, yo equipo a las personas usando muchas estrategias (cursos, talleres, conferencias, coaching, escribiendo libros de desarrollo personal o las columnas de la Revista OH!). Para el tema de la nominación, decidí enfatizar el poder de la palabra escrita y di a conocer el impacto de las columnas en nuestra sociedad, compartiendo a través de un video experiencias significativas; es decir, distintos usos que la gente está dando a mis escritos. Eso me convirtió en la ganadora de este reconocimiento a nivel de América Latina, dentro de una comunidad de 4.000 miembros, 200 seleccionados, 20 nominados y finalmente el número se redujo a 10, ganando yo en el Valor de “Equipar a Otros”.

—¿Puede la palabra escrita (sea en columnas, artículos, libros) cambiar vidas? ¿Cuál es su poder?

—Definitivamente ¡sí! Primero, entre el escritor y el lector se genera un vínculo, existe una conexión de influencia que agrega valor a ambos. Segundo, la palabra escrita cobra vida propia y significado diferente para cada uno de los lectores, para uno puede ser revelador lo que está leyendo y para otro, torturador. Tercero, puede ser leída innumerables veces y lo que ayer se entendió al leerlo al día siguiente puede cambiar o ampliar el significado al volverlo a hacer, subiendo de esta manera el nivel de comprensión del mismo a otra dimensión; es decir, la palabra escrita permite la

SUPERACIÓN. La conferencista, escritora y coach de vida lleva 30 años equipando personas. Por esta labor y por enfatizar el poder de la palabra escrita a través de las columnas que escribe para OH!, ha recibido una distinción internacional.

Jean Carla Saba: “Nadie nació para quedarse como está”

exploración y nos invita a profundizar.

El significado que cada lector da a la columna es variado. Desde ya, cito algunos ejemplos: una viejita (92) dice que le resulta compañía, un estudiante de derecho (25) vio que el docente introdujo la clase con una de ellas, una mamá lo utiliza con la familia de material de estudio, una maestra parvularia recorta las columnas y las expone en las paredes para fomentar la lectura reflexiva entre los papás o un amigo que me solicita permiso para usarla en un discurso institucional... Todo esto incrementa la responsabilidad y el compromiso.

—“Casi todo es otra cosa”, ¿por qué eligió este título para la columna que escribe para OH!?

—Primero, comentarte que tardé dos meses en elegir el nombre, pues sabía que de él dependía la identidad del contenido. Finalmente, lo elegí porque me interesaba dejarlos con un tema rondando la cabeza. Reflexioné sobre la subjetividad del mundo en el que vivimos, pensé que podemos ser simples turistas y sacar fotografías de los lugares que visitamos esperando encontrar en ellos una realidad total, pero eso es ficción. La realidad es que lo que vemos nos da una leve idea de lo que en verdad es... y muchas veces ni siquiera es real, pues la visión funciona como una especie de pantalla y lo que nos debe interesar ver es justo lo que está detrás de ella. Estamos enfrentados cada vez más a un mundo más irreal, donde existen los efectos especiales, las plantas artificiales, piel sintética, familias disfuncionales que resultan ser ejemplares, economías estables desplomándose, enemigos inven-



GALARDONADA. Jean Carla Saba recibió este 2021 el “Culture Awards” por el Valor de Equipar a Otros (nivel Latinoamérica). CORTESÍA

tados, religiones nuevas, enfermedades de moda, comida adictiva, remedios innecesarios. Juzgamos sin saber, discutimos sin conocer, nos encontramos con verdades absolutas que las relativizamos cambiándolas por opiniones personales posesionándonos como principios de vida sin ningún cuestionamiento. Sinceramente, me parecía que a lo malo empezamos a llamar bueno y lo bueno, ya no importaba. De ahí salió el nombre de “Casi todo es otra cosa” porque lo que vemos no siempre es lo que es. ¡Ah! desde ya, mi primer libro titula lo mismo y por él fui reconocida como autora latina en el tema de desarrollo personal en Miami, en 2017.

—Hablando sobre el proceso creativo al escribir sus columnas, ¿cómo decide qué reflexión compartir o qué contar?

—Sentada frente a la computadora con

unas ideas rondando la cabeza es como empiezo a escribir. Comienzo con un pensamiento y una clara intención, pero conforme voy tecleando las ideas van cambiando. Puede que sea mala escritora, que me deje dominar por ellas o tal vez algo permisiva porque las dejo mutar conforme avanzo. No niego que a veces me siento traicionada, pues en momentos se expresan como a ellas les da la gana, entrando en una especie de resistencia con mis propios valores. Hago un alto y trato de reencauzarlas, no todas son domables; paro y pienso si es que yo me alejé de ellas o ellas se alejaron de mí, de una u otra manera me doy cuenta de que cada idea está formada por palabras y son ellas las que me afectan, porque cuando son evocadas en el camino van cobrando vida propia dependiendo no sólo de su significado, sino de la dirección que

ALCANCE.
Saba ha
capacitado
a alrededor
de 28.000
personas
a nivel de
América Latina.

CORTESÍA



Perfil

Conferencista, escritora, coach ejecutiva y de vida, esposa y mamá. Con formación en Teología, Pedagogía Social y Psicología Familiar.

Trabajó 18 años con programas sociales dependientes del Gobierno finlandés en varios países de América Latina.

Autora del libro "Casi todo es otra cosa", publicado en Miami en 2017 y reconocida como autora latina en el tema de Desarrollo Personal.

Autora de varios materiales educativos y traducidos a varios idiomas.

las vidas de las personas, ayudándoles a diseñar su camino para que lleguen donde desean hacerlo, pero en condiciones más seguras. Considero que el acompañamiento es vital con determinado tipo de formación. Evidentemente, estamos en un boom de esto, lo cual me parece fabuloso mientras sea realizado de manera responsable.

—¿Tenemos todas las personas la posibilidad de cambiar de vida? ¿Por qué?

—Todas las personas que desean cambiar lo pueden hacer, enfatizo "desean", pues muchos se encuentran cómodos donde están. De todas maneras, mi propuesta de trabajo no incluye únicamente un cambio; sino, una transformación. Considero firmemente que nadie nació para quedarse como está; por tanto, todos tenemos la oportunidad y posibilidad de hacerlo.

—De acuerdo a su experiencia y trabajo, ¿cuál es la principal barrera que impide a una persona desarrollar su potencial y vivir plenamente?

—Usaste la palabra correcta, "barrera", y me permito complementar la misma con la palabra "terror". Es decir, las personas tenemos "barreras del terror" que no nos permiten salir de la zona de confort para entrar en la zona de crecimiento y desarrollo del potencial. Es ahí justamente donde trabajan muy efectivamente las creencias limitantes y su función es esa: limitarte. Me encanta ayudar a las personas a descubrir las suyas y liberarse. Por otro lado, nadie puede crecer si no se conoce. Es importante saber dónde quieres ir, pero es determinante saber dónde estás y, en ese sentido, mi trabajo permite que las personas se ubiquen en el mapa y esta ubicación justamente es la que la mayoría desconoce, convirtiéndose en la mayor barrera para desarrollar su potencial.

—A nivel personal y profesional, ¿cuál es la principal enseñanza que le ha dejado la emergencia sanitaria?

—Me hizo consciente de que no ha sido la primera crisis, no será la última crisis, ha sido solo una crisis más. Pero es justamente la que me tocó vivirla y ser protagonista de la historia. En ese sentido, la principal enseñanza es que no me puede dejar como me ha encontrado, cuando se vaya, yo debo ser mejor y debo ayudar a los demás a serlo. Por otro lado, constaté cómo lo invisible a los ojos —un virus— hizo a la humanidad buscar lo invisible a los ojos —Dios mismo— y esa enseñanza pienso que ha sido para todos. Siempre debemos dejar un espacio (mejor grande) para la fe y la esperanza en un Dios vivo y verdadero; por lo menos en mi caso, si no hubiera tenido esto, hubiera desfallecido.

van tomando abriendo camino para que yo vaya transitando. Todo esto mientras tomo varias tazas de café.

—Ha dado innumerables conferencias y talleres. ¿Cómo impacta una persona con un mensaje de cambio y superación a multitudes?

—Conectando con ellos, las conexiones son la primera fase, es donde se debe centrar el mayor esfuerzo. Así como no hay liderazgo sin influencia, no hay influencia sin conexiones. Definitivamente, uno tiene que estar en la misma sintonía con la gente. Es un darse cuenta de que la comunicación verbal es sólo un 7 por ciento, eso quiere decir que la gente casi no escucha lo que dices, pero hay algo que le impacta de ti y con eso se queda. No es tanto lo que dices, sino cómo lo dices y desde dónde lo dices. Personal-

mente, me gusta encontrar a la gente donde ellos están y no donde estoy yo; en otras palabras, es importante que sepan que, en cada conferencia que doy se trata de ellos, ellos son los importantes en el evento y no yo. Y acerca del impacto a multitudes, bueno, acabo de completar las 28.000 personas capacitadas a nivel de América Latina. Pero oro para no perder de vista la importancia de una sola persona, porque sólo una vale y vale mucho.

—Las fórmulas y claves para alcanzar el éxito, motivación y crecimiento personal han sido interpretadas y compartidas por muchos conferencistas, por lo que muchos desvirtúan ello o lo ven simplemente como una moda. ¿Qué dice a quienes piensan así?

—Considero que es responsable no sola-

mente enseñar algo, sino y, sobre todo, vivir ese algo. Ése es el mayor desafío que afrontamos quienes nos dedicamos a esto. Cuando se acercan a mí y me dicen que quieren hacer lo que yo hago... Primero, los felicito y, segundo, les pregunto ¿qué tienen que decir? ¿En qué quieren ser escuchados? Cuando las personas tienen claridad en sus respuestas, la probabilidad de malinterpretar el ejercicio de esta noble labor se reduce. Lamento informar que las fórmulas y claves para alcanzar el éxito sin convicción en lo que hacemos no tienen efecto sostenible en el tiempo.

—¿Cuál es el valor real de un life coach? ¿Estamos viviendo un boom de esta especialidad?

—El valor real de ser life coach (coach de vida) radica justamente en agregar valor a

Texto: Giuliana Jaldin

La Inteligencia Emocional (IE) tiene una relación directa con el bienestar integral y el éxito en el ámbito laboral y académico. Por ello, es importante su estimulación desde temprana edad y durante toda la vida.

La psicóloga Verónica Trigo Padilla afirma que la IE es un fenómeno biopsicosocial, en el que intervienen reacciones del sistema nervioso, aspectos inherentes a la personalidad e influencias familiares y culturales.

“En términos de Elsa Punset, escritora y divulgadora científica, la IE es una llave para la libertad, porque nos permite elegir cómo actuar sin ser presos de nuestra ira, miedo, rabia y otras emociones intensas”, expresa la experta en Inteligencia Emocional.

La IE está relacionada, dice Trigo, con capacidades como la autoconciencia emocional, la gestión emocional, la empatía, la resiliencia y habilidades sociales, además de las destrezas para resolver los conflictos de manera creativa.

GESTIÓN EMOCIONAL

La IE es una práctica que se construye todos los días, desde el nacimiento de cada ser humano. Tiene que ver con la capacidad de percibir, expresar, comprender y gestionar las emociones.

La psicóloga Laura Amador destaca la importancia de la educación en inteligencia emocional de los niños porque, al igual que los adultos, atraviesan una serie de emociones. “Todos necesitamos recursos para gestionar adecuadamente las emociones con el fin de poder tener un comportamiento asertivo y formas saludables de vincularse”, explica.

En ese sentido, dice que hay que poner especial atención en la primera infancia, ya que en los primeros cinco años de vida se establecen muchos elementos de la personalidad y la salud mental de cada persona.

“Enseñarles a gestionar sus emociones es importante en adultos y niños. Aprender a reconocer las emociones, no reprimirlas y por el contrario, darles un lugar para saber manejarlas”, expresa.



El desarrollo de la IE en los niños está relacionado con el grado de educación emocional de los padres y del entorno de referencia del infante.

EL PAPEL DE LA FAMILIA

“Culturalmente y generacionalmente, los padres de hoy no han sido educados emocionalmente. Por eso, para educar al niño, es necesario empezar con los padres”, expresa Trigo.

Afirma que la IE empieza a desarrollarse en el vientre materno, a partir de las emociones que experimenta la madre.

“Si bien la madre, desde el primer trimestre, recibe atención para promover el buen desarrollo del feto, no obtiene la información y técnicas para mantener el nivel de estrés bajo con el fin de favorecer la inteligencia emocional del gestante en un futuro”, explica.

Por ello, señala como importante el papel de los adultos durante este periodo, en el que se aconseja que les enseñen a nombrar, por ejemplo, sus emociones. “Aunque aparentemente no comprendan, se irán familiarizando y así empezarán sus primeras lecciones de autoconciencia y gestión emocional”, agrega.

A propósito del Día del Niño, ambas profesionales y expertas en inteligencia emocional comparten 10 estrategias para inculcar, fomentar y lograr que los niños, desde sus primeros años, expresen y desarrollen sus emociones.

Trigo afirma que, ante un conflicto emocional, hay que promover la reflexión y prevenir la impulsividad. “Pueden imaginarse un semáforo. La luz roja es para frenar y calmarse. Se sugiere que, para empezar los padres, se den unos segundos para calmarse y promover la tranquilidad”, explica a tiempo de mencionar que la amarilla es para pensar (una vez que están calmados) y la verde es para actuar de manera consciente. Por su parte, Amador sugiere evitar los

castigos físicos y gritos. “Un niño que se porta mal y recibe un golpe, poco a poco dejará de tener la conducta indeseada, pero aquí tenemos un niño que se comporta bien por miedo, no porque ha logrado comprender lo que estaba mal y eventualmente será también un adulto guiado por el miedo al tomar sus decisiones”, agrega.

1 SEMÁFORO EMOCIONAL

Trigo explica que ante una emoción intensa se debe imaginar un termómetro que va del 0 al 10 y hacerse -sin juicio y con buena predisposición- las siguientes preguntas: ¿cuánto me está afectando esto?, ¿cuánto tendría que afectarme? y ¿cómo elijo actuar?

2 TERMÓMETRO

Trigo explica que ante una emoción intensa se debe imaginar un termómetro que va del 0 al 10 y hacerse -sin juicio y con buena predisposición- las siguientes preguntas: ¿cuánto me está afectando esto?, ¿cuánto tendría que afectarme? y ¿cómo elijo actuar?

3 LLUVIA DE IDEAS

Frente a algún conflicto intra o interpersonal, Trigo sugiere hacer preguntas como: ¿qué pasó?, ¿cómo me sentí?, ¿qué quisiera hacer, qué otras cosas más podría hacer? “En terapia familiar se dice que a veces ‘el problema no es el problema, sino cómo se lo resuelve’, con esta última pregunta se promueve la creatividad, lo que lleva a flexibilizar nuestro cerebro y encontrar nuevas respuestas más efectivas”, expresa.

4 INDEPENDENCIA

Para Amador, el aprendizaje es importante, ya que todo está interconectado. “Desde pequeños, les brindamos herramientas para que puedan desarrollar actividades por sí mismos y no hacemos las cosas por ellos, fortalecemos su autonomía, confianza y autosuficiencia. Un niño que se cría dependiente, presentará secuelas de este vínculo en su vida adulta”, manifiesta.

5 UNIDAD Y DIÁLOGO

Trigo aconseja impulsar, como familia, actividades solidarias que promuevan la empatía y la consciencia social. Por su parte, Amador destaca la importancia de fomentar el diálogo con los niños. “En muchas ocasiones, los niños son subestimados, se considera que no van a entender las cosas, que no saben lo que quieren o que su opinión no cuenta. Todo esto es completamente equivocado, ya que precisamente en la niñez se está moldeando el carácter, un niño con el que se conversa y que siente valorada su opinión, está comenzando una autoestima apropiada”, destaca.

6 LIMPIEZA MENTAL

Para evitar pensamientos tóxicos, Trigo recomienda imaginar y/o dibujar un basurero, donde se boten los recuerdos o mensajes que hacen daño y no son útiles. “Cada que se presenten, se pueden eliminar imaginariamente”, puntualiza.

7 MINDFULNESS

Se trata de una disciplina que ayuda a controlar los pensamientos, a no gastar energía innecesariamente y enfocarse en lo que vale la pena, menciona Trigo. “Un ejercicio que describe, Daniel Goleman, autor del libro ‘Inteligencia Emocional’, es que el niño se recuesta con su peluche favorito encima del vientre y simplemente respire hondo, mientras ve que al inhalar se hincha la pancita y al exhalar se hunde”, expresa.

8 CREATIVIDAD

Para Amador, esto se debe entender no sólo como la capacidad de crear, sino además como la habilidad de encontrar los caminos necesarios para resolver problemas. En ese sentido, destaca la necesidad de establecer límites. “Es importante que un niño se desarrolle en un ambiente con reglas y límites, que sepa que hay cosas que no puede ni debe hacer. Pero, en este sentido, es fundamental que sepan el por qué. Educarlos en función a que conozcan que cada acción conlleva consecuencias y a discernir lo que está bien y lo que no, en el futuro, los hará personas conscientes y reflexivas”, dice.

9 VIDA SALUDABLE

Trigo afirma que existen los denominados alimentos cerebroactivadores. “Algunos tienen mayor impacto en el sistema límbico, encargado de las emociones. Estos son: verduras verdes, frutos secos, frutas (manzana, maracuyá, cereza, mandarina, palta), garbanzos, yogur natural, chocolate negro, bebidas (agua, infusión de manzanilla de tilo), Omega 3 (pescado, chía, aceite de oliva)”, explica.

10 POSPONER LA GRATIFICACIÓN

En el mundo actual, caracterizado por la inmediatez, Trigo dice que es importante aprender a tolerar la frustración y la paciencia. “La ‘prueba de los marshmelows’ de la Universidad de Stanford muestra que esta capacidad predice mejores rendimientos académicos y bienestar en la vida”, destaca.

Emails: lau.amador@gmail.com
verotriga@hotmail.com



ADAPTACIÓN. El conocimiento y la comprensión de las emociones ayudan a que los niños se desenvuelvan adecuadamente. COMHABLARATUSHUJOS.COM

8 CREATIVIDAD

Para Amador, esto se debe entender no sólo como la capacidad de crear, sino además como la habilidad de encontrar los caminos necesarios para resolver problemas. En ese sentido, destaca la necesidad de establecer límites. “Es importante que un niño se desarrolle en un ambiente con reglas y límites, que sepa que hay cosas que no puede ni debe hacer. Pero, en este sentido, es fundamental que sepan el por qué. Educarlos en función a que conozcan que cada acción conlleva consecuencias y a discernir lo que está bien y lo que no, en el futuro, los hará personas conscientes y reflexivas”, dice.

9 VIDA SALUDABLE

Trigo afirma que existen los denominados alimentos cerebroactivadores. “Algunos tienen mayor impacto en el sistema límbico, encargado de las emociones. Estos son: verduras verdes, frutos secos, frutas (manzana, maracuyá, cereza, mandarina, palta), garbanzos, yogur natural, chocolate negro, bebidas (agua, infusión de manzanilla de tilo), Omega 3 (pescado, chía, aceite de oliva)”, explica.

10 POSPONER LA GRATIFICACIÓN

En el mundo actual, caracterizado por la inmediatez, Trigo dice que es importante aprender a tolerar la frustración y la paciencia. “La ‘prueba de los marshmelows’ de la Universidad de Stanford muestra que esta capacidad predice mejores rendimientos académicos y bienestar en la vida”, destaca.

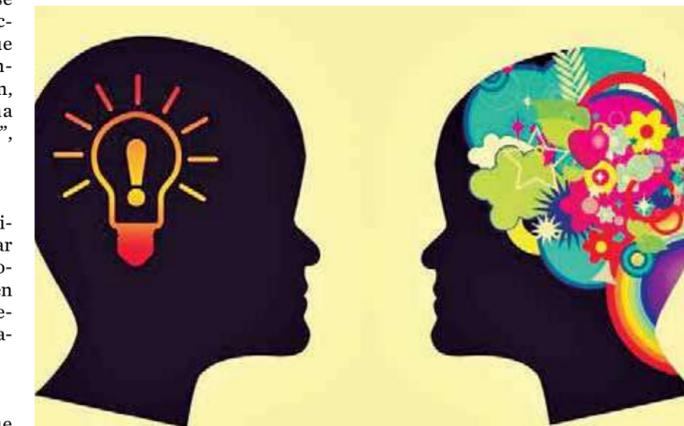
ADAPTACIÓN. El conocimiento y la comprensión de las emociones ayudan a que los niños se desenvuelvan adecuadamente. COMHABLARATUSHUJOS.COM

“LA IE SE ENTRENAN, POR LO QUE ES IMPORTANTE CONOCERLA Y ESTIMULARLA DESDE TEMPRANA EDAD”.

VERÓNICA TRIGO
Psicóloga

Por otra parte, recomienda hacer ejercicio físico de manera regular y sostenida para promover la producción de neuroquímicos, encargados de la felicidad, como las endorfinas.

Emails: lau.amador@gmail.com
verotriga@hotmail.com



CONTROL. Es importante el manejo de las emociones para afrontar el día a día de un modo más eficiente. LAMENTEEMARAVILLOSA.COM

10 ESTRATEGIAS PARA EDUCAR A LOS NIÑOS EN INTELIGENCIA EMOCIONAL

CRIANZA. La inteligencia emocional es una práctica que se construye todos los días, desde el nacimiento de cada ser humano. Tiene que ver con la capacidad de gestionar las emociones.



ENCANTO & DULZURA

VERSATILIDAD. Schütt & Schütt rememora un legado familiar en una colección para niñas en la que priman los vestidos en colores pasteles e ideales para lucir en toda ocasión.



Diseño: Schütt & Schütt, by Chichina y Paola Schütt
Fotografías: Danilo Balderrama (76911611/Estudio Relieve, C. 25 de Mayo N°345)
Modelos: Emma y Sarah Schütt
Locación: Jardines de Trojes
Texto: Redacción OH!

Schütt & Schütt, by Chichina y Paola Schütt, da un giro de tendencia con diseños concebidos para niñas. En la colección “Brottes de olivo” el protagonista es el bordado “nido de abeja”, hecho completamente a mano, con hilo de seda y el cual ocupa todo el cuerpo de los vestidos.

Paola comenta que las telas utilizadas en esta colección fueron los linos de noble origen, los algodones, tanto en colores enteros, como en diseños florales y a rayas. Menciona también el corderoy, para los vestidos de lis con manga larga, en el clásico beige como con diseños.

La paleta de colores va desde los pasteles, pasando por amarillos, el clásico beige y hasta los azules. “El estilo de estos vestidos es muy clásico y a la vez, elegante, donde el bordado de la infancia, también llamado nido de abeja o punto smock se apodera y marca tendencia”, dice Paola.

Las creativas diseñaron no sólo vestidos elegantes para niñas, sino también vestidos cómodos, versátiles y livianos para poder vestir en distintas ocasiones. Esta colección se realiza sólo a pedido.

UNA PROPUESTA CON AMOR E HISTORIA

Si bien esta colección ha significado un giro para la marca, diseñar para niñas siempre fue una inspiración para Chichina Schütt y fue así cómo empezó a materializar su talento hace más de 30 años, cuando sus hijas nacieron y comenzaron a crecer. “Son y siempre fueron mi fuente de inspiración”, cuenta Chichina.

Es así que hizo pequeños vestidos bordados a mano para ellas. Luego, por la aceptación, comenzaron sus primeros pedidos. Fue el inicio de una vocación que continúa dando frutos.

Poco a poco, fue perfeccionando la técnica del bordado “nido de abeja”, un legado familiar que heredó de Europa. Ahora, la diseñadora vuelca su inspiración hacia sus nietas.

Chichina comenta que el nombre de la colección “Brottes de olivo” hace referencia al siguiente salmo que explica el amor hacia su familia: “Tu mujer será como vid fecunda...tus hijos, como brotes de olivo alrededor de tu mesa”. (Salmo 128:3).



cía antinarcóticos francés-. El resto tomaría vías de comunicación a través de Chile, Brasil, Argentina o Paraguay para llegar al lugar de destino en Europa. Chile, principalmente a través del puerto de Arica, donde Bolivia se beneficia de una zona franca, permite el paso de numerosos contenedores con destino al mundo entero vía marítima. Este país tiene la tasa más importante de consumo de drogas per cápita de América Latina. Más del 20 por ciento de la producción boliviana tendría como destino o pasaría por ahí”.

Barbieri luego detalla las exportaciones bolivianas rumbo a Brasil. Destaca que los narcotraficantes se benefician de los 3.400 kilómetros de frontera común. “Se estima que cerca del 80 por ciento de la cocaína que circula en el país procede de Bolivia. Lo que constituiría cerca de la mitad de su producción”, añade. Finalmente, cita detalladamente los mercados argentino y paraguay más sus características de consumo, refinamiento y reexportación hacia Europa.

Los medios y mecanismos proliferaron en un desborde de recursos e imaginación. Aire, vía incontables avionetas por todas las fronteras. Agua, a través de los ríos amazónicos o chaqueños y el propio lago Titicaca, y tierra gracias a los más de 6.918 kilómetros de fronteras, colmados de sendas y caminos ilegales.

Los ingresos, producto de esos circuitos económicos, guardan un rango de entre 4.000 a 1.000 millones de dólares anuales, según los analistas consultados. Valverde señala que, siendo muy conservador, calcula en 3.000 millones de dólares los ingresos del circuito coca-cocaína. Manuel Morales, tras apelar a una serie de cuadros y datos comparativos dice: “Para el año 2017, el aporte de la economía coca-cocaína sería del 2,29 por ciento (del PIB), en un contexto de caída de las materias primas sobre todo de petróleo y gas”.

Curiosamente, Argentina y Brasil son los dos principales mercados del gas boliviano, aún el principal producto de exportación. También son los principales receptores de emigrantes bolivianos. En 2003, en el Foro de Sao Paulo, en un recordado discurso, el entonces líder sindical boliviano Evo Morales dijo: “Mi país sólo exporta gas y seres humanos”. Ahora parece haber fortalecido un rubro más, parte de las singularidades de los nuevos tiempos.

LOS CÁRTELES

Pero, probablemente, algo muy particular del narcotráfico en Bolivia resulta el bajo nivel de violencia, en comparación a otros eslabones del fenómeno. “Todas las autoridades que componen la estructura que controla el narcotráfico son cocales -ha explicado Carlos Valverde-. Y probablemente, esa sea la razón por la que acá no tenemos guerras con narcos ni de bandas de narcos. Ello porque el poder político, y no los narcotraficantes, es quien controla la producción de coca. Los cocales dependen del poder político, regu-



INCAUTACIONES. En noviembre de 2019, se incautó un total de 1,5 toneladas de cocaína pura que iba a Bélgica escondido en madera.

lan así el precio de la coca, pese a que la coca es el único negocio en Bolivia que mantiene constante su crecimiento”.

Aquella precisión marca la tesis del libro del conocido analista: “La coca generó un territorio al que hay que defender. Ese territorio les consolida un poder. El poder lo replican y multiplican con concejales, alcaldes, parlamentarios. Y finalmente, el Gobierno”.

Sin embargo, el que se haya conjurado la gran violencia narco no ha impedido la presencia de los grandes carteles de la droga en el país. En este punto, la condición boliviana resulta en buena medida una incógnita. Las autoridades del Gobierno de Evo Morales dijeron que sólo se había detectado la presencia de emisarios de los cárteles. Pero, para Barbieri, no hay duda de una plena y creciente actividad de los grandes poderes transnacionales en el país.

“Más allá de las estadísticas fantásticas presentadas por la Policía Boliviana, hay un fenómeno que no engaña: el surgimiento de los cárteles extranjeros de la droga, sean colombianos, mexicanos o brasileños”, ha escrito el policía francés. Luego, recopiló información sobre la presencia de súbditos colombianos en las fábricas de droga descubiertas, capaces de producir 100 kilos de droga diarios. También recuerda cómo se evidenció la presencia del hijo del Chapo Guzmán, jefe del cártel de Sinaloa y de los hermanos colombianos Buitrago Vega. Finalmente, añade: “los numerosos ajustes de cuentas que tuvieron lugar principalmente en la región de Santa Cruz, aunque el Ministerio de Gobierno no comunicó cifras precisas”.



REINCIDENTE. Jorge “Techo de paja” Roca volvió a Bolivia en 2018, tras 28 años de cárcel en EEUU. En marzo, fue capturado nuevamente.

“El Gobierno de Morales, sin embargo, no reconoció esta evolución, ya que eso significa admitir el fracaso de su política en la materia -añade Barbieri-. Tal como resume un alto funcionario de la UNODC (Agencia de la ONU contra las Drogas y el Delito): la cocaína boliviana es fabricada por colombianos, en laboratorios financiados por mexicanos para ser vendida a brasileños”.

EL NUEVO TIEMPO

Tras desatarse las consecuencias sociales y económicas de la pandemia, diversos organismos internacionales, y la propia UNODC, expresaron un temor: que la crisis acicatee las actividades de las mafias. Antes de ese escenario, el pico del nuevo rebrote pareció tocar a Bolivia en particulares circunstancias. Por ejem-

plo, el caso del narcotraficante brasileño Pedro Montenegro que llegó a ser condecorado por la policía boliviana, en abril de 2018. O, el caso, del amauta Valentín Mejillones, que ofició en los rituales del presidente Evo Morales, y cayó en flagrancia con 240 kilogramos de cocaína en su casa. Ello descontando denuncias aún mayores realizadas por Coutinho en O Spectro.

El aun nuevo gobierno masista de Luis Arce Catacora lanzó en semanas recientes campañas de erradicación de cocales. Antes, celebró el descubrimiento y captura de decenas de fábricas de droga en regiones del oriente. Todo respaldado por su vicepresidente David Choquehuanca y el joven presidente del Senado, el cocaleiro Andrónico Rodríguez. ¿Será que en esta gestión se frenará el rebrote narco en Bolivia?

MITOS Y LEYENDAS ESCONDIDOS DE COCHABAMBA

MISTICISMO. De acuerdo a tres narradores, existen por lo menos tres cosas que no se deben hacer en Cochabamba. Estas recomendaciones están basadas en mitos y leyendas poco conocidos del departamento



Texto: Fernanda Baldelomar, Verónica Mardones y Tatiana Siles Joffré

Hay cuestiones extraterrestres que el mundo de la ciencia muchas veces hace que olvidemos. Cochabamba no es la excepción,

está llena de relatos que advierten sobre las presencias sobrenaturales que nos rodean. Pero, hay que reconocer que es difícil pensar en el misticismo de lo que fue un pueblito colonial, cuando nos enfrentamos diariamente a la selva de cemento en la que se ha convertido el Cercado durante los últimos 50 años ¿Dónde quedaron estas historias? ¿En las bibliotecas?

No, las historias populares se quedan en la gente, a veces en el olvido ¿De quién depende recuperarlas? De los oídos curiosos y las mentes inquietas. “¿Entonces, todo puede ser un mito? Sí, yo creo que sí, porque el universo es infinitamente sugestivo”, asegura con firmeza Rollan Barthes en su libro “Mitologías”, publicado en 1957. Con el relato oral de Cecilia Romero, comu-

nicadora, docente y periodista; el arquitecto Enrique Joffré, quien tiene una larga trayectoria en la restauración de templos históricos, y Andrés Laguna, director del Laboratorio de Investigación en Comunicación y Humanidades en la Universidad Privada Boliviana (UPB), nos recuperamos los saberes populares cochabambinos, de esos infinitamente sugestivos.

ANOCHECER. La “sajra hora” en la laguna de Corani. Una muestra de las tonalidades azules, grises, niebla y siluetas negras generadas por los árboles y montañas.

TATIANA SILES JOFFRÉ.

NO INGRESAR A AYOPAYA SIN CONGRACIARSE CON EL TORO LAGUNA

Toro Laguna, ubicada en la provincia de Ayopaya, en el departamento de Cochabamba, guarda una leyenda histórica. La comunicadora y escritora Cecilia Romero la resume así. En el imperio incaico el cerro era solo un anillo alrededor de la tierra, hasta que, escapando de la conquista española y por orden del emperador Atahualpa, los indios incas enterraron ahí una de las más grandes riquezas del imperio: un toro hecho en entereza de oro puro. El conquistador Francisco Pizarro, al enterarse, tenía la intención de cavar hasta encontrar aquel tesoro, pero los dioses no estaban de su lado. Esa misma noche, la lluvia cubrió las espaldas del cerro y de su deshielo nació la laguna. El tesoro jamás fue encontrado. Con el tiempo, Ayopaya recibió su nombre, el cerro fue bautizado como Tunari y se fundó Cochabamba.

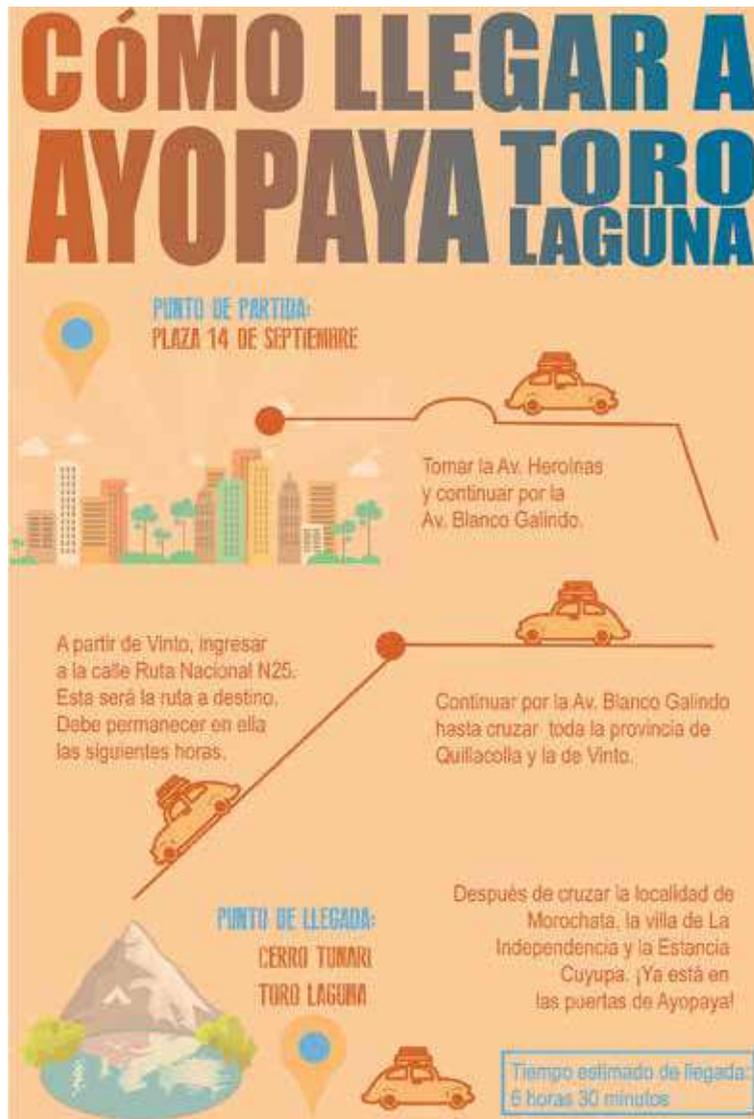
Romero fue parte de un programa del Centro de Comunicación y Desarrollo Andino (CENDA), donde realizó una labor pedagógica en la provincia de Ayopaya.

“Cuando llegas y observas esta laguna, este espacio de silencio profundo que tienen los lugares no urbanizados te sobrecoge. Tienes una aproximación a esa misticidad que en la vida cotidiana vamos perdiendo, y esperas de alguna forma ser el afortunado que vea el toro o el árbol”, dice la comunicadora haciendo alusión al árbol de una segunda leyenda de la zona.

Se cree que la laguna abre camino para un elegido, al cual se le aparece un árbol de oro, que le ofrece un fruto acompañado de riquezas. Sin embargo, la laguna reclama una ofrenda en agradecimiento por su fruto.

Romero relata también que el toro tiene la potestad de benefactor y castigador del lugar que, en un día de privilegio, emerge y cruza con las vacas, resultando en una próspera ganadería. Para la comunicadora, Ayopaya es un destino cautivador, que también la sorprendió con su realismo mágico al despedirse.

“Salíamos de Ayopaya y cayó una niebla densa. Íbamos en camioneta, asustados, circundando el precipicio y de repente, empezaron a aparecer ojos en medio de la niebla, fue una guía. Cuando la niebla se disipó, vi que eran caballos pastando, aunque ya era tarde”, añade y dice que jamás comentó lo sucedido con sus compañeros, ya



INDICACIONES. Infografía sobre cómo llegar a Ayopaya. FERNANDA BALDELOMAR.

que existía un silencio respetuoso por la cualidad mágica de lo acontecido.

Lo que sí es una certeza es el misticismo que emana Toro Laguna y que podría, en cualquier momento, abrirse el agua y emerger de ella el toro de oro o el árbol con su fruto y sus riquezas. En todo caso, jamás se debe cruzar por la laguna sin congraciarse con el toro y sólo se puede temer por lo que podría pedir la laguna a cambio de su fruto.

NO CAMINAR SOLO EN “LA SAJRA HORA” DE ILLATACO

La “sajra hora” hace referencia a “la hora mala”, en la que ataca el hambre a media mañana, según Ramón Rocha Monroy, historiador cochabambino. Similar a esta versión se puede mencionar la de Sucre y La Paz. Sin embargo, en Cochabamba, en la zona de Illataco, al norte de Quillacollo, la historia es distinta.

El arquitecto Enrique Joffré, a tiempo de evocar un paisaje rural, rememora y explica: “La sajra hora es la hora maligna. Cuando acaba el día, toda la bulla de los animales empieza a calmarse. Se siente un silencio increíble y la penumbra que queda

por la entrada del sol. Esta quietud se caracteriza por los paisajes teñidos de azul, inmediatamente después de la ausencia de luz solar y sus característicos colores anaranjados al atardecer. La sombra de las montañas y los árboles resaltan. La sajra hora: en la que todo se paraliza”. El espacio en el tiempo antes de la oscuridad absoluta.

Las leyendas de la región de Illataco indican que, durante este momento de transición entre el día y la noche, la quietud abrumadora da paso a la aparición de espíritus. Joffré explica que esta zona se dedicaba principalmente a la agricultura, por lo cual la jornada de los pobladores iniciaba con la salida del sol y concluía con el crepúsculo, precisamente luego de “la sajra hora”. Durante este momento del día, primaban las actividades de reencuentro para compartir una comida previa al descanso, que usualmente era mote, queso, habas y papas. Pero este rito no sólo perseguía el objetivo de la convivencia, sino que al estar en comunidad las posibilidades de la aparición de almas con asuntos pendientes disminuyen. Por ello, evitaban a toda costa la soledad.



PAISAJES RURALES. Construcciones de adobe de los pobladores de la comunidad de Paucarpata. Muchas de éstas ya no se usan como viviendas. TATIANA SILES JOFFRÉ.



Al respecto, Joffré comparte su experiencia sobrenatural en “la sajra hora”. Cuenta que un día caminaba completamente solo desde la capilla de Paucarpata hasta la hacienda en Illataco, donde pasaba la noche en septiembre de 1947.

En el trayecto, cercano a los

INSTRUCCIONES. Infografía de referencia para arribar a Illataco. FERNANDA BALDELOMAR.



CAMINO. Pobladores de Paucarpata (al norte del municipio de Quillacollo) transitan por las calles que delimitan la zona agrícola de Illataco. TATIANA SILES JOFFRÉ.

maizales, atravesó un sendero. Mientras caminaba, notó en el extremo opuesto a dos señoras con velos negros, similar a la vestimenta de luto de las viudas. Las divisó a la distancia, pero en la velocidad de un parpadeo pudo observar cómo se le acercaban y las sintió pasar junto a él como el viento. Joffré cuenta que giró para constatar lo que acababa de vivir. Pero, nuevamente, en cuestión de segundos, ya estaban muy lejos de él. El arquitecto volvió a su casa con la camisa ensangrentada por la impresión que le generó el encuentro.

El mito recomienda estar en comunidad durante “la sajra hora”, pues la soledad puede ser una invitación para la manifestación de seres extraterrenales con intenciones impredecibles.

NO IGNORAR LA GEOGRAFÍA MÍSTICA DE COCHABAMBA

Lagos, montañas y vegetación. Andrés Laguna, docente e investigador, habla sobre la importancia de los cerros que albergan misticismo y misterio que caracterizan a Cochabamba. Lugares donde habitan figuras que forman parte del imaginario, como el jukumari o las huacas.

Laguna explica que los cerros son esta suerte de espíritus protectores que nos hacen conocer nuestro entorno y a nosotros mismos. El Tunari, la colina de San Pedro y la colina de San Sebastián albergan una misticidad que tiene que ver con el alejamiento de lo urbano que se expande cubriendo la ciudad. Este es un aspecto destacable en la idea de conocer la identidad boliviana desde Cochabamba, ya que su geografía evapora los límites entre lo urbano y lo rural. La cercanía con los valles y los cerros facilitan un camino por conocer, transgredir lo ra-

cional e introducirse a esta suerte de nostalgia sensitiva.

Por su parte, la comunicadora Cecilia Romero habla de este espacio como algo fundamental para encontrar lo místico en lo cotidiano, una ruptura de la rapidez, el estrés y el ensimismamiento del ser que provocan los cimientos que nos rodean. Comenta, además, que podemos recuperar este sentido místico indagando en los orígenes de ciertos sectores, de los espacios que concentran conjuntos de árboles con historias.

Romero recuerda que, en su barrio, Santa Ana, se decía que antes que el pavimento invada el paisaje, los molles y los sauces llorones albergaban en sus copas a brujas. Ellas llamaban a los niños desde dicha altura, y las personas mayores recuerdan haber vivido este tipo de apariciones en su infancia. Es así que, yendo más allá de lo connotativo, descriptivo o racional, la mística invita a reencontrarnos con nuestras raíces, a conocernos como seres pertenecientes a un espacio rico y diverso. “Un poco entre mito y leyenda. Un poco como nosotros. Somos la reconstrucción de lo que decimos de nosotros mismos”, añade Romero para referirse a la esencia mágica-real cochabambina.

Buscamos e interactuamos constantemente con el misterio y con lo inexplicable. “Nuestra experiencia con lo que implica ser cochabambino, trasciende esta realidad, hay algo que va más allá”, comenta Laguna. Destaca además las sensaciones y el conocimiento que se hallan en estos espacios.

Nos adentramos a un camino de consciencia sobre lo que somos y lo que nos rodea. Conociendo estos mitos, ampliamos y enriquecemos nuestra experiencia como bolivianos.

LO QUE PUEDES ENCONTRAR EN LAS MONTAÑAS

LOS ACHACHILAS



Son espíritus tutelares que protegen a los pueblos y que encarnan la presencia de los antepasados. Habitan las montañas y los cerros cerca de las comunidades: vigilando, compartiendo los sufrimientos y dando bendiciones.

Algunos señalan que son hombres que han dejado la tierra para ayudar a su pueblo, personificándolo como un anciano con barba blanca.

Existen los achachilas grandes identificados con las montañas más altas.

JUKUMARI

Uno de los relatos más conocidos sobre el Jukumari, cuenta que este un oso andino se enamoró de una joven y la llevó a su cueva. Allí tuvieron a un hijo. La joven añoraba su comunidad, al ver esto, el Jukumari se puso celoso y tapó la entrada de la cueva con una roca. Entonces, concebimos y mutamos la historia de este oso mitad humano que se enamora de jóvenes en las montañas y las secuestra.



LAS HUACAS

El término huaca hace referencia a lugares y personajes sagrados incaicos. Se esparcieron mitos que conciben a las huacas como una suerte de espacios que albergan antes con personalidad propia, estos se adhieren al lugar junto a las demás deidades andinas mayores, como la Pachamama.

A parte de esto, leyendas cuentan encuentros con las huacas, donde se ofrecen ofrendas, incluso sacrificios, y se resignifica el culto a las huacas locales.



Referencias bibliográficas:

Andrés, A. (2018). Jukumari, un oso fuerte con fama de enamorado. Los Tiempos.
Cruz, P. (2009). Huacas divididas y cerros santos: Apuntes metodológicos sobre la cartografía sagrada en los Andes del sur de Bolivia. REVISTA ESTUDIOS ATACAMA: ARQUEOLOGÍA Y ANTRPOLOGÍA SURANDINA.
Pueblos.org.com

FIGURAS DE LAS MONTAÑAS. Infografía de las leyendas que albergan los cerros cochabambinos realizada por Verónica Mardones.



COVID-19, LA GUERRA CONTRA LOS POBRES

DESIGUALDAD. Los indicadores del hambre y la pobreza se incrementaron tras desatarse la pandemia, a la par que aumentaron notablemente las fortunas de los multimillonarios. Las organizaciones humanitarias lanzan marcadas alertas.

Texto: Redacción OH!
Fotos: EFE

“ Crece el riesgo de que surjan hambrunas de ‘proporciones bíblicas’, como resultado de la Covid-19 y de las medidas para contenerlo”, “El mundo está al borde de una ‘pandemia de hambre’”, “Moriremos antes de hambre que de Covid”, “Costos sociales del coronavirus: una auténtica guerra mundial contra los pobres”, “Pandemia provoca aumento en los niveles de pobreza, sin precedentes en las últimas décadas”... Así rezan las conclusiones de organizaciones como las Naciones Unidas, la Cepal, la Universidad Autónoma de México y la Oxfam, entre otras. Lo que marca una de las mayores paradojas de la llegada de la Covid-19 al planeta: ¿la cura será tanto o más dolorosa que la enfermedad?

La Organización Oxford de Ayuda contra el Hambre (Oxfam) advirtió hace seis semanas: “las comunidades pobres de todo el mundo están enviando un mensaje claro, urgente y repetido: ‘Moriremos antes de hambre que de Covid’. Aquella evaluación sumó los efectos de la pandemia a los que traían los conflictos en curso, la espiral de desigualdad y la escalada de la crisis climática. En ese contexto, proyecta que hasta 12.000 personas podrían mo-



ARGENTINA. En el país vecino, la crisis se agravó el año pasado por el golpe de la emergencia sanitaria.



INEQUIDAD. Brasil, como gran parte de Latinoamérica, presenta altos índices de desigualdad social, ahora agravados por la pandemia.

rir cada día de hambre en el planeta antes de que finalice 2021. Ello, prácticamente triplicaría los casos de muertes por Covid.

“En los últimos meses, hemos tomado medidas extraordinarias para tratar de reducir a cero el número de casos de Covid-19. Ahora, necesitamos el mismo esfuerzo titánico para llevar a cero los casos de hambre —reclamaron los responsables de la Oxfam—. (...) Se estima que en 2019, había 821 millones de personas en situación de inseguridad alimentaria, de las cuales aproximadamente 149 millones sufrían hambrunas de nivel de emergencia o más. La actual crisis no se debe a una falta de alimentos. Estos niveles de hambre devastadores son un síntoma de un sistema alimentario deficiente que ha permitido que millones de personas pasen hambre en un planeta que produce suficientes alimentos para todos”.

UN SISTEMA INHUMANO

Ese sistema desigual, lejos de aminorarse, fue intensificado tras la llegada de la pandemia. Así lo explicó un análisis del Centro de Análisis multidisciplinario (CAM) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), citado por la revista Sputnik. Los responsables del CAM señalaron: “Los costos de la depresión económica del primer semestre del año fueron trasladados a las clases trabajadoras, mientras el gran capital aumentó sus ganancias en plena crisis”.

Según aquella evaluación, el mecanismo de “trasladar los costos” de las contracciones económicas a quienes viven de su salario no es algo nuevo, sino que consta de cuatro medidas básicas: la disminución del salario nominal, la disminución de prestaciones sociales, la eventualidad y la flexibilización en las contrataciones y el aumento del desempleo. Así, la pandemia y las medidas que generó resultaron letalmente complementarias a una depresión económica preexistente. “Sin embargo —concluyen los economistas del CAM—, la parálisis de actividades como consecuencia de la única medida de salud para prevenir el avance de la pandemia (el distanciamiento social) se caracterizó por una profunda privación de bienestar de manera pronunciada”.

Como en toda crisis, hay ganadores. Para variar, en la del coronavirus, quienes mejoraron su posición resultaron varios de los mayores multimillonarios del planeta. La parálisis de la economía mundial les trajo varios beneficios a los mayores capitalistas del mundo. Entre ellos destaca, por ejemplo, “la oportunidad de comprar



ALERTA. La pobreza en Yemen resulta crónica, como en varios países africanos.

empresas en ‘franca insolvencia económica’”. Asimismo, los grandes monopolios tuvieron la oportunidad de capitalizar las oportunidades que brinda el libre mercado “en el punto exacto de las debacles”.

“SOCIOS” DE LA COVID

En ese contexto, no sobra recordar una ya conocida lista de personajes que incrementaron, incluso con alzas récord, sus fortunas tras la irrupción de la pandemia. Baste citar tres casos: Amazon, la empresa de venta por correo alcanzó más demanda que nunca debido a la pandemia. Las acciones de su fundador, Jeff Bezos, van de récord en récord. Según la publicación Forbes, en marzo de este año, acumuló una fortuna de 172 mil millones de dólares.

Por su parte, Elon Musk, resultó quien más rápidamente incrementa su fortuna y se prevé que supere a Bezos. Musk, propietario de la empresa tecnológica Tesla, superó los 120 mil millones de dólares gracias a la explosión de acciones que se desató durante la pandemia. Por su parte, Eric Yan, fundador de la empresa Zoom, protagonizó el salto más notable gracias a la necesidad de trabajar desde casa que el nuevo escenario impuso. En 2019, se había lanzado a la bolsa con Zoom. Su valor en el mercado se disparó con el coronavirus. El patrimonio neto de Yuan se estima en 18 mil millones de dólares.

De manera despersonalizada, la lista de empresas ganadoras también ha sido destacada. Netflix y sus grupos de capital asociados Capital Group Companies, Black Rock y The Vanguard Group, Slack (servi-

cios de mensajería instantánea), K12 (dedicada a la educación online para infantes), Teladoc (enlaza pacientes y médicos a distancia) Facebook, Activision Blizzard (videojuegos), Pelotón (unidades de ejercicio físico) y GrandHub (servicio de entrega de alimentos).

Las compañías dedicadas a la fabricación de vacunas, medicamentos e insumos de salud y limpieza como desinfectantes, mascarillas, guantes y el equipo necesario para pacientes infectados por Covid-19, como Inovio Pharmaceuticals, Moderna, Novamax, Regeneron Pharmaceuticals y Top Glove, obviamente también entraron en la exitosa lista. Los datos a nivel mundial fueron relevados por la firma de inversión MKM Partners, según un índice que denominaron “quédate en casa”.

Sin embargo, según cita la CAM, una gran mayoría de estas no mejoraron, ni mucho menos, las condiciones laborales de sus empleados para atender esta creciente demanda. Baste citar el caso de Amazon: contrató a 175.000 personas bajo el régimen de la subcontratación, un sistema precario que impide el reconocimiento de derechos laborales, inhibe la sindicalización y establece contratos uno a uno con sus trabajadores.

EL MAPA DEL HAMBRE

Mientras tanto, las organizaciones humanitarias empezaron a marcar mapas críticos del hambre, con casos críticos en tres de los cinco continentes. La Oxfam, por ejemplo, señaló: “Hemos identificado 10 países en los que la crisis alimentaria es más grave y está empeorando debi-

do a la pandemia: Yemen, República Democrática del Congo (RDC), Afganistán, Venezuela, la zona del Sahel de África occidental, Etiopía, Sudán, Sudán del Sur, Siria y Haití, pero también están surgiendo nuevos focos de hambre. Los países de ingresos medios como la India, Sudáfrica y Brasil están experimentando un rápido aumento de los niveles de hambre”.

El hecho de que tres países latinoamericanos sean parte del mapa ícono de la pobreza bien puede resultar un indicador de la situación en el subcontinente. Algo que hace un mes se encargó de revelar la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal).

“La pobreza y la pobreza extrema alcanzaron, en 2020, en América Latina, niveles que no se han observado en los últimos 12 y 20 años, respectivamente, así como un empeoramiento de los índices de desigualdad en la región y en las tasas de ocupación y participación laboral, sobre todo en las mujeres, debido a la pandemia de Covid-19 y pese a las medidas de protección social de emergencia que los países han adoptado para frenarla”, informó el 4 de marzo de 2021, la Cepal.

Según las nuevas proyecciones de esta entidad, como consecuencia de la fuerte recesión económica en la región, que registrará una caída del PIB de -7,7 por ciento, se estima que en 2020 la tasa de pobreza extrema se situó en 12,5 por ciento y la tasa de pobreza alcanzó el 33,7 por ciento de la población. Ello supone que el total de personas pobres ascendió a 209 millones a finales de 2020, 22 millones de personas más que el año anterior. De ese total, 78 millones de personas se encontraron en situación de pobreza extrema (menos de dos dólares de presupuesto diario), 8 millones más que en 2019.

El documento indica que persisten las brechas entre grupos de población: la pobreza es mayor en áreas rurales, entre niñas, niños y adolescentes; indígenas y afrodescendientes, y en la población con menores niveles educativos.

Las previsiones remarcan diversas pautas de incertidumbre sobre cambios que puedan provenir tan sólo desde la perspectiva del freno a la pandemia, a partir de medidas sanitarias como la propia vacuna. Algo que parece ratificarse ante las medidas asumidas por los países donde estas han sido mejor distribuidas y, sin embargo, no disminuyeron otras que afectan directamente a la situación socioeconómica general.

LOS ÁRBOLES CUENTAN LA HISTORIA DE LA HUMANIDAD

NATURALEZA. Cada país, cada tradición tiene su árbol al que muchas generaciones han venerado y consultado sobre sus vidas y problemas. Todavía hoy son muchos los pueblos que se acercan con respeto a ellos y les piden consejo, pero también en cualquier bosque sobrecoge su belleza e intrigan sus secretos.



EN AMÉRICA. Vista de "El gran roble", un hito en el torneo de golf del Masters de Augusta, en el Club Nacional de Golf, en el estado de Georgia, EEUU. EFE/MATT CAMPBELL.



EN ESPAÑA. Foto facilitada por Prensa del Principado de Asturias de un viejo árbol histórico. Concretamente un tejo junto a la iglesia de San Martín del Mar, en Villaviciosa. EFE

cosas que seguimos utilizando, desde materiales para hacer nuestra casa hasta para fabricar cualquier utensilio". Abella justifica la profusión de cuentos y leyendas en torno al árbol porque, dice, "ellos son la madre, la matriz de la vida y en esa literatura no sólo vemos al árbol como algo utilitario, sino también al propio espíritu de ese árbol". El experto señala, además: "las leyendas reflejan los árboles como seres vivos, pero también como seres que en muchas tradiciones tienen alma, tienen espíritu. De hecho, se decía, por ejemplo, que los indios americanos oían a los altos álamos del Mississippi gemir y gritar cuando caían a las grandes corrientes de ese río".

Cada lugar, cada zona del planeta tiene sus propios árboles con un significado y utilidad distintas, al mismo tiempo que han creado tradiciones propias con las que se identifica su población. Por ejemplo, en Europa, los árboles muy grandes y muy viejos, como el tejo, el roble o los olmos, han quedado en la historia de este continente como parte de la vida cotidiana de villas y pueblos.

Abella apunta que estos árboles se convirtieron en lugares de reunión, donde la gente acudía para tomar decisiones que afectaban a los vecinos. Fueron nuestros primeros ayuntamientos y, a veces, se convertían en sitios sagrados, porque bajo muchos de ellos se enterraban a los vecinos.

Pero, en cada población, los árboles representaban su papel con distintos matices. "En Cuba y en toda Centroamérica, el árbol de la ceiba estaba considerado como santuario alrededor de la cual se reunía la gente y su sombra era utilizada en los mercados (sombra que era sagrada y hasta se le pedía permiso al árbol para hablarla) y se depositaban ofrendas a su alrededor", señala el experto.

"El escritor y militar romano Plinio El Viejo, en el siglo I, ya describía a los árboles como los primeros templos de la humanidad y esto ha sido así en Europa, Sudamérica, Centroamérica y Norteamérica. En África, sobre todo en Madagascar, y en Australia, es representativo el árbol de la palabra o baobab, que era el lugar sagrado alrededor del cual se reunía toda la gente del poblado", agrega.



CON HISTORIA. Vieja postal de la Olma (olmo muy corpulento y frondoso) de Miraflores, a la que Vicente Alexandre dedicó el hermoso poema titulado "El Álamo".



EXPERTO. Ignacio Abella sentado sobre las raíces del Tejo de Santa Coloma, junto a la iglesia de este pueblo asturiano. IGNACIO ABELLA.

bol que puede llegar a ser milenario o el tejo, que puede alcanzar entre dos mil y más años. También en Europa, el roble o la encina son muy longevos.

En cuanto a la belleza de los árboles, según Abella "depende de las épocas del año. Para mí, siempre ha sido el tejo uno de los árboles más emblemáticos, no sólo porque es un árbol muy viejo, sino que también es hermoso, es un árbol retorcido del que no se llegan a ver dos iguales. Los bosques de tejos tienen también un misterio y un enigma que son incomparables".

El experto incorpora al olmo como uno de los más bellos, sobre todo por la conexión que siempre hubo entre ellos y los seres humanos.

"Los olmos tienen su misterio y es esencial en la memoria de nuestra historia porque entre ellos y los pueblos existía una relación muy bonita. En mitad de la plaza, siempre había un olmo gigantesco, hasta un insecto provocó el honguito que produce la grafiosis y que acabó prácticamente con todos".

Abella rememora con nostalgia y a modo de cierre la vida alrededor de un olmo: "Debajo de él se reunía el pueblo, se celebraban las fiestas, los niños cotidianamente iban a jugar en él, se mecían en sus ramas y se metían en los huecos del tronco, hasta que esos niños se hacían mayores y los jóvenes se enamoraban y debajo de él bailaban, se citaban y, luego, los viejos se sentaban allí para pasar la tarde".

Texto: Isabel Martínez Pita para EFE/REPORTAJES

Ignacio Abella ha estudiado durante toda su vida a los árboles y caminado entre ellos con una pasión que le ha llevado a escribir libros como "La magia de los árboles", "El hombre y la madera", "Aves familiares", "La memoria del paisaje", "El bosque sagrado", "La cultura del Roble" o "La cultura del Tejo", además de ser colaborador asiduo de Radio Nacional de España.

Experto en los misterios y la historia de los árboles que forman parte de las tradiciones y culturas del mundo, explica a Efe la relación que, a través del tiempo, han tenido con los seres humanos.

Ignacio Abella recalca, en primer lugar, cuál es la importancia de los árboles para la vida: "Ellos crean el humus y las condiciones óptimas para que, por un

lado, se precipite el agua del cielo, pero, por otro, esa agua quede retenida en el humus, que es materia orgánica, la gran madre que crea los bosques y procura la fertilidad de la tierra, y esa agua retenida, luego, nosotros la bebemos de los manantiales".

LA HISTORIA NARRADA EN LOS ANILLOS

"Los árboles -continúa el experto- contribuyen, primero al control del cambio climático porque son grandes receptores de CO2 y, segundo, absorben todo tipo de polución, desde el polvo de las ciudades hasta sustancias como el óxido nítrico o gases que pueden resultar muy nocivos y que los árboles retienen en su propia madera y materia orgánica".

Pero, "también podríamos hablar de otros efectos sobre el clima anímico de la ciudad, porque una ciudad vacía de árboles es una ciudad triste, sola, estéril, y una urbe con espacios en los que crecen



EN EUROPA. Ignacio Abella junto a un tejo milenario francés en la localidad francesa de Vigeois. IGNACIO ABELLA.

plantas y árboles es más sana, más amigable y más alegre", subraya Abella.

Otro de los muchos beneficios que aportan los árboles es su capacidad para, a través de los anillos que se dibujan en el interior de sus troncos, narrarnos la historia de nuestro planeta.

"En estos círculos podemos leer el pasado, podemos saber la edad del árbol, leer los acontecimientos de la tierra a nivel geológico, los cambios en el clima y las épocas de sequías. Por ejemplo, un

anillo que ha sufrido una sequía será un anillo muy pequeño", apunta.

"El interior de un tronco es como un mapa del tiempo que nos permite leer, por medio de la ciencia de la dendrocronología, los acontecimientos que han transcurrido en la vida de ese árbol, pero también la vida en general", comenta el experto.

LEYENDAS E HISTORIAS DE LOS ÁRBOLES

Los árboles han sido y siguen siendo protagonistas, a la vez que han servido de escenarios, de muchas leyendas, porque el bosque y sus árboles han sido los espacios donde la humanidad ha crecido y se ha desarrollado.

Según Ignacio Abella, "desde que bajamos de los árboles como primates que éramos tenemos añoranza del árbol. Uno se siente más seguro junto a los árboles porque ellos siguen dándonos de comer, dándonos calor y bastantes otras

CORANI EN PERSPECTIVA



Foto: Jheison Muiba
Texto: Redacción OH!

En un paseo de fin de semana, el fotógrafo Jheison Muiba visitó la represa de Corani, ubicada a 62 kilómetros de la ciudad de Cochabamba.

“Llegando al lugar, me encontré con una increíble combinación de neblina intensa, llovizna y un fuerte frío”, cuenta. Relata que mientras camina-

ba hacia la represa, el camino se ponía muy interesante, similar a caminar entre las nubes. “No se veía otra cosa que el camino y las siluetas de personas... Llegando a la represa, ya se sentía esa fuerza del agua cayendo y un clima muy agradable que sólo se encuentran en esos lugares”, comenta Muiba.

La imagen juega en escena con la perspectiva del espacio, un lugar que parece marcar un límite, un inicio y un fin de algo.

Además, invita a observar un reflejo perfecto de lo que sostiene la tierra y de lo que alberga el aire.

Santa Cruz, Bolivia
Fotografías: Jhon Orellana



ZOOM. Juan Pablo Camacho y Carolina Asín durante la ceremonia religiosa.

BODA Carolina & Juan Pablo unen sus vidas en una celebración íntima

Carolina Asín y Juan Pablo Camacho celebraron su unión con una ceremonia íntima en la Iglesia La Santa Cruz (Santa Cruz). La recepción social, también con los seres más cercanos, se realizó en el Urubó Village. La decoración estuvo al mando de Quito Velazco y Ximena Ximénez fue la wedding planner.

Los recién casados sintieron el cariño y buenos deseos de seres queridos que, debido a la emergencia sanitaria, no los acompañaron en una celebración que fue pequeña dadas las circunstancias.

Los invitados **1** Los recién casados al salir de la iglesia. **2** Valeria Torrico, Ronald Camacho, Rosemary Vidal de Camacho, Juan Pablo Camacho, Cecilia Camacho y Ronald Camacho. **3** Ronald Camacho, Rosemary Vidal de Camacho, Juan Pablo Camacho, Carolina Asín, Ma. Luisa Prado y Javier Asín. **4** La novia junto a su mamá, María Luisa Prado. **5** Javier Asín, Carolina Asín y Jimena Asín. **6** Los novios reciben la bendición en la ceremonia religiosa.



