

LA OLA

Edición No. 207 • Colombia

CARIBE

Shakira

Apoteósica en
Río de Janeiro

La versatilidad de

FAUSTO CHATELLA

Dejando huella

Carla Celia

Eva Morán

Karina Llanos

Érika Rohenes

Carlos Mario Martínez

Productor internacional
de eventos corporativos

"Mi vida en recetas" de

Silvia Abello

Sharon Acosta

*Reina del Carnaval de los
Niños por siempre*

mamá

merece Buenavista

Por tus compras superiores a \$200.000
gánate un cupo para nuestro taller

arreglo de flores con Andrea Mejía,
Diseñadora de eventos.



Viernes
22 de mayo



5:00 p.m.

Realiza tu inscripción:  301 5534551

Consulta nuestra programación de mayo

www.ccbuenavista.com

Buenavista
CENTRO COMERCIAL BARRANQUILLA



3 RAZONES

POR LAS QUE **ZOFIA**
ES LA OPCIÓN MÁS
ACERTADA PARA UBICAR
TU NEGOCIO.



ACÁ TE CONTAMOS ↓



1. Lotes Urbanizados:
Espacios desde 1.000 m²
en ZOFIA Zona Franca,
listos para venta y
arriendo, con opción
de compra.



2. Operación sin interrupciones:
Servicios públicos garantizados
y disponibilidad 24/7,
asegurando que tu negocio
funcione sin interrupciones.



3. Entorno Seguro:
Seguridad y tranquilidad
en un espacio privado
con infraestructura
moderna y controles
rigurosos.

¡LLEVA TU NEGOCIO AL SIGUIENTE NIVEL!

**PRESENCIA A
NIVEL NACIONAL**

Contáctanos

300 7031111
300 8910748


 **ZOFIA**
ZONA FRANCA INTERNACIONAL DEL ATLÁNTICO


LA OLA


CARIBE




Ver edición anterior en
laolacaribe.co

 @laolacaribe

 @laolacaribe

 @LaOlaCaribe

PUBLICIDAD

 57 (5) 310 440 5234

PORTADA



MODELO

Sharon Acosta

FOTO

suministrada por **Jazmín Tobón, madre de la Reina del Carnaval de los Niños 2026.**

Diseño de **Rafael Ballestas**

DIRECTORA

Loor Naissir

directora.laolacaribe@gmail.com

EDITORA

Valeria Naissir

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Dayana González

creativos.laolacaribe@gmail.com

CONTACTO

laolacaribe.com@gmail.com

COLABORADORES

Roque Herrera

Laura Amarís

Emiluz Jaraba

Ana Luz Suárez McCausland

EDITOR CULTURAL

Jorge Serrano Sanmiguel

8

Shakira
Apoteósica en Río

20

La versatilidad de
Fausto Chatella

26

"Mi vida en recetas"
de Silvia Abello

34

Carlos Mario Martínez
Productor internacional de eventos corporativos

42

Revistas
Entre la persistencia y el olvido

46

En portada

Sharon Acosta
Reina del Carnaval de los Niños para siempre

58

Eduvilia Uriana Pushaina
periodismo étnico visionario

60

Qué hacer cuando uno de los hijos hereda el temperamento de la madre



**¡COMPRA
TU TIQUETE
FÁCIL,
RÁPIDO Y
SEGURO!**



Lo puedes hacer a través
de nuestra página web,
www.expresobrasilia.com
llamando al Contact Center



☎️ **320 5020000**
☎️ **018000518001**

y en nuestras agencias
en todo el país

MEDIOS DE PAGO:



CÓDIGO QR



TRAJETA DÉBITO
Y CRÉDITO



EFFECTIVO



**expreso
brasilia**
Viajando con tus sueños



Maternidades reales

Loor Naissir

Durante mucho tiempo se nos vendió una idea muy concreta de lo que debía ser una madre. Debía casarse con un hombre que la amara. Una imagen casi perfecta, difícil de sostener en la vida real. Lo que no encajaba en ese molde quedaba en segundo plano, como si fuera una excepción. Pero ya no es así. Lo que antes se veía como distinto hoy forma parte de lo cotidiano. Y no debería seguir generando explicaciones ni defensas. Nadie tendría que justificar cómo una mujer llegó a la maternidad o por qué su historia es diferente. Desde hace algunos años es evidente: la maternidad no es una sola. Aunque todavía haya quienes intenten encasillarla, la realidad va por otro lado. Están, por ejemplo, las madres solteras, que crían sin manual y sin descanso. Las adoptivas, que aprenden a amar sin condiciones, sin haber

pasado por el embarazo. Trabajando en El Heraldó entrevisté a varias parejas que no podían tener hijos y que adoptaron, a través del Bienestar Familiar y también en centros privados. No solo uno, sino dos. Los he visto crecer sanos, queridos, seguros. Recuerdo también a una pareja de mujeres que conocí cuando recién llegué a Barranquilla. Diseñaban ropa de fiesta. Me hablaron de su hijo, un niño de unos seis años, a quien habían adoptado desde recién nacido. Cada vez que volvía, me mostraban con orgullo sus avances en el colegio. Estaban convencidas de que sería futbolista; le fascinaba patear el

balón apenas llegaba a casa. Años después, una de ellas murió de cáncer. La otra dejó de coser, pero siguió en esa casa amplia donde la vida había tomado tantas formas. Allí creció ese niño, que no fue deportista, sino administrador de empresas. Montó su negocio en la misma casa, quizá para mantenerse cerca de todo lo que lo había hecho quién es. Nunca ocultó su historia: decía, con naturalidad, que tenía tres mamás. La que lo engendró, que siguió presente, y las dos que lo criaron. Hace poco murió su otra madre adoptiva. Él heredó la casa, una profesión y algo más difícil de nombrar: un amor sin



LA OLA CARIBE

límites, que hoy vuelca en su propio hijo.
¿Eso no es amor?

Afortunadamente, la Corte Constitucional aprobó recientemente la doble licencia de maternidad en parejas del mismo sexo, reconociendo que la igualdad y la dignidad no admiten interpretaciones restrictivas cuando está de por medio el bienestar de un niño.

También están las mujeres que llegan a la maternidad más tarde, no porque "se les haya pasado el tiempo", sino porque eligen cuándo hacerlo. Hoy pueden decidir, incluso, congelando sus óvulos.

Y hay muchas otras formas de ser madre que no siempre tienen nombre, pero que existen todos los días.

Ser madre, en estos tiempos, tiene más que ver con sostener que con cumplir expectativas.

Con estar, incluso cuando todo cambia. Con hacer lo mejor posible, aun sin garantías.

Por eso, más que hablar de "nuevas maternidades",

habría que hablar de maternidades reales. Sin adornos. Sin comparaciones. Sin esa necesidad constante de medir si se está haciendo bien o no.

Porque, al final, más allá de las formas, todas comparten algo: el esfuerzo silencioso de ver crecer y hacer felices a sus hijos.

Y eso, en cualquier versión, es lo que importa. 



MATRÍCULAS
ABIERTAS



ESTUDIA CON NOSOTROS

UNISIMÓN

VIRTUAL

**PROGRAMAS
100% VIRTUALES**

ESPECIALIZACIONES

Gerencia de Proyectos de Transformación Digital

SNIES: 117448 - Res. 21473 de 18-nov-2024 - 2 semestres

Economía Circular y Gestión Eficiente de Recursos

SNIES: 117379 - Res. 19217 de 29-oct-2024 - 2 semestres

MAESTRÍAS

Ciencia de Datos

SNIES: 116567 - Res. 24115 de 14-dic-2023 - 3 semestres

Inteligencia Artificial

SNIES: 117267 - Res. 15771 de 17-sep-2024 - 3 semestres

Línea de atención al usuario

 **318 281 9458**

PBX: **605 - 316 0932** Ext **1870**

informacionposgrados@unisimon.edu.co

www.unisimon.edu.co

Posgrados

ESPECIALIZACIONES MAESTRÍAS DOCTORADOS

 **UNIVERSIDAD
SIMÓN BOLÍVAR**

BARRANQUILLA Y CÚCUTA - COLOMBIA | VIGILADA MINEDUCACIÓN




Res. 015867 - Mineducación

LA OLA
CARIBE

El poder de la música de
Shakira

Qué orgullo destacar a nuestra estrella del pop mundial, Shakira: rompió récords con su multitudinario show gratuito en las playas de Copacabana, en Río de Janeiro. Deleitó al público durante dos horas con todos sus éxitos. Cumplió... a pesar de que poco antes su padre, William Mebarak, había padecido una isquemia cerebral y estaba en cuidados intensivos. Fueron casi tres millones de personas las que apreciaron su presentación de "Las Mujeres ya no Lloran Tour". Cantó temas de su último álbum y de trabajos anteriores, además de compartir escenario con figuras como Caetano Veloso, Maria Bethânia y Anitta, con quien recientemente estrenó una colaboración. La misma Shakira describió el evento como "inolvidable y escalofriante", al reconocer ese sábado 2 de mayo el poder de la música.





La cantante agradeció en sus redes sociales a todas las personas que llegaron hasta el lugar para presenciar el espectáculo en el que cantó, bailó y se dirigió al público. “La belleza de Copacabana nos recuerda lo que realmente importa y el secreto es estar presente, valorar lo que está frente a nuestros ojos. Contemplar el mar, la playa, la montaña, sentir el sol en nuestra piel, la brisa. Porque de eso estamos hechos”. Durante el concierto, la artista barranquillera reconoció el trabajo de las mujeres que cuidan solas a sus hijos: “En Brasil hay más de 20 millones de madres solteras... y yo soy una de ellas”. También dedicó palabras a su equipo y a quienes trabajaron día y noche para sacar adelante una producción de esta magnitud. Más allá de los récords, lo que quedó en Copacabana fue la confirmación de algo simple y poderoso: cuando la música es verdadera, no solo se escucha... se siente y une a millones. 🎵

**¡COMPRA TU TIQUETE
FÁCIL, RÁPIDO Y SEGURO!**

Lo puedes
hacer a través
de nuestra
página web,

unitransco.com

llamando al 
Contact Center

**300 9109669
018000518002**

y en nuestras agencias
en toda la Costa Caribe.



MEDIOS DE PAGO:



CÓDIGO QR



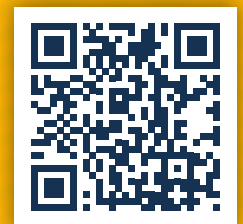
TRAJETA DÉBITO
Y CRÉDITO



EFFECTIVO



UNITRANSCO



Carla Celia

Con cada amanecer empieza de nuevo



Con música. Con memoria. La conocí en mis años de periodista en El Heraldo y he sido testigo de sus pasos, como de los de su madre Cecilia Martínez Aparicio en el voluntariado 'Ayudemos'. También recuerdo a su padre, don Antonio Celia, industrial respetado y hombre de fina prosa, que escribía sobre la memoria y los ancestros italianos. Algo de esa sensibilidad —por la historia, por la nostalgia— también parece haberse quedado en Carla. Cuando anunció su retiro de la dirección de Carnaval de Barranquilla, no fue una despedida fría. Fue el cierre de una etapa que vivió intensamente. Fueron once años.

Y no pasó por ahí: lo sostuvo. Había llegado para el Carnaval de 2010, y desde entonces el trabajo fue constante. No solo organizar la fiesta, sino ampliarla, cuidarla, proyectarla. Programas para los hacedores, estímulos, formación, nuevas formas de participación. En infraestructura: el Museo del Carnaval, la Sala Interactiva, el Centro de Documentación en la Casa del Carnaval. También llegaron eventos que hoy parecen de siempre: Baila la Calle, el Semillero, la Noche de Orquestas y otros se fortalecieron hasta recibir reconocimientos internacionales. Trabajó en los detalles. En las carrozas, por ejemplo, con la Fábrica de Carrozas, formando nuevos maestros. En los artesanos, con Carnaval Hecho a Mano. En la memoria, con el

Antes de que el sol termine de acomodarse sobre Barranquilla, la arquitecta y pintora Carla Celia ya está despierta.


Revisa el celular, lee las noticias, se alista, pero antes de salir, escoge una canción. La pone. Y baila. Guaracha, merengue, música tropical, de esas que saben a fiesta como "Ay currucuchucu", "Ají picante", "El perro de

Juanita", "Los sabanales"... Y hasta bailó en una calle de Madrid con un espontáneo. Es que ella es música. En sus redes, esos momentos de alegría y sabor se han vuelto casi un ritual: cada día le rinde homenaje a un compositor distinto, como si encendiera una vela en su memoria. Así arranca.

Plan Especial de Salvaguarda. Los grupos crecieron. Los disfraces también. Hubo apoyo, estímulos, premios como Vida y Obra. Se abrieron espacios para la fotografía, el periodismo, el diseño. El Carnaval empezó a hablar en más lenguajes. Y salió al exterior. A 25 países. Se creó una red de carnavales del Caribe. Barranquilla empezó a sonar distinta, a verse distinta, a ocupar un lugar más claro en la industria cultural. Después vino uno de los momentos más difíciles: La pandemia obligó a reinventarlo todo. Y el Carnaval se fue a lo digital, a la televisión, a formatos que nadie tenía previsto. No fue lo mismo, pero llegó a millones de casas. Carla también impulsó la reactivación con el Festival de Artes Escénicas, la tienda del Museo, una programación durante todo el año. La idea era clara: que el Carnaval no fuera solo unos días, sino un proceso vivo. Pero su historia no se quedó en la gestión. También hubo algo que se le atravesó sin aviso: un cáncer. Y no fue un paréntesis menor. Fue una sacudida. Lo vivió como vive todo: acompañada, creyendo. Aferrada a su devoción a San Gregorio Hernández, en quien encontró una forma de sostenerse con



una fe constante. Hasta fue con su compañero de vida y colega del arte, Joaquín Botero, hasta el Vaticano para presenciar la canonización de este famoso santo venezolano. Un sueño de Carla. Y siguió. Siguió pintando. Porque en ella la pintura no es un arte aparte, es otra forma de decir. Sus cuadros muestran. A veces luz, a veces sombra, pero siempre algo vivo. También siguió en su restaurante de comida italiana —donde su apellido cuenta otra parte de su historia— mezcla sabores como mezcla todo lo demás: sin rigidez. Con memoria, con intuición. Es un lugar donde uno se queda más de lo previsto. Carla no separa sus mundos. Todo le pasa al mismo tiempo: la fe, la música, la cocina, la

pintura y su Barranquilla querida. Mientras estuvo al frente del Carnaval, más que dirigirlo, lo habitó. Supo leer ese pulso que no siempre aparece en los programas oficiales. Entendió que la fiesta también es una forma de resistir, de celebrar incluso cuando no todo está bien. Se fue del Carnaval, pero su música se quedó en su memoria. Volvió a su pintura, a su restaurante, a su familia —a sus hijos y a sus nietos— y a otros proyectos. Su rostro, además, quedó pintado en una pared del Museo del Atlántico, como señal de que ya hace parte de la historia de su Currumba. Y mientras tanto, cada mañana, seguirá haciendo lo mismo. Escoger una canción. Dejar que suene. Y empezar otra vez. 

Por **La directora**
Fotos cortesía de **Johan Osorio**



Eva Morán

La cultura como forma de servicio

Hay personas que no hacen ruido, pero sostienen mucho. Eva Morán es una de ellas. Su historia no empezó en la cultura, sino en el Derecho. Pero incluso ahí, ya había una vocación por la palabra y por la gente. Es Comunicadora Social especializada en periodismo de la Universidad Javeriana. Y fue precisamente esa universidad la que, al responder una solicitud de la Universidad Autónoma del Caribe, dio su nombre para asumir la decanatura de Comunicación Social. No era un cargo menor. La facultad ya tenía egresados sin poder graduarse porque aún no contaba con aprobación oficial. Eva asumió el reto. Con el acompañamiento de la Javeriana, tramitó y logró esa aprobación. Los primeros comunicadores de la Autónoma recibieron su diploma con su firma. Como la facultad funcionaba en jornada nocturna, ella decidió matricularse en el programa diurno de Derecho en la Universidad Libre. Así empezó a tejer una trayectoria que nunca ha sido lineal, pero sí coherente con su forma de asumir la vida: trabajando. Entró a Corelca como estudiante en entrenamiento para hacer la judicatura. Se quedó quince años. Allí no solo creció profesionalmente. Llegó incluso a ocupar la dirección por encargo del presidente César Gaviria, en medio del remezón del sector eléctrico del país, marcado por el descuido en el mantenimiento de las plantas térmicas y la baja generación en las represas por la falta de agua en los embalses.



Trabajo serio, constante, sin estridencias. De esos que forman carácter... y confianza. Pero la vida —y también la lealtad— la llevó a otro escenario. Acompañó a su amigo Eduardo Verano de la Rosa en su primera campaña a la Gobernación del Atlántico. Y ya en el gobierno, la invitó a asumir la Secretaría de Cultura. Ahí encontró su lugar. Desde esa oficina no solo gestionó eventos.

Hizo algo más profundo: entendió la cultura como una forma de dignidad. Trabajó por los músicos, por los hacedores, por quienes sostienen la identidad desde lo invisible. Promovió expresiones diversas, fortaleció procesos y abrió espacio a lo que muchas veces queda por fuera del foco. No fue una gestión de vitrina. Fue una gestión con sentido. Al salir del sector público, ya pensionada, no se detuvo. Está en la Fundación Compañía de Amigas desde su creación.



De hecho, participó en la elaboración de sus estatutos. Y desde allí ha seguido trabajando con el mismo estilo: sin protagonismo, pero con compromiso. La Fundación, entre muchas iniciativas, realiza cada año una fiesta de polleras que se ha convertido en un encuentro de tradición, con el respaldo de la revista La Ola Caribe. Han realizado distintas donaciones. Las más recientes, para la adecuación de una panadería en la obra del padre Cirilo y para una fundación que acompaña a adolescentes. El Museo del Atlántico —dedicado a salvaguardar la historia y la memoria del departamento— fue preinaugurado el 20 de

septiembre de 2011 por el entonces gobernador Eduardo Verano de la Rosa, en el mismo periodo en que Eva se desempeñaba como secretaria de Cultura. Años después, ese mismo lugar la reconoció con una pintura de su rostro. Quien ayudó a impulsar la cultura desde la institucionalidad terminó siendo parte de su memoria. Eva también ha conocido la fragilidad. Un cáncer atravesó su vida. Y lo enfrentó como ha hecho todo: con fe, con entereza, aferrada a Dios y al amor de su familia. Sigue trabajando por los demás, por la cultura, por la gente.

Cuando La Ola Caribe pregunta por algún artista, casi siempre es ella quien tiene el contacto, quien conecta, quien ayuda. Porque hay quienes hacen cultura desde el escenario. Y hay quienes —como Eva Morán— la sostienen para que no se apague. El día que asistió a un evento en el Museo del Atlántico, se sorprendió al ver su imagen en una de las paredes, al lado de Carla Celia. Fue reconocida. Y lucía una túnica pintada a mano por el artista José Valderrama. Con eso, de alguna manera, todo quedaba dicho. 🕒

Por **La directora**
Fotos cortesía de **Johan Osorio**





Karina Llanos

el rostro social del Atlántico

Desde la Gerencia de Capital Social, la abogada lidera una transformación humana basada en la empatía, la disciplina y la convicción de que el servicio público es el camino para cerrar las brechas de desigualdad en el departamento.

Por **Katia Díaz**

El nombre de Karina Llanos ha cobrado un especial espacio en el Atlántico al convertirse en un referente social de territorio. Su gestión se vive en el contacto directo: juega con los niños, ríe con las personas mayores, dialoga con aquellos en condición de discapacidad, se sintoniza con la juventud, promueve los valores de familia. Con una profunda vocación de servicio, entiende que tiene una gran misión de trabajar en la defensa de los derechos de los más vulnerables. Es hija de Lissette y Alfonso, la hermana menor de Milena, la esposa de Pedro Flórez y la mamá de Valentina, Samuel y Pedro José, el soporte y motor de todo lo que emprende en su vida. La disciplina y la constancia son los valores que adquirió de casa; la lealtad y el respeto se cimentan de su hogar, principios que hoy definen su integridad profesional. Trabajar por el Atlántico ha sido la gran conquista de la abogada nacida en Puerto Colombia que se especializó en Derecho Público. Desde temprana edad, Karina se abrió paso en escenarios que forjaron su carácter y su convicción social. Fue la diputada electa con más alta votación de su partido, en alcanzar una curul en la Asamblea departamental para los períodos 2016-2019 y 2020-2023. Promovió, entre otros, proyectos como la implementación de la política pública de emprendimiento social y la creación de la mesa técnica de enfermedades huérfanas. “Es muy bonito y me emociona trabajar para la gente. Estoy convencida que el servicio público y todo lo que se hace a través de las entidades públicas es con un objetivo claro de generarle bienestar de la gente, por ejemplo, construir un hospital, un colegio, un CDI, un Centro de Vida, o una carretera. Me satisface hacer parte del proceso que le entrega un beneficio a la sociedad y a nuestra gente”, explica Karina, quien lleva recorriendo el departamento más de veinte años desde diferentes posiciones. Desde 2024, asumió el reto de liderar la Gerencia de Capital Social, acompañando al gobernador



Eduardo Verano de la Rosa. Sobre sus hombros descansa la responsabilidad de cerrar —o al menos reducir significativamente— las brechas sociales que afectan a los atlanticenses. En su gerencia se ejecutan estrategias para mitigar la pobreza, combatir la inseguridad alimentaria y fortalecer los derechos de la infancia. Su gestión también prioriza la creación de oportunidades para jóvenes, la mejora de condiciones de vida para la población mayor y la ejecución de infraestructura social. “La gente es la razón de ser”, es su filosofía de vida. Para ella, el presente es el único territorio real. “Debemos trabajar enfocados en lo que queremos para nuestras familias, sin dejar de disfrutar cada momento. Agradecer y compartir las bendiciones es clave. Conocerse a uno mismo es una de las tareas más difíciles, pero debe ser una prioridad: amarse y disfrutar de la propia compañía”, reflexiona. Durante su gestión, Karina Llanos ha asumido importantes procesos que han vigorizado su labor. En lo que va de esta administración, 68 mil niños en el Atlántico se han beneficiado de programas en pro de sus

derechos, prevención de sustancias psicoactivas y trabajo infantil. Lidera la ejecución y entrega de seis centros de vida en los municipios de Manatí, Repelón, Luruaco, Juan de Acosta, Campo de La Cruz y Suan. También, este año, 1.343 estudiantes universitarios se han beneficiado de subsidio de transporte, cifra que se suma a los 3.383 beneficiados en 22 municipios durante 2.025. En pocas palabras...

¿Cuál es el principal aprendizaje que le dejan los niños y las personas mayores?

De las personas mayores he aprendido que son quienes más disfrutan de la vida, ellos sonríen y aprovechan cada momento de sus días; así como los niños, que viven en el ahora, son espontáneos y auténticos.

¿Su libro favorito?

Muchas vidas, muchos Maestros, de Brian Weiss.

¿Su mejor paisaje para levantarse en el Atlántico?

La vista al horizonte en Tubará, Juan de Acosta y por supuesto, Puerto Colombia. 🌊

Fotos **Emilio Yidi**

Érika Rohenes

Puso al Caribe en pasarela

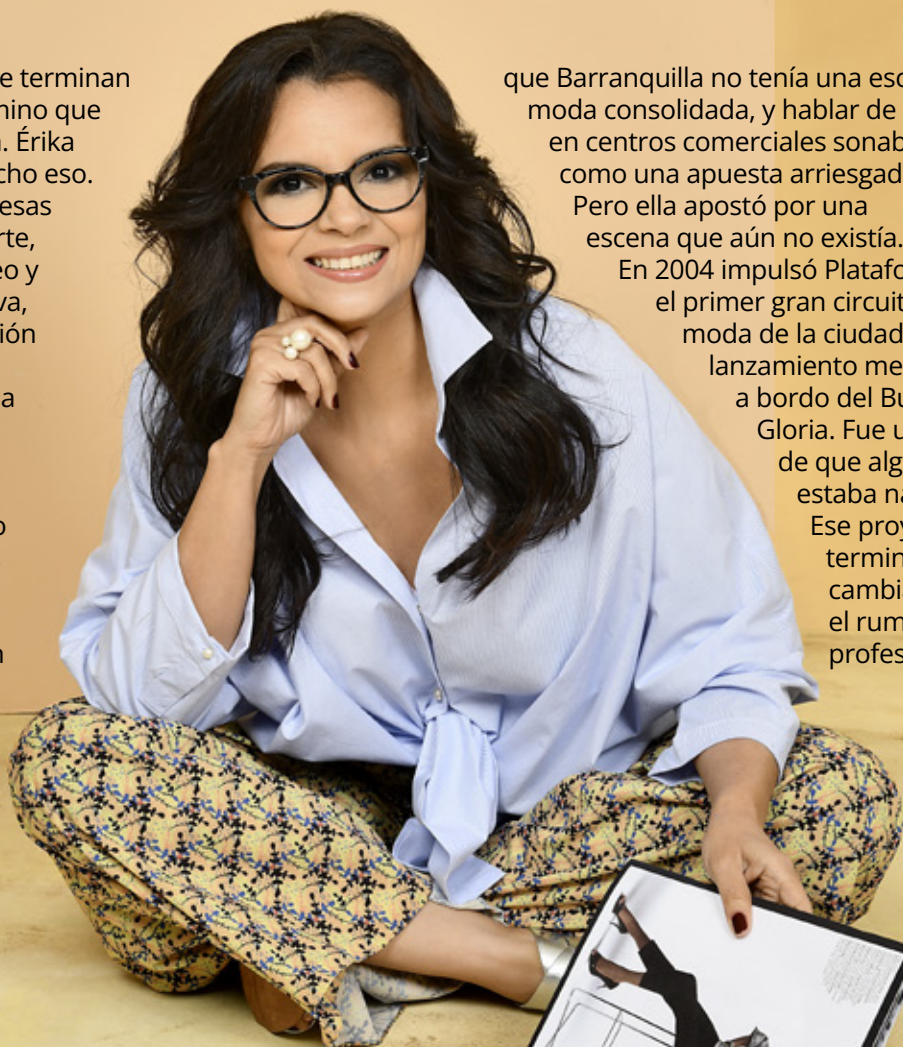
Hay personas que terminan creando un camino que antes no existía. Érika Rohenes ha hecho eso.

Administradora de empresas de la Universidad del Norte, con estudios en Mercadeo y Comunicación Corporativa, comenzó en la organización de eventos corporativos, pero encontró en la moda un espacio donde podía desarrollar su visión. La vi por primera vez cuando llegó a El Heraldo a hablar de unos desfiles que empezaba a hacer en el Centro Comercial Buenavista. Eran años en

que Barranquilla no tenía una escena de moda consolidada, y hablar de pasarelas en centros comerciales sonaba casi como una apuesta arriesgada.

Pero ella apostó por una escena que aún no existía.


En 2004 impulsó Plataforma K, el primer gran circuito de moda de la ciudad, con un lanzamiento memorable a bordo del Buque Gloria. Fue una señal de que algo nuevo estaba naciendo. Ese proyecto terminó cambiándole el rumbo profesional.



Después llevó la apuesta a Cartagena y fundó Ixel Moda, concebido no solo como un evento, sino como un espacio para reunir diseñadores, estudiantes, empresarios y académicos. Había visto una brecha: jóvenes que salían de las universidades con talento, pero sin entender cómo funcionaba realmente la industria. Quiso tender ese puente. Con el tiempo, Ixel dejó de ser un encuentro para convertirse en referencia continental. Hoy articula una red de más de 70 universidades latinoamericanas y reúne academia, creación e industria. Pero quizás uno de los aportes menos visibles de Érika ha sido abrir puertas. Muchos diseñadores emergentes han encontrado en sus pasarelas una primera vitrina. Muchos emprendedores han logrado mostrarse allí por primera vez. Tiene un instinto afinado para descubrir talentos. De esa visión surgieron proyectos como Ixel Itinerante, que ha llevado la moda a escenarios patrimoniales como Mompox, Puerto Colombia y Santa Marta, integrando historia, arquitectura e identidad. También promovió el Foro Moda y Gestión Social, donde la moda se piensa como herramienta de inclusión y generación de oportunidades para comunidades indígenas, madres cabeza de hogar y adultos mayores. No es una mirada frecuente dentro del sector. Después de doce ediciones en Cartagena, Ixel Moda llegó a Barranquilla y se integró a Barranquilla es Moda, reforzando la aspiración de la ciudad de convertirse en un espacio creativo del Caribe. El año pasado realizó el Foro Moda y Gestión Social en el Palacio de la Proclamación; luego llevó Ixel Itinerante a la Quinta de San Pedro Alejandrino, en Santa Marta,



durante los 500 años de la ciudad. Ahora prepara un nuevo capítulo: Ixel Itinerante Valledupar 2026, los días viernes 21 y sábado 22 de agosto. Allí la moda se cruzará con la música, el patrimonio y la memoria cultural del Cesar. Hay una idea que Érika ha defendido durante años: que la

moda también puede contar un territorio. No se trata solo de ropa ni de pasarela. Se trata de identidad. Y en esa idea, Érika Rohenes lleva años abriéndole camino al Caribe. 

Por **La directora**
Fotos cortesía de **Érika Rohenes**
tomadas por **Emilio Yidi**

LA OLA

CARIBE



Fausto Chatella

El arte de fluir entre géneros
sin perder su esencia caribeña



Por **Mariana Castellón Alcalá**

En un Caribe donde la tradición y la innovación musical conviven con fuerza renovada, Fausto Chatella se mantiene como una figura que navega entre géneros sin perder su esencia. Con más de tres décadas de trayectoria, el artista barranquillero habla sobre identidad, adaptabilidad y los aprendizajes que le ha dejado una vida dedicada a la música, en un momento clave. Cotizado como líder de su orquesta, este “Hijo de Barranquilla”, muy apreciado en el gremio musical, concedió una interesante entrevista a la periodista Mariana Castellón Alcalá.

El Caribe está viviendo un momento muy interesante a nivel musical: están conviviendo sonidos tradicionales con nuevas propuestas que están de alguna forma reinterpretando muchos géneros, especialmente

el género caribeño. Con esto en mente, ¿cómo ve usted el panorama musical y cómo cree que Chatella encaja en ese panorama?

-El Caribe siempre ha sido protagonista. El Caribe siempre ha presentado propuestas innovadoras e interesantes, musicalmente hablando, para todo el mundo. Te hablo desde la época del vallenato, desde la época de las grandes orquestas que tocaban en diferentes clubes en Barranquilla, de los artistas que de una u otra forma han hecho parte de ese quehacer musical a nivel nacional e internacional. Desde hace más de 35 años que estoy en la música he aprendido que en el marco de la música tropical y caribeña, no hay una última palabra. Siempre ha estado intrínseca e implícita en la música del mundo. Tú puedes identificar componentes de la música caribeña en una canción anglosajona, en una canción del interior del país, la escuchas en canciones del centro,

sur, norte, y tú dices: “caramba, eso es lo que yo escucho en el Caribe colombiano”. Así que la música caribeña siempre está implícita ahí en la música del mundo.

Usted destaca algo increíblemente importante en la industria musical actual y es el tema de la adaptabilidad. Hoy en día un elemento clave del éxito de un artista es qué tanto logra amoldarse a las tendencias del mercado, pero eso muchas veces puede poner en riesgo la propia esencia de uno, ¿cómo ha sido ese proceso para usted?

-Desde niños, somos bombardeados por diferentes géneros musicales. Yo crecí escuchando la tambora, el tambor, siempre escuchando salsa, vallenato, porro, cumbia, reggaetón, merengue, champeta. Somos bombardeados por diferentes géneros musicales. Y cada vez que viene un sonido o un género nuevo, siempre trato de adaptarlo a lo nuestro. Yo me voy amoldando y me voy

acomodando en el trasiego de la música, en todo lo que va saliendo. En los eventos interpreto de todo y trato de hacerlo lo mejor posible; buscando siempre la excelencia. En vivo puedo tocar un tema de Oscar De León, de Bad Bunny; un vallenato del Binomio de Oro y otro de Silvestre Dangond, un reguetón y un bolero. Siempre he estado fluctuando en todos estos géneros musicales, me adapto fácilmente.

Muchos apasionados de la música pueden confirmar que hay momentos donde se produce una conexión musical tan orgánica y genuina, que se siente surreal. ¿Podría hablarnos un poco sobre el tras bambalinas de quienes lo acompañan en el escenario?

-Siempre me he caracterizado por buscar la excelencia en lo que hago. Me exijo mucho, entonces al exigirme mucho, busco personas dispuestas a encontrar esa excelencia del sonido y de la propuesta que vayamos a presentar. Dicho eso podría decir que encuentro siempre hermanos, pues en una orquesta de este tipo, al fin y al cabo, nos convertimos en familia. Soy un afortunado porque tengo una gran orquesta, unos tremendos músicos: profesionales, docentes, algunos son directores de orquestas en algunas corporaciones que entran a este conglomerado y nos unimos. Yo soy la punta de la flecha, pero el resto de las flechas son los que están detrás de mí. Y cuando estamos en escenario, yo no digo que son mis músicos, yo digo que son mis artistas. Y a mis coristas no las presento como coristas, sino como mis cantantes. Así también puedo darles ese estatus a ellos para que se sientan igual con uno.

Vivir de la creatividad puede ser muy gratificante, pero también implica cierta inestabilidad que no todos logran manejar a largo plazo, ¿Cómo ha logrado usted equilibrar esa naturaleza cambiante de la creatividad con la construcción de una carrera que sea sostenible en el tiempo?

-En esto de la creatividad nadie tiene la última palabra; es lo que te salga y lo que quieras expresar. Yo siempre digo: exprésalo, que todito va cogiendo, como un cauce, como un río que se va juntando. La





misma música es tan agradecida. La misma música va como como solita buscando los elementos que tú quieres que estén en la música, que tú quieres que estén en el producto que tú presentas. Hace poco grabé una canción con el maestro Bobby Cruz, uno de los grandes de la salsa. El señor estaba aquí en Barranquilla, en la casa de un amigo, y yo estaba escuchando un vallenato que se llama "Obsesión". Empecé a cantar el pedazo que dice: "Barranquilla ciudad de cantores, de vallenatos y de acordeones", y recuerdo que Bobby Cruz se quedó oyéndome, como quien dice "¿esto qué canción es?". Se quedó absortó especialmente en la parte que dice:

"Yo quisiera que la tierra girara al revés para hacerme pequeño y volver a nacer". Él se identificó tanto con ese pedacito que me dijo: eso está bueno para grabarlo. Yo le contesté: maestro, es un hecho. Y es un hecho. Ya la grabamos. No la hemos lanzado todavía y ya está sonando, imagínense. Entonces si ves la manera en la que se va creando un ambiente propicio para que crezca eso que es la música, que en realidad es un don. Fluir, fluir y fluir. De eso se trata. Esa canción hace parte de un álbum que está próximo a salir, que se titula Chatella: Vallenato Tropilatino. ¿Por qué vallenatos? Porque yo canto vallenato también. En este álbum cojo los vallenatos clásicos





los estoy traspasando a diferentes géneros musicales. Tengo temas vallenatos en salsa, vallenatos en merengue, vallenatos en son cubano. Además de Bobby Cruz, tengo invitado al maestro Alfredo De la Fe, el violinista que estuvo en la Fania All-Stars. Incluso un reguetonero muy importante que no te puedo adelantar todavía, pero viene a cantar un vallenato en un reguetón conmigo. Viene también Jair Santrich, el que ganó el reality de "A otro nivel", a cantar un vallenato pero en ranchera, ¡en ranchera! ¿Te puedes imaginar eso?

¿Usted recibió fuertes críticas de parte del género e incluso llegó a desatar polémica, cuando recibió el Congo de Oro en la categoría Vallenato. ¿Cómo logró navegar en esa negatividad?

-Me acuerdo perfectamente. Habíamos dado un show increíble. En la madrugada, tipo 3 a.m., me empieza a sonar el celular. Me llaman y me dicen "¡felicitaciones! te ganaste el Congo Vallenato". Yo pensé: están mamando gallo, ¡dejen dormir ombe! y me volví a dormir. Cuando me despierto y agarro ese celular, lo veo lleno de mensajes, unos felicitándome y otros dándome palo, pero palo del bueno. Mira, me declararon hasta "persona no grata en el Valle".

Al día siguiente decidí irme a Cartagena a descansar un rato, y en esas aproveché y puse un tweet que decía: "Bueno, ¿cuál es la vaina? Me gané el Congo de Oro y desconogeo no hay".

En su momento lo tomé muy jocosamente ¿si me entiendes? Traté de que no me afectara toda esa cuestión porque me decían "persona no grata en el Valle", me decían "cabeza de manimoto" ¡de toda vaina me decían! Pero lo bonito de todo eso es que me enseñó a que uno tiene que hacer caso omiso a ciertas cosas.

A palabras necias, oídos sordos.

Hoy en día me encuentro con los vallenateros en la tarima y me saludan con todo el amor del mundo. Me saluda Silvestre, Rafa Pereira o Kiko Chata y me maman-gallo; me dicen: "Ey, hay que estar firmes en la tarima, porque viene Chate".

¿Cómo maneja la inmediatez que exige la industria musical actual? ¿Ha habido momentos de su carrera y de su vida donde ese sentimiento de afán le haya pasado factura?


-Te voy a poner un ejemplo súper claro. Hace dos años venía trabajando sin parar; era enero y venía trabajando desde septiembre, tocando casi todos los días. Había momentos en los que me sentía débil y el cuerpo me estaba pidiendo descanso, pero no podía. Tenía una presentación el 31 de diciembre de 2023 en Santa Marta y yo siempre que toco involucro al público en el show. Ese es el centro de atracción de la fiesta: el público. Ellos se suben, bailan y cantan conmigo, y en ese pasar de micrófonos quizás, tenía las defensas bajas y adquirí un virus que se llama H1N1. Me empecé a sentir muy mal, no podía respirar. El fin de semana siguiente tuve otra fiesta en Cartagena, y recuerdo que no podía cantar bien, le decía a mis cantantes "ayúdenme, que no puedo, me siento mal, me siento mal". Llegué a Barranquilla y le dije a mi esposa que no podía respirar. Salimos corriendo a la clínica. Estuve más de 20 días en UCI, en coma inducido. Casi me muero,

tanto es que a mi esposa le alcanzaron a decir: "hagan las vueltas de la funeraria porque esta noche no pasa". Al despertar, para mí habían pasado ocho horas, como si me hubiera dormido y me hubiera levantado al día siguiente, pero habían pasado casi 30 días. Me levanté flaquito, con barba, con pelo. No podía hablar porque tenía una traqueostomía, no me movía, todo me lo hacían. Pero tantas fueron las ganas de salir adelante después de esto y seguir cantando que al lograrlo, reconocí el para qué me pasó. Me pasó para tener en cuenta que si papito Dios me dio un don que era el canto, también tenía que cuidarlo. Y no me cuidé, me excedí. Entonces esos son los momentos donde tú dices, no, no, ahora la vaina es diferente. Si papito Dios me dio una oportunidad nueva para seguir conectando corazones, debo cuidarme, debo cuidarme bastante. Hoy en día lo valoro, y me cuido.

Sin duda alguna, si algo destaca de su orquesta es que contagia felicidad a cualquier escenario que pisa. Cuando un artista es feliz se nota, y tanto a usted como a todos sus músicos se les nota una alegría

incomparable. Por eso me gustaría cerrar preguntándole: ¿qué viene ahora para Chatella y su orquesta?

-¡Muchas cosas emocionantes! Tenemos el lanzamiento del álbum. El primer tema que va a salir es "Obsesión", con Bobby Cruz. Eso es lo que viene por lo pronto, y más adelante estamos planeando algo sumamente osado, ya en miras de los Grammys. Entonces prepárense, porque vienen cositas muy, pero muy chéveres.

Más allá de los lanzamientos, las colaboraciones internacionales y los nuevos retos que se avecinan, el mensaje de Fausto Chatella es claro: la música, como la vida, se construye desde el equilibrio entre la pasión y el cuidado propio. En una industria marcada por la velocidad y la exigencia, su historia se convierte en un recordatorio de que el verdadero éxito no está solo en adaptarse, sino en saber fluir sin perder la esencia. Y mientras su nuevo álbum se abre paso, Chatella reafirma su lugar como un puente vivo entre generaciones, géneros y emociones que siguen encontrando en el Caribe una fuente inagotable de inspiración. 





Emilio Volpe cuando hacía la presentación del libro de Silvia.

Lanzamiento del libro 'Mi vida en recetas'

La escritora barranquillera Silvia Abello, radicada en Bolivia, vino a su tierra natal para presentar 'Mi vida en recetas', un libro donde los recuerdos se cuecen a fuego lento y la memoria encuentra sabor en cada página. El lanzamiento tuvo lugar en el Centro Italiano, en una velada que sirvió para celebrar el reconocimiento de la cocina italiana como patrimonio inmaterial de la humanidad por la UNESCO.

Más que una presentación, fue un conversatorio cargado de evocaciones, aromas e historias compartidas con miembros de la comunidad italiana, donde la autora reveló cómo este libro entrelaza vivencias personales, raíces familiares y recetas que son, al mismo tiempo, legado y emoción.

En 'Mi vida en recetas', Silvia Abello propone un viaje íntimo donde cocinar es también recordar, y cada plato cuenta una historia. Porque hay sabores que alimentan el cuerpo, pero también otros que preservan la memoria y mantienen viva la herencia de los afectos.

Fotos **Archivo particular**



Olga de Abello, Diana Margarita De Castro, Claudia de Mancini, Silvia Abello, Ana Lucía de De la Espriella y Mayi Tulena.



Silvia con sus padres Orlando Abello y Olga Restrepo.



José Ignacio Restrepo y María Virginia Martínez



Furio Ricciardiello y María Helena Mejía.



María Victoria Aguilar y Jorge De Castro.



Ginger de Nule, Mónica Marino, Katia Nule y Ana María Badel.



Margarita Abello y Lucy Giannuzzi.



Tulita Restrepo, Silvia y María Estela Donado.



María Isabel Vázquez, Alejandro Vázquez, Mariana Arango y Orlando de Jesús Abello.



Gustavo Bell, Sarina Fernández y Emilio Volpe.



Beatriz y Aminta Guarín, Carolina Rueda y Silvia García.



La autora rodeada de su familia.



ARTE & TEJIDO

INVITAN
A LA QUINTA EDICIÓN DE

LAZOS & TRAZOS

UNA NOCHE QUE CELEBRA EL ARTE
Y LA TRADICIÓN HECHO A MANO

EN ESTA EDICIÓN, LOS
RECONOCIDOS ARTISTAS
MARCO MOJICA Y GABRIEL ORTEGA
HAN CREADO DOS OBRAS QUE
INSPIRAN UNA COLECCIÓN
ESPECIAL DE MOCHILAS TEJIDAS
POR LAS ARTESANAS DE CHORRERA,
ATLANTICO

MIÉRCOLES 13 DE MAYO
5:00 PM
CASA FUNDACIÓN GASES DEL CARIBE
CRA 59# 59-121

APOYA

 **ELSA PIÑERES**
— GALERÍA DE ARTE —

GABRIEL ORTEGA

Marco Mojica

LAZOS & TRAZOS

FIGIORELLA Calderón

Y su acercamiento
al flamenkito



Fiorella Calderón es barranquillera, tiene 22 años y canta porque lo necesita. No hay mucho cálculo ahí. Lo suyo empezó así, con ganas de decir cosas propias, sin tanta vuelta.

Su proyecto no apareció de golpe. Se ha ido armando con el tiempo, canción a canción, escenario a escenario. Probando, equivocándose, volviendo a intentar.

En ese proceso ha ido encontrando su forma de sonar, que todavía se mueve, pero ya tiene carácter.

Barranquilla es donde todo arrancó.

En lugares como Vodevil y

Frogg Leggs ha tenido ese contacto directo que forma a cualquiera: público cerca, sin distancia, sin adornos. Ahí uno aprende rápido qué funciona y qué no. Y también a sostenerse.

Después vino Bogotá, que le abrió otro tipo de puertas. En Radio Despecho hizo dos sesiones que le sirvieron para mostrarse en un circuito más amplio, distinto al de casa. Otra dinámica, otra escucha.

En el camino se ha cruzado con gente importante. Benji, por ejemplo, ha sido clave.

Más que colaborador, alguien con quien puede pensar la música sin complicarla de más. Su experiencia con artistas como Andrés Cepeda, Piso 21 y Gusi le ha servido, sobre todo, para aterrizar ideas.

Ahora está trabajando con Juan Felipe Giraldo. Con él ha logrado ordenar mejor lo que venía haciendo, sin perder lo que la hace sonar a ella. Hay más claridad, pero sigue siendo su voz. Su proyecto está creciendo, eso es evidente. Pero más allá de eso, hay una intención clara: hacer canciones que digan algo, que no se queden en la superficie. No está tratando de hacer ruido. Está tratando de hacer camino. Y apenas va empezando.



INSPIRACIÓN


Lo del flamenkito tampoco es gratuito.

Le llega, sobre todo, por Rosario Flores. Por esa forma de cantar y moverse al mismo tiempo, sin separar una cosa de la otra. Hay algo muy natural ahí, muy poco forzado.

Y también por El Pescaílla, que llevó la rumba a otro lugar. La mezcló, la cruzó con sonidos de este lado, la volvió más abierta.

Por eso, cuando Fiorella se acerca a ese sonido, no lo siente ajeno. Al contrario. Lo siente cercano, como algo que también tiene que ver con lo que ella es.


Ahí encuentra sentido.

En esa mezcla. 

Fotos **cortesía de la jefe de prensa de la artista**

El Caribe presente en los Premios India Catalina 2026

La edición número 42 de los Premios India Catalina volvió a reunir a lo más destacado de la industria audiovisual colombiana en Cartagena.

Este evento, ya consolidado como uno de los más importantes del país, sirvió nuevamente como escenario para reconocer el talento del cine, la televisión y las plataformas digitales. Uno de los momentos más destacados de la noche fue el triunfo de la actriz barranquillera Carmen Villalobos, quien brilló al llevarse dos estatuillas. La primera fue en la categoría de Mejor actriz protagónica por su trabajo en *La huésped*, donde su interpretación fue ampliamente reconocida por la crítica. Además, recibió el premio a Actriz favorita del público, consolidando así su conexión y popularidad con la audiencia colombiana. La región Caribe continuó siendo representada entre los ganadores con el reconocimiento a Emiro Navarro, quien obtuvo el galardón como Mejor Creador de Contenido Digital. Su trabajo en plataformas digitales refleja el crecimiento e impacto de los nuevos formatos dentro de la industria audiovisual. La ceremonia reafirmó la importancia de estos premios como una vitrina para el talento colombiano, así como un espacio de celebración para quienes continúan impulsando el desarrollo del entretenimiento en el país. 



Carlos Mario Martínez Lora

Productor internacional de eventos corporativos
Más de tres décadas como creador de experiencias y emociones.



Foto **Alex Riquett**

Por **Dayana González**

Carlos Mario Martínez Lora ha forjado una carrera que lo posiciona entre los más reconocidos de la producción internacional de eventos en Colombia. Formado en Barranquilla desde sus inicios, ha trabajado con clientes corporativos, instituciones y grandes espectáculos, en una trayectoria donde la logística, la creatividad y la capacidad de anticiparse a lo inesperado han sido su sello. Entre los hitos de ese recorrido figura haber sido productor logístico y de recursos del Bicentenario de Barranquilla, el 7 de abril de 2013, una gran conmemoración que destacó la historia, diversidad

y papel de la ciudad como Puerta de Oro de Colombia, con eventos masivos, incluida la gran celebración en la Plaza de la Paz. También participó como productor logístico y de recursos en los Juegos Centroamericanos y del Caribe realizados en Barranquilla, del 19 de julio al 3 de agosto de 2018, una responsabilidad que exigió coordinación de alto nivel y confirmó su experiencia en eventos de gran escala. Mucho antes de los montajes inmersivos y de los efectos digitales, hacer espectáculos era resolver con lo que había: cables, luces básicas, sonido rudimentario y mucha creatividad. Carlos Mario empezó en la Barranquilla de los años 80, cuando

las minitecas marcaban el pulso de las fiestas y cada quinceañero, boda o celebración se convertía en una oportunidad para aprender. Su inspiración nació con Electric MiniTK. Viendo cómo aquellos equipos sencillos podían transformar un salón común en un ambiente memorable, entendió que detrás de la música había un oficio. No habla de un único primer gran proyecto. Dice que fueron esos años de formación, entre eventos pequeños y grandes aprendizajes, los que le enseñaron a producir. Estudió Administración de Empresas y encontró en la producción el camino donde realmente quería estar. Un mundo que le resultó fascinante porque le permite hacer lo que más disfruta: crear,

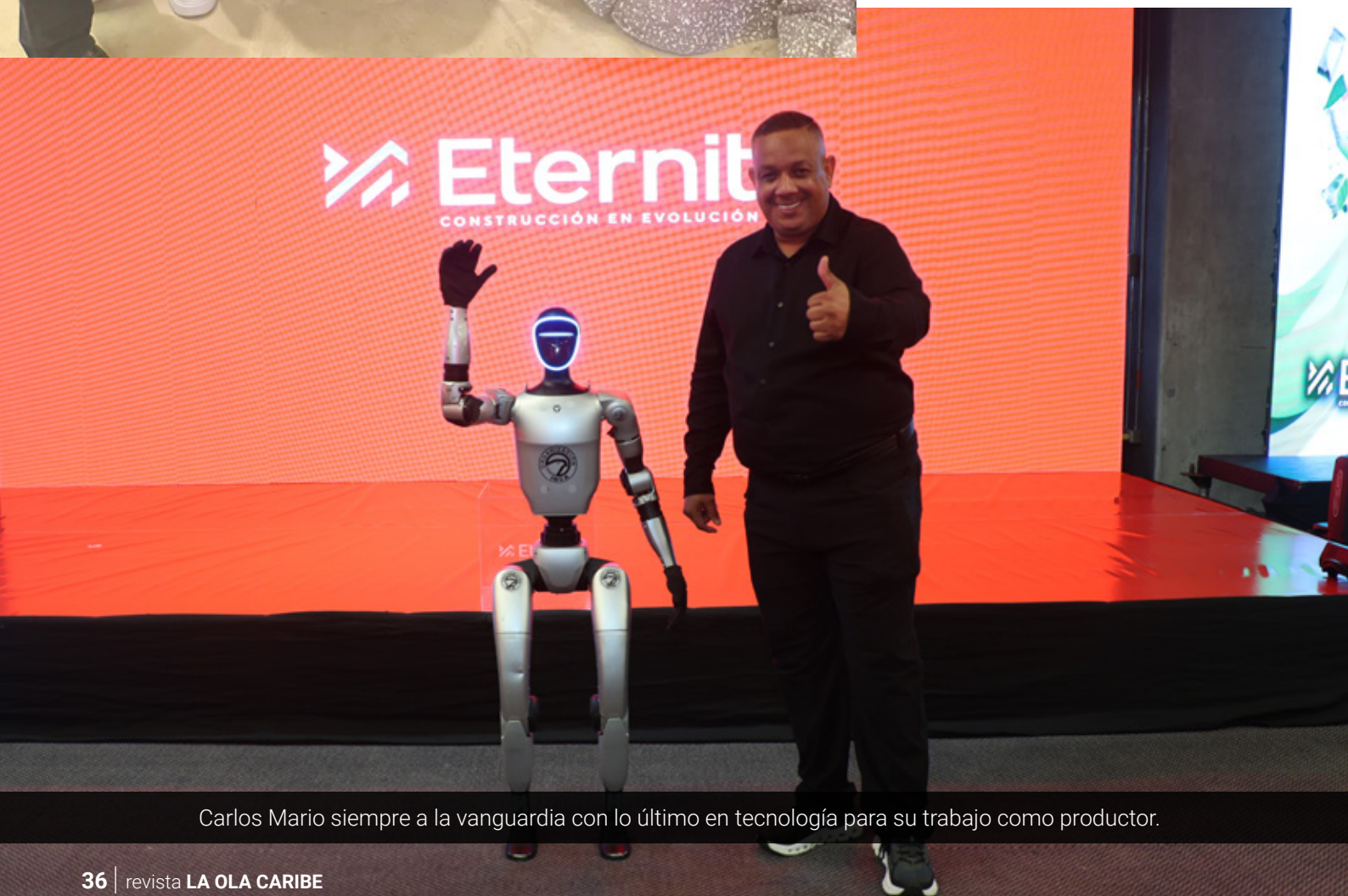


Carlos Mario cuando recibía la condecoración de manos del senador Julio Elías Vidal.



Bitácora Producciones participó en lo que Carlos Mario describe como la primera boda civil celebrada en el metaverso, en la Notaría Tercera de Barranquilla. Lo acompañan, su esposa Marla De la Hoz, los novios y el Notario Alfonso Ávila Fadul.

imaginar un evento desde cero y convertir una idea en una experiencia para otros. Su formación profesional también le dio herramientas para entender presupuestos, logística, planeación y manejo de recursos, conocimientos que terminaron complementando su oficio creativo. Ese equilibrio entre imaginación y organización ha marcado su trayectoria. Para él, organizar un evento va mucho más allá de coordinar la logística. Todo comienza entendiendo qué quiere el cliente, qué espera transmitir y cómo lograr que el público lo viva. Uno de sus proyectos más singulares llegó en 2023, cuando con Bitácora Producciones participó en lo que describe como la primera boda civil celebrada en el metaverso, con acompañamiento



Carlos Mario siempre a la vanguardia con lo último en tecnología para su trabajo como productor.



Con el gobernador Eduardo Verano

de la Notaría Tercera y asistentes conectados desde otros países. Más allá de la novedad tecnológica, el reto era lograr que una ceremonia virtual mantuviera el sentido emocional de una celebración real. Durante el Bicentenario de Barranquilla vivió una de esas pruebas que revelan el oficio: se esperaban cinco mil personas y llegaron casi diez mil. El cambio obligó a tomar decisiones en tiempo real, reorganizar accesos, ajustar operación y responder sobre la marcha sin detener el evento. Experiencias así le han reafirmado una convicción: en producción siempre hay que tener alternativas, porque los imprevistos llegan y saber reaccionar también es parte del oficio. A quienes reducen la producción de eventos a sonido, luces y cronogramas, les responde que hay una dimensión menos visible: la



Foto Alex Riquett


experiencia que recibe el público. Que un evento funcione no depende solo de que se vea bien, sino de que conecte con la gente. Por eso insiste en que la tecnología puede cambiar, evolucionar y reinventarse, pero el propósito sigue siendo el mismo: generar emociones. Mientras el público ve el resultado, detrás del escenario hay decisiones permanentes, soluciones rápidas y problemas que se resuelven sin que nadie lo note. Ese trabajo silencioso es parte esencial del productor. Desde las minitecas de los años 80 hasta los formatos digitales del presente, la trayectoria de Carlos Mario Martínez ha seguido una misma línea: adaptarse a los cambios sin perder de vista que, al final, producir es lograr que una



Carlos Mario con el Notario Alfonso Ávila Fadul.





idea cobre vida frente a otros. En 2025, el Senado de la República le concedió a este empresario cordobés dedicado a la producción logística una mención de reconocimiento por su sobresaliente contribución a la industria del entretenimiento. El diploma señala que su talento y dedicación han dejado una huella invaluable, aportando al desarrollo y crecimiento del sector y, con ello, al progreso del país. La exaltación, entregada por el senador Julio Alberto Elías Vidal, pareció resumir una trayectoria construida durante décadas. Porque detrás de cada montaje, cada espectáculo y cada reto superado, Carlos Mario Martínez ha defendido una misma idea: producir no es solo organizar eventos; es convertir una idea en emoción, y una emoción en memoria. 

Un golazo literario

Estewil Quesada con su
“Grandes relatos del fútbol colombiano”

En La Cueva, ese emblemático rincón donde las historias se mezclan en tertulias, el periodista y escritor Estewil Quesada, maestro de la pluma deportiva, volvió a deslumbrar. Entre anécdotas y conversaciones, se habló principalmente de fútbol, y un poco de boxeo porque salió a colación; dos terrenos que domina al escribir. Estewil Enrique Quesada Fernández, con 46 años de experiencia, ha recorrido el periodismo impreso, radial, televisivo y digital. Ganador de múltiples premios, presentó su cuarta obra: “Grandes relatos del fútbol colombiano”. Un libro que ofrece crónicas, reportajes y perfiles sobre personajes y hechos que han marcado la participación de Colombia en los mundiales. Fui invitada por el propio autor al evento organizado por Intermedio Editores y el Círculo de Lectores, con el apoyo de la Fundación La Cueva. Él, sentado en la tarima principal, con micrófono en mano, dijo: “La silla vacía que tengo a mi lado representa a cada uno de ustedes”. Después llamó a su hijo, Ronny Gabriel, para entregarle el primer libro dedicado a él y a sus nietas, María Guadalupe y María Paula, quienes estaban en primera fila junto a su esposa, Rosina Calderín, y algunos familiares, orgullosos de sus logros. Saludé a un par de colegas, José Bolaño y Jorge Peñalosa, y al exgobernador José Antonio




Segebre, gran admirador de Estewil, quien ha seguido de cerca su trayectoria como periodista y directivo de Acord Atlántico. El nuevo libro se suma a una trilogía que demuestra su versatilidad: "15 asaltos con la vida" (2011), "Relatos más allá del ring" (2022) y "¡Así somos!, latinos desde la reportería colombiana" (2023). Ahí recordé la sala de redacción de El Heraldó, donde ambos comenzamos sin imaginar que llegaríamos a escribir libros. Éramos muy jóvenes: él, en deportes, y yo en sociales. Le decía a él y a Fausto Pérez —hoy también escritor— que eran los párvulos del kínder de Ameth Aguirre, veterano periodista deportivo y editor. Estewil deleitó a los asistentes con historias de Caimán Sánchez, Marco Coll y su gol olímpico, James Rodríguez, Luis Díaz, entre otros. Al hablar de Luis Díaz, hoy del Bayern Múnich, se emocionó al recordar cómo la prensa reseñó uno de sus golazos y sus inicios en las divisiones menores del Junior. Un detalle importante: tiene una memoria prodigiosa y envidiable para un buen escritor: guarda historias, fechas y detalles que hacen únicas sus intervenciones y sus textos, capaces de transportar al lector. El prólogo de "Grandes relatos del fútbol colombiano" fue escrito



por el periodista argentino Jorge Barraza, quien lo tituló "Alma de cronista". En uno de sus apartes anota: "El cronista posee, sobre todo, una honda vocación de servicio para contarle al lector hasta el mínimo detalle". Durante la presentación, el autor desglosó algunos textos, compartiendo la pasión que impregna su escritura. Alguien le preguntó por qué escribir sobre fútbol, si muchos lo identifican más con el boxeo. Con la serenidad de un campeón, respondió: "Este libro es tan importante como los otros, y más en un año de Mundial.



Nosotros comenzamos cubriendo fútbol y hemos estado siempre en el periodismo deportivo". Fue un conversatorio cercano, en el que respondió a cada pregunta con gran habilidad profesional. La velada terminó con la firma de libros, un momento íntimo en el que los lectores se llevaron un pedazo de esta obra que celebra el fútbol. Con este "golazo" literario, Estewil Quesada ofrece a los lectores una mirada profunda y apasionada del fútbol colombiano, confirmando que cada recuerdo, en sus manos, siempre encuentra la forma de volverse historia. (L.N) 



Revistas

Entre la persistencia y el olvido



Por **Loor Naissir**

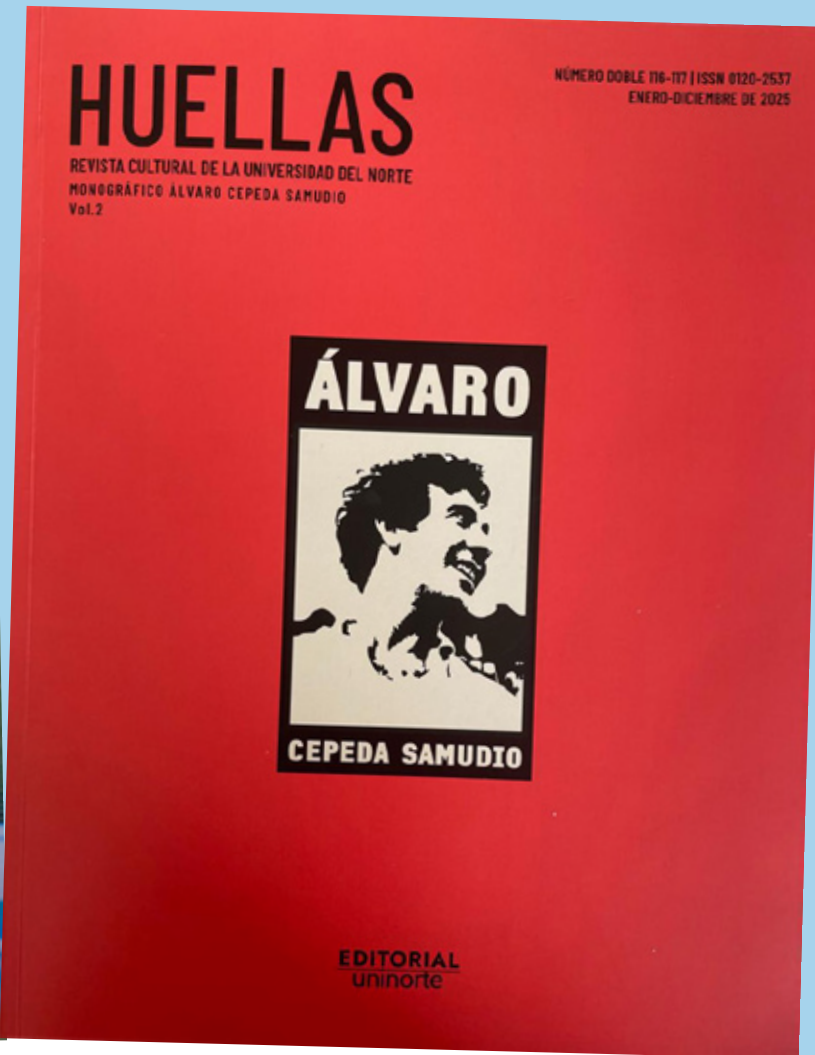
Hay algo casi romántico —y también profundamente persistente— en seguir haciendo revistas en estos tiempos, por la inmediatez de las redes sociales. Quizás por eso el conversatorio sobre revistología, titulado ¿Por qué fracasan (o no) las revistas?, no

fue solo un encuentro académico, sino una conversación necesaria. La invitación la hizo Toni Celia, director del Centro Cultural Cayena, y encontró su escenario en La Cueva, un lugar donde la memoria cultural siempre parece estar despierta, ahora bajo la dirección de María José Vengoechea. No era una fecha cualquiera. El encuentro se dio en el marco del natalicio de Álvaro Cepeda

Samudio, ese periodista, escritor y cineasta que marcó una forma distinta de narrar el Caribe y que también dirigió el Diario del Caribe. No lo llegué a conocer, solo a su viuda Tita Cepeda y a su hija Margarita Cepeda, también periodista, hoy radicada en Estados Unidos. En los años 80 cuando empezaba a despuntar en el periodismo en El Heraldo, veía cómo Tita Cepeda



Toni Celia, director del Centro Cultural Cayena.



llegaba con un folder en sus manos con recortes de información y se sentaba a hablar con don Germán Vargas, miembro del famoso Grupo Barranquilla, y quien fue amigo de su esposo; y después ella lo hacía con el entonces director Juan B. Fernández Renowitzky. La veía lejana a mí, yo era una principiante para ella. Además, no sabía nada de Álvaro Cepeda Samudio, hasta el día que leí sobre él en la revista dominical de El Heraldillo un escrito, que no recuerdo quién lo hizo, y me pareció un personaje fuera de serie, con una mente brillante. Moderado por Fabián Buelvas, director de la revista Huellas, el conversatorio al que fui invitada reunió miradas

distintas, pero atravesadas por una misma inquietud: cómo sostener una revista sin que pierda el alma en el intento. Allí estuvimos compartiendo experiencias Ángel Unfried, José Ruiz e Ivonne Arroyo. Cada intervención fue distinta, pero todas coincidían en algo: hacer una revista sigue siendo un acto de resistencia. Se habló de transformaciones, de audiencias que cambian y de formatos que se reinventan, de la inmediatez de las redes. Después de un par de preguntas del público, llegó un gesto que resume mucho de lo conversado: la entrega de la revista Huellas. Una portada de impacto: pocas letras negras sobre fondo rojo y el

rostro del escritor que ya no está. Editada por la Universidad del Norte, la revista recoge miradas que no solo recuerdan, sino que dialogan con la memoria. Entre sus páginas, Daniel Samper Pizano trae de vuelta una frase de Cepeda Samudio: "La historia oficial de la literatura está infladísima". Una provocación que, leída hoy, parece más vigente que nunca. También escribe Tita Cepeda, evocando los cineclubes en Barranquilla y esos papeles que alguna vez se creyeron perdidos. Alfredo Sabbagh recuerda su pasión por el cine en un texto que lleva un título que ya es imagen: "El Nene va al cine". Y la escritora Claudine Bancelin explora otras facetas de Cepeda:

la música, la biblioteca.

Al final, más que responder por qué fracasan las revistas, el conversatorio dejó otra pregunta en el aire: por qué, a pesar de todo, se siguen haciendo.

Tal vez porque una revista no es solo papel o pantalla. Es una forma de insistir en la memoria.

Y cuando parecía que la conversación se quedaba en las ideas, apareció la prueba viva de que las revistas no solo resisten: también persisten.

Llegó el reconocido crítico de arte Álvaro Suescún con su revista impresa La Lira.

Una publicación que ha sobrevivido a pesar de todo —tiempos, formatos, modas— sostenida a pulso, con esfuerzo y una tenacidad que hoy se agradece.

La Lira no compite: insiste.

Y en esa insistencia ha encontrado su lugar, dedicada a resaltar la música y a quienes la hacen posible.

Ésta, su edición 88, está consagrada a Puerto Rico, la isla del encanto, una tierra que ha dado al mundo una lista larga de músicos y voces que han dejado huella.

Ahí están Manuel Tizol, El Gran Combo, Héctor Lavoe, y nombres que han cruzado generaciones como Chayanne, Ricky Martin y Daddy Yankee.

Y sí, la lista sigue... y podría no terminar.

Es una edición pensada para leerse sin apuro, de principio a fin, con firmas que conocen el oficio y escriben desde la pasión.

La revista abre con Bad Bunny, un fenómeno global que, guste o no, marca una época y redefine la conversación musical.

En ese contraste —entre leyenda y presente, entre memoria y tendencia— La Lira vuelve a hacer lo que mejor sabe: dejar registro.

Y ahí, en medio de todo, la pregunta inicial del conversatorio cobra otro sentido.

No es solo por qué fracasan las revistas.

Es cómo algunas, contra todo pronóstico, se niegan a desaparecer. La Ola Caribe persiste y resiste, ahora en formato digital.

No busca parecerse a ninguna.

Tiene identidad, agenda propia y una manera de contar pensada con rigor periodístico y hecha con pasión.

Y ahí, en medio de todo, la pregunta inicial del conversatorio cobra otro sentido.

No es solo por qué fracasan las revistas.


Es cómo algunas, contra todo pronóstico, se niegan a desaparecer. Como directora de La Ola Caribe, lo pienso.

Volver a imprimir no es fácil. El costo del papel, la producción, el lujo que implica hoy una edición física... todo pesa.

Pero también pesa —y mucho— el deseo de hacerlo.

Quizás por eso sigue rondando ese adagio sencillo, casi terco:

Amanecerá y veremos.

Porque en el mundo de las revistas, como en la cultura, nada está dicho del todo. 



LA OLA

CARIBE

Fantasia de **Pedro Mendoza**

Sharon Acosta
Una corona por siempre

LA OLA

CARIBE

Por **Laure Tannous**

Hay coronas que se guardan cuando termina el reinado. Otras permanecen vivas en la manera de caminar, de hablar y de inspirar. La de Sharon Acosta Tobón es de esas. Es la Reina del Carnaval de los Niños y, aunque el Carnaval 2026 terminó con la muerte de Joselito, la carismática soberana no se ha podido quitar la corona. Primero, porque sigue siendo reina hasta que nombren a su sucesora. Además —y acaso más importante— porque hay coronas que se vuelven eternas. La suya parece venir de mucho antes. Sharon suele decir, medio en juego y medio en serio, que aprendió a bailar en el vientre de su madre, Jazmín Tobón, una de las “vitaminas” del reconocido cantante Checo Acosta, el Príncipe del Carnaval. Quizás por eso en ella el ritmo parece instinto. Como si la cumbia le hubiera llegado antes que las palabras. Y así va por el mismo camino su hermanita menor, Naomi. Sharon también carga un sueño heredado. Ser Reina del Carnaval de los Niños fue durante años el anhelo de su abuelita, doña Ruth, defensora apasionada del folclor del Caribe, convencida de que las tradiciones no sobreviven solas: hay que cuidarlas, enseñarlas y celebrarlas.



Modelo de **Pedro Mendoza**



Creación: **Amett Jewels**

"El reinado me dejó
disciplina y amor
por las tradiciones"

LA OLA

CARIBE

Por eso su reinado no parece un accidente, sino una consecuencia. Y lo sigue luciendo con entusiasmo, en cada visita a colegios —como las que realizó el mes pasado para compartir su experiencia en el mes de los niños— y en la forma en que sigue defendiendo la alegría como si fuera una misión. Habla del Carnaval como quien habla de algo que late dentro. No como un evento que pasó, sino

como un legado que continúa. Lo más emocionante de su reinado, dice, fue descubrir que su alegría podía convertirse en la alegría de otros. Ver sonreír a los niños, contagiar felicidad, hacerles sentir la magia del Carnaval, fue para ella una experiencia sin comparación. Aún recuerda el instante en que supo que sería reina. Sintió el corazón acelerado, una mezcla de sorpresa, orgullo y felicidad. Entendió, en ese

segundo, que estaba a punto de vivir uno de los grandes sueños de su vida. Si tuviera que escoger un día imborrable, se queda con la coronación. Allí confluyeron la emoción de su familia, el cariño de la gente y ese momento irreplicable en que la corona dejó de ser un símbolo para convertirse en memoria. Sharon insiste en que el reinado le dejó disciplina, amor por las tradiciones y una certeza: que con entrega se puede llevar alegría a muchas personas.



Creación de **José Porras**



Colaboración de artesanos: **Javier Hernández y Adriana Guzmán**

Si resumiera
su Carnaval en
tres palabras, no
duda: alegría,
tradición y legado.
Y las tres parecen
definirla.

LA OLA

CARIBE

Para ella, esta fiesta es identidad viva. La manera más hermosa de mostrarle al mundo quiénes somos. Quizá por eso su baile favorito es la cumbia, por elegante, por ancestral, por esa conexión profunda con las raíces. Y quizá por eso también le gusta representar a la cumbiambera: porque ve en ella fuerza, belleza y memoria. Cuando habla de los niños, cambia el tono y aparece la pequeña reina que sigue soñando. Cree que ellos son los guardianes del Carnaval, siempre que aprendan sus bailes, respeten sus tradiciones y participen con orgullo. A quienes sueñan con llevar una corona les deja un mensaje sencillo pero poderoso: no dejar de creer, porque los sueños llegan cuando menos se esperan.



Fantasia de **Randy Severiche**



Diseñado por **Pedro Mendoza**

LA OLA
CARIBE

Diseñado por Randy Severiche

Detrás de esta
niña segura
hay una familia
donde se
respira arte.

LA OLA

CARIBE

Su padre, Checo Acosta, fue un grandioso apoyo y se contagiaba de alegría en cada paso. De su madre aprendió disciplina, expresión y amor por la danza. De su abuelo, Alci Acosta, recibió un consejo que atesora: disfrutar cada momento sin dejar de ser ella misma. Crecer en una familia donde siempre hay música y baile, dice, ha sido una inspiración permanente. En casa se canta, se baila, se ríe. Son instantes de unión que, en el fondo, también son escuela. Sharon también tiene un blog donde comparte su cotidianidad,

sus bailes, sus experiencias y hasta su admiración por Stray Kids. Cuando no está en actos culturales, estudia, practica, crea contenido y disfruta la vida simple de cualquier niña de su edad. Su mayor sueño no se mide en títulos, sino en seguir creciendo sin dejar de ser auténtica. Representar sus raíces con orgullo. Cumplir sus metas conservando intacta su esencia. Y quizá allí está el verdadero sentido de su corona. Sharon sigue reinando porque representa esperanza.



Diseñados por **Pedro Mendoza**



LA OLA
CARIBE

Diseñado por **Pedro Mendoza**

**SU CORONA NO PESA.
FLORECE.**



LA OLA

CARIBE

Antes de despedirse, deja un mensaje para los niños de Barranquilla que suena casi como un manifiesto: que nunca dejen de soñar, que tengan fe, que Dios cumple los sueños cuando menos se espera y que siempre lleven alegría en el corazón. ©



Creaciones de **Randy Severiche**



Diseñado por **Rafael Ballestas**



El impacto de una buena decisión no depende del género



Por **Henry De la Espriella**


En la vida empresarial y organizacional, la toma de decisiones es una de las competencias más críticas en el liderazgo. Durante años, se ha debatido siempre sobre si hombres y mujeres deciden de una manera diferente; algunos sostienen que sí, mientras que otros dicen que no hay diferencias significativas. En mi opinión, la

realidad, como suele ocurrir, debe estar en un punto intermedio. Diversos estudios y experiencias prácticas sugieren que, en promedio, los hombres tienden a tomar decisiones más rápidas y orientadas a la acción, mientras que las mujeres suelen incorporar más variables emocionales y sociales en el análisis. Sin embargo, esto no implica que uno sea mejor que el otro, más bien, son estilos distintos que, bien gestionados, se



complementan de forma poderosa. El enfoque no debe centrarse en si un género decide mejor que el otro, sino en cómo cada persona desarrolla su capacidad de liderazgo de la mejor forma. El referente mundial en liderazgo, John C. Maxwell, nos dice que “el liderazgo efectivo no depende del género, sino de la intención y de la capacidad de influir positivamente en otros”. Por lo tanto, las mejores decisiones provienen de líderes que escuchan, observan y valoran diferentes perspectivas, ya que la diversidad, incluyendo la de género, enriquece la toma de decisiones. Las mujeres líderes suelen destacarse en habilidades como la empatía, la colaboración y la construcción de relaciones, lo cual fortalece procesos de decisión más integrales, pero también hay que enfatizar, que estas habilidades no son exclusivas de un solo

género; también pueden y deben desarrollarse en cualquier líder. Más que comparar entre un género y otro, el verdadero valor está en integrar; equipos que combinan distintos estilos de pensamiento, analítico, intuitivo, emocional y estratégico, tienden a tomar decisiones más completas, sostenibles y humanas. Un líder inteligente no busca uniformidad, sino equilibrio. La pregunta no debería ser si hombres y mujeres deciden diferente, sino cómo aprovechar esas diferencias para tomar mejores decisiones. El liderazgo del futuro inmediato no se construye desde la comparación, sino desde la colaboración. Cuando se combinan distintas miradas, se reducen los sesgos, se amplía la visión y se generan decisiones con mayor impacto. Al final, reducir la toma de decisiones a una diferencia entre

hombres y mujeres es simplificar demasiado una realidad que es profundamente humana. Las decisiones no nacen únicamente del género, sino de la experiencia, los valores, la inteligencia emocional, el contexto, pero, sobre todo, de la disposición a aprender y evolucionar como líderes. Porque el futuro no pertenece a quienes defienden su forma de decidir, sino a quienes son capaces de integrar lo mejor de cada perspectiva o enfoque. En definitiva, no se trata de decidir como hombre o como mujer, se trata de decidir como un líder que escucha, que analiza, que siente y actúa con un propósito. Un líder que entienda que cada decisión es una oportunidad de influir, de construir y de transformar vidas. 

**Miembro certificado
Maxwell Leadership –
enrdela68@gmail.com**



Eduvilia Uriana Pushaina

periodismo étnico visionario



Por **Fabrina Acosta – Contreras**

Considero que siempre es el tiempo propicio para continuar afianzando la premisa de que todas las mujeres merecen trascender de invisibles a invencibles y ser visibles, logrando que cada uno de sus actos inspiradores impacte al mundo. Hay historias que merecen ser leídas por todos y todas, para rehumanizar esta humanidad que se pierde en los afanes, en ese trajín que nos despista de lo fundamental para llenarnos de estrés, ansiedades y desesperanzas. Hoy traigo una historia esperanzadora en el camino de transformación que necesitamos construir, un camino con equidad e igualdad de derechos. Hablo de Eduvilia, una joven guajira que ha heredado la fuerza de su linaje y la resiliencia de las mujeres que la han formado

sobre una base de valores y amor por el servicio. Ella es un universo constituido por referentes de poder femenino que han iluminado su camino: un camino de amor por servir y aportar a nuevas realidades.

Un poco de su historia

Es madre, visionaria, valiente y creativa. Comunicadora indígena y Periodista Wayúu con amplia experiencia en periodismo comunitario, radio, producción de contenidos con enfoque de paz, derechos humanos y pueblos indígenas. Desde el 2020 fue periodista de paz en Radio Nacional de Colombia; en 2025 fue líder y coordinadora de la Emisora de Paz de Radio Nacional de Colombia en Fonseca, La Guajira. Cuenta con trayectoria como tallerista, conferencista, reportera, maestra de ceremonias y productora en temas de reconciliación, cultura, medio ambiente y posconflicto. Creativa, comprometida con la transformación social y con habilidades sólidas en comunicación estratégica territorial, pedagogía de paz y cobertura étnica. Actualmente es periodista y presentadora de RTVC Noticias Sistema de Medios Públicos, estudiante de Comunicación Social y Periodismo de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD.

El poder de las primeras veces

Es la primera mujer wayúu en presentar noticias en medios nacionales, el poder de las primeras veces abre espacios a otras mujeres y nos motivan a seguir trabajando por la transformación social. Compartiré un aparte del gran diálogo que hemos tejido como mujeres guajiras, con el amor encendido por nuestro origen.

¿Que significa para ti el periodismo con enfoque étnico?

El periodismo significa justicia social para las comunidades más dispersas del país. Significa el lente que muestra las realidades de los territorios, las luchas, la incidencia y las iniciativas propias de la gente que trabaja por el desarrollo de su pueblo, el periodismo nos enseña el lado más humano de la vida.

Comenzaste la escuela de comunicación, cuando también comenzabas a ser madre.

¿Cómo fue esa experiencia?

Ser mamá siendo muy joven y sola, es un camino que no es fácil, fueron momentos de llanto, me sentía apagada como mujer. La escuela de comunicación wayúu fue la esperanza y la puerta grande que se abrió para poder estar donde estoy. Cuando comencé, mi hijo tenía 3 años, lo dejaba enfermo con mi mamá, me iba con el corazón roto, pero con la esperanza de que estaba tejiendo un sueño de superación para poder dar lo mejor, tejía mochilas para vender, al mismo tiempo trabajaba en casa de familias en Fonseca, en esos tiempos trabajaba en casa de una abogada alijuna y me daba permiso para ir a la escuela. En mi comunidad solo mi mamá, mis abuelitos y mis hermanas creyeron en mí y me apoyaron, las demás personas me decían que la escuela era una pérdida de tiempo, que el periodismo no era para Eduvilia siendo mamá. La escuela de comunicación me formó, transformó y me mostró el camino. Seguí el latido del corazón, siempre quise ser periodista porque amo contar historias, porque las historias nos enseñan a ser humanos.



¿Que representa para ti ser la primera mujer wayúu en tv nacional y hablando de temas étnicos?

Es una responsabilidad grande, porque llevo la voz de los pueblos originarios de Colombia, significa abrir puertas y espacios para otros jóvenes que están en este momento construyendo su carrera profesional, significa inclusión en la historia de Colombia, ya que hemos sido invisibilizados, pese a las luchas de los pueblos indígenas por la reivindicación de los derechos fundamentales; además es la muestra de que Colombia es diverso y nosotras como mujeres que nacimos en el chinchorro estamos capacitadas para contribuir con nuestro talento al país y a nuestro pueblo.

Regálanos un mensaje para las mujeres de las regiones para que sigan sus sueños

Que nunca dejen de perder su color y brillo como mujeres, pongámonos bonitas para nosotras mismas, que siempre lata el corazón y nos mantengamos firmes en el enfoque a las metas. Las metas se logran con dedicación, entrega, disciplina y estudiando. Siempre cuidando la esencia y nuestro origen. Soy wayúu y aunque estoy rodeada de tiempo completo con alijunas (no indígenas) y sigo hablando mi lengua materna wayuunaiki, amo lo que soy y de dónde vengo, mi identidad como wayúu es mi riqueza, me gusta el café como toda wayúu, la chicha y el ayajaushi.

Gracias Eduvilia por compartir tu historia inspiradora y poderosa, mujeres como tú enaltecen a nuestra tierra La Guajira y a los liderazgos femeninos. Seguimos tejiendo esperanzas por la transformación social y un mundo en equidad, igualdad y no violencia. 🌍



EDUVILIA URIANA
PERIODISTA

LA OLA
CARIBE

**Qué hacer cuando
uno de los hijos
hereda el temperamento
de la madre**

“El hijo que más reta es el que más necesita atención. Su rebeldía suele ser una búsqueda de conexión, ayuda o atención”. Reflexión popular sobre la crianza.

Por **Roque Herrera Michel**
Psicólogo

En este mes en que se conmemora el Día de las Madres, suele suceder en muchas familias que uno de los hijos herede el temperamento de la progenitora. Es reconocido que, cuando el temperamento de la madre se parece al de uno(a) de sus hijos(as), suele generarse, por una parte, una conexión profunda de empatía entre ambos, pero también choques intensos, debido a que comparten la misma intensidad emocional en su personalidad y en sus formas de reaccionar. Lo más frecuente es que esta similitud se perciba en lo que respecta a la afinidad en el carácter fuerte o dominante tanto del hijo(a) como de la madre, lo que requiere una gestión emocional activa y, si es el caso, recurrir a ayuda terapéutica. Sobra decir que, más que convertirse en un factor de distanciamiento, esta afinidad de temperamento entre madre e hijo(a) puede ser una privilegiada coincidencia que los une, al compartir formas de ver la vida y otras similitudes que les hacen sentirse orgullosos de existir un ser con su misma sangre y una forma de ser casi idéntica.

FACTORES QUE INCIDEN EN LA RELACIÓN DE MADRE E HIJO(A) CON TEMPERAMENTOS SIMILARES

Entre las características más comunes dentro de esta relación se encuentran:

1. Mayor empatía y conexión: La madre entiende intuitivamente las emociones y reacciones del hijo, lo que permite un

vínculo afectivo fuerte y una comunicación no verbal efectiva.

2. Conflictos y "choques": Si ambos son intensos, impulsivos o tercos, es probable que haya enfrentamientos frecuentes, ya que pueden tender a querer tener la razón o reaccionar de forma explosiva ante situaciones estresantes.

3. Influencia de la abuela: En ocasiones, el temperamento del niño se parece más al de la abuela materna debido a la herencia genética. Puede transmitirse desde rasgos físicos hasta gestos, gustos y formas de ser, así como ciertas enfermedades hereditarias. Esto se explica científicamente por el hecho de que los óvulos aportan la carga genética y la información mitocondrial, cosa que no ocurre con los espermatozoides.

4. Influencia ambiental y modelado: Además de la genética, el niño suele adoptar patrones de

comportamiento de la madre por imitación, un proceso destacado en la teoría del aprendizaje social.

RECOMENDACIONES

¿QUÉ HACER CUANDO EL TEMPERAMENTO DE LA MADRE CHOCA CON EL DE UNO DE SUS HIJOS?

Una de las principales sugerencias es que la madre comprenda racionalmente que la similitud puede ser la causa de los conflictos. Tomar conciencia de esta realidad ayuda a gestionar mejor las situaciones, cultivando la paciencia desde que el niño es pequeño (especialmente antes de la adolescencia) y reconociendo sus propios rasgos en el comportamiento del hijo.

Entre las recomendaciones principales se encuentran:

A. Desarrollar autoconciencia y gestión emocional: La madre debe

reconocer que el comportamiento intenso de su hijo(a) puede ser un reflejo del suyo, lo que hace que ambos se alteren rápidamente. Es importante reflexionar sobre los propios detonantes de ira y estrés antes de reaccionar.


B. Gestionar el estrés propio: Si la madre siente que la situación la supera, puede recurrir a la respiración lenta y profunda para mantener la calma. Evitar tomar los comportamientos de manera personal es clave, especialmente en la adolescencia.

C. Establecer límites firmes: Es necesario desarrollar un estilo de crianza autoritativo (firme pero afectuoso), ya que los hijos con temperamentos fuertes necesitan una guía clara.

D. Fomentar la empatía y la conexión: Evitar la interacción con el hijo "difícil" puede generar culpa y desigualdad. Es



fundamental buscar espacios para conectar, reconocer sus virtudes y evitar comparaciones destructivas.
E. Buscar ayuda profesional: Si la relación genera desgaste constante, ansiedad o comunicación agresiva, se recomienda acudir a terapia.

Todo lo anterior nos enseña que los conflictos entre padres e hijos pueden ser oportunidades para ofrecer amor incondicional, paciencia y enseñanza, más que castigos o represalias. Estas relaciones invitan a mantener la calma, establecer límites con amor y recordar que la conducta rebelde a menudo es una forma de pedir ayuda o atención. Al fin y al cabo, las relaciones con nuestros hijos representan un desafío personal que nos enseña el verdadero significado del amor. 



Dr. Antonio Ballestas M.

OTORRINOLARINGÓLOGO

Costa Rica - Francia

LARINGOLOGÍA - CIRUGÍA DE VOZ

Harvard Medical School - Boston (EE.UU)

Hospital Militar - Bogotá

Emory University Voice Center - Atlanta (EE.UU)

Instituto de Laringología - Bogotá

Hospital San Lucas - Porto Alegre (Brasil)

Hospital Quirón - Marbella (España)

- Feminización de voz
- Microcirugía de cuerdas vocales
- Disfonías
- Estroboscopia laríngea






CIRUGÍA ENDOSCÓPICA DE NARIZ, SENOS PARANASALES
Y BASE DE CRÁNEO

Bogotá - Sao Paulo (Brasil) - Jacksonville (EE.UU) - Atlanta (EE.UU)



OTORRINOS


Torre Médica del Mar Calle 85 No. 50-37 consultorio 405
Barranquilla - Colombia

 310 366 91 41 - 304 41 54 - 304 43 99
 voicefem.com - drballestas.com
 voicefem
 @voicefem
 a.ballestas55@hotmail.com

**NUEVA
SEDE**

¡ESTAMOS DE LANZAMIENTO!

Un espacio diseñado para tu salud
y bienestar. **#CuidamosDeTi**

 **¡Visítanos en Quantum Tower!**
Calle 85 # 50 - 159

 **Parqueadero
gratis**

 **labkf_**

 **@laboratoriokf**

¡Atendemos todas
las **Prepagadas** y
Pólizas de Seguro!

Escanea el código QR y
conoce todos nuestros
servicios.



PBX: 605 361 0457

www.labkf.com | 311 387 3690