

CIUDADANO



El conocimiento aplicado nos da poder



No eres tú, es tu

actitud

**El poder
del enfoque**

El éxito es una actitud

**Fernando
Arau**

**Inteligencia
EMOCIONAL**

Las **emociones** y los
consumidores

**Amor, miedo...
y tecnología?**



DISFRUTA DE
NUESTRO CONTENIDO
MULTIMEDIA



HELITOURS

TURISMO AÉREO

Estamos listos para llevarte a **descubrir** nuevos **destinos**.





TOUR VOLCANES
TOUR ATITLÁN
TOUR EL MIRADOR
TOUR TIKAL
TOUR SEMUC CHAMPEY



FOTOGRAFÍAS TAKALIK MAYA LODGE



2381 7777

☎ 5526-6767 / 5000-3215

Avenida Hincapié 18-05 zona 13, hangar i-3, Guatemala Centroamérica
ventas@helicopterosdeguatemala.com
www.helicopterosdeguatemala.com



08 | Buenos ciudadanos en peligro de extinción
Marie Griffin

10 | ¿Amor, miedo... y tecnología?
Oscar Quintero

18 | Las emociones y los consumidores
Víctor Argueta

20 | El poder del enfoque
Carolina Donis

22 | Manejo de interrupciones
Carlos Hurtarte

30 | La soñadora nómada
Ivette González

34 | La señalización en la seguridad industrial
Ivette González



12 | Fernando Arau



36 | Un mensaje de persistencia en voz de un astronauta

38 | 25 años de Expolit



Directora General
Lourdes de Morataya

Directora Editorial
Rosemarie Guzmán
rosemarie@ciudadano.tv

Diseño y Diagramación
Ronald Pérez García

Reportajes
Ivette González
Luis Cano

Corrección y Estilo
Juan Pablo Vicente

Finanzas
Christopher Cocran

Distribución
Nicholle Debroy

Fotografía y Edición Especial
Ronald Pérez G.
Eduardo Santos
Ernesto Gómez

Multimedia Producer
Ana Berreondo

Comercialización y Relaciones públicas
María José Maldonado
comercial@ciudadano.tv

Foto de portada
Ernesto Gómez

Staff



Lourdes de Morataya
Directora General

El arte de servir

Recientemente tuve la dicha de recibir un reconocimiento por la labor que he realizado con el modelo DAR (*Distrito de Alto Rendimiento*). Este es un modelo educativo que tiene como objetivo cambiar la vida de niños y niñas en extrema pobreza, de una manera tal que genere impacto en sus comunidades y cambios al país.

Hay ocasiones en que las emociones pueden dominar la mente y descontrolar el ego. Muchas personas aplauden y admiran lo que se hace y esto puede hacer cambiar la visión que “ellos” tienen de “mí”. Es importante recordar que no vivimos para nosotros, no fuimos hechos para satisfacernos y engrandecernos; por el contrario, **fuimos creados para servir y servir bien a los demás.**

Fernando, en su historia, nos cuenta lo difícil que fue lidiar con la fama, el dinero, la admiración, la adulación. Y a cualquiera le puede pasar; a gerentes, presidentes de corporaciones, servidores públicos y aun a servidores sociales como yo.

La habilidad de poder compartir una historia que expone al desnudo la vida de un hombre público, que se debilitó por la fama y el dinero y, como consecuencia, lo perdió todo, requiere de mucha humildad y amor. En ese sentido, agradecemos la honestidad de Fernando, así como su amistad y la enseñanza que nos brinda al hacernos partícipes de la historia de su vida.

Servir es el arte más valioso que podemos desarrollar; no nos olvidemos de eso. En cualquier posición en la que nos encontremos, debemos enfocar nuestro trabajo para servir con excelencia. **De eso se trata ser un buen Ciudadano.**

Colaboradores

septiembre 2017



DR. OSCAR QUINTERO M.

Médico y cirujano por la UFM, con estudios en Salud Ocupacional, Medicina Aeroespacial, Medical Review Officer Program, Grid Gerencial; Soluciones a Problemas de Liderazgo. Terapia Familiar, adicciones y logoterapia-Instituto de Ciencias de la Familia III Promoción de Estudios Avanzados en Gobierno y Cultura de las Organizaciones. Maestría Universidad de Navarra. Doctorado en Gobierno y Cultura de Organizaciones, Universidad de Navarra, España.



MARIE T. GRIFFIN

De origen colombiano, es en la actualidad directora de Expolit, presentadora de televisión y productora del programa internacional «Verdades que cambian vidas», así como empresaria y copropietaria de Eventers Miami. Forma parte de la junta de varias organizaciones sin ánimos de lucro, incluyendo la Asociación de Editoriales Evangélicas (SEPA) y ComunicadoresUSA. Fue directora de la revista Enfoque durante dieciocho años, y es autora y escritora colaboradora de varias publicaciones. Es de destacar que ha recibido múltiples premios internacionales, incluyendo el reconocimiento especial del Congreso de Estados Unidos debido a su contribución a la comunidad.



VÍCTOR ARGUETA

Economista, con más de 15 años de experiencia en el sector bancario, más de 8 años de experiencia en la industria de valores y sector financiero. Destacándose en el área Operativa, Comercial y de Mercadeo. Actualmente brinda apoyo en re-estructuración de servicios y re-enfoque de productos buscando mejorar el nivel de servicio y proveer un valor agregado a los clientes.



CAROLINA DONIS

Conferencista Internacional. Se graduó con honores de la Facultad de Derecho de la Universidad Francisco Marroquín en Guatemala y luego obtuvo posgrados en la Universidad de Salamanca (España), Cambridge (Reino Unido) y la Universidad de Harvard (EE. UU.). Además de esto, cuenta con títulos en Consejería Psicológica de la Universidad del Valle de Guatemala, Cultura y civilización francesa (Sorbona-París), Life Coaching y una certificación de coach de liderazgo de la organización de John C. Maxwell.



CARLOS HURTARTE

Experto en administración y manejo del tiempo, ventas y Head Hunter con más de 10,000 horas en capacitar y teniendo audiencias desde 5,000 personas hasta programas One to One. Su experiencia está enfocada en los resultados. Ha escrito Manejo del Tiempo por Carlos Hurtarte. Capacitador en la región, México y Suramérica.



DAVID LOCKWOOD

Empresario, autor, conferencista. Ayuda a empresas, organizaciones no-lucrativas, y gobiernos locales con procesos de eficiencia y desarrollo corporativo. Licenciatura en Administración de Empresas, Regis University. Estudios posgrado en Teología de Liberty University. Coach de Liderazgo John Maxwell. Creció en Guadalajara, México y actualmente reside en Denver, Colorado con su esposa, Carolina y su perro, Jack.



MARÍA ANDREA YON VÁSQUEZ

Abogada y Notaria. Asesora Legal en Negocios. Mediadora Certificada. Especialización Internacional en Resolución de Conflictos Laborales y Comerciales. Especialización en Derecho Público. Estudios en Protocolo, Relaciones Públicas y Marketing Estratégico. Maestría en Derecho y Negocios Internacionales (actualmente).



EMILIO LÓPEZ

Ingeniero de profesión. Egresado de la Universidad de San Carlos de Guatemala, con especialidad en Finanzas de University of California, Los Ángeles, Docente Universitario USAC, Coach Motivacional. Coach Empresarial, Coach Ministerial por 20 años.

Staff



The art of communication is the language of leadership. James Humes



At **Citizen Magazine**, we are a trusted media source that believes and actively participates in Corporate Social Responsibility. We partner together with **DAR** in bringing opportunity to children in Guatemala who have been disadvantaged by the adverse effects of poverty and broken homes. Join us in the movement of transforming the future of our country!

Revista Ciudadano fue elaborada con propósito e intención de brindar oportunidad a los niños del **Distrito de Alto Rendimiento DAR**. Niños que se encuentran en situación de riesgo, pobreza y orfandad. Somos un medio de comunicación con Responsabilidad Social Empresarial (RSE), sé parte de la transformación del país. Nuestros niños.



Marie Griffin

Directora de Expolit

Buenos ciudadanos en peligro de extinción

»» POR: MARIE GRIFFIN

Analizando la vida y los quehaceres del hombre, el sabio Salomón reflexionaba y a cada paso se sentía más frustrado, hasta el punto en que dijo:

«quien añade ciencia, añade dolor»
(Eclesiastés 1:18).

Desde que sus palabras fueron anotadas en el libro de Eclesiastés hasta hoy, el mundo ha dado muchas vueltas, y en algún sentido, más rápido cada vez. Los avances tecnológicos de los últimos años lograron la famosa «globalización». De hecho, lo más sobresaliente tiene que ver con los avances en las comunicaciones. El teléfono celular es, tal vez, el ejemplo perfecto. En varios de nuestros países latinoamericanos ya existen más teléfonos celulares que habitantes; sí, parece ridículo pero es real. Hay miles de personas que tienen más de un teléfono activo. El internet le sigue en alocada carrera. Hoy hasta las pizzas se compran por computadora. Buscando estar más comunicados y juntos por medio de la ciencia, nos estamos quedando solos.

El individualismo trae consecuencias dramáticas para la persona, la familia y la sociedad. Comenzamos a vivir, casi sin querer, en un mundo de cristal líquido, plano, de 15 o 17 pulgadas. Al que podemos asignarle el brillo y el contraste que deseamos y en él aparecen nuestros más perfectos paisajes.

En medio de estas reflexiones, me cruce nuevamente con la célebre frase de Gabriel García Márquez, el autor colombiano y premio Nobel de Literatura, orgullo de nuestro continente, quien dijo:

«No tenemos otro mundo al que podernos mudar».

Aunque asignemos a nuestro fondo de pantalla un hermoso atardecer, y nuestro Facebook esté repleto de «contactos», hemos extraviado la responsabilidad por nuestros semejantes, e incluso por la naturaleza. Y ya hemos comenzado a pagar la cuenta de nuestro error. Gran parte de nosotros tomamos a la ligera el mundo en que vivimos y a las personas que en él habitan. Obviando casi inadvertidamente las responsabilidades sociales que implica tener doble ciudadanía, la de este mundo y la del Reino.

Fue desconcertante empezar a observar el comportamiento individualista de la gente a mi alrededor, cristianos y no creyentes. Encontré tal carencia de conciencia ciudadana, de la que me declaro también culpable, que llegó a aterrarme, porque es el camino recto a la extinción.

Mi dolor se agrava al ver que los que sí tenemos «otro mundo a donde mudarnos», quizás usando esto como excusa, vivimos anestesiados de lo que sucede en el lugar que Dios nos prestó para que habitáramos. Al teléfono, la computadora y la TV, le agregamos los «domingos de reunión», donde recordamos, si es que se nos olvidó, que «no somos de este mundo».

Al salir a las calles, vivimos ignorando las más mínimas y elementales reglas de urbanidad y cortesía, vamos por el mundo atropellando sin considerar que Dios demanda de nosotros también un comportamiento cívico, urbano, social. Desde lo elemental, incluso, de tratar a nuestro semejante con cortesía, saludando y sonriendo, o no arrojar basura en las calles, o pegar chicles en la banca de la iglesia.

Nosotros, como cristianos, debemos detener esta alocada manera de vivir. Me refiero a que debemos buscar intencionalmente una mejor relación con nuestro entorno, tanto con la naturaleza como con las personas. Y ser así ejemplo para el resto de la sociedad.

Creo que es imposible que exista una iglesia de testimonio efectivo si no tomamos conciencia de nuestras responsabilidades sociales. Una iglesia donde cada individuo no solo asuma su papel «eclesiástico», si se puede decir así, sino que procure llevar una vida ejemplar entre sus vecinos no creyentes. «...Así, por más que ellos los acusen de actuar mal, verán que ustedes tienen una conducta honorable...» (1 Pedro 2:12, NTV).

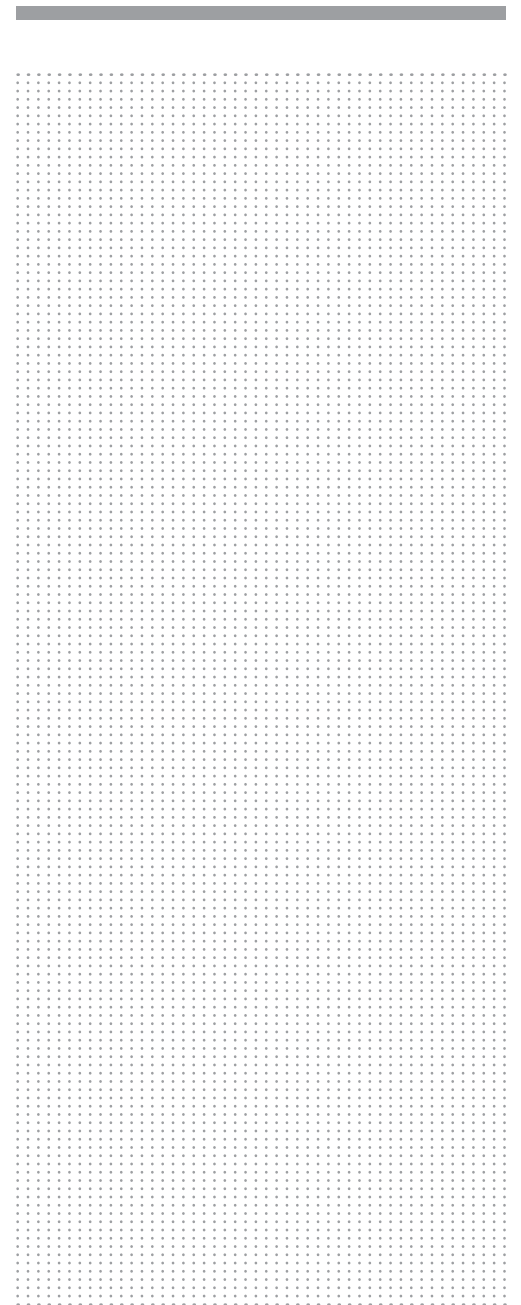
«En primer lugar te insto a que ores por todos los seres humanos. Pídele a Dios que los ayude; intercede en su favor, y da gracias por ello»

(Santiago 5:16, NTV).

Mi reto, para mí misma en primer lugar, y para todos, es que tomemos conciencia que somos embajadores del Rey, y que tenemos que comportarnos en el mundo como ciudadanos «celestes». Dignos de Aquel a quien representamos.

¿Qué tal si decidimos hoy ser buenos cristianos y buenos ciudadanos!?

M





Amor, miedo... y tecnología?

*¿hay alguna relación entre estos elementos
y los cambios de la vida?*

Espero que este título los intrigue desde ya. Pues bien,
¿de qué se trata?

¿Emociones, modernidad y esencia de vida?

»»» POR: OSCAR QUINTERO

Iniciemos por considerar que la energía de la vida está contenida en las emociones y que tanto el amor como el miedo son las que, para diversos autores, representan a las únicas emociones posibles. De hecho, elaboradamente, el miedo solo es una variación de la energía que nos permite existir y crear.

Al ser su negación le resta ese poder y nos puede sumergir en el dolor, la oscuridad y la enfermedad como consecuencia de su impulso.

Las otras “**emociones**” que creemos que existen (*rabia, vergüenza, alegría, ira, celos, deseo, odio* –la más mencionada cuando se habla del amor–) son solo expresiones del amor.

Para cerrar esta consideración, es importante resaltar que el equilibrio o el balance entre las dos dimensiones es el estrés, tema que abordaremos en otra edición.

Todo bien hasta aquí. Así que, *¿por qué incluir tecnología y cambios de vida?*

Empecemos (por el principio):

El desarrollo tecnológico ha invadido nuestra existencia. ¿Correcto? Nadie podría negar que su presencia haya creado y determinado diversos e impensables cambios a la forma en la que se hacen todas las cosas a diario (ejercicio, dietas, amar, orientarnos, decidir, comprar, ayudar a curar, escribir, inspirarnos, practicar otros idiomas, vender, preguntar, además de un largo etcétera).

Amamos, rezamos, hacemos negocios, estudiamos y consultamos con quien no conocemos físicamente. Tomamos decisiones fundamentados en algo escrito, aunque no sepamos **“todo el valor de la fuente”**.

Temas impensables hace 30 años. Ejemplos, ilusiones y fantasías en diversas páginas, nos cambian la forma de ver el mundo y orientan nuestras acciones hacia actividades que pueden **“hacernos sentir más jóvenes”**, porque eso dice el producto.

Por supuesto, si se utiliza con responsabilidad tiene muchas ventajas y beneficios; porque al final, no logrará nunca substituir a nuestro ser auténtico.

Una pantalla puede ofrecernos eterno atractivo, juventud y capacidad para diversas proezas aunque sepamos que quizá no es así.

Serán el sentido común y el criterio que poseamos, lo que nos guiará; claro está, solo si nuestra esencia –y este es el núcleo del artículo- fue desarrollada con fundamento al estímulo de virtudes, en el marco del ejemplo constante para tener de guía los principios y valores que me permitan tener ideas de la existencia, que no puedan ser **“seducidas”** o cambiadas fácilmente por videos, memes, información tendenciosa, falsa o por fotos **“arregladas”** con una app.

Pocos nos atreveremos a desconocer que esta civilización vive momentos brillantes del desarrollo y avances que parecieran no tener límites en innovación y creatividad, y también pocos podemos asegurar que hay miles de usuarios que pueden, por su educación y formación humana, tristemente ceder de forma ilusa a la idea de poseer bienes y bondades que no son reales y desde el miedo de no poder ser, arruinar su vida.

No me malinterpreten, por favor. La tecnología es maravillosa. Hoy no se puede ser funcional sin ella. Pero mi reflexión es que no es posible cambiar nuestra auténtica esencia de amor y sustituirla por el miedo a “no valer lo suficiente” por ese dictado de modernidad.

¿Podemos suplantar nuestra formación moral como se hace con un programa o una app que no es la más actual? ¿Nuestra salud psicológica por el mandato visual o audible de, por ejemplo, un teléfono?

¿En qué porcentaje nuestros pensamientos y sentimientos dependen de algún conocimiento o información de valor fugaz, como en las relaciones virtuales? ¿Qué tanto estas condiciones facilitan vivir desde el amor para crear con bondad y deseo de bienestar o generar sentimientos destructivos y de tristeza desde el miedo?





Fernando Arau

El éxito es una ACTITUD

» ENTREVISTA: ROSEMARIE GUZMÁN
REDACCIÓN: IVETTE GONZÁLEZ

Fernando Arau es una de las figuras más destacadas del humor en Latinoamérica y Estados Unidos. Frente a las cámaras nos muestra una perenne sonrisa y buen humor, detrás es un hombre trabajador, enfocado, creyente y con ganas de dar lo mejor de sí.

Su vida ha sido una montaña rusa, con muchos altos y bajos, pero él ha sabido abrazar los obstáculos y errores del pasado, para construir un presente pleno y un futuro lleno de esperanza.

Hoy hemos tenido el privilegio de conocer de cerca su historia, en la que el éxito es una actitud que impulsa a hacer todo con excelencia, que puede aprovecharse para influir y hacer el bien.

» ¿Cómo te defines a ti mismo?



Video

Soy una persona muy divertida, me dedico a hacer reír. Uno de mis grandes placeres es ver cómo se ríe la gente. Me defino como una tercera generación de una familia de artistas. Soy un hombre con mucho temperamento, creo que todos los humoristas tenemos un temperamento muy fuerte, porque el humor lo equilibra. Soy una persona muy profesional. En mi trabajo soy escritor, director, actor, productor, entonces soy muy exigente en todo lo que hago, porque así me enseñó mi papá, mi mamá y mi abuelita. “Famoso” es la palabra elegante, “popular” es la palabra buena, que significa que te conoce el pueblo. Al final soy un hombre satisfecho y agradecido de la vida.

» Cuando no estás trabajando, ¿qué te divierte o apasiona?

Me gusta hacer deporte y ejercicio, andar en bicicleta, tomar el sol. Salir en las noches de viernes con mis amigos, que casi todos son comediantes, entonces voy a los lugares en los que se presentan para verlos. Me gusta

muchísimo ir al teatro. Ver música en vivo, cualquier música, desde un pianista romántico, hasta un grupo de rock o una orquesta sinfónica. Todo lo que es performance y espectáculo me apasiona mucho, pero eso es lo que hago. Me gusta comer helado de coco y de chocolate.

»» Tu carrera es extensa, si pudieras tomarla y describirla en una palabra, ¿cuál usarías?

Arte. Lo único que he hecho en mi vida es arte. Empecé de payaso en los parques, luego fui mimo en las calles y después entré a un grupo de teatro callejero. Un día me contrataron de mimo para una fiesta particular, y allí alguien se acercó y me dijo "oye, eres muy bueno, ¿te gustaría hacer televisión?", yo dije ¡Claro! Esto fue en 1980.

»» Al ver hacia atrás, ¿cuál dirías que ha sido la satisfacción más grande que tu carrera te ha dejado?

El cariño del público. Creo que el ser querido y sentirme querido, eso es algo bien bonito en la vida. Un momento orgulloso que guardo es cuando era mimo en las calles. En el famoso Festival Internacional Cervantino, que se hace en México y llegan artistas de todo el mundo, se organizó el primer Encuentro Internacional de Pantomima. Llegaron artistas de Canadá, Italia y Francia, que es la cuna de la pantomima. Entonces, han de haber dicho hay que buscar un mimo, y a la esposa del Presidente López Portillo le dijeron "en la calle hay uno". Me llamaron y terminé en el festival. Ese momento cuando dijeron "y el ganador es... ¡México!", el teatro se paró y se vino encima. Fue la primera vez en mi vida que sentí lo que era tener éxito. Las piernas me empezaron a temblar, no podía creer que habíamos ganado un festival internacional, sobre todo, que había representado a mi país. Así que me volví el primer mimo mexicano con un reconocimiento internacional, ese es un momento de gran orgullo.

»» ¿Cómo defines el éxito?

A mí en un momento me deslumbró la fama, pensé que todo lo que brillaba era oro y viví la vida loca. Gracias a Dios sigo vivo, Dios me rescató. **Entonces, el éxito es como el orgullo y el orgullo es como el colesterol, hay uno bueno y uno malo. El éxito que te descontrola, que te desubica y que te mueve la plataforma. Y el éxito que tú puedes aprovechar para hacer influencia y para poder bendecir a alguien.** Yo he vivido ya los dos, y pienso que el éxito es una actitud, una actitud de hacer con excelencia todo lo que sabes hacer, cada vez que lo tengas que hacer.

»» Si bien es cierto has cosechado logros, también has tenido que enfrentar numerosos obstáculos. ¿Cuáles han sido esos eventos determinantes?

El mayor reto que he tenido y el peor enemigo que me ha atacado en mi vida ha sido la fama. Yo no tenía ningún principio, no tenía instrucción de la vida, crecí sin mi papá, nunca fuimos a la iglesia, me hice en la calle. Así que nací y crecí sin Dios, sin ley y sin papá, y de pronto me volví famoso y gané mucho dinero. Yo no quería ser famoso, lo que pasa es que me dediqué a esto, empecé a salir en la tele y me volví famoso. De allí la frase "el precio de la fama". Pero una de las cosas bonitas al final es que la gente me ha aceptado como soy, me perdona como soy, siempre me dan la palmadita en el hombro.

»» Sabemos que tu esposa Rosalinda es una parte muy importante de tu vida y te ha ayudado a atravesar las dificultades. Cuéntanos un poco al respecto.

Rosalinda y yo, hasta el momento llevamos 42 años de matrimonio, 49 de novios y 50 años de conocernos.

¡Esos sí son logros!



Ella creció en un hogar cristiano y yo la criticaba siempre. Hubo un momento en una crisis bien grande que le dije: **“para que yo crea en Dios a mí se me necesita aparecer”**. Y años después, Dios se me apareció.

En algún momento yo escogí la fama sobre mi familia y me fui de la casa por cinco años. Cada vez era yo más famoso y tenía más dinero, pero cada vez era más miserable y me sentía más culpable. Hasta que un día regresé y le dije **“te vengo a pedir perdón, quiero volver con mi familia”**. La condición que me puso es que fuera con ellos a la iglesia el resto de la vida.

Entonces por eso fui a la iglesia, incrédulo, obligado. Ese día el pastor estaba hablando del varón, que es el esposo, padre, hijo, que disciplina a sus hijos, que ama su casa. Todas esas cosas que yo no era y me dieron ganas de llorar. El pastor dijo que si alguien creía que ese era el día para invitar a Dios a su vida, que levantara la mano. Llorando la levanté y fui el único que lo hizo. Me pidió pasar al frente, yo digo que allí sentí la Vía Crucis de Jesús, porque esos 20 metros hacia el púlpito fueron la más grande humillación que yo había sentido. Primero, estaba aceptando que era ese mal hombre, y luego sentí el latigazo cuando la gente me empezó a reconocer, porque yo era muy famoso.

El pastor me dijo que invitara a Dios a mi vida. Me volteo llorando y grito: **“Dios, yo te invito a mi vida, entra en mi corazón”** y caigo de rodillas. La gente empezó a aplaudir y ese fue el mejor aplauso que he recibido.

Años después tuve un evento sobrenatural bastante fuerte. Fuimos a la iglesia y el pastor invitó a pasar a los matrimonios que tenían heridas del pasado. Agarré a Rosalinda y pasé. Llegaron muchos matrimonios y se empezaron a caer. Yo dije: **“ay, a mí no me vengas con eso, esos son fanáticos”**. Y se me para el pastor enfrente y me caí. Genuinamente perdí el conocimiento, y cuando me paré así inmediatamente de **“qué pasó, nadie me vio”**. Me voy a mi lugar, me dice el de junto **“¿te habló el Señor?”**, le digo **“no le dio tiempo, estuve allí tirado un segundo”**. Me dice, **“no, estuviste 25 minutos”**.

Esa misma noche yo soñé con Dios, que hablaba con Él y me decía que me iba a devolver todo y me iba a usar. Le conté a mi esposa y ella me dijo **“a mí Dios en esta noche no me dejó dormir, me estuvo recordando cuando me viniste a pedir perdón, y creo que yo nunca te he pedido perdón a ti”**. Y luego, mis hijos me dicen que ellos tampoco me han pedido perdón. Nos juntamos, nos abrazamos y empezamos a llorar. De pronto un aire frío que llega y Dios me habla de verdad, me dice **“te estoy regresando todo, el corazón de tu familia, estás perdonado”**. A partir de allí Dios me ha usado, y creo que ha abusado de mí (risas).



» Además de tu faceta como artista frente a las cámaras, hay otra dimensión, una en la que te interesas por otras personas. ¿Qué estás haciendo y a quiénes estás ayudando?

Dios ha entrado en mi corazón, en mi mente. Un día decidí que iba a ayudar a los niños que estaban en desventaja, que habían sido abandonados.

Todos mis espectáculos están llenos de principios universales y bíblicos, siempre tienen un mensaje bonito a favor de la niñez, de la familia, del matrimonio, de los hijos, la unión familiar. Empecé a hacer estos shows y cada función que he dado es una batalla ganada. Hice una fundación, Fernando Arau Foundation, el dinero de estas funciones es recaudado para darlo a instituciones, organizaciones o fundaciones, que apoyan y protegen a los niños. Esa es mi labor.

» ¿Cuáles son los valores y principios que te sirven de cimiento?

En el diccionario la definición de principios dice, **“actividades humanas, que favorecen a la humanidad”**. Lo que tú hagas, si eres una persona honesta, recta, íntegra, puntual, todo eso favorece a la humanidad, esos son los famosos principios. Digamos que yo me vuelvo puntual y, entonces, ese principio se vuelve un valor mío.

Yo he decidido hacer muchas cosas que favorecen a la humanidad, como ser una persona honesta, que no roba. He decidido ser un buen ciudadano del mundo, una persona generosa que siempre estoy en la mejor disposición de ayudar, de ser agradecido, esas son las cosas que he decidido ser. Es difícil, pero trato de ser lo mejor posible y de ser cívicamente un mejor ciudadano.

» ¿Qué hay en el futuro para ti?

Siempre tengo sueños. Hay una frase que me gusta que dice **“si a tus sueños no les pones fecha, siguen siendo sueños, si les pones fecha, son metas”**. Tengo como diez metas próximas. Quiero hacer un movimiento muy grande de humoristas en español en Estados Unidos. Es una gran industria que nadie ha hecho ni organizado, yo tengo las ganas y el mecanismo, el prestigio y la fama para poder hacerlo. Ese es uno de los grandes proyectos que pronto vas a ver.

» ¿Qué significa para ti ser un buen ciudadano?

Benito Juárez decía **“el respeto al derecho ajeno es la paz”**. Es respetar las leyes, las autoridades, las familias y las personas, respetar a la ciudad, respetar al planeta, no contaminarlo. Entonces con esa conciencia uno se vuelve el mejor ciudadano, pero del mundo.



CIUDADANO

El conocimiento aplicado nos da poder


EDICIÓN DIGITAL




www.iciudadano.com



 /RevistaCiudadano

 Ciudadano TV

 revistaciudadano

Lee
cada edición
de una forma **fácil y cómoda**
en tu **tablet** o **Smartphone**

Las *emociones* y los *consumidores*



»» POR: VÍCTOR ARGUETA

Lo último de lo que se habla en la mayoría de industrias es de poder conectarse con los consumidores y de esta manera poder influenciar para que nuestra marca sea la seleccionada. Esto tiene que ver con cómo el ser humano piensa, lo que ha vivido y lo que el individuo quiere proyectar en su círculo de influencia. Tomando esto en cuenta, *¿qué deberían hacer las empresas para poder lograr esa conexión y ese conocimiento de sus clientes actuales y de los que desea alcanzar?*

Hoy quisiera comentarles acerca de algunos *tips* que han circulado y que son resultado de una gran cantidad de estudios y artículos que existen respecto a este tema. A partir de los hallazgos de las últimas investigaciones se ha logrado determinar que cuando alguien está pensando en marcas y qué comprar, se basa en sus experiencias personales y cómo se siente, en lugar de las características o las promesas de las marcas, y basado en esto toma sus decisiones.

Esto nos permite inferir que la relación de la **marca con sus consumidores** es mucho más importante que las características

y definiciones de nuestros **productos y servicios**. Como todo en la vida del ser humano, el sentimiento define nuestra forma de pensar y, como consecuencia, nuestras escogencias y lo que nos gusta. Así que el éxito es que **podamos conectar nuestra oferta con una necesidad real para nuestro consumidor**. En la medida en que se llene una necesidad del cliente, se producirá una conexión con la marca.

La información es buena, tener estadísticas de compra y conocer qué hacen sus clientes a través de los diferentes medios, puntos de venta, redes, etc. Pues, ¿qué sucede si nuestras empresas no logran conocer emocionalmente a nuestro consumidor?, el poder alcanzar nuestros objetivos empresariales se vuelve cuesta arriba. El buscar una conexión emocional con el consumidor es clave en cualquier estrategia comercial y mercadológica de las empresas, pero, ¿cómo se logra esto? Esta información la obtendremos por medio de estudios que nos permitan entender de una manera profunda cuáles son las emociones que actualmente motivan nuestro target de clientes, debemos crear una relación con nuestros consumidores por medio de esas emociones.

Las empresas debemos conocer el segmento o base de clientes y cuál es el comportamiento común en esa base de clientes. Un grupo o nicho de mercado se identifica por sus características, antes lo definíamos por patrones de compra; sin embargo, hoy son patrones de comportamientos y personalidades de grupo, y las marcas deben tener una personalidad clara para lograr identificarse con sus clientes, pues, como consumidores, usamos artículos o consumimos servicios que nos den un sentido de pertenencia, que nos hagan sentir parte de algún movimiento o que muestre nuestro estatus.

Como empresas debemos buscar una comunicación clara y directa con nuestros clientes, a todos nos gusta sentir que somos importantes para aquellos con quienes nos relacionamos. Y, finalmente, como marca debemos buscar medios que nos permitan

enviar el mensaje a muchos, pero que el receptor lo sienta de manera personal, esa comunicación que se siente única me hace identificarme con esa marca.

No menos importante es cómo lo decimos, las palabras que usamos, las emociones que transmitimos en nuestra comunicación es clave, quiénes somos como empresa, de dónde venimos, qué nos hace diferentes, y algo que refuerza esta comunicación es el mostrar testimonios de clientes satisfechos pues, como seres humanos, tendemos a creer más a las personas. Todas estas cosas nos permitirán mostrarnos como empresas confiables, preocupadas por sus clientes.

En resumen, para las empresas hoy es clave estar en conexión constante con sus clientes, no podemos dejar de comunicarnos y conocer a nuestros clientes, ya que con el tiempo sus motivaciones pueden cambiar, y la agilidad que tengamos para modificar nuestra oferta y comunicación será clave para el éxito de nuestra empresa.

Busquemos, entonces, esa conexión y conocimiento y sepamos que es un proceso continuo.





El poder del enfoque

»» POR: CAROLINA DONIS

Cuando era pequeña mi papá siempre me decía **"fíjate en lo que estás haciendo"**; y esto debía aplicarlo en situaciones que iban desde no derramar agua del vaso, aprender a manejar, hasta mi vida profesional. Cuando uno es pequeño no pone tanta atención a las instrucciones, sin embargo, ahora en mi vida adulta siempre recuerdo esas palabras, porque donde está mi atención está mi enfoque.

Recuerdo que cuando estaba en el proceso de graduarme de la Facultad de Derecho ya había realizado mis exámenes privados y solo me faltaba la tesis y en tres meses no había encontrado “**tiempo**” para redactarla. Sin embargo, cuando se me presentó la oportunidad de aplicar a una beca en el extranjero, en un mes la había escrito, **¿qué fue lo que pasó?** Encontré mi enfoque.

Un viejo refrán dice “*si persigues dos conejos, los dos se te van a escapar*” y es que muchas veces tener enfoque y disciplina es aún más importante que la inteligencia o capacidades técnicas que podamos tener para lograr algo.

El enfoque nos da claridad sobre las metas, nos ayuda a ser perseverantes cuando sentimos desfallecer y nos mantiene en el camino hasta lograr nuestro objetivo.

En el trabajo, por ejemplo, existen pasos que podemos realizar para mejorar nuestro enfoque:

- **El entorno afecta la productividad.** *Estar sentados en un ambiente donde la gente realmente trabaja (una oficina, una biblioteca, o un lugar donde muchas otras personas están trabajando) ayuda a enfocarnos en el trabajo. Estar cerca de otras personas que están trabajando y concentrándose hace toda la diferencia.*
- **Tomar pausas frecuentes, por lo menos una vez cada hora.** *Trabajar de manera constante puede resultar nocivo para la productividad y aún más para tu enfoque.*
- **Encontrar el balance.** *Algunas personas primero necesitan hacer tareas sencillas o que tienen poco “sentido” para sentir la emoción de lograr algo, que crear algo de manera impulsiva. Otras necesitan comerse el sapo primero y sacar lo más difícil como prioridad. Conocerte en esta área te facilitará el trabajo.*
- **Eliminar las excusas que te hacen perder el enfoque.** *Por ejemplo, si ves que te levantas mucho para buscar agua, puedes optar por mantener un recipiente de agua sobre la mesa.*

Sea lo que sea que deseemos lograr, el enfoque y la concentración son los elementos necesarios para ser productivos y seguir hacia delante. **Plantéate metas a corto, mediano o largo plazo y trabaja en tu sentido de enfoque para ver que se conviertan en una hermosa realidad, ¡vale la pena! Tu enfoque determina tu realidad.**



“ No me enfoco en mi adversario. Me enfoco en mis metas y trato de ignorar el resto.”

Venus Williams

Manejo de interrupciones

»» POR: CARLOS HURTARTE



CARLOS HURTARTE

ceo@carloshurtarte.com.gt

Lo primero que debemos identificar es la diferencia entre interrupción y una actividad de trabajo. La confusión viene cuando nos quejamos la mayor parte del tiempo de estar siendo interrumpidos en el trabajo, sea por los jefes, los clientes, compañeros de trabajo, correos, llamadas, situación que no es del todo cierta.

A continuación vamos a definir cuando una actividad se puede tomar como una interrupción real.

- 1- Debemos tener una agenda y un plan de trabajo, diario, semanal, mensual. De otra forma no estamos siendo interrumpidos, simplemente es una actividad más que se une a las demás actividades que se tienen.
- 2- Si algo viene obligándonos a dejar algo ya planificado o agendado entonces sí estamos siendo interrumpidos.
- 3- La interrupción es perceptible cuando nos hace dejar acciones o actividades planificadas.

El otro punto importante es saber definir cuando es una actividad de trabajo. Esto se logra al considerar los siguientes puntos: **En primer lugar debemos de tener en cuenta que toda persona, en la vida personal y laboral, debe tener momentos dedicados a la prevención; luego, es necesario prepararse para los eventos que pueden presentarse en nuestra vida personal y laboral; finalmente, es preciso planificar una acción basada en los dos puntos anteriores.** Hay personas que no contemplan estas tres consideraciones por lo que es muy probable que estén expuestas constantemente a interrupciones de todo tipo.

Si un asistente sabe que su jefe cambia las citas y las reuniones con frecuencia, o lo ha hecho más de dos veces, debe prevenir que esto suceda. **¿Cómo prevenir una situación similar?** Supongamos que el jefe le pide hacer una reunión para el día siguiente con 5 personas clave. Si el asistente no previene que el jefe puede cambiar la cita, se irá a su casa ya con la cita armada desde la oficina. Sin embargo, si luego del trabajo está disfrutando de una cena con su familia, haciendo ejercicios, viendo algo de te-

levisión, leyendo o compartiendo con amigos y recibe la llamada de su jefe diciendo que cambia la reunión de mañana para otro día, deberá, en el peor de los casos, regresar a la oficina para hacer los cambios pertinentes, localizar a las personas esperando poder contactarlas a todas para no hacerlas llegar al día siguiente. Eso es una interrupción literal ya que está obligado a dejar lo que está haciendo para resolver el cambio requerido por el jefe.

Veamos otro escenario. El asistente previene que su jefe pueda cambiar la cita por alguna circunstancia, por lo que, como forma de prevención, solicita a los asistentes de la reunión, diferentes números de contacto o direcciones de correo electrónico donde pueda localizarlos si se presenta algún cambio. Además, se anticipa a indicarles que si no tienen comunicación de parte de él o ella antes de las 20:00 no hay cambios y la reunión se llevará a cabo según lo acordado. Si el asistente que se preparó con los datos de las personas lleva esta información a casa (prepararse) y recibe la llamada de su jefe, le tomará 5 minutos notificar a las personas involucradas y realizar el cambio pertinente.

Así, podemos decir que el primero fue interrumpido por no haber previsto los cambios, y para el segundo la prevención es parte de su trabajo. Para dejarlo claro, las interrupciones se producen cuando no hay agenda, planes, prevención, ni planificación. Los cambios inesperados son parte del trabajo, sin embargo, cuando tomamos en cuenta los elementos anteriores podremos tener un eficiente manejo del tiempo, de los imprevistos y estos nunca van a alejar de lo que en verdad nos importa.



Inteligencia

EMOCIONAL

»» POR: DAVID R. LOCKWOOD

¡Soy un genio! Bueno, esa fue mi calificación de un examen gratis de cociente intelectual (CI) en línea que tomé recientemente. Había mirado la pantalla, identificando anomalías entre tonos, colores, círculos y cuadrados, encontrando diferencias entre grupos de objetos. Después de haber terminado el examen, me levanté de la computadora con un generoso sentido de intelecto superior.

Momentos después, mi intelecto superior me metió en una acalorada discusión con mi esposa acerca de un comentario que había hecho acerca de uno de nuestros parientes quien estaba de visita esa semana. (Por cierto, estoy seguro que todos los lectores de este artículo siempre se llevan bien con todos sus familiares en todo momento sin falla). Lo que le comenté en nuestra discusión había sido completamente correcto. Sin embargo, la manera en que lo dije había sido completamente equivocada. Mis círculos y cuadrados no podrían ayudarme ahora. Mi intelecto superior había sido colocado en su lugar. “Sí, seguro no hay duda que eres un genio” me dije a mí mismo.

Como un recién casado, ningún examen en línea me podía preparar completamente para comprender las diferencias que existen entre mi esposa y yo (créanme, he tomado varios). No me malinterpreten. Me encanta la vida de casado. Los ángulos variables y curvas inesperadas en el camino no solo me hacen la vida más interesante, sino que me retan a

crecer. Regresando a nuestra discusión: mi intelecto superior había triunfado cuando se trataba de comparar cuadrados, pero no era para nada como Einstein cuando se trataba de empatía. En otras palabras, mi cociente intelectual (CI) estaba bien, pero mi cociente emocional (CE) necesitaba ayuda. Permítanme explicar.

El concepto de cociente intelectual (CI) fue creado en 1912 cuando William Stern, psicólogo alemán, escribió una serie de exámenes estandarizados para una propuesta para la Universidad de Wroclaw. La comunidad académica necesitaba un término común para definir función cognitiva e inteligencia comparativa, y la creación de Stern se volvió la etiqueta aceptada.

Sin embargo, la inteligencia se presenta en diferentes formas, y sus manifestaciones son localizadas en diferentes partes del cerebro (derecha, izquierda, etc.). Históricamente, los exámenes de

cociente intelectual (CI) se enfocaban en solo una parte del cerebro izquierdo. Esto provocó tanto el cuestionamiento holístico de su eficacia como la búsqueda de métodos alternativos de medida.

La idea de inteligencia emocional fue el producto de dicha búsqueda. El término cociente emocional (CE) primero apareció en 1964 en la forma de un ensayo escrito por Michael Beldoch, un psicólogo de Nueva York. El concepto creció en popularidad a mediados de los años noventa, y ahora domina el campo de crecimiento personal. Inteligencia emocional se define como la habilidad de alguien para controlar sus emociones y relaciones interpersonales con empatía, considerando la manera como las expresiones de uno impactan a otros.

En mi discusión había comprobado la veracidad de mis palabras antes de hablar, pero no había comprobado el impacto emocional que tendrían. Mi esposa tomó la crítica del pariente como un reflejo sobre ella personalmente, y aunque no fue mi intención, mis palabras resultaron dañinas. No había tenido empatía. Había reprobado el examen de cociente emocional (CE).

En retrospectiva, puedo pensar en tres maneras simples de mejorar la inteligencia emocional: **Primero**, *confronta con gracia y misericordia. Dale a la otra persona el beneficio de la duda.* **Segundo**, *expresa frustración con empatía. Usa términos como “yo siento” y nunca trates de manipular.* **Tercero**, *habla la verdad con amor. Anteriormente, yo había hablado mi verdad, pero había dejado fuera el amor, por lo cual luego tuve que pedir misericordia para corregir mi equivocación.*

Gracias a mi experiencia y estos pasos, mi cociente emocional va en aumento. Y en una nota no relacionada, mi futuro artículo tratará acerca de cómo los genios duermen en el sofá varias noches.



No eres tú, es tu *actitud*

»» POR: MARÍA ANDREA YON VÁSQUEZ

*L*a frase “No eres tú, soy yo” es la más común en las rupturas amorosas, sin embargo, en el mundo empresarial cuando hay rupturas comerciales o laborales la causa sería “No eres tú, es tu actitud” puesto que la mayoría de conflictos que hacen que dichas relaciones terminen son causados por problemas con la actitud.

Leí una frase que dice “*No es tu aptitud sino tu actitud la que determina tu altitud*”, y de esto podemos deducir que no es el nivel académico, ni los talentos, ni títulos, ni la posición lo que determina el crecimiento y el éxito en la vida, sino la actitud hacia los demás en un mismo nivel de jerarquía, sea menor o superior, cuando se tienen pocos o muchos recursos, así como la reacción cuando se enfrenta a un conflicto, ante el estrés y situaciones difíciles.

En el mundo de los negocios existen los divorcios empresariales, las personas terminan una relación laboral o comercial con otras no por los títulos ni la experiencia de la persona sino por las actitudes que esta tiene, en la mayoría de los casos los jefes terminan con sus colaboradores, los clientes con sus proveedores, los socios entre sí, simplemente por cuestiones de **ACTITUD**.

Todos hemos tenido la experiencia de ir a una empresa y recibir una atención desagradable por alguno de los colaboradores, dejando un disgusto como usuarios al momento de adquirir un producto o servicio. Como resultado, surge la duda de si a pesar de que la calidad de lo que ofrecen sea excelente, aún hay motivación para regresar a dicha empresa. Por otro lado, en el ámbito laboral cuando un colaborador quiere irse de una empresa y renunciar, generalmente lo hace por el pésimo trato del jefe; o viceversa, cuando un jefe quiere despedir a un empleado, un factor determinante es su forma de relacionarse y comportarse la que hace que se tome dicha decisión. Así, volvemos a lo mismo: **no se termina la relación por la persona sino por una cuestión de actitud.** Es importante mejorar esto y evitar que en la vida personal y empresarial alguien nos diga **“No eres tú, es tu actitud”**.

La ACTITUD puede abrir o cerrar puertas, por lo tanto debemos reflexionar cómo actuamos ante las circunstancias diarias a nivel personal, laboral o comercial, de esto depende nuestro crecimiento y la altitud adonde queremos llegar.

Llevando esto a la práctica las cualidades de una persona con **BUENA ACTITUD** son:

- 1. Ser positivo, visualizar lo mejor de cada situación
- 2. Accionar buscando soluciones en vez de preocuparse
- 3. Siempre dar y servir a los demás
- 4. Innovar y provocar nuevas oportunidades
- 5. Ejercer liderazgo agregando valor a los demás
- 6. Nunca dejar de aprender y crecer

Recuerda a diario que el manejo adecuado en las relaciones con una **ACTITUD** correcta es determinante para alcanzar nuestras metas, tener mejores oportunidades y lograr una vida exitosa; pero sobre todo que lo más importante del éxito no es solo mejorar tu vida sino aportar positivamente a los demás.

actitud actitud
actitud
actitud actitud actitud
actitud actitud



conectándome con los demás



“ El criterio número uno para avances y promociones con profesionales es la habilidad de comunicarse efectivamente ”

Harvard Business Review

»» POR: COACH EMILIO LÓPEZ

Conectar es la habilidad de identificarse con la gente y relacionarse de una manera que incremente su influencia con ellos. Esto es importante, porque la habilidad de comunicarse y conectarse con los demás es un factor determinante para lograr su potencial. El que desea triunfar, debe trabajar con los demás, y para hacer esto de la mejor manera, DEBE aprender a conectarse con la gente.

»» 1. CÓMO CONECTAR CON LOS DEMÁS. CONECTAR SE TRATA DE OTROS, NO DE MÍ.

Cuando de conectar a otros se trata, debemos pensar en el corazón, alma y mente del discípulo o colaborador. **¿Cómo se logra esto?**

a. Madurez. Aquel que es maduro podrá ver más allá de su nariz y podrá enfocarse en las necesidades de los demás y no en sí mismo. Cuando uno madura ve la foto completa y no solamente donde sale uno.

b. Humildad. Al que es humilde se le hace más fácil escuchar el corazón de los demás, sentir el alma de los demás y conocer el deseo de los demás. Además, al humilde lo quieren todos, empezando por Dios.

c. Valorar. En cierta oportunidad leí un pensamiento que decía: El 75% de las personas tiene un rótulo imaginario en el pecho que dice "Por favor, dígame algo bonito." Y me parece que la estadística se queda corta. Creo que todos anhelamos que nos valoren (que nos digan algo bonito).

d. Seguridad. El inseguro anda buscando que lo aprueben; mientras que el seguro, aprueba a los demás, y lo hace de manera objetiva, sin exagerar o mentir. El inseguro se desconecta, el seguro conecta.

»» 2. LA CONEXIÓN EN EL MERCADO DEL CAFÉ.

La siguiente historia nos ayudará a introducir el ADN de la conexión en nuestras vidas.

a. Un experto en todo menos en conexión. El Señor Nabi Saleh es un experto de café y té. Desde 1974 se dedica al mercadeo e industrialización del café, esto más que todo en Australia.

b. Una asociación sin conexión. En 1995, el Sr. Saleh con su socio el Sr. Peter Irvine conocieron la cadena de Tiendas Gloria Jeans y pudieron firmar un contrato de representación internacional.

c. Una inauguración sin conexión. En el año de 1996, fueron abiertas dos tiendas en Australia, se preocuparon de la tienda, del producto, pero menos de la conexión... Fracaso rotundo.

d. Descubrieron la conexión y obtuvieron producción: No fue sino hasta que lograron conectar con los clientes que pudieron empezar a crecer. En diez años, abrieron más de 300 tiendas. Hoy en día esta tienda se encuentra representada en 15 países en el mundo con 470 tiendas.

En SUMA: Es hora de crecer en el tema de las relaciones. Muchas personas se conforman con comunicar, otras se van la milla extra, y empiezan a conectar. Tengo que admitir que no todos conectan, y es que es un tema relativamente nuevo, que una gran mayoría no han sido enseñados. Pero usted ya tiene la clave para hacerlo:

- Madurez
- Humildad
- Valor
- Seguridad

La soñadora nómada

un mensaje de **amistad** y **conexión** entre culturas

»» POR: IVETTE GONZÁLEZ

Una mañana de 2012 Sarah Dodd despertó y se dio cuenta que la vida que vivía no la llenaba, su lista de objetivos por cumplir era larga.

Desde niña había tenido que enfrentarse a enormes retos en su vida personal.

Sin embargo, fiel a su espíritu aguerrido, decidió dar un paso al frente y hacerse cargo de la situación. Tomó dos empleos, trabajando turnos dobles, sin vacaciones o descanso, hasta que logró pagar sus deudas y encontrar la libertad para perseguir sus sueños.

Hoy, a sus 27 años, es la protagonista de The Nomadic Dreamer, el proyecto con el que busca difundir un mensaje de amistad y conexión entre culturas y países. Invita a otros a conocer diferentes culturas, también a romper las barreras del miedo y el desconocimiento, por medio de charlas, conferencias y distintas actividades de intercambio cultural.



Recientemente Sarah visitó Guatemala y esto fue lo que nos contó:

¿Cuál es el propósito de tus viajes?

Estoy viajando por todo el mundo, en los últimos tres años he visitado 66 países. En cada uno intento colaborar con la oficina de turismo o con diferentes culturas. A veces duermo en la casa de una familia indígena, o paso tiempo con familias para ver cómo viven la vida. Los acompaño al médico, a la escuela, y hago las cosas diarias que la gente normalmente hace.

Es mi manera de conectar con las culturas y aprender un poco de ellos, porque vengo de una familia bastante conservadora, con una mentalidad bastante cerrada. Entonces, a lo largo de mis viajes he tenido que quitarme esa mentalidad, porque era una barrera muy grande.

¿Cómo logras entablar el contacto con las personas de cada país?

Soy miembro de la organización rotario, también a través de personas u organizaciones con la misma misión que yo. Por ejemplo, en el tema de turismo sostenible, colaboro con diferentes organizaciones que se enfocan en eso. Me apasionan mucho los niños, cualquier organización que tenga que ver con ayudar a los niños, darles de comer, pasar tiempo con ellos o inspirarlos.

¿Cuál ha sido el aprendizaje más grande que te ha dejado este proyecto?

Antes de viajar, yo pensaba que el dinero era la felicidad. Pero al recorrer el mundo he visto, sobre todo en los países que no tienen tantísimo dinero, que la gente que tiene muy poco está muchísimo más contenta que personas que tienen el montón de dinero.

Eso es algo que me ha impactado muchísimo, porque la felicidad no viene de nuestro entorno, viene de nuestro interior.

¿Qué te apasiona, además de viajar?

Yo vengo de Arkansas, donde todos somos iguales, no hay mucha diversidad, la gente cree en las mismas cosas. Pero cuando viajo por el mundo puedo conectar y aprender de muchas cosas, con muchas culturas, entonces eso me apasiona. Me encanta aprender cómo cocinar, sobre las diferentes religiones, cómo viven, qué hacen.

¿Qué estudiaste?

Yo estudié enfermería. El año pasado también cursé una carrera de comunicación y lenguaje mientras viajaba a 20 países. Estudié, viajé y trabajé tiempo completo, todo simultáneamente. Fue una experiencia y un aprendizaje de equilibrio en la vida, porque se puede hacer muchas cosas, pero hay que organizar nuestro tiempo y tener la constancia para alcanzar nuestros sueños.

¿Qué mensaje te gustaría compartir con nuestros lectores?

Hay que encontrar lo que se quiere en la vida y luchar por ello. Antes yo no sabía qué hacer conmigo. Trabajé en enfermería, como niñera, hice muchas cosas, pero cada una me ha transformado para ser la persona que soy ahora mismo.

Cuando la gente me ve piensa que tengo suerte o que vengo de una familia con mucho dinero, pero no es el caso. Mi familia es humilde, tiene un historial con bastantes problemas de drogas y divorcio. He tenido que cambiar mi mentalidad, trabajar duro y luchar por la vida que tengo ahora. Es posible lograrlo.



www.thenomadicdreamer.com/es/

 [thenomadicdreamer](https://www.facebook.com/thenomadicdreamer)

 [1nomadicdreamer/](https://www.instagram.com/1nomadicdreamer/)



Melanie Espina

“Miss Mundo Guatemala es belleza integral con propósito”

»» POR: IVETTE GONZÁLEZ

En septiembre de 2017 concluye el reinado de Melanie Espina como Miss Mundo Guatemala. Durante los doce meses que la corona la ha acompañado, ha aprovechado la plataforma que este certamen de belleza le brindó para perseguir una de sus grandes pasiones, la proyección social.

De esta cuenta, ha trabajado para llevar bibliotecas a espacios donde se necesitan, para construir y fortalecer lazos de apoyo, así como motivar a otros a generar múltiples actividades benéficas.

¿Quién era Melanie Espina antes de convertirse en Miss Mundo Guatemala?

Antes de participar en la corona Nacional de Miss Mundo Guatemala yo era una estudiante de derecho, común y corriente. Hija de madre chimalteca y de padre de Jutiapa, tengo una hermana, y siempre he estado muy dedicada a mis estudios. Siempre me había interesado el mundo de los eventos de belleza, y me gustó Miss Mundo porque se trata de belleza integral con propósito.

¿A qué te refieres cuando nos dices que este certamen busca una belleza integral con propósito?

Lo que pasa es que el concurso busca a una chica que pueda hacer varias cosas, que más allá de ser bella físicamente, tenga algo más que expresarle al mundo. Alguien preparada académicamente, que tenga esa integralidad, que logre proyectar todo lo que tiene para entregar a la sociedad guatemalteca.

¿Qué significa para ti ser Miss Mundo Guatemala?

Significa uno de los mayores regalos que me ha dado la vida. Cuando me anunciaron como la ganadora, sabía que era una responsabilidad. Lo tomé como una oportunidad no solo para sentir-



Video

me representante de la belleza de la mujer guatemalteca, sino para aportar y hacer obra social. Desde que me coronaron ha sido mi mayor propósito.

¿Qué es Mundo de Libros?

Es el proyecto en el que uní mi pasión por la lectura con mis ganas de ayudar. Hay muchos lugares a nivel nacional donde no tienen acceso a libros, carecen de esos necesarios espacios de lectura.

Actualmente se han abierto dos bibliotecas, la primera en el Centro Juvenil de Privación de Libertad para Mujeres, porque visitar los centros privativos de libertad no suele estar en la agenda de nadie. La segunda fue en Nuestra Señora del Refugio en Jalapa, enfocada a niñas que han sido abandonadas. Estamos próximos a hacer la tercera biblioteca en un centro educativo en San Martín Jilotepeque, Chimaltenango. Este es mi mayor legado como Miss Mundo Guatemala.

¿Qué otros proyectos has impulsado?

Granitos de Unión, es otro de los proyectos en los que he estado trabajando. Básicamente me convierto en un enlace entre quienes pueden ayudar y las personas que necesitan la ayuda. Doy charlas motivacionales en centros educativos, a cambio se le pide a cada estudiante que lleve una bolsa con algún grano básico. Una vez se hace la recaudación, se lleva la ayuda a un lugar que se necesite, siempre dentro de la misma comunidad.



También me invitan mucho a los departamentos a participar como jurado en otros certámenes de belleza. A cambio, en lugar de pedir que me paguen, yo siempre les pido como requisito que organicen una actividad benéfica en la que yo pueda participar. Me ha tocado hacer visitas de toda clase a asilos, orfanatos, organizaciones diversas. Ese contacto con las personas, hacer cosas buenas, es lo que realmente hace que una corona valga la pena.

Recientemente cerraste tu carrera en Ciencias Jurídicas, ¿cuál es la importancia del ámbito académico en tu vida?

Es sumamente vital. Tengo presente que un reinado es momentáneo, es un instante que claro que puedes utilizar como plataforma, pero tiene que ir paralelo. No puedes dejar a un lado lo académico, porque eso es lo que realmente te va a servir en un futuro y lo que es perenne.

Pronto entregarás tu corona, ¿qué planes tienes para después de este acontecimiento?

Mis planes puntuales son graduarme como abogada y notaria y me gustaría trabajar para alguna organización de Derechos Humanos. También estoy en planes de convertir "Mundo de Libros" en una fundación, para que no se quede en un proyecto. Esa va a ser mi mayor gratificación de lo que fue Miss Mundo.

Para ti ¿qué significa ser un buen ciudadano?

Tener incidencia en las decisiones que se toman a nivel nacional, no solo por medio del voto. Creo que es momento que las personas tomen acciones concretas desde donde están, si yo soy contador, médico, abogado, psicólogo, hacer bien mi papel, hacerlo con valores y principios, porque eso, a la larga, va a ayudar a fomentar y a formar una Guatemala más próspera.

LA SEÑALIZACIÓN EN LA SEGURIDAD INDUSTRIAL

Prevenir accidentes es salvar vidas

»» POR: IVETTE GONZÁLEZ

Al hablar de seguridad industrial nos referimos a la seguridad dentro de una industria, para las máquinas e instalaciones, pero esencialmente para los individuos.

La intención principal es que las personas estén libres de peligro dentro de una industria, comercio o establecimiento, así como ante el manejo de cualquier tipo de maquinaria. Esto es la seguridad ocupacional, un campo dentro de la seguridad industrial.

Su importancia radica en que es indispensable para la prevención de accidentes. **“Si nosotros contamos con toda la seguridad industrial adecuada, vamos a prevenir accidentes potencialmente fatales y, por consiguiente, salvar vidas”**, opina Ester Luna, Gerente General de la empresa Multiseñal.

Es por ello que toda empresa e industria debe contar con la protección adecuada para que su personal esté seguro en todo momento. Dependiendo del tipo de negocio, esto podría incluir el uso de cascos, chalecos y otros aditamentos.

También es importante considerar que muchos de estos requerirán ser reflectivos, porque permitirá que los trabajadores u operarios sean vistos con facilidad, aun en situaciones de escasa iluminación.

El papel de la señalización en la seguridad

La señalización es probablemente el factor más importante para tener un ambiente seguro. Tiene una función determinante dentro de las operaciones diarias. Pero también es de gran ayuda en el salvamento de las personas ante situaciones de crisis, accidentes o desastres naturales.

Para lo cual, se requiere que la señalización que se coloque sea adecuada y fácil de comprender para las personas.

Ester Luna explica que **“cuando la señalización no es adecuada, no se va a entender, entonces en lugar de prevenir un accidente puede provocar uno. Por ejemplo, si no somos claros con los colores o las frases que se colocan en un rótulo”**.





Cuando las personas no son capaces de interpretar de manera adecuada una señal, están en peligro de protagonizar un accidente. Incluso de provocarlo para alguien más. Por ello, todas las señales deben cumplir con tres características fundamentales: ser claras, sencillas y directas.

En qué consiste la señalización para la seguridad

Se trata de una serie de colores, figuras y letras que indican alguna advertencia, información e indicaciones de salvamento.

Por ejemplo, el color verde es propio de las rutas de evacuación, al verlo en conjunto con una serie de flechas, las personas pueden ubicar qué dirección seguir para encontrar una salida en caso de emergencia. O bien, el rojo señala la necesidad de precaución ante algún peligro.

Quiénes requieren señalización en sus instalaciones

Cualquier tipo de industria, comercio o establecimiento, en el que se reúnan varias personas a la vez, debe contar con señalización. Esto sin importar si se trata de un edificio de una sola planta, de varios niveles, con o sin sótanos. Aquí se incluyen centros comerciales, hospitales, plantas de producción, hoteles, centros de conferencias, por mencionar solo algunos.

El primer paso es llevar a cabo un proceso de diagnóstico, para identificar el tipo de señalización que se requiere para cada edificación. Lo ideal es que las empresas cuenten con su propio departamento o personal de seguridad para llevarlo a cabo.

Pero cuando no se tiene, se puede recurrir a los manuales con los que Conred cuenta específicamente para este fin. Empresas especializadas en brindar los servicios de señalización, tales como Multiseñal, cuentan con personal capacitado para dar esta clase de asesoría.

Tan importante como contar con la señalización óptima, es mantener al personal capacitado, para que pueda fácilmente interpretar y comprender las señales. *“En un momento de crisis las personas pueden ponerse nerviosas y no van a saber hacia dónde salir. Pero si capacitamos al personal sabrán qué hacer”*, concluye Ester Luna.

El mensaje final que ella comparte, es la importancia de crear conciencia en torno a la necesidad de una cultura de seguridad y prevención de accidentes. *“La señalización está por una razón, la más importante, que es resguardar la vida de las personas”*.



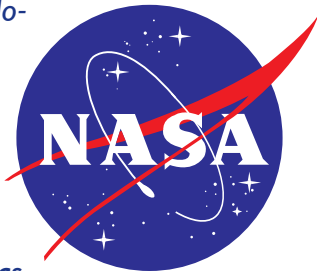


UN MENSAJE DE PERSISTENCIA EN VOZ DE UN **ASTRONAUTA**

»» POR: IVETTE GONZÁLEZ

El 28 de agosto se llevó a cabo en la ciudad de Guatemala el evento **TRON - Transformation Conference**, bajo el lema “*revolución digital en los negocios, más allá de este mundo*”, de la Panamerican Business School y Florida International University -FIU-.

Dentro de este marco estuvo de visita en el país el comandante **Bruce E. Melnick**, hombre de ciencias y reconocido astronauta y especialista de misión de la **NASA**, quién tuvo a su cargo la conferencia “*Los retos de las nuevas generaciones*”.



Revista Ciudadano tuvo la oportunidad de conversar con él y recopilar algunos de los mensajes clave que trajo para obsequiar a los jóvenes guatemaltecos.





¿Qué nos puedes contar acerca de los retos a los que se enfrentan las nuevas generaciones?

Es un hecho que la nueva generación se enfrenta a muchos retos. Allá afuera hay tanta información, deben seleccionar la correcta que los enfoque en la dirección adecuada. Con mi visita intento hacer que las personas jóvenes se entusiasmen con la ciencia, tecnología, matemática, arte, esas cosas que van a beneficiar a las futuras generaciones.

Los jóvenes de hoy son los que van a formar el futuro. De ellos depende llevar este planeta a donde queremos que llegue. Quisiera asegurarme de llamar su atención para que vean que pueden ser una parte importante de todo esto.

¿Por qué es importante abordar este tema y cuál es el impacto que esperas tener con tu participación?

No sé con certeza qué impacto voy a tener, pero es agradable pensar que tengo la oportunidad de tener uno. Me considero una persona muy afortunada, porque me fue posible obtener la educación que necesitaba para ser capaz de volar al espacio, aun cuando vengo de orígenes austeros. Nadie en mi familia había ido a la universidad antes.

Mi madre me decía: **“te está yendo muy bien en ciencias, ¿por qué no intentas ir a la universidad?”** Entonces lo hice.

Encontrar una motivación para ir más allá es importante. Muchos jóvenes no saben que están interesados en ciencias, tecnología, ingeniería o cualquiera de estas áreas, tenemos que exponerlos a estas disciplinas. Una vez que yo estuve expuesto, las disfruté y encontré el camino. Es lo que quiero transmitir en el evento y, tal vez, despertar su interés para que sigan adelante. Si tan solo logro llegar a uno o dos jóvenes, esa sería una misión exitosa para mí.

Estuviste en el espacio en dos ocasiones distintas, ¿qué fue lo más memorable?

Tal vez fue la segunda misión, porque las cosas no salieron bien. En la primera subimos y bajamos en cuatro días, todo

salió tan preciso como un reloj. Pero la segunda, era el primer viaje de la nave **Endeavour** y tuvimos dificultades.

Debíamos interceptar un satélite que se había salido de órbita y colocarle un motor para corregir su curso. Luchamos por tres días. Finalmente, gracias a un enfoque innovador pudimos finalizar la misión con éxito. Todo, debido a personas que pensaron **“fuera de la caja”**.

Otro de mis recuerdos más memorables fue ver la Tierra por primera vez desde el espacio. Tiene su propio color, su propia geometría y te muestra que este es un planeta hermoso.

¿Qué valores aplicas en tu vida, que te permitieron alcanzar el éxito profesional, tanto en la NASA como en tantos otros lugares interesantes en los que te desempeñaste?

Creo que uno de los valores más fuertes es la persistencia. Si quería hacer algo, nada me lo iba a negar, hacía todo lo necesario para lograrlo. Mi madre fue una influencia muy grande para mí. Me enseñó que si había algo que podía servirme en el futuro, aun si no estaba seguro, que participara en el proceso de selección. Si te seleccionan puedes decidir si quieres seguir, pero no permitas que al ver hacia atrás te entre la duda: **“¿qué habría pasado si...?”**

¿Qué significa para ti ser un buen ciudadano?

Hacer del mundo a tu alrededor un mejor lugar, dejarlo mejor de lo que era cuando llegaste, nunca hacer nada para destruir lo que tenemos, porque somos muy bendecidos de tener este planeta, las vidas que tenemos.





Exp25lit

25 años de Expolit

Expolit, la convención de música, literatura y productos cristianos más relevante, la cual durante más de dos décadas ha reunido a los actores cristianos más influyentes, celebró este año su 25 aniversario.

Del 10 al 13 de agosto pasados fue posible conocer la enorme oferta de productos cristianos que están a disposición de las personas para su crecimiento espiritual, así como más de 90 seminarios y talleres. Además, y más importante aún, se trató de una oportunidad de encuentro entre personas que comparten la misma fe y para el fortalecimiento de sus ministerios.

Por segundo año consecutivo, **Revista Ciudadano** estuvo presente en este evento, uno de los más grandes e importantes dentro de su categoría.

Durante los cuatro días que duró la exhibición, tuvimos el gusto de compartir con grandes personalidades que han aportado con su talento y trabajo a la construcción del Reino de Dios. Entre ellos DJ PV, quien aprovechó el evento para dar a conocer su más reciente producción **“Me llevas más alto”**.

Otras personalidades como **Bernice Torrence** y **Nes-tor Ochoa**, quienes nos regalaron algunos minutos de su tiempo para hablar de su libro **“Los 7 pilares del éxito”**; la periodista y presentadora de televisión **Ma-yela Rosales**, que nos compartió su perspectiva sobre la felicidad; y, por supuesto, el mensaje motivador de **Marie Griffin**, directora del evento.



Dentro del marco de Expolit también se entregaron los prestigiosos Premios Águila, galardones que se dedican al reconocimiento de los comunicadores hispanos dentro de la industria cristiana. Los ganadores de la edición de 2017 fueron:

- Mejor publicación digital: Mundo Cristiano, de CBN News
- Mejor presencia en redes sociales: Poeta del Cielo
- Mejor publicación impresa: Armonía Magazine
- Mejor comunicador junior: el guatemalteco Diego Gómez, el Peque Reportero
- Mejor programa de televisión: Tarde Pero Sin Sueño
- Mejor presentadora de televisión: Silvia Salcedo
- Mejor presentador de televisión: Gustavo Falcón
- Mejor programa radial: En Buena Compañía
- Mejor locutora: Stephanie Campos
- Mejor locutor: Ernesto Zuazo
- Mejor emisora en dial: La Nueva 88.3 FM, de Miami
- Mejor emisora digital: CVCLAVOZ





TRANSFORMEMOS CAFÉ EN SONRISAS

Por cada bolsa de café que compres
apoyarás con un tiempo de comida a la
niñez guatemalteca de escasos recursos.

#UNCAFEPARADAR



LOVEXPORTS™



INFO@LOVEXPORTS.COM
WWW.LOVEXPORTS.COM



¡Apadrinando sueños!

LO INVITAMOS A APADRINAR LOS SUEÑOS DE LOS ESTUDIANTES DE DAR, E INVERTIR EN LA EDUCACIÓN DE UN NIÑO DEL ÁREA RURAL.

PUEDA APADRINAR A UN NIÑO DESDE Q.100.00 MENSUALES.

CONTÁCTENOS:
FUNDACIÓN MANUEL Y CONCHA RALDA
INFO@DAR.ORG.GT
TEL. 4024-6910 Y 4007-4626
WWW.DAR.ORG.GT

