

REUNIÓN M

M A G A Z I N E

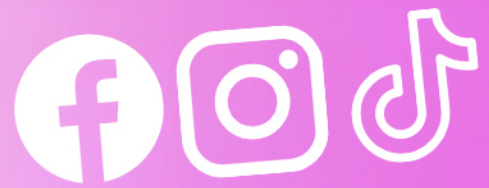


EDICIÓN 13 - ABRIL 2023

TANYA AGUIÑIGA

Artista, Diseñadora y Artesana

SÍGUENOS EN REDES SOCIALES



@reunionmmag

VISITA NUESTRO WEBSITE

www.reunionm.com



En esta edición

contenido

EN PORTADA

▶ Tanya Aguiñiga

EXPERTOS

▶ Claves para obtener ¡y mantener!
unas finanzas sanas: Inversiones

SALUD

▶ Mito o realidad: ¿la endodoncia duele?

MOTIVATE

▶ El matrimonio y la familia.

VIVE

▶ Allie

MEX I CAN

▶ Una Mexicana en India

CRÉDITOS Y AGRADECIMIENTOS

RED REUNIÓN M

AVISO LEGAL



EN PORTADA

Bienvenidos a la edición de Abril 2023 de Reunión M, presentando a

Tanya Aguiñiga



Tanya Aguiñiga nació en 1978 en **San Diego, California** y creció en **Tijuana, México**. Un artista, Diseñadora y artesana, Aguiñiga trabaja con materiales artesanales tradicionales como fibras naturales y colabora con otros artistas y activistas para crear esculturas, instalaciones, performances y proyectos artísticos comunitarios. Basándose en su crianza como ciudadana binacional, que diariamente cruzaba la frontera de Tijuana a San Diego para la escuela, la obra de Aguiñiga habla de la experiencia del artista de su identidad dividida y aspira a contar las historias más grandes y a menudo invisibles de la comunidad transnacional.

Aguiñiga comenzó su carrera creando instalaciones colaborativas con **Border Art Taller/Taller de Arte Fronterizo**, un colectivo de artistas que aborda política y la problemática de los derechos humanos en la frontera entre Estados Unidos y México. La artista co-construyó y durante seis años dirigió un centro comunitario en Tijuana, con el objetivo de llamar la atención a través de iniciativas artísticas sobre las injusticias que la comunidad local ha enfrentado.

EN PORTADA



Aguñiga ha mantenido este espíritu de activismo y colaboración comunitaria a lo largo de su carrera, pasando a crear muchas actuaciones e instalaciones que involucran la participación de otros artistas, activistas y miembros de la comunidad. En sus instalaciones, mobiliario y diseños de uso personal, Aguiñiga a menudo trabaja con **algodón, lana y otros textiles**, inspirándose en **Mesoamérica** tejido y formas tradicionales. En 2016, en respuesta a la profunda polarización fronteriza de EE.UU.-México, Aguiñiga creó **AMBOS (Art Made Between Opposite Sides) - Arte Hecho Entre Lados Opuestos**, una serie continua de proyectos que proporcionan una plataforma para artistas binacionales. Su proyecto inaugural de **AMBOS, Border Quipu**, usó hilos de tela de colores brillantes para crear quipu, - un sistema organizacional precolombina Andina -que registra los viajes diarios hacia y desde los Estados Unidos.

Tanya Aguiñiga tiene un **MFA** en diseño de muebles de la **Rhode Island School of Design** y un **BA** de la **Universidad Estatal de San Diego**. Es miembro de **United States Artists Target** en el campo de la artesanía y artes tradicionales, premio de la **Asociación Nacional de Artes y Culturas Latinas**, **Creative Capital grant awardee** y ganador de **Americans for the Arts Johnson** para artistas que transforman Comunidades. Ha realizado importantes exposiciones individuales en el **Smithsonian American Art Museum, Washington, D.C.** (2018); **Museo de Artes y Diseño, Nueva York** (2018); entre otros. Su trabajo ha sido incluido en exposiciones en **Annenberg Space for Photography** (2019) y **Craft and Folk Art Museum, Los Ángeles** (2018), entre otros. Aguiñiga vive en Los Ángeles, California.

EN PORTADA



Declaración del artista

Soy tijuanense primero, transfronteriza segundo y artista tercero. Mis padres todavía están en Tijuana, México, junto a la mayor parte de mi familia extendida. Considero a Los Ángeles parte del área metropolitana transnacional y me mantengo involucrada en lo que mi comunidad fronteriza y otras como ella enfrentan. En 2016 fundé Art Made Between Opposite Sides: Proyecto AMBOS, para documentar, investigar y abordar los problemas que enfrentan ambos lados de la frontera México-Estados Unidos a través del arte/ artesanía. A través de AMBOS, y de nuestro extenso trabajo a lo largo de la totalidad de la frontera, mis colaboradores y yo incluimos voces de personas que representan cada faceta de la frontera en un diálogo multinacional más amplio. Trabajamos para entender cómo el cerco físico impacta en la vida de las personas, cómo las políticas fronterizas de cada ciudad afectan vidas, cómo las nuevas llegadas de migrantes dan forma a las ciudades y cómo los migrantes son percibidos y recibidos/excluidos en cada ciudad. Día a día, aquellos directamente afectados por los cambios en la política fronteriza dependiendo de las condiciones locales, regionales, nacionales y la política internacional y los acontecimientos mundiales. Mi enfoque ha sido seguir siendo adaptable a los sistemas cambiantes y crear redes de colaboración para ampliar el impacto y el alcance de cualquier iniciativa. Fronteras, migración, y la seguridad son todos los aspectos de la sociedad en los que cada ser humano está implícito, ya sea directamente o sin darse cuenta a través de sus elecciones cívicas, ambientales/consumidoras.

Estas vistas crean un marco para mi práctica, donde las personas más directamente afectadas por las políticas fronterizas actuales están en el centro (núcleo), rodeadas de aquellos que trabajan con temas de migración (comunidad) para que

EN PORTADA

podamos compartir recursos y mejorar la eficacia del proyecto, así como ampliar nuestros conjuntos de herramientas en nuestros propios campos respectivos, seguidos por aquellos que rara vez piensan que sus vidas están conectadas con las fronteras y la migración (público). Trato de mediar sistemas laterales donde el poder se distribuye más equitativamente entre los 3, por lo que los proyectos se convierten en catalizadores del cambio.

Mi estudio funciona como un espacio seguro para las mujeres/femmes, y comunidades BIPOC y LGBTQ para que unidos aprendan cómo administrar un pequeño negocio basado en el arte y crear trabajos juntos que aborden las necesidades de nuestras comunidades en una estructura no jerárquica. Las obras realizadas y vendidas por mi estudio, apoyan iniciativas comunitarias más grandes que se enfocan en la inmigración, la equidad, los derechos de las mujeres y los problemas que enfrentan nuestras comunidades colectivas. En el pasado, esto ha incluido trabajar con comunidades indígenas en Estados Unidos/México, sobrevivientes de violación en ciudades universitarias, poblaciones sin hogar y jóvenes desatendidos en Los Ángeles.

A medida que las políticas fronterizas /migratorias se volvieron cada vez más inhumanas durante la administración Trump, el procesamiento/compartir y continuar el trabajo de promoción en la frontera entre EE. UU. y México se volvió más urgente. Desde entonces, gran parte de mi trabajo ha explorado la comprensión de los aspectos psicológicos, políticos y el impacto de la política fronteriza en las experiencias de vida de las personas para encontrar formas de convivencia en la frontera comunidades que restauran la justicia, la comprensión y brindan oportunidades de curación a todos los que están directamente impactados por la política fronteriza a través de la artesanía.





Claves para obtener *iy mantener!* unas finanzas sanas: Inversiones

¿Qué pensamientos vienen a tu mente cuando digo «**inversiones**»? Quizás seas de los que piensa que invertir es una actividad exclusiva para la gente millonaria. Pues bien, en este espacio pretendo convencerte de que la inversión no solamente está al alcance de tu mano, sino también de que es una actividad que, desde el punto de vista de unas finanzas sanas, es altamente recomendable iniciar. Y entre más pronto, mejor.

Muchos de nosotros hemos crecido con consignas del tipo: ahorra para el futuro. No obstante, un ahorro pasivo perderá parte de su valor con el paso del tiempo. Si el día de hoy tomas de tu salario 500 pesos y los guardas debajo del colchón para el futuro, lamento informarte que, en un par de años, esos mismos 500 pesos no te servirán para comprar lo que hoy en día puedes adquirir; ese es el efecto de la inflación. **¿Existe, pues, alguna manera de impedir que nuestros ahorros se deprecien?** La buena noticia es que sí la hay, y es ahorrar invirtiendo.

Ahorrar con una meta es mejor que ahorrar por ahorrar. No obstante, debemos tomar en cuenta que un objetivo debe tener las características normales de cualquier otra meta, ya que las financieras no funcionan de manera independiente. Ésta debe ser **medible, alcanzable y específica**; esto es, conocer sobre qué voy a ahorrar y establecer una temporalidad, ya que si no definimos este límite nuestras acciones y esfuerzos se pueden diluir en la procrastinación.



¿Qué son las inversiones?

Comencemos por una definición de manual. De acuerdo con el portal de **BBVA**, «invertir es el proceso de comprar activos que aumentan de valor con el tiempo y proporcionan rendimientos en forma de pagos de ingresos o ganancias de capital». Es como cuando se nos aconseja que, en vez de tener nuestros ahorros en una cuenta bancaria, los empleemos en adquirir terrenos o casas que, con el tiempo, aumenten su plusvalía, y entonces obtengamos con su venta un importe mayor que el que nos costó. Las inversiones son algo similar, con la gran diferencia de que podemos optar por ir recibiendo esa ganancia mes con mes.

¿Qué es lo que busco en una inversión?

Existen tantas, pero tantas formas de inversión, que con frecuencia nos sentimos abrumados con el tema, especialmente cuando nos sentimos «atrasados» por no invertir, aunque no nos queda en nuestro presupuesto ningún extra para hacerlo. Es posible que, en conversaciones con personas neófitas en el tema, escuches frases del tipo: «acabo de poner mi dinero en Cetes», o «Ya compré bitcoins». En particular, recientemente escuché a una amiga expresarme que había comprado acciones de un restaurante (que ni es de ella ni conoce nada del tema, pero ella «invirtió» su dinero). Por tal motivo, quiero enseñarte en este capítulo un poco sobre inversiones

En un número anterior de esta publicación expliqué la utilidad de realizar un presupuesto de tus ingresos y egresos; si se hace de manera adecuada, es posible destinar ya sea una cantidad fija, o bien, un porcentaje de tu salario ya sea para comenzar un ahorro para el retiro, para alcanzar una meta a corto o mediano plazo, o para invertirlo en un portafolio diversificado que te genere dividendos que apoyen tu economía actual. ¿Qué tan grandes o pequeños serán dichos dividendos? Eso dependerá de muchas variables, las cuales explicaremos a lo largo de este artículo.



Glosario del Inversionista

Antes de adentrarnos en el tema quiero compartir contigo conceptos básicos muy importantes que es necesario comprender a profundidad para no perdernos en el mundo de los inversionistas.

A los recursos monetarios con los que se cuenta se les llama capital.

A las ganancias inherentes a la inversión se les llama rendimiento.

Al dinero que podrías perder, se le denomina riesgo.

- **Inflación:** Aumento sostenido y generalizado de los precios de los bienes y servicios de un país.
- **INPC:** mide la variación de los precios de la canasta básica.
- **PIB:** Valor monetario de los bienes y servicios producidos en una economía en un periodo determinado.
- **IPC:** refleja cuánto ganó o perdió la bolsa mexicana de valores en una jornada.
- **Divisas:** Se denomina así a cualquier tipo de moneda: peso, dólar, euro, libra, franco, etcétera.

¿Cómo saber cuál inversión debo elegir?

Para determinar la respuesta a esta cuestión es importante conocernos primero; por mucho que no nos gusten las etiquetas, es imprescindible identificarnos en alguno de los tres tipos de inversionistas. El primero de ellos se denomina **Conservador**; éste es el que realiza primordialmente actividades bursátiles que conllevan a rendimientos modestos con muy poco -o nulo- riesgo, tales como los CETES. El segundo tipo es el **Moderado**; aquél que busca rendimientos ligeramente por encima de la tasa libre de riesgo y que está dispuesto a asumir pérdidas no muy cuantiosas. Y, por último, el **Agresivo**, denominación que se da a aquellos inversores en su mayoría jóvenes y -comúnmente- solteros, que cuentan ya sea con una solidez económica o un salario elevado, y que buscan constantemente los más altos rendimientos, dispuestos a asumir los riesgos necesarios.



Definido lo anterior, y teniendo claro lo que deseas hacer de acuerdo con tu situación particular (cuánto puedes esperar, qué riesgo puedes tomar y en qué etapa de tu vida te encuentras), es importante ubicarse dentro de alguna de estas categorías, con el fin de que puedas determinar el tipo de inversión que mejor te acomoda. Posteriormente puedes iniciar con la elección de tu portafolio de inversión de acuerdo con los siguientes parámetros:

- ▶ **Inversión Conservadora:** si deseas que tu dinero genere rendimientos con un bajo riesgo, la opción indicada es la deuda gubernamental, es decir, abrir una cuenta de CETES, o bien, contratar Pagará Bancarios; estos últimos por lo general son ofrecidos por tu banco, en donde fácilmente, y a través de la aplicación bancaria, puedes instruir sobre tu dinero para dejarlo a plazos que van desde treinta días hasta un año. Aunque esta es la forma más segura de invertir, también es la que da menor rendimiento, y en el caso de que los contrates a través de un intermediario, deberás añadir el pago de las comisiones por manejo.
- ▶ **Inversión Moderada:** nos referimos al Mercado de Capitales, es decir, compra y venta de títulos, obligaciones y certificados bursátiles, así como acciones. En esta opción, el riesgo es un poco más elevado, puesto que dependiendo de cómo le vaya a la empresa en la que inviertas se desprenderá que tu dinero crezca, o bien, tenga minusvalías. Uno de los lugares para llevar a cabo este tipo de inversión es en la Bolsa Mexicana De Valores, donde tendrás un intermediario que te apoyará en la toma de decisiones respecto al mejor manejo de tus operaciones bursátiles.
- ▶ **Inversión Agresiva:** el siguiente nivel es el Mercado de Derivados; en esta opción, el precio de la inversión no se fija por sí mismo, sino que, más bien, depende de un activo subyacente, por ejemplo, el petróleo, las divisas, las materias primas, etcétera. En este rubro podemos ubicar las inversiones en el mercado mundial de divisas, también conocido como FOREX (acrónimo del inglés Foreign Exchange). Este puede denominarse como el mercado financiero descentralizado más grande. La actividad principal es comercializar con divisas extranjeras, cuyo precio varía cada momento, lo que se le conoce como fluctuación del día; estos pequeños movimientos son los que hacen que se pueda ganar o perder en la compra y venta.

Para este tipo de inversiones existen corredores o agentes de inversiones que se encargan de estar «jugando», por llamarlo de una manera, con la compra/venta de divisas: cambian el monto de tu inversión a la moneda que elijas, y las ganancias dependen directamente de la habilidad de la persona que esté analizando tu inversión al hacer los movimientos en los momentos apropiados.



Dentro de este tipo de inversión también podemos encasillar la que, a mi juicio, es una de las inversiones con más riesgo que existen actualmente, que son las **criptomonedas o bitcoins**, un son un tipo de activo digital que funciona como una divisa financiera que ha tomado cierto auge en esta última década. En cada una de las reuniones a las cuales he asistido en los últimos nueve meses siempre sale a relucir esta palabra y, por supuesto, alguien que se cree experto en el tema. Los riesgos principales de esta moneda digital son, número uno, que no existe físicamente; número dos, que no están reguladas por ninguna entidad central, por lo que su valor depende directamente del mercado y éste puede subir y bajar drásticamente en pocas horas; y número tres que, al no estar respaldadas por una institución financiera, te verás en grandes complicaciones para recuperarlas en caso de ser víctima de algún fraude.

¿Cuánto tiempo debo dejar mi dinero en inversión?

Invertir es un tema de cierta complejidad y sobre el que existen muchos mitos, algunos negativos, otros en exceso optimistas. Con frecuencia he interactuado con clientes cuyo objetivo expreso es: «ahorrar para mi retiro; que me dé dinero; que no tenga riesgo; ganar mucho e invertir poco». Lamento aclarar, querido lector, que no es así como funcionan las inversiones. Debemos recordar una regla muy sencilla: mientras más rendimientos puedes llegar a obtener, el riesgo será equiparable al mismo, por lo que, a mayor riesgo, mayor rendimiento y viceversa. De igual manera, mientras más tiempo las dejes tendrán una probabilidad más elevada de darte un rendimiento mayor. Es como cuando siembras un bambú: al principio creerás que se secó, o tal vez puedas pensar que no fue la mejor decisión porque no ves cambios, más un buen día, de repente, crece, se desarrolla, se estira sin parar. En las inversiones es muy similar; por ello, además de saber elegir la herramienta de inversión adecuada, implica tener mucha paciencia para poder lograr un punto de equilibrio. **¡Mientras más tiempo lo mantengas, más crecerá!**

¿Busco iniciar un plan para el retiro?

Entre los muchos beneficios de las inversiones se encuentra que es una alternativa mucho más competitiva y que genera mejores rendimientos que una Afore; debido a ello, muchas personas las utilizan como un ahorro para la jubilación, un plan de retiro, o asegurarse un ingreso adicional al llegar a la edad adulta. No obstante, en el mundo bursátil no se puede tener todo; es por ello por lo que debemos elegir bien la respuesta a cada una de estas interrogantes para definir dónde pondremos nuestro dinero.

¿Puedo arriesgar mi dinero en esta inversión?

Es de suma importancia definir cuánto dinero puedes «olvidar» en esta inversión; es decir, que calcules bien cuánto tiempo puedes esperar sin hacer uso de ese capital, ya que al iniciar el proceso de inversión firmas un contrato que debes respetar; de lo contrario, puede generar muchas pérdidas por incumplimiento. Una inversión no es un ahorro del que puedas disponer a la hora que lo necesites; por ende, es importante verificar todo esto al momento de firmar tu contrato. Es de suma importancia que tengas muy claro en lo que vas a invertir; de esa manera no te llevarás ninguna sorpresa desagradable. Recuerda la frase que nos decían los abuelitos: **¡nada que sea tan hermoso puede ser realidad!**

¿Cuánto tiempo puedo tolerar el riesgo?

Solamente tú eres capaz de determinar hasta qué punto tolerarás arriesgar tu patrimonio. Identifica en qué etapa de tu vida estás y, con base en ello, decide el nivel de riesgo que puedes afrontar. Sobra decir que no es lo mismo hacerlo cuando está iniciando tu vida que cuando ya estás en edad de recibir.

¿Para qué me sirve invertir?

Existen muchos beneficios de hacer una inversión, pero considero que el más importante es que harás crecer tu dinero. Otro de los grandes beneficios de la inversión es que puedes obtener protección al mismo tiempo que generas ganancias; me refiero, por supuesto, a la inversión en los seguros. Los seguros con un componente de inversión generalmente son coberturas en las que una parte de ellas se puede manejar con mayor libertad. Por lo regular, las aseguradoras arman portafolios de inversión que adhieren a estos seguros para ofrecerlos a sus clientes, clasificándolos de acuerdo con su aversión al riesgo; no obstante, quien realmente asume el riesgo es la aseguradora y no tú; es por ello por lo que los considero la mejor manera de invertir, de que tu dinero esté protegido y tengas una inversión segura.

Considerando las facilidades que existen hoy en vía para promover la inversión y los grandes beneficios que conllevan, es verdaderamente lamentable que un gran porcentaje de personas no opten por este instrumento financiero.

¿Existe una inversión «ideal»?

Con base en mi experiencia, y con el fin de obtener mayores beneficios de una inversión, mi recomendación a la hora de invertir es diversificar. No es recomendable, como se dice coloquialmente, poner todos los huevos en una sola canasta; por lo tanto, mi consejo es que asignes un porcentaje distinto de los recursos que destines para inversión a distintos rubros. Diseñar una buena diversificación generalmente requiere un conocimiento más profundo de nuestras necesidades, de los rendimientos de cada opción y de dedicar tiempo a las actualizaciones de los montos totales invertidos; no obstante, actualmente existen modelos ya preestablecidos que se pueden adoptar, o bien, adaptar a tu propio estilo, tal como el famoso Modelo de Swensen, un portafolio diseñado por el inversor estadounidense David Swensen que reparte los recursos con porcentajes específicos entre bienes raíces, acciones en Estados Unidos, economías emergentes, economías en desarrollo, bonos del tesoro y bonos protegidos contra la inflación, con lo cual se protegen los rendimientos de manera global.



En conclusión, antes de decidir, por favor toma en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Lleva a cabo tu presupuesto personal y manténlo actualizado.
- Cuánto quiero ahorrar y durante cuánto tiempo.
- Define cuánto riesgo estás dispuesto a correr.
- Revisa bien las diferentes formas de inversión.
- Asegúrate de que pondrás tu dinero en manos de una institución reconocida y certificada.

- Sé fiel a tu meta y no desistas.
- Monitorea constantemente, por medio de tus estados de cuenta o aplicaciones, el progreso de tu inversión; esta es una forma de asegurarte que tu dinero sigue trabajando.
- Si al recibir una invitación te dicen que puedes ganar muchísimo, ¡cuidado! ¡Alerta!
- Debemos investigar muy bien a la empresa en la que invertirás, ya que con frecuencia se dan casos de que las personas solo prometen maravillas, y después de entregarles tu dinero nunca los vuelves a ver.
- La Condusef es un organismo donde puedes investigar la institución financiera que has elegido para invertir; de esa manera podrás corroborar si es un lugar seguro, si tiene quejas anteriores, o bien, si se trata de un fraude.
- Muy importante –**esta recomendación siempre la doy a mis clientes que desean aventurarse en el mundo de las inversiones con riesgos altos**–, ¿cuánto dinero tienes que «puedas» perder? Ese es el monto indicado para iniciar en este ámbito: **un monto que no te duela si no vuelve, y que no te afecte desprenderte de él.**

Alejandra Fernández Especialista en PPR

 81.1216.7534

 alefermx

 alefermx



MITO O REALIDAD: ¿LA ENDODONCIA DUELE?

Mi nombre es **Daniela Hernández Salazar** y soy originaria de Rio Bravo, Tamaulipas. Soy Médico cirujano dentista con Maestría en ciencias odontológicas con acentuación en endodoncia.

La Odontología para mí es una rama de la salud, muy noble y gratificante; ya que puedes ayudar a los pacientes de diferentes maneras, ya sea de forma funcional o estética.

Elegí la especialidad de endodoncia porque así puedo ayudar a los pacientes funcionalmente y quitarles molestias, mis pacientes pueden volver a comer sin sentir dolor. Soy la tercera generación en una familia de dentistas.

Los tratamientos de endodoncia tienen la reputación de ser dolorosos. Pero, en realidad, el dolor que se siente es causado por la infección existente en el diente, no por el tratamiento de conductos. La endodoncia se realiza para eliminar ese dolor.



DOLOR DURANTE EL TRATAMIENTO

La mayoría de las personas asocian el realizarse una endodoncia con mucho dolor e incomodidad. Sin embargo, la mayoría de la gente puede padecer algo de incomodidad durante y después de un tratamiento de conducto, no siendo normal el dolor excesivo.

La tecnología moderna y el uso de anestésicos locales hacen que este procedimiento sea rápido, seguro, sin dolor y una excelente manera de ayudar a salvar el diente natural.



SENSIBILIDAD DENTAL DESPUÉS DE UNA ENDODONCIA

La sensibilidad durante unos días después de haberse realizado una endodoncia es normal y existen varias razones para ello:

La encía alrededor del diente permanece hinchada o inflamada: a pesar de que se ha eliminado el nervio del diente, todavía existen nervios pequeños en los ligamentos y el tejido que rodea el diente. Cuando esta área está inflamada, estas terminaciones nerviosas también pueden presentar molestias.

Daño del tejido circundante con el instrumental: es posible que un instrumento dental utilizado para limpiar el conducto radicular haya dañado el tejido circundante sensible, siendo necesario el paso de los días para su completa recuperación.

Sellado temporal alto: Si el relleno temporal que se coloca antes de la restauración definitiva es un poco más alto que el diente circundante, puede causar que se muerda más fuerte en ese punto, lo que provoca dolor en esa pieza.

En la mayoría de los casos, la sensibilidad y la incomodidad asociadas con un tratamiento de endodoncia deben desaparecer en unos pocos días. Si no mejora, o si el dolor es severo o no se resuelve con medidas analgésicas, es importante acudir al odontólogo para valorar la evolución del tratamiento realizado.

Daniela Hernández Salazar

 @hernandezdentalclinic_rb



El matrimonio y la familia.

Parece ser que actualmente la palabra matrimonio es anticuada, poco aceptada.

Hoy en nuestros días, en los que las tasas de divorcio son alarmantes, el matrimonio asusta a los jóvenes, quienes viven esta era, en la que la ideología de la individualidad prevalece, dejando atrás el concepto tradicional de la familia.

No quiero parecer impositiva hablando de este tema y lo escribo con todo respeto hacia las personas que prefieren la soltería; solamente me gustaría compartirles mi experiencia de vida.

Me casé en los años 90s a los 24 años, siendo una profesionista con un futuro prometedor, en aquellos tiempos en los que se recomendaba disfrutar tus mejores años y desarrollarte en tu profesión; lograr independencia y ahora sí, casarte.

Yendo contra corriente (o al menos así lo sentía), acepté la propuesta de mi intrépido novio, nos casamos sin tener un futuro planeado, con nuestros sueños como patrimonio y como aval nuestro amor.





Fue así como iniciamos la aventura de nuestra vida juntos, nos casamos. Recuerdo, como si fuera ayer, la primera noche en nuestra casa de renta con apenas algunos muebles, nos dormimos abrazados soñando con nuestro hijo y nuestro futuro juntos. Pronto nos adaptamos a nuestra nueva vida, cocinábamos, hacíamos labores, reíamos y así pasaron los meses de embarazo.

El proceso de acoplamiento fue sencillo, acordamos siempre hablar con franqueza respecto a nuestros sentimientos y no guardarnos secretos.

Luego llegó nuestro primer hijo. Nos preguntábamos, ¿acaso era real? Nosotros, los jóvenes que hasta hace poco éramos románticos novios, ¿ahora éramos padres de esa pequeña persona que nos miraba con curiosidad y amor, aun sin conocernos?

Poco tiempo después, llegó la primera fiebre, la primera sonrisa, la primera caída. Pero siempre encontramos apoyo uno en el otro, creciendo en experiencia y asumiendo responsabilidades compartidas.

Y ese mundo de individualidad que conocíamos, se transformó rápidamente en amor y compromiso; y ya no era solamente ese amor hacia la pareja, había algo más, algo que fue creciendo en una forma imperceptible; así es, sin darnos cuenta, ya teníamos realmente una familia y, no era que no nos interesaban otras cosas u otras personas, pero nos cuestionamos: ¿por qué ir con extraños cuando tienes personas tan cercanas que te aman y necesitan de ti? Hicimos ajustes para dividir nuestro tiempo personal y de familia, siendo ésta siempre nuestra prioridad.

Y pasaron los días, meses y años entre cosas sencillas y cotidianas; una sonrisa, una mirada y todos, fuimos uno.

¡Ah! pero eso no es todo, porque luego el pequeño retoño quería un compañero de juegos y así es como llegó nuestro segundo hijo. Se duplican las risas, los ratos amenos y, no hay porque omitirlo, también las fiebres y los sustos.

Pero todo es tan perfecto. Días de sol, lluviosos, fríos, calurosos, nostálgicos, estresantes, pero todos ellos llenos de energía, vitalidad, y simplicidad, pues ya teníamos un excelente equipo cuyos valores principales eran el compromiso, el respeto y la solidaridad, todo por una sencilla razón, el amor.

Se me pasaba platicarles que ambos logramos realizarnos profesionalmente, por lo que creo que no es acertado, como muchos piensan, que la familia demerita o limita tus metas personales; por el contrario, la familia es el motor que alimenta tus proyectos y cuando te sientes triste o frustrado, sacas fuerzas para seguir adelante, con el apoyo de tu **“equipo”**.

Ahora estamos aquí, mi esposo y yo, luego de 28 años de matrimonio, aunque hemos pasado etapas emocionales difíciles, logramos superarlas respetando nuestro primer acuerdo de hablar con franqueza; nuestros hijos son adultos y empezamos a disfrutar esta nueva etapa de nuestras vidas.

Por ejemplo, un pequeño proyecto de remodelación de nuestra habitación nos hizo revivir el tiempo y el espacio en el que iniciamos. Mismo entusiasmo, sentimientos de esperanza, expectación de nuevos tiempos.

Así es que, en esta etapa de mi vida, puedo decir con orgullo que soy una persona anticuada que cree en el matrimonio y la familia como base de nuestra sociedad.

En la actualidad se promueven mucho los valores como la empatía, amor por los animales, los desvalidos; se priorizan los movimientos sociales, se promueve el individualismo, lo cual es totalmente válido, pero, no hay que demeritar el valor del matrimonio.

Sencillamente, a la vanguardia de los tiempos actuales, el concepto legal del matrimonio ha cambiado, pues ahora el Código Civil Federal lo define como: **“la unión libre de dos personas para realizar la comunidad de vida, en donde ambos se procuran respeto, igualdad y ayuda mutua”**.



Ahora bien, aplicado este concepto en la vida real, podríamos transformarlo en una bella experiencia, pues convivir voluntariamente con una persona como en este caso tu pareja y, si así lo deciden, tener hijos, educarlos, mantenerlos económicamente y guiarlos en su vida, te permitirá, en todos los aspectos de tu existencia, poner en práctica los valores que antes mencioné; ser empático, sociable, resiliente, solidario, humanitario, etc.

En conclusión, a las nuevas generaciones les digo: No teman apostar por una persona que les agrada, les divierte y vela por sus sueños; se preocupa por ustedes, les genera confianza y hace sencillamente todo más fácil, porque cuando menos se den cuenta habrán pasado la mitad de su existencia con esa persona que eligieron, disfrutando el camino de la vida con felicidad y plenitud.

Lic. Trinidad Flores

 [tfloresss1](https://www.instagram.com/tfloresss1)



Allie

Mi nombre es **Samantha Gonzalez** soy originaria de Sabinas, Coahuila, ya tengo muchos años que vivo fuera de Sabinas desde el 97, son ya bastantes años. He vivido en muchas ciudades, soy madre de 4 hijos, la mayor de 21, una jovencita de 16, un niño de 5 y una niña de 3.

He tenido en total 8 embarazos, menciono esto porque al mes que estoy redactando esto es el mes de octubre, **mes de concientización de pérdidas de embarazos e hijos bebés.** Y por esta razón les menciono mis 8 embarazos porque hubo pérdidas durante mis embarazos. Alejandra María fue uno de mis bebés que nació un poquito prematura a las 34 semanas de gestación y por esta razón estuvo en cuidado intensivos neonatales (NICU) y estuvimos con ella casi 3 semanas en el hospital y por cuestiones de su desarrollo y salud física, "Allie" (que así le decíamos nosotros) no pudo regresar con nosotros a casa. Por tercera vez perdimos a uno de nuestros hijos. Después de ella tuve otro embarazo a los 4 meses y volví a perderlo. Y después nació Matías y María Elisa que ahorita tienen casi 6 y 4.



NATIONAL
**PREGNANCY
 & INFANT LOSS**
 REMEMBRANCE DAY
 OCTOBER 15

Las pruebas fueron tremendas y afortunadamente la ayuda también.

En base a esa ayuda es que decidimos regresar mucho de lo que nosotros recibimos y se nos metió en la cabeza, la idea de iniciar un proyecto, este nace desde que mi hija estaba hospitalizada cuando estaba viendo toda la ayuda que nos daban de estancia, de prendas hechas a mano para mi hija, personal que da su tiempo con voluntariado y muchas cosas más. En mi cabeza comienza a pensar cómo hago para ayudar en Laredo, Texas, y estaba motivada a hacer algo y poner toda mi energía para ayudar a través de un proyecto. El proyecto se establece el 17 de marzo de 2015 unos meses después de la vida de Allie quien se convirtió en un ángel el día 5 de diciembre de 2014.

Cuando estábamos arrancando nos faltaba el nombre y yo quería que tuviera el nombre de mi hija y en esa primavera cuando estuvimos con ella, en cuidados intensivos en la ciudad de San Antonio, Texas estuvimos hospedándonos en la casa de Ronald McDonald, yo estaba viendo por la ventana y veo un cardenal. Al día siguiente ese cardenal lo veíamos en el mismo lugar y pues ahí estaba entre las hojas secas y su color rojo resaltaba. Así lo vi varios días. Le tomé una foto se la envié a mi esposo y fue cuando lo relacionamos con Allie y fundamos "Allie's Bird Project"; así fue como decidimos el nombre y el logotipo. Todas mis ideas se fueron en un embudo y fui escogiendo lo que quería estableciendo la siguiente misión.

Allie's Bird Project

A project for NICU babies



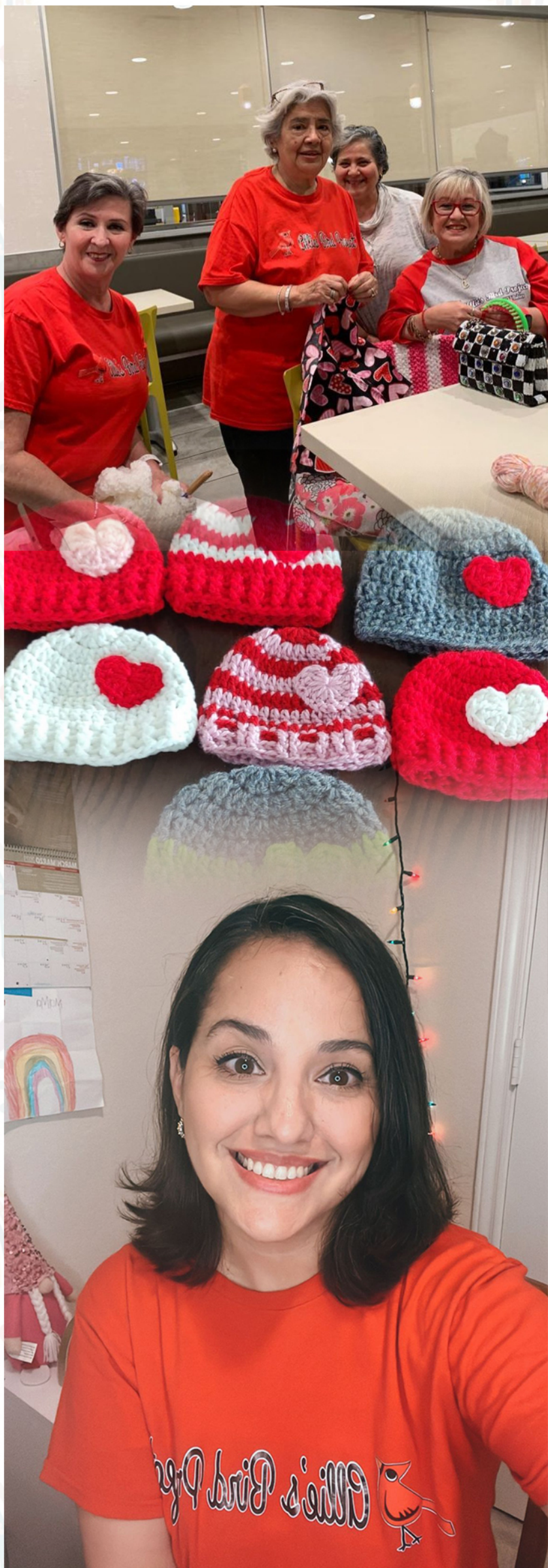
La misión de Allie's Bird Project es:

"Llevar un abrazo a las familias que se encuentran con bebés recién nacidos en cuidados intensivos a través de una pieza hecha a mano"



¿Por qué tiene que estar hecha a mano la pieza? Porque cuando yo estuve con mi hija y la primera vez que la vi con algo tejido (unos zapatitos tejidos con estambre) sentí la importancia de que alguien que no conozco hiciera esa pieza para mi hija. Sin saber quién era, sin planearlo y simplemente la persona lo donó y yo lo recibí. Eso para mí fue un consuelo, un abrazo.

Yo pienso que su vida fue un milagro, ella había nacido con tantos problemas que pienso lo increíble que es que sobreviviera esos días para conocerla y disfrutarla. Dentro de la dificultad que vivimos, aprendí a sanar el corazón con esta actividad.



Al día de hoy somos más de 15 mujeres apoyando y trabajando en este proyecto, donde entregamos a los 2 hospitales en Laredo colchas tejidas a mano, sábanitas, gorritos, zapatitos, y pues el mensaje para la gente es: **no importa donde estés, siempre que tengas un momento difícil, busca la manera de sacar lo mejor de esa prueba.** En el caso de las personas que están viviendo un duelo por la pérdida de un ser querido, yo los invito a que hagan algo en honor de esa persona, porque eso te ayuda a sanar. No importa en la comunidad que te encuentres siempre habrá alguien que necesita ayuda, tu vecinos o familiares, que están recién operados o quizá estén pasando por alguna otra situación. *Con el servicio encontramos el gozo de la sanación.*

Espero que este artículo te ayude a que te sientas apoyada, seas valiente y compartas tu historia ya que la pérdida de hijos durante el embarazo es más común de lo que te imaginas. Yo tengo 8 hijos, 4 hijos que corren en la tierra y 4 hijos que vuelan en el cielo.

Samantha González

 @alliesbirdproject
 alliesbirdproject



UNA MEXICANA EN INDIA

India, una cultura que me sacudió por completo.

Hola, mi nombre es **Karen Zamora**, soy originaria de un pueblo llamado Casimiro Castillo en el Estado de Jalisco en México, y por caprichos del destino hoy me encuentro viviendo en la ciudad de Mumbai, en India.

Después de cuatro años de relación, me casé con un ciudadano indio, el amor de mi vida. Durante nuestro noviazgo, él hizo cuatro visitas a México y yo hice dos a India. Llegó el momento de la verdad, cuando, después de casarnos a la usanza mexicana, regresábamos a India tomados de la mano. **Les tengo una noticia: visitar India y vivir en India no es lo mismo.**





Recuerdo cuando llegué a India, recién graduada, con una preocupación latente de mi futuro profesional, recién casada, cosa que jamás pensé hacer en la vida y enfrentándome a un mundo abismalmente diferente a lo que conocía. Una muchacha independiente, libre, responsable de sus decisiones, consciente de su libre albedrío, quien no sabía mucho acerca de dar explicaciones, ahora se encontraba en una sociedad donde la individualidad, el espacio personal y la toma de decisiones autónomas simplemente no estaban en el vocabulario. Cosas pequeñas pasaron al principio, como cuidar lo que debía de vestir, separarme de mi esposo en las fiestas e irme con mujeres con las que por falta de idioma no podía comunicarme, el cambio enorme en la gastronomía, y sobre todo, estar demasiado lejos de mi familia, de mi cultura y de todo lo conocido.

Mi esposo solía decirme, antes de que yo viniera a India, que cuando venías o la amabas o la odiabas, —no hay punto medio—, me decía. Sin embargo, para mí era difícil posicionarme, ya que, por un lado, podía ver lo majestuoso de la cultura, y por otro lado, la dificultad que representaba para mí vivir aquí.

India me sacudió. Me hizo cuestionarme quién soy, qué hago aquí, cuáles son las cosas importantes en esta vida y, sobre todo, puso a prueba mi fortaleza. Si te soy sincera, pasé alrededor de tres años sobreviviendo a India, en una incertidumbre abrumadora, de no saber quién soy, mucho menos a dónde ir. No se habla mucho sobre esto en las redes sociales, pero esa despersonalización en los expatriados es algo mucho más común de lo que pensamos.



Hoy, después de cuatro años de vivir en este hermoso país, dejé de sobrevivir a India, para empezar a vivirla. Amo y adoro sus mercados locales; aprender de su cultura a través del Ramayana, el Mahabharat y el trato diario con las personas, no sólo me ayuda a convivir mejor con mi realidad, sino que me enriquece bastante. India tiene lugares majestuosos, llenos de naturaleza, monumentos históricos, templos, mezquitas, Iglesias; playa, montaña, jungla. India lo tiene todo.

No te conté anteriormente, estudié **Letras hispánicas** en México y aunado a una certificación internacional, **hoy soy profesora de español como segunda lengua** y trabajo desde casa. Me he certificado como instructora de Yoga y disfruto mucho seguir aprendiendo de esta disciplina. Actualmente no tenemos hijos, pero no descartamos la idea.



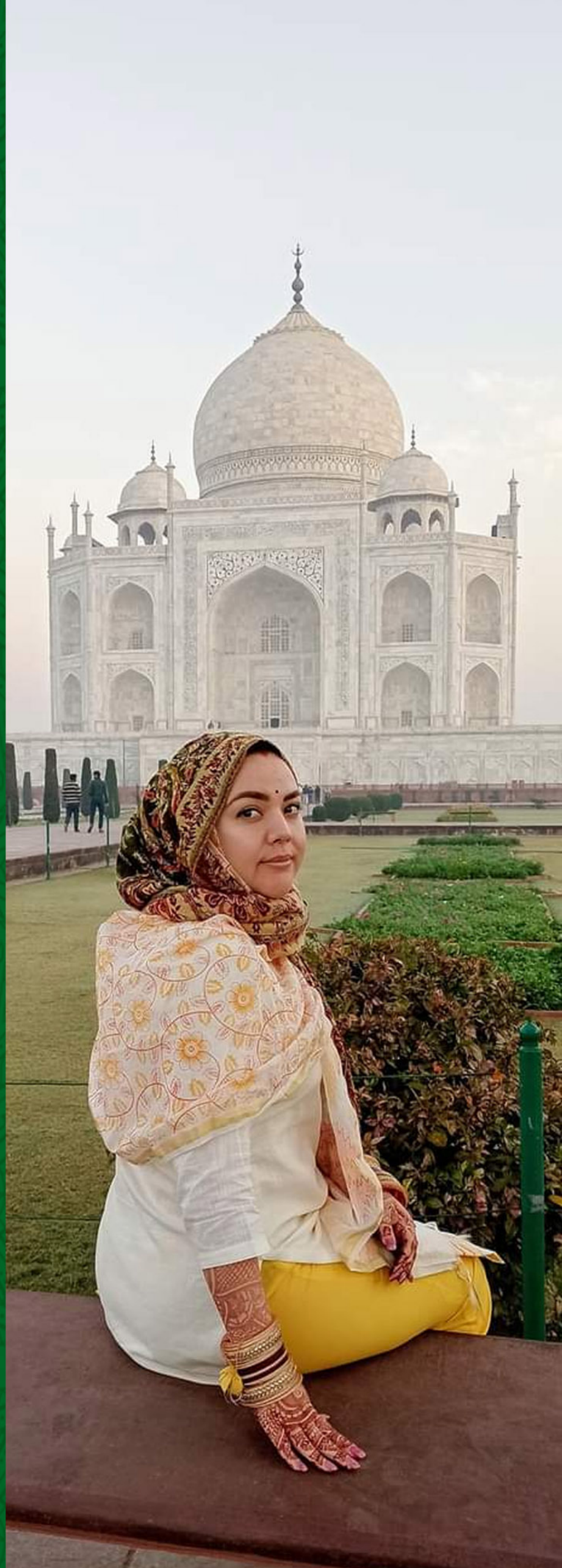
India me enseñó a aceptar que no todo depende de mí, y que la aceptación es a la vez una decisión muy simple y una capacidad muy difícil de poner en práctica, pero la mayoría de las veces es la mejor respuesta, si lo que buscas es paz. También aprendí que no soy un producto terminado, sino un ser humano en construcción, y que, algunas veces, nuestra mejor guía es la incertidumbre, ya que nos empuja a buscar(nos). India me sacudió, me transformó, y lo sigue haciendo.

No sé qué me depara el futuro, pero hoy por hoy siento que estoy donde tengo que estar. No porque ahora todo sea fácil o placentero, sigue siendo un reto, pero ahora sé que mis planes son limitados, mientras que los planes del Universo o Dios no tienen límite. Esta experiencia me ha dotado de una Fortaleza de la cual con toda seguridad carecía anteriormente. Sin embargo, gracias a esas vivencias un poco incómodas tenemos la oportunidad de transformarnos, de expandir nuestro potencial.

Esta es, a muy grandes rasgos y de manera muy general, la historia de una mexicana viviendo en India.

Quiero agradecer a Reunión M por invitarme a contar parte de mi historia en este bello espacio y les extiendo una felicitación por esta maravillosa iniciativa. Que sigan teniendo éxito.

Karen Zamora



COLABORA CON NOSOTROS

"Siéntete orgullosa de tu historia y compártela, no te imaginas cuántas mujeres pueden inspirarse y aprender de ella"

Si estás interesada en participar o conoces a alguien que podría participar en algún tema en nuestra próxima revista déjanos tu mensaje, tu idea o datos y nos comunicaremos a la brevedad.

¡Anímate a ser parte del efecto positivo!
contacto@reunionm.com

CRÉDITOS

Y AGRADECIMIENTOS

Staff

Dirección

Mauricio López

Instagram: @ask_mauritzio

Operaciones

Taydeé Ramírez

Instagram: @iamahappytay

Diseño Gráfico

Karen Martínez

Instagram: @changarro.mty

Edición, Ortografía y Estilo

Daniela Saade

Instagram: @danasaadeg

Scout de colaboradoras

Aida Durán

Instagram: @unamexicana_enirlanda

Carolina Sandoval

Instagram: @caromsr

Liz Lozano

instagram: @liz_lozanof

Sonia Salazar

instagram: @sony_salazar

Contacto e Información

Sandra Alvarez

Instagram: @sendy2308

Soporte en Foto y Video

Jesús Escalón

Instagram: @escalon.fotografia

Soporte en Website

Rousbelt Garza

Instagram : @roudamian

Colaboradoras

Alejandra Fernández *Instagram: @alefermx*

Daniela Hernández *Instagram: @danihersal*

Karen Zamora

Samantha Gonzalez *Instagram: @alliesbirdproject*

Tanya Aguiñiga *Instagram: @tanyaaguiniga*

Trinidad Flores *Instagram: @tfloresss1*

Fotografías Portada y En portada

Cortesía Tanya Aguiñiga

Fotografía de uso libre

Pexels

Y a todas las personas que contribuyeron de una forma u otra a la realización de esta edición.

RED M



SOFÍA GUERRERO

VOCAL COACH

 [vocalcoach_sofiaguerrero](#)



Lizett Lozano
Asesor inmobiliario

 811.230.1864

www.arwenhomes.com.mx



Cindy Villalobos

Asesora de Talento Humano

 cvillalobos@cindyvillalobos.com



PECA Joyería

Accesorios elaborados manualmente
tienda 100% mexicana

 [peca.joy](#)



Servicio de repostería

 Y queremos pastel.pastel.pastel

 [yqueremospastelpastelpastel](#)



Arte Integral

“Más que una pintura, una obra integrada a tu espacio”

 [veronicaelizando.art](#)



Servicio de maquillaje a domicilio

 [feresparza.mua](#)

 818.670.2495



Diseño de Páginas web,
Dominios y servicios de
Hospedaje

www.ingenioenlaweb.com.mx



Somos un equipo de apasionados
por la Fotografía y el Video

Atendemos eventos Locales
y de Destino



Posiciona tu marca y
aumenta tus ventas

Videos musicales, comerciales,
presentaciones, Animaciones,
logotipos, intros y más



Branding / Diseño gráfico / Diseño social

 [changarro.mty](#)

 [changarro](#)



📷 [naturista.lupitasalazar](https://www.instagram.com/naturista.lupitasalazar)



Nutricion con Cecy

Nutrióloga / Trofóloga / Maestra de Yoga

📘 **Nutricion con Cecy**
☎ 811.299.8270



Consultoría nutricional profesional para todas las etapas de la vida

📷 [nutricionsaludparatuvida](https://www.instagram.com/nutricionsaludparatuvida)
📘 **Nutricion salud para tu vida**



Constelaciones Familiares y Sistémicas

Terapias breves para resolver diversos tipos de problemas

📷 [diamluz](https://www.instagram.com/diamluz)
☎ 1(925)448 5043



Desarrollo de talleres y pláticas dirigidas a la salud mental y el desarrollo humano.

📘 **Psic. Gabriela Ramírez**
📷 [psic.gabyramirez](https://www.instagram.com/psic.gabyramirez)



Disponible en **amazonkindle**



Llevamos amor a más familias que pasan una situación difícil

“Somos más los buenos”

☎ **Casos de ayuda**
81 35 85 24 39

Donaciones
81 15 13 71 94

📘 **Color Esperanza Mty**

SARO

Asociación benéfica privada
Asesoría y juicios gratis

“Nuestra labor principal es la ayuda legal”

📘 **SARO**
📷 [saro_abp](https://www.instagram.com/saro_abp)



📘 [cupcakesaaiko](https://www.facebook.com/cupcakesaaiko)
📷 [asaikocakes](https://www.instagram.com/asaikocakes)

Se parte del círculo de confianza.
Para aparecer en la siguiente edición, informes a:
contacto@reunionm.com

AVISO LEGAL

La responsabilidad de los conceptos que se publican es íntegramente del autor y la Revista Reunión M no asume ninguna por ellos.

Los autores autorizan a la Revista Reunión M, la publicación de sus manuscritos, incluyendo la publicación en internet y redes sociales.

Todos los textos incluidos en la revista Reunión M están protegidos por derechos de autor. Conforme a la ley, está prohibida su reproducción por cualquier medio, mecánico o electrónico, sin permiso escrito del autor y los editores.

© Copyright Reunión M. Todos los derechos reservados.

¡APOYEMONOS ENTRE NOSOTRAS!

COLABORACIONES
PROMOCIONES
NETWORKING

contacto@reunionm.com

o envía mensaje directo en nuestras redes sociales

RED **M**

REUNIÓN M

MAGAZINE



@reunionmmag