

Revista

comfama

"ANTIOQUÍA"



ntioquia

<ant10quia>



(Antioquia en lengua de señas)

@ntioquia



Fernando Arias. *Hantioquia: Error de concepto*. 2013

¿Cómo te la imaginas?

Una visión positiva del futuro

«NUNCA VAMOS A TENER UN MUNDO PERFECTO, PERO NO ES ROMÁNTICO O INGENUO TRABAJAR PARA UN MUNDO MEJOR».

STEVEN PINKER



David Escobar Arango
Director Comfama

Una publicación comfama

La Revista Comfama es un medio de comunicación educativo, de circulación gratuita, que tiene como objetivo generar conversaciones sanas y constructivas que transmitan valores positivos a través del poder del ejemplo y las historias.

Cr. 48 20 - 114. Torre 2, piso 5, Medellín - Colombia. Teléfono: 360 7080

Consejo Directivo: Principales: Tomás Restrepo Pérez, Luz María Velasquez, Alejandro Olaya Dávila, Juan Rafael Arango Pava, Carlos Manuel Uribe Lalinde, Jorge Iván Diez Vélez, Luis Fernando Cadavid Mesa, Jaime Martínez Mora, Liliana María Sierra, Oswaldo León Gómez Castaño. **Suplentes:** María Adelaida Pérez, Juan Alberto Ortiz, Olga Lucía Arango, Octavio Amaya, Hernán Ceballos, Fabio Alonso Vergara, Pamela Richter Gómez, Juan Sebastián Barrientos Saldarriaga. **Director:** David Escobar Arango **Responsable comunicaciones:** Perla Toro Castaño. **Editores:** Roque Dávila y Yenifer Aristizábal **Redacción:** Sara Ruiz, Perla Villa, Isabel Guerra, Esteban Martínez, Juliana Correa, Yenifer Aristizábal y Roque Dávila. **Diseño:** Lucho Salazar. **Asesoría gráfica:** Julián Posada y María Patricia Cadavid. **Asesoría temática:** Juana Botero, Camilo Arango, Juan Manuel Restrepo, Paola Mejía y María José Castaño. **Corrección de textos:** Ojo de Iupa. **Portada:** Antioquia. Error de concepto. FERNANDO ARIAS (1963), 2013 S. XXI. Instalación 160 cm. x 1200 cm. Colección Museo de Antioquia. Fotografía de Carlos Tobón. Cortesía Museo de Antioquia. **Fotografías:** EAFIT, Tejeduría Territorial, Psicólogas y psicólogos sin fronteras, Museo de Antioquia. **Prensa e impresión:** El Colombiano **Circulación:** 160.000 ejemplares. Vigilado Superintendencia del Subsido Familiar.

www.comfama.com
revista.comfama.com

En medio de la pandemia, en la época de los cierres totales y la cuarentena, tratando de simular continuidad y de recobrar cierta ilusión de control, estábamos una noche conectados en el comité delegado por la junta para encontrar el nuevo líder de una importante institución. Habíamos definido un procedimiento, emulando el que se usa en el Banco de la República para elegir Gerente General. Pero el perfil parecía un desafío, más de dos páginas de ideas sobre qué conocimientos y características debería tener el nuevo líder, sucesor, además, de una persona profundamente admirada.

En algún momento, me acordé de esa frase, atribuida a algún político regional y que en mi caso escuché por primera vez a Nicanor Restrepo, sobre esa manía de buscar gente casi perfecta para los cargos directivos: «Si la encuentra, no la contrate. Cácese», dijo el doctor Nicanor en tono de burla. En ese momento, un miembro del grupo, Carlos Ignacio Gallego, presidente del Grupo Nutresa, intervino: «A mí me parece que hay una característica esencial que puede reemplazar casi todas las que están en el borrador que nos presentan; necesitamos a una persona capaz de articular una visión positiva del futuro. Esta es, quizás, la principal cualidad de un líder en estos tiempos».

Desde ese momento, cuando pienso en el rol de un líder, incluso en los

días más negativos o desafiantes, ante las realidades más problemáticas o las proyecciones más pesimistas, lo repito como un mantra: «Articular una visión positiva del futuro...». El rol de un líder —persona o institución— es imaginar futuros, conectarlos, trenzarlos o articularnos para luego, de la mano de un equipo, una organización o una sociedad, permitirles emerger, hacerlos aparecer. Los buenos líderes hacen mucho más que vender humo o alentar la rabia: construyen el futuro a partir del presente. Si un líder ha de merecer ese calificativo, tendrá una función primordial de acompañar la transformación continua y, ojalá, positiva del mundo.

Frente a algunas posturas de los medios de comunicación que señalan, políticos pregonando los errores de sus oponentes, las, a veces, amargas expresiones de algunos activistas de las redes o las posiciones críticas de la academia, el arte y el sector social,

me vienen a la mente dos reflexiones. La primera, que estas expresiones son necesarias, que los medios deben incomodar, los políticos compararse para que podamos diferenciarlos, los activistas sensibilizar para elevar la consciencia colectiva y los sectores educativo, social y cultural analizar los problemas y presentarlos, cada uno desde su perspectiva, frente a la ciudadanía. La segunda es que, aunque señalar lo negativo y denunciar las carencias es necesario, no es lo único, también es un deber moral imaginar y proponer; mucho más si somos líderes, aunque este no sea nuestro único rol.

Elegimos hacer esta Revista para movilizar estas conversaciones, para conocer algunas de esas posibilidades de futuro que emergen desde empresas, organizaciones sociales, colectivos comunitarios, asociaciones rurales y muchos otros lugares que no alcanzamos a conocer. Estos relatos complementan, por ejemplo, la narrativa económica que propone la Estrategia Emergente de Antioquia,

liderada por Comfama, Proantioquia, Eafit y Breakthrough. Aunque para visualizar el futuro necesitamos hablar de empresas, desarrollo económico y crecimiento del PIB, también es fundamental intercambiar historias, conocer otras y ampliar la perspectiva.

Al final, lo que hace que una sociedad florezca, es que sea capaz de articular varios relatos futuristas, amplios y plurales, que se trenzen en forma de una visión colectiva.

Antioquia debe organizarse para que sus capitales cultural, educativo, social y físico catalicen el desarrollo. Surgirá así el crecimiento de la economía, que, al menos desde nuestra perspectiva, es fundamental para que una región o un país logren los objetivos que se proponen. Pero hay mucho más. La cultura tiene un papel fundamental, debemos tener claro qué buscamos, nuestros valores y su jerarquía; para qué queremos enriquecernos y cómo, y en qué marco pretendemos hacerlo.

Luego, vienen otras preguntas: ¿Cómo caminaremos hacia el futuro?, ¿respetando la naturaleza o, por el contrario, «luchando contra ella»?; ¿añorando más equidad o resignándonos a la desigualdad?; ¿qué tipo de ciudad queremos, con qué espacios, qué transporte?; ¿cómo nos haremos cargo de las regiones con menos potencial económico y

conexiones con la economía global?; ¿cómo cuidaremos de los más vulnerables? y ¿qué papel tendrán el Estado y las organizaciones sociales en nuestra visión de sociedad?

Hemos cosechado, para ustedes, algunas historias positivas, posibles y reales sobre el futuro de nuestra región. Pretendemos que, con el tiempo, estos relatos diversos tengan coherencia interna y articulación entre ellos, que nos podamos ver en esas historias como en un espejo que presenta nuestra mejor versión.

Cuándo decimos positivo, además, no pensamos en optimismo ciego, no negamos ni los problemas

ni las más duras realidades. Solo declaramos una mentalidad de hacernos cargo y una actitud corajuda, de utilizar los obstáculos a nuestro favor. No se trata de ser bobos o ilusos... sino realistas, asumir nuestro rol de líderes (todos lo somos en potencia) y actuar en consecuencia. Tampoco se trata de pensar en que hay una sola forma de encontrar el desarrollo, de una mirada única, sino más bien pensar en «un mundo donde quepan muchos mundos», como decía Arturo Escobar en nuestro Festival de Actuar por lo vivo en mayo del año 2023.

Para construir ese relato, que se compone de muchos relatos, ese futuro que son muchos futuros, ese mundo donde caben muchos mundos, necesitamos del diálogo. Esperamos que esta revista sirva para activar las conversaciones necesarias en empresas, barrios y familias, para animar discusiones, debates, análisis de alternativas y traer a la mesa nuevas ideas. Debemos, desde luego, tener en cuenta el pasado y hacer un buen diagnóstico del presente. Nosotros seguiremos insistiendo en que visualicemos alternativas de futuro que sean posibles, bellas y justas.

Como dice Philip Zimbardo, el psicólogo de Stanford que tanto nos ha inspirado, que «el pasado nos dé raíces, el presente nos dé energía y el futuro nos dé alas».

Sabemos que somos geografía, sabores, etnias, acentos, temperaturas, texturas, olores, sonidos; somos diversos, tenemos miles de oportunidades gracias a la variedad de talentos, potencialidades y formas de ver el mundo.

Ahí radica la principal riqueza de nuestro departamento, el mismo que hoy avisa un porvenir prometedor y ve en el campo, la educación, el ocio, la naturaleza, la confianza, los idiomas, las organizaciones sociales y la conexión con el mundo, relatos colectivos de los cuales podemos sentirnos parte.

Antioquia actualmente construye caminos para imaginar futuros, saber hacia dónde va; descubrirlo tiene impactos incalculables en lo que será su futuro a mediano y largo plazo, como parte de un país que construimos desde nuestro lugar en el mundo, desde nuestra ubicación en el mapa.

¿Cómo imaginas el futuro de Antioquia? Comparte tu respuesta en redes sociales usando la etiqueta #UnaAntioquia

Descubre esta edición y otros contenidos en revista.comfama.com

Narrativas para construir futuro

Para entender cuáles son o por qué son tan importantes los relatos o las narrativas del futuro de Antioquia, conversamos con dos referentes culturales en nuestra región: María del Rosario Escobar, directora del Museo de Antioquia y Juan Luis Mejía, exrector de EAFIT. Ambos coinciden en la necesidad de incluir en la imaginación de nuestro porvenir, las múltiples y nuevas visiones que hacen parte de lo que es Antioquia.

Para entender cuáles son o por qué son tan importantes los relatos o las narrativas del futuro del departamento, conversamos con dos expertos culturales de nuestro departamento: María del Rosario Escobar, directora del Museo de Antioquia y Juan Luis Mejía, exrector de EAFIT. Ambos coinciden en la necesidad de incluir las nuevas visiones y voces que hoy pueden hacer parte de la idea que tenemos de lo que es Antioquia.

María del Rosario Escobar

¿Cuáles son esas narrativas o relatos que nos integran en Antioquia?

Sabemos que ya no somos una sola Antioquia, que los frijoles ya no son la comida de todos y que ahora nos define lo múltiple y lo diverso. Quizá no sepamos cuáles son los hilos que nos entretrejen: si la paz, el desarrollo económico y el progreso, los temas de género, la diversidad sexual o si es todo eso junto.

Entonces, ¿tenemos la necesidad de crear un nuevo relato público para ponernos de acuerdo?

Sí. Uno que nos permita comprender cómo queremos salir adelante o cómo queremos constituirnos como sociedad. El de progreso en libertad puede ser ese macrorrelato que sigue vigente pero que debe trascender el discurso de las élites políticas, intelectuales y económicas que han logrado convocar a otros para que seamos un departamento altamente productivo, para salir de la pobreza y el aislamiento, pero que dejó por fuera voces de mujeres, afrodescendientes y de otras po-



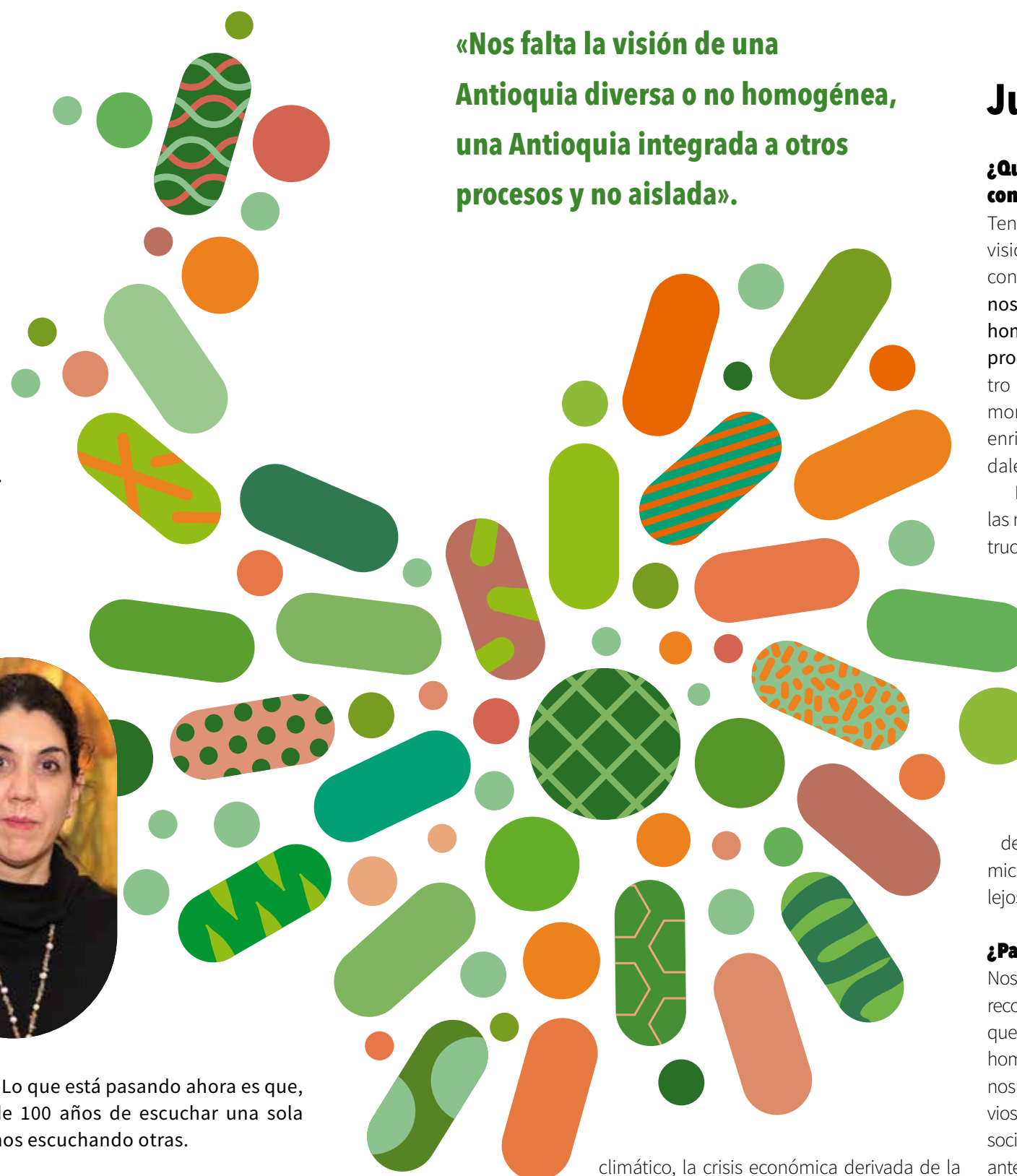
blaciones. Lo que está pasando ahora es que, después de 100 años de escuchar una sola voz, estamos escuchando otras.

¿Qué se necesita para que esas voces sean realmente escuchadas y se concreten esos acuerdos comunes?

Hay que darle tiempo al diálogo ciudadano para que llegemos, en un ejercicio de conciliación y de combinación de relatos, a unos acuerdos.

En este momento sentimos que un montón de paradigmas ya no son válidos porque el cambio

«Nos falta la visión de una Antioquia diversa o no homogénea, una Antioquia integrada a otros procesos y no aislada».



climático, la crisis económica derivada de la pandemia, la persistencia de la guerra y las violencias que nos tienen paralizados pusieron todo en otra perspectiva. Todo esto no se ha decantado lo suficiente, pero creo que había un relato único y ahora, con la democratización de los mensajes y la voz de las comunidades, se muestra cómo ese relato dejó a mucha gente fuera que hoy quiere participar de la conversación.

Juan Luis Mejía

¿Qué narrativa del futuro construimos en Antioquia?

Tenemos, más o menos, con muchas aristas, una visión de Antioquia del pasado, pero nos falta construir una visión del presente y del futuro; nos falta la visión de una Antioquia diversa o no homogénea, una Antioquia integrada a otros procesos y no aislada. En la edificación de nuestro futuro, debemos despojarnos de la visión monolítica del antioqueño y fundar una visión enriquecida con culturas como las del río Magdalena o el Urabá, aún no asimiladas.

El pacto social que teníamos se rompió con las nuevas tecnologías. La nueva sociedad está estructurada en distintas tribus, aunque con una convivencia obligada. Ya no hay un solo relato, sino una multiplicidad de relatos y es lo que tenemos que entender y preguntarnos: ¿es necesario el relato único o debemos hacer parte de un microrrelato haciendo parte de otros? La posmodernidad nos dice que ese relato único que lo congregaba la religión, los partidos políticos y otras instituciones, dejó de aglutinar y uno puede hacer parte de varios microrrelatos e identificarse con distintas causas, lejos de identidades únicas.

¿Para qué nos sirven las narrativas?

Nos sirven, primero, para construir un futuro. Para reconocernos, volver a conocer, lo que genera una riqueza de sociedad mucho mayor que una sociedad homogénea porque la riqueza está en lo diverso. Eso nos permite relacionarnos con el otro sin juicios previos o estereotipos. Esta diversidad admite crear una sociedad multicolor, no monocromática. Estamos ante un logro del presente, donde no solo tiene voz el blanco que habla español y es cristiano. Una conquista del relato del futuro será construir una ética civil que reemplace la religiosa. Porque la base para construir una sociedad diversa es el respeto del otro, saber que somos iguales, no porque somos cristianos, sino porque tenemos la misma dignidad como seres humanos.



¿CÓMO RECONOCES OTRAS FORMAS DE ENTENDER EL MUNDO DESDE NUESTRO DEPARTAMENTO?

It's OK

S'il vous plaît

English

ください

POR FAVOR

GRACIAS

Hello

Idiomas

EXCUSE ME

BRIGADO

Buenas tardes

BITTE

Good morning

WAS GE

Una carta inspiradora para futuros políglotas

En un mundo cada vez más interconectado, lograr que el departamento sea bilingüe es fundamental para el desarrollo económico, político y social, que, además, abra las puertas a un enriquecimiento cultural.

thank you

ありがとう

PLEASE



A través de estas líneas, quiero compartir contigo una lucha que va más allá de la gramática y el vocabulario; es una batalla interna contra la vergüenza, el temor y, a veces, la pereza. Y sí, hoy hablo inglés con fluidez, pero también muchas veces sentí que la pena me paralizaba, que las palabras se me olvidaban y que a mi mente solo venía *forget it* (olvidalo); esa sí me la sabía y la usaba en exceso.

También muchas de las veces que me animé a participar en clase, me equivoqué y sentí cómo el calor subía por mis mejillas mientras mi cara se ponía roja; varias veces, solo quise esconderme.

Mejorar fue difícil; requirió disciplina y buscar cómplices en el camino, porque practicar era necesario. De lo contrario, entendería el idioma y no sabría hablarlo. Fue difícil conciliar los tiempos y las voluntades con otros; a veces sentí pereza, pero persistí.

No lo puedo negar, en algunos momentos sentí que aprender un segundo idioma, desde cero, era una tarea imposible, pero ante los miedos y los bloqueos, fueron más grandes las ganas

de conocer una nueva cultura y expandir mis oportunidades profesionales.

Quiero que sepas que no eres el único para quien el camino ha sido difícil; también quiero que sepas que la solución está en tu forma de pensar, en aceptar el hecho de que no vas a ser perfecto. Vas a cometer errores y te vas a equivocar, ten un poco de paciencia y de compasión contigo mismo.

Cuando te sientas bloqueado, cambia tu enfoque; en vez de concentrarte en lo negativo, recuerda que aprender un nuevo idioma trae un montón de beneficios. Yo, por ejemplo, este año tuve la oportunidad de tener una pasantía con todo pago en el Reino Unido gracias a un curso de inglés. Conozco varias personas a las que les ha pasado lo mismo; hay oportunidades que esperan a que valientes como tú se aferren a ellas.

Nunca es tarde para aprender; no uses tu edad como un pretexto y no te sientas como el único que tiene un problema. Si miras, hay muchísimas personas pasando por el mismo proceso, seguro ellos también estarán dispuestos a ayudarte.



Para que Antioquia sea bilingüe en las próximas décadas

Camilo Espinosa es el creador de The switchers una empresa antioqueña que mediante la psicología reprograma la memoria emocional para que las personas logren vencer sus temores a la hora de aprender un segundo idioma; además, desde las neurociencias, estimula ciertas áreas del cerebro para que la información se aloje en la memoria de largo plazo.

Con él hablamos acerca de lo que hay que hacer para ser una Antioquia bilingüe en 10 años.

¿Por qué una Antioquia bilingüe es importante?

Aprender inglés es vital por temas de competitividad frente a ciudades mucho más grandes y avanzadas en términos de tecnología y bilingüismo en la región. El bilingüismo se tiene que convertir en un estilo de vida, en un deseo ferviente de poder comunicarnos con el mundo exterior. Si comenzamos a mirar el bilingüismo de esa manera será mucho más fácil el proceso de aprendizaje.

¿En qué cosas ya existentes debemos enfocar nuestra atención para lograr que nos reconozcan así dentro de los próximos diez años?

Para lograr una Antioquia bilingüe es importante

comenzar desde la base, es decir, desde los docentes y las instituciones educativas, para acompañar y brindarles las herramientas necesarias a las futuras generaciones mientras transitan a metodologías mucho más eficaces. Por ejemplo, es vital prepararlos para el manejo de las emociones de sus estudiantes y también formarlos en cómo funciona el cerebro, en cómo es que el ser humano aprende. La neurociencia ha demostrado que las cosas ya no son como pensábamos antes.

Por ejemplo, se demostró que el cerebro es multisensorial y eso abre un montón de caminos y metodologías para enseñar las mismas cosas. Hay muchos profesores que lo hacen empíricamente, pero este tipo de metodologías deben sistematizarse. Por cada profesor que se dé cuenta de esos nuevos métodos de enseñanza y aprendizaje, que los aplique y vea que funcionen, puede cambiarle la vida a 40 o 50 niños.

¿CÓMO AYUDAS O PUEDES AYUDAR A QUE EN EL FUTURO SEAMOS UN DEPARTAMENTO BILINGÜE?

El Índice del Dominio del Inglés (EF EPI) clasifica a 111 países y sus regiones según su nivel de competencia en inglés. Colombia ocupa el puesto número 75; Antioquia se sitúa en el segundo lugar de los departamentos con mayor bilingüismo y Medellín en el quinto lugar entre las ciudades.

Una Antioquia que confía

¿Sientes que estamos acostumbrados a la polarización y a las peleas sin fin? Quizás la conversación sea el camino más viable y amable para encontrarnos y construir confianza. La Tejeduría territorial y Tenemos que hablar Colombia, proyecto que lidera la Universidad EAFIT, son muestras de ello.

Durante meses en el barrio Guayabal, al Suroccidente de Medellín, la chimenea de una fábrica expulsó humo, tanto que incomodó a los habitantes del lugar quienes en sus mesas de participación territorial se quejaban por la contaminación. Aunque la molestia era recurrente no trascendía de ese espacio de participación, por ende, durante mucho tiempo, la empresa que originaba el humo no se dio por enterada.

Hasta que un día, uno de los vecinos decidió contarle al administrador de la empresa. Hubo una sorpresa mutua, el empresario por saber la molestia que ocasionaba y la del habitante del barrio al enterarse, con estudios y todo, de que lo que salía por la chimenea no era contaminación sino vapor de agua. Aquí no terminó la molestia, pero fue un paso para comenzar a estrechar lazos de confianza en el barrio y generar conversaciones que permitieran derribar prejuicios trabajando juntos.

Luis Fernando Álvarez, más conocido como «El AKA», ha sido cercano a situaciones como estas y Santiago Londoño Uribe también; ambos fueron compañeros de maestría en Procesos Urbanos y Ambientales de Urbam de Eafit. Esa historia fue la respuesta a una pregunta que rondaba en las cabezas de ambos: ¿qué tan importante es la confianza en nuestra cotidianidad y en la construcción social?

Esa fue la chispa de la inspiración de su tesis de maestría *Tejer el territorio*. La tesis fue más que un documento académico; fue el catalizador de una iniciativa real llamada Tejeduría Territorial que se implementó como piloto en las comunas 8 y 13 de Medellín con el apoyo de Eafit y Proantioquia.

Cada encuentro de la Tejeduría Territorial se convirtió en una plataforma que conecta a la academia, empresa, organizaciones sociales y liderazgo territorial para que se conozcan, conversen, expresen sus incomodidades, se escuchen, construyan soluciones y finalmente puedan confiar los unos en los otros.

Lo que comenzó con temor y prejuicios evolucionó hacia propuestas concretas. La primera cohorte dejó como legado proyectos de impacto social, como uno en salud mental en la comuna 13 apoyado por Concreto y las universidades CES y Eafit y otro de empleo y emprendimiento en la comuna 8 con On.Going - Eafit, Bancolombia y Sura. Ambas iniciativas perduraron incluso después de que la Tejeduría terminara su intervención.

La segunda cohorte de la Tejeduría trenza lazos con más de 100 personas en cinco zonas de la ciudad. La presencia, la escucha y la conversación son los hilos adecuados para tejer una Antioquia que confía.

se a través de la conversación, de compartir vivencias y proyectos. El encuentro entre empresa, academia, gobierno y sociedad civil es la acción cívica más importante de todas porque hace parte de entregarnos en nuestra fragilidad para, de manera compartida, construir comunidad y propiciar desarrollo con equidad.

¿Para qué nos puede servir reconocernos



Nuevos caminos para nuevas realidades

Conversamos con Claudia Restrepo, Rectora de la Universidad EAFIT, acerca del poder de la conversación que permite pensar en una Antioquia que confía y construye propósitos compartidos.

¿Por qué deberíamos hablar de una Antioquia donde hay confianza entre empresa, academia y Estado?

La confianza es la base más fuerte de una sociedad. Desarrollar vínculos de confianza es un ejercicio cotidiano que debe cultivar-

Los hilos para tejer confianza

Convoca a representantes de la academia, empresa, organizaciones sociales y liderazgo territorial.

Crea grupos de 20 personas por territorio para que conversen cada 15 días durante un año.

En el segundo semestre, deben llevar esas conversaciones a acciones.

En el primer semestre, las conversaciones deben girar alrededor del reconocimiento del otro, sus necesidades, capacidades y expectativas: tejen lazos de confianza.

Finaliza la Tejeduría, pero quedan los proyectos y las relaciones. En un acto de confianza esperan que florezcan entre quienes los promovieron.

Acciones malla: donde las conversaciones se materializan. En la comuna 13 se instaló un proyecto de salud mental y en la comuna 8 una iniciativa para incentivar el empleo y el emprendimiento.

Acciones puntada: son relaciones que se forjan en la cotidianidad y donde los diferentes actores se mezclan, juntan conocimientos y se siguen acompañando para sacar adelante diferentes iniciativas en pro del territorio.

¿CÓMO Y CON QUIENES CREAS NUEVAS RELACIONES DE CONFIANZA?

como un departamento donde hay confianza entre sus instituciones?

La confianza es un valor que se soporta en la capacidad de entregar mi fragilidad a otro y sentir que seré cuidado. Es el pilar de una sociedad sana, que permite que cada uno de nosotros ponga un poco de sí y seamos empáticos. Tener propósito compartido como región es lo que nos permite construir futuro y para eso debemos creer en nuestras instituciones, en que estamos haciendo la tarea cada uno desde nuestro lugar.

¿En qué iniciativas o alianzas ya existentes deberíamos enfocar nuestra atención para lograr que nos reconozcan así dentro de los próximos años?

Programas para promover liderazgo personales y colectivos, espacios para dialogar y diseñar futuro y, lo más importante, que busquen miradas diversas y convoquen a toda la sociedad.

Debemos cultivar todos estos ejercicios y proyectos que creen conversación y diálogo social. Está visto que una sociedad que conversa es una sociedad que confía. Es así como debemos trabajar en iniciativas que nos permitan soñar juntos, comprender los problemas y generar soluciones entre todos.

Imaginar un futuro. Ya hemos aprendido de tiempo atrás el poder de creación compartida que hemos tenido en la región. Es necesario saber que las formas y los agentes en la conversación han cambiado, los desafíos son otros, que también hay cosas que llevamos sin resolver por mucho tiempo y que **juntos debemos imaginar nuevos caminos que estén acordes con las nuevas realidades.**



Foto cortesía EAFIT y Tejeduría Territorial

Una Antioquia que descansa sin culpa

Ver el descanso como una parte fundamental de una mayor productividad puede ser la meta común para entusiasmarnos con la idea de que seamos un departamento que descansa sin sentir culpa.

Una encuesta realizada por Comfama acerca de cómo están los hábitos en Antioquia reveló que 8 de cada 10 antioqueños consideran que es más importante sentirse productivos que tener tiempo de ocio y descanso. Por eso Lucía Rendón, una mujer periodista de 29 años nos comparte su experiencia personal de cómo transitó de la culpa al descanso sin remordimiento.

Desde pequeña, la labor incansable de mis padres por mantenernos se notaba. Papá, siempre ausente por trabajo, y mamá, además de la oficina, sustituyendo el descanso del fin de semana por el cuidado del hogar. El lujo del ocio era inexistente, supeditado a las apremiantes necesidades básicas.

Empecé a trabajar a los 18, hoy tengo 29 y nunca he tenido unas vacaciones oficiales. Los contratos laborales cortos y el freelance no lo han permitido, sin embargo, ya me di cuenta de lo vital que es descansar y ser guardiana de mi tiempo libre.

Desde que tengo uso de razón amo dormir, lo hago con facilidad y lo asumo como un momento de plenitud y recarga conmigo misma, lo de dormir las ocho horas diarias es un compromiso conmigo; sin embargo, ese compromiso tambaleó como un jenga cuando mezclé dos empleos al tiempo con mi ímpetu de crearme capaz de hacer mucho más de lo humanamente posible. Mi falta de límites tuvo consecuencias.

Un domingo, para cumplir con una entrega de la oficina, trasnoché hasta las tres de la madrugada, sin importar que a las seis de la mañana debía estar en otro trabajo.

Una vez en la vida se vale hacerlo, tal vez dos y hasta tres, siempre y cuando sea estrictamente necesario. Sin embargo, ese no fue mi caso, por alguna razón vi que empezó a volverse algo recurrente. Mi mamá lo notó por mis ojeras de koala, me pidió que me cuidara, pero ignoré el aviso. Hasta que un día me descubrí, dormida, ante la pantalla del computador en ambos empleos. Eso ya era grave. No rendía ni en un empleo, ni en el otro, me la pasaba agotada las 24 horas del día, era como un círculo vicioso.

Romper con eso exigió aprender a rechazar demandas, reflexionar acerca de las cosas que sí hacía, ser consciente de mis límites y a combatir la culpa que acompañaba mis momentos de pausa, un sentimiento, que cuando lo expresé, resultó ser sorprendentemente común.

Resguardar mi tiempo libre me hizo notar que cuando descansaba bien, rendía bien, de hecho, hacía más y lograba concentrar mejor; eso fue, sin duda un impulso en mi camino hacia el descanso libre de culpas.

Sé que las fórmulas universales no existen y que las lecciones ajenas rara vez se toman en cuenta, aún así ofrezco mi relato y algunas reflexiones para quien busque reconciliarse con la tranquilidad del descanso.



El valor del descanso

Néstor Sánchez Londoño se interesó en la recreación por sugerencia de un amigo. Esta elección marcó su trayectoria profesional y académica; es tecnólogo en recreación y sus investigaciones, estudios de maestría y doctorado siguen esa misma línea. Conversamos para comprender cómo podemos convertirnos en una Antioquia que descansa sin culpa.

¿Por qué a los antioqueños nos cuesta descansar sin culpa?

Lo primero que es importante aclarar es que esta no es una discusión nueva. Hay una investigación muy bella de Pilar López que habla de que el trabajo no siempre ha sido la máxima de la sociedad; de hecho, hay momentos de la historia donde a quien trabajaba se le consideraba esclavo y que lo que la gente debería tener era tiempo de ocio. Eso se trastocó en la Edad Media cuando surgió la concepción de que el trabajo era necesario para la salvación y para ganarse el pan, una idea fuertemente influenciada por la iglesia Católica. Esta perspectiva fue enfatizada reiteradamente hasta arraigarse profundamente en la sociedad. En la actualidad, esta noción persiste, haciéndonos creer que debemos trabajar incansablemente, lo que a su vez nos dificulta valorar y disfrutar del ocio, del tiempo libre para el disfrute personal y el encuentro social. El escritor Nicolás Buenaventura resalta la importancia de lo que se podría considerar trivial, como «hablar mierda», que en realidad cumple una función sociológica fundamental en la cohesión social.

¿Cómo nos beneficiaríamos de un cambio de visión acerca del valor del descanso?

La expresión «el tiempo es oro» nos ha llevado a creer que siempre debemos estar ocupados. Pero el tiempo también es para ser feliz, no solo para generar ganancias económicas. Una familia que pasa todo el día en un parque, aunque llegue cansada, ese tiempo es pura ganancia para la vida familiar, las relaciones, el fortalecimiento de vínculos y el reconocimiento mutuo. El descanso tiene muchos beneficios, pero la sociedad industrial solo lo ve como una forma de recuperar fuerza laboral. Esto debe cambiar.

¿Hay algo en particular en Antioquia que cree que deberíamos cultivar más para mejorar nuestra visión del tiempo libre?

Sí, por ejemplo, la Ruta Lechera que hice con mi familia. Deberíamos promover más experiencias como esa, para que la gente aprecie el territorio y la naturaleza. Necesitamos generar más espacios de contemplación y un mejor equilibrio entre trabajo y ocio porque ambos son capacidades centrales en la vida humana, como dice Martha Nussbaum. No se trata de que uno sea más importante que el otro, sino de encontrar un equilibrio. Ese equilibrio podría ser el antídoto contra la culpa asociada al descanso.

¿CÓMO CUIDAS Y DISFRUTAS DE TU TIEMPO LIBRE?

GUÍA RÁPIDA PARA EMPEZAR A DESCANSAR SIN CULPA:

Un cuaderno para el éxito:

cultiva el hábito de anotar diariamente tus éxitos y avances en un diario personal. Este acto te permitirá valorar tus esfuerzos y te ayudará a mantener a raya el perfeccionismo.

Primero tú:

aprende a ver el autocuidado como un acto de responsabilidad, y no de egoísmo. Aceptar que atender tus necesidades es fundamental transforma inmediatamente tu relación contigo mismo.

Reconoce tus contribuciones:

mantén una lista actualizada de tus aportes y esfuerzos para con los demás. No es un ejercicio para llevar la cuenta, sino un recordatorio constante de tu generosidad. Esto te servirá para reafirmar que mereces descansar.

Tente compasión:

pregúntate siempre si juzgarías a los otros con la misma severidad que lo haces contigo. Esa nueva perspectiva puede ser liberadora.

Una Antioquia que se desarrolla a partir de la naturaleza.

Antioquia es un mosaico de biodiversidad: ríos serpenteantes, montañas, páramos y costas que besan el Caribe. Esta riqueza natural es el escenario donde iniciativas como Biosuroeste florecen, representando el tipo de colaboraciones público-privadas que, al multiplicarse, prometen transformarnos en un departamento que coloca a la naturaleza en el centro de su progreso.

En Antioquia, más específicamente en la bioregión del Suroeste, la naturaleza, más que un telón de fondo es el eje central alrededor del cual gira el desarrollo intencionado. Allí, la regeneración y la innovación se entrelazan para propulsar el crecimiento económico que se traduce en el cuidado de la naturaleza.

Biosuroeste es una plataforma público-privada de desarrollo regenerativo que conecta turismo, recreación y cultura. Su propósito es promover la productividad y el buen vivir.

Son cerca de 600 hectáreas en la provincia de Cartama donde se impulsan iniciativas de incubación y desarrollo empresarial que benefician a la región como colectivo. «Biosuroeste es un modelo que sirve de ejemplo para otras iniciativas que deben multiplicarse en otras áreas de Antioquia y Colombia, que nos permita construir una ventaja competitiva a partir de nuestra naturaleza».

Potencial geoturístico

Enfocado en la geología y los paisajes de una región que, además, integra aspectos de la cultura ancestral indígena, la historia y el medio ambiente.

Diverso como el universo

El suroeste se encuentra en los Andes tropicales, el lugar más biodiverso del mundo, donde hay una cantidad de plantas, animales y múltiples ecosistemas como bosques húmedos tropicales y bosques de niebla.

Rico en aves

La abundancia de aves convierte a esta región en un destino de naturaleza. Además, contribuyen al control de plagas y, junto con otros polinizadores y dispersores de semillas, aportan a la salud de nuestros sistemas alimentarios.

Riqueza ancestral

El Suroeste tiene el potencial de convertirse en una región de interés arqueológico. En él hay ocho resguardos indígenas, además, está la concentración de petroglifos más grande de Colombia.

¿QUÉ OTROS MODELOS DE DESARROLLO CENTRADOS EN EL CUIDADO Y RESTAURACIÓN DE LA NATURALEZA?

Un pedazo de los Andes tropicales

Los Andes tropicales tienen corredores biológicos que posibilitan el flujo genético y la migración de especies. También permiten la regulación del clima regional y juegan un rol fundamental en el ciclo de carbono. Cuando estos bosques son saludables contribuyen a estabilizar los terrenos, mitigar los riesgos de desastres y proteger la infraestructura.

En el suroeste el agua vuela

El agua abunda en el Suroeste de Antioquia por su ubicación en la Cordillera de los Andes y su proximidad con el Chocó biogeográfico, su clima húmedo y la presencia de ecosistemas que almacenan y regulan el agua; haciéndola disponible para el consumo y el desarrollo. Los ríos voladores son corrientes de aire cargadas de humedad que se desplazan a través de la atmósfera y que contribuyen a la abundancia hídrica de esta parte de Antioquia, trayendo humedad desde otras regiones.



Para ser una que Antioquia que cuida su riqueza natural.

Valentina Grisales Betancur es bióloga con énfasis en Conservación y Desarrollo Sostenible, de la universidad EAFIT. Conversamos con ella sobre los aspectos fundamentales para ser una Antioquia que cuida su vibrante naturaleza en relación con el desarrollo de la región.

¿Cuál es la conexión entre naturaleza y desarrollo?

Esta conexión es vital. Por un lado, la biodiversidad es ese conjunto de elementos que generan un entramado complejo de relaciones y que nos permite entender la vida como la conocemos hoy, desde el aire que respiramos hasta los proyectos que se desarrollan en cada región.

En ese sentido, es importante entender el desarrollo en relación con la naturaleza como algo sostenible o regenerativo. Si no, no será desarrollo, porque de otra manera acabaríamos con la biodiversidad.

Entonces, no se trata de una competencia entre lo humano y la naturaleza, sino de reconocernos como especie animal que coexiste con otras.

¿Para qué nos sirven las formas en las que nos relacionamos con la naturaleza y el desarrollo?

La naturaleza nos sirve para tener alimentos, construir una casa, tener insumos para generar medicinas y participar en actividades de recreación, espirituales y religiosas. Además, existen servicios ecosistémicos como: regulación hídrica, regulación del clima, aprovisionamiento de alimentos, abastecimiento de recursos, entre otros.

Pero la verdadera pregunta es, ¿cómo puedo obtener esas cosas sin dañar la capacidad de la biodiversidad para sostener la vida mía, la de los demás y otras formas de vida, sin necesidad de estropear las existentes?

No se trata de tomar lo que nos sirve, sino de entender que hacemos parte de ese ecosistema y coexistimos junto con otras especies.

¿En qué iniciativas, alianzas o proyectos ya existentes debemos enfocarnos para que a futuro seamos un departamento que reconoce la conexión y la contribución vital de la biodiversidad con el desarrollo?

La naturaleza y los proyectos en biodiversidad en Colombia son como un tapete persa, si uno jala de un hilo todo se desarrolla. Entonces no se trata solo de Antioquia, sino de todos los departamentos, porque de otra forma sería muy difícil sobrevivir como especie o lograr un desarrollo sostenible o regenerativo. Además, los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la agenda al 2023, ha tenido logros en diferentes sectores y lugares políticos, empresariales y de la sociedad civil; por ejemplo, que consigamos hablar el mismo idioma y fijarnos en los planes de gobiernos, medir y llevar la conversación a lugares mucho más locales, reservas naturales, movimientos sociales y mesas ambientales.

Esta es una línea del tiempo del proyecto y la explicación de las características naturales con las que cohabita:

2013

Hay 600 hectáreas de tierra confiscadas al narcotráfico cerca a Tamesis y Valparaíso.

Los alcaldes de ambos municipios llaman al presidente de Proantioquia de ese entonces para preguntarle qué se le ocurre para darles uso colectivo a esos terrenos.

2013-2016

El reto: **darle un uso colectivo que genere desarrollo regional.**

En 2013 inicia el proyecto con apoyo del Interamericano de Desarrollo (BID), Proantioquia y los municipios de Tamesis y Valparaíso.

En 2014 les entregan los predios a las alcaldías.

2016 - 2019

Se atraen socios para encarar el proyecto y se buscan alianzas. Se crea la Corporación Biosuroeste, conformada por: municipio de Tamesis, Corporación Interactuar, municipio de Valparaíso, Fundación Aurelio Llano, Fundación Berta Arias, Fundación Proantioquia, Fundación Bancolombia, Fundación Julio C. Hernández y Comfama.

2019

Comfama lidera el proyecto hacia el turismo, la recreación y la cultura.

2019 - 2021

Acuerdan una visión común que se volvió el plan maestro para Biosuroeste.

2021

Comfama lidera su fase de aceleración con programas, servicios e infraestructura para impulsar el desarrollo rural regenerativo. Además, inicia el programa Conectores de progreso para fortalecer la economía de familias campesinas e inicia con 84 familias y 6 instituciones educativas en 7 veredas de los municipios de Tamesis y Valparaíso.

2023

Creación de un Fondo de investigación con la Universidad Eafit para el desarrollo investigaciones alrededor de los retos productivos en la bioregión. De allí surge el Observatorio de Suelos y Ecosistemas del Suroeste Antioqueño (OSES).

FUTURO

Colaborar con los gobiernos nacional y locales, así como vincular más empresas alrededor de este modelo de desarrollo incluyente y regenerativo, que integre la ganadería regenerativa, la agroindustria sostenible, la agroecología, el turismo y más, para inspirar proyectos similares en Antioquia y Colombia.

La Antioquia que se educa

La creación de soluciones tecnológicas encaminadas a la sostenibilidad ambiental, la equidad de género y la diversidad cultural constituyen uno de los caminos que podemos tener para cumplir el objetivo de ser un departamento educado en las próximas décadas.

Sara Nieto se graduó como ingeniera química y aunque durante la carrera descubrió que la apasionaban los algoritmos, le tomó años decidirse a cambiar. Introversa y cautelosa ante el riesgo, tuvo que abrigarse con valentía y aprovechar una beca que había ganado para estudiar programación.

A los pocos meses de empezar ese nuevo camino conoció a PionerasDev una organización que empodera a más de 1.500 mujeres en ocho ciudades de Colombia en la industria tecnológica a través del voluntariado basado en aptitudes, un ejercicio donde cada persona pone sus conocimientos y habilidades al servicio de la comunidad para abordar problemas específicos.

Ahí llegó por invitación de su prima. La enganchó una actividad que consistía en declarar algo que la hiciera sentir orgullosa. Ese día se reconoció, por primera vez, como una mujer valiente, capaz de cambiar de rumbo.

Su entrada a PionerasDev fue el punto de partida para desafiar sus límites, de hecho, la segunda prueba que se autoimpuso fue ser parte de la organización de un evento de tecnología con más de 700 participantes. Eso la hizo pasar de introvertida a habilidosa gestora y coordinadora.

PionerasDev, además, de ser compañía, ha sido un lugar seguro para consolidarse como diseñadora e inspirarse a cultivar nuevas habilidades como la comunicación, el diseño gráfico y las finanzas personales.

«Cada una tiene un talento especial. Para mí, todas estas mujeres son mentoras», declara Sara, próxima a convertirse, por primera vez, en conferencista.



Hacia una educación propia

Marian Villa es cofundadora y CEO de PionerasDev y nos contó lo que ella cree que necesitamos para que en diez años, Antioquia sea un departamento educado.

¿Qué es una Antioquia educada?

Una Antioquia educada se hace preguntas y genera soluciones; experimenta, no tiene miedo a equivocarse, no se queda en el error, sino que itera y rápido; abraza otras culturas y encuentra en la diversidad oportunidades para atraer valor y dejarlo acá; se considera una eterna aprendiz y está dispuesta a compartir sus conocimientos con otros; se forma para el trabajo y comprende las necesidades del mercado global.

¿Cuáles son los potenciales educativos del departamento?

La tecnología, el bilingüismo y la creación de soluciones tecnológicas encaminadas a la sostenibilidad ambiental, la equidad de género y la diversidad cultural.

¿Qué necesitamos para ser esa Antioquia educada?

Necesitamos promover el acceso universal a una educación de calidad, que no necesariamente implica pasar cinco años en la universidad. También una formación técnica y tecnológica y, cada uno puede generar su propia ruta de educación.

Eso implica que toda persona, en zonas urbanas y rurales, tenga acceso al aprendizaje. Eso se logra con un punto físico destinado al conocimiento, con internet satelital y con herramientas que posibi-

liten el microlearning, pedacitos diarios de conocimiento que lleguen a través de servicios de mensajería como WhatsApp, con el apoyo de asistentes virtuales que acompañen el proceso según lo que cada persona desee aprender.

¿Qué estrategias concretas podemos implementar como ciudadanos para encaminarnos hacia allá?

Podemos crear espacios físicos o en línea para identificar problemas y generar soluciones implementando metodologías ágiles. En estos espacios no solo escuchamos a las comunidades y promovemos la innovación abierta, sino que se da el trueque de conocimiento, donde todos tenemos algo para enseñar y para aprender, las personas se sienten involucradas, identifican sus habilidades y aprenden nuevas metodologías.

Hay algo que está pasando en comunidades open source o de tecnología alrededor del mundo, y es el concepto de payback, espacios en que las personas, voluntariamente, retribuyen a la sociedad lo que han aprendido.

Eso permite que, por ejemplo, adultos mayores, madres cabeza de hogar o jóvenes que buscan su primer empleo, puedan adquirir nuevas habilidades y unirse al ecosistema productivo.

¿Quiénes están trabajando en Antioquia este modelo de educación inclusivo para el futuro?

Las comunidades Tech de Ruta N; Nodo, la Universidad de los Niños y Saberes de Vida en Eafit; la Fundación Juanfe; Makaia y el Cesde.

Ciencia y tecnología al servicio del agro

El futuro de Antioquia es agroindustrial. En los próximos años, las herramientas tecnológicas y los procesos de innovación agrícolas estarán en el centro del desarrollo del departamento, con organizaciones y empresas del campo cada vez más competitivas.

En el 2021, cuando Will Mora, un experimentado productor de aguacates del Oriente de Antioquia, quería aprovechar el auge de este cultivo fuera de Colombia, pensó hacerlo en un predio de 26 hectáreas que tenía disponible.

Antes de hacer una millonaria inversión, que recuperaría tres o cuatro años después, cuando los árboles empezaran a producir, Will buscó a Avolab, un laboratorio de innovación espe-

cializado en análisis del sector agrícola, para saber en qué parte de su predio le convenía más cultivar los aguacates y que le hicieran un estudio llamado Diagnóstico de actitud de predios.

«Se tomaron muestras, hicieron las mediciones y se llevaron al laboratorio y, de la totalidad del predio, no salieron hectáreas aptas para la producción del aguacate», dice Camila Montoya, ingeniera agrónoma de Avolab.

La tristeza de Will al saber que no podría cultivar uno de los productos más apetecidos en el mundo, se mezcló con el alivio de no perder millonarios recursos en adecuación, insumos, siembra, sostenimiento y mano de obra que requeriría el aguacate.

Aunque mucha gente quiere sembrar aguacate, no en todas partes se puede, pues este depende de condiciones climáticas y de características de suelo específicas. Por eso “motivamos a que los productores evalúen sus predios antes de que se presente la pérdida de la inversión”, explica.

Avolab nació en 2019 hace cuatro

años, como laboratorio que le permitía a Cartama, un grupo de empresas colombianas productoras de aguacate hass, tomar decisiones en sus cultivos. Poco después, vieron que muchos otros productores tenían necesidades técnicas y de acompañamiento similares a las de ellos para mejorar su producción; por eso se convirtieron en una plataforma de servicios agrícolas que les brinda información técnicamente a todos los actores de la cadena, especialmente productores, comercializadores y exportadores.

Con todo el trabajo que un laboratorio como estos hace en el campo antioqueño, podemos ver más cercano el futuro de una agroindustria antioqueña cada vez más moderna y potente. Mejorar niveles de producción, acompañar cada productor, cultivar los alimentos adecuados en cada terreno, aumentar la eficiencia y hasta prevenir la pérdida de inversiones; hace parte de un campo más tecnificado, no solo de Antioquia, sino también de Colombia.

¿QUÉ OTRAS ESTRATEGIAS CONOCES PARA TECNIFICAR EL CAMPO Y OPTIMIZAR SUS RECURSOS?



La Antioquia del futuro es productiva y sostenible. Se destaca por sus organizaciones industriales y agroindustriales que compiten en las exportaciones de nichos de alto valor.

ACTIVANDO ESTE QR Y DESCUBRE LA ESTRATEGIA ANTIOQUIA EMERGENTE:

Una Antioquia conectada

Ya existen iniciativas para que en el futuro el departamento incremente exponencialmente la cantidad de lugares y personas conectadas a internet. Makaia y Celsia nos cuentan en qué deberíamos enfocarnos para lograrlo.

La mamá de quien escribe esta historia tiene 60 años, vive en un pueblo de Antioquia y posee una curiosidad infinita, alimentada por cientos de dudas alrededor de la tecnología, los smartphones e internet. Su fuente de respuesta a esas preguntas soy yo, su hijo de 35 años, alguien que da por sentado que todo es fácil y que carece de la paciencia necesaria para enseñarle a interactuar con la pantalla. Hemos logrado avances, sí, pero son pocos comparados con el hambre de aprendizaje de ella. He conversado con varias personas que experimentan la misma situación. No soy el único.

Makaia trabaja desde 2006 con movilización de recursos y acercando la tecnología para que sea amigable con jóvenes, mujeres y personas mayores en zonas rurales del departamento.

Esta es una de las rutas que se han planteado para que Antioquia esté cada vez más conectada pues, para ellos, no solo es importante el acceso a internet, es el uso de la tecnología, su apropiación y alfabetización hace la diferencia a la hora de acceder a infinitas oportunidades.

1

Crearon líneas de formación:

experiencias tipo *bootcamps*, entrenamientos que dura entre cuatro y seis meses, 100% virtual, para capacitar a personas en desarrollo web, *front end* y *back end*, también en análisis de datos.

2

Encontraron un desafío:

solo 20 de cada 100 personas que entrevistaban para hacer parte de los bootcamps, superaban el filtro por falta de habilidades básicas en pensamiento crítico, razonamiento numérico y pensamiento computacional.

3

Semillero STEM como solución:

programas con de 80 horas que sirven para nivelar a los participantes en habilidades para la vida y donde cultivan el pensamiento lateral mediante la resolución de problemas.

Se complementa con una línea básica de formación para personas que quieren manejar redes sociales, comunicarse por internet y sentir comodidad y seguridad con la tecnología.

4

Un primer empleo:

Quienes concluyen el plan de formación adquieren capacidades para encontrar un primer empleo con alguna de las 120 empresas que apoyan la iniciativa.

Con sus *bootcamps*, Makaia ha trabajado en 34 municipios de Antioquia. Estos representan una de las muchas acciones, a las que si les ponemos atención, las cuidamos, las cultivamos y nos organizamos para que crezcan exponencialmente pueden hacer en unos años un departamento conectado se haga realidad.

Para que seamos una Antioquia conectada

Ricardo Sierra es el líder de Celsia, una empresa que además de conectar gratis a internet a todas las escuelas públicas que operan en los territorios donde ejecutan sus proyectos, y funciona el servicio Internet Celsia, cree firmemente en la necesidad de ayudar a que los niños puedan abrirse al mundo. Hablamos con él acerca del potencial y de los retos que tenemos en los próximos años.

¿Cómo hacer realidad esa ilusión de una Antioquia conectada?

Para que un departamento avance en términos de conectividad se requiere tomar la decisión de hacerlo y sumar esfuerzos desde lo público y lo privado. En ese sentido, queremos compartirles un caso de éxito, a través del cual, en muy poco tiempo, hemos contribuido en la democratización del acceso del servicio de internet a nuestros clientes en el Valle del Cauca y Tolima.

Celsia Internet nació en 2019 en el Valle del Cauca con tres objetivos: primero, aprovechar la infraestructura que ya teníamos como empresa de energía, por ejemplo: la fibra óptica

que sirve a más de 175.000 niños de estos dos departamentos. Ahora vemos cómo esos estudiantes tienen más deseos de ir a sus clases, pueden hacer consultas, investigar, divertirse e interactuar gracias a esa conectividad. Incluso, antes tenían dificultades para presentar las pruebas de Estado y de admisión a las universidades. Ahora pueden conectarse sin ninguna dificultad. Los rectores y profesores están felices, porque les resolvimos un problema que el Estado no había podido solucionar.

Este tipo de acciones hacen parte de una estrategia social corporativa y le aportan al negocio, no se trata de filantropía, por ejemplo, a nosotros también nos sirvió para ser reconocidos en el Congreso Internacional de Territorios Inteligentes, en la categoría Infraestructura para territorios inteligentes, por nuestros aportes para consolidar un Valle del Cauca más innovador, conectado y tecnológico.

También nos convertimos en uno de los

Según cifras del Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones en el primer trimestre del 2023, en Colombia 17 de cada 100 personas tienen una conexión fija a internet. Por su parte Antioquia supera el promedio nacional con 23 conexiones por cada 100 personas.

principal instalada en torres, subestaciones, postes instalados, etcétera. Segundo, ofrecer una conectividad a internet a un costo eficiente y con la mejor tecnología, llevando fibra óptica sin importar el estrato socioeconómico.

El tercero, en el que quiero profundizar, es generar valor a la sociedad con esa conectividad. Específicamente contribuyendo a la educación de niños y jóvenes. La premisa fue: **si hay una escuela pública por donde pase nuestra línea de conexión, la conectaremos al internet gratis de alta velocidad.**

Hoy ya llegamos a 352 sedes educativas públicas con velocidades desde los 600 Mbps sin ningún costo,

principales operadores de internet de fibra óptica en el Valle del Cauca, y en el ámbito nacional, pasamos de figurar en el campo de otros operadores a estar en el listado de las principales empresas con nombre propio.

Teniendo en cuenta este modelo y experiencia que desarrollamos en el Valle del Cauca y Tolima, estamos seguros de que en Antioquia es posible encontrar aliados y hacer cosas similares para avanzar significativamente de acá a 10 años, para consolidarnos como un departamento conectado. Ahora es clave siempre tener siempre en cuenta que conectarse no es la única necesidad y que el proceso hay que acompañarlo con formación y mucho contenido educativo para los docentes y los niños en tecnologías TIC.

#UnaAntioquia enfocada en que las personas puedan conectarse al mundo.

¿QUÉ OTRAS INICIATIVAS CREES QUE SE DEBEN FORTALECER PARA TENER UN DEPARTAMENTO CONECTADO EN LOS PRÓXIMOS AÑOS?



Una Antioquia que cultiva sus organizaciones sociales

Así como otras organizaciones sociales en Antioquia, Psicólogas y psicólogos sin fronteras nació como una semilla que hoy germina y que, si se cuida desde su siembra, en el futuro será un árbol frondoso en los que cada vez más personas puedan vivir de sus frutos y disfrutar su sombra.

Un grupo de colegas psicólogas, mientras conversaban de sus experiencias en el trabajo, descubrieron que compartían las mismas preguntas: ¿quién puede cuidar la salud mental de personas que no tienen esta posibilidad?, ¿cómo democratizar este acceso en todo el territorio? Este fue el punto de partida que inspiró el inicio de una siembra.

DESDE TU TERRITORIO, ¿CÓMO CUIDAS LAS ORGANIZACIONES SOCIALES?, ¿TE VINCULAS A ELLAS?

Para que Antioquia cuide las organizaciones de la sociedad civil en los próximos años:



Erika Jaillier Castrillón es docente de la UPB, doctora en Ciencias de la Información y la Comunicación e investigadora en temas y organizaciones sociales. Conversamos con ella sobre los aspectos fundamentales para ser una Antioquia que cuida las OSC de las siguientes décadas.

¿Qué significa una Antioquia de las organizaciones sociales?

Primero hay que entender la base de las organizaciones sociales, las familias y los vínculos que se tejen alrededor de esta y que están mediados por procesos de relacionamiento buscando su calidad de vida y otras formas de vida de calidad. Por eso es fundamental la relación entre el Estado, la academia y la empresa, apoyados en procesos de conocimiento y cultura. Esta

relación es posible gracias las estructuras culturales: las tradiciones, herencias y vínculos. Darles fuerza a las organizaciones sociales es posible gracias a las formas en las que nos vinculamos, participamos y gestionamos lo colectivo.

¿Para qué sirve?

Los procesos de producción cultural son intangibles, por eso hablamos de beneficios a largo plazo, en cinco o diez años. No es fácil encontrarlos a corto plazo, porque buscan resolver problemas intersectoriales e interculturales en donde todos ganen.

Además, ayudan a fortalecer redes sociales, no solo las digitales, sino los procesos de participación identitaria y cultural, de lazos de vecinazgo, familiares e intergeneracionales. En un sentido microsocial o individual es sentir que uno hace parte de una organización y que se identifica con

ella para mejorar situaciones concretas en el entorno cercano, es decir una realización personal y colectiva.

¿Qué temas que están sucediendo hoy deberíamos ponerle cuidado para rodearlas y multiplicarlas y en 10 años ser la Antioquia de las organizaciones sociales?

Retos sociales hay muchos, los Objetivos de Desarrollo del Milenio y Objetivos de desarrollo sostenible nos marcan una ruta y es importante mirar qué retos aún están por cumplirse y preguntarse qué granito de arena puedo aportar y hacerse cargo individualmente de cosas que se pueden hacer a pequeña escala. Por ejemplo, en salud y bienestar, con qué hábitos me comprometo; en ciudades inteligentes, cómo nos integramos para interactuar mejor con los otros y resolver problemas concretos. Así con cada uno.

Elegir las semillas y organizar las especies según sus necesidades

Vivían casos similares en sus trabajos: víctimas del conflicto, en especial mujeres y niños, necesitaban acompañamiento especial en el cuidado de su salud mental. ¿Cómo generar una iniciativa que pusiera a las personas en el centro de la conversación y construyera con la comunidad espacios de apoyo psicosocial?, se preguntaban. Esa fue la semilla que pronto sembraron.



Estudiar el momento propicio para sembrar

En 2020 inició la preparación del suelo y empezaron por ellos mismos. Psicólogas y psicólogos del equipo sintieron los estragos generados por los problemas de salud mental durante la pandemia.

Estaban inquietos y se cuestionaban: ¿si nosotros la estamos pasando así, ¿cómo estarán otras comunidades sin herramientas o espacios de escucha activa en la ciudad y otras regiones?, ¿de qué forma ellos accederían a un acompañamiento psicosocial? Decidieron que ese sería el momento de comenzar.



Foto cortesía Psicólogas y psicólogos sin fronteras.

Entender cómo cuidar la semilla

Diseñaron una ruta de acompañamiento inicial con espacios virtuales y llamadas telefónicas. Desde entonces voluntariamente donan su tiempo y conocimiento para acompañar el cuidado mental de más 450 personas en Medellín, Bello, Itagüí y Dabeiba, no solo en temas de salud mental, sino memoria y paz, género y cultura. Pero sentían que no era suficiente asesorar individualmente a las personas, vieron que debía ser un ejercicio colectivo.



Regar periódicamente con agua y algo más

Nutrieron sus intervenciones en el territorio con talleres, formaciones y trabajo articulado con la misma comunidad, otras organizaciones sociales, el Gobierno nacional, Cooperación Internacional y empresas del sector privado.



Preservar su vida

Hoy, Psicólogos y psicólogas sin fronteras trabaja para que en los próximos 10 años más personas de comunidades vulnerables tengan atención en salud mental integral. Esto mediante un consultorio popular por comuna y las principales regiones de Antioquia para recibir acompañamiento y promover procesos comunitarios.

Actualmente, trabajan de forma voluntaria, se financian a través de Cooperación Internacional y trabajo con las administraciones locales. Como ellos hay muchas organizaciones sociales en Antioquia que, si las cuidamos y les ponemos atención, nos pueden acercar a un futuro mejor.

Una Antioquia que previene

Ser corresponsables de nuestra salud y promover un crecimiento urbano sostenible, nos permite soñar con un futuro en el que las ciudades sean más saludables y donde nuestro departamento sea uno que, en lugar de curar, prevenga..

Medicina para mantenernos saludables

Yuly Marín es médica y magíster en Salud Pública, y jefa del departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Universidad de Antioquia. Conversamos con ella sobre la posibilidad de ser una Antioquia que previene las enfermedades en lugar de curarlas.

¿Qué es prevención de la enfermedad y qué mecanismos tenemos hoy en día para esto?

Prevenir es importante porque así podemos evitar que ocurra una enfermedad o, en los casos donde se trata de algo inevitable, la prevención permite hacer una detección temprana que evita muertes o secuelas. Algo clave es que se trata de una corresponsabilidad, de los actos personales y factores como la buena alimentación, la actividad física, la higiene del sueño, la salud mental, oral y sexual. En cuanto a las IPS, que son todas las instituciones que prestan servicios de salud, deben hacer una búsqueda activa de

los pacientes para promover medidas de prevención como exámenes periódicos dependiendo de las condiciones y edad del paciente, vacunación o planificación familiar. Por otro lado, hay políticas públicas que velan, por ejemplo, por proveer a las comunidades de agua potable o garantizar seguridad alimentaria para evitar enfermedades. La prevención siempre requiere de la suma de voluntades.

¿Cuáles son los beneficios a largo plazo?

Una vida sana es una vida más plena que permite que las familias puedan desarrollar mejor sus proyectos de vida a largo plazo en condiciones de bienestar. También hay unos beneficios económicos, la prevención logra que los sistemas de salud se sostengan porque es más eficaz prevenir la enfermedad que hacer tratamientos en estados avanzados.

¿A qué iniciativas, que ya estén sucediendo, deberíamos prestarles atención para poder ser un departamento que previene, en lugar de curar, dentro de los próximos años?

En Antioquia ha cobrado fuerza el enfoque territorial que ya está en las políticas públicas de salud y que trata de conocer el territorio para llevar a cabo la prevención. Por ejemplo, hay municipios en los que existe mayor incidencia de enfermedades materno-perinatales, o infecciones.

¿Y TÚ, CÓMO TE CUIDAS?



Esta contextualización permite implementar medidas más oportunas en dichos territorios. Institucionalmente, existen indicadores para medir cómo vamos en cobertura de vacunación, consultas odontológicas preventivas, entre otras, que nos van encaminando hacia ese gran propósito de ser un departamento que mejora la calidad de vida de las personas, a través de la prevención.

Entornos que nos ofrecen bienestar

El entorno juega un papel crucial en la salud. Alejandro Restrepo Montoya, doctor en Ingeniería, Urbanismo y Arquitectura de la universidad técnica de Múnich, en Alemania, nos cuenta cómo un equilibrio entre el urbanismo y el medio ambiente puede encaminarnos al bienestar.

¿Qué es el urbanismo sostenible?

Es el desarrollo de espacios orientados al bienestar de las personas que los habitan. Algunas definiciones de la sostenibilidad plantean que lo sostenible es todo aquello que utiliza los recursos del presente sin comprometer los recursos del futuro.

¿Cuáles son los beneficios integrales del urbanismo sostenible?

Preservar los entornos que habitamos fortalece la sociedad en términos de salud, integración y de búsqueda de objetivos comunes. En términos económicos cualifica mano de obra y establece condiciones de empleo sostenibles; en últimas, se genera una cadena de consumo consciente. Medioambientalmente le apunta al mejoramiento de las condiciones del aire, del agua y de la naturaleza.

¿Qué iniciativas existen hoy que nos encaminen a un urbanismo más sostenible?

Medellín viene trabajando en sistemas de desarrollo urbano para construir una mejor ciudad. Por ejemplo, un plan de urbanismo sostenible con desarrollos en torno al río, las quebradas y a la topografía de la ciudad. Este plan apunta a que la ciudad tenga un crecimiento y habitabilidad de manera armónica y donde se pueda alcanzar una cantidad mayor de metros cuadrados por habitante. Sabemos que podrían existir potencialmente 30 millones de m² de espacio urbano desarrollable en Medellín al lado de sus sistemas naturales, lo que equivale a 4.300 canchas de fútbol.

Si continuamos con un plan que nos permita desarrollar un crecimiento urbano de manera coordinada con sus condiciones topográficas, podemos soñarnos con una ciudad más saludable a través de la reducción de temperaturas gracias a un entorno natural, la preservación de los recursos, el mejoramiento de la calidad del aire y del agua, y con mayor diversidad de ecosistemas.

Descubre 10 palabras clave que nos guiarán hacia la Antioquia de los próximos años.



Conjuntos humanos que comparten afinidades, rasgos o espacios, y cuya consolidación nos permitirá tejer propósitos para el futuro (foto abajo)	Aumento, progreso. Se aleja de inacción	Duro de..., sordo	Pronombre personal Símbolo del molibdeno	Barco antiguo	Entidades que pueden trabajar como aliados para construir valor público	Río de España y Portugal	Sacan de raíz	Nota musical	Verano	
... Quito, municipio del Chocó				Anfibio sin cola					Producto de la imaginación, esbozo de sueños y objetivos por alcanzar	
Polidipsia			Unir con hilos Prefijo que significa anterioridad					Felipe... actual rey de España Borrachera		
Saino, mamífero	Adjetivo que se le asigna a eso que rebosa de expectación, alegría y proyecciones alentadoras de lo que vendrá	Atinar	Porción de nieve Sabrosa				Buena gallardía del toro de lidia			
				Zonas específicas dentro de un país Bolivia en internet						Negro en francés
Cariño, estima	Señuelo para cazar						De esta manera	Hijo de Adán y Eva Carril de las vías férreas		
				Nombre de mujer Dedo del pie en inglés					Marcador de fútbol Símbolo del indio	
Champán muy seco	Raspa			Arturo... director de orquesta italiano						
			Prefijo que significa reciente Conector eléctrico		Número romano Mosaico de riquezas que posee Antioquia (foto arriba)			Tamaño de pilas	Nacidas en Pisa (Italia)	
	Decó, movimiento de diseño Nombre de varón		Preposición Tipo de sociedad comercial			Muere en la playas Cuna de Abraham			Lo que viene que se puede construir actuando desde ahora	Tonto
Traficantes				Todavía			Análogo			
Municipio de Boyacá				Conoce demasiado			Río de Suiza			
		Soberbia	Municipio del Cesar					Hábito		
Mesa consagrada			Hermano de Jacob Con / es el símbolo del porcentaje			Brincan Grupo sanguíneo				
Fraude			Ficción compartida que nos permite hacer realidad propósitos a nivel colectivo	Código FIFA de Brasil Relativo a las neuronas			Obran, ejecutan	Municipio de C/marca Símbolo del cloro		
							Bancarrotta Poniente			
Ceñía	Sanies		Con UU. es potencia mundial Símbolo del cromo			Gigante Símbolo del neón				
★ Característica que hace que quepamos todos, oficios, regiones, personas, entidades, políticas e identidades Agarradero, asidero										
Vigorizar, fortalecer					Principal dios griego De pe a... enteramente					
Monja			Cubierta							
Concha						Finaliza con el Libro de Malaquías				
					San José de... municipio de Córdoba					



Sólo las horizontales: t, e, comunidades, Río, anuro, t, sed, coser, vi, copo, trapío, pecarí, regiones, s, cimbel, t, Cain, aprecio, Laura, oo, e, rae, Toscanini, brut, neo, iii, n, r, a, Art, en, ola, p, narcos, aun, afín, lza, a, Astrea, uso, ara, Esalú, saltan, dolo, BRA, r, Une, contorneaba, crac, r, a, EE, -, L, coloso, incluyente, acerar, Zeus, sor, tapa, A1, caracola, Uré.

VIGILADO Super/Subsidio