

# Cabo

BUSINESS CLASS  
MAGAZINE

## GASTRONOMÍA

CHEF ÁNGEL BETANCOURT  
EL ARTE HECHO POSTRE

LA PITAHAYA UN MANJAR  
EN LA GASTRONOMÍA DE BCS

## IMELDA GUADERRAMA

CREADORA DE  
MIA JEWELRY DESIGN  
MUJER, AROMAS  
Y DISEÑOS QUE INSPIRAN

# IVÁN

## Guaderrama

EL ARTISTA QUE LLEVA SU ARTE  
interactivo al siguiente nivel



ARES GROUP  
DEVELOPMENT

REDEFINE  
EL LUJO  
Y CONFORT

## PORTO NOVO RESIDENCES

UBICADA EN EL TEZAL; UNA DE LAS ZONAS MÁS EXCLUSIVAS DE LOS CABOS



- ✓ Condominio con 2 Rec: 160 m<sup>2</sup> total
- ✓ Condominio con 3 Rec: 217 m<sup>2</sup> total
- ✓ Penthouse con Roof Top y jacuzzi

Todos los departamentos cuentan con terraza, estacionamiento subterráneo, cocina equipada, A/C y centro de lavado.

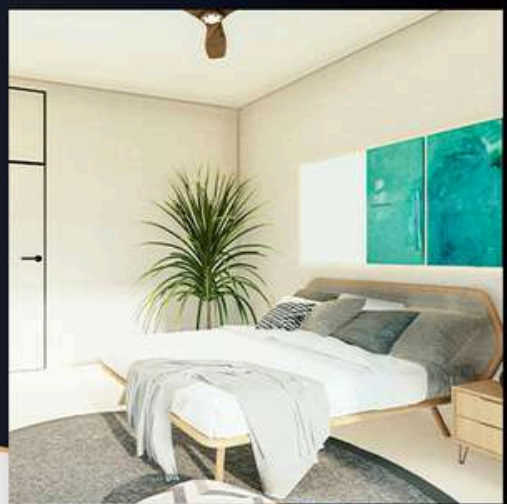


VIVE  
EN EL  
PARAÍSO



PORTO NOVO  
RESIDENCES

UBICADA EN EL TEZAL; UNA DE LAS ZONAS MÁS EXCLUSIVAS DE LOS CABOS



Amenities:  
Programa de Concierge, alberca de 4,000 m2, Casa Club y  
tarifas preferenciales en Los Cabos Golf Resort, Campo de Golf y Yate .

¡Contáctanos!  
+52 (669) 120 0185  
FERNANDO ALANÍZ

[www.aresdevgroup.realestate](http://www.aresdevgroup.realestate)  
VISITA NUESTRO WEBSITE





Foto: Max Miller y George Lindsay, 1943, del libro "Land Where Time Stands Still"

# ORIGEN DEL NOMBRE DE LOS CABOS

Por: Rocío Molina

**E**l nombre "Los Cabos" proviene de los dos cabos geográficos que marcan los extremos de la península de Baja California en México: Cabo San Lucas y San José del Cabo.

Estos dos cabos, junto con el área que los conecta, forman el municipio de Los Cabos, una popular región turística conocida por sus hermosas playas, vida marina y resorts de lujo.

Los nombres de los dos cabos, Cabo San Lucas y San José del Cabo, tienen orígenes históricos que se remontan a la época de la exploración y colonización española.

## **Cabo San Lucas:**

**Origen del nombre:** Fue nombrado así por el explorador español Juan Rodríguez Cabrillo, quien llegó a la región en 1542. El nombre "San Lucas" se refiere a San Lucas Evangelista, uno de los cuatro evangelistas del Nuevo Testamento. Cabrillo probablemente nombró el cabo en honor a este santo.



Foto: Pintura de Juan Rodríguez Cabrillo

### San José del Cabo:

**Origen del nombre:** Este cabo fue nombrado por misioneros jesuitas que llegaron a la región a finales del siglo XVII. El nombre "San José" se refiere a San José, el esposo de la Virgen María y el padre terrenal de Jesús. La misión de San José del Cabo Añuití fue fundada en 1730 por el padre jesuita Nicolás Tamaral.

Ambos nombres reflejan la influencia de la religión católica y la costumbre de los exploradores y colonizadores españoles de nombrar lugares en honor a santos y figuras religiosas importantes.



# EDITORIAL

**C**uando hacemos las cosas desde el corazón, logramos cosas extraordinarias.

En esta edición, te compartiremos historias en las que se fusionan el talento, la creatividad, la innovación y expresiones que salen del alma.

En Los Cabos, podemos explorar lugares que son una explosión para nuestros sentidos, como es el caso de San José del Cabo, donde la vista se regocija con maravillosas galerías.

Esto lo podrás comprobar con nuestro protagonista en portada: "Iván Guadarrama". El artista que ha llevado su arte interactivo al siguiente nivel.

Nos sorprende no solo por el diseño y colorido de cada una de sus pinturas, sino también por la tecnología que implementa, permitiéndonos conectar con su arte y transportándonos literalmente a la tercera dimensión.

"MIA", una exquisita marca de joyería y perfumes creada por Imelda Guadarrama. En la sección "Mujeres que inspiran".

En gastronomía, te contaremos sobre la pitahaya, una fruta exótica que se da en esta temporada y que es motivo de exquisitos platillos.

Materia Pastry Boutique, el restaurante del Chef Ángel Betancourt que hace de cada postre una deliciosa obra de arte.

Querido lector, disfruta la lectura.

**Rocío Molina**  
*Editora*

*Cabo*  
BUSINESS CLASS  
MAGAZINE

*Be inspiration*

## DIRECTORIO

**EDITORA EN JEFE**  
ROCIO MOLINA

**ARTE**  
SOFÍA VALENZUELA

**REDES SOCIALES**  
BRUNO AGUILAR

**ADMINISTRATIVO**  
MARIA ANTONIETA PONCE  
Cel 55-3643-8144  
mariaantonieta.ponceg@yahoo.com.mx

**CONTACTO:**  
CORREO: cabobclass@gmail.com  
TEL. 55-166-70254

**f**  
Cabo Business Class Magazine

  
cabobcmagazine

[www.cabobcm.com](http://www.cabobcm.com)

# CONTENIDO

**BCS Y SU HISTORIA 1**  
Origen del nombre de Los Cabos  
*Por: Rocío Molina*

**EDITORIAL 3**

**SECTOR FINANCIERO 5**  
La falla de Microsoft exhibió las debilidades de las organizaciones en todo el mundo  
*Por: Luis González Guadarrama*

**¿PORQUÉ INVERTIR EN LOS CABOS? 8**  
Los Cabos la tierra de oportunidades  
*Por: Gabriela Gutiérrez Mora*

**EL ARTE DEL BUEN COMER 11**  
Pitaya un manjar exótico y nutritivo  
*Por: Chef Edgar Román*  
**Materia Pastry Boutique, el arte hecho postre 14**  
*Por: Rocío Molina*

**LOS GRANDES PROTAGONISTAS 19**  
Iván Guaderrama  
El artista que lleva su arte interactivo al siguiente nivel

**VIVIR EN PLENITUD 24**  
La tolerancia: Clave para la convivencia en un mundo diverso  
*Por: Cristina Prado*

**EQUILIBRIO CON LA NATURALEZA 28**  
La resiliencia organizacional para un destino turístico sostenible  
*Por: Claudia Lacruhy*

**EL PLACER DE LA CULTURA 30**  
El Hiperrealismo

**MUJERES QUE INSPIRAN 38**  
Imelda Guaderrama, creadora de Mía Jewelry, joyas con mensajes que inspiran a mujeres

**MUJERES QUE INSPIRAN EN LA HISTORIA 42**  
Malala Yousafzai, una voz valiente por la educación  
*Por: Carolina Cerón*

**LOS CABOS EN EL DEPORTE 46**  
El Surf en Los Cabos: Un paraíso para los amantes de las Olas

**EL PRIVILEGIO DE UNA VIDA WELLNESS 53**  
Cómo llevar una vida de bienestar después de los 50  
*Por: Carolina Molina*

**FACTOR HUMANO 57**  
Vulnerabilidad en el liderazgo: Un nuevo paradigma para el éxito empresarial  
*Por: Gabriela Gutiérrez Mora*

**MODA E IMAGEN PÚBLICA 60**  
¿Realmente sabes elegir lentes según tu rostro?  
*Por: Mac*

# COLABORADORES



**Carolina Cerón**  
Especialista en Administración del Tiempo libre



**Mtra. Carolina Molina Gómez**  
Especialista holística del bienestar y vida Wellness



**Claudia Carolina Lacruhy**  
Doctora en Ciencias Administrativas en IUV Universidad  
Fb: Dra. Claudia Lacruhy  
lacruhy@uabcs.mx



**Cristina Prado**  
Consultora y Comunicadora en Semióloga de la Vida Cotidiana  
Cristinaprado\_semiologa  
tel: 33 3201 1318



**Cynthia Ulloa**  
Profesional de Recursos Humanos, con expertise en transformación, desarrollo de talento y cultura organizacional.  
cua0412@gmail.com



**Luis Martín**  
González Guadarrama  
Periodista especializado en economía, negocios y finanzas  
luismartin.jc@yahoo.com.mx  
Ln: Luis González



**Joaquín Muñoz**  
Historiador  
Director del Museo de las Misiones de Loreto



**Gabriela Gutiérrez**  
Asesora estrategias de inversión y crédito.  
Tel: 034 1516644  
Ln: Gabriela Gutiérrez Mora



**MAC**  
Especialista en Imagen Pública con nivel maestría.  
Consultor Asociado y Vocero Oficial en el Grupo Imagen Pública® y socio fundador MAC Consultores en Imagen Pública®.  
@inmac1113  
info@inmacip.com



**Chef Edgar Román**  
Presidente Club Vatel Baja California Sur.



**UMA**  
Innovación  
@umalomo.art  
umilm.work@gmail.com



**Ale López**  
Innovación  
Ll@alelopezmo

# LA FALLA DE



# Microsoft

**exhibió las debilidades**

de las organizaciones

en todo el

**MUNDO**

Por Luis Martín González Guadarrama

La reciente falla de Microsoft y una actualización defectuosa en el software de seguridad Falcon de CrowdStrike generaron caos mundial y expusieron vulnerabilidades críticas en la infraestructura de Tecnologías de la Información (TI), afectando aeropuertos, bancos y hospitales.



Microsoft explicó que el paro informático se debió a dos eventos distintos: una interrupción en sus servicios de Azure y un fallo en Falcon de CrowdStrike. Microsoft recomendó a sus usuarios de la nube reiniciar todos los sistemas en "modo seguro" unas 15 veces para resolver el problema en Azure y Microsoft 365. Las plataformas son frecuentemente atacadas por cibercriminales que aprovechan vulnerabilidades abiertas durante actualizaciones.

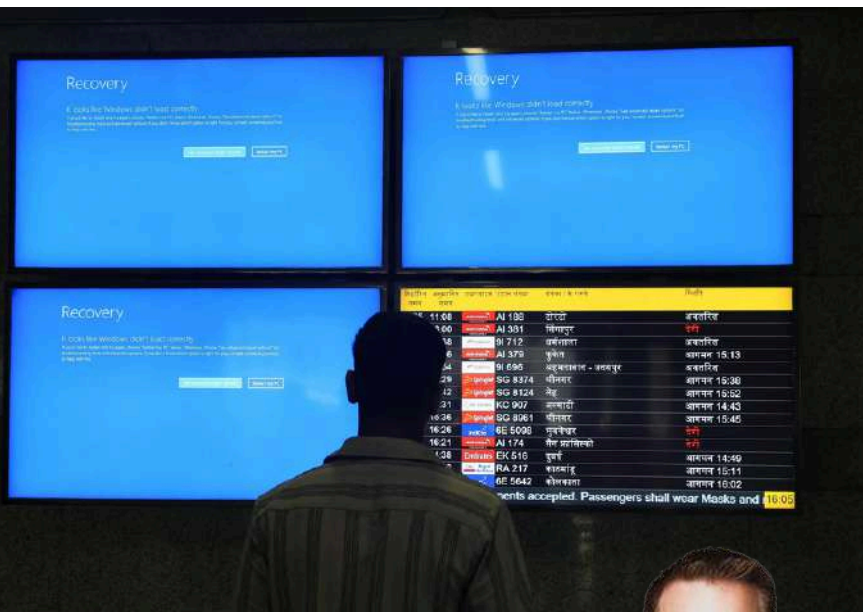


Foto: Aeropuertos cancelan cientos de vuelos por la caída del sistema

George Kurtz, director general de CrowdStrike, explicó que el fallo en Falcon se resolverá mediante automatización. No fue una actualización de código, sino de contenido que causó un problema específico en el entorno de Microsoft. El archivo problemático fue identificado y retirado rápidamente, permitiendo la recuperación de las organizaciones afectadas.

Foto: George Kurtz CEO y fundador de CrowdStrike

Cabo



Christian Efraín Maldonado-Sifuentes, experto en IA y Procesamiento del Lenguaje Natural (NLP), destacó que la falla expuso vulnerabilidades críticas en la infraestructura de TI a nivel mundial. Subrayó la necesidad de implementar arquitecturas de sistemas más resilientes con redundancias robustas y la importancia de mejores protocolos de prueba y supervisión. Las técnicas avanzadas de NLP y IA pueden automatizar la verificación de actualizaciones de software y detectar errores antes de su implementación.

Las empresas deben invertir en sistemas de respaldo robustos y planes de contingencia efectivos, incluyendo formación continua del personal en gestión de riesgos y prácticas de resiliencia de sistemas. Las herramientas de IA pueden facilitar la creación de simulaciones de fallos y la capacitación en gestión de crisis, mejorando la resiliencia y seguridad de los sistemas informáticos. La integración de estas tecnologías no solo ayudará a prevenir fallos futuros, sino que también asegurará una respuesta más rápida y eficiente en caso de incidentes similares. Y evitar no sólo pérdidas millonarias en todo el mundo sino las afectaciones que estos desajustes implican.

*¿Porqué invertir en Los Cabos?*

# LOS CABOS

## LA TIERRA DE OPORTUNIDADES

Por Gabriela Gutiérrez Mora



Los Cabos es una ciudad que ha crecido exponencialmente en los últimos 30 años.

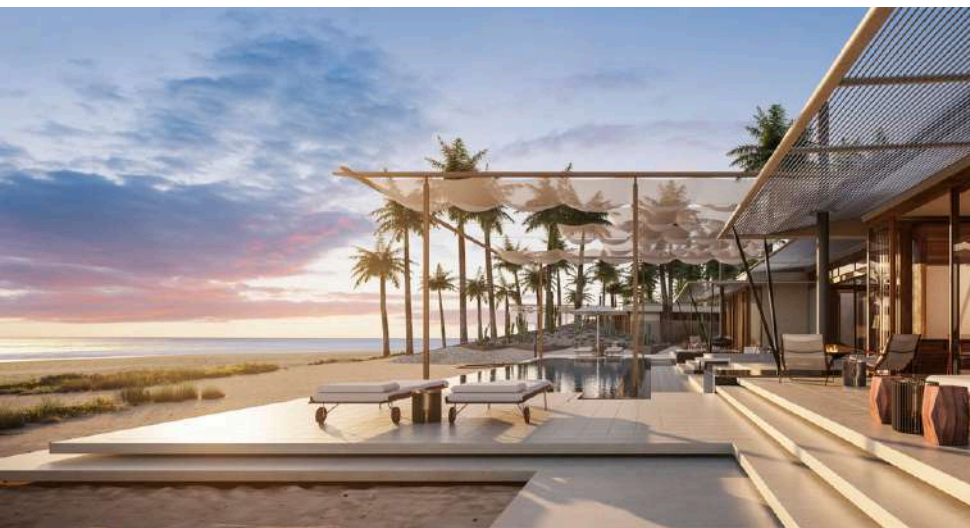
En población, economía, infraestructura y desde luego en el rubro inmobiliario.

Una gran cantidad de la población que habita en Los Cabos ha llegado desde diferentes destinos nacionales e internacionales, la gran mayoría por trabajo, negocio, inversión o familia.

Detrás de cada habitante que decidió quedarse a vivir en esta región vio la oportunidad de una vida nueva con grandes oportunidades. Este destino cuenta con una actividad económica preponderante que es el turismo. Adicional sus paisajes y belleza natural, clima, ubicación geográfica, seguridad y conectividad.

Evidentemente se despliegan muchos hilos de negocios en el servicio, no solo en la hospitalidad, sino en todo lo que implica la llegada de más de 3 millones de turistas al año. De estos turistas, el 4%, de acuerdo con datos de FITURCA (Fideicomiso de Turismo de Los Cabos), tiene residencia temporal o permanente, con todo lo que esto conlleva.





Están presentes servicios que incluyen, sin limitación, todas las ramas de desarrollo hotelero, proyectos de inversión, residencias, golf, actividades marítimas, terrestres, por aire, sustentabilidad, energía; y, por supuesto, lo que significa atender a quienes dan el servicio a los visitantes: todas las personas y sus familias que representan las oportunidades de negocio y trabajo.

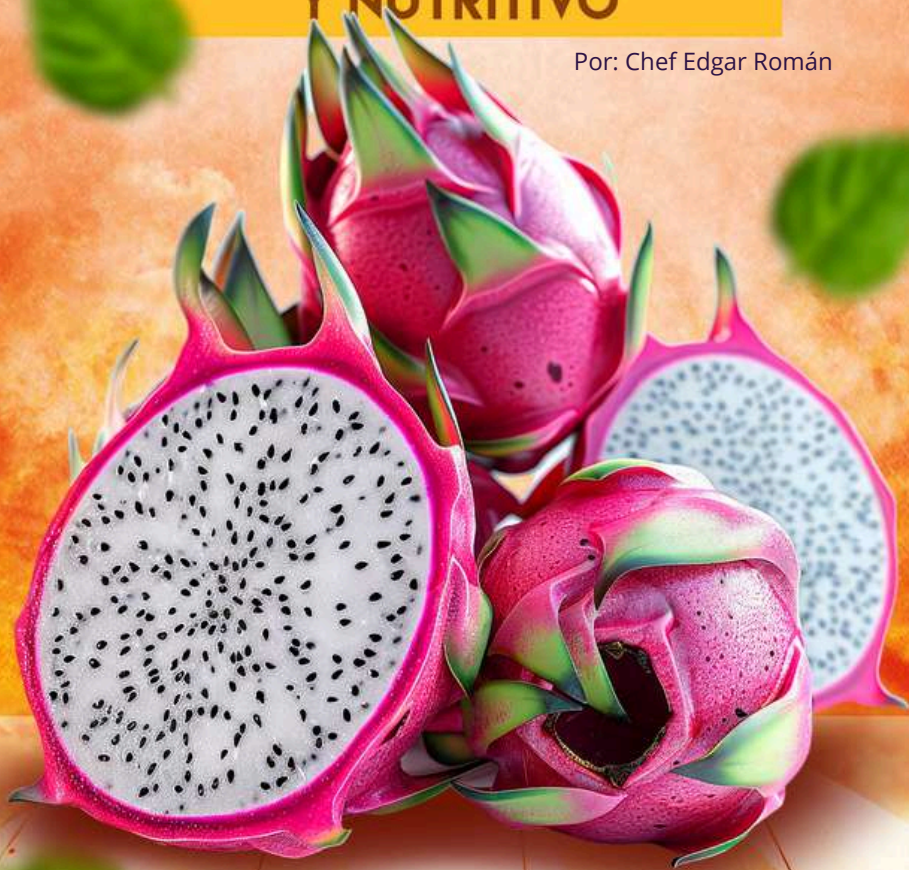
Se ha hecho mucho, y aún hay mucho por hacer. Se debe optimizar, pero en la tierra de las oportunidades se puede innovar en todo sentido: proveeduría local, almacenamiento de mercancías, logística de traslados, espectáculos, incremento de servicios financieros, de comunicación, mensajería, servicio para mascotas, transporte sostenible, centros de bienestar, servicios domésticos, música, arte, cultura, educación en todos los niveles, servicios médicos, de cuidados, atención a niños y adultos mayores, y cualquier otra idea que se nos pueda presentar.

Todo ello con buena voluntad, actitud de servicio, compromiso, liderazgo y entrega, que es la característica de los habitantes de Los Cabos. Todos venimos de fuera, de diferentes partes de México y del mundo, buscando cada uno un objetivo distinto. Nos topamos con la tierra de las oportunidades en Los Cabos, Baja California Sur, y con gusto habitamos este mágico lugar, entregando lo mejor para su crecimiento y desarrollo.

# PITAHAYA AGRIA DE BAJA SUR

UN MANJAR EXÓTICO  
Y NUTRITIVO

Por: Chef Edgar Román



**B**aja California Sur es conocida por su diversidad natural, paisajes impresionantes y riqueza cultural. Entre sus tesoros gastronómicos, destaca la pitaya, una fruta exótica que se ha convertido en un símbolo de la región. La pitahaya, también conocida como la fruta del dragón, es una delicia que no solo es valorada por su sabor, sino también por sus beneficios para la salud. A continuación, exploraremos la importancia de la pitaya en Baja California Sur, su cultivo, usos tradicionales y cómo ha influido en la gastronomía local.

La pitahaya crece en los cactus del género *Stenocereus*, que son nativos de las zonas áridas y semiáridas de México, incluyendo Baja California Sur. Estos cactus son bien adaptados al clima cálido y seco de la región, lo que permite que la pitaya prospere. La fruta es generalmente cosechada durante los meses de verano, cuando está en su punto máximo de madurez y sabor.



*Foto: Platillo restaurante Don Sánchez*

El proceso de cultivo de la pitahaya es sostenible y requiere poca intervención humana, ya que los cactus son plantas resistentes que necesitan poca agua y cuidados mínimos. Esto hace que la pitahaya sea una opción ideal para los agricultores locales, quienes pueden cosechar y vender esta fruta sin necesidad de grandes inversiones. Uno de los usos tradicionales más interesantes es la elaboración de "pitahaya asada".

Este método consiste en asar la fruta directamente sobre el fuego, lo que intensifica su dulzura y le da un sabor ahumado único. Este platillo es aún popular en las comunidades rurales y es una muestra del ingenio culinario de la región.



La pitahaya ha dejado una marca significativa en la gastronomía de Baja California Sur. Hoy en día, es común encontrarla en una variedad de platillos y bebidas, desde ensaladas y salsas hasta cócteles y postres. Su color vibrante y sabor dulce la hacen un ingrediente versátil que puede transformar cualquier receta en una experiencia culinaria memorable.



# MATERIA PASTRY BOUTIQUE

## El arte hecho postre

Por: Rocío Molina



**U**bicado en San José del Cabo. Encontrarás postres que te sorprenderán no sólo por su diseño artístico, innovación y explosión de sabores, sino también porque te encontrarás rodeado de diferentes expresiones artísticas.

El servicio y la atención son otro valor a este magnífico lugar que es toda una experiencia. No dejes de vivirla.

Estos son sus postres emblema:

**BERRIES & CREAM**

Strawberry-Raspberry + White Chocolate Crunchie Pearls



**LA FRESA**

Strawberry Chocolate + Basil Strawberry Center + Chocolate Sea Salt Sable



**EL CHOYERO**

Milk & Dark Chocolate Cremeux + Garambullo + Strawberry



El Chef Angel Betancourt. Un destacado Chef pastelero. Es el creador de cada deliciosa obra de arte.  
¡Síguelo!

IG @angelrbetancourt17  
IG @materiapastryboutique  
www.materiagalerialadulce.com



# Todo para tu OASIS ACUÁTICO



## Expertos en albercas,

jacuzzi, sistemas de filtración y  
bombeo, diseño y construcción,  
iluminación, calefacción y más...

Contamos con **gran variedad de  
productos** de diseño de alberca con  
**LA MEJOR CALIDAD.**

### SUCURSAL SAN LUCAS

Avenida de la juventud s/n  
Esq. Narciso Mendoza.  
Plaza Miranda Local #1.,  
Cabo San Lucas, México



Cabo San Lucas  
☎ 624 143 9796

San José  
☎ 624 105 2670

La Paz  
☎ 612 129 5153

[albercaslatortuga.com.mx](http://albercaslatortuga.com.mx)

*Los grandes protagonistas*

Por: Rocío Molina

# IVÁN GUADERRAMA

EL ARTISTA QUE LLEVA SU ARTE INTERACTIVO  
AL SIGUIENTE NIVEL



Con un talento innato para pintar magistralmente desde el alma, Iván Guaderrama plasma con colores llamativos imágenes que conectan con el corazón. Originario de Ciudad Cuauhtémoc, Chihuahua, nació el 25 de agosto de 1984.

Estudió aerografía en el Moriarty High School en Moriarty, NM, USA, y se graduó en Artes Plásticas en el Colorado Springs Fine Arts Center, Colorado, USA.

Llegó a Los Cabos en 2013, donde tuvo una epifanía que lo acercó a Dios. A partir de ese momento, ofreció su talento y su vida a Dios, dedicándose a difundir un mensaje de amor, esperanza y fe. En su evolución como artista, incorporó interfaces robóticas y cerebros inteligentes en sus piezas, así como inteligencia artificial, con el propósito de que el espectador interactúe y establezca un vínculo con su arte.



El sonido, el tacto y los efectos tridimensionales son constantes en las obras que se encuentran en su galería, la “Iván Guaderrama Art Gallery App” en San José del Cabo, BCS. Cada obra transmite su relación con Dios, expresando su amor y misericordia. Pintó las letras en el centro de San José, que son un ícono de referencia en el lugar. Con su app, podrás ver cómo emergen figuras tridimensionales de las letras.

**¿Cuál fue tu primera impresión de Los Cabos?**

Las playas no me gustan normalmente debido al calor y la humedad. Sin embargo, el calor en Los Cabos no tiene ese efecto, y eso me gustó muchísimo. El lugar ofrece los beneficios de Estados Unidos estando en México. Es un lugar pequeño con muchas maravillas.





**¿Qué te sigue inspirando?**

Las playas siguen siendo hermosas, y la atención de las autoridades locales ha contribuido a que el destino mejore.

**¿Qué te inspira?**

Me inspira Dios y las experiencias que me hace vivir. Me inspiran Los Cabos, mi esposa Imelda, las playas de Los Cabos y mi equipo, que conoce nuestra misión. Hemos trabajado juntos durante mucho tiempo, y hay una verdadera unión de hermandad y armonía.





**¿Qué mensaje te gustaría darle a los jóvenes?**

Que exploren sus talentos y dones que Dios les ha dado y se acerquen a Dios. Pueden ser luz para otras personas.

**Un mensaje al mundo:**

Nunca dejen de ayudar a los demás. El servicio es fundamental.



# LA **TOLERANCIA:**

**CLAVE PARA LA CONVIVENCIA  
EN UN MUNDO DIVERSO**

Por: Cristy Prado



Sabías que la intolerancia tiene sus raíces más profundas desde que somos insertados en un proceso educativo llamado vida? Desde el nacimiento, adquirimos valores y actitudes a través de la educación que recibimos en nuestra familia, escuela y sociedad. Todos estos procesos educativos se transforman en condicionamientos que se vuelven códigos en nuestro desarrollo. Este fenómeno es un hecho social en el que crecemos y nos desarrollamos, pasando por una diversidad de acontecimientos culturales, familiares, tecnológicos, entre otros.

Es aquí donde necesitamos un criterio mucho más amplio para poder transformar esos condicionamientos educativos en un proceso fundamental, en el que lo que impera es el equilibrio entre la ética profesional y la moral pública, es decir, entre lo que es bueno para mí y lo que es bueno para los demás.



Esto puede ser la causa principal de un conflicto, ya que al querer tener la razón por encima de la opinión de otra persona, empezamos a emitir juicios de valor y a confrontar al otro desacreditando sus puntos de vista y opiniones personales. Al mismo tiempo, no tenemos la empatía necesaria para comprender que la otra persona también tiene sus propios códigos educativos. La capacidad de aceptar y respetar las diferencias, ya sean culturales, religiosas, ideológicas o personales, es fundamental para la convivencia pacífica y el progreso social.

¿Qué podemos hacer para lograr tener armonía en nuestras relaciones? La principal característica es entender la empatía como esa gran capacidad de comprender al otro individuo, con sentimientos y pensamientos que lo llevan a reaccionar según sus propios códigos o condicionamientos educativos.



En un mundo que se presenta cada vez más diverso, la empatía se convierte en un componente esencial para la convivencia armoniosa y el bienestar general. En esta parte social, el libre albedrío es fundamental, ya que es el ejercicio de una doble capacidad de la conciencia humana: la conciencia crítica y la conciencia autocrítica. De este doble análisis surge la toma de decisiones y el respeto hacia el juicio de los hechos. Cuanto menos libre albedrío existe, más reacciones hay en juicios de valor; es decir, cuando alguien está tan condicionado que tiene cero libre albedrío, intenta imponer su propia verdad como absoluta, sin respetar al otro, llegando así a la intolerancia. Cada quien tiene la máxima libertad de creer lo que quiera creer. La única forma de tener respeto es respetando a los demás. Necesitamos respetarnos porque la intolerancia es la raíz de la violencia.

¿Y cómo se construye la tolerancia? A través de la conciencia autocrítica y la conciencia crítica, es decir, ejerciendo el libre albedrío. La tolerancia se crea, es "un acto de conciencia". Desde la perspectiva de la Semiología de la Vida Cotidiana, la definición de Tolerancia es: "La convivencia armónica de las diferencias" (ARS).

No basta con ser tolerante; es necesario crear una cultura de tolerancia, porque así podemos aceptar la percepción de las diferencias como abundancia. "No juzgo tus diferencias; al contrario, agradezco por ser diferente y mostrarme que hay más perspectivas de ver las situaciones con distintos puntos de vista, y eso me enriquece. Quiero entender tus diferencias".



# La resiliencia organizacional para un Destino Turístico SOSTENIBLE

Por: Claudia Lacruhy

**L** La resiliencia organizacional se define como la capacidad de las empresas para adaptarse al cambio mediante mejores prácticas empresariales y una gestión eficaz del riesgo.

## ¿Cómo hacer a una organización resiliente?

Para ello, deben incluir en su estrategia de negocio los siguientes atributos y principios:



## **Atributos**

1. Visión compartida y claridad de objetivos.
2. Comprender el contexto y fluir en él.
3. Liderazgo eficaz y capacitado.
4. Una cultura que apoye la resiliencia organizativa.
5. Información y conocimientos compartidos.
6. Disponibilidad de recursos.
7. Desarrollo y coordinación de las disciplinas de gestión.
8. Apoyo a la mejora continua.
9. Capacidad de anticipación y gestión del cambio.

## **Principios**

1. Mejora cuando el comportamiento se alinea a una visión y propósito compartidos.
2. Depende de la comprensión actualizada del contexto.
3. Depende de la capacidad para absorber, adaptarse y responder eficazmente.
4. Depende del buen gobierno corporativo y gestión.
5. Está respaldado por la diversidad de habilidades, liderazgo, conocimiento y experiencia.
6. Se ve reforzada por la coordinación de las diferentes disciplinas de gestión y las contribuciones de las áreas de conocimientos técnicos y específicos.
7. Depende de la gestión eficaz de riesgos.

## **La resiliencia organizacional en el sector turístico.**

Un ejemplo de resiliencia es Los Cabos, Baja California Sur. Se realizó un análisis del contexto de resiliencia organizacional en 74 empresas turísticas, evaluando los principios y atributos de la normatividad vigente. Se evidenció su capacidad de resiliencia y estrategias asertivas para la recuperación y reactivación del destino turístico antes, durante y después de la pandemia.

Esto se debe a que poseen atributos y principios de resiliencia organizacional mencionados anteriormente, independientemente de la normatividad internacional y nacional.



# HIPERREALISMO

**E**l hiperrealismo es un movimiento artístico que surgió a finales de los años 60 y principios de los 70, caracterizado por la representación extremadamente detallada y precisa de la realidad. Los artistas hiperrealistas utilizan técnicas meticulosas para crear obras que parecen fotografías, capturando hasta el más mínimo detalle de sus sujetos.



El hiperrealismo se originó en Estados Unidos y Europa, con artistas como Chuck Close, Richard Estes y Ralph Goings en la vanguardia del movimiento. Estos artistas se inspiraron en la cultura de la imagen fotográfica y la tecnología de la época, utilizando fotografías como referencia para crear sus obras. A diferencia de sus predecesores del realismo y el fotorrealismo, los hiperrealistas no solo replican la realidad, sino que también la amplifican, creando una versión idealizada o exagerada de la misma.

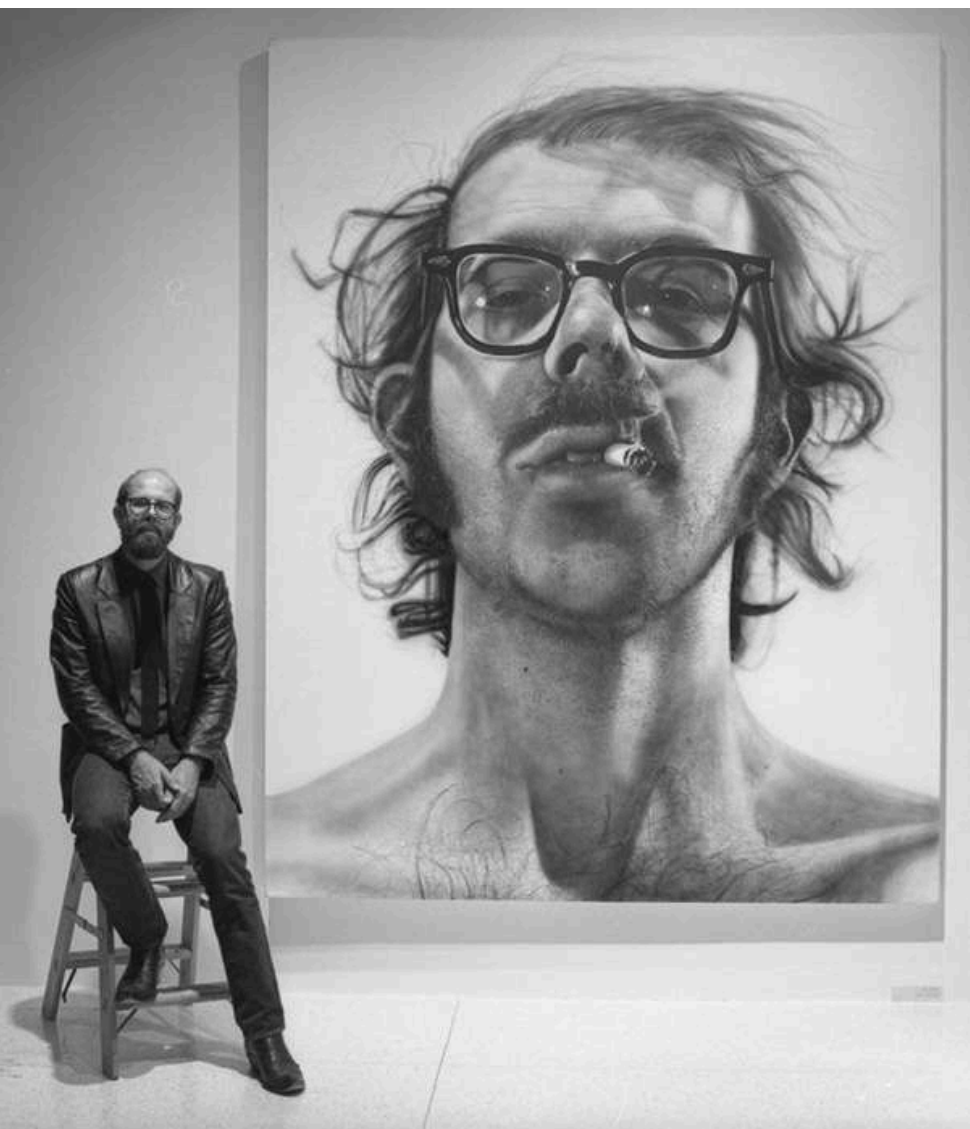
### **Características principales:**

- **Detallismo Extremo:** Los artistas hiperrealistas prestan una atención meticulosa a los detalles, desde la textura de la piel hasta los reflejos de la luz en diferentes superficies.
- **Uso de Fotografías:** Utilizan fotografías como base para sus obras, a menudo ampliándolas para capturar detalles que no serían visibles a simple vista.
- **Técnicas Mixtas:** Aunque predominan las técnicas tradicionales como el óleo y el acrílico, algunos artistas también incorporan medios digitales para lograr mayor precisión.
- **Temáticas Cotidianas:** A menudo representan escenas y objetos cotidianos, como retratos, paisajes urbanos, y naturalezas muertas, buscando encontrar belleza en lo ordinario.
- **Efecto Visual Impactante:** Las obras hiperrealistas suelen tener un impacto visual fuerte debido a su realismo casi fotográfico, que a menudo desafía al espectador a diferenciar entre la realidad y la representación.



## **Artistas Destacados:**

- **Chuck Close:** Conocido por sus retratos gigantescos y detallados, a menudo realizados a partir de fotografías.



*Foto: Gran autorretrato de Chuck Close*

- **Richard Estes:** Famoso por sus representaciones de paisajes urbanos, especialmente vitrinas y reflejos.



HAM  
FRAM



Foto: Nedick's de Richard Estes

BURGERS  
KNIFURTERS

OLD W

ME

BAR-B-Q  
CHICKENS  
FISH FILLETS

ATER  
25  
BURGER  
30

GRAPE  
15

ORANGE  
15  
PINEAPPLE  
15

GRAPE · PINEAPPLE · ORANGE



EVERY  
THURSDAY  
CLOSING



- **Ralph Goings:** Reconocido por sus escenas de la vida cotidiana estadounidense, especialmente en cafeterías y restaurantes.

*Foto: Desayuno de Ralph Goings*



- **Audrey Flack:** Una de las primeras en integrar elementos simbólicos y de bodegón en sus pinturas hiperrealistas.



*Foto: Rueda de la fortuna de Audrey Flack*

El hiperrealismo ha tenido una influencia significativa en el arte contemporáneo, inspirando a nuevas generaciones de artistas a explorar los límites de la representación realista. Su impacto se extiende más allá de la pintura, influyendo en la escultura, el arte digital, y otras formas de expresión visual.



**IMELDA**

**GUADERRAMA**

**CREADORA DE  
MIA JEWELRY**

**JOYAS CON MENSAJES  
QUE INSPIRAN A MUJERES**

Por: Rocío Molina



**C**uéntanos brevemente tu historia: Soy diseñadora de joyería y esposa del artista Iván Guaderrama. Además, soy psicóloga. Con la joyería he encontrado una forma especial de conectar con las mujeres y transmitirles mensajes importantes sobre el valor, la identidad y la singularidad de cada una. Iván, con su arte, y yo, con mi joyería, tenemos como misión compartir fe, esperanza y amor a través de nuestras creaciones.

Recientemente lanzamos un proyecto en pareja: “Cabo Essence”. Son esencias 100% naturales, orgánicas y sustentables. Contamos con diferentes aromas para hombres y mujeres, inspirados en Los Cabos. Nos emociona mucho ofrecer este producto libre de químicos.





**¿Qué fue lo que te sorprendió de Los Cabos cuando llegaste?**

Me sorprendió la majestuosidad del lugar, la forma en que el desierto se conecta con el océano. En Los Cabos se puede experimentar una paz única, que no se encuentra en ningún otro lugar. La naturaleza, las playas y la calidez de las personas son incomparables.

**¿Qué te inspira?** Me inspira el amor a Dios y a su creación: la naturaleza, los animales, las plantas, el mar, los colores, olores y texturas. Por eso, muchas de mis piezas están inspiradas en elementos de la naturaleza, como un recordatorio de lo que Dios ha creado.

**¿Qué te gustaría decirles a los jóvenes?**

No subestimen su potencial. Esfuércense, sean valientes y, cuando enfrenten desafíos, perseveren. Compartan su luz única con el mundo a través de sus talentos y dones.

**¿Qué te gustaría dejar como legado en el mundo?**

Me gustaría dejar un legado de servicio. He tenido la fortuna de enseñar joyería a un grupo de mujeres en situación vulnerable, muchas de ellas embarazadas y llenas de fortaleza. A través de estos talleres, pueden desarrollar nuevas habilidades, generar ingresos y, lo más importante, fortalecer su autoestima. Quiero que estas mujeres sean independientes, capaces de valerse por sí mismas y encontrar un camino para superar sus luchas y batallas.



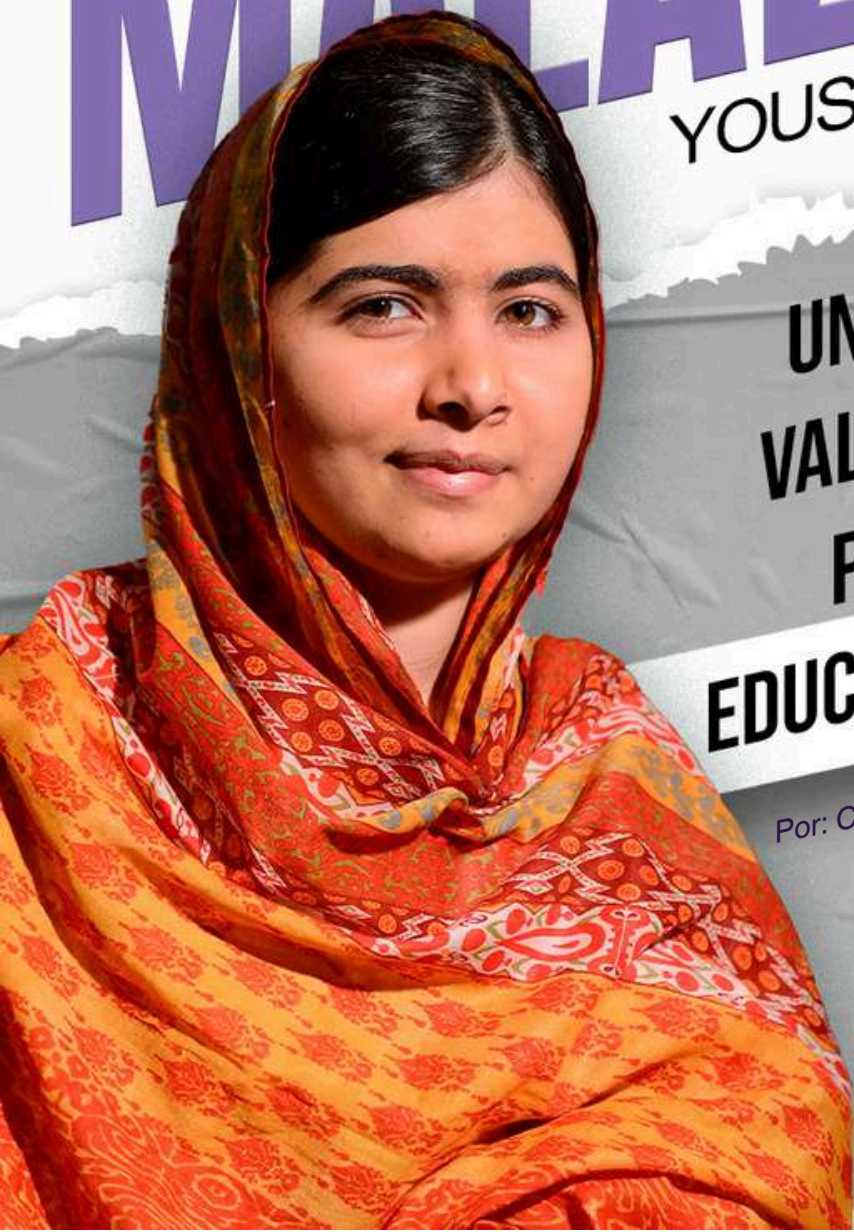
*Mujeres que inspiran "Mujeres en la historia"*

# MALALA

YOUSAFZAI

**UNA VOZ  
VALIENTE  
POR LA  
EDUCACIÓN**

Por: Carolina Cerón



**M**alala Yousafzai, nacida el 12 de julio de 1997 en Mingora, Pakistán, se ha convertido en un símbolo global de la lucha por la educación de las niñas y los derechos humanos. Su historia es un testimonio de valentía, resistencia y determinación frente a la adversidad. Malala creció en el valle de Swat, en una familia que valoraba profundamente la educación. Su padre, Ziauddin Yousafzai, era un educador y un activista social, y fundó una escuela en la que Malala comenzó a estudiar. Desde muy joven, Malala mostró un amor por el aprendizaje y un deseo de adquirir conocimientos, inspirada por el entorno educativo en el que creció.



Foto: Familia de Malala con esposo / Agencia AP

A la edad de 11 años, Malala comenzó a escribir un blog para la BBC bajo un seudónimo, donde describía la difícil situación de las niñas en su región bajo el régimen talibán, que había prohibido la educación femenina. Su voz auténtica y valiente atrajo la atención mundial, y Malala pronto se convirtió en una figura prominente en la defensa del derecho de las niñas a la educación.



*Foto: Malala en la ONU*

El 9 de octubre de 2012, cuando Malala tenía 15 años, fue atacada por un talibán armado mientras viajaba en un autobús escolar. El atacante disparó a Malala en la cabeza, en un intento de silenciar su lucha por la educación. Milagrosamente, Malala sobrevivió al ataque después de recibir atención médica intensiva en Pakistán y posteriormente en el Reino Unido.

Tras su recuperación, Malala se estableció en el Reino Unido y continuó su educación. Su valentía y resiliencia no pasaron desapercibidas, y su historia inspiró a millones de personas en todo el mundo. En 2013, Malala coescribió su autobiografía, "Yo soy Malala", que se convirtió en un éxito de ventas y amplió aún más su impacto global.

Tras su recuperación, Malala se estableció en el Reino Unido y continuó su educación. Su valentía y resiliencia no pasaron desapercibidas, y su historia inspiró a millones de personas en todo el mundo. En 2013, Malala coescribió su autobiografía, "Yo soy Malala", que se convirtió en un éxito de ventas y amplió aún más su impacto global.

En 2014, a la edad de 17 años, Malala se convirtió en la persona más joven en recibir el Premio Nobel de la Paz, compartido con Kailash Satyarthi, un activista indio por los derechos de los niños. El Comité Nobel reconoció su lucha incansable contra la opresión de los niños y jóvenes y por el derecho de todos los niños a la educación.

Malala ha seguido abogando por la educación a través de la Fundación Malala, una organización dedicada a apoyar la educación de las niñas en todo el mundo. Ha hablado en numerosos foros internacionales, incluyendo la Asamblea General de las Naciones Unidas, donde continúa defendiendo el acceso universal a la educación.

La historia de Malala Yousafzai es un poderoso recordatorio de que una sola voz puede generar un cambio significativo. Su valentía y determinación han inspirado a personas de todas las edades a luchar por la justicia, la igualdad y la educación para todos. Malala continúa siendo una luz de esperanza y un faro de inspiración para aquellos que creen en el poder de la educación para transformar vidas y sociedades.



*Foto: Malala, durante la ceremonia de entrega del Nobel de la Paz en 2014*

**En 2014, a la edad de 17 años, Malala se convirtió en la persona más joven en recibir el Premio Nobel de la Paz.**



# *El surf* **EN LOS CABOS:**

Un paraíso para los amantes de las Olas



Los Cabos, situado en la punta sur de la península de Baja California, es conocido por sus impresionantes paisajes, playas de ensueño y una vibrante vida nocturna. Sin embargo, uno de los mayores atractivos de esta región es el surf. Con olas que atraen tanto a principiantes como a surfistas experimentados, Los Cabos se ha consolidado como un destino de clase mundial para este emocionante deporte. A continuación, exploraremos por qué Los Cabos es un lugar tan especial para el surf, las mejores playas para practicarlo y algunos consejos útiles para quienes desean experimentar este deporte en este paraíso mexicano.



### ¿Por Qué Los Cabos es Ideal para el Surf?

Los Cabos disfruta de un clima cálido y soleado durante la mayor parte del año, con temperaturas que oscilan entre los 20 y 30 grados Celsius. Además, la región recibe oleaje tanto del océano Pacífico como del mar de Cortés, lo que proporciona una variedad de condiciones ideales para el surf en diferentes épocas del año. Los vientos predominantes y las marejadas constantes hacen que las olas sean consistentes y variadas, perfectas para todos los niveles de habilidad. Una de las razones por las que Los Cabos es tan popular entre los surfistas es la diversidad de olas que ofrece. Desde suaves rompientes para principiantes hasta desafiantes olas de arrecife para los más experimentados, hay algo para todos. Las mareas y las condiciones del viento también pueden cambiar rápidamente, ofreciendo nuevas y emocionantes experiencias de surf cada día.

## Las Mejores Playas para Surfear en Los Cabos

### 1. Playa Costa Azul

Playa Costa Azul es posiblemente el lugar más famoso para surfear en Los Cabos. Con varias rompientes que se adaptan a diferentes niveles de habilidad, es el hogar de la famosa ola "Zippers", una derecha rápida y poderosa que atrae a surfistas de todo el mundo. La playa también cuenta con varias escuelas de surf, lo que la hace ideal para principiantes.



## 2. Playa Cerritos

Ubicada a unos 45 minutos al norte de Cabo San Lucas, Playa Cerritos es una de las playas más populares para el surf en la región. Sus olas son consistentes y varían en tamaño, lo que la convierte en un excelente lugar tanto para principiantes como para surfistas intermedios. La playa también tiene un ambiente relajado y varias opciones de alojamiento y restaurantes cercanos.



### 3. Playa Acapulquito

Conocida como "Old Man's" entre los surfistas, Playa Acapulquito ofrece olas largas y suaves que son perfectas para los principiantes y aquellos que disfrutan del longboarding. La playa está cerca de San José del Cabo y cuenta con varios resorts y escuelas de surf que ofrecen clases y alquiler de tablas.



#### 4. Playa Los Frailes

Para los surfistas más aventureros, Playa Los Frailes es un destino remoto pero espectacular. Situada en el Parque Nacional Cabo Pulmo, esta playa ofrece olas impresionantes y una belleza natural inigualable. Es ideal para surfistas intermedios y avanzados que buscan una experiencia de surf más tranquila y menos concurrida.





Sound Healing  
Los Cabos®



## Programa para el **Tratamiento Integral del Estrés** a través del Sound Healing

Este programa, dedicado a empresas y hoteles, promueve una mejora significativa en el desempeño de las actividades asignadas, un mejor estado de ánimo, una disminución del cansancio y una mejora general en la calidad de vida.



### Nuestro plan ofrece:

La oportunidad de **mejorar su calidad de vida y fortalecer lazos** entre colaboradores, participando en **10 sesiones grupales** al año por:

**\$1000.00 MXN** por persona



**¡Transforma el bienestar de tu equipo!**

*\*Menciona este anuncio y recibe una sesión muestra.*



ventas@soundhealingloscabos.com  
info@soundhealingloscabos.com



+52 55 1931 1274



soundhealingloscabos.com



/soundhealingloscabos

# — Cómo llevar una vida de bienestar después de los 50

Por: Carolina Molina





**M**antener una vida saludable y equilibrada es importante a cualquier edad, pero a partir de los 50, se vuelve crucial para disfrutar de una buena calidad de vida. Aquí te ofrecemos algunos consejos para llevar una vida de bienestar después de los 50.

### 1. Alimentación Saludable

- **Dieta Balanceada:** Incluye una variedad de frutas, verduras, proteínas magras, granos enteros y grasas saludables en tu dieta.
- **Hidratación:** Bebe suficiente agua a lo largo del día para mantenerte hidratado.

### 2. Ejercicio Regular

- **Actividad Física:** Realiza ejercicios cardiovasculares, de fuerza y flexibilidad. Caminar, nadar, yoga y pilates son excelentes opciones.
- **Consistencia:** Trata de hacer al menos 30 minutos de actividad física la mayoría de los días de la semana.

### 3. Cuidado Mental

- **Relajación:** Practica técnicas de relajación como la meditación, respiración profunda o tai chi.
- **Actividades Mentales:** Mantén tu mente activa con lecturas, rompecabezas y aprendiendo nuevas habilidades.



#### 4. Revisiones Médicas

- **Chequeos Regulares:** Acude a revisiones médicas periódicas para monitorear tu salud.
- **Vacunas y Prevención:** Mantén al día tus vacunas y sigue las recomendaciones preventivas para tu edad.

#### 5. Socialización

- **Relaciones Sociales:** Mantén una red de apoyo social, participa en actividades comunitarias y mantén el contacto con amigos y familiares.

#### 6. Sueño Adecuado

- **Descanso:** Asegúrate de dormir entre 7-8 horas cada noche para una buena recuperación y bienestar general.
- **Rutina de Sueño:** Establece una rutina de sueño regular, evitando el uso de dispositivos electrónicos antes de acostarte.



## 7. Control del Estrés

- **Gestión del Estrés:** Identifica las fuentes de estrés y aprende a manejarlas de manera efectiva mediante actividades como el ejercicio, la meditación y el tiempo de ocio.

## 8. Cuidado Personal

- **Higiene y Autoestima:** Mantén una buena higiene personal y cuida tu apariencia para sentirte bien contigo mismo.
- **Hobbies:** Dedicar tiempo a tus hobbies y actividades que disfrutes para mantener una actitud positiva.

## 9. Nutrición Suplementaria

- **Suplementos:** Considera tomar suplementos de vitaminas y minerales si es necesario, siempre consultando con un profesional de la salud.

## 10. Balance Vida-Trabajo

- **Tiempo Personal:** Equilibra tus responsabilidades laborales con tiempo de calidad para ti mismo y tus seres queridos.



Al seguir estos consejos, puedes disfrutar de una vida plena y saludable después de los 50, asegurando tu bienestar físico, mental y emocional.



# VULNERABILIDAD EN EL LIDERAZGO:

## UN NUEVO PARADIGMA PARA EL ÉXITO EMPRESARIAL

Por: Cynthia Ulloa

**E**n el competitivo mundo empresarial, tradicionalmente se ha valorado a los líderes por su fortaleza, su capacidad de decisión y su habilidad para mantenerse firmes ante las adversidades. Sin embargo, en los últimos años, ha surgido una nueva perspectiva que desafía esta visión tradicional: la vulnerabilidad en el liderazgo. Este concepto, promovido por expertos como Brené Brown, sugiere que los líderes que son capaces de mostrarse vulnerables pueden crear equipos más cohesivos, innovadores y resilientes.

La vulnerabilidad en el liderazgo no se trata de debilidad o incompetencia. Al contrario, se refiere a la capacidad de los líderes para ser auténticos, admitir sus errores, pedir ayuda cuando es necesario y mostrarse humanos ante sus equipos. Este enfoque fomenta un ambiente de confianza y apertura, donde los miembros del equipo se sienten seguros para expresar sus ideas y preocupaciones sin temor a represalias.



Foto: Liderazgo Positivo

## ALGUNOS PRIVILEGIOS DE ESTE ESTILO PUEDEN SER:

- 1. Mejora la Comunicación:** Los líderes vulnerables crean un entorno donde la comunicación fluye de manera más abierta y honesta. Esto permite que los problemas se aborden de manera más rápida y eficaz, mejorando la eficiencia operativa.
- 2. Fomenta la Innovación:** Un líder que se muestra vulnerable y abierto a nuevas ideas alienta a su equipo a pensar de manera creativa y a no temer el fracaso. La innovación florece en ambientes donde el miedo al error no paraliza la iniciativa.
- 3. Fortalece la Cohesión del Equipo:** La autenticidad del líder genera empatía y lealtad entre los miembros del equipo. Cuando los empleados ven que su líder es capaz de mostrarse humano, están más dispuestos a apoyarse mutuamente y a trabajar juntos hacia objetivos comunes.
- 4. Aumenta la Resiliencia:** Los equipos liderados por personas que practican la vulnerabilidad son más resilientes. La capacidad de admitir errores y aprender de ellos fortalece la adaptación y la capacidad de recuperación ante las adversidades.

La vulnerabilidad en el liderazgo representa un cambio de paradigma que puede llevar a las organizaciones a nuevos niveles de éxito. Al fomentar un ambiente de confianza, innovación y cohesión, los líderes vulnerables no solo mejoran el rendimiento de sus equipos, sino que también construyen organizaciones más resilientes y adaptables. En un mundo empresarial en constante cambio, adoptar la vulnerabilidad como una fortaleza puede ser el diferenciador clave para el liderazgo efectivo y sostenible.





**¿Realmente sabes**  
cómo elegir los lentes  
**según tu rostro?**

**A**prendamos a elegir la forma de anteojos más adecuada a nuestro tipo de rostro, sin olvidar nuestra personalidad y estilo. Es importante considerar que el color de los lentes tiene relación con el color de nuestra piel, ya que puede variar nuestro aspecto, especialmente en lo relacionado con la montura. Para ello, presta atención al color de tu pelo y piel. A las pieles claras y cabellos rubios les sientan mejor las gafas de marcos café oscuro a claro, carey y dorados, entre otros. Por otro lado, las pieles morenas y cabellos oscuros pueden usar colores como el negro, plata, azul y vino.

Los lentes o gafas, en cuanto a su forma, son uno de los accesorios más difíciles de escoger, porque no solo te pueden ayudar a mejorar tu vista, sino que definirán tu estilo. Para escoger los más adecuados, primero debes definir qué tipo de rostro tienes:

- Cuadrado
- Corazón o triángulo invertido
- Redondo
- Rectangular
- Oval

Una vez definido esto, será mucho más fácil escoger el tipo de anteojos que va con la forma de tu rostro.

### Rostro Cuadrado

Características: La frente, pómulos y mandíbula son casi del mismo ancho, alineados de arriba abajo, y el rostro es casi igual de largo que de ancho.

- Prefiere lentes angostos y ovalados con brazos sostenidos en medio del costado del armazón o en la parte superior para contrarrestar la línea de la mandíbula.
- Los armazones redondos o con curvas son buenos para dar contraste a la cara.
- Para lentes de prescripción, la línea superior del armazón debe alinear con las cejas, no taparlas.
- En lentes de sol, ten cuidado de que no sean muy grandes porque tu rostro se verá muy pequeño y más ancho.





## Rostro Corazón

Características: La frente y los pómulos son amplios y definidos, la barbilla es puntiaguda y angosta, en forma de "V".



- Prefiere los anteojos que no tienen montura o algunos que sean ligeros.
- Busca que el armazón tenga más volumen en la parte inferior, tipo aviador o de mariposa (esto te ayudará a balancear la parte del mentón).
- Para lentes de sol, puedes utilizar anteojos grandes, solo fíjate que la línea no repita la forma de tu rostro. Las gafas de sol con un marco grueso son perfectas para esta forma de cara.

## Rostro Redondo

Características: Este tipo de rostro no tiene ángulos bien definidos, el contorno es curvo y los pómulos son más anchos que la frente y la barbilla. Al igual que el rostro cuadrado, casi mide lo mismo de ancho que de alto.

- Prefiere los armazones de forma cuadrada o rectangular, ya que así darás contraste a tu rostro.
- Los lentes en forma de ojo de gato también te favorecen ya que le dan un realce visual a la cara (en realidad, los lentes en forma de ojo de gato favorecen a todas siempre y cuando cuidemos la longitud del pico superior).
- Un armazón anguloso en la parte inferior puede ser favorable (aviador) ya que ayudaría a ver la barbilla más definida.
- Evita los armazones redondos.



## Rostro Rectangular

Características: La frente, los pómulos y la mandíbula son casi del mismo ancho; y la cara es mucho más larga que ancha.



- Prefiere armazones simétricos, que tengan la misma longitud de ancho que de largo ya que esto permitirá acortar un poco tu rostro.
- Las patas decoradas y anchas ayudan a dar menor amplitud al rostro.
- La línea superior del armazón en lentes de sol debe tapar las cejas.
- Prefiere armazones de pasta y de grosor medio a ancho, dependiendo de tu estilo.

### Rostro Oval

Características: Al ser simétrico (visualmente), le quedan la mayoría de los estilos de armazón.

- Utiliza armazones que tengan el mismo ancho que la parte más ancha de tu cara.
- Cuida que el tamaño del armazón esté balanceado al tamaño de tu cara, así casi todos los modelos se te verán bien.



Para escoger el tipo de anteojos que van mejor a tu rostro debes invertir tiempo; ve varias veces a una o varias ópticas para probar diferentes estilos y, hasta que estés completamente decidida que esos son los anteojos que van con tu rostro y tu personalidad, no los compres. Este es un accesorio que enmarcará tu rostro y completará esa impresión que dejas en las personas.



Un selfie de Pancho, el famoso lobo marino de #LosCabos que se sube a los yates por comida...