



Editoriales y Artículos de Opinión

08 de enero del 2023

Escenarios 2023

Gerardo de Ávila e Ignacio Valenzuela

DAVID, RETOS Y DESAFÍOS

Comienza ESCENARIOS 2023 deseando el mejor de los años a nuestros fieles y agudos lectores. Sin duda, en el año que inicia, el TEMA DE TEMAS es y seguirá siendo la prioridad para el gobernador DAVID MONREAL ÁVILA. No debe haber otro más importante que regresar la paz y la tranquilidad. El dilema es que, si no hay resultados concretos la percepción no mejorará y se perderá lo que él (DAVID) ha llamado el AÑO DE LA CONSOLIDACIÓN.

Sin embargo, los retos y desafíos para 2023 también tienen que ver con la reactivación económica, los proyectos de infraestructura y la mejora en la educación. Si los anteriores temas no se cumplen el año terminará por perderse. El 12 de enero, el Gobierno de Zacatecas cumplirá un año y cuatro meses de que tomó protesta. La curva de aprendizaje terminó y es momento de dar resultados.

Y a propósito de la percepción, el mandatario estatal, DAVID MONREAL ÁVILA no ha logrado escalar lugares. De acuerdo con las empresas encuestadoras serias y no tanto, el mejor escenario es haber estado en el lugar 27, sin embargo, en la mayoría de los casi 14 meses no ha salido del lugar 31.

Igual y al Ejecutivo no le interesa, pero se asoma el 2024 y hay que entregar buenos resultados al presidente LÓPEZ OBRADOR. En suma, los retos y desafíos para DAVID no están nada sencillos y, sino se deja ayudar, pues menos llegará el AÑO DE LA CONSOLIDACIÓN. El tiempo se agota.

BUAZ Y SU ETERNA DEUDA

Mientras la Benemérita Universidad Autónoma de Zacatecas (BUAZ) no logre renegociar con éxito su deuda histórica que, dicho sea de paso, supera los más de 2 mil millones de pesos, los problemas financieros continuarán todo el año. Con un presupuesto superior también a los 2 mil millones de pesos, la noble institución comenzará este 2023.

Y aunque por negociación del rector RUBÉN IBARRA REYES no ha quedado ante la Federación, la verdad es que el proceso de negociación no ha rendido los frutos que se buscan, dicho de otra manera, hay avances, pero todavía insuficientes. De manera que, el reto para el rector IBARRA es y será el de "ponerle más galleta" en este naciente año.

A lo que pretendemos llegar en este análisis, es que, mientras la actual administración central de la Benemérita universidad no resuelva de forma y fondo sus asuntos financieros, la incertidumbre rondará mes con mes en la BUAZ, las prestaciones conquistas penderá de un hilo. Este naciente año puede avanzarle el rector IBARRA. De manera que, dicen los clásicos, "a ponerle galleta".

LA PAZ, LO MÁS IMPORTANTE

Que el presidente del país más poderos del mundo, JOE BIDEN aterrice en el Aeropuerto Internacional FELIPE ÁNGELES, es lo de menos, lo más formidable ha sido la captura de OVIDIO GUZMÁN, un hecho de trascendencia política y social que demuestra que el Estado mexicano puede ser determinante con cambio de estrategia frente a la violencia delincriminal, a fin de recuperar la confianza ciudadana y también retomar el fortalecimiento electoral, una relación de poder que adquiere expectativas de estabilidad social y certidumbre entre los sectores productivos.

Desde esa perspectiva, la emergencia

El 2023 será el año de la consolidación de la transformación

DAVID MONREAL ÁVILA
GOBERNADOR

social que se refleja en la más grave inseguridad sobre regiones y municipios de Zacatecas, de pronto recibe los contundentes efectos de la Operación Culiacán, y al ser reconsiderado el estado como punto crucial en la geografía del tráfico de drogas, el Secretario de la Defensa Nacional envió 500 elementos más de la Guardia Nacional, refuerzos que se suman a los 750 soldados del Ejército Mexicano que llegaron hace dos semanas tras los eventos incendiarios y violentos en Jerez, de manera que la estrategia se fortalece para producir cambios sobre las zonas álgidas de Fresnillo, Zacatecas Capital, Guadalupe y Jerez-Tepetongo, el corredor metropolitano que debe reorientarse hacia la normalidad. Cambios en inteligencia, en operativos eficaces, resultados reales y no solo mediáticos o escenarios forenses, y claro, la prevención concertada entre la sociedad y las instituciones, efectiva no solo fotográfica.

ES LO MÁS IMPORTANTE

En suma, los acontecimientos en Sinaloa obligan a optimizar las acciones de inteligencia operativa en Zacatecas, porque los leves incidentes de localización y destrucción de campamentos, las detenciones de transportadores de pequeños paquetes de narcóticos o portadores de armas, ni todos juntos acumulados logran convencer a la ciudadanía sobre la efectividad de la estrategia contra la violencia e inseguridad, que ya es cotidiana, alarmante y multiplicadora de víctimas, sobre todo de jóvenes y mujeres.

Esta crisis de inseguridad es cuestionada y criticada en su incremento por la falta de resultados en contención y reducción hasta su desvanecimiento, desde la iglesia hasta los empresarios, de los académicos a las familias y organizaciones femeniles y estudiantiles, todos coinciden en el rechazo a través de manifestaciones y marchas. Por eso, lograr la pacificación no sólo es lo único, sino lo más importante para ANDRÉS MANUEL LÓPEZ OBRADOR y DAVID MONREAL ÁVILA. Cuidado.

NOS LEEMOS LA PRÓXIMA SEMANA



Mario Caballero Ramírez

El Año de la Desesperanza

Durante el año 2022 nos hablaron de la posibilidad de que se iniciase la recuperación. Pero lo que ha pasado ha sido más duro que eso. En medio de la indignación y el clamor de justicia y seguridad hemos tenido que pasar un año 2022 lleno de desesperanza.

Si, desesperanza por la ineficacia de las políticas aplicadas por los gobiernos. Se ha impulsado más la reducción de gastos que la generación de ingresos o los estímulos de crecimiento, de modo que estamos en una situación más delicada.

Cae nuestra capacidad productiva y cae el consumo, una espiral diabólica que nos ha traído más parálisis económica, más rebajas de sueldos, más pérdida de poder adquisitivo y más cierres de empresas.

El año que inicia, se enmarca en una desesperanza ideológica.

Teníamos uno de los sistemas de Estado de bienestar más eficientes y baratos del mundo, y lo están hiriendo de muerte.

Las tijeras que dicen actuar por necesidad imperativa van acompañadas de navajazos inequívocamente partidistas de quienes circunstancialmente mandan.

2023 inicia con la desesperanza por las malas noticias para el futuro, como la caída suicida de las inversiones, la caída de recursos para procuración y administración de la justicia.

Este año arranca con una serie de acciones gubernamentales que retratan la falta de timón que caracteriza al gobernador David Monreal. Sin duda es la desesperanza que más lacera a los zacatecanos. Esperemos que entienda que es el líder natural y debe asumir la responsabilidad

No hay una visión clara y objetiva de a dónde vamos, lo que vemos es desempleo, y una caída de la economía insostenible. El IMSS fue contundente, Zacatecas es el único estado negativo en generación de trabajo.

Lo peor para el 2023 está en otro terreno. El año pasado dejó claro que el poder ni quiere castigar la corrupción amiga, ni desea hacer pagar las responsabilidades de los protagonistas del desastre administrativo que nos ha hundido.

En el 2022 nos ha gobernado una filosofía gritona de laxitud, de democracia superficial y de opacidad sistemática (incluso al plantear la Ley de transparencia).

Por todo eso, el año 2023 más que pobreza y violencia, presagia una importante carga de desesperanza.

2023 se asoma como un nuevo ciclo de trabajo y esperanza, pero ausente la política y las acciones del gobierno que confirmen que existe un proyecto y una plan eficaz que plantea devolver la paz y regresar la inversión para que el turismo nacional e internacional vuelva a pasear por nuestras calles.

Esperemos que el gobierno laxo en ideas y callado de propuestas y acciones, cambie en bien de la sociedad que lo eligió y cumpla con la función mínima que le toca, GOBERNAR Y GOBERNAR BIEN.



Geovanna Bañuelos
de la Torre

Romper el techo de cristal

El techo de cristal es el conjunto de barreras imperceptibles a las que se enfrentan las mujeres en su carrera profesional. En otras palabras, el techo de cristal está compuesto por las restricciones, estigmas y obstáculos que impiden a las mujeres acceder o permanecer en puestos de responsabilidad, coordinación y dirección. Las mujeres en México se enfrentan a un sinnúmero de impedimentos para participar tanto en la vida profesional como en la vida pública de nuestro país. En el devenir de la historia, su voz ha sido sistemáticamente silenciada. Pero la historia está hecha para que pueda cambiarse.

El pasado lunes 2 de enero ocurrió un hecho histórico, la ministra Norma Lucía Piña Hernández se convirtió, gracias al voto de 6 integrantes del Pleno, en la primera mujer en presidir la Suprema Corte de Justicia de la Nación, así como del Consejo de la Judicatura Federal. Su cargo durará cuatro años. Para dimensionar esta situación es necesario señalar que durante 200 años, solo 14 mujeres han logrado ser ministras.

La primera que logró acceder a este espacio fue la ministra María Cristina Salmorán de Tamayo en 1961. Su nombramiento causó revuelo y en medio de un machismo que imperaba en esa época, a manera de mofa, se proponía transformar el nombre de la Suprema Corte de Justicia de la Nación a "la Suprema Corte de Justicia y Confección". Ese es el techo de cristal, el machismo que tristemente impera en nuestra sociedad y que obstruye espacios públicos a nuestras mujeres.

"Agradezco a las que siempre han creído, a las que no se han cansado de buscar cambios que poco a poco arrinconan nuestra cultura patriarcal", esas fueron las primeras palabras de la Ministra Presidenta. La razón le asiste. El que hoy existan mujeres en puestos de la Administración Pública es gracias a nuestras predecesoras, quienes nos ense-

ñaron a luchar, a alzar la voz y a romper las cadenas.

La participación de las mujeres en la vida pública y, sobre todo, en las instituciones del Estado mexicano es uno de los pilares fundamentales de nuestra democracia. El que una mujer presida el máximo tribunal constitucional, es solo un paso más en el camino de derechos conquistados. Somos la revolución.

Es necesario seguir transformando para dignificar, proteger y respetar los derechos humanos de todas las personas y en especial de aquellas que se encuentran en estado de vulnerabilidad. Con este acontecimiento, como la Ministra Presidenta Norma Piña lo expresó, se rompió lo que parecía un inaccesible techo de cristal. Aún falta derribar todas aquellas edificaciones que discriminan, marginan y obstaculizan la participación plena de las mexicanas en la vida pública de nuestro país.

Suben entre tres y cinco kilos durante las fiestas

Redacción

@Zacatecasimagen

Aunque las fiestas de Navidad, Año Nuevo y Día de Reyes son un momento ideal para convivir con la familia y los amigos, también son las fechas en las cuales se descuida más la dieta.

Y es que las cenas y comidas en posadas e intercambios suelen ser de un alto contenido calórico, lo que deja a muchos con algunos kilos de más.

Esta casa editorial a través de su portal web, www.imagenzac.com.mx preguntó a nuestros lectores en su sondeo diario: ¿Cuántos kilos subió durante las fiestas decembrinas?

El 5% dijo que subió solo un kilo, el 7.50% aseguró que fueron dos, el 20% señaló que tres kilos, el 7.50% mencionó que fueron cuatro kilos los que subió, el 2.50% dijo que cinco kilos.

Los mas afortunados señalaron que no subieron nada, estos fueron el 32.50% mientras que un 12.50% aseguró que bajó de peso.



Mi Jardín de Flores
Por la Madre Teresa de Chalchihuites

**‘Día a día una gran mayoría de jóvenes están siendo asesinados con acciones efectuadas por integrantes del crimen organizado, por lo que considera urgente que se implementen políticas públicas con efectos preventivos ante todo tipo de delitos en la entidad’:
Zulema Santacruz Márquez.**

CHALCHIHUITES, ZAC.- Sábado 7 de enero de 2023. Glorifica mi alma el Señor y mi espíritu se llena de gozo al contemplar la bondad de Dios mi Salvador. Gracias, oh Señor, por mandarnos tu luz misericordiosa que nos permitió salir del oscuro túnel en que el perverso, corrupto, fraudulento y mendaz exgobernador, Alejandro Tello Cristerna, nos mantuvo desde el 12 de septiembre de 2016, hasta el 11 de septiembre de 2021, que logramos salir con el poder del voto ciudadano y del milagroso Santo Niño de Atocha. Amén.

Sí, las Localizaron... ¡Muertas!

POR LA mañana, mientras desayunábamos, Sor Alegría se mostraba triste, muy triste, situación muy extraña en ella, pues siempre es una castañuela. Le pregunté que tenía y eso fue suficiente para que sus ojos dejaran escapar un torrente de lágrimas, al recordar las desapariciones de dos Inocentes niñas:

ISIS NEREIDA Quetzali Robles García de 15 años y Paola Sofía Alonso Rodríguez de 14 años, desaparecidas el 9 de agosto de 2022, según la Cédula de Búsqueda emitida por la Fiscalía General de Justicia del Estado.

NO DIJIMOS nada, dejamos que se desahogara... minutos después continuó:

“DESPUÉS, el Fiscal General de Justicia, Francisco Murillo Ruiseco, anunció la “Localización”, de ambas niñas: Paola Sofía Alonso e Iris Nereida Quetzali Robles, noticia que inundó mi corazón de felicidad: ‘Bendito sea mi Padre Dios, que bueno que esas niñas hallan regresado a su hogar sanas y salvas’.

“PERO HOY me entero que el señor Fiscalía Francisco Murillo, es una persona truculenta: dijo la verdad a medias”.

-¿CÓMO ASÍ?, no entiendo.-

-SÍ LAS localizaron... ¡pero muertas!.-

-¡PERROS malditos -trueno doña Petra-!, ya me habían platicado que lo hacen así, pero no dicen que las hallan muertas, ¿por qué ocultar la verdad?-.

-LO HACEN para curarse en salud -toma la palabra don Roberto-, para in-

Mi Jardín de Flores Las Verdades a Medias de Murillo

Por la Madre Teresa de Chalchihuites



David Monreal Ávila



Alejandro Tello Cristerna



Francisco José Murillo Ruiseco



Adolfo Marín Marín

Cédula de Búsqueda

CÉDULA DE BÚSQUEDA

¡AYÚDANOS A LOCALIZARLAS!



ISIS NEREIDA QUETZALI ROBLES GARCÍA

EDAD: 15 años
NACIONALIDAD: Mexicana
TEX: Blanca
ESTR: Café oscura, semi-alegrías, mediana
NASC: Chica
COMPLECIÓN: Delgada
CABELLO: Negro, a los hombros, suaves
ESTATURA: 1.75 cm
LUGAR Y FECHA DE SU LOCALIZACIÓN: Zacatecas, Zacatecas, 09 de agosto de 2022



PAOLA SOFÍA ALONSO RODRÍGUEZ

EDAD: 14 años
NACIONALIDAD: Mexicana
TEX: Blanca
ESTR: Chica
COMPLECIÓN: Delgada
CABELLO: Castaño, a los hombros
ESTATURA: 1.50 cm
NASC: Piel muy blanca
LUGAR Y FECHA DE SU LOCALIZACIÓN: Zacatecas, Zacatecas, 09 de agosto de 2022

LOCALIZADAS

Cualquier información relacionada con su localización, favor de comunicarse a los teléfonos (492) 92 2 65 67, (492) 92 2 99 99 de las oficinas de la Dirección General de Policía de Investigación del Estado las 24 horas, o al (492) 345 29 96 ext. 37706, 37709 y 37704 en días y horas hábiles.

Las localizaron... ¡muertas!

tentar ocultar su ineptitud y valemadrismo, ¡no tienen madre!: ¿cómo es posible que no informen a la ciudadanía, las cosas como son?, ¡pinche Murillo, para eso y más me gustaba!, no informa la realidad porque no quiere dejar el hueso, pero aquí el culpable es ‘El Rey David’, por tolerar a ese par de ineptos: Francisco José Murillo Ruiseco, fiscal general de Gobierno del Estado, y su hermano ‘Lelo’ Adolfo Marín Marín, que no sirven más que para pura chingada, son ‘La Yunta de Silao’: tan malo el pinto como el colorado, de los dos no se hace uno.

“AHORA déjeme decirles: la mayoría de los desaparecidos que la Fiscalía localiza los encuentra sin vida y claro está sin los responsables; reportan su localización pero omiten que las encontraron muertas para evitar las críticas de la sociedad, y su ineptitud: ya Zacatecas está hasta la madre del ‘desgobierno’. de ‘El Rey David’, que ha sido un fracaso en todos los rubros, sobre todo en violencia, inseguridad y empleos: Zacatecas, como lo comentamos ayer en este espacio, es el único estado del país, que en 2022, perdió empleos: 1,233.

“VAN A ver cómo este enero el desempleo va a aumentar: Las empresas no tienen ningún incentivo, pero el pinche gobierno les cobra hasta para dar empleo a miles de empresarios, con eso del impuesto sobre la nómina sangran gacho a los empleadores, que no mamen, los únicos que se despachan con la cuchara, son los del gabinete de ‘El Rey David’, a eso llegaron a Casa de Gobierno, a saquear las arcas, como también lo hicieron Alex, Cristina y sus allegados.

“POR CIERTO el próximo 11 de enero, Alex y Cristina cumplen un año cuatro meses fuera de Zacatecas, lo único que sé es que la expareja gubernamental se está dando la gran vida con los millones de pesos que robaron del presupuesto”.

-¿VALIÓ la pena autoexiliarse fuera del país?-.

-YO CREO que sí, pues la versión del propio ‘Deivís’ es que ‘El Pinocho de Bernárdez’, robó en el último año de su gobierno más de dos mil novecientos millones de pesos.

“¿SE IMAGINAN esos dos mil 900 millones de pesos invertidos aquí en Chalchihuites? ¡Adiós pobreza!.-

-HAY QUE cuidarle las manos a ‘El Rey David’, pinta para imitar a Alex; con el mayor presupuesto de la historia en 2022, no hizo nada por Zacatecas, salvo aumentar la violencia y perder 1,233 empleos, cosa que no pasó en ningún estado del país.-

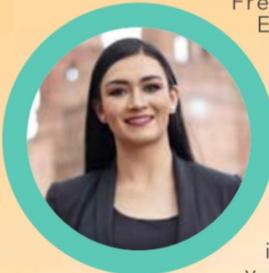
-BUENO, yo me voy. Se quedan con Dios y María Santísima de Guadalupe.-

LA ENREDADERA

¿QUIÉN LA REGARÁ HOY?

BENELLY HERNÁNDEZ, AYUDANTE DE LOS REYES.

La diputada federal por Morena, **BENELLY HERNÁNDEZ**, también se convirtió en ayudante de los reyes magos y anduvo repartiendo algunos juguetes y bolos para los niños de su distrito. La legisladora se sumó a una noble causa para llevar un poco de alegría a la chiquillada y abonar a que las tradiciones no se pierdan. En conjunto con la iniciativa privada y con el apoyo de los alcaldes de



Fresnillo y Enrique Estrada, **SAUL MONREAL** y **ROGELIO CAMPA**,

respectivamente, la legisladora federal anduvo por varias colonias de los municipios que integran su distrito y cumplió con el cometido. Ya le salió bien el primer propósito del año.

GIL MARTÍNEZ, MÁS QUE BENDECIDO.

Pero el que está más que contento con el regalo que le trajeron los reyes magos es el presidente municipal de Tabasco,



GILBERTO MARTÍNEZ. Es

más, no hay regalo que se le empareje, con todo y la enorme felicidad que me dio cuando vi mis patines al pie de la cama, hace algunos ayer, y estaba yo que no cabía de gusto. Pero no se asemeja para nada la felicidad que tiene el alcalde

GIL MARTÍNEZ, porque le trajeron ¡UNA BEBÉ! Se nota que las oraciones que ha estado haciendo al Cristo de la Paz han funcionado porque su municipio marcha con mayor claridad en cuanto a los proyectos que le dejaron pendientes y también a los que está planeando y esos logros se han coronado con la llegada de su pequeñita **MARSELLA**. ¡Muchas felicidades!

ULISES MEJÍA LLEVA ADELANTADA A #CLAUDIAVA.



Es la corcholata a la que más se le ha visto actividad en todo el país, pero en Zacatecas, eso es un hecho.

CLAUDIA SHEINBAUM, la jefa de Gobierno de la CDMX, tiene un gran aliado en **ULISES MEJÍA**, porque anda tendido estableciendo los comités

RAMONA VERDE

de apoyo en toda la entidad y llevando su mensaje de continuidad de progreso y apoyo a los grupos más vulnerables, tal y como lo ha enarbolado el presidente **ANDRÉS MANUEL LÓPEZ OBRADOR** estos cuatro años. En la zona conurbada ya se han visto bardas y lonas en varios puntos, lo mismo que en algunos municipios. Me pregunto si eso no le acarreará problemas después por supuestos actos anticipados de campaña, aunque no se haya presentado en persona...

REPROCHAN A SHEINBAUM ACCIDENTES EN EL METRO.

Ese es uno de los temas que más dolores de cabeza han generado a la jefa de la CDMX **CLAUDIA SHEINBAUM**, el metro de la ciudad. No son pocos ni menores los accidentes que han ocurrido con este transporte, vital para los capitalinos, y ayer, otra vez hubo malas noticias, con el choque de dos trenes. Recordemos cuando se desplomó al colapsar un puente, un incendio y al menos tres choques a lo largo de la historia, pero al menos uno ya le tocó a **SHEINBAUM**. Si de verdad quiere seguir los pasos del presidente, tendrá que poner gran empeño en el tema del metro, porque la gente se quedará en la memoria con esos incidentes y no le será muy benéfico que digamos.



RECIBE AMLO HOY A BIDEN Y TRUDEAU.

Hoy domingo, el presidente **LÓPEZ OBRADOR** se reunirá con sus homólogos, el presidente de Estados Unidos, **JOE BIDEN**, y el de Canadá, **JUSTIN TRUDEAU**; participarán en una cumbre en la que la crisis migratoria y el narcotráfico serán los principales temas a tratar. El caso de la detención de **"EL RATÓN" GUZMÁN**, seguramente será algo que no quedará fuera de la conversación porque el presidente mexicano necesita demostrarles que está haciendo su parte para frenar el narcotráfico en México. Nomás que a ver cómo le explica que un juez federal le concedió el amparo contra la extradición y por lo pronto, el hijo de **"EL CHAPO"** seguirá su proceso judicial en México, evitando ser llevado a cualquier otro país, aunque el secretario de Gobernación haya dicho que sí se lo llevarán...





Hay de estrellas a estrella

Domingo de la Epifanía del Señor

"Hemos venido de oriente para adorar al rey de los judíos"
Mateo 2, 1-12

La estrella de Belén es uno de los signos más conocidos de Navidad: ubica el pesebre y manifiesta al Recién Nacido. Sin ello, no pasaría de ser una estrella más. El bellissimo texto de Mateo que escuchamos en este día es denso en su contenido, encantador en su trama e intencional en su desenlace. Por algo ha quedado grabado en la mente y el corazón de tantas generaciones.

Contemplemos cómo el evangelista va usando contraposiciones para presentar a Jesús, la manifestación (Epifanía) de Dios a quien hay que buscar, aceptar, seguir, adorar y anunciar. Dos lugares diferentes: Jerusalén y Belén. Dos poderes diversos: el rey poderoso (Herodes) y el pastor humilde (Jesús). Dos emociones fuertes: preocupación en los de casa y alegría en los extranjeros. Dos actitudes: los que dicen conocer las Escrituras, pero no creen y los que creen sin conocer las Escrituras; los que se cierran a la novedad de Dios y los que buscan a Dios a pesar de la oscuridad; los que pretenden solucionar

su soberbia con sangre de inocentes y los humildes que se postran ante el Niño y lo adoran.

El relato de Mateo nos sigue fascinando. Es provocativo para quien no es conformista y busca mirar más allá de las estrellas. Cuatro lecciones, entre otras, para quienes estrenamos el año 2023:

-Buscar a Dios, como aquellos magos, requiere humildad, apertura de espíritu. Los que están llenos de sí y de sus ideas nada necesitan, según ellos; se asfixiarán en su toxicidad.

-Abrirse a la novedad del Espíritu, como aquellos magos. Creerse superior a otros, despreciar al pobre e ignorante, defender lo suyo como lo único bueno y verdadero, no es el camino para vivir la cercanía con los hermanos y construir la paz.

-Un corazón humilde y una mente abierta son capaces de generar diálogo y acogida. Una casa abierta propicia el encuentro y la ternura. Sólo así se abren las puertas de/para relaciones humanas fraternas, generosas, solidarias.

-Los magos ofrecen dones al Niño

y, desde Él, a toda la humanidad. Dando es como recibimos; entregar nuestra vida es ampliar la casa común para que todos encuentren acogida, sean respetados en su dignidad y se conviertan en gente de bien.

El Papa Francisco (Sobre el belén, 1 diciembre, 2019) nos dice que "los magos enseñan que se puede comenzar desde muy lejos para llegar a Cristo... Ante el Niño comprenden que Dios, igual que regula con soberana sabiduría el curso de las estrellas, guía el curso de la historia, abajando a los poderosos y exaltando a los humildes. Y ciertamente, llegados a su país, habrán contado este encuentro sorprendente con el Mesías, inaugurando el viaje del Evangelio entre las gentes".

Si esta Navidad sabemos distinguir la estrella de Belén de otras que ofrece el mercado, nos pondremos en camino, ofreceremos nuestros dones, adoraremos al Señor del tiempo y de la historia... y diremos con gozosa esperanza: ¡Feliz, luminoso, generoso, comprometido, año 2023!

Los bendigo con inmensa alegría.

Sigifredo Noriega Barceló
 Obispo de/en Zacatecas

PASIÓN POR EL DEPORTE



JOSÉ ORTEGA

Escritor e instructor profesional en ciencias aplicadas al fútbol. Facebook: José Ortega Ramírez

Energía

“ Toda la energía disponible en el ser humano deriva del sol...”

La energía se describe como la capacidad o aptitud para realizar trabajo. Aunque la definición es simple no es fácil de comprender. En primer lugar, se debe entender que toda la energía disponible en el ser humano deriva del sol a través de la cadena alimentaria.

Existen particularmente dos de las seis formas de energía relacionadas de manera directa con la actividad deportiva: la energía mecánica y la energía química. El trabajo mecánico está representado en el deporte del beisbol por un bate que oscila, que puede hacer contacto o no con la pelota (una transferencia de energía mecánica). Lo mismo ocurre con el palo de golf, la raqueta de tenis u otros elementos deportivos similares. De la misma manera, el trabajo mecánico se puede realizar por aceleración del centro de gravedad del cuerpo en una dirección frontal, como ocurre en una carrera. La energía asociada con el movimiento se conoce como energía cinética. El trabajo mecánico que se realiza en virtud de la posición, como un arco

tensado o la curvatura de la pértiga en un salto con garrocha, son ejemplos de energía potencial o almacenada. Tan pronto como se suelta la cuerda del arco o se extiende la pértiga, la energía potencial se convierte en energía cinética.

Si bien tradicionalmente no se le considera de esta manera, la energía química puede ser caracterizada como una fuente de energía potencial. Por ejemplo, en el cuerpo las sustancias alimenticias son degradadas mediante reacciones químicas con liberación de energía química, la cual a su vez se emplea para sintetizar otros compuestos químicos. Algunos de estos últimos se denominan compuestos “ricos de energía”. Cuando estos compuestos sufren una degradación química, liberan energía química que es utilizada por los músculos esqueléticos para realizar trabajo mecánico. En otras palabras, parte de la energía química o potencial representada por los alimentos que ingerimos es convertida en energía mecánica o cinética en los músculos esqueléticos.

Una unidad común para la medi-

ción de la energía es la caloría. Una caloría es la cantidad de energía calórica necesaria para elevar la temperatura de un gramo de agua en 1° C. Una kilocaloría (kcal) equivale a mil calorías y corresponde a la energía de los alimentos y los requerimientos energéticos de varias actividades físicas.

**CONTINÚA LEYENDO
DA CLICK AQUÍ**

BIBLIÓSFERA



JOSEANGEL RENDÓN

Joseangel Rendón escribe desde 1995; recientemente ha publicado los libros Fantastrágico (disponible en Amazon) y Triclicantes, de narrativa, así como Animadversos de poesía.

Los buenos propósitos del (todavía) año nuevo

“ Ir al gimnasio ejercita los músculos, conseguir pareja el corazón, pero la lectura ejercita el cerebro, que es el que manda”.

Siempre. O bueno, siempre, al cierre de un ciclo anual y la espera de un nuevo año que nos presenta infinitas posibilidades, nos hacemos firmes propósitos de ser otras personas y dejar lo malo que hicimos los doce meses anteriores. Pero SIEMPRE nos quedamos a medias —en el mejor de los casos— y ya entrado febrero hacemos una recapitulación de nuestros propósitos o escondemos esa listilla culposa y la olvidamos hasta diciembre, donde la paz y la alegría nos darán nuevos bríos para nuevos planes (incumplibles). Así la vida.

Entre los propósitos más solicitados por zacatecanos y todo MX, está viajar, bajar de peso, ahorrar dinero, buscar un nuevo amor, terminar de estudiar (o la tesis), obtener un nuevo empleo (o un aumento de sueldo), dejar de fumar y/o pistear; y en más o menos último lugar: Leer “N” libros durante el año.

Hay otros que más bien son buenos deseos al comernos las uvas a

cada campanada del año que muere: Seguridad, fuera la corrupción, tiranías, etc. que no dependen plenamente de nosotros y son tema aparte. Pero es bien cierto que los propósitos del párrafo anterior, solamente un 3% de la población llega a cumplirlos.

Pero vamos al propósito de leer, que es la actividad que nos ayuda a conocer más y acercarnos a programar nuestra vida y cumplir los otros propósitos de altas miras ya mencionados. Hay buenos lectores que se proponen leer 52 libros al año ¡Uno cada semana! Lo cual es muy aventurado en un país donde el promedio de lectura apenas rebasa los dos libros en doce meses. Analógicamente a otros propósitos, cabe decir que en México, sólo el 3% de la población acude a un gimnasio, por mucho que se lo haya propuesto. Sólo el 15% de los mexicanos ahorra; el consumo diario es de dos cigarros, según la Organización Panamericana de la Salud, y no baja; y así con los demás propósitos.

El problema total es que planteamos cambios radicales y programas de choque a nuestras costumbres, cuando deberíamos planear actividades que nos adentren en cumplir nuestros objetivos paulatinamente.

**CONTINÚA LEYENDO
DA CLICK AQUÍ**