

A young boy with brown hair, wearing a red jacket with white stripes on the sleeves, is lying in a field of green grass. He is smiling broadly, showing his teeth, and has his hands resting on his cheeks. The background is a soft-focus green field.

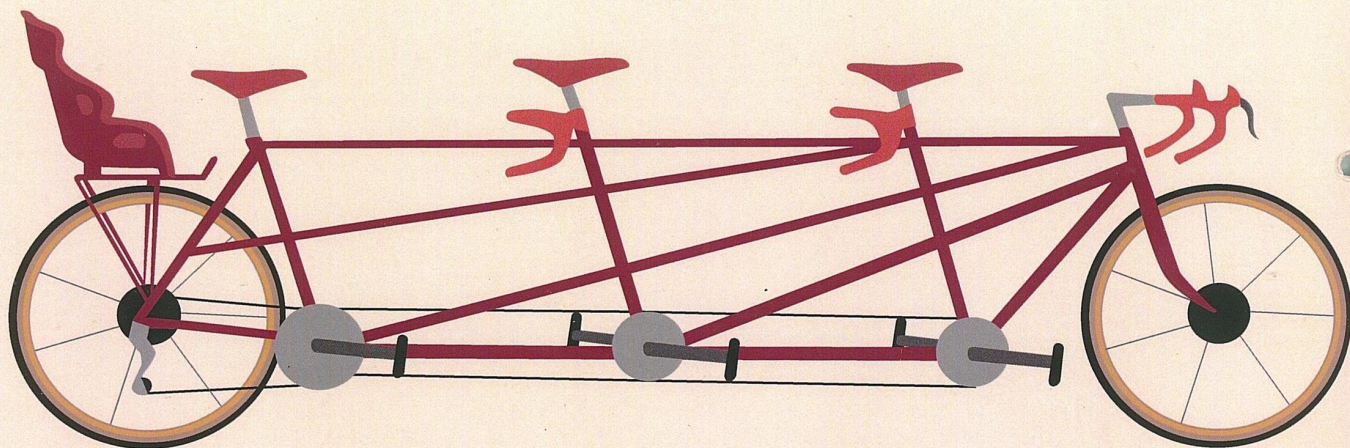
*Apuntes de*  
**FAMILIA**

NÚMERO 3 • MARZO - MAYO DE 2009 • ISSN 1794-502X

**El matrimonio**  
**SÍ importa**

Una familia unida y en armonía

# AVANZA



neurone

## DIPLOMADO EN FAMILIA

### Objetivo General:

Identificar a través de las etapas de la vida familiar, los aspectos más importantes de la relación conyugal y de cada una de las edades de los hijos, que permitan fortalecer los vínculos afectivos que potencian el desarrollo personal.

### Dirigido a:

- Actuales y futuros padres de familia interesados en enriquecer sus relaciones familiares.
- Educadores, psicólogos, trabajadores sociales, médicos y abogados que requieren profundizar sus roles y lograr una mayor orientación de la dinámica familiar.
- Personas interesadas en el tema.

Diplomado en Familia, modalidad virtual.

### Informes e Inscripciones:

Call center: 861 5555 – 861 6666 Exts: 1435 - 2417 - 1433  
Email: [instituto.familia@unisabana.edu.co](mailto:instituto.familia@unisabana.edu.co)  
<http://institutodelafamilia.unisabana.edu.co>



**Universidad  
de La Sabana**

INSTITUTO DE LA FAMILIA



**NÚMERO 3**  
MARZO - MAYO DE 2009  
ISSN 1794-502X

**DIRECCIÓN**  
Marcela Ariza de Serrano

**CONSEJO EDITORIAL**  
Marcela Ariza de Serrano, Martha Helena  
González Marulanda, Mariapaulina  
Montoya Escobar

**COLABORADORES**  
Sofía Uribe Arbeláez, Brenda Liz Rocha  
Narváez, Celina de Simón, Aurora Bernal  
Martínez de Soria.

**COORDINACIÓN EDITORIAL**  
Mariapaulina Montoya Escobar

**EDICIÓN**  
Oficina de Publicaciones,  
Universidad de La Sabana

**SERVICIOS PERIODÍSTICOS**  
Aceptensa

**SUSCRIPCIONES**  
Universidad de La Sabana,  
Instituto de la Familia  
Teléfono: 861 5555 Exts.: 1435-2417  
Campus Universitario del Puente del  
Común Km 21 Autopista Norte, Bogotá, D.C.  
[www.unisabana.edu.co](http://www.unisabana.edu.co)

**CORREO ELECTRÓNICO**  
[apuntesdefamilia@unisabana.edu.co](mailto:apuntesdefamilia@unisabana.edu.co)

**DISEÑO Y PRODUCCIÓN**  
IDEKO Ltda.  
Calle 59 No 3 - 56  
Tel.: 3455711

**DIRECTOR CREATIVO**  
Javier Castillo

**DIAGRAMACIÓN**  
Gina Acosta

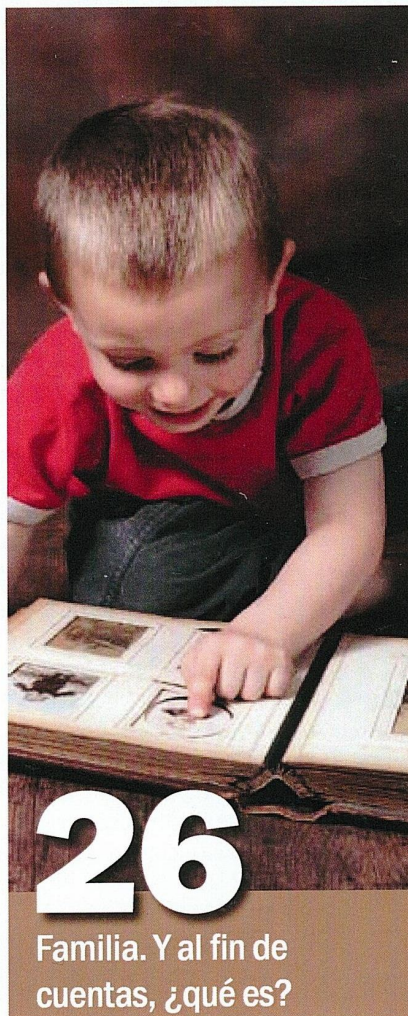
**FOTOGRAFÍAS**  
Big Stock Photos

**IMPRESIÓN**  
Intergráficas S.A.



# 10

De cara al miedo



# 26

Familia. Y al fin de  
cuentas, ¿qué es?

- 4** Editorial
- 5** Correo
- 6** El matrimonio sí importa
- 10** De cara al miedo
- 14** Delgada expresión de un *grueso* trastorno
- 18** El feminismo que necesita nuestra época
- 22** Estilos y tendencias de hoy
- 26** Familia. Y al fin de cuentas, ¿qué es?
- 30** Cine
- 32** Libros
- 34** ¡Hola, niños!

# Familia, patrimonio de la humanidad

**S**I EN ALGO PODEMOS contribuir a la renovación de nuestras sociedades en un momento tan apasionante de la Historia, pero a la vez de un muy marcado deterioro humano, ha de ser *haciendo familia*. Tomar conciencia de que la familia es patrimonio de la humanidad nos ayudará a reconocer por fin su inmenso potencial y el aporte sin igual que representa para los hombres del mundo entero protegerla y favorecerla de modo que desarrolle su misión para bien de todos; pues a pesar de que el entorno geográfico, económico, político y cultural en el que se desarrollan las familias en los cinco continentes poblados de la tierra, la esencia que las conforma -el amor, la fe y la confianza- no varía.

Pero, ¿de qué familia hablo? Me refiero a aquella en la que la crianza, la educación y la socialización de las nuevas generaciones son asumidas como un trabajo artesanal, no industrial ni en serie. Es decir: un trabajo uno a uno, que exige adaptar la autoridad y la ternura complementaria paterno-materna al sexo, la edad, el temperamento y la personalidad de cada hijo. Por eso, nadie mejor que un padre y una madre con una vida matrimonial armónica para realizarlo, y de ahí que hubiéramos decidido incluir en esta edición las conclusiones que presenta el *Social Trends Institute* (STI) en el texto *El matrimonio importa* sobre las consecuencias del monoparentalismo y de la cohabitación en la sociedad. Porque, que el matrimonio no es la panacea que soluciona todos

nuestros males, como bien lo mencionan los autores del libro, es muy cierto; y estamos de acuerdo cuando señalan también que no todo el mundo tiene por qué casarse pues el matrimonio no es para todos. Pero otra cosa muy distinta es que tengamos que observar impávidos cómo las nuevas generaciones tejen y destejen sus vidas al vaivén de unas “relaciones asociativas” que no saben de responsabilidad, amor y compromiso. ¡Es que no es solo la vida de ellos la que está en juego! Hay miles de millones de criaturas a la espera de que los adultos les señalemos el mejor de los rumbos, y de la forma en que levanten puentes hoy estas nuevas generaciones, depende que la humanidad llegue mañana a alguna parte.

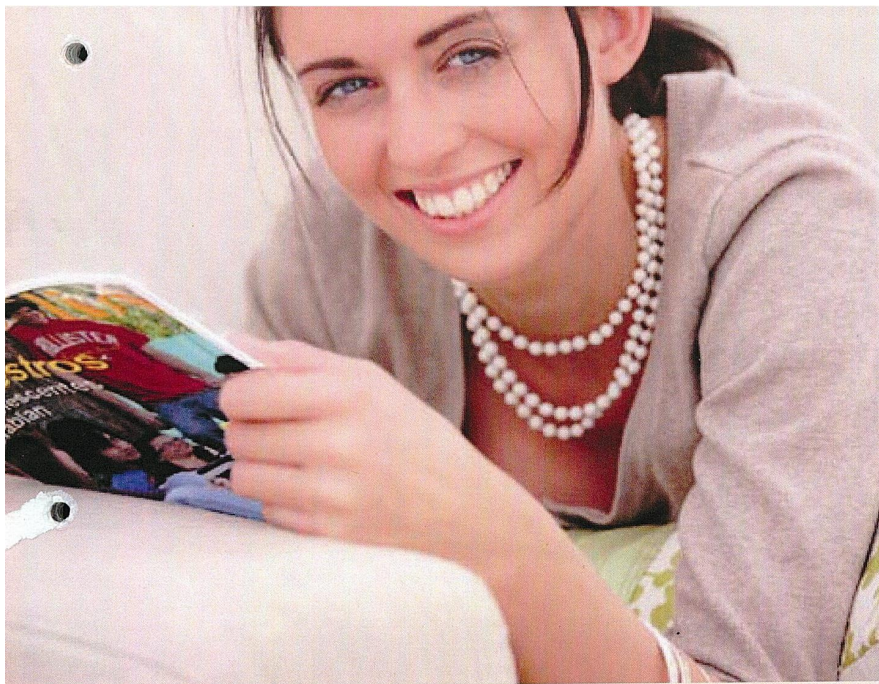
Padre y madre son, por naturaleza, los primeros e irrenunciables educadores de sus hijos. Su misión de educar no es nada sencilla. Está llena de contrastes en apariencia irreconciliables. *Apuntes de Familia* quiere dar -a tiempo- una voz de alerta a quienes hacen que las cosas sucedan. Y qué mejor que cada uno de los lectores en y por su familia. Una vez más espero que disfruten *su* revista. El propósito de nuestros colaboradores con sus excelentes artículos no es el de convencer, sino el de hacer pensar sobre todos aquellos tópicos que educan, protegen y promueven la vida familiar. #



**Marcela Ariza de Serrano**

Directora

[marcela.ariza@unisabana.edu.co](mailto:marcela.ariza@unisabana.edu.co)



## Hace las veces de compañía

Saben 'señores *Apuntes de Familia*' ¿qué me gusta hacer en mis ratos libres? Leer y releer mi colección de revistas; no sabría decir cuál edición es mejor, ni qué artículo me ha guiado más. Realmente considero que deja huella en la vida de aquellos que la leemos, y por ello espero que la sabiduría siga acompañando a quienes la elaboran, de forma que puedan, como hasta ahora, iluminar nuestro camino en familia.

MARCIA / ECONOMISTA  
BOGOTÁ

## ¿Y los números anteriores?

He tenido la oportunidad de recibir la revista *Apuntes de Familia* número 2 de diciembre de 2008 a través del diario El Espectador. Primero quiero felicitar al periódico por salir de la rutina en la que están inmersos la mayoría de los medios de comunicación, que ofrecen revistas y separatas con temas superficiales y sin contenido. Por otra parte felicito a los creadores y editores de la revista; nuestro país necesitaba este tipo de espacio escrito donde se aborden temas importantes que contribuyan a dar valor y sentido a la familia y que a su vez favorezcan el progreso de la sociedad. Me gustó mucho el artículo *Del 'nido vacío' al envejecimiento sereno*; en cuántas ocasiones dejamos de reconocer que nuestros abuelos tienen determinadas necesidades, y olvidamos su trascendental papel al interior de la familia.

Quisiera sugerir que todas las personas que compren el periódico tengan acceso a la revista y no solo los suscriptores, y además preguntar en qué lugar es posible conseguir las anteriores ediciones.

B.L.R.  
BOGOTÁ

## Fotografía y diseño

Nos gustan el diseño, la distribución y elección de fotografías de *Apuntes de Familia*. Felicidades.

GIOVANNY TRUJILLO  
PRODUCTOR AUDIOVISUAL  
BOGOTÁ

## Buen dato

Quiero felicitarlos por su revista y comentar simplemente que el tema del vino que encontré en su última edición me gustó mucho. Me parece que dan unos buenos consejos.

JUAN BARRIOS  
BOGOTÁ

## Contenido

Me alegra encontrar un medio de comunicación con contenidos distintos a política, conflicto, economía y seguridad democrática. ¡Es un alivio!

TEO FRESNEDA  
BOGOTÁ

# El matrimonio sí importa.

**“El matrimonio es algo más que una relación privada emocional. También representa un bien social. No todo el mundo puede o debe casarse ni todo niño educado fuera del matrimonio tiene por qué sufrir. El matrimonio tampoco es la panacea que resuelve todos nuestros problemas sociales”<sup>1</sup>, pero...**

POR MARIAPaulina MONToya ESCOBAR  
COORDINADORA DE REDACCIÓN  
apuntesdefamilia@unisabana.edu.co

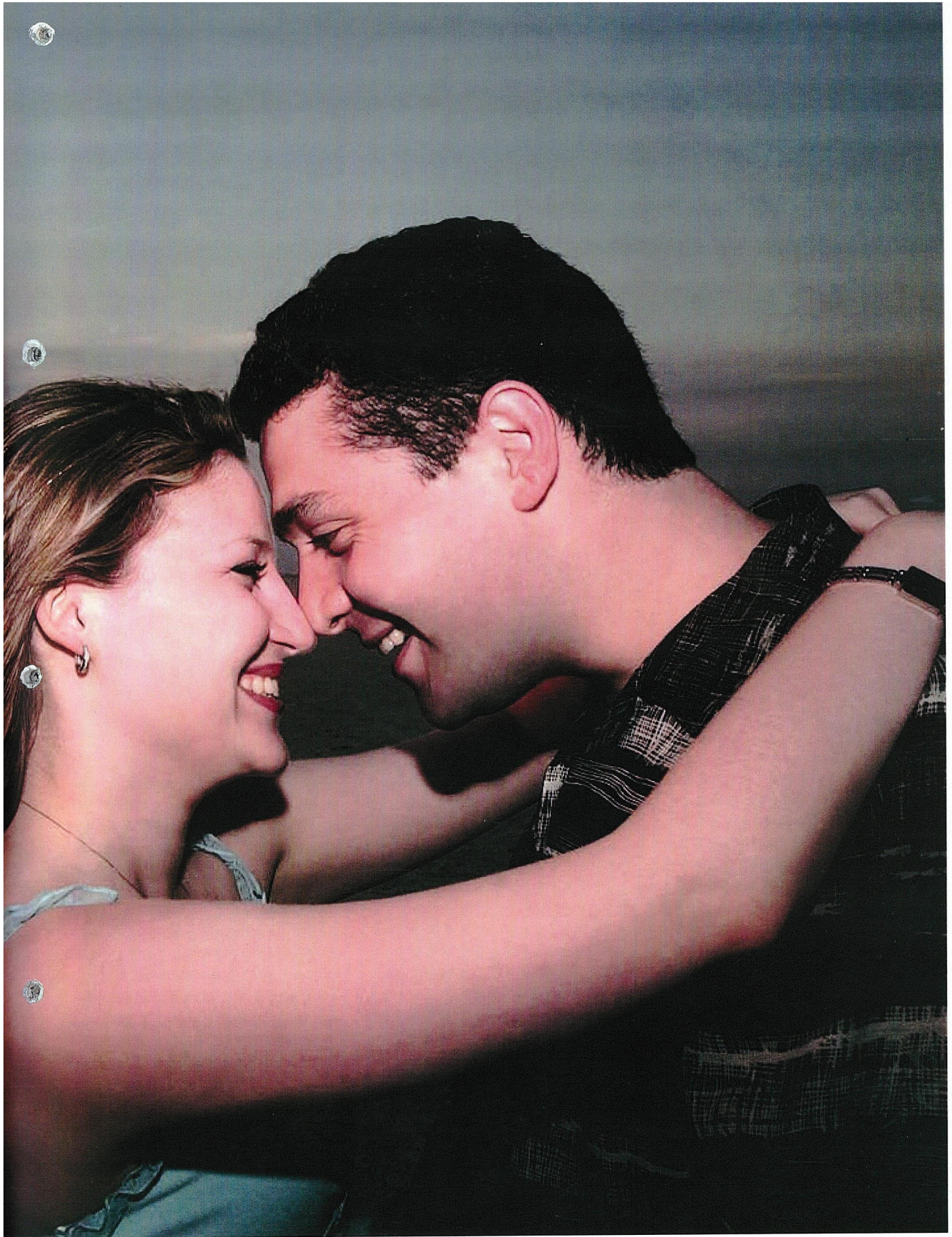
**L**OS NIÑOS TIENEN hoy menos probabilidades de pasar toda su infancia en una familia nuclear, y para los hombres y las mujeres es más difícil casarse jóvenes y permanecer unidos que hace cincuenta años<sup>2</sup>; en Colombia por ejemplo el ‘divorcio express’ creció en un 254% en el primer semestre de 2007 comparado con ese período de 2006<sup>3</sup>. Así las cosas, reflexionar sobre matrimonio, hijos, familia y bienestar se convierte en necesario; las estadísticas de este tipo abundan y lo que está en juego tal y como aparece en la realidad, mucho más allá de entender cuál es el rumbo que están tomando las sociedades en occidente -si es que ¿acaso estamos pasando de la monogamia a una cultura

de relaciones monosucesivas?-, es entender por fin que de la salud emocional de los más pequeños, quienes esperan que sean los adultos los que les señalen el camino más próximo al acierto, dependen la paz, la convivencia, la armonía y el bienestar, no ya de las comunidades, sino del planeta entero.

Estos asuntos, que competen e inquietan a los hombres en todas las latitudes, han sido examinados a lo largo de las últimas tres décadas por sociólogos, psicólogos y economistas de los Estados Unidos. Y aunque ningún estudio por sí solo ha sido concluyente, se ha reunido un conjunto abrumador de pruebas científicas que señalan que los niños tienen más posibilidades de prosperar cuando crecen en una familia unida

y casada. Las investigaciones demuestran claramente que los niños dan importancia a la estructura familiar, y la estructura familiar que más los ayuda es aquella encabezada por dos padres biológicos que comparten un matrimonio poco conflictivo<sup>4</sup>.

Desde el punto de vista de algunos expertos: “El matrimonio en Europa, y de hecho en occidente, no tiene futuro como la principal institución de afianzamiento de la vida adulta y como contexto ideal para la reproducción biológica y social de las generaciones futuras en el continente europeo”. El presente artículo expone algunas de las conclusiones del *Social Trends Institute* -fundación dedicada al estudio de las ciencias sociales en los Estados Unidos- en el sentido contrario, con la





**Pruebas científicas señalan que los niños tienen más posibilidades de prosperar cuando crecen en una familia unida y casada.**

intención de equilibrar la balanza en un mundo en el que el peso informativo parece estar marcadamente inclinado a la desorientación, si tenemos en cuenta cómo crece la comercialización de la vida privada y los réditos más altos se producen en el orden de los escándalos íntimos, las rupturas de pareja, el abandono, la infidelidad y el maltrato.

Puesto que mirando la otra cara de la moneda se encuentran estudios que afirman que los matrimonios sanos y fuertes son indispensables para el bienestar social, económico y psicológico de las comunidades, de los adultos y, especialmente, de los niños, vale la pena examinar las consecuencias que acarrearán en grandes y pequeños el monoparentalismo (edu-

cación de los hijos en manos de uno solo de sus progenitores) y la cohabitación (uniones de hecho).<sup>4</sup>

**MONOPARENTALISMO. ECO DE UNA REALIDAD**

En el bogotano barrio Pablo VI y desde un negocio que vende minutos a celular, un joven de menos de veinticinco años relata a su amiga confidente la noticia que X le dio la noche anterior; la joven con la que sale hace pocos meses está en embarazo: "No me veo casado con ella y no sé qué hacer... ¡ni siquiera sé en qué ando!, ¿qué me pasó?". En el resto de la conversación parecía seguro de que cada palabra suya era más importante y sería que la anterior por la forma en que exponía sus argumentos, pero lo que del caso llama realmente la atención es cómo gi-

raba en torno a un sujeto -él mismo-, que creía estar resolviendo su situación (o lo que es peor, una situación más -cualquiera- en su vida) cuando en realidad resolvía la de una criatura; y, sin más, le imponía el estigma del monoparentalismo antes de llegar al mundo. Y, ¿qué le espera a un menor que nace en estas condiciones?

- Llegar a ser un adulto con menos formación que aquellos que crecen en una familia estable con padre y madre.
- Los varones educados en familias monoparentales tienen más tendencia a caer en comportamientos delictivos.
- Mayor riesgo de fracaso escolar y de abuso de drogas y alcohol.
- Tener una peor situación profesional y más probabilidades de



## El matrimonio está asociado a importantes bienes sociales

- Los niños que viven con sus propios padres gozan de mejor salud física y de una mayor esperanza de vida que los que viven en otros entornos.
- Las madres casadas sufren menos depresiones que las solteras o las que forman parejas de hecho.
- El matrimonio reduce la pobreza y las carencias materiales de las mujeres menos privilegiadas y de sus hijos.
- Las parejas casadas son más solventes que las parejas de hecho o las familias monoparentales.
- El compromiso matrimonial mejora la calidad de las relaciones de la pareja y de ésta con los hijos.
- Las personas casadas, especialmente los hombres, tienen una mayor esperanza de vida.
- El matrimonio es una institución prácticamente universal.

estar desocupados (es decir, sin empleo ni estudios en curso).

- Es más probable que las hijas tengan un hijo fuera del matrimonio, que experimenten matrimonios más problemáticos, un mayor número de divorcios y presenten más síntomas de depresión<sup>5</sup>.

### LA COHABITACIÓN. SEGUNDO ESCENARIO

Una encuesta realizada en países occidentales (con amplia representación europea) descubrió que en la mayoría de estos los hijos de padres en cohabitación tienen entre el doble y cuatro veces más de probabilidades de ver cómo se separan sus padres que los hijos de parejas casadas en el momento de nacer ellos<sup>6</sup>. Y añade que tal inestabilidad familiar no solo es perjudicial porque impide a los niños desarrollar y conservar vínculos afectivos estables, sino porque les pone en peligro:

- Estos pequeños suelen buscar atención y apoyo afectivo en adultos ajenos a la familia, lo que los hace más vulnerables a depredadores sexuales y a otros tipos de abuso físico.

- El cuidador principal está a menudo distraído (por razones amorosas o de otro tipo) por la pérdida de una pareja, la ruptura sentimental o la búsqueda de una nueva pareja.
- El riesgo de mortalidad de los niños en edad preescolar se multiplica por cincuenta cuando hablamos de niños educados en situación de cohabitación, principalmente por la exposición a la presencia de un hombre adulto ajeno a la familia<sup>7</sup>.
- En comparación con los hijos de matrimonios, los niños de parejas de hecho tienen más tendencia a que los expulsen temporal o definitivamente del colegio, así como a tener un rendimiento escolar pobre y de tener dificultades en las relaciones con compañeros y profesores.

En Colombia, en cuanto a las uniones libres, el censo del DANE (2005) registró que 13.042 niños entre los 12 y los 14 años llevaban vida en pareja sin estar casados. Esta estadística, para jóvenes de 15 a 19 años, era de 318.192<sup>8</sup>.

Algunos especialistas en temas familiares han restado importancia al creciente aumento de la natalidad fuera del matrimonio porque daban por hecho que las parejas en cohabitación ocuparían el lugar de las parejas casadas, ofreciendo un lugar estable y biparental a los niños. Pero una investigación sobre tendencias demográficas indica que tanto el aumento de la natalidad fuera del matrimonio como el del porcentaje de niños que nacen en uniones en cohabitación está asociado con el aumento de casos en que las madres tienen que educar solas a sus hijos: "Quizá la única tendencia general en occidente sea que la educación de los niños está pasando de las manos de padres casados a las de madres solteras, más que a las de padres en cohabitación, familias reconstituidas o padres solteros"<sup>9</sup>.

Son muchas las causas del abandono del matrimonio, y algunos expertos consideran que las fuerzas culturales, económicas y políticas que se han aliado contra el matrimonio son tan poderosas que hacen de toda resistencia un esfuerzo vano<sup>10</sup>. El matrimonio no es la panacea para todos nuestros males sociales. Sin embargo, el hecho de que la sociedad llegue o no a construir una cultura sana para el matrimonio tiene una clara relevancia pública. Es una cuestión de máxima importancia si queremos ayudar a los miembros más vulnerables de nuestra sociedad: los grupos más humildes, las minorías étnicas y los niños<sup>11</sup>. ■■■

1. Las notas de pie de página 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 11 corresponden a: Social Trends Institute, "El Matrimonio importa. Veintiseis conclusiones de las Ciencias Sociales". Barcelona, 2005. 2ª. Edición. 77 págs.

3. <http://www.elpais.com.co/paisonline/calionline/notas/julio272008/divorcio.html> (fecha de consulta 16 de febrero de 2009).

8. child rights information network crin. disponible en: <http://www.crin.org/resources/infodetail.asp?id=16960>. (fecha de consulta 9 de febrero de 2009).



# De cara al miedo

**POR SOFÍA URIBE ARBELÁEZ**  
Psicóloga Universidad Javeriana  
Mg. Instituto Colombiano de Psicoanálisis  
[sofiauribe2006@yahoo.com](mailto:sofiauribe2006@yahoo.com)



Juan Eduardo; en mi vida primero está mi marido y, después, en un lugar muy cercano y con toda la importancia que merecen están los hijos, porque parto de que si papá y mamá están bien, también ellos van a estarlo”.

Cuando tomaron la decisión de casarse, luego de tres años de noviazgo y sin haber llegado a los treinta de edad, Natalia recuerda que tenían muy claro el camino que estaban dispuestos a emprender: “Habíamos hablado bastante sobre los temas de la vida diaria, nos importaba mucho saber si el otro creía en Dios o no y cuáles eran los principios que reconocíamos realmente sólidos en el otro. Esa es la única forma de comprometerse como solo se hace en el altar, y de entender en su verdadera dimensión ese ‘yo cuento contigo y tú puedes contar conmigo’. Jamás pretendí buscar en un esposo al papá que murió cuando era niña ni pensé: ‘¡Ay qué belleza, me enamoré del amor y entonces corramos a casarnos y tengamos hijos, casa, carro y beca!...’. Nosotros decidimos tener un proyecto conyugal de vida y cuando dos personas creen en esto deben pensar también en que el otro sea echado para adelante, que sea capaz de conquistar lo que quiere y que entre los dos exista el apoyo suficiente para tener un hogar sostenible, porque no se puede vivir del aire”.

#### CINCO VOTOS POR UN VETO

Que el facilismo se ha instalado en la sociedad de hoy con una desafortunada fuerza no es noticia. Lo novedoso -ojalá pudiera decirse frecuente- es encontrar quiénes le impidan el ingreso galopante en sus hogares decretándole en forma unánime un veto tajante, tal y como lo hace este quinteto: “En la unión familiar de un mundo facilista se abre siempre una puerta a la separación o al divorcio. Nosotros recibimos una gran influencia de dos matrimonios con un compromiso firme; los padres de Juan estuvieron casados casi

**U**NA VEZ SE DEJA atrás el hogar de Mateo, María, Martín y sus padres se siente el deseo enorme de acuñar el término *jaramiorteguno* como sinónimo de calidez. El suyo es un espacio en el que no hay libretto y en cambio mucho hay de afecto, lo cual explica el éxito de ella como docente, conferencista y asesora de familia en la Universidad de La Sabana, y de Juan Eduardo como

reportero y presentador de noticias en televisión.

Bugueño y santaferña -como ella misma se declara- no sólo están convencidos de que la vida toda es comunicación sino que son la comunicación hecha pareja, y manejan en su cotidianidad naturales códigos clave para una relación matrimonial sana: “Luchamos porque el compromiso que adquirimos de estar juntos hasta el final de nuestras vidas permanezca intacto. Llevamos casi dieciocho años de casados y a mí me encantaría envejecer con

lo contrario, el ser ignorado, no tenido en cuenta como interlocutor o ser excluido ocasiona gran sufrimiento durante toda la vida. Allí está la raíz de la desesperanza y de las más graves psicopatologías: adicciones, psicosis y psicopatías.

El miedo al rechazo se conjuga con la seguridad durante los primeros años de vida, estableciéndose -gracias al amor de los otros- una sana autoestima que nos equipa con la suficiente fortaleza para enfrentar posteriores vivencias de rechazo, humillación o falta justa de reconocimiento.

Ahora bien, hay que perder el miedo a admitir que la necesidad de afecto, si bien inicia en la niñez, nos acompaña durante toda la vida. Por

**El encuentro, el abrazo, el gesto y la conversación son los lugares de reaseguramiento que permiten el trabajar más y mejor, el producir más y mejor.**

eso la autonomía mal entendida, como la capacidad de prescindir de los otros, el mito de la independencia y de la autosuficiencia son asuntos engañosos, puesto que siempre se requieren vínculos de encuentro, espacios afectivos que nos nutran y desde donde podamos aflorar en nuestra verdadera y maravillosa esencia. En una cultura impregnada de falsas ideas resulta difícil pedir y dar afecto. Vencer el temor a hacerlo es importante porque nos reubica en la simplicidad de aquello fundamental: la realidad de que nuestras vidas se articulan en redes de interdependencia. Con los demás tejemos el mundo y lo hacemos mejor.

El tiempo del encuentro, el abrazo, el gesto y la conversación no son una pérdida; al contrario, son los lugares de reaseguramiento que permiten el trabajar más y mejor, el producir más y mejor, el crear más y mejor.

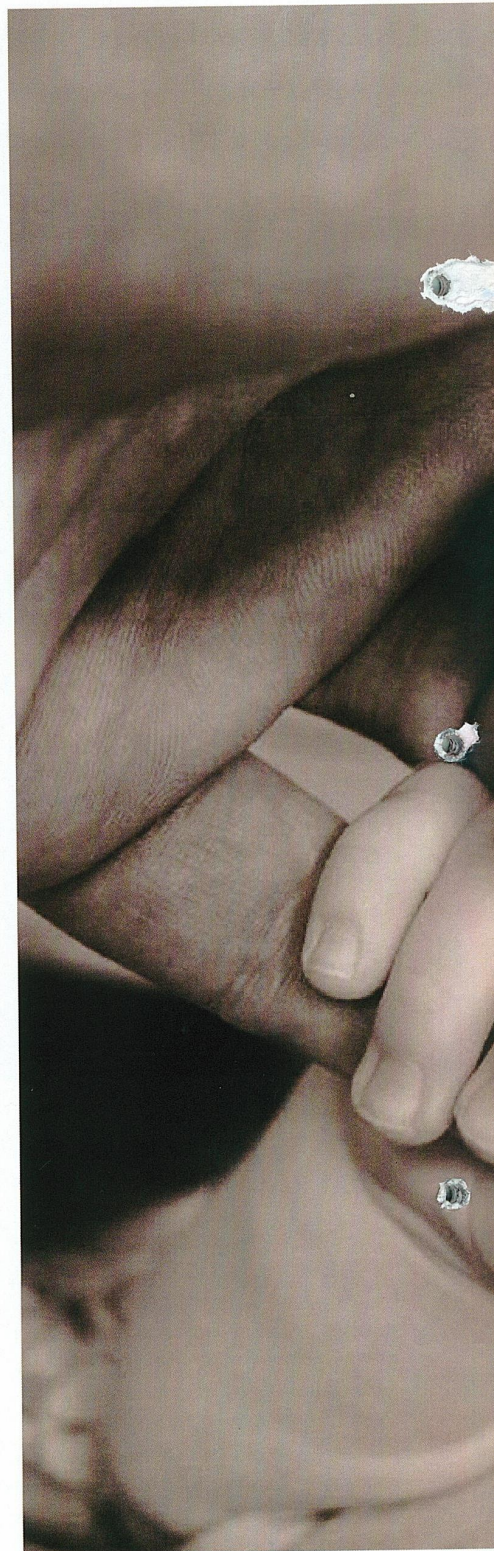
La salud mental pasa por la conquista del reconocernos necesitados de amor y de amar. Más allá de los condicionamientos, hay que rescatar el valor de la expresión y el requerimiento del amor.

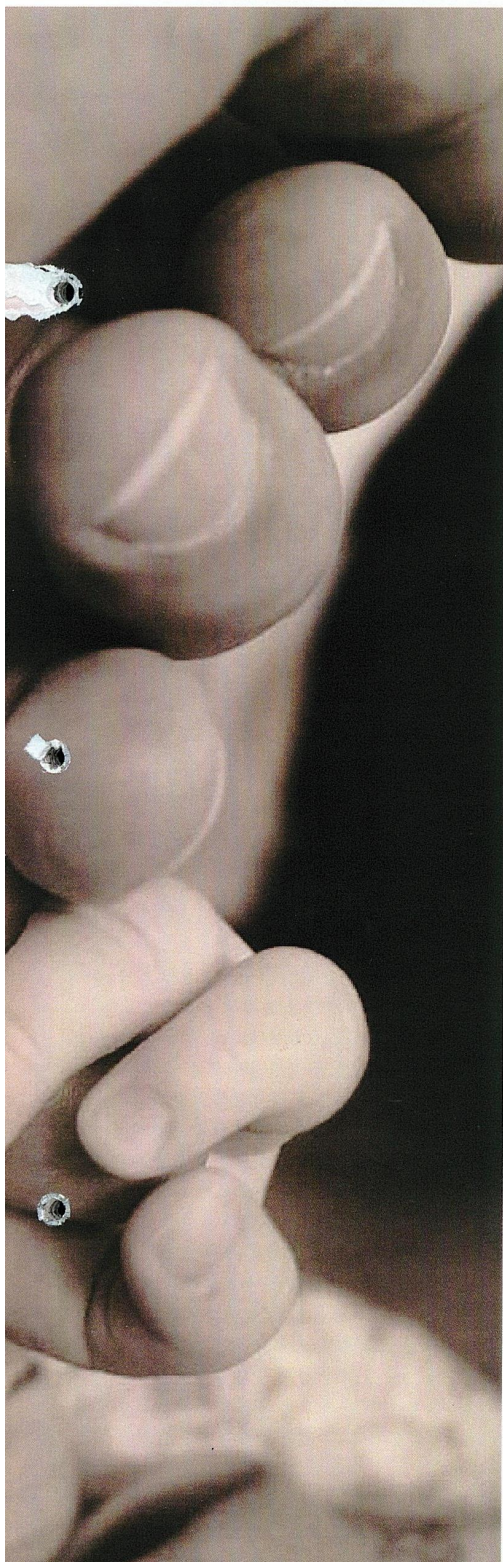
### **El miedo a los propios sentimientos**

*“La actuación es un sueño que no pudo ser soñado”.* León Greenberg

La idea de bienestar como un estado ideal de perfección, y no como aquello que implica procesos de desajuste y reajuste para alcanzar nuevos equilibrios, ha fomentado el temor a sentimientos del tipo: angustia, tristeza y rabia. Combatirlos (negarlos/rechazarlos) es perder una batalla contra aspectos integrales de nosotros mismos. Acogerlos, en cambio, es aprender a ir de su lado para progresar y crecer, así su preámbulo sean las crisis vitales, que en un sentido profundo son también oportunidades.

Cuando una persona realmente está bien y se siente fuerte puede permitirse el ponerse triste. Por tanto, es más sano entristecerse y elaborar procesos de duelo que eludirlos amparados en el argumento del bienestar. Las personas realmente frágiles son aquellas que no encaran sus sentimientos. La fortaleza interior se forja muchas veces llorando, porque después de procesar las tristezas se aprende y se es mejor persona. El dolor da una capacidad para profundizar y comprender las cosas del alma, como bien lo saben los grandes místicos, los escritores y los artistas. Enfrentar la tristeza es mejor que escapar de ella y aprender a acompañar nuestras





tristezas, sabiendo que luego vendrá un nuevo amanecer, es un acto de amor para con nosotros mismos y para con los demás. Los padres y maestros que no se asustan ante el llanto de los niños enseñan a ser tolerantes con este sentimiento de tristeza. No se trata de buscarlo a propósito ni tampoco de evadirlo. Sencillamente se propone un reconocimiento de que hace parte de la experiencia de la vida.

Con el tema de la ansiedad sucede lo mismo. No somos, no tenemos un seguro frente a todo como tampoco tenemos que saberlo todo. La incertidumbre acompaña los procesos y nos enseña la sabiduría que entraña el lograr diferenciar el persistir del forzar. Nos enseña a confiar en que todo tiene un sentido y en que la suavidad es más poderosa que la rigidez.

La rabia acompaña también la existencia. Es a veces temida porque se ha estigmatizado. Perderle el miedo significa entender que los conflictos hacen parte de la vida; he ahí la clave: saber qué hacer con ellos, cómo tomamos la opción de crear desde ellos en lugar de destruirnos o destruir al otro y a lo otro.

En la medida en que acojamos todos esos sentimientos podrán manejarse mejor; la cuestión es escucharlos, atenderlos sin temor, integrarlos a nuestra experiencia de forma honesta. Más vale fantasear que agredir destructivamente en la realidad. Abordar lo que se siente y lograr construir desde allí pasa por recuperar y maximizar la libertad interna para saber que fantasear no es hacer, o que pensar y decir no implican necesariamente que se lleve al acto aquello que se ha dicho. Verbalizar, expresar lo que sentimos, nos ayuda también a entender qué nos pasa y a pasar una página más, contribuyendo, con el cúmulo de nuestra experiencia y aprendizaje, a

la formación de la persona que estamos llamados a ser.

#### **El miedo a decidir**

*“Lo excelente es enemigo de lo mejor”.* Adagio popular

Las determinaciones que tomemos serán las que forjen nuestras vidas. El miedo a equivocarnos puede resultar verdaderamente inhibitorio y paralizante. Más vale optar equivocadamente y luego rectificar, que no habernos atrevido a realizar nada por la rigidez de nuestros esquemas de perfección.

Enfrentar este temor implica desde la infancia dar al niño la oportunidad de tomar sus propias decisiones, según su escala de desarrollo. Cuando crecemos habiendo recibido todo, en el sentido de que

**Nada de malo hay en los sentimientos; nada es tan humano como sentir, y además, nada tan humano como poder construir sobre esos sentimientos.**

siempre nos han dicho qué, cómo y cuándo hacer, aprendemos a limitarnos o a no confiar en nuestro criterio. Pero siempre se puede rectificar, mediante pequeñas batallas cotidianas en donde apostamos por lo que consideramos que es lo correcto. Eso nos empuja hacia el decidir, reconociendo que ese acto trae consigo el seguimiento de una alternativa y el descarte de otras.

Renunciar a ser y a hacer todo de forma omnipotente y rígida es adecuado para aprender a decidir, así como también el reconfortarnos con nuestras buenas alternativas tomadas y el saber perdonarnos cuando hemos errado. 🌱

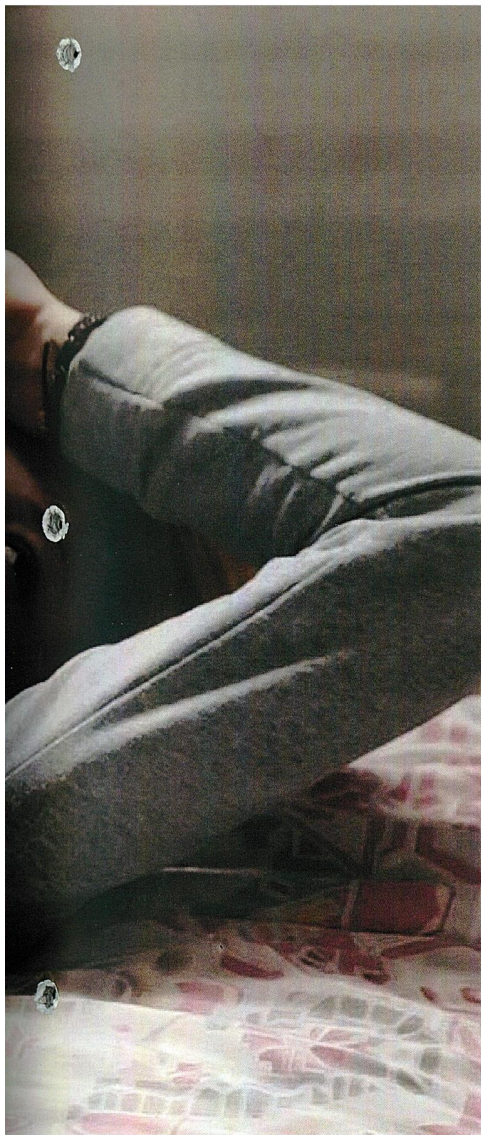
# Delgada expresión de un **grueso** trastorno

**POR BRENDA LIZ ROCHA NARVÁEZ, MD**  
Especialista en Educación Médica  
Magíster en Sexología y Sexualidad Humana  
brenda.rocha@unisabana.edu.co

**Aunque se desconoce una causa concreta de la anorexia, ciertos factores psicológicos, neuroquímicos, genéticos y familiares, así como la creciente influencia de los medios de comunicación y la presión de la sociedad se enmarcan como posibles promotores.**

**J**IMENA TIENE CATORCE AÑOS Y vive con sus padres y sus dos hermanas, cursa noveno grado y siempre se ha destacado en el estudio; desde hace dos años forma parte del grupo de porristas de su colegio, actividad que abrió paso al diagnóstico de la anorexia nerviosa (AN). Veamos por qué.

Durante un entrenamiento sufrió un fuerte mareo que la obligó a suspender el ejercicio. Sus padres, preocupados, decidieron consultar al pediatra, pues aunque era la primera vez que presentaba un cuadro clínico como aquél, la observaban muy pálida y se quejaba de episodios de dolor de cabeza y mareos leves. Según su madre: "Es fácil relacionar estos síntomas con



el crecimiento y el desarrollo". Al momento de realizar la historia clínica no se encontraron antecedentes patológicos o familiares importantes y la jovencita negó consumir medicamentos o sustancias psicoactivas.

El médico, como es natural en un chequeo clínico rutinario, preguntó sobre sus hábitos alimenticios y Jimena de inmediato respondió: "Me alimento muy bien a base de carne, frutas y kumis; no consumo fritos, ingiero pocas harinas y nada de alimentos empaquetados, de resto como de todo". Después de su intervención, los padres comentaron que había bajado de peso de forma radical durante el último año, y que bebía

agua con frecuencia y comía poco para mantenerse en cuarenta y seis kilos. Ella, un tanto enojada, añadió: "Lo único que busco es quitarme de encima estas 'llantas', ya te he dicho que una porrista gorda no tiene lugar".

Al observar esta reacción rápida y tajante, el médico le preguntó de manera directa si usaba o había utilizado laxantes o sustancias que provocaran diarrea, lo que negó, así como también se defendió de la pregunta: "¿Te has provocado el vómito alguna vez?"; interrogante ante el que también los padres sintieron molestia, pues la madre afirmó: "Doctor, ¡ni se le ocurra pensar que Jimenita es anoréxica o bulímica!".

## ¿Hasta dónde llega mi responsabilidad?

La desmitificación de ciertas creencias en el momento de afrontar este tipo de casos es de suma importancia. Con demasiada frecuencia hoy más que nunca, dada la multiplicidad de factores que intervienen en la vida de los seres humanos, quienes están al frente de la formación de niños y jóvenes buscan en terceros la responsabilidad de algún tipo de trastorno. Los ejemplos abundan:

- "Mi hijo tiene un comportamiento violento, agresivo, etc."

Conclusión: "Ve demasiada televisión", "¿dónde está y a qué se dedica la Comisión Nacional de Televisión?", "¿estará 'sobreexpuesto' a los videojuegos?"

- "¿Precocidad sexual?"

Conclusión: "Ah, claro, la Internet y sus desastrosos contenidos a un solo clic... ¿cuántos filtros más debemos poner al equipo en casa?"

- "¡Auxilio, mis hijos son unos tiranos, ahora me exigen solo ropa de marca!"

Conclusión: "¡... es que la presión de grupo!", "la adolescencia es así (¿?), ya se le pasará", o "la culpa la tiene la sociedad de consumo", etc., etc., etc.

- "¿Bulímico?", "¿Anoréxica?", "¿Esteroides?"

Conclusión: "Exceso de publicidad hedonista" o "demasiada pasarela para esqueléticos".

¡Ojo! Aunque ninguna de estas variables es descartable, el primer paso al interior del hogar, indiscutiblemente, debe ser el autoexamen: "¿Cuál es y cómo ha sido mi responsabilidad como adulto al frente de...?"

## EXÁMENES A FONDO

A la hora de realizar el examen físico, el médico encontró una paciente muy delgada, nerviosa y temblorosa, con signos vitales en niveles bajos, aunque dentro de los parámetros normales para la edad. Las mucosas estaban pálidas y la piel muy seca, y en lo referente a la menstruación el hallazgo resultó alarmante (ver recuadro). El doctor decidió dejarla en observación y solicitar exámenes de laboratorio.

Cuando nos enfrentamos a casos como éste no siempre pensamos en la anorexia, uno de los trastornos de la conducta alimenticia, aunque muchos datos encontrados nos obliguen a sospechar

Características del trastorno <sup>6</sup>	Cuadro clínico de Jimena
Rechazo a mantener el peso corporal igual o por encima del valor mínimo normal considerando la edad y la talla.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peso de ingreso en la consulta: 42 Kg. Peso ideal: 50 Kg.</li> <li>• Talla: 1,61 cm.</li> <li>• Índice de Masa Corporal (IMC): 16,2. Demuestra un serio grado de desnutrición.</li> <li>• Jimena expresa su deseo de permanecer en 46 Kg., por debajo de lo que corresponde a su edad y talla.</li> </ul>
Miedo intenso a ganar peso o a convertirse en obeso, incluso estando por debajo del peso normal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El enunciado: “Una porrista gorda no tiene lugar” demuestra temor y prevención a subir de peso.</li> </ul>
Alteración de la percepción del peso o la silueta corporales, exageración de su importancia en la autoevaluación o negación del peligro que comporta el bajo peso corporal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comenta que tiene “llantas” y “bananos”, expresiones exageradas y desproporcionadas de su silueta, ajenas a la realidad.</li> <li>• Desde el ingreso se observa extrema delgadez.</li> </ul>
En las mujeres que ya han tenido su primera menstruación, presencia de amenorrea (ausencia de menstruación) de al menos tres ciclos menstruales consecutivos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La primera menstruación ocurrió hace dos años y desde entonces solo ha aparecido en dos ocasiones.</li> <li>• Detención del desarrollo puberal, evolución de las mamas y del vello púbico por debajo de lo normal para su edad.</li> </ul>

que se trata de esta patología. Hoy por hoy, los trastornos de la conducta alimenticia “constituyen la tercera enfermedad crónica entre la población femenina adolescente y juvenil en las sociedades desarrolladas y occidentalizadas”<sup>1</sup>. En la actualidad, la belleza, e incluso el éxito, se asocian a la delgadez corporal. Estudios demuestran el permanente deseo de los adolescentes por ser más delgados, y aunque se reconoce que ésta es una aspiración que prima en las mujeres, se viene observando un incremento en los varones de hasta un 10% del total de los casos (Ruiz, Diéguez, 2007)<sup>2</sup>. “Los estudios epidemiológicos realizados señalan que la anorexia aparece en un 0,5 a 1% de la población, donde aproximadamente el 90% de los casos son mujeres”<sup>3</sup>. No obstante, no la padece estrictamente la población joven: “Se ha

convertido en una enfermedad global que no respeta raza, clase social, sexo ni edad y compromete incluso a niños menores de doce años”<sup>4</sup>. Y en adultos mayores de cuarenta empieza a ser frecuente.

#### CRITERIOS PARA EL DIAGNÓSTICO FRENTE AL CASO DE JIMENA

A pesar de que en Colombia los niveles de prevalencia de la anorexia o la bulimia se han medido sólo de manera parcial, se ha observado que las cifras son similares a las existentes a nivel mundial. “El último estudio realizado sobre trastornos alimenticios fue elaborado por el Programa de Salud Mental de las Mujeres de la Facultad de Medicina de la Universidad de Antioquia. La investigación *Anorexia y Bulimia, cuando la vida pierde peso*, se realizó entre novecientas setenta y dos alumnas de cinco colegios de Medellín y

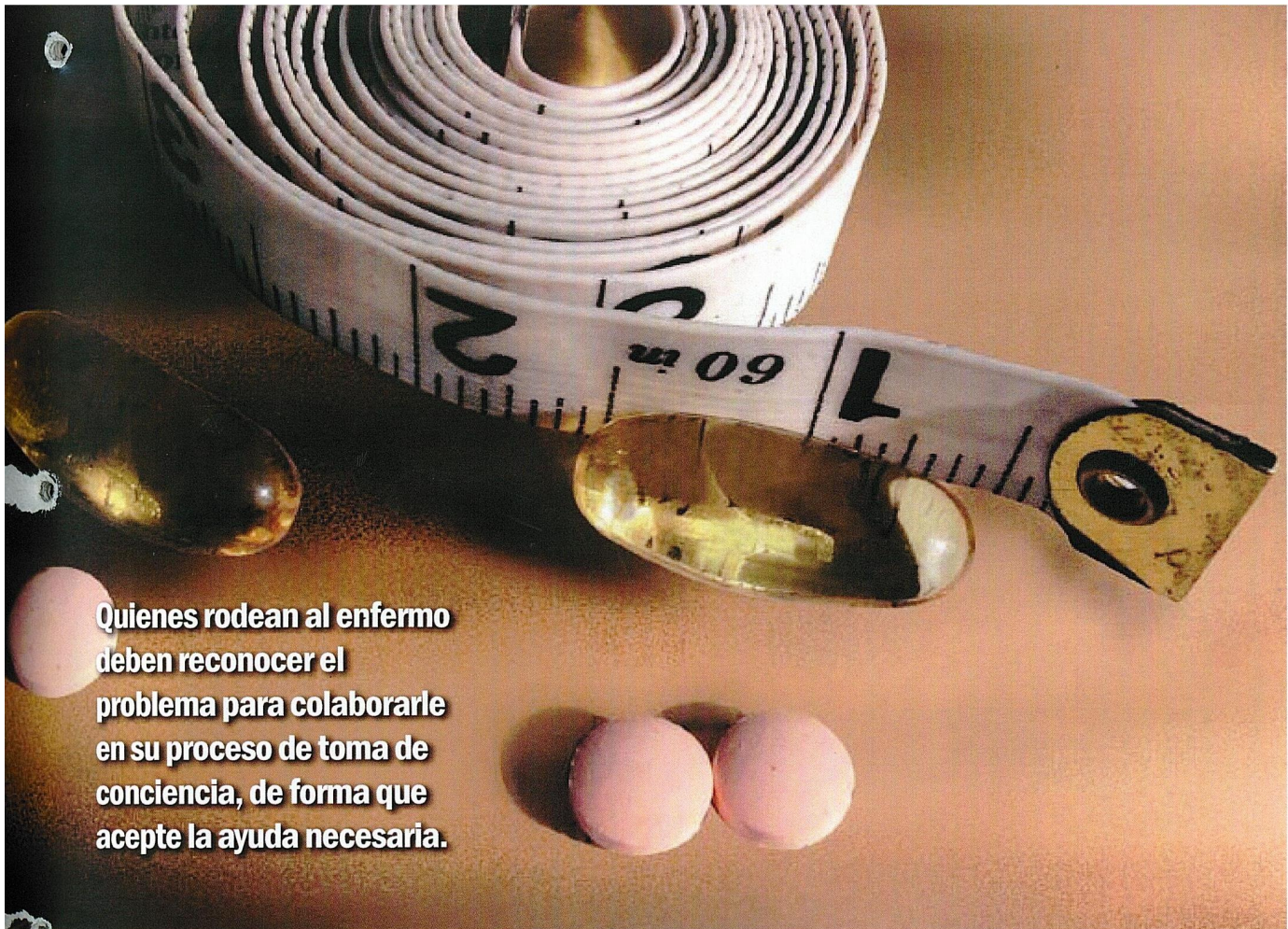
arrojó como resultado que:

- Al 77% de las adolescentes les aterra la idea de ganar peso.
- El 41% tiene atracones (come desafortadamente).
- Y el 33% experimenta culpabilidad después de comer”<sup>5</sup>.

Según la *American Psychiatric Association*, los criterios que aparecen en el cuadro superior son definitivos en el diagnóstico de AN y podemos observarlos con relación al cuadro clínico de Jimena.

La conclusión con respecto al estado general de salud de la joven es preocupante, pues la anorexia ocasiona retroceso en todas las funciones del organismo y obliga al cuerpo a vivir en una especie de alerta roja debido a una falta de nutrientes considerable. Pero es muy importante hacer énfasis en la reacción de negación inicial de la enfermedad por parte de su familia: “¡Ni se le ocurra pensar que





**Quienes rodean al enfermo deben reconocer el problema para colaborarle en su proceso de toma de conciencia, de forma que acepte la ayuda necesaria.**

Jimenita es anoréxica o bulímica, doctor!”. Puesto que lo corriente es que el paciente no tenga idea de que está enfermo, quienes le rodean deben reconocer el problema para colaborarle en su proceso de toma de conciencia para que acepte la ayuda necesaria. Familia, docentes, instructores y la sociedad en general deben estar en capacidad de identificar a quienes padecen cualquier trastorno de génesis de la conducta alimenticia, de manera que pueda ponérseles a tiempo en manos de médicos, nutricionistas y psicólogos.

La anorexia, más allá de ser definida como un “trastorno caracterizado por la presencia de una pérdida deliberada de peso, inducida o mantenida por el mismo enfermo”<sup>7</sup>, puede ser mortal. De ahí que sea imperativo trabajar en su prevención teniendo en cuenta de manera muy especial y comprometida:

- El fortalecimiento de la autoestima y del valor por la vida.
- El fortalecimiento del sentido de la familia, núcleo fundamental en el correcto desarrollo de cada uno de sus miembros.
- La educación para la libertad, acompañando a los hijos en un proceso de formación integral que les permita desarrollar plenamente el sentido crítico, la capacidad de ser ellos mismos a pesar de esa poderosa fuerza que induce permanentemente al com-

portamiento gregario, homogéneo, estandarizado.

- La estimulación del crecimiento y del desarrollo normal de los niños, adolescentes y jóvenes.
- Elementos que pueden resumirse en una sola palabra: acompañamiento.

Tal y como lo indica el médico y psicólogo Ignacio Jáuregui Lobera con claridad: “¿Tratar la anorexia sin la ayuda de la familia? Misión imposible o ingenuidad terapéutica”<sup>8</sup>. ■■■

1. Peláez Fernández, M.A. (2004). *Epidemiología de los trastornos de la conducta alimentaria en España: revisión y estado de la cuestión*. C. Med. Psicosom, (Nº 71-72), 33.

2. Ruiz Benito, Diéguez Porres, María (2007). *Trastornos de la conducta alimentaria. Anorexia y bulimia nerviosas*, ISSN 0304-5412, Serie 9, Nº. 86, 2007 (Ejemplar dedicado a: *Enfermedades psiquiátricas (III)*), págs. 5529-5535.

3. Quiles Marcos, Yolanda (2003). *Evaluación del apoyo social en pacientes con trastornos de la conducta alimentaria: un estudio de revisión*. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, Vol. 3, Nº 2, pp. 314.

4. Lenoir, Melissa, Silber, Tomas J. (2006). *Anorexia*

*nerviosa en niños y adolescentes (Parte I). Criterios diagnósticos, historia, epidemiología, etiología, fisiopatología, morbilidad y mortalidad*. *Arch. argent. pediatr.*, 104(3):255.

5. Patiño O, Enrique. “La Delgada Línea Humana” *EN: EL TIEMPO, Salud*, domingo 16 de marzo de 2003.

6. *DSM IV: Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*.

7. OMS (1992) 10ª. *Revisión de la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud. CIE-10*.

8. Jáuregui Lobera, I. (2004). *Anorexia Nerviosa. El Trabajo con la familia*. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 4(2): 127-128.

# El feminismo que necesita nuestra época

POR CHRISTINA HOFF SOMMERS  
Investigadora del  
American Enterprise Institute  
Autora del libro  
*La guerra contra los chicos*

Con motivo del Día de la Mujer celebrado recientemente, *Apuntes de Familia* quiere compartir con sus lectores un extracto de la conferencia de la filósofa estadounidense Christina Hoff Sommers, publicado en Aceprensa, sobre el feminismo que “promueve la armonía y la buena voluntad entre los sexos y puede contribuir a que en el mundo haya más cordura y felicidad”.

A MI JUICIO EL MOVIMIENTO feminista contemporáneo está perjudicando la noble causa de la emancipación de las mujeres al menos de tres formas: tiene una visión muy negativa de los hombres, exagera desafortunadamente la opresión que dice sufren las mujeres norteamericanas y se adhiere dogmáticamente a la idea de que hombres y mujeres son esencialmente iguales.

Yo era una profesora feminista bien situada. Fui ponente en congresos feministas, revisé artículos para una publicación de pensamiento feminista y mis cursos en la Clark University estaban incluidos en el plan de la especialidad de Estudios sobre la mujer, hasta cuando publiqué en 1994 el libro *Who Stole*

*Feminism?* que, aunque feminista, rechazaba la idea de que las mujeres norteamericanas estuvieran oprimidas y afirmaba que el feminismo había logrado la mayor parte de sus objetivos. En los años noventa la mujer estadounidense se contaba entre las más libres del mundo. Sin duda, aún había desigualdades, pero decir que nuestra sociedad era un patriarcado o que las mujeres eran ciudadanos de segunda clase, era francamente absurdo.

Aunque algunas feministas destacadas se mostraron de acuerdo, el *establishment* feminista en general se sintió indignado y me prodigó sus críticas por mis herejías. Muchas líderes y escritoras feministas estaban convencidas de que Estados Unidos era un patriarcado opresivo; no aceptaron mi llamada a la moderación.

## EL FEMINISMO DE LA IGUALDAD

Soy defensora apasionada del feminismo clásico que consiguió para las mujeres el derecho al voto, la igualdad de oportunidades en la educación y muchas otras libertades, al que denomino feminismo de la igualdad y que quiere para la mujer lo que quiere para todos: trato justo, respeto, dignidad; ese que promueve la armonía y la buena voluntad entre los sexos y puede contribuir a que en el mundo haya más cordura, felicidad y ética.

El feminismo de la igualdad ha sido sin duda un gran éxito en Estados Unidos. En la enseñanza superior por ejemplo, las mujeres obtienen hoy el 57% de las licenciaturas, el 59% de los títulos de máster y el 50% de los doctorados. En todos los grupos raciales y étnicos estudiados por el Departamento de



Educación norteamericano las jóvenes están superando a los varones. Y aunque no todo es perfecto para las mujeres, como tampoco lo es para los hombres, el hecho es que se han ganado las batallas más importantes por la igualdad de trato y las oportunidades. Es verdad que aún no está resuelto el problema de conciliar familia y trabajo, que no sabemos cómo hacer para que más mujeres jóvenes se interesen por entrar en la política o en campos como las matemáticas o la ingeniería. Pero en general, las mayores batallas pendientes del feminismo de la igualdad en el siglo XXI no están aquí, sino en países en los que las mujeres están siendo realmente oprimidas. Creo que la liberación de la mujer en las naciones en vías de desarrollo será la principal lucha por los derechos humanos en nuestro tiempo.

#### EL FEMINISMO VICTIMISTA

¿Por qué, entonces, despierta tanta oposición mi postura y la de otras feministas de la igualdad como Camilla Paglia, Daphne Patai o la desaparecida Elisabeth Fox-Genovese? Si uno oye a alguna conferenciante feminista, se matricula en un curso de introducción a Estudios sobre la mujer o visita la web de algún grupo feminista no encontrará muestras de satisfacción por los éxitos del feminismo de la igualdad, por las libertades y oportunidades de que hoy disfrutan las mujeres. Ahora la corriente dominante no es el feminismo de la igualdad sino el “feminismo victimista”. Sus representantes no quieren oír hablar de logros de la mujer. Se centran en nuevos casos -a menudo inventados- en que la mujer se puede considerar oprimida o subordinada al

varón. Es esta modalidad la que critico cuando me refiero al feminismo contemporáneo.

Muchas activistas y académicas feministas están convencidas de que las investigaciones feministas han revelado y denunciado la existencia de un sistema sólido y poderoso con el que los hombres siguen dominando y oprimiendo a las mujeres: lo llaman el sistema sexo/género. Sandra Lee Bartky, profesora de filosofía de la Universidad de Illinois, parafraseando a la socióloga Gayle Rubin, ha definido el sistema sexo/género como “un complejo proceso por el que niños bisexuales son transformados en personalidades de género masculino o femenino, uno destinado a mandar, el otro a obedecer”. Cuando leí esta cita a mi marido, preguntó: “¿Ahora qué sexo es el que tiene que obedecer?”.



**Como feminista de la igualdad acepto que hombres y mujeres puedan ser diferentes en su configuración psicológica y cognitiva.**

El feminismo de género tiende a ver la masculinidad convencional como una patología y como el origen de muchos males. Pero la mayoría de los hombres no son ni brutos ni opresores. Sin duda, algunos son unos despreciables neandertales por los que no tengo simpatía alguna, pero confundirlos con la mayoría de los hombres es sexista. El feminismo contemporáneo escoge los casos extremos de masculinidad patológica y los considera la norma.

#### DATOS INEXACTOS

Mi segunda objeción contra el feminismo de hoy es su temeraria indiferencia por la verdad. Para escribir mis libros debí examinar con cuidado algunas afirmaciones feministas sobre mujeres y violencia, depresión, trastornos alimenticios, igualdad salarial y educación, y me di

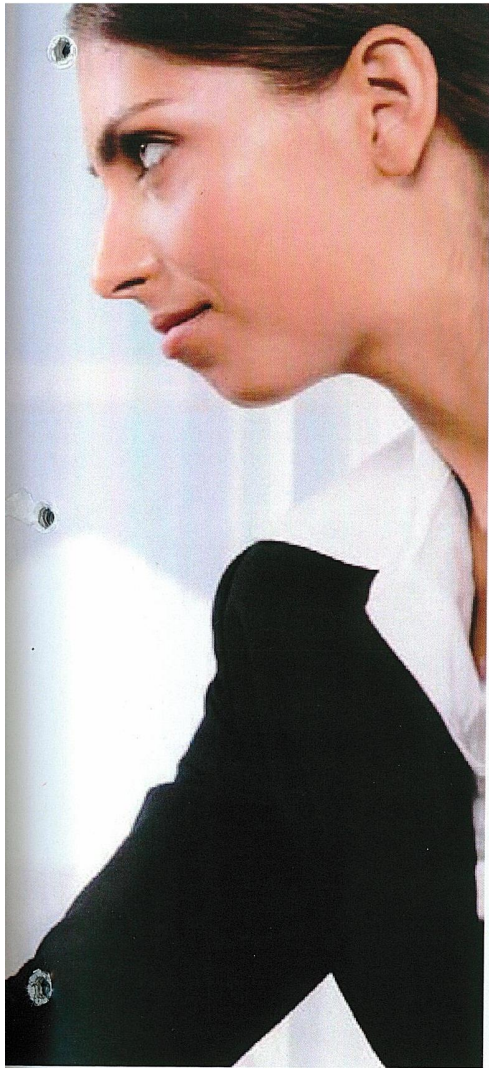
#### **El feminismo contemporáneo escoge los casos extremos de masculinidad patológica y los considera la norma.**

cuenta de que la mayoría de las estadísticas sobre víctimas eran, en el mejor de los casos, equívocas, y en el peor, completamente inexactas. Lo que encontré sobre el tema de la violencia doméstica en un conocido manual de derecho sirve como ejemplo. Nancy Lemon, profesora en la Facultad de Derecho de la Universidad de California en Berkeley, es una autoridad en violencia doméstica. Es la editora de *Domestic Violence Law*, con dos ediciones (2001 y 2005), que la *web* de la Facultad de

Derecho de Berkeley describe como “el manual imprescindible sobre la materia”. Joan Zorza, que colabora en el libro, escribe: “Entre el 20% y el 35% de las mujeres que acuden a las urgencias de los hospitales en Estados Unidos lo hacen por motivos de violencia doméstica”, lo que es un tópico consolidado del canon feminista, pero es falso. Estudios serios sobre los ingresos en urgencias de la Oficina de Estadísticas Judiciales y de los Centros para el Control de Enfermedades indican que la violencia doméstica es un problema grave, pero está muy abajo en la lista de razones por las que las mujeres acuden a urgencias (aproximadamente el 0,5%).

#### LO QUE AYUDA A LAS MUJERES

Podría pensarse que como la literatura feminista es amplia y



afirmaciones falsas y alarmas infundadas perjudican la credibilidad y eficacia del feminismo en general. El mundo necesita con urgencia un movimiento feminista responsable y basado en la realidad. Como profesora de filosofía y como persona que aprecia la racionalidad, la investigación objetiva y la integridad intelectual, me parece una vergüenza que distinguidos profesores de universidad y prestigiosos editores diseminen falsedades.

#### IGUALES PERO DIFERENTES

Es verdad que una mujer con jornada completa gana aproximadamente el 76% de lo que gana un hombre; también es cierto que en Estados Unidos sólo el 15% de

feminista de la igualdad acepto que hombres y mujeres puedan ser diferentes en su configuración psicológica y cognitiva. Aunque el ambiente y la socialización tienen mucha influencia, desde hace treinta años investigaciones en neurociencia, endocrinología y psicología sugieren que algunas diferencias de aptitudes y preferencias entre los sexos tienen base biológica, esto es, que hay diferencias innatas. Lo que podría explicar por qué las mujeres están más inclinadas que los hombres a cuidar niños o a trabajar en campos como la asistencia social, y por qué los hombres están ampliamente sobrerrepresentados en ingeniería hidráulica o en la carrera militar. Quizá la madre natu-

**El feminismo de la igualdad vigila el cumplimiento del principio de igualdad de oportunidades para todos. Pero, a diferencia del feminismo de género, no insiste en la igualdad de resultados.**

compleja es normal que haya algunos errores. Pero lo que otros investigadores y yo hemos encontrado no son "algunos errores" sino una gran masa de información descaradamente falsa. Es más, las feministas que difunden estadísticas falsas creen que son ciertas y esto explica su antipatía a críticos como yo, su alarma ante la masculinidad y su convicción de que las mujeres norteamericanas comparten las cadenas de la opresión con las mujeres de otros países como Afganistán.

Para las mujeres que están en riesgo de sufrir violencia o discriminación son de gran ayuda investigaciones veraces y de calidad y no datos cuestionables o desmesurados. Las tergiversaciones casi siempre nublan las auténticas causas del sufrimiento y estorban los genuinos esfuerzos para prevenirlo. Además,

los escaños en el Congreso están ocupados por mujeres y que éstas siguen subrepresentadas en lo alto de la jerarquía de las empresas, la ciencia y la tecnología. Pero no veo razón en aceptar esto ciegamente, lo que me lleva a la tercera razón por la que pienso que el feminismo actual ha tomado un giro errado.

Las razones por las que existe una diferencia salarial y por las que hay más hombres que mujeres en ámbitos como la ingeniería o la física tal vez tengan poco que ver con discriminación u opresión, y mucho con que hombres y mujeres tienen diferentes preferencias en la vida. No descarto la posibilidad de que en algunos ámbitos persistan discriminaciones injustas (estoy segura de ello), pero existe también otra explicación poderosa para las diferencias que persisten. Como

raleza no obedece las reglas de la corrección política.

En una sociedad que reconoce la diferencia, sigue habiendo mucho campo para el feminismo de la igualdad. Al fin y al cabo, siempre habrá gran número de mujeres que se salen de los estereotipos, y no hay derecho a frenar su avance. Las feministas de la igualdad queremos ver más mujeres como presidentas de empresas, premios Nobel y pilotos de carreras. El feminismo de la igualdad vigila el cumplimiento del principio de igualdad de oportunidades para todos. Pero, a diferencia del feminismo de género, no insiste en la igualdad de resultados. Por el contrario, la igualdad de resultados -dadas las genuinas diferencias en las preferencias de hombres y mujeres- conduciría a un nuevo tipo de discriminación. ###



# Estilos y tendencias de hoy



¿Cuál es el estilo de decoración más apropiado para su familia? Aquí encontrará siete de ellos y algunos *tips* de la moda para su hogar.

POR CELINA DE SIMÓN  
Asesora en decoración  
[mesasysillas109@gmail.com](mailto:mesasysillas109@gmail.com)

**A** LA HORA DE DECORAR no solo debemos pensar en lo que está de moda. Las viviendas hoy deben ser funcionales, adaptadas en muchos casos a quienes han empezado a trabajar desde casa pero sin dejar de ser el reflejo de quienes viven allí. No es lo mismo una casa de abuelos que la de un matrimonio con hijos pequeños, o el espacio en el que debe tenerse en cuenta la discapacidad física de alguno de los miembros de la familia, así como el hogar de unos intelectuales no se

parece al de una familia cuya afición son los deportes. Cuando hay asistencia doméstica en casa, esta habitación debe ser digna y decorada con el mismo esmero.

**¿CUÁL ES SU ESTILO?**

**Rústico:** se destaca por el uso de materiales nobles y naturales, poco tratados como la madera, el mimbre y la esterilla, y se aplica tanto a paredes como a pisos y objetos. Las artesanías y telas fabricadas en telares manuales en colores claros se tienen muy en cuenta. En este estilo hay que cuidar que los

muebles no sean desproporcionados por el hecho de ser rústicos. Va muy bien a las casas campestres.

**Clásico:** se basa en la conservadora casa burguesa del siglo pasado. Los materiales clásicos dan calor y comodidad; estampados, zócalos, cornisas, amplios cortinados y adornos delicados, así como motivos de pájaros, flores, frutas y rayas van muy bien con este estilo. Estos detalles requieren de espacios generosos y altos techos.

**Étnico:** permite diversos materiales y texturas y es resultado del interés actual hacia otras culturas





y filosofías. Lo tribal aparece como núcleo indiscutible. Los colores utilizados son los cálidos y los tierra: rojos, terrosos, ocres o naranjas.

**Loft:** la adaptación de locales industriales para vivienda formó un nuevo estilo. ¿Lo relevante? Altura y espacio abierto. El diseño interior y la arquitectura actual están influidos por esta tendencia. Frío, de superficies limpias y duras, colores sólidos y sin calidez aparente; en mi concepto, va en contra de una cierta intimidad.

**Minimalista:** su premisa es reducir al máximo los elementos,

los volúmenes y las formas, prescindir del color y buscar la belleza en la mínima expresión. Uno de sus precursores fue el arquitecto Ludwig Mies Van Der Rohe, quien elaboró sus ideas acerca de la pureza de los materiales sobre la base de que "menos es más".

**Ecléctico:** en cierta forma es la recuperación de objetos del pasado -restaurados y con un toque diferente- que se mezclan con otros de última moda. Un ejemplo podría ser colocar un mueble importante que destaque por su calidad como punto focal en una

sala. Actualmente existe un "diálogo" con el Siglo XVIII: muebles Luis XV, arañas de cristal y retratos clásicos por influencia de la opulenta puesta en escena de la película *María Antonieta*, combinados en ambientes minimalistas y tipo *loft*.

**Kitsch:** se destaca por el predominio del color y las formas, la utilización de elementos antiestéticos y chillones; muebles de formas raras, accesorios disparatados y toda clase de objetos artísticos, y cualquier tipo de estampado que sea llamativo y original. 🌟



## Lo que está de moda

### BLANCO Y BERENJENA

Vuelve el blanco demostrando una y otra vez que es el preferido en la paleta de colores. Luminoso, elegante y simple permite una buena distribución de tonos y texturas. Puede utilizarse con toques de colores claros, neutros, marrones, beige y los tonos marfil, crema o arena. El blanco acepta toda clase de muebles: hierro, aluminio, madera oscura o natural. Es compatible con estilos minimalistas, clásicos y modernos. El berenjena y demás tonalidades de morado se van abriendo paso. Pero, ojo, requiere un manejo muy profesional para no excederse.

### TELAS

Linós naturales o sus semejantes. Algunas telas "metalizadas" y otras con hilos plateados o dorados. Para ambientes tropicales se imponen también las lonas. Vuelven las flores y los diseños "retro".

### TAPETES

Las alfombras de pared-a-pared son reemplazadas por pisos de madera o laminados, con tapetes superpuestos. Predominan las mezclas de blancos y negros, chocolate y beige con diseños geométricos. También los de tono sólido como rojo, verde *chartreuse* o berenjena para dar calidez a ciertos ambientes, además de los monocromáticos como el beige y el blanco.

### CORTINAS

Se posicionan las macro-maderas, paneles o telas japoneses, romanas y tiros decorativos rectos y sencillos. Para las habitaciones, fusionadas con *black out*.

### PISOS

La madera, la gran protagonista en los espacios sociales. Para baños y cocinas, los porcelanatos.

### ILUMINACIÓN

Luces halógenas e indirectas para la iluminación de todas las zonas de la casa. Fusión en lámparas de mesa entre lo tradicional y lo moderno, con presencia de acero y cromo.

A young child with short brown hair, wearing a red t-shirt and dark pants, is sitting on a wooden floor. The child is looking down at an open photo album, with their hands resting on the pages. The album contains several black and white photographs. The background is a dark, textured wall.

# Familia

Y al fin de cuentas,  
¿qué es?

POR AURORA BERNAL MARTÍNEZ DE SORIA  
Doctora en Educación  
abernal@unav.es

**D**E UN TIEMPO PARA acá, muchos han renunciado a explicar *qué son* las cosas y se conformaron con aclarar *cómo son* y *cómo funcionan*.

Esta tendencia, en ciencias como la sociología y la psicología, conduce a la descripción; así pues, procurando alcanzar conocimientos evidentes, los expertos que se han dedicado a profundizar en el tema Familia han dicho de mil maneras *cómo es* pero no *qué es*. Y el resultado es entonces una batahola de enunciados como:

- “La definición social de una familia se ha expandido para incluir a padre o madre sin su pareja, parejas birraciales, familias reconstruidas, individuos no relacionados viviendo cooperativamente y parejas homosexuales entre otras”;

- “Familia como es definida en economía, sociología y psicología frecuentemente era una combinación de nociones de hogar y parentesco. Una excepción para esta definición es la de la psicología y asesoría clínicas donde la familia incluye la familia de origen de cada uno (padres y hermanos) añadiendo a la esposa y niños”;

- “Nosotros definimos la familia como cualquier grupo de personas relacionadas biológicamente, emocionalmente o legalmente. Aquel es el grupo que el paciente define como significativo para su bienestar”;

- “El Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH) adoptó la defini-

## Distintas encuestas muestran que la familia continúa siendo muy valorada por las personas. Los números evidencian que en todas las naciones y a todas las edades se trata de algo importante para lograr la felicidad. ¿Qué pasa entonces hoy, cuando encontramos tantas y tan diferentes definiciones de lo que es una familia?

ción de una red de mutuo acuerdo para connotar las nuevas estructuras que son la realidad de la familia en la década de los 90”;

- “Hay diversos tipos de familia, muchas de ellas incluyen personas relacionadas por el matrimonio o la biología o la adopción, tanto como relacionadas por el afecto, la obligación, la dependencia o la cooperación”.

### DEFINIR PARA EDUCAR

Vivir tranquilos, en paz, encontrar sentido a nuestra vida, mantener buenas relaciones con los otros y construir y fomentar buenos niveles de convivencia entre las personas no es algo que se dé como por generación espontánea. Hay quienes dedican su esfuerzo profesional a mejorar el bienestar y la felicidad de las per-

**Los vínculos que configuran las relaciones intrafamiliares no sólo son de naturaleza biológica sino que su conformación, desarrollo, permanencia y calidad dependen de lo que las personas eligen y quieren hacer.**

Cuando en la ciencia confundimos *describir* con *definir* entramos en un callejón sin salida; reconocer *cómo son* las familias -los tipos que hay- no es lo mismo que comprender *qué es*. Esta discusión no tiene en principio ninguna repercusión en la vida cotidiana, sino que más bien parece ser interesante para aquellos que aprecian la tarea intelectual de discurrir, inducir, deducir y concluir ideas en un pedaleo académico que es su ocupación. Entonces, ¿por qué y para qué se da?

sonas; y para que ellos puedan orientar su trabajo es necesario, y bastante útil por cierto, saber *qué es* la familia. Uno de los ámbitos concretos que requiere esta respuesta es el de la educación familiar.

Educar es ayudar a crecer (Leonardo Polo, 2006). Para prestar esta ayuda partimos de una base: la capacidad y potencialidad de todas las personas para mejorar, potencialidad que supone saber quién es y qué es -de lo que depende cómo se puede llegar a ser- la persona que ha de crecer. Y

proponemos unos medios que se correspondan con este punto de arranque y con el fin que hay que conseguir: la persona es, puede ser mejor, y debe ser esto mejor. El *debe ser* no viene necesariamente impuesto por el contexto externo sino que es exigido por la capacidad del modo de ser propio. Aunque una persona esté rodeada de otras que le exigen, el motor de su crecimiento es su propia libertad.

Delimitar una definición de familia facilita un marco de

crear **relaciones de convivencia** que conducen a que cada uno suscite lo mejor de sí. La familia es una **realidad relacional** exigida por quien y por lo que es el ser humano, un ser relacional. Las relaciones intrafamiliares se configuran por el **parentesco** y la evidencia sensible de este vínculo es mostrada por la **dimensión biológica**. La **consaguinidad** ape- la a la relación generativa de dos personas, **mujer y varón**, que da lugar al nacimiento de otras per-

**La familia es un ámbito educativo en el que sus miembros experimentan un crecimiento continuo en muchas actividades entre las que sobresale una: emplear la libertad en promover el bien de los otros y así crecer como personas.**

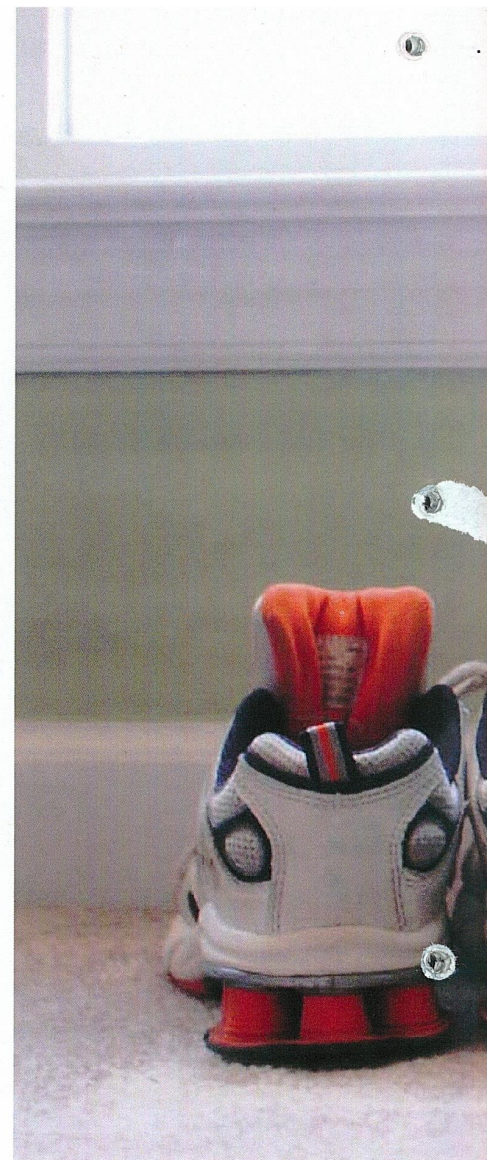
referencia que todo profesional precisa para que su intervención se dirija a lo que debería ser: siempre una condición mejor de las personas y sus familias. De la misma manera que los profesionales de la salud constatan que la salud de las familias -bienestar que no se mide únicamente mediante un diagnóstico clínico de la dimensión corporal de las personas- incide notablemente en la salud corporal y mental de los pacientes, los profesionales que intervienen en relación con las familias necesitan saber su punto de partida y su punto final, *qué es y qué debería ser* una familia.

Con este propósito, una propuesta que da luces es pensar en la familia como un **ámbito de relaciones interpersonales**, en el que las personas establecen sus **vínculos** en función del género y de las generaciones. El ámbito se traduce en un **"nosotros"**, un encuentro de quienes descubren recíprocamente la posibilidad de

sonas, los **hijos**, que a su vez se muestran relacionados entre sí. Esta **ligazón** se extiende a otros **parientes**: tíos, abuelos, primos, cuya razón de ser es el vínculo originario por la **conyugalidad** y por la **filiación**. Así nos encontramos con una definición de familia originaria que cumple lo esencial de la realidad familiar.

#### PROMOVER EL BIEN Y CRECER COMO PERSONAS

La consaguinidad es una de las dimensiones de la familia pero no agota toda la potencialidad de las relaciones familiares. De la misma manera que no explicamos quién es y quién puede llegar a ser una persona por la sola indicación de su ADN, de su dotación genética, sino que el cuidado que reciba y su respuesta son fundamentales para su desarrollo, las relaciones intrafamiliares y los vínculos que las constituyen requieren también un crecimiento. Los vínculos que configuran las



relaciones intrafamiliares no sólo son de naturaleza biológica sino que su conformación, desarrollo, permanencia y calidad dependen de lo que las personas eligen y quieren hacer: la familia se puede instituir para sobrevivir, para *bien vivir* y para vivir bien o para los tres objetivos al mismo tiempo.

El apoyo fuerte de la vinculación familiar es el parentesco, pero se consolida con la libertad que se emplea en elegir el cuidado de los familiares y la promoción de su bien como tarea primordial. La razón decisiva para este desvelo es que los miembros de mi familia son quienes son independientemente de su utilidad.



**El daño depende del tiempo de exposición, distancia e intensidad al y del generador de ruido.**

sino que se verán expuestas a múltiples alteraciones como:

¡ La incapacidad para comprender el habla puede producir problemas de personalidad y cambios en la conducta claramente representados en los ancianos (aislamiento).

¡ Se pueden alterar las cifras tensionales y la frecuencia cardiaca.

¡ Déficits de atención y concentración con pérdida en la capacidad de aprendizaje de nuestros niños.

**Si no hacemos algo ahora nuestras futuras generaciones serán las que experimenten las consecuencias y no solo tendrán que gritar para comunicarse, sino que se verán expuestas a múltiples alteraciones.**

¡ Exacerbación y complicación de problemas mentales.

¡ Trastornos del sueño.

¡ Falta de concentración en el trabajo.

Según el último estudio realizado por la Secretaría Distrital de Ambiente en el primer trimestre de 2008, de 115.037 vuelos realizados en el aeropuerto El Dorado, 14.759 infringieron los niveles de ruido permitidos (75 db), lo que indica que continúan presentándose irregularidades en el control a pesar de la existencia de reglamentaciones como consta en la resolución 627 de 2006 con sus múltiples artículos, en los que se establecieron los niveles máximos de ruido entre 55 y 80 db. Así mismo existen penalizaciones para los infractores, que van desde multas hasta suspensión temporal y cierre definitivo de establecimientos.

#### COMPROMISO AL UNÍSONO

Algunos países industrializados han creado conciencia del impacto medioambiental del ruido y recomiendan el uso de atenuadores en los conciertos de música rock por ejemplo. Así mismo, las grandes marcas de dispositivos de audio se han comprometido con mesurar los máximos decibeles alcanzados por sus aparatos, protegiendo al consumidor del daño irreversible.

Es importante generar conductas sanas, desarrollar criterios para identificar los niveles seguros de exposición y promover programas de evaluación y control del ruido como parte de políticas de salud ambiental. Las Naciones

Unidas, a través de la agenda 21<sup>3</sup>, apoyan principios de manejo ambiental sobre los cuales se pueden generar las políticas de gobierno, incluyendo las directrices para el manejo del ruido: los principios de precaución, prevención y el inicio de la búsqueda de responsabilidad en los generadores de ruido. El que produce ruido debe asumir los costos que éste desencadena implementando medios de reducción y monitoreo continuo.

Debemos empezar por casa reeducando a nuestras familias, creando conciencia de cuál debe ser el nivel adecuado de volumen en los dispositivos de audio y televisores entre otros. Identificar cuáles elementos, incluyendo electrodomésticos y maquinaria automotriz, generan ruido excesivo y buscar la forma de atenuarlos. La gente debe conocer y entender que es un derecho vivir en un mundo sin ruido.

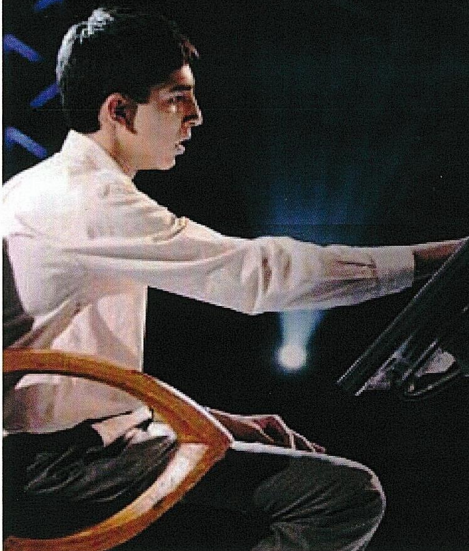
Físicamente no es posible hacer una distinción entre ruido y sonido; el primero puede catalogarse de manera simple como un sonido no deseado, pero fisiológicamente cualquiera de los dos puede afectar la salud bajo la forma de energía acústica. Es preciso aprender a oír y también a ser oídos. Una vez bajemos el volumen del exterior, con seguridad podremos escuchar nuestro interior. **###**

1. *Guidelines for Community Noise* edited by Birgitta Berglund, Thomas Lindvall, Dietrich H Schwela. World Health Organization 1999.

2. *Por convención el nivel de volumen se mide en decibeles.*

3. *Declaración de Río sobre el medio ambiente y el desarrollo. Junio de 1992.*

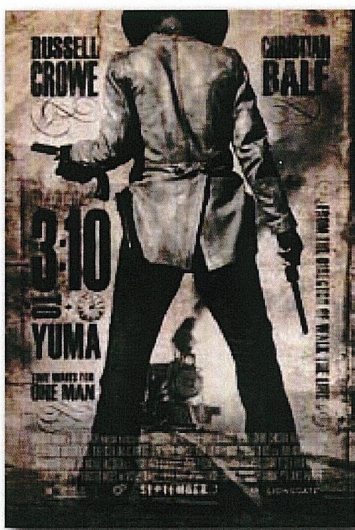
# ¿Quieres ser millonario?



**P**ELÍCULA DE PEQUEÑO PRESUPUESTO, sin actores conocidos, que estuvo a punto de lanzarse directamente en DVD y que ha ganado numerosos premios, es la adaptación de la exitosa novela Q&A del diplomático indio Vikas Swarup. La historia de la génesis de este filme es lo más parecido a su propio argumento: el chico pobre que gana 20 millones de rupias en un concurso de TV. En el fondo, *¿Quieres ser millonario?* es el relato -mil veces contado- de la supervivencia de un joven corrompido en un ambiente mucho más corrupto que él. El guionista, sin dejar de reflejar la

sordidez que acompaña a la infancia y adolescencia de Jamal, opta por contar otro: el del chico que, en un ambiente corrupto, mantiene la bondad y la inocencia gracias, en gran parte, al amor. Swarup escribió una historia de supervivencia con una pequeña historia de amor; Beaufoy ha reescrito una arrebatada historia de amor con algo de lucha por la supervivencia. Esta película goza de un excepcional vigor que acoge la fragilidad humana, la capacidad de superación y el poderoso motor de regeneración que es el amor, también en las situaciones más sórdidas e inhumanas.

## 3:10 to Yuma



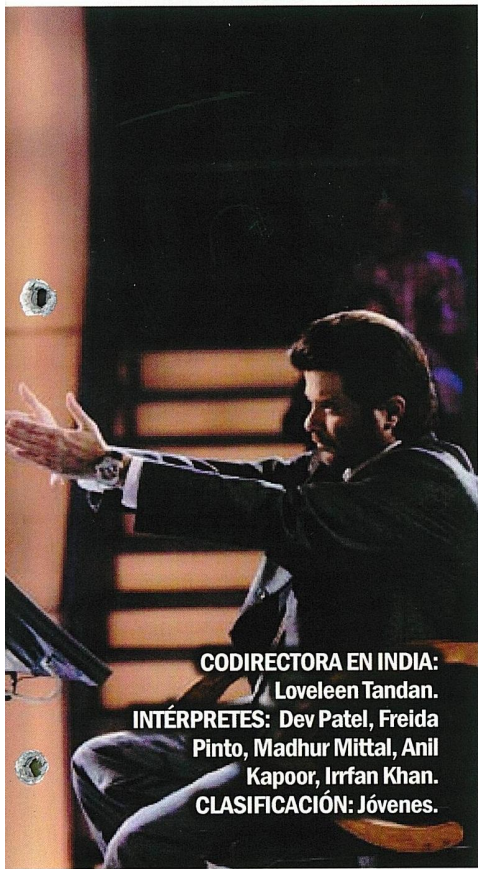
**DIRECTOR:** James Mangold.

**INTÉRPRETES:** Russell Crowe, Christian Bale, Logan Lerman, Dallas Roberts, Ben Foster.

**CLASIFICACIÓN:** Jóvenes.

**S**I CIERTAMENTE LA VERSIÓN dirigida por Delmer Daves en 1957 de un relato corto de Elmore Leonard es muy apreciada por los amantes del *western*, el filme de Mangold se encuentra a su altura medio siglo después, o aún la supera, al insuflarle mayor complejidad en la definición de los personajes y sus motivaciones. Dane Evans, hombre honrado y mutilado de la Guerra de Secesión, es testigo de una de las tantas fechorías que cometen Ben

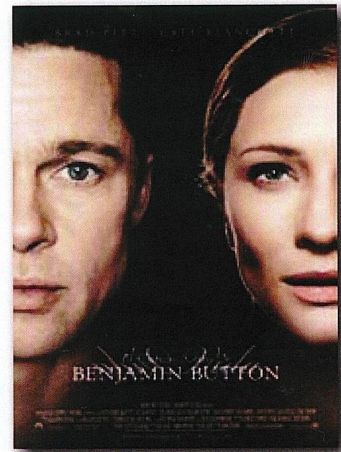
Wade y su banda. Su hijo William no comprende el modo en que su padre soporta los abusos de los poderosos, que pretenden hacerse con sus tierras, por las que pronto pasará el ferrocarril. Por ello la tentación de admirar el salvaje modo de vida de Ben es grande; y tal tentación crece en grado cuando Ben, hecho prisionero, debe ser custodiado por Dane y otros hombres para que ingrese en la penitenciaría de Yuma. El chico verá muy de cerca a los dos hombres, con sus fortalezas y debilidades. La entrega de Mangold es una hábil mezcla de tradición y modernidad que rinde homenaje a todas las claves del género.



**CODIRECTORA EN INDIA:**  
Loveleen Tandan.  
**INTÉRPRETES:** Dev Patel, Freida  
Pinto, Madhur Mittal, Anil  
Kapoor, Irrfan Khan.  
**CLASIFICACIÓN:** Jóvenes.

## El curioso caso de Benjamin Button

**H**ACE CASI NOVENTA AÑOS F. Scott Fitzgerald escribió un fantástico cuento en el que, en apenas 16 páginas de revista, narraba la vida de Benjamin Button, un hombre que, con el paso del tiempo, en vez de envejecer, rejuvenecía. Fitzgerald tomó la idea del cuento de una cita de Mark Twain: "La vida sería infinitamente más alegre si pudiéramos nacer con 80 años y nos acercáramos gradualmente a los 18". El cuento de Fitzgerald es poco más que un divertimento, un capricho y, al mismo tiempo, una pequeña joya en su concisión y su irónica mirada sobre la vida y la muerte. No era sencillo trasladarlo a la pantalla, y resulta ser una cinta muy bien realizada, convincentemente interpretada, atractiva en su planteamiento, con un puñado de certeras reflexiones sobre el paso del tiempo y lo efímero de la vida, pero extremadamente reiterativa.



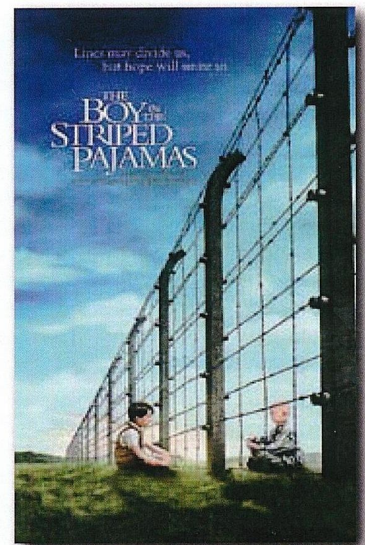
**GUIÓN:** Eric Roth.  
**INTÉRPRETES:** Brad Pitt, Cate  
Blanchett, Taraji P. Henson, Tilda  
Swinton, Julia Ormond, Eric West.  
**CLASIFICACIÓN:** Jóvenes-adultos.

## El niño con el pijama a rayas

**DIRECTOR:** Mark Herman.  
**INTÉRPRETES:** Asa Butterfield, Vera  
Farmiga, David Thewlis, Jack Scanlon,  
Amber Beattie.  
**CLASIFICACIÓN:** Jóvenes.

**B**RUNO ES UN NIÑO DE OCHO años, feliz e inocente. Sabe que su país está en guerra, y juega a la guerra con sus amigos; como todo el mundo, cree que los suyos son "los buenos". Su padre es militar, es ascendido y debe incorporarse a su nuevo destino. A Bruno no le gusta dejar Berlín y sus amigos. Su nuevo hogar está aislado y no hay nada que hacer ni nadie con quién jugar. Pero por la ventana de su habitación ve que, no demasiado lejos, hay una granja y en ella niños con los

que podría jugar. Pero no le dejan acercarse a aquella extraña granja, donde todos llevan pijama. Sin embargo, Bruno es un chico inquieto y encuentra el modo de acercarse en secreto; y allí conoce a Shmuel, un niño de su edad. La película, adaptada de la novela de John Boyne, logra, más que el texto, mostrar la inocencia de los niños, su maravillosa confianza en los adultos, y cómo pueden perderla. Hay por ejemplo una escena conmovedora en la que Bruno, intentando entender su mundo y sus descubrimientos, pregunta a su hermana: ¿papá es bueno? Esta escena tiene un paralelo en la alegría que siente cuando cree haber encontrado las pruebas de la bondad paterna.



## La familia que viene

CON ESTE BREVE E INCISIVO ENSAYO, JUAN Meseguer se propone renovar la defensa de la familia a través de lo que llama "cultura familiar". A su juicio, los problemas de la familia en el mundo actual están provocados no sólo por el embate de ciertas ideologías, sino también porque el movimiento profamilia no ha sabido vender su mensaje y plantar batalla en el terreno de la cultura. Meseguer, investigador en el Instituto de Estudios de la Familia de la Universidad CEU San Pablo, trata de demostrar que la defensa de la familia es algo

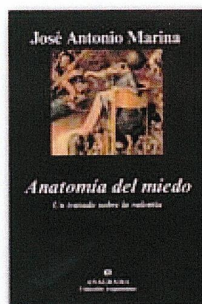
avanzado antes que retrógrado. En definitiva, se trata de sensibilizar a la sociedad sobre el valor y la importancia de la familia tanto con la ayuda de medios de expresión artística -música, cine, pintura, poesía...- como con la aportación de nuevas ideas. Esta cultura familiar exige también un cambio de actitud: evitar las afirmaciones individualistas y reivindicar el papel de los valores comunitarios. El texto ofrece un resumen de la postura de ciertos autores -Bauman, Sennet, Llano y otros- que hablan de la familia con espíritu constructivo.



Juan Meseguer Velasco  
Rialp  
120 páginas

## Anatomía del miedo

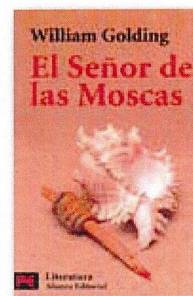
« EL PERSPICAZ HOBBS ESCRIBIÓ UNA FRASE TERRIBLE QUE podríamos repetir todos: 'El día que yo nací, mi madre parió dos gemelos: yo y mi miedo.' » Así comienza este viaje al país del miedo donde aparecen los miedos normales y los miedos patológicos; se investiga por qué unas personas son más miedosas que otras; se analizan los miedos domésticos, los políticos y los religiosos; y, por último, se revisan las terapias más eficaces para luchar contra el temor. El lector irá acompañado por neurólogos y psicólogos, pero también por escritores expertos en miedos: Kafka, Rilke, Camus, Graham Greene. Hasta aquí, éste es un libro de psicología. Pero el paisaje cambia cuando aparece un fenómeno que desborda la psicología y que nos separa de los animales: la valentía. El valiente siente miedo, pero actúa como debe «a pesar de él». Es lógico que todas las culturas hayan admirado el valor. ¡Nos sentiríamos tan libres si no estuviéramos tan asustados! Así, el libro que comienza siendo un estudio del miedo, se convierte en un tratado sobre la valentía.



José Antonio Marina  
Anagrama  
255 páginas

## El señor de las moscas

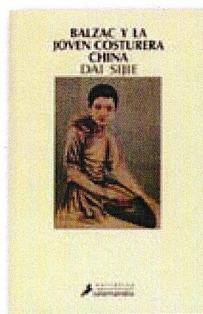
UN GRUPO DE TREINTA INGLESES, entre niños y jóvenes, sufre un accidente aéreo y cae en una isla desierta; el grupo se descubre entonces solo y sin autoridad adulta alguna. Los sobrevivientes, en esta fábula moral del premio Nobel de Literatura (1983) William Golding, se ven obligados a organizarse como sociedad para superar la adversidad sin ser aniquilados por el entorno, y encarnan -cada personaje- la capacidad de adaptación, la inteligencia y el liderazgo, así como la capacidad para el salvajismo y la crueldad a que todo hombre puede llegar. En medio de semejante aventura extrema se forman dos grupos antagónicos en los que el único sentimiento que comparten los muchachos es el miedo, representado por una cabeza de jabalí a la que nombran como la bestia (*El señor de las moscas*). Los valores morales y la autoridad son temas clave en cualquier interpretación que se dé a este libro.



William Golding  
Alianza Editorial  
249 páginas

## Balzac y la joven costurera china

DOS ADOLESCENTES CHINOS SON ENVIADOS A UNA ALDEA perdida en las montañas del Fénix del Cielo, cerca de la frontera con el Tíbet, para cumplir con el proceso de «reeducación» implantado por Mao Zedong a finales de los años sesenta. Soportando unas condiciones de vida infrahumanas, con unas perspectivas casi nulas de regresar algún día a su ciudad natal, todo cambia con la aparición de una maleta clandestina llena de obras emblemáticas de la literatura occidental. Así pues, gracias a la lectura de Balzac, Dumas, Stendhal o Romain Roland, los dos jóvenes descubrirán un mundo repleto de poesía, sentimientos y pasiones desconocidas, y aprenderán que un libro puede ser un instrumento valiosísimo a la hora de conquistar a la atractiva hija del sastre del pueblo vecino. Con la cruda sinceridad de quien ha sobrevivido a una situación límite, Dai Sijie ha escrito este relato autobiográfico que sorprenderá al lector por la ligereza de su tono narrativo, casi de fábula, capaz de hacernos sonreír a pesar de la dureza de los hechos narrados. Además de valioso testimonio histórico, Balzac y la joven costurera china es un conmovedor homenaje al poder de la palabra escrita y al deseo innato de libertad. (Tomado de <http://www.cfnavarra.es/prm/ClubLectura/Dai.htm>. Fecha de consulta: 12 de febrero de 2009).

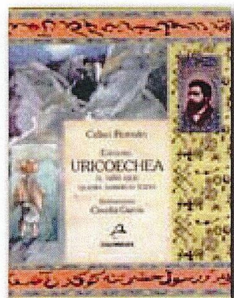


Dai Sijie  
Salamandra  
192 páginas



## Ezequiel Uricoechea. El niño que quería saberlo todo

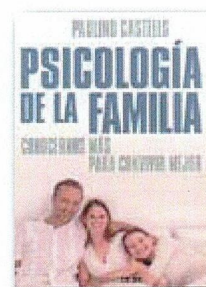
CON EL SELLO ROMÁN PARA CAUTIVAR A jóvenes lectores, el autor nos presenta la vida y obra de Ezequiel Uricoechea (1834-1880). Soñador permanente y genio polifacético, bogotano descendiente de vizcaínos, niño genio que aprendió a leer a los 4 años de edad, bachiller del Fwshing Institute a los 15 años, médico de Yale University a los 19, y químico de la Universidad de Gotinga a los 22, abrió caminos como ninguno otro para la ciencia en Colombia. Su obra abarca desde los estudios de la quina, la mineralogía, la cartografía, la numismática, la lingüística, el arte colonial y los vestigios precolombinos hasta el conocimiento de la lengua árabe.



**Celso Román**  
Colciencias-Panamericana  
75 páginas

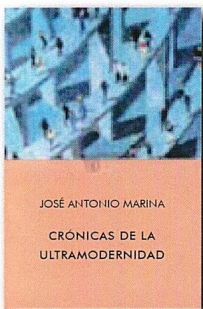
## Psicología de la familia. Conocernos más para convivir mejor

NUNCA SE HABÍA dedicado tanto tiempo y esfuerzo a los hijos ni se había escrito tanto sobre los niños y sus cuidados, lo que mejora las condiciones de la familia. Sin embargo, tampoco en ninguna otra época las consultas de los psiquiatras habían estado tan solicitadas. En demasiados casos se asegura el bienestar material pero, paradójicamente, no se asegura el bienestar afectivo y psicológico de los que componen el núcleo. ¿Qué le pasa a la familia que no consigue, en muchos casos, la felicidad de sus miembros a pesar del tiempo y esfuerzo dedicados? Castells, doctor en Medicina, nos da una explicación: la sociedad ha evolucionado muy rápidamente en las últimas décadas y la familia ha ido amoldándose a estos cambios, pero los vaivenes sociales y culturales han alterado en ocasiones el frágil equilibrio de la estructura familiar y las relaciones entre sus miembros. El autor defiende la idea, hoy ampliamente documentada, de que, en función del grado de "apego familiar", se consigue mayor o menor autoestima y seguridad en uno mismo, aptitudes necesarias para salir del egocentrismo y ser capaz de conocer, relacionarse y amar a los demás.



**Paulino Castells**  
Ediciones CEAC  
238 páginas

## Crónicas de la ultramodernidad



**José Antonio Marina**  
Anagrama  
264 páginas

EN ESTE LIBRO EL AUTOR PROSIGUE CON SU 'extravagante' idea de que la filosofía es un servicio público. Cree que forma parte de la protección del medio ambiente. "Si fuéramos grullas de Alaska o geranios del Albaicín nos bastaría con cuidar la pureza de la atmósfera o de las aguas. Pero vivimos entre ideas, palabras y sentimientos, y necesitamos que sean tan claros como los manantiales". Este libro habla de la ultramodernidad, un nuevo modelo de inteligencia, que une el rigor y la poesía, el dramatismo y el sentido del humor, la ciencia y el sentimiento, lo abstracto y lo concreto, la historia y el futuro. Aspira a una triple finalidad: explicar, embellecer y transformar la realidad.

## El poder de los valores

LOS VALORES SON ESENCIALES PARA QUE en la vida de las personas y de las organizaciones se dé todo aquello que llamamos "valioso". Pero, ¿qué son y cómo se hacen realidad? Yarce da respuesta a esta y a otras preguntas en torno a un tema muy actual, especialmente en momentos de crisis de valores a todo nivel, producto de la ausencia de ética tanto en lo personal como en lo empresarial y lo estatal. Se trata de un manual para dar el paso de la teoría a la práctica, para interiorizar

valores que han sido claramente definidos en principio, convirtiéndolos en hábitos operativos buenos y estables; este proceso exige tiempo y tiene altibajos, pero asegura que los valores no se queden en ideales abstractos. En este texto aparecen treinta valores que han gozado de mayor preferencia en el trabajo que el autor ha realizado con diferentes organizaciones -honestidad, justicia, lealtad, humildad, creatividad y compromiso, etc.-. Es de gran utilidad para directivos, profesores y estudiantes.



**Jorge Yarce**  
Universidad de La Sabana  
326 páginas

# ¡hola, niños!



## ¿Quién es quién?

● Completa los acertijos

¿Quién es el nieto de tu bisabuelo, padre de tus hermanos, de tus primos es tío y de tus tíos hermano?

\_\_\_\_\_

Yo tengo una tía y mi tía una hermana que no es mi tía, ella es:

\_\_\_\_\_

Si Juan fuera abuelo de tu hijo, ¿qué parentesco tendrías con Juan?

\_\_\_\_\_

¿Quién es la hermana de mi hermana que no es mi hermana?

\_\_\_\_\_

Yo amo a la suegra de la mamá de mi hermano que es mi...

\_\_\_\_\_

¿Quién es la hija de tu abuela que no es tu madre?

\_\_\_\_\_

Si Julia fuera la tía de tu hijo, ¿qué parentesco tendrías con ella?

\_\_\_\_\_



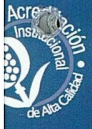
Busca en la sopa de letras el listado de palabras, todas tienen que ver con el bienestar de la familia.

SEGURIDAD  
AFECTO  
BIENESTAR  
DIALOGO  
FELICIDAD  
AUTORIDAD  
RESPECTO  
COMPRESIÓN  
COMPROMISO  
COMPAÑIA  
CONCILIACIÓN  
DEDICACIÓN  
COMUNICACIÓN  
SOLIDARIDAD  
CONCORDIA

A	O	A	D	A	D	I	L	I	U	Q	N	A	R	T	O	C	O	N	S	I	D	E	R	A	C	I	O	N	F	
B	C	N	B	C	O	N	F	I	A	N	Z	A	D	A	D	S	C	T	I	B	U	O	C	M	D	E	C	E	A	
T	C	O	I	O	A	G	A	B	B	O	A	Q	O	R	S	A	T	I	S	F	A	C	C	I	O	N	O	G	U	
A	C	I	N	M	A	R	F	I	B	B	I	L	I	C	U	Z	O	U	E	V	I	Y	X	S	A	O	H	I	J	
C	D	C	E	P	E	I	C	D	P	E	U	A	L	D	I	A	L	O	G	O	C	O	P	T	N	E	U	K	D	
I	E	A	F	A	U	T	O	R	I	D	A	D	G	I	E	Y	C	X	U	I	V	W	O	A	I	M	O	L	A	
M	E	I	O	Ñ	H	O	N	I	U	I	O	P	A	S	A	F	N	O	R	Z	R	I	Q	P	Z	R	C	E	D	
I	J	L	B	I	F	C	V	H	R	E	H	E	Q	T	C	O	N	V	I	V	E	N	C	I	A	M	O	R	I	
O	A	I	S	A	E	S	I	O	A	N	O	B	P	R	I	D	P	U	L	D	K	S	J	E	O	P	S	N	A	L
C	Z	C	A	U	L	T	C	M	I	C	O	E	G	S	O	E	B	I	A	O	P	E	O	T	I	U	C	U	I	
B	I	N	O	V	I	O	C	A	E	I	N	R	N	I	P	D	C	O	D	A	E	I	F	C	A	X	O	Z	B	
E	D	O	L	I	C	K	I	O	J	A	K	E	Q	O	B	I	E	N	E	S	T	A	R	Z	I	M	R	Q	A	
A	N	C	A	R	I	Ñ	O	K	M	E	R	S	R	E	S	C	R	A	S	C	O	R	E	T	N	O	D	P	T	
O	E	I	H	I	D	A	N	B	L	P	J	T	U	O	E	A	D	E	A	O	U	M	L	N	O	C	I	O	S	
U	R	D	E	N	A	I	E	I	M	O	R	S	R	O	T	C	U	I	Z	C	R	K	E	I	M	O	A	R	E	
G	P	U	F	O	D	U	H	O	A	B	C	O	M	U	N	I	C	A	C	I	O	N	J	C	R	Z	U	S	O	
O	A	I	E	O	J	M	C	Y	E	T	A	G	M	D	L	O	M	U	F	T	E	I	A	B	A	O	E	T	U	
E	O	L	C	F	E	C	I	V	N	X	Z	C	B	C	O															
J	P	I	M	O	E	F	Y	S	U	A	E	N	D	E	H															
O	A	N	K	N	O	E	Z	A	O	F	A	E	U	F	A															
I	P	O	R	D	A	D	I	R	A	D	I	L	O	S	G															
D	A	D	I	L	I	B	A	S	N	O	P	S	E	R	O															

AMOR  
APOYO  
AMISTAD  
OBEDIENCIA

CARIÑO • TRANQUILIDAD • CONSIDERACIÓN • CONVIVENCIA  
RESPONSABILIDAD • DEBERES • PAZ • SATISFACCION  
FIRMEZA • APRENDIZAJE • ARMONIA • CONFIANZA • CONVICCION • ESTABILIDAD



# Hay **momentos** en la vida que requieren **más** que una simple **indicación.**



En el INSTITUTO DE LA FAMILIA de la Universidad de La Sabana, cuentas con expertos en la dinámica familiar que te ayudarán a enfrentar tus conflictos personales y a encontrarles la mejor solución para lograr la armonía que siempre has querido en tu hogar.

Brindamos asesoría Personal y Familiar en:

- ◆ Conflictos familiares y conyugales
- ◆ Calidad de las relaciones familiares
- ◆ Adolescencia y armonía generacional
- ◆ Autoridad en la familia
- ◆ Afectividad y sexualidad



**Universidad  
de La Sabana**  
INSTITUTO DE LA FAMILIA

Tel: 861 5555/6666

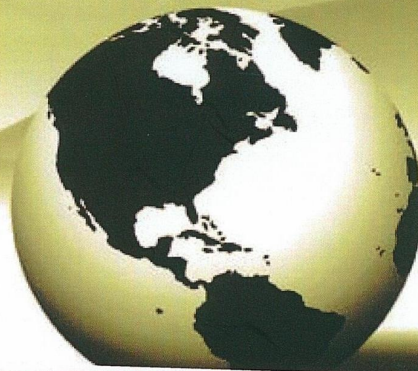
Exts: 2417 /1435/1433

Fax: 1433

[instituto.familia@unisabana.edu.co](mailto:instituto.familia@unisabana.edu.co)

[www.unisabana.edu.co](http://www.unisabana.edu.co)

**Un Programa con  
mucho proyección  
internacional**



## **Administración de Instituciones de Servicio**

El futuro del mundo empresarial está en la prestación de servicios. Prepárate como un Administrador capaz de diseñar, desarrollar, ofrecer y evaluar procesos de servicio bajo el concepto de gerencia integral.

### **Fortalezas del Programa**

- Programa Acreditado y único en el país.
- Doble titulación con universidades en el exterior.
- Bilingüismo.

### **Amplio programa de becas y financiación**

Tels: 861 5555 / 6666 Exts: 1846 – 1806  
ciencias.economicas@unisabana.edu.co  
[www.unisabana.edu.co](http://www.unisabana.edu.co)



**Universidad  
de La Sabana**  
ESCUELA INTERNACIONAL DE CIENCIAS  
ECONÓMICAS Y ADMINISTRATIVAS