

Mujer actual

Agosto 2026 | Año 19, Edición 226 | 56 páginas



19
AÑOS
REVISTA MUJER ACTUAL

TAMBIÉN SOMOS HISTORIA LOS MONÓLOGOS DE ELLOS

ROSY LEAL
SEIS DÉCADAS
ABRIENDO CAMINO

**HOMBRES
DESTACADOS**
ARMANDO PESQUEIRA
DIRIGIR CON PROPÓSITO



**EJEMPLAR
GRATIS**

2 REVISTAS
EN UNA

AL INTERIOR ENCONTRARÁS

SALUD

DESCARGA
MUJER ACTUAL
Y SALUD ACTUAL
EN VERSIÓN
DIGITAL
DISPONIBLE EN



ALIANZA DE MUJERES A.C.



Dra. Adriana Mendioléa Martínez, Dra. Adelina Melgar Selvas, Dra. Myrlene Rodríguez Brito, Mtra. Berenice Ortiz López, C.P. María del Refugio Lugo Jiménez, Lic. Angélica Figueroa, Lic. Angie Clement, Lic. Leticia Yépez de Peña, Lic. Lilian Mendoza, Lic. Tanya Alejandra Mota Alvarado, Lic. América Soto Villa, Mtra. Ma. del Rosario Norzagaray Román, Dra. Dora Elvia Nava Rivera

Centro Cultural Tijuana

Paseo de los Héroes 9350, Zona Urbana Río Tijuana



Un viaje inolvidable a la más grandiosa maravilla viviente

GRAN ARRECIFE de CORAL

Domo Imax
Boletos en taquilla y cecut.gob.mx



LA CAÍDA DE LA CASA USHER

Ópera de Cámara Compositor: **Philip Glass**

Basado en el cuento de terror de **Edgar Allan Poe**
Cantantes de nivel internacional, en colaboración con la
Orquesta de Baja California

Costo \$350 y \$450 • Boletos en taquilla y cecut.gob.mx
Septiembre 2026 | Sábado 5, 19 h y domingo 6, 17 h
Centro Cultural Tijuana • Sala de Espectáculos



Gobierno de
México

Cultura
Secretaría de Cultura



Publicidad pagada por Centro Cultural Tijuana

VALLE BIBB
fundación AC.
Institución Sin Fines de Lucro

porta la causa

tu compra
tiene impacto

orientación social
salud
educación

cada prenda
que eliges ayuda
a *transformar vidas.*



Compras
con propósito



Apoyas
causas reales



Generas un
cambio positivo



Formas parte
de algo grande



+52 664 406 6189



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



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



[vallebibbfundacion.org](https://www.vallebibbfundacion.org)

CONVERSACIONES QUE TRANSFORMAN

Hay historias que permanecen en silencio. Pero también existen aquellas que tienen el poder de cambiar la manera en que nos relacionamos.

En esta edición quisimos abrir una de ellas. Nuestra portada nos invita a escuchar también las historias de los hombres. ¿Por qué hacerlo en una revista para mujeres? Porque construir relaciones más sanas también implica comprender las experiencias de quienes caminan a nuestro lado. Hablar de nuevas masculinidades no resta espacio a las mujeres; por el contrario, abre la posibilidad de construir vínculos más empáticos, respetuosos y conscientes.

Rosy Leal nos recuerda que el verdadero liderazgo no siempre busca reflectores. Durante seis décadas abrió camino con trabajo, visión y una profunda vocación de servicio, demostrando que el legado más valioso es el que inspira a otros.

En el Hospital Infantil de las Californias encontramos otra lección. Allí, cada consulta, cada terapia y cada oportunidad representan el comienzo de una nueva historia para cientos de niñas y niños. Cuando alguien cree en ellos, también cambia el futuro de sus familias.

Completan esta edición nuestro especial dedicado al Valle de Guadalupe y las vendimias, además de propuestas de arte y cultura, entre otras.

Creo profundamente que las mejores historias no son las que hacen más ruido, sino las que cambian vidas. Espero que estas páginas te inviten a mirar con nuevos ojos, a conversar con mayor empatía y a descubrir que, muchas veces, transformar una historia también comienza escuchándola con amor y esperanza siempre.

¡GRACIAS! POR HACERNOS PARTE
DE TU DÍA Y PARTE DE TU VIDA

SAIDA *Muriel Hid*

Mujer Actual es una publicación mensual editada y distribuida por Comunicaciones Actuales S. de R.L. de C.V., oficinas comerciales en Blvd. Díaz Ordaz 13251, local B-14, fracc. La Escondida, La Mesa, Tijuana B.C. Todos los derechos de reproducción del material editorial son propiedad de Comunicaciones Actuales S. de R.L. de C.V. Certificado de Reserva de Derechos INDAUTOR 04-2016-080913593900-102. **Mujer actual es una marca registrada ante IMPI, expediente no. 43797. Certificado de licitud de título (en trámite), certificado de licitud de contenido (en trámite).** Año 16, edición 189, inicio de impresión el 15/07/2026. Los autores son los únicos responsables por su opinión y no necesariamente expresan la de los editores. **Mujer actual investiga la seriedad de sus anunciantes, mas no es responsable por las ofertas o información que aparece en los anuncios.** Edición mensual. Tiraje 10,000 ejemplares. Mujer actual es distribuida de manera gratuita en las ciudades de Tijuana, Rosarito, Ensenada, Valle de Guadalupe y San Diego.



CRÉDITOS
DIRECTORA GENERAL
Saída Muriel Hid

EDITORIA EN JEFE
Ana Patricia Valay

DIRECTORA DE DISEÑO
Aurora Preciado Balandrán

**ATENCIÓN A CLIENTES
Y DISTRIBUCIÓN**
Mariana Maldonado

COLABORADORES
Ana Laura Martínez
Gabriel Bello

FOTÓGRAFOS
Garage Photo Studio
[664] 225.04.00
Abigail Fotografía [664] 219.63.88
Rogelio Arenas [664] 648.47.00
David Vera [664] 628.82.79
Estudio Urbano [664] 232.43.46

Andrés Ruiz ☒
Rafael I. Ramírez ☒

SERVICIO A CLIENTES
Oficina [664] 216.15.12 y 13
Celular [664] 674.57.66

DELI HASTA
LA ÚLTIMA GOTA
¿QUIERES?



CONTENIDO

AGOSTO 2026

TUS HIJOS
¿MAMÁ, PUEDO HABLAR
CONTIGO?

6



**MUJERES
INSPIRANDO
MUJERES**
ROSY LEAL
SIEMPRE
UN PASO
ADELANTE

14



**HOMBRES
DESTACADOS**
ARMANDO
PESQUEIRA
VILLANUEVA
DIRIGIR CON
PROPÓSITO

16



**TAMBIÉN
SOMOS
HISTORIA**
LOS MONÓLOGOS DE ELLOS



10

10

ESPECIAL
ALIANZA DE MUJERES A.C.

18



ARTE Y CULTURA
DEL ESTADIO A LA MEMORIA
CUANDO EL ARTE DECIDE NO
GUARDAR SILENCIO

20



soymujeractual



@soymujeractual



revista mujer actual

www.revistamujeractual.com

Recibe
50 Rendipuntos
en tu primera carga con tu app actualizada

**Actualiza
tu App**



**Nueva imagen.
Misma confianza.**

 **Rendipuntos**



OBTÉNLA EN
Google Play

Disponible en
App Store

Los 50 rendipuntos serán válidos al actualizar tu App y realizar una primer carga de combustible con un monto mínimo de \$299. Promoción válida del 10 de marzo al 30 de abril.

¿MAMÁ, PUEDO HABLAR CONTIGO?

POR GABRIEL BELLO

La comunicación es la base de cualquier relación saludable; sin embargo, cuando se trata de padres y adolescentes, suele volverse cada vez más difícil. A medida que los hijos crecen, ya no quieren ha-

blar tanto con sus padres y, hay que decirlo, los padres tampoco siempre tienen ganas de conversar con un adolescente rebelde.

Esta disminución pone en riesgo una tarea fundamental de la crianza: apoyar, guiar, asesorar, formar y orientar a los hijos en una etapa llena de cambios. Si no hay comunicación, no hay conexión; si no hay conexión, no existe una influencia positiva ni oportunidad de corregir errores.

¿POR QUÉ DEJAN DE HABLAR?

Existen muchas razones por las que los adolescentes hablan menos con sus padres, pero estas son las más comunes:

1. Buscan independencia. Al crecer, necesitan establecer su propia identidad y fortalecer su autonomía. Comienzan a tomar decisiones por sí mismos y ponen cierta distancia física y emocional con sus padres.

2. Temen ser juzgados. Muchos adolescentes prefieren callar porque piensan que serán criticados por sus decisiones. La adolescencia implica cambios en la manera de pensar, sentir y manejar emociones. Si añadimos la inmadurez propia de la edad y la tendencia a asumir riesgos, es comprensible que opten por guardar silencio.

3. La comunicación cambió. Hoy los adolescentes se comunican mediante mensajes, chats, videollamadas, llamadas de voz y notas de audio. Muchos padres consideran que esta forma de comunicarse es impersonal o fría y no se sienten cómodos utilizándola.

Lo cierto es que los adolescentes desean comunicarse con sus padres de manera relajada y respetuosa, sin sentirse juzgados. Quieren ser escuchados, percibir interés genuino por sus vidas y que se respete su privacidad y autonomía.

LO QUE DICEN LOS ADOLESCENTES

Hice algunas preguntas a varios de mis pacientes y estas fueron sus respuestas.

¿DE QUÉ HABLAN TÚ Y TU PAPÁ EN EL TRAYECTO A LA ESCUELA?

"Hoy ya no hablamos de nada. Mi papá prende la radio y yo me pongo los audífonos. Antes la comunicación era un interrogatorio: ¿cómo te estás portando?, ¿hiciste la tarea?, ¿estudiaste para el examen? Y cuando llegábamos a la escuela me decía: 'Pórtate bien, no quiero ningún

CONSTRUYE UN ESPACIO SEGURO

Hay mucho más que decir sobre la comunicación con los hijos adolescentes, pero quisiera terminar con algunas recomendaciones:

- Escúchalo con atención y sin miedo. Es un adolescente que necesita orientación.
- Escucha desde su perspectiva. Lo que para un adulto puede parecer una tontería, para él puede representar todo su mundo.
- No te conviertas en el protagonista de la conversación. Habla menos y escucha más.
- Respeta la confianza que te brinda. No compartas lo que te contó en privado.
- Controla tus emociones, especialmente cuando esté justificándose o mintiendo. Si pierdes el control, haz una pausa.
- Crea un ambiente favorable para el diálogo y mantente disponible cuando él decida hablar contigo.

reporte."

Muchas veces convertimos la conversación con nuestros hijos en un interrogatorio. ¿La razón? Desconocemos sus intereses y no nos acercamos a lo que realmente les gusta. ¿Tus padres usan mensajería

INSTANTÁNEA PARA COMUNICARSE CONTIGO?

"Mi mamá prefiere hablarme por teléfono, pero se enoja si no le contesto. Entonces me preocupo cuando veo dos o tres llamadas perdidas. A mi papá le gusta mandar mensajes por WhatsApp, pero me advirtió que me va a quitar el teléfono si lo dejo en visto, no contesto de inmediato o respondo con emojis."

Los adolescentes dominan la comunicación digital. A quienes crecimos en otra época nos cuesta adaptarnos y solemos verla como fría o distante. Sin embargo, no todo tie-

ne que ser cara a cara. A veces, un simple mensaje o un emoji también puede ser una forma auténtica de conectar.

¿CÓMO TE GUSTARÍA QUE FUERAN LAS CONVERSACIONES SOBRE TEMAS DIFÍCILES?

"Me gustaría que mis papás se relajen un poco cuando quieren hablar conmigo. Le dan muchas vueltas al tema y me ponen nervioso. El otro día querían hablar del vapeo en las secundarias y de lo peligroso que es, pero todo lo que me dijeron ya lo sabía."

Los adolescentes de hoy tienen acceso inmediato a mucha información gracias a internet y a la inteligencia artificial. Esto obliga a los padres a mantenerse actualizados para que la conversación realmente aporte valor.

¿CUANDO HABLAS CON TUS PADRES, TE ESCUCHAN DE VERDAD?

"Le platiqué a mi mamá que a mi mejor amiga la suspendieron porque la encontraron con el novio atrás del baño. Ni siquiera terminó de escucharme; se puso como loca, como si la suspendida hubiera sido yo. Luego me advirtió que ni se me ocurriera hacer lo mismo porque me iba a sacar de la escuela."

¿Crees que esta adolescente volverá a contarle algo importante o peligroso que le ocurra? Probablemente no. Después los padres terminan enterándose por terceras personas de situaciones que pudieron conocer a tiempo. ▢

CONTACTO

Psic. Gabriel Bello
CÉDULA: 6357192
WHATSAPP:
664 386 9773

El autor es psicólogo clínico con enfoque cognitivo-conductual y especialista en la atención de adolescentes y orientación a padres.

TAMBIÉN SOMOS HISTORIA

LOS MONÓLOGOS DE ELLOS

Una conversación que durante mucho tiempo permaneció en silencio llegará a los escenarios de Tijuana a principios de septiembre con Los Monólogos de Ellos, una puesta en escena escrita y producida por Adriana Millanés que invita a repensar la masculinidad desde la empatía, el diálogo y las emociones.

POR ANA PATRICIA VALAY

Hay frases que marcan para toda la vida. “No llores.” “Aguántate.” “Sé hombre.” “No seas tan sensible.” “No seas débil.”

Con ellas crecieron miles de niños. Algunos aprendieron a ser valientes; otros, sin darse cuenta, aprendieron a ocultar lo que sentían, hasta convertir el silencio en una forma de sobrevivir al mundo, callando heridas que, con el tiempo, terminan reflejándose en la manera de amar, de relacionarse y de enfrentar la vida.

Esa misma reflexión llevó a Adriana Millanés a escribir y producir Los Monólogos de Ellos. Como ella misma lo expresa:

“Escuchar a las mujeres me enseñó algo muy importante: para construir relaciones más sanas, también necesitamos escuchar a los hombres. No para justificar sus errores, sino para comprender sus historias y ayudar a construir una masculinidad más positiva.”

UNA CONVERSACIÓN PENDIENTE

Desde Fundación Manos Entrela-

zadas, Adriana ha acompañado durante años a mujeres que han vivido experiencias de dolor, resiliencia y reconstrucción. Ahí comprendió que la prevención también implica trabajar con los hombres.

“La prevención también implica trabajar con los hombres. Escucharlos. Orientarlos. Invitarlos a romper patrones. Eso también es prevención.”

De esa convicción nació una obra dirigida por Annya Katherina Silva, que hoy abre una conversación profundamente humana sobre la masculinidad y las emociones.

ROMPER EL SILENCIO

Con las actuaciones de José Galicot Bejar, Juan Jesús Márquez, Ariosto Manrique, Jousin Palafox, Manuel Martínez Márquez, Juan Worley y Julián Lozano, la puesta en escena recuerda que no existe un solo tipo de hombre.

“Tenemos distintas edades, profesiones, experiencias e ideologías.

Y justamente eso demuestra que todos tenemos algo en común: también tenemos historia.”

Más que ofrecer respuestas, la obra busca abrir conversaciones: que un padre hable con su hijo, que una pareja aprenda a escucharse mejor y que un joven descubra que pedir ayuda no lo hace menos hombre.

Quizá esa sea la deuda histórica a la que Adriana se refiere: reconocer que durante generaciones también enseñamos a muchos hombres a callar. La masculinidad positiva no significa dejar de ser hombre; significa ser capaz de amar, respetar, cuidar, pedir perdón, expresar emociones y hacerse responsable de los propios actos.

Porque hombres emocionalmente saludables también construyen relaciones más sanas.



Infiniti QX80



José Galicot

Fundador y presidente del Consejo, Directivo de Tijuana Innovadora A.C.

“El poder desnudarse uno como hombre y explicar uno como es sin máscaras



Ariosto Manrique Moreno

Director de Testa Marketing, investigación de mercados

“La primera decisión que debes tomar cada mañana es o gastas tu día o inviertes tu día.



Dr. J. Jesús Márquez M

Médico cirujano

“El mundo estaría con hombres menos machos y machos más hombres.”



Julián Lozano Cabrero

Licenciado en Derecho, analista geopolítico y comunicador

“El hombre no llora... se desangra por dentro y sigue sonriendo.”



Infiniti QX80

Jousin Palafox

Licenciado en Derecho y comunicador

“El valor de la vida no está en el tiempo que dura, sino en la intensidad con la que se vive.”



Manuel Martínez Márquez

Estudiante, 19 años

“La única persona a la que deberías intentar superar es a la persona que eras ayer.”



Juan Worley

Director Creativo y CEO de Juan Worley

“El mundo está lleno de hombres, pero le faltan humanos que se atrevan a sentir.”



Llega a cambiar el
Estándar



Totalmente Nueva
QX65

El lujo de elegir diferente.

Contáctanos



www.infinititijuana.com

Sujeto a disponibilidad de inventario.

BOBO
PRESENTA

0!!!
PRODUCCIONES

31 OCT
TIJUANA, B.C.
AUDIORAMA EL TROMPO
10:00 PM



BOLETOS A LA VENTA EN:

TICKETÓN

ticketon.com
1.800.668.8080

Roma
Más que una Farmacia

AUDITORIO
DE TIJUANA

CITY
EXPRESS
PLUS
BY MARRIOTT

f X i
@MatuteMX

ROSY LEAL

SIEMPRE UN PASO ADELANTE

Llegó a Tijuana persiguiendo un sueño, convirtió la comunicación en una herramienta para impulsar cambios y, seis décadas después, sigue demostrando que comunicar también significa servir.



Hay mujeres que llegan a una entrevista hablando de sus logros. Rosy Leal no. Con la sencillez que la caracteriza, conversa sobre sus orígenes. "Soy sinaloense. Nací en Navolato Sinaloa, y llegué a Tijuana en 1970", comienza diciendo. Luego recuerda que se vino "sin dinero", con una niña de un año y que tenía que ver qué hacía para mantenerla. Pero, de pronto, interviene su hija Eunice y la historia cambia.

La mujer que Rosy describe con tanta modestia terminó siendo una visionaria. Cuando el medio ambiente apenas comenzaba a abrirse paso en la agenda pública, creó El Ecológico, el primer suplemento ambiental de México. Fue un paso adelante en una época en la que la legislación ambiental en Baja California apenas comenzaba a construirse. Eunice explica que aquel suplemento creció a la par de ese nuevo marco legal y que investigaciones como la de Alco Pacífico de México, caso emblemático de justicia ambiental transfronteriza por el abandono de residuos peligrosos, colocaron el tema ambiental en la conversación pública.

Lo sorprendente es que ella casi no habla de eso. Es Eunice quien la mira y dice: "Mi mamá está siendo muy modesta". Entonces comienza a aparecer la verdadera dimensión de una mujer que nunca necesitó presumir lo que hizo.

LOS SUEÑOS TAMBIÉN SE TRABAJAN

Antes de abrir espacios para los sectores jurídico, empresarial, inmobiliario, médico y de la construcción entre otros, Rosy tuvo que abrirse camino ella misma. Empezó haciendo costura, después vendiendo publicidad en El Mexicano y, con creatividad y disciplina, construyó una trayectoria única. "Yo fui la que formé El Económico del periódico",

EN BREVE

- La noticia que más la marcó: El asesinato de Luis Donaldo Colosio.
- Comunicadores que admira: Jesús Blancornelas, Óscar Genel, Mario Ortiz Villacorta (Padre) y Rogelio Lozoya.
- Una frase que siempre la acompaña: "Yo puedo, yo lo hago, yo lo quiero, es mío".
- Un mensaje para las nuevas generaciones: "La vida no se acaba; siempre hay que seguir adelante".



dice con naturalidad.

Desde niña sabía lo que quería. "Agarraba el cepillo de mi pelo como si fuera un micrófono... yo quería ser comunicadora". Y esa convicción la acompañó siempre: "Yo siempre decía: 'Yo puedo, yo lo hago, yo lo quiero, es mío'. Nunca me pregunté si podía; siempre dije: 'Yo puedo'".

UNA MUJER QUE VEÍA OPORTUNIDADES

Durante 36 años en El Mexicano abrió espacios para promover a sectores productivos y a quienes estaban construyendo Baja California. Trabajó con desarrolladores, grupos empresariales y gremios; creó El Ensamblador cuando la industria maquiladora necesitaba contar su propia historia, e impulsó espacios que hablaban de lo que la ciudad producía, soñaba y podía llegar a ser.

También creó la columna Gente de bien, pensada para reconocer a forjadores de Tijuana y recordar a nuevas generaciones que la ciudad también se ha levantado con traba-

jo, visión y cariño por esta tierra.

Al jubilarse, volvió a ir un paso adelante. Junto con su esposo fundó Multimedios Publicitarios de Baja California, de donde surgieron proyectos como Tijuana en la Noticia, que en 2026 suma 18 años, además de otras plataformas de comunicación. Mientras otros veían el retiro como pausa, ella encontró una nueva forma de seguir vigente.

Le pregunto cómo se describiría. No habla de cargos ni de reconocimientos. Piensa unos segundos y responde: "Soy una mujer muy valiente porque, pues, con mis hijos decía yo: '¿Qué voy a hacer? Vamos a trabajar, voy a ver qué hago', y así empecé trabajando". Después añade: "Sí, batallé mucho, para llegar a donde estuve siempre".

EL LEGADO QUE NO CABE EN UN CURRÍCULUM

Entre periódicos, jornadas interminables y el ejemplo de una madre incansable, Eunice encontró también su inspiración. Recuerda los sábados en El Mexicano, cuando ella y sus hermanos esperaban mientras Rosy trabajaba. "Mi mamá ha sido una inspiración muy grande porque es muy trabajadora y muy creativa".

Quienes la conocen saben que detrás de la mujer emprendedora siempre ha existido una profunda vocación de servicio. Cuando enfrentó el cáncer de mama, no pensó sólo en ella. Compartió apoyos, buscó alternativas y gestionó ayuda para otras personas. Cuando la conversación llega a la fe, basta verla asentir para entender de dónde ha sacado fuerzas para seguir adelante.

Tal vez ahí se entiende todo. Rosy hizo de la comunicación una forma de servir. No sólo abrió espacios; abrió puertas. Antes de despedirse deja un mensaje que resume su vida: "La vida no se acaba; siempre hay que seguir adelante".

Hay personas que construyen un gran legado sin sentir la necesidad de hablar de él. Rosy Leal es una de ellas. Quizá esa misma forma de entender la vida fue la que la llevó, una y otra vez, a abrir camino antes que muchos otros. Y quizá por eso, sin proponérselo, siempre ha ido un paso adelante. 

ARMANDO PESQUEIRA VILLANUEVA

DIRIGIR CON PROPÓSITO

Detrás del director de la Orquesta de Baja California hay una historia de vocación, disciplina y liderazgo, construida con la convicción de que la música no sólo forma grandes intérpretes, sino también mejores seres humanos

POR ANA PATRICIA VALAY

Todo comenzó con un piano en casa de su abuela. "A mi mamá y a mi tía, cuando eran jovencitas, les dieron clases de piano para que fueran el mejor partido", recuerda entre risas. Fue él quien terminó cautivado por aquellas teclas. "Se dieron cuenta de que podía sacar melodías de oído y me metieron a clases de piano." Tenía apenas siete años. Además de aprender a leer partituras, su maestra reunía a sus alumnos para tocar a cuatro manos. "Desde esa temprana edad empecé a aprender a tocar música con otras personas, no nomás solo en el piano", recuerda. Después llegaron los prime-

ros ensambles: una flauta, un violín, un violonchelo y él al piano. "Empezamos a hacer música de cámara y ahí me di cuenta de que me gustaba decir cómo quería que salieran las cosas", cuenta. Sin proponérselo, en esos primeros encuentros también comenzó a descubrir el camino que años más tarde lo llevaría a la dirección de orquesta.

EL CAMINO ESPERADO

En su casa había un plan muy claro para el futuro.

"La expectativa era estudiar, trabajar, casarte, tener hijos y mantener a tu familia", recuerda. Por eso, al terminar la preparatoria decidió estudiar Comercio Exterior y Aduanas. Parecía el camino lógico.

La sonrisa aparece de inmediato cuando revive esa etapa.

"Sí, estudié Comercio Exterior... ¡hasta trabajé en Banca Cremi, que ya ni existe!", dice entre risas.

Pero mientras avanzaba en la carrera comprendió que su vida iba en otra dirección.

"Me di cuenta de que ese no era el

camino que tenía que seguir." Aun así, nunca pensó en abandonarla. "Siempre he sido de la idea de que lo que empiezo, lo termino." Así que concluyó sus estudios mientras iniciaba, al mismo tiempo, su formación profesional en música en San Diego State University.

Con los años entiende que aquella decisión también terminó definiéndolo. No porque ejerciera esa profesión, sino porque le confirmó que la música no era sólo una afición; era el lugar donde quería construir su vida.

MÁS ALLÁ DE LA FRONTERA

Con la decisión tomada, Armando dejó atrás la idea de una carrera convencional para dedicarse por completo a la música.

Primero estudió Composición

Musical en San Diego State University y después Dirección Orquestal en el Conservatorio de Música de San Francisco. "Como a los 19 años me di cuenta de que quería ser director de orquesta", recuerda.

De regreso en Baja California comenzó a colaborar con la Orquesta de Baja California, mientras impartía clases y seguía buscando oportunidades para dirigir. Fue entonces cuando la gerente de la Orquesta de Baja California le mostró una convocatoria para director titular en Chihuahua.

"Mandé mis papeles porque ya faltaban tres o cuatro días para que cerrara... y me escogieron."

Así inició una etapa que marcaría profundamente su carrera. Durante doce años estuvo al frente de la Orquesta Filarmónica del Estado de Chihuahua. "Fui muy feliz", dice con la misma naturalidad con la que recuerda aquella etapa. Pero más allá del repertorio y los conciertos, hubo un aprendizaje que ninguna escuela podía ofrecer como: "Mediar situaciones complejas de las personas dentro y fuera de la orquesta"

DIRIGIR PARA TRANSFORMAR

En 2016 regresó a Tijuana para convertirse en Director Titular de la Orquesta de Baja California. A esa responsabilidad se sumó posteriormente la Coordinación General del Sistema Estatal de Música, un proyecto impulsado por la secretaria de Cultura de Baja California, Alma Delia Abrego Ceballos, consolidado durante el gobierno encabezado por Marina del Pilar Avila Olmeda, con el propósito de ampliar el acceso a

la formación musical de niñas, niños y jóvenes en todo el estado.

Su visión del liderazgo es clara. "Estás para servir al proyecto, no para servirte de él." Esa convicción acompaña su labor tanto al frente de la Orquesta como en la formación de nuevas generaciones.

"No nomás estamos formando músicos; estamos formando buenos seres humanos y ciudadanos." En esa frase se resume una trayectoria construida con disciplina, vocación y la certeza de que la música puede transformar vidas.

EN BREVE

UNA PALABRA QUE DEFINE SU VIDA: Tranquilidad.

EL MEJOR CONSEJO QUE HA RECIBIDO: "Entre más grande estás, menos sabes".

Una lección de humildad.

UN VALOR QUE NUNCA NEGOCIARÍA: La integridad moral.

UN COMPOSITOR FAVORITO: Johann Sebastian Bach.

UN LIBRO QUE DESTACARÍA: Los hermanos Karamázov, de Fiódor Dostoievski.

PLATILLOS QUE LE ENCANTAN: El mole, Chiles en Nogada y Pizza.

La felicidad es... más interna.

UN SUEÑO PENDIENTE:

Dirigir la tetralogía de El anillo de Nibelungo, de Richard Wagner. 



ESPECIAL

ALIANZA DE MUJERES A.C.

La misión de Alianza Mujeres AC es Fortalecer el liderazgo y poder interior de las Mujeres y sus familias en la comunidad

COORDINACIÓN KARLA V. RENTERÍA A. | LOCACIÓN: HOTEL CITY EXPRESS PLUS | FOTOGRAFÍA: GARAGE PHOTOSTUDIO
| CREACIÓN DE CONTENIDO: JAZMÍN RODRÍGUEZ | ASESORÍA DE IMAGEN: @TIPTOP (THANIA QUIROZ-DIANA MENDIOLEA)



Dra. Adriana Mendioléa

Presidenta Fundadora de Alianza Mujeres A.C.

- Doctora en Ciencias de la Educación, Mujer pionera al ser la primera mujer Delegada del Sistema Educativo en Tijuana, primera mujer Directora General de CETYS Universidad y primera mujer Directora General de la Fundación Internacional de la Comunidad A.C. Es autora de libros en temas de educación, liderazgo, salud y género, dirigiendo desde 2025 su propia Editorial. Actualmente es Consultora, catedrática y locutora.



Dra. Adelina Melgar Selvas

- Doctora en Ciencias Administrativas y Negocios Internacionales, con posdoctorado en innovación administrativa. Auditora Administrativa en Paraestatales (SEMIP 1985/88/). Catedrática de la Universidad Autónoma de Baja California y el Instituto Tecnológico de Tijuana, Especialista en administración, innovación y gestión estratégica de negocios.



Dra. Myrlene Rodríguez Brito

- Especialista en cirugía cardiotorácica con experiencia en hospitales públicos y privados de Baja California. Secretaria del Colegio Nacional de Cirugía Cardíaca. Realiza procedimientos de vanguardia con ética, profesionalismo y enfoque multidisciplinario.



Mtra. Berenice Ortiz López

- MBA en organizaciones del sector salud. Administradora con experiencia en arbitraje médico. Dirige Empire Aesthetics y The Sculptors by Empire, Clínicas de su hijo, que administra impulsando innovación y atención especializada.



C.P. María del Refugio Lugo Jiménez

- Contadora pública, política y activista tijuanaense. Exregidora, promotora de educación para adultos e impulsora de la Alerta de Género en Baja California. Defensora de derechos humanos y administradora de HB Concept.



Lic. Angélica Figueroa

- Profesional en desarrollo humano dentro de CLAVE3. Formación en Relaciones Industriales, Psicología y Mindfulness. Especialista en capacitación, liderazgo, comunicación efectiva, recursos humanos y marca personal, impulsando el desarrollo de personas y organizaciones.



Lic. Angie Clement

- Licenciada en Comunicación, fundadora y CEO de Latinas con Poder International Magazine y presidenta de Latinas con Poder. Fotógrafa, diseñadora gráfica, editora, activista comunitaria y autora de Mis Tres Maridos. Reconocida internacionalmente por su liderazgo y labor comunitaria.



Lic. Leticia Yépez de Peña

● Licenciada en Derecho, directora y auditora jurídica de Grupo Latco y presidenta del Comité de Damas CMIC. Impulsa proyectos altruistas de alto impacto como Reciclando con Causa, beneficiando a niños con tratamientos oncológicos y comunidades vulnerables de Tijuana Baja California.



Lic. Lilian Mendoza

● Profesional en Carrera Comercial. Ejecutiva, dos veces primera dama de Playas de Rosarito y fundadora de Fundación Mujeres Trabajando por Rosarito, A.C. Hoy disfruta plenamente de su familia y legado social.



Lic. Tanya Alejandra Mota Alvarado

● Licenciada en Derecho por CETYS. Coordinó la Iniciativa Whitaker para la Paz y el Desarrollo durante más de diez años. Exdirectora del Instituto Municipal de la Mujer. Actualmente se desempeña como intérprete en Estados Unidos.



Lic. América Soto Villa

● Abogada por la UABC Tijuana y litigante en materia civil y familiar. Directora y conductora del programa virtual Platicando con América. Actualmente se desempeña como secretaria estatal de las Mujeres del PAN en Baja California.



Mtra. Ma. del Rosario Norzagaray Román

● Maestra en Administración Integral del Ambiente, psicóloga y conservacionista ambiental. Más de treinta años de experiencia en salud, educación y gestión de residuos. Colabora con COSTASALVAJE para prevenir la contaminación costera mediante el trabajo con comunidades.



Dra. Dora Elvia Nava Rivera

● Médica especialista en imagenología, radiología oncológica y resonancia magnética. Cuenta con doctorados en Educación, Investigación y Administración Empresarial. Experta en calidad hospitalaria, liderazgo de equipos de alta especialidad y formación de profesionales de la salud. 

DON LUIS
CETTO

SELECCIÓN RESERVADA

EL LEGADO DE
NUESTRA TIERRA



EVITA EL EXCESO 243300201A2668

18°FORO

An abstract painting of a cityscape. The sky is a mix of pink, yellow, and white. The buildings are in various colors: blue, red, orange, and green. Some buildings have black outlines for windows. The style is expressive and painterly.

MARTES **8**
SEPTIEMBRE
2026

SALA FEDERICO
CAMPBELL
CECUT

HORA
8:30 AM

ODRA ANGELA CONZALEE



BAJA CALIFORNIA
GOBIERNO DEL ESTADO

ECONOMÍA
Secretaría de Economía e Innovación

19
AÑOS
REVISTA MEXICANA DE PSICOLOGÍA

FUNDACIÓN
Lomop

**RENDI
CHICAS**



Quálitas
COMPANHIA DE SEGUROS



SaludDigna
La salud es para todos.
Laboratorio Médico • Fisiología • Diagnóstico • Exámenes



Cortier®



VIVE ORGANIC
ECO-FRIENDLY PRODUCTS

Nivel



Saraí Ciprés



NUMIR



 PURITAN
 EXAMINER



MARAA

PROGRAMA

CONDUCTORAS



INAGURACIÓN

8:30 am

RECONOCIMIENTOS

Entregados por parte de Mujer actual y Secretaría de Economía e Innovación

9:20 am

EL VALOR DE DECIDIR

Innovación sin fronteras

10:00 am



KURT HONOLD
SECRETARIO DE ECONOMÍA E INNOVACIÓN DE BC
MODERADOR EXPERTO



JOAQUÍN LÚKEN
DIRECTOR EJECUTIVO SMART BORDER COALITION



JORGE GOYTORTÚA
CEO CROSS BORDER EXPRESS

LA FUERZA DE LA COMUNIDAD

Impulsando el cambio

10:35 am



KELLY CARRINGTON
DIRECTORA BENDITO SUEÑO



SINDY DEL RÍO
DIRECTORA GENERAL DE EDUCIT



SANDI LEZAMA
FUNDADORA DE LA CHICA FINANZAS



MARINA GUERRERO
TITULAR COMISION DE MUJERES DE LA INDUSTRIA CANACINTRA TIJUANA
MODERADORA EXPERTA

EL VALOR DE DECIDIR

Qualitas es el poder de elegir

11:10 am



VANESSA RODRÍGUEZ
SUB DIRECTORA REGIONAL EN BAJA CALIFORNIA
MODERADORA EXPERTA



BRENDA CEVERIANO
SUBDIRECTORA DE ATENCIÓN A OFICINAS NORTE



JUAN PABLO SAMPEDRO
SUB DIRECTOR JURIDICO PENAL NORTE

ABRIR CAMINOS

La historia detrás de Rendichicas

11:40 am

PATRICIA SAHARAGUI
GERENTE DE RRPP Y MARKETING RENDICHICAS



TALKS CREAR LA FRONTERA

CON VISIÓN

Del entrenamiento a la victoria

12:10 pm

LORENA RODRÍGUEZ
ATLETA MEXICANA ESPECIALIZADA EN ATLETISMO MASTER Y MARCHA ATLÉTICA



CON IDENTIDAD



VIVIAN SALAZAR
TITULAR DE FIDEICOMISO DE PROMOCIÓN TURÍSTICA DEL ESTADO DE BC - SECRETARÍA DE TURISMO DE BAJA CALIFORNIA

12:20 pm

CON PROPÓSITO



MARITZA MORALES
FUNDADORA DE POST MARKETING

12:30 pm

SIN LÍMITES



NUBIA MIRANDA
CEO NUMIR

12:40 pm

CONVERTIR LAS IDEAS EN ÉXITO



SARAÍ CIPRÉS
COACH INTEGRAL TRANSFORMACIONAL

1:00 pm

EL ORDEN DE UNA HISTORIA EXTRAORDINARIA LA GUERRERENSE



SABINA BANDERA
FUNDADORA DE LA GUERRERENSE "LA PATRONA"



DRA. MARIANA OVIEDO BANDERA
CEO DE GRUPO LA GUERRERENSE

1:15 pm

RECONOCIMIENTOS

POR JOSEFINA OROZCO
JOSEFINA OROZCO

1:55 pm

CONSTRUYENDO COMUNIDAD

Programas DIF Rosarito al servicio de todos

2:10 pm



DOCTORA ADRIANA MENDIOLEA
PRESIDENTA FUNDADORA ALIANZA MUJERES A.C.



AZIEL ADAME
PRESIDENTA DEL PATRONATO DEL DIF MUNICIPAL DE PLAYAS DE ROSARITO

EL ALTE DE LOS SENTIDOS: MARIDAJE

2:20 pm



YAYA GONZÁLEZ
SOMMELIER

ALEJANDRO RUBIO
CHEF DE RESTAURANTE PARCELA 70 BY BODEGAS F. RUBIO



PORELA HILOS DE MÉXICO



VANESSA BAÑUELOS
ESTRATEGA DE MARCAS, PRODUCTORA DE EVENTOS Y FUNDADORA DE THE MX HUB

NANCY CASTAÑEDA
FUNDADORA DE NATIVA



EVOLUCIONAR CON ESENCIA "ARMONÍA"



LILY GÓMEZ
CONSTELADORA FAMILIAR

BEATRIZ MEDINA
ASTROLOGA



KORA SÁNCHEZ
LIFE COACH

MÓNICA ROBERTA MEDINA
ESPECIALISTA EN BIENESTAR, EMOCIÓN Y LIFE COACH



LOS LÍKES NO PAGAN LA RENTA: DE CREADORA A EMPRESARIA



ROGELIO HERRERA
DIRECTOR DE RH CONSULTING



ARTEMISA MARTÍNEZ
DIRECTORA DE SOLUCIONES EMPRESARIALES Y PRESIDENTA DE AMME



ILIANA GONZÁLEZ
TIKTOKER



JOANNA ARROYO
DIRECTORA DE STUDIO ARSA
MODERADORA EXPERTA

HISTORIAS QUE INICIAN AQUÍ "LA ORDEN"

ALBERTO LOZANO
CONSUL. DE TURISMO, COMERCIO Y ASUNTOS FRONTERIZOS



LEGADO QUE PERMANECE

Los Emmys de nuestras mujeres

4:30 pm



ESTEFHANIA BÁEZ
CONDUCTORA TITULAR DE NOTICIEROS Y REPORTERA BINACIONAL EN TELEVISIÓN



DIANA MACIEL CHAIDEZ
PRODUCTORA, REPORTERA Y CONDUCTORA DE NOTICIAS PARA KSDY CANAL 50 SD



JANNETE ACEVES
PRODUCTORA Y CONDUCTORA DEL MATUTINO LA REVISTA 33 CANAL 33



PABLO BARRAGÁN
PERIODISTA CANADOR DE 5 EMMYS
MODERADOR EXPERTO

LIDERAZGO EN ACCIÓN DEL NORTE A SUR

Gómez Trial Attorneys

5:10 pm



JOHN GÓMEZ
ABOGADO CEO Y FUNDADOR DE GTA



DAVID ARREGUÍN
ABOGADO Y DIRECTOR DEL CORREDOR CALIFORNIA - MEXICO

16 AÑOS: VOZ Y ROSTRO DE UNA COMUNIDAD

Tijuana Innovadora

5:35 pm



JOSÉ GALICOT
PRESIDENTE TIJUANA INNOVADORA



FRANCISCO OROZCO
CASA DE LAS IDEAS



HERNANDO DURÁN
TIJUANA VERDE



ALEJANDRA SANTOS
VICE PRESIDENTA DE TIJUANA INNOVADORA
MODERADORA EXPERTA

VALLE DE GUADALUPE DE AQUÍ PARA EL MUNDO

6:05 pm

DESDE AQUÍ SE CONSTRUYE LA BAJA

6:35 pm

CREAR JUNTAS FUNDACIÓN LOMAP



DIANA LOMAP
FUNDACIÓN LOMAP

ADN CREACIÓN SIN LÍMITES



ÁNGELA GONZÁLEZ
ARTISTA INTERDISCIPLINARIA

7:15 pm

DESDE AQUÍ NUNCA DEJAMOS DE AVANZAR

7:30 pm

CONTANTE

7:40 pm

RECONOCIMIENTOS

7:50 pm

REGISTRO



ANTONIO ESCALANTE

LA PERMANENTE INQUIETUD POR CREAR



Más de tres décadas de trayectoria han dado forma a un camino donde la creación artística se entrelaza con la docencia, la promoción cultural, el activismo y el compromiso social. Convencido de que el arte puede convertirse en un espacio de diálogo, inclusión y comunidad, Antonio Escalante dedica su vida a abrir caminos dentro y fuera de los espacios de exhibición.

POR ANA PATRICIA VALAY

Hay artistas que encuentran una sola forma de expresarse. Antonio Escalante ha preferido recorrer muchas. Pintor, grabador, escenógrafo, promotor cultural, docente, activista y gestor de espacios independientes, durante más de tres décadas ha construido una trayectoria difícil de encasillar, siempre impulsado por una misma necesi-

EN BREVE

- **ARTISTAS QUE ADMIRA:** Remedios Varo, Leonora Carrington y Willem de Kooning.
- **UN LUGAR DE BAJA CALIFORNIA PARA INSPIRARSE:** Cataviña.
- **SUEÑO PENDIENTE:** Una instalación con materiales orgánicos recogidos en el mar.

dad: crear y encontrar nuevas formas de expresión.

Su historia comenzó siendo un niño en la Casa de la Cultura de Guaymas, Sonora. Ahí descubrió la pintura, el teatro y la danza, disci-

plinas que despertaron una curiosidad que nunca volvió a abandonarlo. "Cuando eres niño no sabes por qué haces las cosas. Simplemente te gusta y lo exploras", recuerda.

Esa inquietud lo acompañó hasta Tijuana, ciudad donde desarrolló su carrera y desde la que ha llevado su obra a México, Estados Unidos y Europa. Sin embargo, los reconocimientos nunca ocupan el centro de la conversación.

"Hay cosas que no podemos expresar verbalmente, pero sí a través de la pintura, la música, la danza o el teatro. El arte es una manera de comunicarte con los demás".

EL ARTE COMO COMPROMISO

Su producción ha transitado por la pintura, el grabado, la escultura, la cartonería y la instalación. Pero su historia va mucho más allá de la creación de obra. También ha impulsado artistas, promovido espacios culturales y acercado el arte a nuevos públicos.

Ha impartido talleres para niñas y niños, adultos mayores y personas privadas de la libertad. Pero una de las experiencias que más lo marcó fue trabajar con niños con discapacidad visual dentro del programa Arte en Territorio del Centro Cultural Tijuana. Ahí confirmó algo que hasta hoy sigue recordando con asombro.

"Te das cuenta que esos niños traen muchísimo, muchísimo talento. Te das cuenta que la forma en que ellos se expresan es completamente a través del arte. Te quedas sorprendido cuando hay niños de seis años que tocan extraordinariamente el piano, otros la batería, pero también otros cuentan cuentos."

Esa convicción también lo llevó a impulsar proyectos donde el arte se convirtió en una herramienta para generar conciencia. Durante uno de los momentos más dolorosos que vivió Ciudad Juárez por los feminicidios, impulsó junto con la artista juarense Azul Luna, una colectiva que reunió y movilizó a más de cien artistas de Tijuana y Los Ángeles. El propósito iba mucho más allá de exhibir una obra.

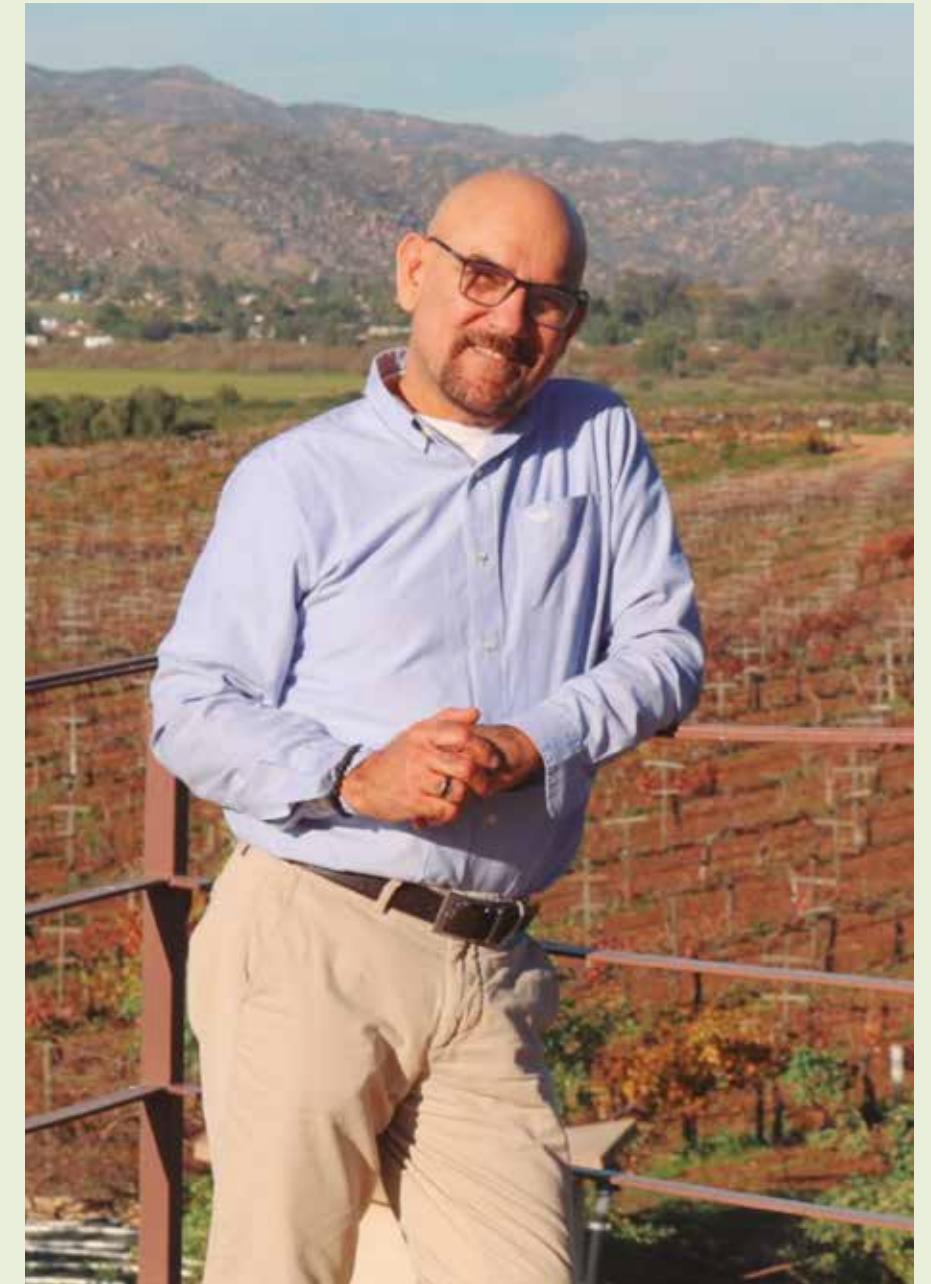
"No solamente existe el arte como un artículo decorativo. También está el arte como una forma de denunciar las injusticias que ocurren en nuestro entorno."

NUNCA DEJAR DE APRENDER

Su necesidad de seguir aprendiendo lo llevó, después de una larga trayectoria profesional, a cursar una licenciatura en Desarrollo del Arte y posteriormente una maestría en Arte Multidisciplinario. No buscaba validar una carrera consolidada, sino ampliar

su mirada. "Estudiando no te haces artista, pero sí adquieres conocimientos que enriquecen tu trabajo". Antonio reconoce el talento de

oportunidades lleguen como consecuencia del trabajo constante. Antes de despedirnos le pido que defina su obra con una sola pala-



las nuevas generaciones en Baja California, pero considera indispensable generar más espacios de encuentro entre artistas, instituciones y sociedad. Sueña con una comunidad cultural más unida y con una ciudad donde el arte ocupe un lugar más visible.

Hoy continúa preparando exposiciones, impartiendo talleres y colaborando en proyectos con causa. Vive el presente, trabaja sin compararse con nadie y deja que las

obra. "Honesta", responde. Después de más de tres décadas como artista, esa palabra parece resumir también su manera de vivir. "Yo siempre he sido de los que piensan que tienes que trabajar y lo demás se da por añadidura", dice. Y quizá ahí radica la honestidad de su obra: en la fidelidad con la que ha recorrido, sin prisas y sin comparaciones, un camino que sigue construyendo todos los días. ■



SABORES DE VERANO

POR ANA LAURA MARTÍNEZ

Cuando llega el calor a la Baja, la cocina y los gustos también cambian. Los platillos más pesados dejan espacio a preparaciones frescas, ligeras y llenas de sabor, ideales para las tardes largas, las reuniones al aire libre y esos momentos en los que lo único que se antoja es compartir una buena comida, acompañada de vinos o cervezas ligeras.

Hablar del verano en nuestra región es hablar de una tierra privilegiada por dos mares: el Pacífico y el Mar de Cortés. Entre ambos se construye una de las despensas marinas más ricas del país. En esta temporada, pescados, mariscos y productos frescos toman protagonismo en una cocina que encuentra en la sencillez una sofisticación única, por contradictorio que parezca.

Tostadas de pescado, ceviches preparados al momento, aguachiles, almejas, ostiones y tacos de mariscos forman parte de una tradición culinaria que ha sabido incorporar influencias de distintas culturas sin perder su identidad. Son sabores que refrescan, que evocan la cercanía del mar y que nos recuerdan que aquí la identidad culinaria está marcada por el territorio.

EL MAR EN LA MESA

Pero el verano bajacaliforniano también huele a leña de mezquite y carbón. Los asados son mucho más que una forma de cocinar; son una manera de convivir. Alrededor del fuego caben pescados, mariscos, vegetales de temporada, quesos regionales y todo aquello que combine con el sabor de las brasas.

Compartir un asado es compartir historias. Es una costumbre

que refleja el carácter diverso de Baja California, una región construida por personas que llegaron de muchos lugares y aportaron ingredientes, técnicas y formas distintas de entender la cocina.

EL SABOR DE COMPARTIR

Esa diversidad es una de las mayores riquezas de la península. La cocina bajacaliforniana es un mosaico donde conviven ingredientes del mar, productos de los valles agrícolas, tradiciones mexicanas, influencias asiáticas, mediterráneas y aportaciones de comunidades que han hecho de esta tierra su hogar.

Los días de calor también modifican nuestra percepción de los alimentos. El cuerpo busca hidratación, frescura y ligereza. Por eso solemos antojarnos sabores cítricos, vegetales frescos, frutas de temporada y preparaciones con notas herbales y marinas. El limón, la albahaca, el cilantro, el

pepino o un tomate recién cortado cobran una intensidad especial cuando la temperatura sube y un toque de sal resalta sus sabores.

MENOS ES MÁS

En esta temporada, menos suele ser más. Un pescado fresco a las brasas con limón, unas almejas al carbón, una ensalada de sandía, tomate y albahaca o una tostada preparada al momento pueden ofrecer una experiencia tan memorable como cualquier receta compleja.

Quizá por eso los sabores del verano en Baja California permanecen en la memoria. Porque tienen el gusto del mar cercano, la frescura de los ingredientes recién cosechados y la calidez de una mesa compartida. Son sabores que hablan del paisaje, del clima y de una identidad gastronómica que sigue construyéndose a partir de la diversidad y el encuentro. **M**

CONTACTO
CORREO

analaura@culinaryartschool.edu.mx

*La autora es fundadora y directora adjunta de Culinary Art School en Tijuana, sommelier y chef.



Vívelo con todos LOS SENTIDOS



Una propuesta integral que reúne hospitalidad, gastronomía, bienestar y una relación cercana con el paisaje. Rodeado de viñedos y paisajes que invitan a bajar el ritmo, este destino invita a descubrir el Valle de una manera íntima, sensorial y profundamente personal.

Más que un lugar para hospedarse, es un destino para descansar, reconectar con la naturaleza, compartir momentos especiales y disfrutar distintas expresiones de la Ruta del Vino sin salir del hotel.

“
Más que hospedaje,
una experiencia integral
en el corazón del Valle
”

“

Terrazas, viñedos
y cocina con
identidad del Valle



Fuego Cocina del Valle

Sabores, paisaje e identidad

Celebra la gastronomía regional con ingredientes locales, hortalizas propias y una propuesta en armonía con los vinos del Valle.

Sus terrazas con vista a los viñedos convierten cada comida en una experiencia que une paisaje, territorio y cocina de Baja California.

Valle Omakase

Una experiencia de autor con visión internacional

Inspirado en la esencia del omakase, Valle Omakase invita a dejarse guiar por el chef a través de sabores, técnicas y matices cuidadosamente concebidos.

El chef *Quindere*, con formación en San Diego y Japón, presenta una propuesta refinada y contemporánea para descubrir el Valle desde una perspectiva inesperada y sofisticada.

Una experiencia de autor para
dejarse sorprender por
la visión del chef



Equitarius Club Ecuestre

Naturaleza en movimiento

Equitarius ofrece una forma única de descubrir el Valle de Guadalupe a través del movimiento, la libertad y el contacto con la naturaleza, incorporando a la estancia una experiencia activa y memorable.



Una propuesta
vinculada con
el territorio
que invita a
contemplar el
Valle desde otra
perspectiva.

“
Otra
forma de
conectar
con la
esencia
del Valle
”

Luna de Sol

Wellness y reconexión

Celebra la gastronomía regional con ingredientes locales, hortalizas propias y una propuesta en armonía con los vinos del Valle. Sus terrazas con vista a los viñedos convierten cada comida en una experiencia que une paisaje, territorio y cocina de Baja California.



Bienestar integral en
armonía con el entorno

En Hotel Boutique & Spa Valle de Guadalupe

La hospitalidad, gastronomía, bienestar y naturaleza se integran para ofrecer una forma íntima, completa y memorable de vivir el destino.



CONTÁCTANOS

Reservaciones: (646) 155 2164
WhatsApp: (646) 145 2967
www.hoteldelvalledeguadalupe.com



@hotelboutiquevalledegpe
@fuegococinadelvalle
@valle_omakase
@equitarius / @luna_desol



EL VINO

YA NO SE TOMA COMO ANTES

POR REVISTA MUJER ACTUAL

Durante mucho tiempo, el vino estuvo rodeado de reglas. Parecía que había que conocer términos especializados, memorizar etiquetas o saber exactamente con qué platillo debía acompañarse. Para muchas personas, acercarse a una copa de vino resultaba intimidante.

HOY ESA PERCEPCIÓN ESTÁ CAMBIANDO

Las nuevas generaciones han transformado la manera de vivir la cultura del vino. Más que seguir protocolos, buscan disfrutar la experiencia. Les interesa conocer quién está detrás de cada etiqueta, cómo se cultiva la uva, qué hace diferente a una región y, sobre todo, compartir

el momento.

Esa evolución también ha cambiado la forma en que las vinícolas reciben a sus visitantes. Las degustaciones conviven con recorridos entre viñedos, conciertos al aire libre, propuestas gastronómicas, talleres y encuentros donde el vino es parte de una experiencia mucho más amplia.

UNA CULTURA MÁS CERCANA

Lejos de ser una bebida exclusiva, el vino se ha vuelto más accesible. Cada vez es más común encontrar personas que se acercan por curiosidad, sin preocuparse por identificar todos los aromas o dominar un lenguaje técnico.

Los especialistas coinciden en que el mejor vino no siempre es el más costoso, sino aquel que disfrutamos en el momento adecuado y en buena compañía. Esa idea ha contribuido a romper mitos y a abrir la puerta a nuevos consumidores.

"El vino ha dejado de ser un sím-

bolo de exclusividad para convertirse en una invitación a descubrir, compartir y disfrutar."

EL VALOR DE CONOCER SU ORIGEN

En ese proceso también ha crecido el interés por consumir productos con identidad. Saber de dónde viene un vino, quién lo elaboró y cuál es la historia de la vinícola añade un valor que va más allá de la bebida.

En Baja California, esa conexión resulta especialmente significativa. Cada vendimia recuerda que el vino comienza mucho antes de llegar a la mesa: nace en el viñedo, depende del trabajo de muchas personas y refleja las condiciones únicas de cada cosecha.

Quizá por eso, más que seguir tendencias, la cultura del vino invita a detener el paso. A disfrutar sin prisas, conversar alrededor de una mesa y reconocer el esfuerzo que hay detrás de cada botella. Al final, una copa de vino siempre sabe mejor cuando también conocemos la historia que la hizo posible. ■

¿QUÉ PODEMOS CONTAR DEL MUNDO DEL VINO?

POR ANA LAURA MARTÍNEZ GARDOQUI

Hablar del vino es hablar de historias que se viven y se comparten. Es una bebida que ha acompañado a la humanidad durante siglos, pero que hoy tiene un lugar muy especial en Baja California, donde cada copa refleja el carácter de nuestra tierra.

El vino no es solo algo elegante o reservado para ocasiones especiales. Detrás de cada botella hay trabajo, paciencia y pasión. Hay sol, viento, tierra y manos que cuidan cada detalle. Por eso, cuando tomamos vino, también conectamos con quienes lo hacen posible.

UNA IDENTIDAD QUE NACE DE LA TIERRA

En Baja California, el vino se ha convertido en parte de nuestra identidad. El Valle de Guadalupe y otras regiones vitivinícolas han demostrado que México puede producir vinos de gran calidad. Sin embargo, más allá de los premios, lo más valioso es la forma en que esta industria ha crecido con una personalidad propia, cercana y auténtica.

Hoy, el mundo del vino está cambiando y eso lo hace aún más interesante. Nuevas generaciones están apostando por formas más respon-

sables de producir, cuidando el medio ambiente y explorando nuevas ideas sin perder el respeto por la tierra. Al mismo tiempo, quienes consumimos vino también hemos cambiado: buscamos experiencias más relajadas, queremos entender lo que bebemos y conocer las historias detrás de cada etiqueta.

"Detrás de cada botella hay mucho más que vino: hay tierra, tiempo, trabajo y personas que hacen posible cada cosecha."

UN VINO PARA TODOS

Y es que el vino ya no es exclusivo ni complicado. Cada vez más mujeres se acercan a él sin miedo, descubriendo que no se trata de conocer términos técnicos, sino de disfrutarlo a su manera. Puede acompañar una comida especial, una reunión con amigas o simplemente un momento para una misma.

Eso sí, es importante recordar que detrás de cada copa hay mucho trabajo. Agricultores, familias, productores y comunidades enteras

participan en un proceso que no se improvisa. El vino requiere tiempo, cuidado y dedicación.

Quizá lo más bonito del vino es que siempre hay algo nuevo por descubrir: un sabor distinto, una etiqueta que nos sorprende o una historia que nos inspira. Y, en ese camino, el vino sigue cumpliendo su función más importante: reunirnos, acompañarnos y recordarnos que los mejores momentos siempre se disfrutan mejor cuando se comparten.

"El vino no se disfruta solo por lo que hay en la copa, sino por las historias, las personas y los momentos que logra reunir." ■

CONTACTO

La autora es fundadora y directora adjunta de Culinary Art School en Tijuana, sommelier y chef.
CORREO: analaurea@culinaryartschool.edu.mx



VERANO EN LORETO:

EL PLAN PERFECTO PARA DESCONECTARTE

Hay veranos que piden ruido, agenda llena y fiesta. Y hay otros que invitan a bajar el ritmo, cambiar el paisaje y reconectar con lo esencial. Este verano, Loreto, en Baja California Sur, se consolida como ese destino ideal para quienes buscan naturaleza, buena comida, mar cristalino

y experiencias auténticas.

Enclavado entre la Sierra de la Giganta y el Golfo de California, conocido como el acuario del mundo, Loreto es uno de esos lugares que sorprenden por su equilibrio, tranquilidad sin aburrimiento, aventura sin prisas y lujo sin pretensiones.

LLEGAR ES MÁS FÁCIL DE LO QUE IMAGINAS

Desde Baja Norte, llegar a Loreto es parte del encanto. Ya sea por carretera, o vía aérea con vuelos directos

desde Tijuana con Volaris, el viaje se convierte en el preámbulo perfecto de paisajes desérticos, mar abierto y una sensación inmediata de desconexión.

Playas de ensueño

El verano en Loreto se disfruta principalmente por sus playas, que distinguen por sus corrientes suaves, aguas transparentes y atmósfera familiar, ideales para nadar, hacer kayak, paddle board o simplemente flotar y dejar pasar el tiempo.

Playa La Salinita y Playa Oasis son perfectas para días relajados cerca

del centro, mientras que una visita a Isla Coronados, dentro del Parque Nacional Bahía de Loreto (Patrimonio Mundial por la UNESCO), revela arenas blancas, aguas turquesa y una biodiversidad marina difícil de igualar.

NATURALEZA QUE SE EXPLORA A TU RITMO

Loreto es también sinónimo de aventura. En verano, el Golfo de California invita al snorkel y al buceo recreativo. Delfines, tortugas, lobos marinos y peces de colores forman parte del escenario cotidiano.

Tierra adentro, los senderos del desierto, los recorridos en bicicleta o cuatrimoto y las caminatas hacia miradores naturales ofrecen otra perspectiva del destino. Y si se trata de historia, una visita a la Misión de San Francisco Javier conecta al viajero con el origen misional de la península.

DORMIR BIEN TAMBIÉN ES PARTE DEL VIAJE

La oferta hotelera de Loreto se adapta a distintos estilos de viaje, desde hoteles boutique hasta opciones más íntimas en el centro histórico. Lugares como Hotel La Misión, Loreto Bay Golf Resort & Spa o el Hotel Oasis permiten descansar con comodidad y disfrutar del destino sin prisas.

COMER EN LORETO: EL SABOR DEL MAR Y LA TIERRA

La gastronomía local de Loreto es otro de los grandes motivos para viajar, productos como pescados frescos, mariscos, almejas chocolatas y recetas que mezclan tradición y creatividad.

Restaurantes como Orlando's para desayunar, Baja Mar, Zopilote, Raíz

Creative Cuisine, Asadero Super Burro, Los Olivos, Casa Mía, Mi Loreto, ofrecen experiencias que van desde lo casual hasta lo gastronómico, siempre con ingredientes locales como protagonistas.

portiva y exploraciones por la bahía de Loreto. Si prefieres navegar, Luxury Baja Sailing te llevará a recorrer la bahía a bordo de un velero. Para los más aventureros, Loreto Sea and Land Tours organiza acti-



MÁS ALLÁ DE LORETO: ESCAPADAS QUE COMPLETAN EL VERANO

Quienes desean extender su viaje encuentran en los alrededores joyas imperdibles. Hacia el norte, Bahía Concepción —con playas como El Requesón o El Coyote— es perfecta para acampar, nadar y disfrutar de cielos estrellados, mientras que Mulegé y Santa Rosalía aportan historia, arquitectura, cervezas artesanales y paisajes de oasis. Hacia el sur, Ciudad Constitución y Bahía Magdalena abren la puerta a la pesca deportiva, el surf y experiencias totalmente distintas.

GUÍAS Y TOURS

Existen varias opciones para realizar actividades que se ajusten a tus intereses. Entre ellas, Outpost Charters ofrece recorridos de pesca de-

vidades como buceo, senderismo y recorridos por la región. Por su parte, Loreto Guide, dirigido por el experimentado guía Said Orozco, te ayudará a personalizar tu itinerario.

UN VERANO QUE SE QUEDA CONTIGO

Loreto no es un destino que se consume rápido. Es un lugar que se vive despacio, que invita a quedarse un día más y que deja recuerdos que no dependen del Wi-Fi. Este verano, el secreto mejor guardado de Baja California Sur está más cerca de lo que crees.

Ahora ya sabes todo lo que hay por hacer en Loreto y seguro estás lleno de inspiración para conocer este destino.

VISIT **BAJA**
CALIFORNIA
SUR

CONTACTO

Planea pronto tu viaje a Baja California Sur en visitbajasur.travel.

INSTAGRAM:

@visitbajacaliforniasur
FB: Visit Baja California Sur



CASOS DE ÉXITO

MAXIMILIANO BISTRÓ DOS AÑOS COCINANDO EXPERIENCIAS MEMORABLES

A dos años de su apertura, este restaurante celebra una cocina donde los sabores de hogar, la hospitalidad y la pasión por la gastronomía se convierten en una experiencia para recordar.

POR ANA PATRICIA VALAY

Hay lugares que se recuerdan no sólo por su propuesta culinaria, sino por las emociones que despiertan.

A dos años de abrir sus puertas, Maximiliano Bistró se ha consolidado como una propuesta gastronómica donde la cocina mexicana encuentra una expresión contemporánea sin perder la esencia de esos sabores que evocan hogar.

LA COCINA COMO PUNTO DE ENCUENTRO

Detrás de este proyecto está el chef Ernesto Zamora, quien descubrió desde niño que la cocina tenía el poder de reunir a las personas. Creció entre las recetas de su madre, su abuela y sus tías, convencido de que alrededor de una mesa también se construyen los recuerdos más valiosos. "La comida siempre unificó a mi familia", recuerda. Esa



EN BREVE

- **RECOMENDACIONES DEL CHEF:** Machaca sinaloense y flautas de marlin.
- **MARIDAJE FAVORITO:** Vino blanco Herencia, de C.F. Rubio.
- **DIRECCIÓN:** Gobernador Ibarra 9721, Col. América, 22044, Tijuana, B.C.
- **INSTAGRAM:** @maximiliano-bistromx

filosofía es hoy el corazón de Maximiliano Bistró.

Inspirado en los sabores de las fondas y de la cocina tradicional mexicana, el menú rescata recetas que forman parte de la memoria colectiva y las presenta con una mirada contemporánea. Entre los imperdibles, Ernesto recomienda la machaca sinaloense, un homenaje a sus raíces familiares, y las flautas de marlin, acompañadas por una reducción de tomate inspirada en las recetas de su infancia. "Son platillos que represen-



tan mucho lo que somos en Maximiliano", comparte.

UNA EXPERIENCIA PARA LOS SENTIDOS

En Maximiliano Bistró, la experiencia comienza desde que el comensal cruza la puerta. "El ambiente, el olor y la música" forman parte de una propuesta pensada para disfrutarse con todos los sentidos, explica Ernesto. La cocina abierta permite observar el trabajo del equipo, mientras cada detalle, desde la selección de la vajilla y las copas hasta el emplatado, tiene un propósito. "Cada plato es un cuadro", afirma el chef, convencido de que debe existir una coherencia entre lo que el comensal ve, prueba y recuerda. La experiencia se complementa con una cuidada selección de vinos de Baja California, mixología y café de especialidad.

Dos años después de recibir a sus primeros comensales, Maximiliano Bistró celebra mucho más que un aniversario. Celebra una filosofía que sigue vigente: cocinar para reunir, emocionar y crear recuerdos. No es casualidad que Ernesto conserve presente una frase que marcó su vida: "Tus comensales se van a convertir en tu familia". Quizá esa sea la esencia de este restaurante y la razón por la que siempre invita a volver.

Impulsa tu empresa con el talento que necesitas

Conoce los servicios de nuestra Bolsa de Trabajo Coparmex Tijuana.

Publicación de Vacantes

Entrevistas Presenciales en nuestras instalaciones

Socioeconómicos

Psicométricos

empleo1@coparmextijuana.org (664) 682 99 50 ext. 104

Entre el campamento y el viaje familiar... Haz un espacio para ti

PRECIO ESPECIAL A RESIDENTES LOCALES

MASAJE (Incluye acceso a Jacuzzi y Sauna) \$1,500 MXN

REQUERIMOS COMPROBANTE DE DOMICILIO

Grand Hotel Tijuana, Piso C.
Citas al: 664 104 70 80 ó 664 681 70 00 Ext. 4600
Whatsapp: 664 123 3176

La mejor plaza de Tijuana

Plaza LAS PALMAS

Todo en el mejor lugar

- Restaurantes
- Tiendas
- Bancos
- Farmacias
- Spa
- Café
- Karate y mucho más

AB SOLUT

totalwhip

COMIDA CHINA XIN GONG 681-3291

PELOQUERIN

ESCUOLA DE JUDO

Pet Center

Blvd. Díaz Ordaz # 13251 E-17 La Escondida Tijuana B.C. C.P. 22440 Tels: 681.5082 y 681.2701

ÓPERA DE TIJUANA

AMIGOS DE LA ÓPERA 2026

LA ÓPERA SUCEDE
CUANDO ALGUIEN LA SOSTIENE.

AMIGOS DE LA ÓPERA



MEMBRESÍA
ANUAL



CERCANÍA

Con los artistas,
las historias y el arte
que nos transforman.



DESCUENTOS

Con nuestros
socios y aliados.



IMPACTO REAL

Tu apoyo fortalece la
ópera y la vida cultural
de Tijuana.

SÉ PARTE DE ESTA HISTORIA.



664-686-3280



rrppoperadetijuana@gmail.com

SOCIALES

FOTOGRAFÍA: ALONDRA AVILA



GÓMEZ TRIAL ATTORNEYS INAUGURA OFICINAS EN TIJUANA

Gómez Trial Attorneys celebró la apertura de sus nuevas oficinas en Tijuana, consolidando su presencia binacional en el marco de su 20.º aniversario. El acto fue encabezado por John Gomez y David Arreguín, quienes reafirmaron el compromiso de ofrecer representación legal cercana y especializada a las familias que viven entre México y Estados Unidos. 





ATZIMBA VILLEGAS SE COMPROMETE A FORTALECER EL TURISMO MÉDICO

Con su toma de protesta como presidenta de la Coalición Internacional de Turismo Médico y Cadena de Valor (CITME-CAV), Atzimba inició una nueva etapa enfocada en el trabajo colaborativo para impulsar este sector estratégico en la región. Durante el encuentro también se formalizó una alianza orientada a fortalecer la formación, la innovación y el desarrollo del talento, promoviendo una mayor vinculación entre instituciones, profesionistas y empresarios de Baja California. [M](#)



POR UN DESARROLLO ORDENADO DE TIJUANA

El alcalde de Tijuana, Abdiel Gutiérrez, encabezó la Sesión Ordinaria del Consejo Consultivo, donde presentó los avances del Programa de Desarrollo Urbano del Centro de Población 2025-2040 y dio la bienvenida a Xavier Ibarra como nuevo coordinador del Consejo Consultivo Empresarial. En este encuentro, el Consejo Mexicano de la Industria de la Construcción (COMICE) refrendó su compromiso de colaborar con autoridades y sectores productivos para impulsar un desarrollo ordenado y sostenible para la ciudad. [M](#)



Garage Photostudio

Donde cada imagen impulsa una historia



En un mundo donde la imagen es la primera impresión, Garage Photostudio se ha consolidado como uno de los estudios fotográficos de mayor prestigio en la región fronteriza, ofreciendo soluciones visuales que combinan creatividad, técnica y estrategia. Con sede en Tijuana y atención en México y Estados Unidos, el estudio desarrolla proyectos de fotografía comercial, publicitaria, retrato corporativo, fotografía de producto, arquitectura, cobertura de eventos y producción aérea con dron.

Más que capturar imágenes, Garage Photostudio crea contenido visual pensado para fortalecer la identidad de empresas, marcas y profesionales, ayudándolos a destacar en medios digitales, campañas publicitarias y plataformas comerciales. Su experiencia, equipo profesional y atención personalizada han convertido al estudio en un aliado estratégico para clientes que buscan calidad, innovación y resultados que transmitan confianza.

Con una trayectoria de 15 años respaldada por cientos de proyectos y un portafolio que abarca desde retratos hasta fotografía industrial y comercial, Garage Photostudio continúa demostrando que una gran fotografía no solo se observa: comunica, conecta y genera valor para cada marca que confía en su visión.

Te invitamos a descubrir cómo una fotografía profesional puede marcar la diferencia. Permítenos acompañarte a capturar esos momentos que merecen permanecer para siempre o impulsar la imagen de tu negocio con contenido visual que hable por ti.

Garage Photostudio está listo para proyectar la imagen que necesitas y resaltar tu negocio, la próxima gran imagen puede ser la tuya. :)



 [garage_photostudio](#)
 [garagephotostudio](#)
 (664) 225 0400 y (619) 841 6141



Agenda tu sesión y descubre por qué una gran historia merece una gran imagen.