

Prensa Acuario

NÚMERO 06 / 1 ABRIL 2020

MARICELA *Dela Toba*

Una Artista de Espiritu Libre y Rebelde

EDNA DINORA

10 SINTOMAS DE QUE LA MUERTE
ESTA CERCA

JESICA PÉREZ MATEOS

ING. BIOQUÍMICA
"PRODUCTOS CURA TODO"



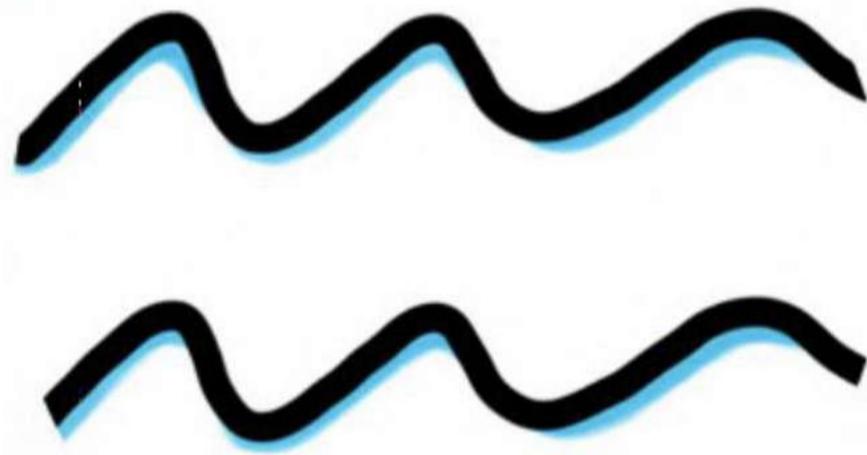
MENSAJE DE LA DIRECTORA

Síguenos



“LA LIBERTAD SIGNIFICA LA OPORTUNIDAD DE SER LO QUE NUNCA PENSAMOS QUE SERÍAMOS”

ESTA FRASE LA ACOMPAÑAMOS EN ESTE NÚMERO DEBIDO A LA HISTORIA DE UNA DE NUESTRAS ENTREVISTADAS, Y POR NUESTROS COLABORADORES, QUE TAL VEZ ALGUNOS DE ELLOS NUNCA IMAGINARON LLEGAR A COLABORAR EN EN ALGUN MEDIO DIGITAL, PERO ES AHÍ DONDE LES DECIMOS QUE SE DEJEN GUIAR POR ESA LIBERTAD QUE PROBABLEMENTE AHORA LA TENEMOS LIMITADA POR LA CUARENTENA, HAY MÁS LIBERTADES QUE NO NOS HAN SIDO CORTADA, COMO IMAGINAR, PENSAR, DECIR Y SOBRETUDO CREAR.



ELIZABETH ORTIZ

DIRECTORA GENERAL
ELIZABETH ORTIZ

RELACIONES PÚBLICAS
EDNA DINORA RODRÍGUEZ

DIRECTORA CREATIVA
Y. ADRIANA PÉREZ HAM

GERENTE DE VENTAS
ROSA MARÍA MÍRELES

DISEÑO
JESÚS ABREGO PARRA

COLABORADORES
JESICA PÉREZ MATEOS
IGNACIO MORALES

CONTACTO
PUBLICIDAD@PRENSAACUARIO.COM
Y/O
PRENSAACUARIO@OUTLOOK.COM

510 SÍNTOMAS DE QUE LA MUERTE ESTÁ CERCA

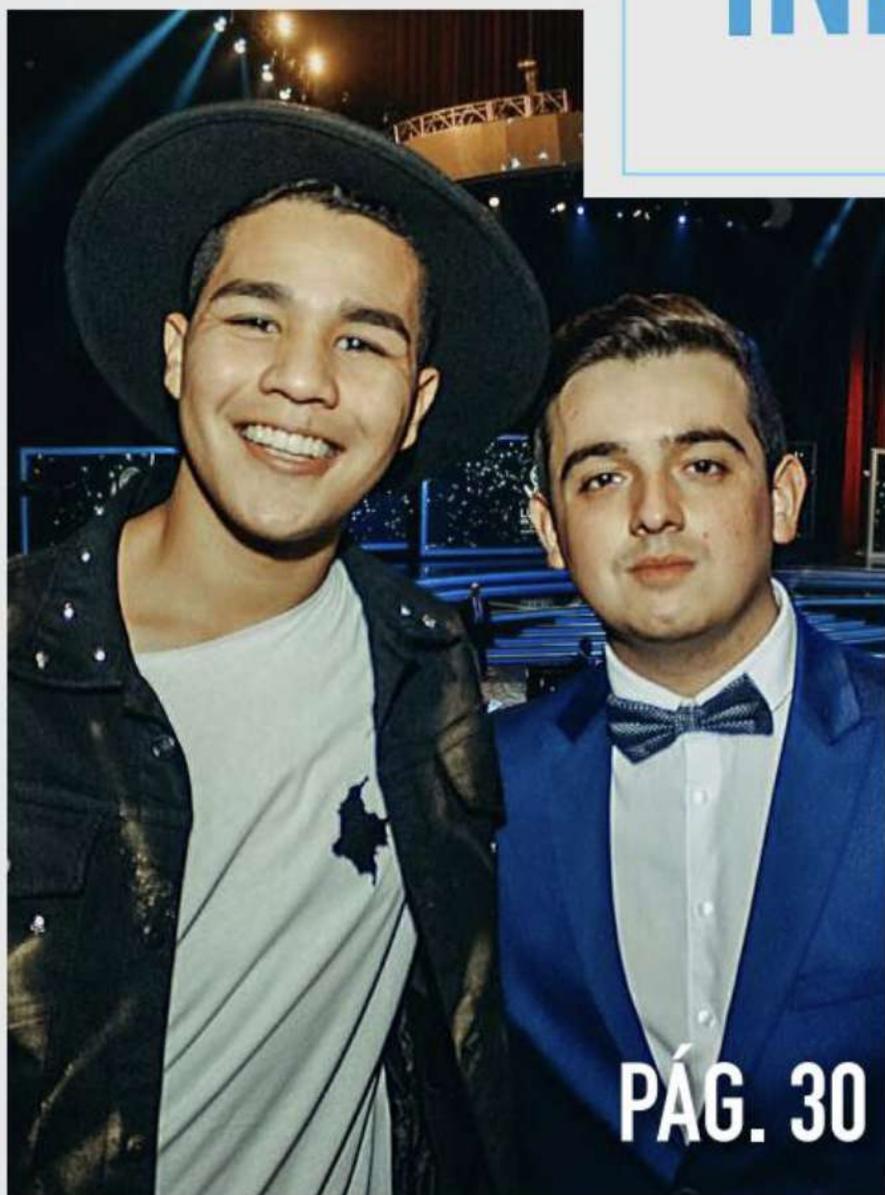
9CONSIENTE-MENTE; CONTADURÍA MENTAL

13CONVERSANDO CON MARICELA DE LA TOBA



PÁG. 13

INDEX



PÁG. 30

PRODUCTOS "CURA TODO"..... **25**

ADOPTA UN BANCO EN CENTRAL PARK..... **28**

DJ LENOIZE & GABO GARZA..... **30**

Yulline
Animation & Design

DISEÑO GRÁFICO &

e-Learning
PARA TU NEGOCIO

Implementa experiencias de diseño y aprendizaje
con soluciones e-learning personalizadas.

CONÓCENOS

818 023 0810





Globos Mty

Envíos gratis dentro del área metropolitana

8110045235

10 SÍNTOMAS DE QUE LA MUERTE ESTA CERCA

EDNA DINORA



¿Qué esperar y cómo responder al proceso natural de la muerte?. Nadie puede predecir el momento de la muerte. Pero los médicos y enfermeras involucrados en la atención de condenados a muerte saben que ciertos síntomas se asocian generalmente con un "apagón" del cuerpo. Estos síntomas de proximidad de muerte son específicos para el proceso natural de la muerte (aparte de otros efectos de enfermedades particulares de la persona pueda tener).

No todos los síntomas de muerte se presentan en cada persona, pero la mayoría experimentan una combinación de los siguientes síntomas hacia el final de sus días:

1 Pérdida del apetito.

Las necesidades de energía van en declive. La persona puede comenzar a resistir o rechazar las comidas y los líquidos, o aceptar solamente pequeñas cantidades de alimentos blandos (como los cereales). La carne, que es difícil de digerir, será rechazada en primer lugar. Incluso sus alimentos favoritos tienen poco atractivo.

Cerca del final de la vida, la persona que muere puede ser físicamente incapaz de tragar.

¿Cómo responder?: No alimentar a la fuerza, siga las señales de la persona a pesar de que pueda estar angustiado por la pérdida de interés en la comida. Periódicamente ofrezca pedacitos de hielo, paletas heladas, o un sorbo de agua. Utilice un paño humedecido caliente alrededor de la boca y aplique bálsamo para labios para mantenerlos húmedos y cómodos.

2 Fatiga y sueño excesivo.

La persona puede empezar a dormir la mayor parte del día y de noche el metabolismo se ralentiza, con la disminución de los alimentos y el agua se contribuye a la pronta deshidratación. Él o ella son bastante difíciles de despertar una vez que consiguen el sueño. La fatiga es tan pronunciada que el conocimiento del entorno inmediato comienza a perderse.

¿Cómo responder?: Permita dormir. Evite dar empujones a la persona despierta. Suponga que todo lo que usted diga puede ser escuchado, ya que se piensa que el sentido del oído persiste, incluso cuando la persona está inconsciente, en coma, o de lo contrario no responde.

3 Aumento de la debilidad física.

Una disminución en la ingesta de alimentos y energía conduce a una menor de energía, incluso para actividades como levantar la cabeza propia, o ir hacia la cama. La persona incluso puede tener dificultades para beber de un popote.

¿Cómo responder?: Concéntrese en mantener a la persona cómoda.

4 Confusión mental o desorientación.

Los órganos empiezan a fallar, incluyendo el cerebro. La conciencia de orden superior tiende a cambiar. "Pocas condiciones provocan hiperactividad en las personas que se está muriendo", dice el médico de atención paliativa Ira Byock, autor de *Dying Well* (Morir Bien).

La persona puede no ser consciente de quien es, o quién más está en la habitación, puede hablar o responder con menos frecuencia, pueden responder a personas que no se encuentran en ese momento ahí, quizá pueda decir cosas sin sentido o confundirse sobre el tiempo.

¿Cómo responder?: Mantenga la calma y tranquilidad. Hable con la persona en voz baja e identifíquese cuando se acerque.

5 Dificultad para respirar.

La respiración se vuelve irregular y trabajosa. Un patrón característico llamado de Cheyne-Stokes podría ser escuchado: una inhalación ruidosa, en el fondo seguida por una pausa de no respirar (apnea) de



A veces las secreciones excesivas crean fuertes inhalaciones y exhalaciones con fluidos lo que algunos llaman un "estertor de muerte."

¿Cómo responder?: La suspensión de la respiración o las ruidosas flemas pueden ser alarmantes para los oyentes, pero la persona que está muriendo no es consciente de este cambio en su respiración, se debe centrar en el confort general del enfermo. Posiciones que pueden ayudar: la cabeza ligeramente elevada con una almohada, sentado bien apoyado, o la cabeza y el cuerpo inclinado hacia un lado ligeramente. Humedezca la boca con un paño húmedo y humecte bálsamo labial o vaselina.

Si hay mucha flema, permita que se drene de forma natural de la boca, ya que la aspiración hacia fuera puede aumentar su cantidad. Un vaporizador en la habitación puede ayudar.

6. Aislamiento social.

Como el cuerpo se apaga, la persona que muere poco a poco puede perder interés en las cercanías. Él o ella puede dejar de hablar o murmurar algo ininteligible, dejar de responder a las preguntas, o simplemente alejarse.

Pocos días antes de retroceder socialmente por última vez, la persona que muere a veces sorprende a sus seres queridos con una explosión inesperada de un comportamiento alerta y atento. Esto puede durar menos de una hora o hasta un día completo.

¿Cómo responder?: Tenga en cuenta que esta es una parte natural del proceso de muerte y no un reflejo de su relación. Mantenga una presencia física tocando y

hablando a la persona moribunda, si lo siente necesario, sin exigir nada a cambio. Atesore un interludio de atenciones cuando suceda porque casi siempre es fugaz.

7. Los cambios en la micción.

Si entra poco (como la persona pierde el interés en la comida y la bebida) saldrá poco. La caída de la presión sanguínea, parte del proceso de la muerte, contribuye también a que los riñones se cierren. La concentración de la orina es de color marrón, rojizo o color té.

La pérdida de control vesical e intestinal puede ocurrir tarde en el proceso de muerte.

¿Cómo responder?: el personal médico del hospicio a veces decide que es necesario un catéter, aunque no en las últimas horas de vida. La insuficiencia renal puede aumentar las toxinas de la sangre y contribuir a un estado de coma antes de la muerte pacífica.

8. Hinchazón en los pies y los tobillos.

A medida que los riñones son menos capaces de procesar los fluidos corporales, pueden acumularse y ser depositados en las distintas áreas del cuerpo, desde el corazón, en los pies y en especial los tobillos. Estos lugares, y a veces también las manos, la cara o los pies, toman una apariencia hinchada.

¿Cómo responder?: Por lo general, ningún tratamiento especial (como los diuréticos) se suministra cuando la inflamación parece directamente relacionada con el proceso de muerte.

(La inflamación es el resultado del proceso de muerte natural, no su causa.)

9. Manos y pies fríos.

En las horas o minutos antes de la muerte, la circulación de la sangre se retira de la periferia del cuerpo para ayudar a los órganos vitales. Mientras esto sucede, las extremidades (manos, pies) se van enfriando. Incluso las uñas también pueden parecer más pálidas o azuladas.

¿Cómo responder?: Una manta térmica puede mantener a la persona cómoda.

10. Venas moteadas.

La piel que había sido uniformemente pálida o ceniza desarrolla un patrón distintivo de manchas de color púrpura / rojo / azul como uno de los últimos síntomas de que la muerte se acerca. Este es el resultado de la circulación sanguínea reducida. Se puede ver por primera vez en las plantas de los pies.

¿Cómo responder?: No hay medidas especiales que deban adoptarse.

Nota: Estos signos generales de muerte inminente puede variar en secuencia y combinación de persona a persona. Si una persona está tiene soporte vital (respirador, sonda de alimentación), el proceso de la muerte puede ser diferente. Los signos de la muerte que figuran en esta lista se describen como parte de un proceso natural de muerte.

Fuentes de Información El contenido del post es de mi autoría, y/o, es un recopilación de distintas fuentes.



PASTELES

ROLLOS

- Mango con almendra caramelizada
10-12 \$650
- Brownie, nuez, caramelo y chantillí.
10-12 \$650
- Fresas con crema y almendras
10-12 \$650

MOSTACHÓN

- Mango, fresas, fresas y moras,
platano ó higo (varía por temporada)
Mediano 8-10 \$550
Grande 10-12 \$650

CHEESECAKES

- Pecan Butterscotch con arándanos
Mediano 8-10 \$650
Grande 10-12 \$720
- Frutos Rojos
Mediano 8-10 \$650
Grande 10-12 \$720
- Platano, caramelo & nuez
Mediano 8-10 \$550
Grande 10-12 \$650
- Brownie, mazapán, nuez & caramelo
Mediano 8-10 \$550
Grande 10-12 \$650
- Galletas biscoff & caramelo
Mediano 8-10 \$650
Grande 10-12 \$720
- New York Cheesecake
Mediano 8-10 \$550
Grande 10-12 \$650
- Nuez tostada y dulce de leche
Mediano 8-10 \$650
Grande 10-12 \$720

CHEESECAKES FRIOS

- Frutos rojos (a elección) con base
de galleta y almendras.
Mediano 8-10 \$650
Grande 10-12 \$720
- Brownie y caramelo
Mediano 8-10 \$650
Grande 10-12 \$720
- Cookies and cream
Mediano 8-10 \$650
Grande 10-12 \$720

PASTELITO KETO

Pan de almendra, compota de zarzamora,
crema de queso, crujiente de almendras o nuez.
Pan de chocolate con harina de coco,
compota de zarzamora, crema de queso
crujiente de almendras o nuez.
\$250

*Ingredientes pueden cambiarse o sustituirse.

CAKE JARS

Arma tu propio cake jar.
Pan: chocolate, vainilla, brownie keto,
brownie con nuez, brownie con cannabis,
pan de chocolate keto
Betún: crema de queso sin azúcar, chantilly
sin azúcar, crema de queso, chantilly, cookies
and cream.
Toppings: crumble de galleta, nuez tostada,
almendra caramelizada, perlas de chocolate
con fresa, compota de fresas.
\$150 /\$250

POSTRES

MINIS

Cheesecakes & Mostachones
\$25 pz mínimo 6 piezas

GALLETAS

Rellenas:
170 g Oreo, Nutella, mix de nueces, trozos
de chocolate, brownie.
\$45 pz. pedido minimo 6
170 g Biscoff, Ferrero, Golden Grahams &
S'mores, Toblerone
\$50 pz. pedido minimo 6
Oreo, Nutella, mix de nueces, trozos de
chocolate, brownie.
\$25 pz. pedido minimo 6
Biscoff, Ferrero, Golden Grahams &
S'mores, Toblerone
\$30pz. pedido minimo 6
Galletas de avena con:
Pasas, plátano, zanahoria ó chocolate
\$20 pz. pedido minimo 6
Keto
Trozos de chocolate, arándanos ó nuez
\$28 pz. pedido minimo 6
Veganas
Trozos de chocolate, mix de nueces
\$25 pz. pedido minimo 6

BROWNIE

Con nuez, almendras ó avellanas
\$30 pz. pedido minimo 6

Con trozos de chocolate
\$25pz. pedido minimo 6

SNACKS

Nueces enchiladas
\$170
Almendras enchiladas
\$180
Nueces enchiladas con arándanos
\$170
Almendras enchiladas con arándanos
\$180
*Cada frasco contiene 160 g

TRAIL MIX

Nueces enchiladas, pica piña, palomitas
enchiladas
\$200
Nueces, trozos de chocolate, arándanos,
palomitas
\$220

NIEVE

Brownie con caramelo y nuez tostada.
Pecan praline con swirls de caramelo.
Fresas con trozos de cheesecake.
Chocomazapan.
Cookies and cream.
1/2 lt 150 1lt \$240

Minimo 2 dias de anticipación para pedidos.
Pregunta por existencias.
Pasteles personalizados se cotizan a parte.
Precios del menú pueden cambiar sin previo aviso.
Si no encuentas lo que buscas en mi menú,
no dudes en escribirme ya que este estas son solo
algunas de las opciones que manejo.
Siempre puedo cumplir antojos :)

cordelia baker

Instagram /cordelia.baker
Whatsapp (81)1290-2370

Bienvenidos nuevamente a esta sección llamada consiente- Mente, donde espero consentir su mente, a través de conocimiento acerca de cómo funciona y cómo puedes jugar con ella para explotar tu capacidad mental al máximo y por supuesto, aprender a tomar mejores decisiones.

Durante estas épocas, como la que estamos comenzando a vivir y que está por volverse cada vez más compleja, es cuando más nos servirá saber cómo funciona nuestro cerebro al tomar decisiones, ya que estas próximas que hagamos en los días por venir serán claves para definir

Por eso mismo comenzaremos un sesgo cognitivo que nos hará mucho bien conocerlo y entender cómo nos afecta y cómo podemos controlarlo nosotros mismos y no al revés.





de un cubre cama. Normalmente estos están en diferentes tamaños y precios:

Matrimonial (\$150)

Queen (\$200)

King (\$300)

Sin embargo Josefina se llevó una sorpresa: ¡todos los tamaños de cubre cama estaban al mismo precio! ¡Pero qué ganga!

Así que Josefina decide llevarse el cubre cama King (con un precio regular de \$300 pesos, por sólo \$150 pesos, aunque su cama sea matrimonial ¿cómo resistirse a esa oferta? Digo, sí cuelga un poco el extra del cubre cama pero...es casi nada

En conclusión Josefina le vio una utilidad a esta transacción. Es decir, se está llevando un producto de \$300 pesos a \$150! Aunque realmente al final no es el que necesitaba, pero vamos, esa oferta quién la iba a rechazar. Su resultado fue un artículo costoso a un precio de un artículo barato, su experiencia fue sentirse feliz porque aprovechó una oferta.

2. Asignación de actividades a cuentas

Ahora imaginemos esta otra situación:

Edna tiene una conferencia que ofrecer muy importante en Suiza (famoso por ser uno de los países

más caros del mundo) Edna compra sus boletos con anticipación y sólo estará 2 noches.

Una vez terminada su conferencia, el público eufórico y Edna aún más, decide que cambiará la fecha de regreso de su vuelo, ya que pues "ya se dio la vuelta hasta allá" ...tiene que aprovechar que ya está en Suiza para conocerla bien. Edna decide quedarse una semana más, aún y cuando el Franco Suizo estaba en uno de sus momentos más caros.

¿por qué hizo esto Edna? Muy fácil, Edna asignó una actividad (conferencia en Suiza) a su **Contabilidad mental** de los gastos en los que incurriría mientras estuviera conociendo Suiza (post-conferencia) y esta asignación mental le hace sentirse bien consigo misma (a diferencia de sentirse con preocupación por estar gastando tanto dinero) porque "son gastos de su conferencia en Suiza" además, con lo que le pagaron por dar esa conferencia, le alcanza y hasta le sobra para cubrirlos.

3. Frecuencia de cuentas

Bien dice el dicho en poker "nunca cuentes tus fichas sobre la mesa" y bien este mismo sesgo cognitivo se puede traducir a muchos otros ejemplos, como el que tanto escuchaba en mi intercambio por Europa "El que convierte...no se divierte" haciendo alusión a la conversión de euros a pesos para ver cuánto te estabas gastando en esa coca cola.

Todo esto se debe a que, como mencionamos al jugador de poker, la misma emoción o adrenalina del juego puede llevarlo a tomar decisiones imprudentes o de o demasiado arriesgadas.

Si el jugador de poker

tuviera una alta frecuencia de revisar sus cuentas es decir, que a cada jugada estuviera contando sus fichas, tal vez este sería más precavido al momento de jugar o incluso sus apuestas serían más conservadoras, ¿no lo crees?

Este tercer y último componente del sesgo cognitivo de **contabilidad mental o cuentas mentales** es tal vez el más importante en este momento que estamos entrando económicamente en el país.

¿quién ha escuchado la expresión: no quiero ni ver cuánto me queda en el banco?

¿Cómo cambiaría tu percepción de "nunca cuentes tus fichas sobre la mesa" si te pidiera que revisaras todos los días cómo van tus gastos vs tu presupuesto?

¿Cómo tratarías a tu bolsillo si cada día tuvieras que hacer un balance de gastos al terminar el día?

¿Crees que tendrías mucho más cuidado en la manera en que gastas tu dinero?

¿Consideras que harías tus compras de una manera más **consciente**?

Piénsalo, dale vueltas, analízalo porque tal vez estamos entrando en una etapa económica mundialmente en la que **sí es prudente contar tus fichas sobre la mesa**

Hasta la próxima



Contaduría mental

El dinero es dinero (aprende algo dinero) así sea en efectivo, tarjetas de crédito, cheques tarjetas de débito o bonos, al final es dinero. ¿Estamos claros hasta aquí? Probablemente habrás respondido que sí "conscientemente", sin embargo, te puedo asegurar que tu cerebro no lo cree así.

Este sesgo cognitivo te lleva a tomar decisiones financieras pobres. Esto sucede por ejemplo: puedes tener en el banco en tu cuenta efectivo ahorrado, sin embargo tus tarjetas de crédito están a tope...¿por qué no las paga la mayoría de las personas?

Otro ejemplo ahora que estamos por entrar a esta época de calores intensos:

Imagina que en tu casa tienes un termostato central que regula la temperatura del aire acondicionado en cada uno de tus cuartos.

El día de hoy te levantas y sientes tu casa muy caliente. ¿Qué sería lo primero que harías? Ir a ese termostato (regulador de temperatura) y bajar la temperatura de referencia a una temperatura mucho más fría ¿o no?

Claro, todos haríamos lo mismo. Ahora imagina que esta temperatura (del ambiente) calurosa

en la ciudad que residas, se mantiene estable por las próximas semanas que vienen, tanto de día como de noche. Tu lógica te dirá que dejes el clima encendido y te recomendará que no dejes abiertas las puertas/ventanas para que no se salga el frío (una falacia termodinámica, pero ese es otro tema)

Ahora bien, qué tan consciente y diferente crees que sea tu decisión si en lugar de que el termostato del aire acondicionado de tu casa mostrara las diferentes temperaturas a las que lo puedes regular, estas fueran los costos diarios de la energía, es decir \$50 pesos, \$110 pesos etc.

¿Cambiaría en algo tu decisión de bajar tanto la temperatura? ¿mantendrías tu aire acondicionado prendido todo el día?

No lo creo.

Esto se debe al valor que le asigna tu cerebro al dinero, dependiendo del contexto en el que lo pones.

La contabilidad mental se divide en 3 diferentes componentes que según Thaler, psicólogo premio nobel de la economía, y estos son los más importantes:

1. Resultados y experiencias

Una manera de ejemplificar este primer componente es el siguiente:

El día de ayer mi amiga Josefina fue a su tienda favorita en búsqueda





sigiLabs

web design, e-commerce & apps

 @sigilabs

 contacto@sigilabs.com

Iniciando la charla con Maricela de la Toba, lo primero que nos dijo fue: "Cuando edites, si podría verlo antes? -Ríe un poco- no seas gacha, deja te digo por que. Ahí nos comenta que ya en una entrevista dijo algo que pensó solo quedaría entre ella y la reportera. Pero Zaz! No fue editada esa parte y toda su familia se enteró.

A partir de ahí, Maricela nos platico mil cosas, cómo de una urraca que llegó a su casa y la tuvo que dejar libre porque hacía mucha popo en sus cuadros, vivió un año con ella. Nos comentó que mientras pintaba, la urraca se posaba en su hombro. Comentándonos en broma que aparte de la urraca tiene un gato negro y cuando tenía la urraca era negra, solo le faltaba la escoba. Finalmente se decidió y la dejó libre, yéndose la pequeña urraca con una parvada.

¿Como iniciaste en esto de la pintura?

"Desde niña me gustaba, todos los niños la primera forma de comunicarnos, es el dibujo curiosamente. Así empecé desde muy pequeña a dibujar y pintar, yo creo siempre me ha acompañado un caballete, pinturas, pinceles, todo eso. De manera profesional debo confesar fue por necesidad, alguien me dijo; -¿Por qué no te dedicas a lo que te gusta?- y créeme que si hay algo que yo aconsejo a la gente es que descubran que es lo que les gusta y a eso se dediquen, porque a pesar de que sientan cansancio en las horas en que estoy pintando, estoy parada, el cuerpo se cansa,

la espalda, las piernas, los hombros, no sentirás el cansancio y quisieras que el día tuviera 48 horas para seguir pintando".

¿Como compaginas la pintura con la poesía?

"Es poesía. trato de que cada una de las obras sea poética, que tenga cosas que expresar y escribo poesía porque a veces, como que el lienzo no alcanza a decir lo que quiero, lo que viene de adentro, es como vertir porque si no, sientes como que no cabes".

¿Que fuiste primero?

"Creo que fui poeta primero, tuve una abuela, un par de abuelas que me inculcaron mucho la poesía, sobre todo mi mamá me hacía que me aprendiera poesías y concursará. Te acuerdas cuando existían las famosas asambleas en la primaria, secundaria, preparatoria; había concursos de pintura, declamación, oratoria, de ajedrez y nombre yo siempre andaba moviendo el pandero en ese tipo de actividades artísticas".

¿Entonces eres una persona muy romántica?

"Sumamente romántica y a veces tiene que bajarle dos puntos o uno a eso porque sufre. La mera verdad tienes un corazón de pollo y a veces dices; no, me voy a venir muriendo un día de estos. No quisiera hablar de tristeza pero si, yo creo hay focos rojos; algo así como el canario en una mina, creo que hay muchas señales que nos indican que estamos perdiendo

un poquito el rumbo, a veces siento muchas cosas, me deprimen las noticias en la televisión, me deprime lo que esta pasando en el mundo, la violencia, la intolerancia, y desgraciadamente no te puedes quedar en ese sentimiento, porque te paraliza a veces la tristeza.

En tus cuadros veo que pintas mucho aves, nidos, muchos peces. Te gusta mucho la libertad, fluyes; también se que te gusta mucho andar en motocicleta.

Ahí están! -señalando su motocicletas- mira, ahí están. He intentado dejar la afición por las motos pero no es gripa no se quita, me siento como si algo me faltara. Hace dos o tres años, intente dejarlo y salía poco y yo sentía mi cuerpo, mi alma, mi espíritu me pedía carretera, me pedía velocidad. Obviamente lo hago tomando todas las precauciones pertinentes, cuido mucho que no me gane la avidez de los kilómetros y la velocidad porque si es algo que, "el ego", no subir definitivamente el ego a la moto.

Volviendo a lo de los pájaros y peces, déjame contarte algo; hay veces que uno eso no lo mentaliza, no sabría decirte, si siento una infinita admiración y respeto por la naturaleza. Amo la naturaleza y es algo que a consagrado mí trabajo, es a lo que dedique, a la belleza".



CONVERSANDO CON...

MARICELA DE LA TOBA

EDNA DINORA



FOTOGRAFÍA ELIZABETH ORTIZ





Pinto peces ya qué tal vez sea porque vengo del mar, de la Paz Baja California soy choyera, paceña, pata salada. El mar siempre está, incluso en las texturas y algunos de los elementos y en mí poesía. Siempre tengo analogías que tienen que ver con el mar, las gaviotas, la arena, caracol, sol, atardecer; Son elementos que han estado contigo desde siempre y alimentan obviamente lo vivido en la poesía y en este caso la pintura. Me gusta cuando alguien ve los cuadros halla elementos identificables con los que la gente se pueda relacionar, obviamente los estimule de alguna forma al verlos después en la naturaleza. Algo que me gusta ver en mis exposiciones, es cuando se acercan los niños a disfrutar de las obras. Sabes una cosa, algo que yo creo es lo más parecido a la felicidad, es la paz, estar en un estado de paz con uno mismo y con los demás. Creo que esa paz, siento sin alardearte de ninguna manera con toda infinita humildad creo que la paz nos la da el compartir.

Un artista, un verdadero artista eso es lo que hace, tiene un deseo y avidez por compartir lo hecho, lo logrado, lo concluido; un cuadro, una poesía, una escultura, un libro, hasta una fotografía. Cuantos de nosotros ahora con la tecnología, que ahora tenemos una cámara en nuestras manos constantemente, grabamos y tomamos imágenes y que es lo que tendemos inmediatamente a hacer? Compartir, y créeme lo hago con el afán de inspirar y de decirle a los demás; -Es posible hacer las cosas-"

¿Que te ha dado más premios; la poesía o la pintura?

Satisfacciones, te diría yo ambas cosas me satisface mucho sobretodo más que ese reconocimiento, eso, los halagos que uno recibe me gusta, cuando las personas hacen un poema suyo, independiente de quien lo firme. Eso es mucha satisfacción y déjame decirte que uno no inventa nada, uno en realidad eso de crear de la nada, no es verdad. Simplemente agarramos elementos de predecesores que a hecho cosas de aquí, agarramos cosas de allá, elementos, formas, estilos, técnicas, materiales de muchas personas a las cuales les agradezco infinitamente que se han atrevido a hacer y compartir porque de ahí toma-

-mos los artistas, escritores, poetas. De una palabra, de una imagen, de una frase y luego le damos un toquecito especial, personal y con el tiempo, con la repetición pues vamos creando supuestamente algo original.

En tono de broma le digo a Maricela que debió ser política.

Desgraciadamente le hemos dado un desprestigio pero la política no es otra cosa que el involucramiento y el interés que como sociedad deberíamos tener en los asuntos que nos compete a todos. Nos deberíamos de involucrar, desgraciadamente ahorita tiene tan mala fama la política, que yo conozco gente fascinante, inteligente, buena, desinteresada. Si algo a desgraciado la política es la ambición; gente que no tiene esa ambición esa avidez por el dinero, la fama y el poder. Que podría involucrarse en la polític-





-a pero no se involucra por miedo. De que desgraciadamente siempre hay otras fuerzas que los desprestigian, difaman, que les inventan cada cosa que terminan por decir -"Sabes que, olvídalos"

Mucha gente no se involucra en la política porque no lee.

No lee. Estamos también muy distraídos, deberíamos involucrarnos más en los asuntos sociales. Por ejemplo ahorita, yo estoy sorprendida, fascinada; desgraciadamente se mezclan muchas ideologías en un movimiento como el feminismo, de que es posible empatizar, de juntarnos, de hacer una fuerza social, política muy grande. Oye, ve toda la nación se unió en un solo día, desgraciadamente se le pega a este movimiento las manifestantes violentas que destruyen iconos, monumentos, no es por ahí, no es esa forma de llevar el mensaje.

Bueno Maricela, cambiando un poco el tema, ¿Aún das clases?

No, ya no.

Y; ¿Qué técnicas usas?

A mi me gusta usar muchas técnicas, y con respecto a las clases, siempre he pensado que; "Un buen maestro, no debe tocar el lienzo del alumno"



¿Te gusta experimentar?

A mi me gusta mucho la experimentación. Si algo que tú ves en mis cuadros y dices, "Caramba, hay una serie que hago de puros azules, mucha textura y luego tengo unos rojos Azteca y luego tengo idilios que se caracterizan por la textura, por colores ocre, y tierra y cálidos y tengo la última series como la que está allá, es la serie folias, que es en la que llevo trabajando dos años, que los materiales son; lápiz, carboncillo, pastel, acrílico en, blanco y negro. Yo soy muy monocromática entonces, probablemente en dos años si te veo Edna, o en unos meses, tú vas a decir; a caray, qué pasó con los folias, ahora que estás haciendo? Pues no se, ya se me ocurrió experimentar con otra cosa, y la experimentación, la técnica, se hace de accidentes. Por ejemplo, a veces me dicen-" *¿Cómo hiciste esto?*"- Y digo, pues nada un día estaba así y se me voltio el material y en ese limpiar en ese manipular el material surgió eso y lo repetí, y lo repetí, y lo repetí tantas veces, que empecé a controlarlo y a propósito generaba ese accidente que me daba ese efecto en particular al cual le llamé técnica. Y es así como el artista a veces va desarrollando técnicas propias.

Quisiera hacer una invitación a todos. Que volvamos a promover, a crear belleza, la encontramos allá afuera, en la calle, en lo que decimos, en lo que creamos, en un cuadro, en la música; nos estamos alejando de la belleza,





FOTOGRAFÍA EDNA DINORA

estamos creando cada vez más cosas grotescas, parece que el arte ahorita se a dedicado a perturbar, enajenar, a decir cosas feas y quieras o no esto afecta también, ¿Por qué?, porque todo esto es también alimento para nuestra alma, ¿Qué queremos comer? Ay comida chatarra, comida sana, gourmet, ¿Entonces, qué le echamos también a nuestra alma?, Y estoy segura y soy una

artista que creo, no creo, estoy convencida que si volteamos a ver la belleza y la sumamos nuevamente a nuestra vida y la compartimos, algo va a cambiar en nuestras vidas y con nuestra relación con los demás y con el medio ambiente. Estamos muy inmersos en propaganda, videos, en publicidad, muy soez, muy grotesca que nos a llevado a asustarnos, y a veces decimos; ¿Por qué tanta violencia, por qué

tanta agresión, por qué tanta insensibilidad entre los seres humanos?, precisamente por eso, porque estamos comiendo mucha comida chatarra. Entonces necesitamos volver a la belleza, para volver a crear belleza. Uno crea de lo que está hecho, de lo que te alimentas, eso es lo que devuelves hacia afuera; entonces, si tú quieres crear cosas bellas, tenemos que empezar por consumirla.



FOTOGRAFÍA ELIZABETH ORTIZ

¿Hace cuanto hiciste tu primer cuadro que vendiste?

Hay, hace muchísimo. Recuerdo, fue a una vecina, amiga mía, que recuerdo me dijo -" ¿Por qué no pintas?" y yo le dije- "¿Cuántas galerías ves?, ¿Cuántos artistas ves que viven de esto? Y me dijo -"Bueno, yo te compro los primeros cuadros para mi casa". Eso fue hace aproximadamente unos 18 años. Pero pintaba desde hace mucho antes, como un hobby un pasatiempo, para los amigos, para quien me lo pidiera y poco a poco se fue convirtiendo esto en algo ya meramente profesional.

¿Cómo te sentiste cuando ya "De la Toba" se hizo una marca en cuanto a pinturas y la gente ya te empieza a reconocer, ya te invitan a eventos?

Sabes que, ni siquiera se cuando sucedió eso, ni siquiera he estado al tanto, fue, dejarme llevar, fue subirme a un río de corriente y dejarme flotar y te voy a confesar con toda humildad nunca a sido la intención. Que digas tu, esa avidez por decir; voy a llegar y quiero estar y quiero que mi apellido y mi nombre, o mis cuadros lleguen y sean reconocidos, no. Es algo que tengo que agradecer infinitamente a los compradores, a los que han visto algo bellos en ellos y que

¡ me pagan! (ríe) por el cuadro y por ponerlo en un lugar tan especial de sus hogares, o en espacios públicos, o en sus espacios de trabajo o en exposiciones ahora si que a sido gradual y paulatinamente y créeme que el agradecimiento es profundo, algo que le digo a mis alumnos, como a gente que se quiere dedicar a esto; lo peor que podemos hacer, es creérnoslo y decir que hemos llegado, si hay algo a donde debemos llegar, yo los invito a que disfrutemos ese camino, ese proceso. Yo el proceso que más disfruto es el creativo, es en el que estoy aquí, créeme, que yo, te lo digo Edna, ¿Por qué voy a una exposición?, porque me encanta ver la cara de la gente. No que me digan " oh Maricela, que bonito pintas", me encanta ver la relación que tiene la gente con el cuadro, con la obra, ya es independiente de mi.

Justo ahí, en una serie de fotografías de Maricela con su motocicleta para la entrevista, nos sigue platicando; Yo me siento motociclista, más que pintora, si me pagaran. Si me dijeran; Maricela, te pago por andar en moto. No, no, ni te imaginas, ya ni estuviera aquí.

¿Qué te dicen tus amigas Maricela?

Te voy a ser sincera, tengo muy poquitas.



FOTOGRAFÍA EDNA DINORA



FOTOGRAFÍA EDNA DINORA



¿No te siguen el ritmo?

No, no es eso. Te va a parecer extraño pero soy bien ermitaña, soy muy de mi casa y de mi estudio. Y te juro que hay muy pocas cosas que compiten para que yo, o me baje de la moto o deje de pintar, y si dejo de pintar me pongo a escribir, entonces que me dicen, oye vente para acá y estas entre terminar el cuadro, irte, entonces soy muy feliz aquí. Realmente mucha gente pensará que tengo una vida muy social, muy activa, pero en realidad soy.. se distrae, viendo unas fotos que le tomamos.

Ya veo que eres muy despistada.

Yo si. - y suelta una carcajada-

Maricela, me he fijado que a todas las personas que nos gusta esto del arte, somos muy ermitañas

Yo creo que el proceso creativo tiene que ver mucho con la introspección; el silencio, la soledad. Por ejemplo, algo que me paso en una exposición en el museo metropolitano. Eran 30 piezas gran formato, y estaba en una entrevista y el entrevistador me dice: " bueno Maricela, me podrías explicar, *¿Por qué las 30 piezas de mujeres tienen los ojos cerrados?* Y yo "woooow!!" No sabía!! Me acababa de enterar

que todas las modelos tenían los ojos cerrados. Quizá porque todas las modelos eran rodeadas de peces y la idea era que los peces simbolizaban sueños, anhelos,, ideas, sentimientos emociones, pensamientos. Eso era lo que representaban para mi los peces en la cabeza entonces todo eso, como que tiene su universo dentro de uno entonces hasta para el momento que uno cierra los ojos hasta para hacer una oración, para dar un beso, para degustar algo, hasta para poner atención en un sonido, o una música , tiene que ver como si se agudizaran más los sentidos para poderle dar una Mayor exploración a los demás sentidos. Se dice que el 80 o 70% de la información que recabamos entra por nuestros ojos y después los demás sentidos. Te has fijado que las personas que pierden la vista agudizan los demás sentidos?. También cuando me preguntas por qué peces, porque flores, aves

No tengo una razón en particular. Como que dentro de mi, de mis sueños, metáforas, de mis simbolismos tal ves simbolizan eso, emociones.

Eso transmites.

Cuando llegué aquí a Monterrey, yo nunca había visto el paso de la mariposa monarca fue un fenómeno para mi, que me volví loca, el día que vi una mariposa y dos grite, -¡Ay , que está pasando?!-





FOTOGRAFÍA EDNA DINORA

Fui hasta Michoacán a ver las mariposas de lo que me fascinaron, todavía no pintaba de esta manera y por eso las mariposas en mi calle. Llegó el grado de que conseguí las asclepias que son las plantitas que buscan las monarcas, de eso se alimentan y es donde dejan sus larvitas y hacen las crisálidas. Yo las he tenido en mi terraza y he visto como se van transformando. Me enamoré de esa transformación y son del tipo de cosas que nos debemos ocupar, cuando llegue aquí a Monterrey hace 18 o 19 años, la cantidad de monarcas que pasaban era impresionante y ya me habían dicho, si hubieras visto las que pasaban hace 5 o 6 años, ya casi no es nada. En estas fechas, yo veo como esa cantidad a mermado cada vez son menos.

Pasan por el cañón del Huajuco, donde ya se hizo una autopista.

Desgraciadamente los humanos estamos invadiendo el espacio, la naturaleza de ellos.

Yo por ejemplo, me dicen unos amigos; oye vamos a ir en moto al santuario a ver a las mariposas monarca. les digo, ¿Para qué?, si no te invitaron. De verdad piensa, por que se fueron a ese lugar remoto, en algún lugar escondidas en el bosque, para que no las fueras a ver. No vayan,

es su santuario y como tal, debería de estar restringido el acceso pero somos irrespetuosos e irreverentes y curiosos, le damos en la torre a todo eso.

Con esto, finalizábamos esta increíble entrevista a una excelente pintora, pero antes de retirarnos, pasamos a la mesa,

donde estaban unos aperitivos que Maricela había preparado para nosotras y volvimos a charlar ya sin grabar, así, simplemente charlar de cosas más profundas y personales de la artista, las cuales le agradecemos.

Maricela, nos regaló una entrevista maravillosa y sumamente divertida. Llegamos a pensar que duraría una hora, sin embargo fueron casi tres horas y media de plática, donde nos compartió su trabajo, experiencia y anécdotas. Además, le agradezco intensamente los obsequios que nos dió al finalizar nuestra charla, que fueron tres de sus pinceles firmados por ella y uno de sus cuadros.

¿Qué tal?

[f /MaricelaDeLaTobaArtista](https://www.facebook.com/MaricelaDeLaTobaArtista)

[i @Mariceladelatoba](https://www.instagram.com/Mariceladelatoba)



FOTOGRAFÍA ELIZABETH ORTIZ

UNA NOVELA EXCITANTE

"Jimena luchó por su felicidad en cuanto se enamoró de Mariana"



ADQUIÉRELO:



@ordz.elizabeth



XV



A & J

\$750

CADA LETRA SOLAMENTE PINTADA

\$1500

CADA LETRA PINTADA CON LUZ LED

\$1800 CORAZON Y (&)

0%

DESCUENTO

A PARTIR DE

10 PIEZAS

RENTA

dependiendo la cantidad de letras es el costo un ejemplo 5 letras por \$1500 en todas las rentas se cobra un costo extra de flete, dependiendo el de tu evento. **se solicita un 50% de deposito para poder agendar tu evento.**

CONTÁCTANOS 8126685637 / 8110363763



DISEÑO & ILUMINACIÓN

PRODUCTOS "CURA TODO"

¿TE ES FAMILIAR?



R. JESICA PÉREZ MATEOS
INGENIERA BIOQUÍMICA INDUSTRIAL
UAMI



jesi_perez67



jesicaperez67



Pastillas que te curan el cáncer, la diabetes, cremas que te reducirán la cintura al “quemar la grasa” o bien te ayudarán a deshacerte de la celulitis para que puedas lucir una piernas envidiables en verano, hierbas para preparar un té el cual al beber todos los días en ayunas te harán perder peso sin necesidad de llevar una dieta saludable ni ejercitarte, y así podemos seguir nombrando varios ejemplos ¿te es conocido todo esto?

A juzgar por los spots con los que audazmente se anuncia este tipo de productos en todos los medios de comunicación, cualquiera podría pensar que son milagrosos. Y, en efecto, tendrían que serlo para curar de verdad alguno de los padecimientos antes mencionados. En la Antigüedad y sobre todo en la Edad Media, se suponía la existencia de una sustancia que podría curar todas las enfermedades. Hoy esta creencia mística se ha transformado en estrategia de mercado para promover productos milagro, que así se le conocen a todos estos productos que prometen darte un alivio casi de forma inmediata para todos tus problemas de salud.

Pero en la perspectiva de la medicina científica —la que se basa en evidencias— no existen ni los milagros ni las curas genéricas. Aun para una misma enfermedad, cada paciente requiere tratamientos específicos diseñados según sus antecedentes clínicos, constitución física, edad y predisposición genética.

Aun así en México sigue creciendo una lucrativa industria de productos y servicios fraudulentos con los que las autoridades sanitarias tienen que enfrentarse. El mercado de estos productos inservibles y hasta dañinos se calcula en cientos de millones de pesos en México. Quienes los venden no hacen inventarios, no llevan registros ni garantizan su eficacia con evidencias científicas.

La Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS) de la Secretaría de Salud (SS), y que su finalidad es proteger la salud de la población, en México tiene identificados más de 250 productos milagro, y están mal clasificados, ya que sus fabricantes suelen registrarlos (en el mejor de los casos, pues casi siempre se omite este trámite) como artículos cosméticos o suplementos alimenticios cuando en realidad son otra cosa.

Además de los medicamentos convencionales, las autoridades sanitarias reconocen otras tres categorías de productos:

- 1. Suplementos alimenticios**
- 2. Remedios y medicamentos herbolarios**
- 3. Fármacos homeopáticos**

Los productos milagro se pueden clasificar como suplementos alimenticios, remedios y medicamentos herbolarios, en cuyo caso no es obligatorio por la ley someterlos a las rigurosas pruebas de calidad, eficacia y seguridad que deben pasar los fármacos de patente. Incluso se pueden incluir en la categoría de artículos de belleza, perfumería o higiénicos.

Cualquier sustancia candidata a fármaco debe estudiarse en el laboratorio, después la sustancia

cómo lo absorbe el organismo, cómo lo elimina, evaluar dosis y discernir contraindicaciones. Sólo hasta concluir este proceso —**que demora unos 10 años, en promedio**— es posible solicitar el registro sanitario correspondiente.

En el extremo contrario, los productos milagro, por carecer de autorización o tener una inapropiada, pueden resultar inocuos en el mejor de los casos, o nocivos para la salud de quien los usa, pues no se conoce su composición química ni la manera en como actúa en el cuerpo humano y los posibles efectos en el mismo.

El daño de utilizar estos productos van desde los económicos ya que se estaría comprando un producto que no nos va a servir, hasta distintos niveles de riesgo sanitario el de autorecetarse y el de abandonar tratamientos médicos eficaces y dietas saludables para sustituirlos por el producto milagro, que puede enmascarar los síntomas y signos de trastornos graves que ameritan atención médica inmediata, sin olvidar el problema ético de enganchar a los pacientes con publicidad falsa.

Algunos activos presentes en estos productos además pueden mermar seriamente la salud de quien los consume ya que pueden dar efectos indeseables al organismo que pueden ir desde un simple dolor de cabeza hasta daños más severos que incluso podrían provocar la muerte.

En vista de las evidencias en contra, ¿por qué permanecen en el mercado estos productos fraudulentos? una de las razones principales (además de la credulidad del público y la falta de metodologías y presupuestos suficientes para investigación) es un marco jurídico insuficiente, que deja huecos legales de los que se aprovechan los productores y promotores para continuar con su negocio, sobre esto todavía hay mucho por hacer y legislar.

Debemos de recordar que no se puede confiar en toda la publicidad de productos que se ofertan en TV, revistas, redes sociales o internet y menos si prometen curar diversos padecimientos, incluso enfermedades crónicas como la diabetes.

Duda de páginas que hacen ventas por medio de depósitos bancarios, que no cuentan con un establecimiento fijo y que entregan los productos solo por paquetería o previa cita en un lugar público convenido.

No olvides que la COFEPRIS regula y otorga registro sanitario a los insumos para la salud que han comprobado científicamente su calidad y eficacia para el tratamiento de síntomas y enfermedades diversas.

En la página oficial de COFEPRIS puedes denunciar este tipo de productos y que la autoridad competente tome acciones de vigilancia sanitaria en favor de la salud de todos los mexicanos.

Ahora que conoces un poco sobre los productos milagro, ¿estás seguro que te tomaras las pastillas que te recomendó tu vecina para curarte de la úlcera gástrica? recuerda que tu salud es invaluable, cuidate y cuida a tus seres queridos.



ADOPTA UNA BANCO EN CENTRAL PARK, NUEVA YORK.

ELIZABETH ORTIZ

Desde 1986, el Central Park de New York tiene un programa llamado Adopt-A-Bench, o sea, adopte un banco, de los aproximadamente 9,000 bancos que tiene este icónico parque.

El precio mínimo que hay que pagar por la adopción de un banco en Central Park, es de 10 mil dólares, después de esto, hay que esperar ocho semanas en obtener la placa y la inscripción que usted haya escogido, ya sea dedicándoselo a sí mismo o a un ser querido

como detalle, amor o simplemente como regalo.

De paso, con toda esa contribución filantrópica ayuda a la conservación de esta obra artística de más de 150 años que es el Central Park.



FOTOGRAFÍA ELIZABETH ORTIZ

En Central Park existen diferentes tipos de bancos, pero los más populares en las áreas más visitadas o formales son los bancos de madera y hierro con antebrazos curvos diseñados para una feria mundial en 1939.

Estas frases que esconden historias, que hablan de personas, que relatan vidas (o tramos de ellas) están grabadas en placas de metal en más de 4.200 bancos del Central Park.



FOTOGRAFÍA ELIZABETH ORTIZ

PRENSA ACUARIO SE SOLIDARIZA CONTIGO EN ESTA CONTINGENCIA, EN DONDE LOS NEGOCIOS LOCALES QUE TENDRÁN GRANDE IMPACTO POR LA CUARENTENA.

ANÚNCIATE CON NOSOTROS DURANTE ESTOS DIFÍCILES MOMENTOS DE MANERA TOTALMENTE GRATUITA.



ENCANTIA SHOW



818-690-4590

LENOIZE & GABO GARZA.

ELIZABETH ORTIZ

El DJ Lenoize, originario de Bucaramanga, Colombia y el cantante Regiomontano Gabo Garza, se conocieron en las Lunas del Auditorio que se llevan a cabo en el Auditorio Nacional en la CDMX.

Ambos recién habían llegado a la Ciudad de México, y antes de los premios, aprovecharían para realizar un tour por los medios de comunicación de la ciudad, en espera de entrevistas, Gabo conversó un poco con el Manager de Lenoize creyendo dejarían la plática hasta ahí.

Al día siguiente ambos jóvenes se reencuentran en los premios para de ahí poder intercambiar cuentas de redes sociales y poder seguir en contacto.

A Gabo Garza le fascinaron los arreglos musicales de Lenoize, siendo justo ahí que decide contactar al manager del DJ Colombiano y planear juntos una colaboración en donde se mezcle el estilo electrónico del DJ Lenoize, con la balada y pop de Gabo Garza.

Cabe destacar que este nuevo tema, formará parte del disco

de Gabo Garza, en donde todo el disco contará una historia, haciendo que cada una de sus canciones cuenten una parte de ella.

Ambos chicos se encuentran emocionados por el próximo lanzamiento del sencillo de su colaboración, que a pesar de no revelar el nombre de su tema musical, están completamente seguros, será un agasajo para sus fans tanto mexicanos como colombianos.

Sin duda este tipo de mancuernas han sido de gran éxito en el mundo de la música, y sabemos que para estos jóvenes artistas no será la excepción.

Por ahora solo les podemos decir y pedir a todas y todos sus fans que aguarden para mediados o finales de mayo, para poder escuchar este nuevo sencillo que traen entre manos.





Prensa Acuario



**ANÚNCIATE
CON NOSOTROS**

publicidad@prensaacuاريو.com