



# ACOMEE

la revista más importante del comercio eléctrico

¿Cómo vestirse  
para el  
**ÉXITO?**

**CROWD  
FUNDING**

una nueva forma  
de invertir

---

La mejor  
**COMPUTADORA**  
para ti

**ERASTO MARTÍNEZ**

**PRESIDENTE DE ACOMEE**

APUESTA POR LA UNIÓN Y LA EVOLUCIÓN TECNOLÓGICA

Nos cuenta lo que viene este 2021

La primera y más antigua organización del comercio eléctrico...

# ACOMEE MÉXICO

**Asociación Nacional de Comerciantes de Material  
y Equipo Eléctrico, A.C.**

El sentido de pertenencia, la unión y la fraternidad son conceptos sobre los que edificamos todas nuestras acciones y programas institucionales, por ello los trabajos que realizamos están pensados y encaminados a fortalecer las relaciones humanas y comerciales de quienes formamos parte de ACOMEE MÉXICO.



Ciudad de México, Zona Metropolitana y diversos Estados de la República.

# 57

**AÑOS DE VIDA TRABAJADOS  
DE MANERA ININTERRUMPIDA**  
Y CUYOS BENEFICIOS HAN LLEGADO  
A TODOS SUS ASOCIADOS.

Uno de los objetivos de ACOMEE es **fomentar y estrechar las relaciones personales y comerciales** entre todos los asociados que integran esta gran familia eléctrica.

Acomee Mexico



@acomee\_mexico



@AcomeeMexico



Acomee México



[acomee.org](http://acomee.org)

## COMITÉ EJECUTIVO Y CONSEJO EDITORIAL

PRESIDENTE

Sr. Erasto Martínez  
CON... TACTO, SA DE CV  
contactoerasto@prodigy.net.mx

VICEPRESIDENTE

Sr. Iván Varela Barrera  
GRUPO SURTIDORA ELÉCTRICA, S.A. DE C.V.  
ivan@gruposurtidora.com.mx

SECRETARIA

Sra. G. Yolanda García Valdés  
DISTRIBUCIONES ELÉCTRICAS ORIENTAL,  
S. DE R.L. DE C.V.  
yolandagv49@gmail.com

2DO VOCAL

Sr. José Luis Canudas Centeno  
MC DISTRIBUIDORA ELÉCTRICA, S.A. DE C.V.  
jose Luis@mc Distribuidora electrica.com.mx

DIRECTOR

Guillermo Hernández Campos  
direccion@acomee.org

COORDINADOR DE CAPACITACIÓN

César Ramírez Paz  
auxiliar@acomee.org

TESORERO

Sr. Arturo Martínez Morales  
SMART ILUMINACIÓN LEDS, S.A. DE C.V.  
gerencia@smartiluminacion.com.mx

1ER VOCAL

Sr. G. Yannick Flores Contreras  
FOSAR ILUMINACIÓN, S.A. DE C.V.  
yannickfc@fosar.com.mx

3ER VOCAL

Sr. Rodolfo Palma Gil  
ELÉCTRICA PALMA, S.A. DE C.V.  
rodolfopalmagili@gmail.com

GERENTE

Marlene Pérez Lueza  
administracion@acomee.org

ASISTENTE DE DIRECCIÓN

Martina Piña Peralta  
oficina@acomee.org

VIGILANCIA

Sr. Peter Paul Petersen Greiser  
PA ENERGY SPECIALISTS, S.A. DE C.V.  
peter@paenergyspecialists.com.mx



Asociación Nacional de Comerciantes de Material  
y Equipo Eléctrico, A.C.

CRÉDITOS DE PORTADA

Cesar Ibarra  
tartarugastudio@gmail.com

COLABORADORES

Álvaro Aldrete, Aura Martínez, Josefina Murrieta, Héctor Meza,  
Martha (Mar) Barragán, Víctor Rosales.

Dirección: Eje Central Lázaro Cárdenas 464 Colonia Álamos, C.P. 03400, Alcaldía Benito Juárez,  
correo electrónico: direccion@acomee.org

Ann Müller

DIRECTORA GENERAL  
MAG GROUP  
WhatsApp 55.6413. 2020  
anmuller70@gmail.com  
anmuller@airfemme.com

Pablo Ampudia Terán  
EDITOR EN JEFE  
ampudia.pablo@gmail.com

Edgar Antonio Pérez Mejía  
ARTE Y DISEÑO  
edgar.perez.mejia@gmail.com

Miriam Grijalva  
DIRECTORA DE RELACIONES PUBLICAS  
miriam.grijalva@airfemme.com

Sol Pisthon  
GERENTE COMERCIAL  
sol.pisthon@airfemme.com

Einar O. Müller  
SISTEMAS Y TECNOLOGÍA  
emlogistica@airfemme.com  
einarmuller@hotmail.com

Juan Francisco Rodríguez  
CORRECTOR DE TEXTO Y ESTILO  
juanfrodriguez@hotmail.com

DESPACHO LEGAL  
SAC Abogados  
Erika R. Raynal  
Sergio Aguilar  
eraynal@sac-law.mx

Agustin M. Chavez 1 int. 301,  
Santa Fe, Álvaro Obregón,  
C.P. 01210, CDMX.  
www.sac-law.mx  
+52. 55. 4737. 0200





FIESTA  
*familias*  
ELÉCTRICA  
2021



20  
marzo  
21

**CORRE Y JUEGA  
CON NOSOTROS**

 **Participa  
desde casa**



SORPRESAS

CONSULTA LA DINÁMICA  
EN REDES SOCIALES

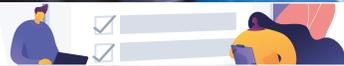
☎ 5440.4369  
📞 5559538620

🌐 [www.acomee.org](http://www.acomee.org)  
✉ [oficina@acomee.org](mailto:oficina@acomee.org)

📘 🐦 📷  
@AcomeeMexico

# Contenido

marzo/abril

COLUMNA DE NEGOCIOS	7		8	CARTA EDITORIAL
El crowdfunding, una nueva forma de invertir				
NOTICIAS ACOMEE	10			
CULTURA	13		13	COLUMNA DE FINANZAS
Recomendaciones PARA LA PRIMAVERA	14			¿Por qué contratar un seguro de vida?
PERSPECTIVA DE GÉNERO	16		16	GADGETS
KAMALA HARRIS, una líder violeta	20			La computadora IDEAL PARA TI
COLUMNA DE ESPARCIMIENTO	22		22	NEGOCIOS
Entretenimiento en 2021	25			Identifica tu área de oportunidad e <b>INVIERTE EN MÉXICO</b>
			26	PORTADA
				La ACOMEE apuesta <b>POR LA UNIÓN Y LA EVOLUCIÓN</b> tecnológica



# EMPRESARIOS UNIDOS POR EL SECTOR ELÉCTRICO



MEMBRESÍA  
**SOCIO**  
2021

## BENEFICIOS

- Capacitación constante
- Conferencias magistrales
- Representación ante Instituciones y organismos gubernamentales
- Promoción de su marca en nuestra página web
- Revista digital ACOMEE
- Acceso a nuestro portafolio de empresas
- Acceso a nuestra buró de crédito comercial
- Difusión de bolsa de trabajo
- Acceso a link de cursos en línea
- Invitación a eventos exclusivos para socios activos

## INFORMES

WhatsApp. 55-59538621

Teléfono. 555404369/5554404370

Correo electrónico. [oficina@acomee.org](mailto:oficina@acomee.org)

[www.acomee.org](http://www.acomee.org)

IMAGEN  
Vístete  
PARA EL ÉXITO

32



ENTREVISTA  
ACOMEÉ, una  
ASOCIACIÓN  
DE AMIGOS

38



36

DESTINOS  
COSTALEGRE,  
JALISCO,  
un destino imperdible  
en 2021

ENTREVISTA  
GERARDO FLORES  
y los retos de la era digital

44

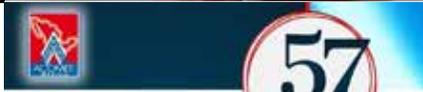


42

EVENTOS ACOMEE

ENTREVISTA  
GERARDO FLORES  
y los retos de la era digital

44



46

SUSTENTABILIDAD  
COMPRAR, TIRAR,  
COMPRAR:  
la obsolescencia  
programada

SALUD  
CIRUGÍAS  
ESTÉTICAS  
más comunes en hombres

48



50

GOURMET  
Twin Peaks,  
el sports bar  
que debes conocer

BIENESTAR  
TUS EMOCIONES:  
las socias que te llevarán  
al éxito

53



56

DIRECTORIO

2021  
ACOMEÉ

# El crowdfunding, una nueva forma de invertir

---



Incluso en tiempos tan difíciles como los generados por la actual pandemia es posible concretar un plan de adquisición de vivienda. Claro, es necesario revisar las opciones de financiamiento existentes y elegir la que mejor se ajuste a tu perfil de inversor. Y el *crowdfunding* puede ser justo la opción que necesitas.

El término *crowdfunding* se refiere a un modelo de financiamiento colectivo para ejecutar un proyecto, en el cual cada participante contribuye con la aportación financiera que decida establecer. Es decir, el *crowdfunding* no es exclusivo de los grandes capitales.

Este esquema ha abierto las puertas a nuevos inversionistas y allanado el camino para la obtención de un patrimonio inmobiliario o, mejor aún, su expansión.

Si estás interesado en tomar la oportunidad, recuerda que la información vale oro. Investiga muy bien los antecedentes de la empresa desarrolladora que te ofrezca este modelo, toma en cuenta su visión y las ventajas que te brinda si inviertes tu capital en alguno de sus proyectos residenciales.

Por ejemplo, la empresa Smart Vylon, en la Ciudad de México y Tulum, en la Riviera Maya, utiliza el *crowdfunding* para construir desarrollos de departamentos residenciales diversificados en edificios con entre cuatro y diez pisos. Además, los proyectos de estas firmas tienen como objetivo edificar viviendas *eco-friendly*, para lo cual se utilizan tecnologías limpias, que posteriormente generan ahorros significativos en el pago de servicios y mantenimiento.

Otra ventaja que debe tomarse en cuenta es que estos desarrollos proyectan una apreciación de entre 8% y 13% año con año para sus viviendas, lo cual aumenta la riqueza patrimonial de los inversionistas.

Así que si crees que tu perfil de inversor actual no te permite adquirir una vivienda en zonas de alta plusvalía de la CDMX y la Riviera Maya, es posible que estés equivocado y dejando pasar una buena oportunidad de acrecentar tu patrimonio por medio del *crowdfunding*.

Investiga, analiza las alternativas y toma la mejor decisión para invertir en tu próxima propiedad residencial.



## VÍCTOR ROSALES

Cofundador de Smart Vylon, una desarrolladora de vivienda que funciona como un vehículo de inversión, actualmente con más de mil viviendas construidas y vendidas en México.

@ | @yavocapital

# Estimados colegas, amigos y socios:

**E**ste 2020 nos dio una gran lección, y sin lugar a duda vendrán muchas más. Una de ellas fue voltear a ver lo más importante que tenemos: la familia y la salud (divino tesoro). Por supuesto, sin dejar de valorar a los amigos, tanto a quienes continúan con nosotros como a los que ya no están, a quienes bendecimos.

Precisamente por el gran valor que tenemos en nuestra asociación, durante este tiempo buscamos la forma de brindar alternativas a sus socios, y nos dimos a la tarea de tomar acciones que nos llevaran a transformarnos. Nuestra asociación es por mucho nuestra casa y nuestra familia; por ello, independientemente de los meses que siguieron al inicio de la pandemia y buscando fortalecer a nuestra asociación, nos reinventamos y buscamos construir juntos una mejor ACOMEE.

Sabemos que el camino no será fácil, pero si hemos logrado pasar diez meses y aún estamos aquí, entonces podemos con esto y más.

Derivado de ese esfuerzo, hoy podemos entregarles un nuevo medio de comunicación, una revista digital que tiene como objetivo llevarles información oportuna, precisa y puntual, así como las novedades más recientes de nuestra asociación y nuestros eventos. También incluimos contenido de gran valor, con artículos de reconocidos especialistas, quienes nos hablarán sobre temas como salud, nutrición, negocios, tecnología y recomendaciones, además de talleres,



conferencias, entrevistas y mucho más valor agregado.

Con esta nueva imagen, que fue pensada y diseñada para que en ella realmente te veas representado como miembro de ACOMEE, te invitamos a que nos retroalimentes y nos hagas llegar tus ideas, recomendaciones, sugerencias, tips y hasta las quejas, que serán siempre bienvenidas. Queremos tu ADN en nuestras líneas.

Estamos trabajando también en nuestras redes sociales, como Instagram y Facebook. También nos encontramos desarrollando nuestro perfil de LinkedIn, que es una red social especial para negocios, así

como nuestro canal de YouTube, que nos ayudará a llegar a más personas del sector, así como a consumidores de nuestros productos y aliados comerciales.

Queremos trazar un parteaguas con esta nueva forma de comunicar, buscando siempre generar interés por nuestra asociación, donde será un gusto recibir más miembros.

*Reunirse es un comienzo. Mantenerse juntos es un progreso. Trabajar juntos es el éxito.*

—HENRY FORD

Reciban nuestro afecto,

**Erasto Martínez**

PRESIDENTE DE ACOMEE MÉXICO

# Grupo Fosar Iluminación

Focos y Sistemas de Alumbrado



**ESTEVEZ**

**ISB**  
SOLA BASIC

**CONSTRULITA**  
LUMINARIAS DE CAL

**LEDVANCE**   
OSRAM

**tecnolite**  
LUMINARIAS

  
Fosar  
Iluminacion

**TORK**

**YEE**  
LUMINARIAS

**Radium**

**Sanelec**

**LUCEK**

  
@fosar

**Nitto**

lamparas  
**ESTELLA**

**igoto**

**LUMMI**  
LUMINARIAS DE CAL

**ARGOS** 

  
Fosar  
Iluminacion

**catusa**

**BRIGHT**  
SOLUTIONS

**TLapps**  
LUMINARIAS DE CAL

[www.fosar.net](http://www.fosar.net)





## CDMX tendrá planta solar en el techo de la Central de Abastos



Con una inversión de 400.74 millones de pesos, el Gobierno de la Ciudad de México, en colaboración con instancias federales, anunció la instalación de una planta fotovoltaica en el techo de la Central de Abasto (Ceda), con lo cual se generaría energía suficiente para abastecer a más de 15 mil hogares.

El titular de la Secretaría de Desarrollo Económico (Sedeco), Fadlala Akabani, refirió que con este proyecto se dejarán de pagar 73,5 millones de pesos en recibos de luz, además que habrá una reducción de 13,852 toneladas de dióxido de carbono, lo cual equivale a lo que absorben 980 mil árboles al año.

Dicha planta podrá dar servicio a 440 mil usuarios de la Ceda, además de iluminar las zonas aledañas.



## Sube electricidad 12% durante la 4T

**D**e acuerdo con datos de la Comisión Federal de Electricidad (CFE), desde enero de 2016 y hasta diciembre de 2018, el costo de la electricidad para los mexicanos que mantienen un consumo básico se mantuvo fijo, con una tarifa de 79 centavos por cada uno de los primeros 75 kilowatts-hora.

A partir de 2019, las tarifas de consumo básico sufrieron incrementos anuales de hasta 5%; luego, en 2020 aumentaron 4%, mientras que en 2021 la escalada se estabilizó en 3% para todo el año, lo que significa que los mexicanos pagarán 11% más por la luz que en 2018.

Actualmente, los hogares mexicanos de consumo básico en la zona metropolitana de la Ciudad de México pagarán a la CFE 85 centavos por cada uno de los primeros 75 kilowatts-hora; es decir, seis centavos más que hace tres años.





## Iniciativa para reformar la Ley de la Industria Eléctrica

**E**n sesión remota, el titular del Ejecutivo Federal remitió la iniciativa con un proyecto de decreto que reforma y adiciona diversas disposiciones de la Ley de la Industria Eléctrica.

La iniciativa destaca que debe profundizarse en los cambios para fortalecer a la CFE, considerando que el carácter estratégico de la confiabilidad del sistema eléctrico es fundamental para sostener el compromiso de no incrementar las tarifas de electricidad, así como garantizar la seguridad energética como pieza estratégica del concepto superior de la seguridad nacional.

También se plantea modificar el mecanismo del despacho de las centrales eléctricas, para quedar de la siguiente manera, en orden de prioridad: energía producida por las hidroeléctricas, energía generada en otras plantas de la CFE, energía eólica o solar de particulares y ciclos combinados de empresas privadas.

La iniciativa también busca garantizar la confiabilidad y un sistema tarifario de precios, que únicamente se actualizarán en razón de la inflación, al proponer modificar el orden de la prioridad del despacho, mediante la operación de las centrales eléctricas en el actual Contrato Legado de la CFE y con el diseño de un nuevo Contrato de Entrega Física de Energía y Capacidad a la Red.



## México capta inversión extranjera en electricidad

**L**a Cámara Española de Comercio en México (Camescom) colocó a México en el tercer lugar de los países miembros de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) en el que más confiaron los inversionistas, al recibir 13,632,512 millones de dólares de inversión extranjera directa (IED) por concepto de electricidad y gas entre 2013 y 2019.

La Camescom informó que en la estadística de la entidad de coordinación de políticas económicas y sociales, entre los 37 países que la conforman, sólo Estados Unidos y Chile habrían recibido un monto mayor de IED en electricidad y gas en dicho periodo.

Las inversiones extranjeras realizadas en México en la generación de electricidad tuvieron un impacto positivo en la sociedad mexicana, porque tan solo en los últimos ocho años Camescom estimó la creación de unos 101 mil empleos gracias a las empresas foráneas con proyectos de gas y electricidad.



# ¿Por qué contratar un seguro de vida?

**E**n tiempos complicados como los actuales, adquirir un seguro de vida se vuelve una prioridad, pues es necesario dejar cubiertos a los hijos y al cónyuge en caso de fallecer, para evitarles complicaciones económicas. Este seguro sirve principalmente para prever tres escenarios:

- **Fallecer a una edad temprana.** Si sucede, es muy probable que dejemos proyectos truncados; por tanto, es importante contar con una suma asegurada lo suficientemente alta para que nuestros dependientes económicos mantengan su nivel de vida.
- **Vivir demasiado.** Debemos de hacer un “guardadito” para esa etapa cuando no seremos productivos, pero seguiremos teniendo gastos.
- **Sufrir una incapacidad.** Estaremos en una situación donde será difícil o imposible generar ingresos y nuestros gastos continuarán, y probablemente aumentarán.

## Cómo elegir el mejor

Es importante contestar a las siguientes preguntas: ¿durante cuánto tiempo necesitarías estar asegurado? ¿Cuánto dinero crees que necesitaría tu familia para mantenerse? ¿Deseas solo protección o incluir un fondo de ahorro, ya sea para jubilación o para pagar colegiaturas? ¿Contemplantos los pagos de una hipoteca? En caso de sufrir una incapacidad, ¿quién se hará cargo de tus gastos?

Si eres la única fuente de ingresos en tu casa, contempla una cobertura que permita a tu familia mantenerse por unos meses, hasta que tenga otra fuente de ingresos. Ahora, si eres soltero, tal vez solamente necesites este seguro como instrumento de ahorro y protección en caso de invalidez.

## Principales planes

- **Temporales.** Son excelentes para proteger la etapa más vulnerable de la vida del asegurado. Con estos se obtiene una alta suma asegurada a un bajo costo por un periodo de tiempo definido.



- **Ordinarios de vida.** Son planes de protección vitalicia. Pueden pagarse durante toda la vida o por un periodo determinado de años, sabiendo que en caso de supervivencia tras dicho periodo, la suma asegurada seguirá ahí hasta que sea necesaria.
- **Dotales.** Consiste en definir una meta específica de ahorro en un periodo dado. Estos planes incluyen un seguro de vida por un monto igual a la meta de ahorro.
- **De retiro.** Diseñados para cuando llegemos a la tercera edad. Con estos planes ahorramos una parte de nuestros ingresos mensualmente, y al llegar a esa edad sabremos que habrá una cantidad disponible para nosotros. También hay la opción de recibir rentas mensuales de por vida.

Una cosa es segura: contar con cualquier suma asegurada, por pequeña que parezca, es mucho mejor que no tenerla.



## ÁLVARO ALDRETE

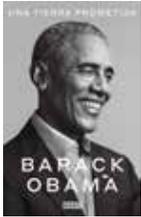
Es conferencista y asesor profesional de seguros desde 2006, y experto en ahorro y retiro. Es autor de varios libros en Grupo Editorial Planeta México y director de Aldrete & Asociados.

📍 | @alvaraldrete

# Recomendaciones para la primavera

Si ya estás cansado de ver siempre los mismos programas, ¡no te preocupes! Aquí tenemos sugerencias perfectas para disfrutar en casa.

## LIBROS



### Una tierra prometida

Barack Obama  
Ed. Debate, 2020

En este extraordinario primer volumen de sus esperadas memorias presidenciales, Barack Obama narra la historia de su sorprendente evolución de un joven en busca de identidad al líder del mundo occidental, y describe con detalle increíble su formación política y los momentos cumbre del primer periodo de su histórica presidencia.

Este libro refleja la convicción de Obama de que la democracia no es un regalo divino, sino algo cimentado en la empatía y el acuerdo común, que construimos juntos día a día.

*Disponible en formato físico y digital.*



### El negociador

Arturo Elías Ayub  
Grijalbo, 2021

Sin duda, este es un título ameno y sustancial, lleno de consejos prácticos que te enseñarán a negociar para mejorar tu sueldo, conseguir un ascenso, resolver situaciones familiares y obtener mejores resultados con tus proveedores y clientes, entre muchas otras cosas, así como a tomar buenas decisiones en tu actividad cotidiana; son dos habilidades clave que, como bien dice el propio Elías Ayub, te ayudarán a lograr prácticamente todo lo que quieres en cualquier aspecto de tu vida.

*Disponible en formato físico y digital.*

## TEATRO



### Parásitos

Es una retorcida sátira cómica que nos muestra a una joven pareja formada por Julia (Regina Blandón) y Oliver (Daniel Tovar), a quienes ofrecen una salida a la crisis de vivienda que enfrentan, y lo lejos que realmente están de obtenerla.

La obra hace una divertida reflexión sobre la transformación inexorable de las zonas urbanas, el consumismo y el deterioro humano.

*Disponible en teatrix.com, la primera plataforma mexicana que te permite ver obras de teatro online en alta definición, desde cualquier dispositivo, mediante una suscripción mensual fija.*



### Papi Piernas Largas

Disfruta una obra musical ambientada en Nueva Inglaterra a principios del siglo XX. Jerusha Abbott, una joven de 18 años, criada en un orfanato, tiene pocas

posibilidades de vivir un futuro brillante, hasta que un benefactor generoso decide enviarla a la universidad, apostando a que se convierta en una gran escritora, debido a su gran talento. Jerusha, al no saber quién es su benefactor decide apodarlo “Papi Piernas Largas”.

El misterioso benefactor sólo le pide una cosa a cambio del pago de sus estudios: que una vez al mes, ella le escriba una carta en la que le cuente su vida, con la finalidad de que fomente su habilidad en la expresión escrita. Él, por su parte, nunca le responderá ni la conocerá en persona.

*Evento en vivo, disponible a través de Ticketmaster Live durante los sábados de marzo 2021.*

## CONCIERTOS

### Orquesta Sinfónica Nacional.

La música de Nino Rota (1911-1979) para cine

Retransmisión del concierto por *streaming* a cargo de Stefano Mazzoleni, director huésped.

Interpretado en la Sala Principal del Palacio de Bellas Artes, el programa incluye fragmentos de la música que el compositor italiano Nino Rota escribió para películas de cineastas como Federico Fellini, Luchino Visconti y Francis Ford Coppola.

El público puede disfrutar la música de las cintas *El padrino*, *Romeo y Julieta*, *Las noches de Cabiria*, *La dolce vita* y *Casanova*, entre otras. Rota es una referencia obligada en materia de música para el cine del siglo XX, incluso ganó un Oscar a la mejor banda sonora por *El padrino II* en 1975.

*Lunes a domingo a las 20 h en inba.gob.mx*



## 3 CONSEJOS PARA MEJORAR TU EXPERIENCIA EN EVENTOS VÍA STREAMING

- La velocidad de tu internet es lo más importante ya que de ella dependen la calidad y estabilidad de la transmisión. Te sugerimos que utilices un servicio de al menos 10 mbps de velocidad para que no tengas contratiempos.
- Conéctate 10 minutos del inicio del evento y si éste (o los comerciales) no comienzan a la hora establecida, refresca la página o vuelve a ingresar desde la liga que recibiste al comprar tu boleto.
- Si vas a conectar tu computadora a la televisión, verifica las conexiones mínimo un día antes del evento ya que podrías necesitar cables o adaptadores, dependiendo del modelo y marca de tu equipo.

## SERIES

### Netflix confirma el regreso de *Lupin*

La serie, un fenómeno mundial protagonizada por Omar Sy, que ha llegado al primer puesto en el top 10 de Netflix en más de diez países, regresará en el verano de 2021. Los cinco nuevos episodios son dirigidos por Ludovic Bernard (*El Ascenso*) y Hugo Gélin (*Un amor a segunda vista*).





# La computadora ideal para ti

¿Cómo elegir el mejor equipo para tus labores?



---

*Mejora tu experiencia añadiendo monitores o diademas.*

---

**E**xisten cientos de modelos y marcas de computadoras en el mercado, cada una con tantas especificaciones y funciones que resulta sencillo sentirse abrumado y perderse en la variedad.

Como sabemos que cada profesión tiene sus requerimientos, aquí presentamos algunos escenarios comunes para que elijas el equipo de cómputo que realmente necesitas según el tipo de actividades que deseas realizar.

Es importante considerar que algunos usuarios pueden requerir configuraciones especiales de seguridad debido a la naturaleza de sus actividades, como conexión confiable a la nube, protección de archivos y datos, antivirus, o bien conexiones VPN para trabajar de forma remota y segura.



En general, un modelo de la gama elite o pro de las marcas más conocidas es el más recomendado para desempeñarse en ambientes de trabajo donde los colaboradores administrativos, operativos o de ventas requieren estar en sincronía, usar y compartir archivos en la nube, analizar datos, desempeñarse usando software de alta capacidad de procesamiento, y al mismo tiempo mantenerse comunicados mediante aplicaciones de correo, mensajería y videollamadas.

Estos equipos ofrecen una gran capacidad de almacenamiento (500 GB o más) y procesamiento (RAM de 4 a 8 GB), procesadores de última generación, Windows 10 Pro y características avanzadas como cámaras y micrófonos de alta definición, pantallas *touch*, etc. El conjunto de estas

características permite al usuario trabajar de manera ágil sin sacrificar peso y tamaño, por lo cual puede trabajar desde cualquier lugar.

Dependiendo del giro de tu empleo, podrías necesitar equipos aún más poderosos o incluso configurados a la medida. Por lo general, estos corresponden al sector de ingeniería, arquitectura, diseño o desarrollo de software, y estos profesionales requieren procesadores más potentes, una tarjeta gráfica de alto rendimiento, RAM y discos duros adecuados a las demandas del software que utilizan, así como un tamaño y resolución de pantalla apropiados.

Antes de hacer tu compra, recuerda analizar distintas opciones y completarla solamente con un distribuidor autorizado, que te ofrezca garantía y soporte técnico.

# SOMOS LA ASOCIACIÓN LÍDER DE EMPRESARIOS CONTRATISTAS PARA LA CONSTRUCCIÓN

Energía | Agua | Climatización | Telecomunicaciones

## AMERIC, A.C.

Más de 40 años representando  
a los líderes de la construcción



## AMERIC, agente de cambio y referente de las instalaciones para la edificación

A principios de 1973, nace la Asociación Mexicana de Empresas del Ramo de Instalaciones para la Construcción, A. C., producto de la alianza de varias compañías que advirtieron que había varias semejanzas respecto a sus propósitos y a la vez problemáticas similares. Por ello, se reunieron para estudiar las ventajas de poder fusionarse en una sola empresa, pues algunos de sus respectivos miembros abarcaban proyectos e instalaciones tanto eléctricas como hidráulicas, mecánicas y de aire acondicionado que pertenecían al campo de experiencia de más de una de las asociaciones.

Durante variadas y cansadas sesiones, se estudiaron y depuraron los estatutos de cada una de las sociedades y se preparó uno que incluyera lo mejor de cada una. De esta manera los asociados podrían incrementar sus ingresos, pero también tendrían una retroalimentación importante ya que se sumarían las ideas, opiniones y experiencias de gente muy integrada y con metas similares.

AMERIC comenzó con la Asociación Mexicana de Contratistas de Instalaciones en Aire Acondicionado y Refrigeración (AMCIAAR), la Asociación Mexicana de Contratistas de Obras Eléctricas (AMCOE) y la Asociación Nacional de Contratistas de Instalaciones Sanitarias e Hidráulicas (ANCISH). Actualmente cuenta con más de 560 empresas afiliadas, y con presencia en los sectores energético, de climatización, de tecnologías de la información y la comunicación y del agua.

Asimismo, es la institución líder que reúne y representa desde hace 47 años a compañías de la industria de instalaciones para la construcción, dedicadas a proyectos, instalaciones, servicio de mantenimiento y puesta en marcha a nivel residencial, comercial e industrial, todas recibiendo soporte y beneficios enfocados al área legal, laboral, operacional y comercial.

En el marco del avance tecnológico y digitalización de la industria de la construcción, la empresa trabaja para que todos sus asociados se sumerjan en la 4ta Revolución Industrial, y es por ello que se plantea avanzar en el sector a través de la promoción, la educación, la investigación, el desarrollo de normas y el aprovechamiento de tecnologías innovadoras como la digitalización, IoT y energías renovables, dando como resultado la generación de negocios y fuente de trabajo para sus agremiados.

En conclusión, AMERIC busca ser reconocida como la asociación de la industria de instalaciones para la construcción e infraestructura que reúne a todos los involucrados con un mismo objetivo y en colaboración de forma estratégica para el aprovechamiento del sector y de México.



**AMERIC, A.C.**  
Hagamos unidad

¡RECUERDA SIEMPRE!

EN LAS OBRAS MÁS  
IMPORTANTES DE  
MÉXICO HAY UN  
SOCIO DE AMERIC



ESPECIALISTAS EN



ENERGÍA



TIC'S



AGUA



CLIMATIZACIÓN

MÁS INFORMACIÓN AL  
55 5611 5414 - 55 5611 5496  
DIRECCION@AMERICMX.COM

[SOCIO.AMERIC.ORG.MX](http://SOCIO.AMERIC.ORG.MX)





# Kamala Harris, una líder violeta

Para comprender los liderazgos violeta, debemos revisar el panorama de las mujeres en los espacios en donde se están desarrollando, y tener la intención de intervenirlos.

Los liderazgos violeta son aquellos que desafían el *statu quo*; es decir, aquello que habitualmente no se cuestiona pero que es justamente lo que debe cambiar.

¿Qué pasa cuando los liderazgos no son así?, son liderazgos muy contenidos, y para las mujeres representan un gran techo de cristal.

El avance de la carrera de Harris se ha distinguido por muchas primeras veces, y eso tiene que ver con la visión violeta que ella ha sostenido en cada paso hasta la vicepresidencia de los Estados Unidos. Esta visión no siempre es consciente, en muchas ocasiones solo responde a la necesidad de romper la barrera que impide el avance de una mujer.

Comparto a continuación tres claves violeta de Kamala Harris, que representan lo más significativo de la visión inclusiva que la caracteriza.

La primera clave es el modelo violeta. La madre de Kamala, Shyamala Gopalan, fue hija de activistas en la India; ella fue una oncóloga, especialista en cáncer de mama. Ella y el padre de Kamala, Donald Harris, lucharon por los derechos civiles, así que su hija creció entre marchas y diálogos sobre la defensa de derechos.

“Mi madre me miraba y me decía: ‘Kamala, tú puedes ser la primera en hacer muchas cosas, pero asegúrate de que no seas la última’”. Ella cita esta frase con frecuencia, porque quiere enviar el mensaje de que ser la primera en llegar no es el logro más importante, sino hacer el camino para que lleguen las que siguen.

La segunda clave es de sororidad y *affidamento* por parte de su hermana Maya Harris, quien fue su asesora de campaña y ha sido una aliada constante en todas las etapas de su vida.

Ellas tienen una amistad basada en la sororidad y en la admiración mutua.

“Si la gente supiera quién era Kamala (en sus tiempos de fiscal), en lo que creía y dónde está su corazón, creo que llegarían a la conclusión de que no hay nadie más apasionado en la defensa de todo aquello que creemos justo”, señaló Maya Harris en una entrevista.

El acompañamiento de Maya en la ruta hacia la vicepresidencia ha sido clave, pues ha inspirado a más mujeres a sumarse a una fórmula de *affidamento*, sentir que hay representación por la que lleva camino avanzado. Reconocer a la puntera será siempre clave para apoyar e impulsar que sea una mujer quien nos represente.

La tercera clave es romper techos de cristal. Como tú, Kamala ha tenido muchas primeras veces; por ejemplo, fue la primera mujer fiscal de San Francisco, con una gran presencia

discursiva y empoderada; en 2016 fue la primera senadora de origen asiático y la segunda afroamericana en la Cámara. Y esto es solo por mencionar algunos de sus logros más representativos, pero su biografía muestra avances en cada puesto que ha tenido.

El máximo logro para ella y para los Estados Unidos es ser la primera mujer, la primera afroestadounidense y la primera estadounidense asiática en ser elegida vicepresidenta, como fue el caso con otros cargos que ella ha ocupado. Sin embargo, ella está

determinada a no ser la última, y seguramente esta imparable mujer lo conseguirá.

El gran valor de los liderazgos violeta es que cambian el curso de la historia para mejor, y trazan camino para que las que siguen avancen sin tener que romper nada, porque el camino está allanado.

En México nos encontramos muy atrás en términos de paridad, lo que significa que debe haber más mujeres en los espacios de decisión, para alcanzar un equilibrio que represente desde

la gestión violeta un avance equitativo para la humanidad. Se inicia una nueva era, la era violeta.



### MARTHA "MAR" BARRAGÁN

Meta Coach, caricaturista y directora de Hablemos, unidos podemos, organización que impulsa el desarrollo humano, organizacional y colaborativo sustentable y con perspectiva de género, con enfoque en los derechos humanos, para organizaciones públicas y privadas.

@ | @marcartoonmx





# Identifica tu área de oportunidad e invierte en México

Los agremiados de ACOMEE tienen a su favor un canal para ventas en línea, tecnología, *home office* y un servicio de instalación personalizado, entre muchas ventajas más.

Como consumidores, la pandemia nos obligó a cambiar nuestros hábitos de compra; fuimos adaptándonos y entendiendo que, pese a la adversidad, la vida sigue. De esta forma, llegó el *boom* de las ventas en línea (20% de incremento), y con ello una compra masiva para adaptar un lugar cómodo en nuestra casa, bien iluminado y con conexiones suficientes para llevar a cabo dignamente el *home office*.

Además, al estar todos en casa, nos dimos cuenta de que la instalación eléctrica fallaba o no era óptima; que esa lámpara que tanto nos gustaba realmente no iluminaba como debería, o que cuando salimos por la noche al jardín, que quizá nunca habíamos podido disfrutar, descubrimos el gran potencial que tiene.

Esto para las empresas afiliadas a ACOMEE es una gran oportunidad, que conlleva un gran desafío.



Mi familia tenía una fábrica de alumbrado; cuando el TLCAN entró en vigor, muchos de los fabricantes mexicanos nos sentimos seriamente amenazados por los productos importados. Sin embargo, esa apertura de mercado, además de purgar y especializar a los mejores, detonó el sector eléctrico y electrónico del país, de tal forma que en veinte años llegó a sumar casi un punto del PIB en México.

Según Moody's, el PIB crecerá en 3,5% durante 2021, después de una vertiginosa contracción de casi 10% en solo diez meses de la pandemia.

Uno de los sectores más afectados en 2020 fue la construcción, con un desplome de 20% en el primer semestre, lo que desincentiva a su vez al sector eléctrico; sin embargo, no todo es gris en este sentido.

Sé que a muchos nos ha pasado por la mente dejar el país, pero los grandes tiburones han usado las crisis como oportunidades para dar el salto cuántico que esperaban.





¿Qué podemos aprender de los tiburones arriesgados que están apostándole al país?

1. Traza un plan y ponte en modo “urgencia”; vas a sacar lo mejor de ti.
2. Invierte, sí o sí, en tecnología para fortalecer tus ventas en línea. Si no te *tecnificas*, quedarás rezagado.
3. Apuesta por lo verde; por fin está naciendo la conciencia de que el mundo requiere que cambiemos.
4. El *home office* es una oportunidad de reducir gastos, sé sensato con tus empleados e incentiva el trabajo desde casa para que incrementes tu productividad.
5. Selecciona y depura a tus socios comerciales, quédate con quienes sabes que tendrás una relación ganar-ganar, con un compromiso a largo plazo.
6. Establece una cadena de proveedores justa y con una gran confianza.

Así que identifiquemos lo que los agremiados de ACOMEE tienen a su favor: ventas en línea, tecnología, el *home office*, un servicio de instalación personalizado, 32 millones de viviendas en todo México (tan solo en la CDMX hay 2.6 millones) y 500 mil establecimientos comerciales (INEGI, 2015). Sin duda, el *target* puede ser uno de los negocios más prometedores que detone esta pandemia.



### JOSEFINA MURRIETA

Consultora estratégica y columnista, gracias a su trayectoria de más de 17 años en la administración pública en sus tres niveles, debido a que ha fungido en cargos de planeación, finanzas, puestos gerenciales y de desarrollo económico.

📧 | @jose\_murrieta





# Entretenimiento en 2021

**E**ste 2021 inició con una perspectiva positiva para la industria cinematográfica nacional. Aun cuando varios estados de la República no han abierto las salas de cine, dos películas nacionales están llamando mucho la atención del público y los críticos después de retrasar su estreno.

La primera cinta, que ya se proyecta en algunas salas del país luego de esperar más de tres años por su estreno comercial, es *Los días más oscuros de nosotras*. En ésta, su ópera prima, la directora Astrid Rondero retrata las difíciles situaciones por las que atraviesa Ana (Sophie Alexander-Katz) tras regresar a Tijuana, ciudad de donde es originaria.

Cabe destacar que, si bien la película retrata el feminismo en distintas formas, no se trata de una obra militante; en el fondo, la historia reflexiona sobre si el destino está prescrito y si las decisiones pueden cambiar el curso de lo planeado. Sin duda, para los amantes del cine nacional y el cine de arte resultará una opción perfecta para analizar, porque algunas escenas están claramente marcadas por la realidad social en México.

La segunda cinta que quiero recomendar es *Después de ti*. La historia, producida por Ale García y Antonio Urdapilleta, retrata lo invaluable de la amistad después de que la protagonista, Paulina Dávila, pierde al hombre con quien iba a casarse, y ahora tendrá que reencontrarse a sí misma.

La trama plantea un drama amoroso y lo presenta de manera bastante peculiar, aplicando elementos de comedia a través de un diálogo lleno de referencias sutiles, por lo que es perfecta para disfrutar en familia.

Con estas opciones, el cine nacional hace su entrada triunfal en 2021, después de un 2020 terrible, que aplazó muchos estrenos.

## Series

Recientemente, las plataformas de *streaming* han dado mucho de qué hablar, y se han popularizado series de acción y suspenso. En este rubro destacan dos producciones, que hacen una combinación explosiva para el bimestre.

*Lupin* narra la vida de un supuesto ladrón que busca limpiar el nombre de su padre. Sin embargo, son los

saltos en el tiempo y el hilo perfecto de la trama los que dan el plus a los sentimientos de pertenencia e identidad a los que se aferran los personajes.

Por otra parte, se encuentra la segunda temporada de *Monarca*, que reafirma el papel de productora de Salma Hayek frente a una historia que envuelve problemas familiares.

La participación de la actriz Fernanda Castillo es un gran acierto, pues tras su llegada los personajes profundizarán en sus problemas y probarán sus límites.

Disfruta unos días agradables, ya sea desde la comodidad de tu casa o en la pantalla grande, pues el estrenar películas durante la pandemia, ya sea en el cine comercial o por *streaming*, ha sido un reto, pero vale la pena traer un poco de diversión para todos.



## HÉCTOR MEZA

Periodista egresado de la escuela de periodismo Carlos Septién García. Ha colaborado en medios como *Aristegui Noticias*, *Milenio*, *Acustik Noticias*, *El Financiero* y *SDPNoticias*. Se considera un amante de los espectáculos.

📧 | @hectormezamx

# LA ACOMEE APUESTA

## por la unión y la evolución tecnológica

---

A un año de haber tomado la presidencia de ACOMEE México, Erasto Martínez nos habla sobre su visión al frente de este organismo, de sus planes a futuro y de cómo la pandemia de covid-19 lanzó a la asociación y a sus agremiados a la era digital.

**C**on motivo de la publicación del primer número de nuestra revista, entrevistamos a Erasto Martínez Rodríguez, presidente de la Asociación Nacional de Comerciantes de Material y Equipo Eléctrico, A.C. (ACOMEE México), la primera y más antigua organización del comercio eléctrico en nuestro país.

La ACOMEE es una asociación civil sin fines de lucro que suma ya 57 años de trayectoria, y que mediante acciones y programas ininterrumpidos ha llevado beneficios a sus asociados en la Ciudad de México, su zona metropolitana y diversos estados del país.

Su objetivo principal se ha centrado en el fortalecimiento de las relaciones personales y comerciales entre los asociados pertenecientes al sector eléctrico y de iluminación: comerciantes, fabricantes, distribuidores e importadores, con base en un sentido de pertenencia, unión y fraternidad.

El hombre que lidera la ACOMEE en la actualidad nos habló de los objetivos y compromisos permanentes de la asociación, de los planes ya en marcha para renovarla y estrechar la relación con sus socios, atender sus necesidades y acompañarlos en el camino hacia la capacitación constante y la superación.

---

*“La asociación puede crear una fuerza que nos capacite a todos, que nos prepare para enfrentar a la competencia.”*

---








---

*“Una ventaja que tienen nuestros asociados es el acceso a la presentación de productos recientes que aportan beneficios, ya sea ecológicos o económicos, al usuario final.”*

---

También charlamos sobre los retos que la pandemia de covid-19 ha representado, y de cómo el gremio ha debido adaptarse a una realidad para la que ningún sector estaba en realidad preparado.

La historia de Erasto Martínez en la ACOMEE comenzó hace aproximadamente 18 años, cuando ingresó como vocal por invitación del entonces presidente Gerardo Flores, y aunque confiesa que en un inicio puso cierta resistencia, la idea de acercarse y convivir con los compañeros del ramo lo entusiasmó, y aceptó el puesto.

### Unión y vanguardia para fortalecer al gremio

Ahora, como presidente del organismo, asegura que su compromiso se dirige a “contribuir al crecimiento integral, el cual incluye el desarrollo humano, social, económico y cultural de los socios”.

Al respecto, nos refiere que la actividad de la ACOMEE se fundamenta en el acercamiento y en el compromiso de reforzar el vínculo entre las personas que forman parte de ella, con la convicción de que es esta unión la que da fortaleza a todo el gremio.

Otra tarea prioritaria para la ACOMEE es lograr que sus socios se encuentren permanentemente actualizados y a la vanguardia en la comercialización de nuevos productos con características innovadoras, sobre todo en cuanto ahorro de energía y sustentabilidad.

“Estar a la vanguardia es un sello distintivo de la asociación —señala Erasto Martínez—, por lo que una de las ventajas que tienen nuestros asociados es el acceso a la presentación de productos recientes que aportan beneficios, ya sea ecológicos o económicos, al usuario final.”



Por otra parte, añade que la ACOMEE también se encarga de promover y garantizar que se respete la cadena de distribución para prevenir situaciones de desventaja para alguna de las partes involucradas. Por ejemplo: “Si como distribuidor te llega un buen proyecto u obra, que representa ingresos para tu negocio, y luego te enteras de que un fabricante decidió vender directamente al cliente, a un mejor precio, te quita esa oportunidad”. La tarea aquí es que tanto el fabricante pueda comercializar sus productos como que el distribuidor esté protegido de una práctica desleal por parte de aquel.

### Lo que la pandemia trajo consigo

Más adelante, Erasto Martínez confirmó que el comercio en nuestro país no estaba preparado para enfrentar la



---

*Uno de los cambios sobresalientes durante el corto tiempo de su gestión es que Erasto Martínez instituyó una relación de retorno de la cooperación, de aportación en ambos sentidos entre ACOMEE y sus asociados. “La finalidad es fortalecer el acercamiento entre ambas partes para que todos podamos crecer.”*

---

actual emergencia de salud por covid-19, y el sector de material eléctrico y de iluminación no ha sido la excepción.

Sin embargo, esta situación sanitaria que ha afectado a todos los niveles y sectores económicos en el mundo entero abrió una puerta hacia la transformación digital, y la búsqueda de soluciones se basó en el apoyo que puede brindar la tecnología.

Con una agenda robusta de actividades ya programadas, celebraciones, eventos deportivos y cursos por realizar, la actual administración de la ACOMEE buscó alternativas para cumplir de manera puntual con estos compromisos, y las encontró en internet.

“Los cursos impartidos por la asociación, así como la presentación de producto, han tenido que hacerse en línea. Hasta antes del año pasado los hacíamos presenciales; de hecho, habíamos acondicionado un salón para presentar los productos en la calle de Victoria, pero eso fue antes del covid”, refiere Erasto Martínez.

Admite enseguida que ha sido difícil vencer las inercias frente al cambio obligado, pero la ACOMEE se ha ido adaptando en los últimos meses a la tecnología. Una muestra de ello es el lanzamiento de su revista en formato digital.

“La pandemia nos tomó a todos desprevenidos. Lo que venía para cinco o diez años tenemos que aprenderlo en seis meses, a pasos acelerados. La asociación se está adaptando a los retos por venir, sin perder su enfoque esencial: contribuir al desarrollo integral de nuestros asociados.”

Ante estas circunstancias, la ACOMEE ha adoptado un objetivo más, que es el de transmitir un mensaje a sus asociados sobre la necesidad de prepararse para los nuevos tiempos. “Tenemos que encauzar la mentalidad de

nuestros asociados. Tenemos que evolucionar”, enfatiza su presidente.

Tal evolución implica disponer de más formatos digitales y del apoyo de expertos en la materia que contribuyan a un mejor entendimiento y aceptación de la tecnología, con la premisa de que esta es hoy una herramienta vital para la supervivencia de las empresas.

En este sentido, el presidente de la ACOMEE tiene la certeza de que la asociación es el canal mediante el cual todos los agremiados pueden acceder a novedosas áreas del conocimiento y enfrentar con mayor eficacia los retos que plantea la realidad actual.

### Hacia una capacitación y crecimiento permanentes

Una de las acciones más importantes para la asociación, y que no se ha detenido aun durante esta contingencia, es la impartición de cursos y capacitación, que ahora se llevan a cabo por vía remota, con el fin de seguir mejorando los procesos de comercialización y contribuyendo al crecimiento personal de los asociados.

Dicha continuidad se vincula con la incorporación de una nueva figura dentro del organigrama de ACOMEE: la de director —a iniciativa del actual presidente—, quien tiene la encomienda de proseguir con proyectos permanentes y fundamentales, y al mismo tiempo fomentar la innovación, las nuevas ideas, romper paradigmas y encontrar soluciones a los contratiempos.

Con la creación de este nuevo puesto, a cargo de Guillermo Hernández, Erasto Martínez ha encontrado el apoyo para salvar los obstáculos que la nueva normalidad ha




---

*“La única forma de avanzar es juntos.  
Derribemos las barreras que nos  
hacen creer que cada uno puede seguir  
adelante solo.”*

---

establecido, y no solo evitar la interrupción de la capacitación y las presentaciones de productos, sino también mantener los eventos sociales importantes y apreciados por los socios de la ACOMEE.

Entre los más destacados están el encuentro de negocios, programado para el mes de mayo, y la Fiesta Familiar, una celebración que se centra en los empleados de mostrador de todas las tiendas de material eléctrico y en sus familias. Esta se lleva a cabo el 21 de marzo, con motivo de la entrada de la primavera.

La directiva de ACOMEE ha decidido no suspender dichos eventos y realizarlos de manera virtual, por lo que continúan trabajando en su planeación y en aportar ideas creativas para ofrecer un formato novedoso e incluir contenido de alta calidad.

### Renovarse para construir un futuro mejor

Erasto Martínez nos habló también de la visión que tiene como cabeza de la ACOMEE, esta se centra en “llevar a los asociados los nuevos conocimientos existentes, en el aspecto integral, humanista, laboral y comercial”.

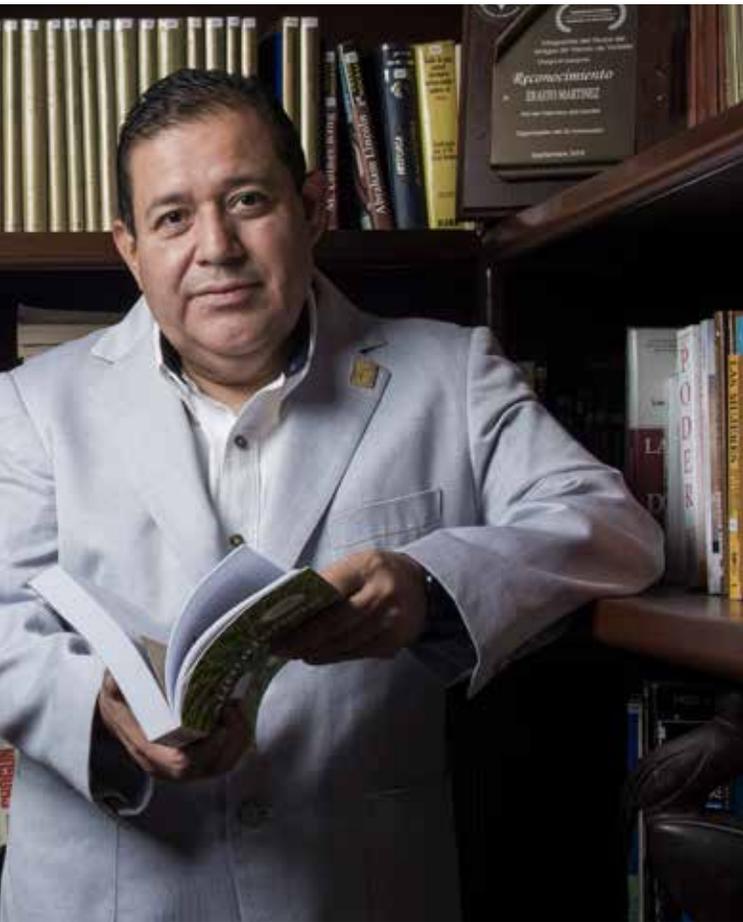
Señala que es impostergable acercarse a los agremiados las modernas herramientas computacionales y digitales, pues de lo contrario esta omisión frenará el desarrollo de



sus empresas, su potencial, así como los beneficios que estas podrían recibir a través de la tecnología. Por tal razón, la ACOMEE busca formas de fortalecerse y de llevar a sus asociados contenidos relevantes, que favorezcan un aprendizaje robusto y de utilidad a través de diversos canales de difusión, entre ellos el digital.

Y es que el presidente de la agrupación es consciente de los retrasos en la tecnología digital que enfrenta el sector, y que constituyen un obstáculo para elevar las ventas y enfrentar a la competencia, como por ejemplo los canales de *e-commerce*, materia en la que México se encuentra muy atrás en comparación con China y los países europeos.

A Erasto Martínez le interesa que a los empresarios del sector de material eléctrico y de iluminación les vaya bien, porque su situación de bonanza genera más fuentes de empleo. Por tal razón se ha comprometido a guiarlos, con el



apoyo de expertos, sobre el conocimiento pertinente y necesario que estará presente en los siguientes veinte años.

“La asociación puede crear una fuerza que nos capacite a todos, que nos prepare para enfrentar la competencia, que nos permita fortalecer un desarrollo integral, tanto a los dueños de las empresas como a los trabajadores”, expresa con convicción.

Así es, su filosofía se basa en sumar, por lo que está decidido a trabajar en la unión del sector de material eléctrico. “Por esta razón no cesamos nuestra búsqueda por estar mejor preparados para enfrentar directamente la competencia extranjera.”

Al respecto, comparte con nosotros su preocupación sobre los competidores foráneos que comercializan los mismos productos que los negocios afiliados ACOMEE: “Por ejemplo, ahorita se nos viene Sodimac, que es una cadena tipo The Home Depot. Tenemos que hacer conciencia de

que unidos y preparados podemos avanzar más rápido en los retos que representan los nuevos tiempos”.

“La única forma de avanzar es juntos. Derribemos las barreras que nos hacen creer que cada uno puede seguir adelante solo”, afirma.

Por otra parte, cabe destacar que uno de los cambios sobresalientes durante el corto tiempo de la gestión de Erasto Martínez es que instituyó una relación de retorno de la cooperación, de aportación en ambos sentidos entre ACOMEE y sus asociados. “La finalidad es fortalecer el acercamiento entre ambas partes para que todos podamos crecer”.

Por ello, entre las metas por cumplir como cabeza de la asociación se encuentran: incrementar el número de asociados, procurar el fortalecimiento de ACOMEE, ampliar el abanico de beneficios para los asociados aportados por los patrocinadores, y dejar claro el mensaje de que se trabaja en beneficio de todos los involucrados.

Ya para concluir, el presidente de la ACOMEE destaca los vientos de renovación al interior de este organismo, y uno de ellos tiene que ver con el lanzamiento de la revista en formato digital, la cual mostrará un contenido totalmente renovado y enriquecido, y con la reestructuración de su página web.

“La revista tiene hoy una visión totalmente distinta. Entendemos perfectamente que hay que ofrecer más contenido a nuestros socios, más información general, no solo de productos o sobre nuestra labor en la industria. Queremos incluir temas de cultura, salud y actualidad que respondan mejor a sus intereses y a su conocimiento integral.”

Por último, subraya la reestructura y la renovación a la que se sometió la página web de la asociación, en donde los afiliados podrán encontrar información más detallada sobre los eventos institucionales a celebrarse, un calendario de capacitación, actividades deportivas, empresariales, culturales y otros servicios dirigidos a ellos.



# Vístete *para el éxito*

La ropa esencial que debes usar  
para destacar en el trabajo

**A**ntes de elegir prendas para tu guardarropa, debes informarte sobre las políticas de tu empresa. Consulta el código de vestimenta de tu lugar de trabajo y respétalo en todo momento. En la mayoría de los casos, el *outfit* formal es el más utilizado, pero en ocasiones especiales podrás vestir *business casual*.

## Invierte en los básicos

Una prenda de calidad puede costar más, pero tendrá más valor en tu clóset que muchas prendas de oferta, sobre todo si se trata de un “básico”, es decir, una pieza de ropa que puede combinarse de muchas maneras, como un traje, un saco o una camisa.



### Inspírate un poco en internet

En redes sociales como Pinterest encontrarás *tips* y consejos útiles para combinar ropa y crear opciones muy diversas con pocas piezas.

### Trajes

Debes tener varios, pues es la prenda esencial, y no es recomendable usar el mismo más de dos días seguidos.

La regla de oro es tener uno azul marino, uno negro y uno gris oxford, porque puedes usarlos para ir a trabajar y en casi cualquier evento; además, pueden combinarse con diferentes camisas y corbatas para dar un toque diferente cada vez.

Dependiendo de tu ambiente de trabajo, puedes usarlos sin corbata. Asegúrate de esto.



## EVITA ESTOS ERRORES

Podrían arruinar tu imagen en la oficina.

- **Jeans rotos:** puede que estén de moda, pero no son adecuados para el trabajo.
- **Ropa deportiva:** reserva los *jerseys*, *pants* y sudaderas para el gimnasio.
- **Gorras, boinas o sombreros:** están bien para un fin de semana, pero no para el trabajo.
- **Calzado informal:** evita los tenis, las sandalias abiertas, los Crocs y los zapatos con plataforma.
- **Zapatos:** fíjate que no estén sucios y no los uses sin calcetines.
- **Ropa arrugada:** jamás uses prendas sin planchar.



### Zapatos

El calzado masculino formal es indispensable en cualquier armario. Compra un modelo Oxford o Derby para tus trajes, pero incluye un buen par de mocasines y unos *sneakers* de temporada, para que tengas de dónde elegir.

### Camisas

Recuerda que un hombre de negocios siempre usa camisa. Si estás en un evento menos formal, puedes utilizar una con estampados y hasta de manga corta. Si la ocasión lo permite, combínala con un suéter.

Tener varias es indispensable, pero las infaltables son: blanca, gris claro, a rayas delgadas y azul claro.

Usa una camiseta debajo, pues no hay nada más desagradable que se transparente el pecho. También asegúrate de que sea de tu talla, pues así no se acentuarán las “lonjitas”.

### Corbata

Aunque las nuevas tendencias establecen que ya no es necesario que la utilices todos los días, vas a tener que ponértela para cerrar un negocio o en una cita muy formal.

Si en tu trabajo el código de vestimenta la impone, puedes tener unas cinco piezas para rotarlas en la semana.

### El color

La paleta de colores clásica es la más adecuada, es decir, la gama de azules y grises hasta llegar al negro. Evita los tonos café, a menos que sea en pantalones chinos o caquis muy informales. Puedes utilizar también un pantalón de color vino solo en caso de que sea un viernes casual y lo combines con un saco o suéter azul marino o gris.



Distribuidores  
de material  
eléctrico



Cableado  
Estructurado y  
Fibra Óptica



Herramientas  
y Equipo de  
Medición

## || SOLUCIONES DE NEGOCIO



Soluciones  
de Iluminación



Respaldo  
de energía



Seguridad



|| Donde pones  
**el FOCO**  
Creas **REALIDAD**

+52 55 5155 2430

Grupo Surtidora Eléctrica, SA de CV

[www.gruposurtidora.com.mx](http://www.gruposurtidora.com.mx)



# Costalegre, Jalisco, un destino imperdible en 2021

La oferta turística de Jalisco incluye actividades para todos los gustos, desde deportes extremos y ecoturismo hasta experiencias gastronómicas irrepetibles.

Entre las numerosas opciones que nos ofrece Jalisco destaca Costalegre, un poblado lleno de pintorescas viviendas, ambiente relajado, clima cálido y playas vírgenes de blanca arena, ideal para pasar unas vacaciones inolvidables.

Costalegre es un corredor turístico con una combinación única de playas vírgenes y pintorescos poblados, que se distingue por sus características geográficas naturales y arquitectónicas.

Es conocido por ofrecer una extensa variedad de actividades, desde deportes acuáticos hasta experiencias *wellness* a orillas de las cálidas aguas del Pacífico mexicano, por lo que visitar los *resorts* de la zona es indispensable para quienes buscan de una nueva experiencia en este 2021.

Gracias a sus espectaculares atractivos, la zona de Costalegre fue elegida por los editores de la prestigiosa revista *Departures* como un destino de ensueño para viajar en 2021. Con la lista “Donde nuestros editores sueñan con viajar en 2021”, la publicación, especializada en guías de viajes, experiencias de lujo y estilo de vida integra en su listado a este paraíso mexicano.

Además, el estado de Jalisco tiene una oferta de hospedaje de más de 73 mil habitaciones listas para recibir turistas nacionales e internacionales, y gracias a la excelente conexión aérea de sus principales aeropuertos —Guadalajara y Puerto Vallarta—, así

como su moderna infraestructura de 6 mil 616 kilómetros de carreteras, los viajantes llegan fácilmente para realizar actividades recreativas o de negocios.

## Dónde hospedarte

Costalegre ofrece opciones para todos los gustos, pero entre todas destaca el *resort* Las Alamandas, uno de los mejores escondites de playa en Jalisco.

Las Alamandas es un pequeño *resort* con villas coloridas, en una playa en forma de media luna perfecta, que transmite la sensación de estar totalmente aislado, en el paraíso.

## DÓNDE IR

Hay nueve Pueblos Mágicos en Jalisco. Descubre sus tradiciones, la hospitalidad de su gente y su espléndida gastronomía. Estos son:

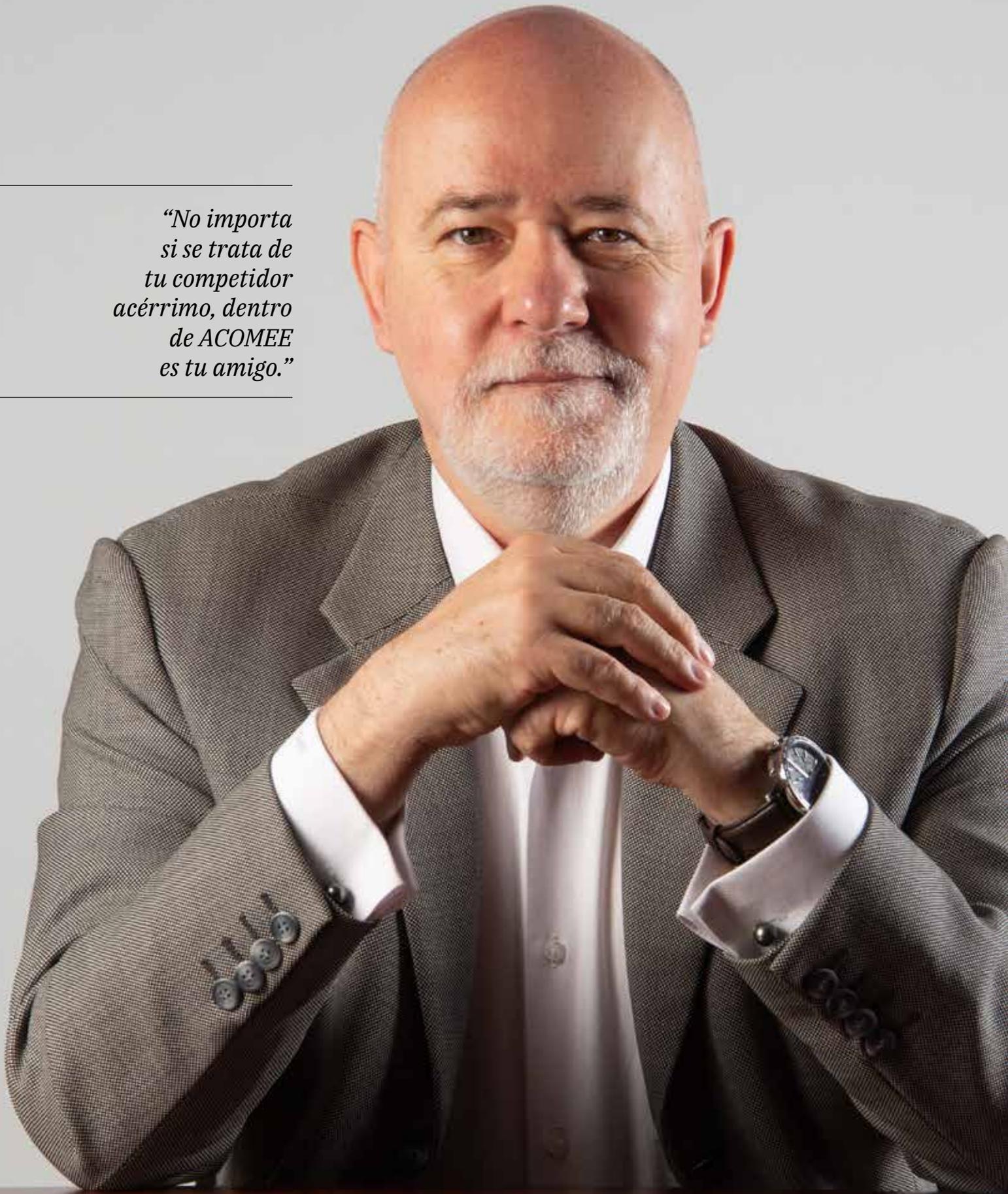
1. Ajijic
2. Lagos de Moreno
3. Mascota
4. Mazamitla
5. San Sebastián del Oeste
6. Talpa de Allende
7. Tapalpa
8. Tequila
9. Tlaquepaque



---

*“No importa  
si se trata de  
tu competidor  
acérrimo, dentro  
de ACOMEE  
es tu amigo.”*

---



# ACOMEЕ, una asociación de amigos

Charlamos con Salvador Padilla, quien estuvo a cargo de la presidencia de ACOMEE a inicios de la década de 1990, y nos contó sobre cómo ha evolucionado la asociación desde entonces, así como del sentido de servicio que la sustenta y de la gran camaradería que prevalece entre sus agremiados.

**A** Salvador Padilla lo mueve una gran vocación de servicio desde temprana edad. Aún era niño cuando, según palabras propias, sintió “el gusanito de servir”, que lo llevó a unirse años más tarde a la Cruz Roja, donde fue delegado estatal en Hidalgo, jefe de los Servicios de Emergencia en la Ciudad de México y presidente de la Cruz Roja en el Estado de México.

Con esa misma vocación llegó a la presidencia de la Asociación Nacional de Comerciantes de Material y Equipo Eléctrico, A.C. (ACOMEЕ) a principios de los años noventa.

Durante su gestión se llevaron a cabo las primeras convenciones, la de Acapulco y la de Huatulco, con un año de diferencia; también se sentaron las bases para celebrar la primera Expo Eléctrica en la historia de la ACOMEE. “No me tocó como presidente de la asociación inaugurarla, le correspondió a Alberto Larios. Pero toda la organización, la planeación, conseguir a los

expositores, sí se hizo durante mi periodo en la presidencia”, puntualiza.

Ambas iniciativas, relata, surgieron de las propuestas de los miembros de la mesa directiva de la asociación, que consideraron necesario realizar una convención y exposición propias del sector.

La situación generada por la actual pandemia impidió que tanto la convención como la Expo Eléctrica pudieran celebrarse de manera presencial el año pasado. Lo mismo ha sucedido con la cena de aniversario de la ACOMEE, a la cual están invitados todos los socios, fabricantes y comerciantes.

## Una asociación para apoyarse y hacer amigos

Los servicios y apoyos que ofrece la asociación se han fortalecido y diversificado con el tiempo. “Como comerciante, tienes la posibilidad de recibir capacitación de los fabricantes que están afiliados a la asociación”, señala Salvador, lo cual beneficia a todos.



*“En caso de disputas o controversias comerciales, la asociación ha intervenido como árbitro cuando los socios así lo deciden, para dirimir sus diferencias.”*



Y la capacitación constante que se promueve entre los agremiados es solo parte de un amplio abanico de funciones, servicios y asesorías en diversas áreas que ofrece la organización; existen profesionales especializados en temas jurídicos, fiscales, laborales y comerciales para atender las necesidades y dudas de los asociados.

“Incluso, cuando ha habido disputas o controversias comerciales, la asociación ha intervenido como árbitro cuando los socios así lo deciden para dirimir sus diferencias”, añade.

La ACOMEE gestiona además que se cumplan los convenios entre fabricantes y distribuidores; acuerda con autoridades de la alcaldía Cuauhtémoc sobre asuntos relacionados con el gremio, mantiene al tanto a sus socios sobre nuevas regulaciones, en especial las relacionadas con las Normas Oficiales Mexicanas (NOM), y ofrece referencias a sus asociados sobre empresas con las que les interesa entablar vínculos comerciales.

De igual manera, es el medio para establecer y cultivar relaciones tanto profesionales como personales: “Como agremiado, tienes la posibilidad de conocer a los directivos

de las diferentes empresas, y eso siempre es bueno para el gerente, el director, el dueño de un pequeño comercio, de una pequeña empresa o microempresa”, observó Padilla.

Más adelante mencionó dos características distintivas de la organización: “La gente que está en la mesa directiva tiene vocación de servicio, y esta enriquece a nuestra asociación. Por otra parte, no importa si se trata de tu competidor acérrimo, dentro de la asociación, es tu amigo”.

Agrega: “Todos los presidentes que hemos pasado por ahí somos amigos. Tenemos un comité de expresidentes, y seguimos reuniéndonos para algunos asuntos. Nos llevamos bien, nos apoyamos, aun con las diferencias comerciales que puedan existir”.

### Seguir adelante con prudencia

Salvador Padilla se inició en el ramo de material eléctrico en 1989, sin conocimientos previos del negocio. Eso no le impidió abrir su pequeño local en la calle de Victoria. Al poco tiempo, decidió orientarlo a productos de iluminación, básicamente candiles y luminarios.

Hoy elabora candiles desde 20 a 200 luces, luminarios de diversas formas (aspirina y comedero de perro, por ejemplo) y lámparas para distintos ambientes, muchos sobre pedido y al gusto particular de sus clientes, entre los que se encuentran despachos de arquitectos, decoradores de interiores, iglesias y amas de casa.

Es optimista al hablar del comercio de material eléctrico y de iluminación. Sin embargo, reconoce que es un momento particularmente difícil para las empresas del sector, para las que está resultando muy complicado mantener los negocios en operación, sostener las ventas y conservar al personal.

Al respecto, elogió la labor del actual presidente de la ACOMEE, Erasto Martínez, y de su mesa directiva para continuar apoyando a sus socios. “Hicieron una convención virtual; las conferencias que se hacían antes en el salón de usos múltiples las están llevando a cabo de manera virtual. La asociación ha tenido que reinventarse para afrontar esta situación”.

En el caso de su empresa, Centro Eléctrico Krisa, el expresidente de la ACOMEE refiere que ha fortalecido la presencia de su negocio en las redes sociales y las ventas en línea a través de su página.

De igual manera, reflexiona sobre la necesidad de seguir adelante con mucha prudencia: “No hay que poner todos los huevos en la misma canasta. Creo que en este momento todos tenemos que ir con mucho cuidado, pensar muy bien antes de hacer una inversión o un negocio, porque son épocas muy difíciles”.

En tal sentido, destaca que hay empresarios, socios de ACOMEE, que pueden aportar su experiencia. “Dicen que más sabe el diablo por viejo que por diablo. Acercarnos a los socios de mayor edad para preguntarles cómo han manejado sus negocios desde el inicio puede enseñarnos mucho”, concluye.

---

*“Como comerciante, tienes la posibilidad de recibir capacitación de los fabricantes que están afiliados a la asociación.”*

---





Debido a la pandemia de covid-19, se canceló el evento que estaba planeado para celebrarse en marzo de 2020. Pese a ello, se entregaron despensas a los socios que ya habían adquirido sus boletos, así como a quienes ya habían pagado su cuota anual.

Asimismo, el calendario de capacitaciones se modificó de forma radical, por lo que cambiamos nuestra estrategia y empezamos a proporcionar información útil para los socios en los temas que el Gobierno de la Ciudad de México decretaba para los comercios, con respecto de las medidas que se generaron durante la contingencia.

Para ello, contamos con el apoyo de nuestro despacho de abogados para informar sobre cuestiones laborales y dar algunas recomendaciones a nuestros asociados.



## WEBINARS PARA APRENDER MÁS Y MEJOR



A lo largo de 2020, la ACOMEE realizó diversos eventos a distancia, y gracias al apoyo de nuestros fabricantes se impartieron *webinars* técnicos y comerciales, que fueron herramientas indispensables para nuestros socios.

Una de las participaciones que más destacaron fue la de nuestra capacitadora Liz Pasquell, quien nos apoyó con diversas ponencias sobre temas tan interesantes como “Aprende más de Zoom”, “Neuroventas por WhatsApp Business”, “Resiliencia en el liderazgo” y “Líder creativa”.

Por supuesto, nuestro presidente, el señor Erasto Martínez, tuvo una gran participación en el “Panel empresarial para la reactivación económica” organizado por la CANACO, en el ramo de la construcción.

También contamos con el apoyo de Roberto Mourey, quien impartió la conferencia “Cómo liderar en épocas de alta turbulencia”.

En conjunto con AMERIC, también realizamos el “IV Encuentro de Negocios”, en el que se registraron 450 personas; la audiencia diaria fue de casi 200 personas. El programa incluyó la conferencia motivacional “Ser feliz en medio de la tormenta”, impartida desde Colombia por la Lic. Pilar Ibáñez.

El segundo día, el despacho J&J Legal Solutions participó con el tema “Estrategias laborales, créditos y arrendamiento”, en el que se proporcionaron consejos muy útiles para nuestros socios.

El cierre de nuestro evento fue una actividad sorpresa, en la que se entregaron regalos.

## CELEBRACIÓN DE ANIVERSARIO

En noviembre se llevó a cabo una emotiva ceremonia de aniversario, en donde se entregaron reconocimientos a algunos de nuestros socios que cumplieron años. Además, con el apoyo de nuestros socios fabricantes patrocinadores, se entregaron asignaciones especiales a nuestros socios distribuidores, como varias iPad de octava generación, de 128 GB, y bocinas Bose.

## DIVERSIÓN PARA TODOS

Con respecto al esparcimiento, se realizó un evento *on-line* por el Día del Niño, dedicado a los hijos de nuestros socios. Y para los más grandes, Industrias Sola Basic patrocinó un *streaming* de Platanito Show.



## SÉ PARTE DE ACOMEE

Queremos que seas parte de nuestro gremio. Si te asocias a la ACOMEE, podrás:

- Integrarte en la base de datos.
- Recibir de forma bimestral y gratuita la edición digital de la revista ACOMEE México.
- Ser invitado a pláticas técnicas comerciales y talleres con los principales fabricantes del sector.
- Asistir a diferentes conferencias magistrales sobre temas de seguridad, fiscales, financieros, previsión social, etc.
- Ser representado ante instituciones y organismos gubernamentales.
- Promover tu marca en nuestra página web.
- Tener acceso a nuestro portafolio de empresas y relaciones comerciales con servicios de aduanas, aseguradoras y crediticias, entre otras.
- Acceder a nuestro buró de crédito comercial y datos de empleados conflictivos.
- Difundir tu bolsa de trabajo.
- Tener acceso a cursos en línea.
- Disfrutar costos preferentes para diversos servicios (para mayor información, consulta con nuestro *staff*).
- Recibir invitaciones para nuestros eventos institucionales.

## ¡NO TE PIERDAS LA FIESTA FAMILIAR VIRTUAL LEDVANCE ACOMEE! 20 Y 21 DE MARZO DE 2021

Uno de nuestros principios es el de fortalecer la unión y la amistad de la familia ACOMEE. Para lograrlo, continuamente organizamos eventos institucionales que nos unan, a pesar de la distancia.

El primer evento del año es la Fiesta Familiar, que en esta ocasión se realizará en formato virtual el sábado 20 y el domingo 21 de marzo.

Nuestros invitados especiales serán todos los empleados de nuestros distribuidores del medio eléctrico. Para hacer aún más divertida esta fiesta, tendremos dos actividades virtuales: una carrera el día sábado, y un juego interactivo Jeopardy el domingo, que serán la mejor oportunidad para la convivencia.

¡Únete y sé parte de esta gran celebración!



# Gerardo Flores y los retos de la era digital

El expresidente de la ACOMEE México y de la CONACOMEE nos ofrece su experiencia y sus conocimientos para entender la actual situación del gremio dedicado al material eléctrico y de iluminación, así como las acciones que ha tomado para sacar adelante su empresa.

La trayectoria de Gerardo Flores, primero al frente de la Asociación Nacional de Comerciantes de Material y Equipo Eléctrico (ACOMEE México) y luego de la Confederación Nacional de Comerciantes de Material y Equipo Eléctrico (CONACOMEE), se traduce en un legado de servicio y de transformación que robusteció la labor de ambas organizaciones durante ocho años.

Reconocido como pilar en la distribución dentro del ramo, el empresario ocupó la presidencia de la ACOMEE México hace 18 años, y más tarde desempeñó el mismo cargo en la confederación, la cual agrupa actualmente a 19 asociaciones estatales del país.

Como cabeza de la ACOMEE, su gestión se distinguió como un periodo de innovación, durante el cual se profesionalizaron las tareas de la institución, y se establecieron protocolos y procesos para mejorar la calidad de los servicios que esta ofrece a sus asociados.

También se registró un importante crecimiento en el número de afiliados, pues pasaron de 120 a más de 240. ¿Las razones de este incremento? “Se formaron comités de afiliación y

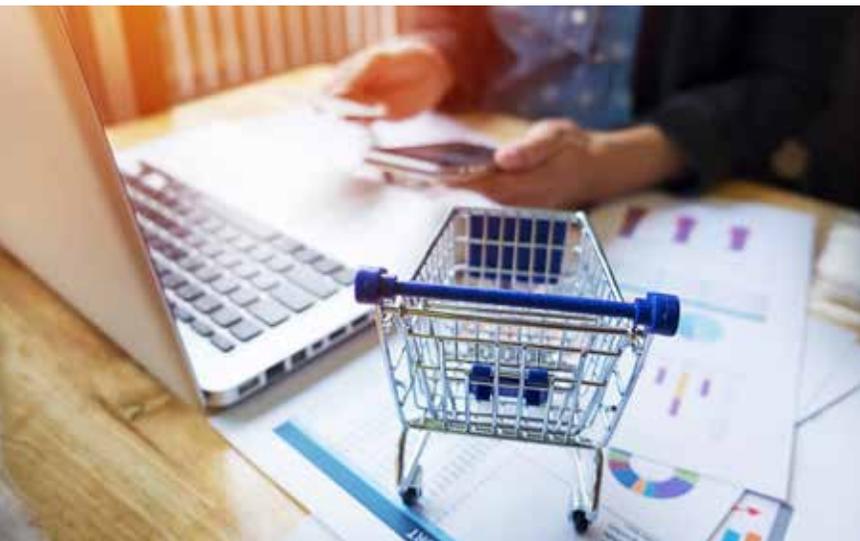
membresía que visitaban a los socios. La gente se interesaba mucho por los servicios y por eventos como la fiesta del empleado”, responde.

---

*“Todo el tiempo tenemos información por parte de la ACOMEE acerca de temas que nos afectan o podrían afectarnos.”*

---

Sobre el trabajo actual que en plena pandemia de covid-19 realiza la ACOMEE, Gerardo Flores celebra que se esté fomentando la capacitación mediante *webinars*: “Todo el tiempo tenemos información por parte de la asociación acerca de los temas que nos afectan o podrían afectarnos. Hoy es el medio que nos mantiene conectados de manera efectiva a nosotros, los comerciantes de material eléctrico”, recalca.




---

*“La ACOMEE es un gran recurso para acercarse a los directivos y a otros comerciantes, para hacer planes de trabajo y hacer un mejor networking.”*

---

Y añade: “la ACOMEE es un gran recurso para acercarse a los directivos y a otros comerciantes, para hacer planes de trabajo y hacer un mejor *networking*”.

### Acoplar la era digital con las necesidades del cliente

A pregunta expresa sobre las medidas que toma su empresa para contrarrestar los efectos de la pandemia, responde: “Los números han bajado considerablemente. Muchos negocios están empezando a trabajar en línea, aunque nuestro nicho de mercado siempre ha sido el comerciante de material eléctrico, que es más reacio a hacer pedidos en línea”. Y es que al comerciante al que se refiere le interesa comparar precios y recibir atención personal, por lo que “en 2021, el plan es implantar el *e-commerce* y trabajar, atendiendo también a nuestros clientes ya de manera digital”, explica.

Este es un valor agregado importante que no solo implica un esmerado servicio de atención al cliente y de asesoría, sino que también requiere que el usuario esté más familiarizado con la computadora, y que pueda resolver todas sus dudas e inquietudes a través de ella.

Gerardo Flores sabe que no será una tarea sencilla, pues a su vez el comerciante de material eléctrico está habituado al contacto personal con sus clientes, a quienes guía y ofrece

recomendaciones de compra, les lleva catálogos y muestras; es decir, “les da un servicio profesional que va más allá de ver en línea la foto o la ficha técnica de un producto”.

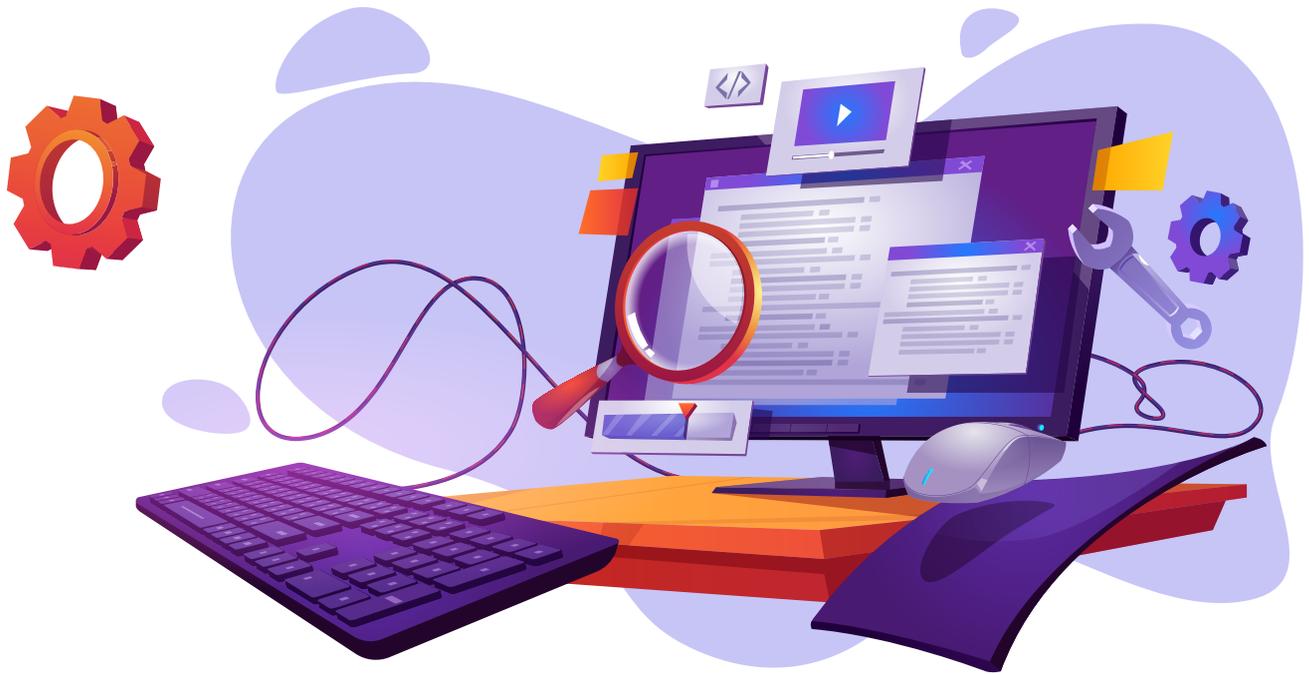
“Nuestro plan es estar más cerca de estos comerciantes, que continuarán visitando a sus clientes, y apoyarlos en sus especificaciones, proyectos, asesorías, respetando siempre la línea de distribución, que es mayorista, distribuidor y usuario”, añade.

### Un mensaje para los asociados de ACOMEE

Por otra parte, anima a los afiliados a participar más en la asociación, como retribución al esfuerzo de esta por ofrecer servicios de calidad y unir a los comerciantes. Hace un llamado para que se sumen a las capacitaciones y a las presentaciones de productos, ahora a distancia. “Que aprovechen la información que se pone a su alcance”.

También es enfático al enviar un mensaje para fortalecer la unidad entre la asociación y sus afiliados. “Un comerciante de material eléctrico solo, aislado, sin contactos, sin colegas en quienes apoyarse, puede ahogarse muy fácilmente”, reflexiona el expresidente de la ACOMEE.

Añade una observación directa a manera de conclusión: “Tú sabes que el comercio eléctrico es muy grande, y necesitas estar siempre asociado con otros comerciantes para fortalecerte y ofrecer un mejor servicio”.



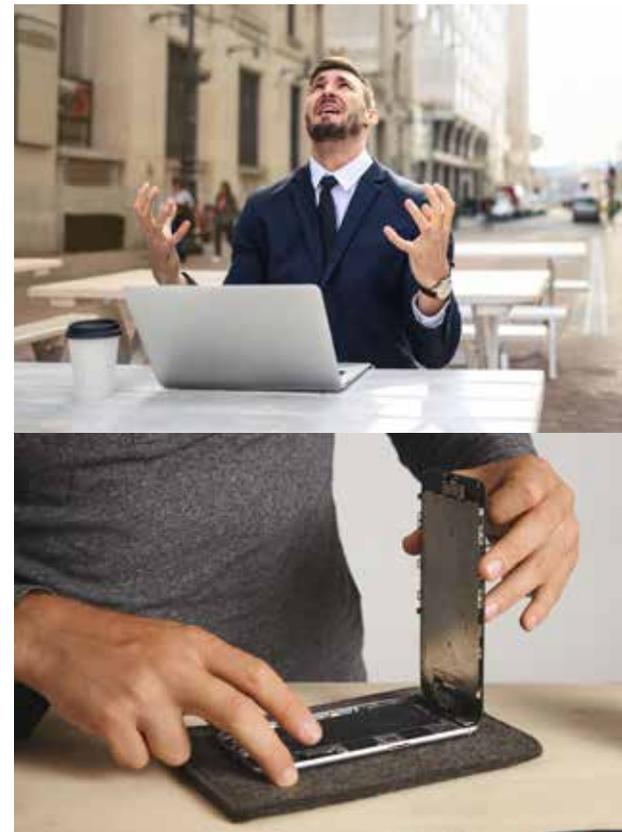
# Comprar, tirar, comprar: la obsolescencia programada

Los términos obsolescencia programada u obsolescencia planificada se refieren al fin de la vida útil de un producto, ya determinado por el fabricante antes de elaborarlo y venderlo.

**D**esde el diseño, muchos productos están pensados para dejar de funcionar correctamente después de cierto tiempo, o simplemente no funcionar más.

Esta práctica comenzó en 1932, poco después de la Gran Depresión Económica que afectó al mundo en 1929. En ese momento fue una de las tantas leyes estadounidenses para evitar la bancarrota de muchas empresas y un modo de reducir la alta tasa de desempleo en los Estados Unidos.

Su función principal es alimentar en el consumidor el deseo de poseer un modelo más reciente de determinado producto. En caso de que ese deseo no lo impulsara a comprar algo más nuevo, el consumidor se vería obligado a comprar otra versión de su objeto de cualquier modo, pues la vida útil del producto estaba prefijada desde su fabricación; después de eso, repararlo podía resultar más costoso que adquirir uno nuevo.



¿Es este el origen del consumismo? Así es. La obsolescencia programada es el corazón del interminable ciclo de comprar-tirar-comprar, y la idea de que todo es desechable, que continúa presente.

### Rompe con el ciclo

Una forma de evitar caer en este círculo vicioso es mantener nuestros equipos en óptimo estado e invertir en su mantenimiento. Desde el *smartphone* en nuestras manos, la pantalla plana, la tableta y el horno de microondas, hasta los equipos que utilizamos en el trabajo, como la computadora y la impresora, pasando por los de iluminación y seguridad, que pueden ser mucho más costosos al momento de reemplazarlos.

Si un aparato comienza a darte problemas, descubre la causa y, si es posible, repáralo en lugar de adquirir

rápido un nuevo modelo. Ahora que si ya está obsoleto, podrías reemplazarlo con uno de segunda mano, pues eso no significa que también esté en mal estado. Así te ahorrarás algo de dinero.

Cuando vayas a deshacerte de un aparato, en lugar de tirarlo a la basura, busca algún punto o empresa de reciclaje especializada que después fabrique nuevos productos con dichas piezas.

Iván Felipeortega Fonseca, especialista en iluminación arquitectónica con 28 años de experiencia en el Fideicomiso para el Ahorro de Energía Eléctrica, comenta: “La obsolescencia programada no puede evitarse por completo, pues es un concepto que viene de fábrica, pero sí es posible luchar contra ella, aplazándola, mediante el cuidado y el mantenimiento de nuestros aparatos”.

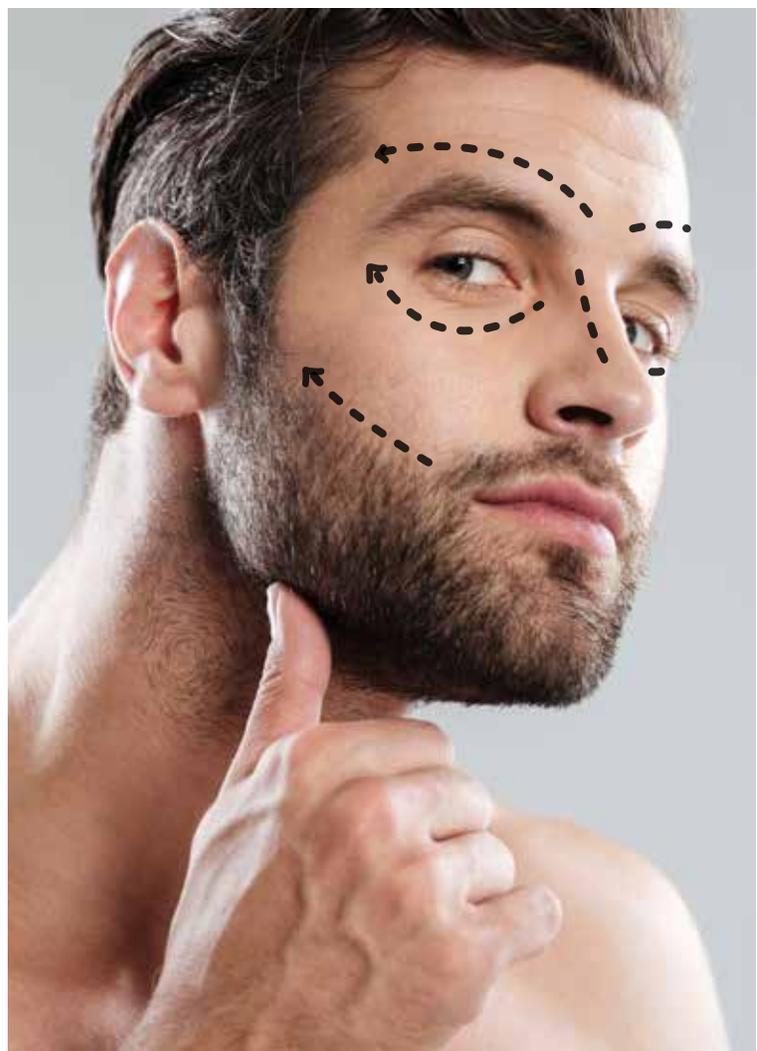


# Cirugías estéticas más comunes en hombres

Lo único que hace falta es decidirte y en unas horas la transformación será fantástica.

Las intervenciones estéticas, cada vez más comunes y accesibles para la población masculina, mejoran una parte del cuerpo con la que no estamos contentos del todo. Estos tratamientos representan un cambio, una nueva oportunidad para sentirte mejor contigo mismo.

Antes de decidir lo que quieres modificar, es necesario informarte y planear cuándo será el tiempo ideal para practicar la intervención. Además, debes elegir a un profesional certificado y avalado por instancias médicas, y platicar con alguno de sus pacientes previos, para saber si quedó conforme con los resultados.





## CUIDADOS

- Uso de prendas compresivas posterior al procedimiento, en el caso de liposucción.
- Terapia postoperatoria (radiofrecuencia y drenajes linfáticos, entre otros).
- En el caso de la rinoplastia, no usar gafas en siete semanas y evitar el contacto con la nariz.
- Tras una blefaroplastia, es importante el uso de gafas oscuras para cuidar la cicatrización y la inflamación.

El doctor Emmanuel Flores González, cirujano plástico, estético y reconstructivo (@eflorescirugiaplastica) nos contó en qué consisten a grandes rasgos las intervenciones estéticas para hombres más comunes en México.

### Liposucción HD

Su objetivo es obtener un cuerpo definido (abdomen marcado, pectorales, brazos y espalda) mediante una liposucción, donde además se emplea la grasa para dar volumen muscular. La recuperación es de una a dos semanas aproximadamente.

### Rinoplastia

Es una cirugía de nariz, que busca modificar las formas no deseadas para obtener un perfil más estilizado y acorde con el rostro y el sexo de cada paciente. Su recuperación lleva aproximadamente una semana.

### Blefaroplastia

Esta operación consiste en retirar piel y exceso de grasa de los párpados, para lucir una apariencia fresca y juvenil, y evitar una mirada cansada. Su recuperación lleva alrededor de una semana.

En caso de que no estés seguro de someterte a una intervención estética, estos son algunos métodos alternos:

### Radioterapia

La radioterapia ayuda a la retracción de la piel y reduce la grasa, aunque con respecto a una liposucción la mejoría es de 10%. Es la mejor terapia durante el plazo postoperatorio de una liposucción.

### Ácido hialurónico en la nariz

Si deseas cambiar el perfil de tu nariz sin cirugía, el ácido hialurónico es una gran opción para la rinomodelación. El único inconveniente es que sus resultados son temporales.

### Bótox en caso de blefaroplastia

El bótox en los párpados es una alternativa para las “patas de gallo” y otros signos de envejecimiento; sin embargo, no elimina la piel ni la grasa que produce una mirada cansada.

El candidato ideal para estos procedimientos es cualquier hombre que busque verse atlético y juvenil, y que desee transformar su cuerpo y rostro.



# Twin Peaks, el sports bar que debes conocer

**T**win Peaks es un nuevo sports bar ubicado en Insurgentes Sur, muy cerca del WTC, en donde te atenderán como rey.

Este es un bar pensado para los entusiastas de la buena comida y las mejores cervezas, y si eres amante de la carne, será tu lugar consentido.

Cuando entras no sabes hacia dónde mirar, pues el atractivo no solo está en sus gigantescas barras (en las que puede observarse el *stock* de licores, que rebasa por mucho la palabra *completo*), sino también en la decoración, saturada de elementos gráficos, taxidermia, candelabros y los famosos pósteres deportivos.

Este lugar será ideal para los aficionados de los deportes en horario estelar, con cerveza helada a  $-2$  °C y platillos ahumados que son parte de su *smoker program*. Todo



el menú se prepara en casa y en generosas porciones, para satisfacer el apetito de un verdadero fanático.

La abundante comida está hecha desde cero (*made from scratch*), y está pensada para maridar perfectamente con una cerveza de barril helada o un coctel clásico de whisky o tequila.

Twin Peaks será tu lugar predilecto para pasar un rato agradable mientras disfrutas las bebidas de la casa. La cervecería anexa al restaurante ofrece desde variedades ligeras, estilo *lager* mexicana, hasta productos con carácter.

En 2020, Twin Peaks logró aparecer en la prestigiosa lista de los mejores 500 restaurantes de cadena anunciada por *Restaurant Business*, que comprende los restaurantes con mayores ganancias de Estados Unidos e identifica los establecimientos que lideran el mercado con el crecimiento

más rápido. Adicionalmente, Twin Peaks ocupó el sitio de honor entre las mejores franquicias en la categoría sports bar de acuerdo con *Franchise Times*.

El nuevo restaurante deportivo, que ocupa 558 metros cuadrados, ofrecerá 24 tipos de cerveza de barril, entre las que se encuentran cuatro marcas propias, *lager* e IPA. Cuenta con un comedor central y un patio, así como 67 televisores distribuidos por todo el restaurante.

Y puesto que la salud y la seguridad de sus comensales y colaboradores es la máxima prioridad en Twin Peaks, el restaurante ha implantado estándares y procesos de desinfección mejorados, y continuará cumpliendo con todas las pautas federales, estatales y locales.

📍 Twin Peaks - Av. Insurgentes Sur 674, Col. Del Valle.



## Mixología

### 3 COCTELES DELICIOSOS ¡y bajos en calorías!

¿Quieres preparar opciones más ligeras? Aquí te damos tres recetas que te convertirán en la sensación de la primavera.

#### Rémy Grand Tonic

152 calorías

##### Ingredientes:

- 30 ml de Rémy Martin VSOP
- Agua tónica
- Limón
- Hielo

##### Preparación:

En un vaso con hielo vierte Rémy Martin VSOP, cubre con tónica y termina con una rodaja de limón fresco.



#### Cointreau Royale

159 calorías

##### Ingredientes:

- 30 ml de Cointreau
- 90 ml de champaña
- Cáscara de naranja

##### Preparación:

Vierte el Cointreau en una copa especial para champaña. Sirve la champaña hasta llenar la copa. Adorna con el trozo de cáscara de naranja en el borde.



#### The Botanist Martini

217 calorías

##### Ingredientes:

- 70 ml de *dry gin* The Botanist
- 30 ml de *Dolin dry vermouth*
- 3 pizcas de *orange bitters*

##### Preparación:

*Shakea* los ingredientes, cuela hacia un vaso frío. Añade una cáscara de limón envuelta a una orilla del vaso.





# Tus emociones: las socias que te llevarán al éxito

Erróneamente creímos que la razón supera a la emoción, pero sabemos que hoy es todo lo contrario. La emoción podría ser tu mayor inteligencia.



Los negocios se hacen con la cabeza fría, sin emociones, ¿cierto? Seguramente tú, como yo, creciste creyendo esta afirmación, y que mostrar tus emociones era símbolo de debilidad. Pero ¿qué pasaría si esa aparente debilidad no fuera más que un gran talento oculto que no has aprovechado?

En el mundo corporativo se habían valorado las cualidades de pensamiento y análisis como las aptitudes ideales de desempeño académico y profesional; sin embargo, desde hace unas décadas, investigadores y empresas detectaron que las habilidades necesarias para tener éxito y felicidad iban más allá de la lógica y la racionalidad.

Estas no podían evaluarse mediante algún test de inteligencia, y gracias a ello surgieron teorías como la de las inteligencias múltiples de Howard Gardner, la teoría de Raymond Cattell o la inteligencia emocional, que popularizó Daniel Goleman.



La inteligencia emocional tiene un papel fundamental en nuestra manera de socializar y en nuestras estrategias de adaptación al medio en el que vivimos. Cabe resaltar que las decisiones racionales son influidas por una gran carga emocional a nivel subconsciente, basada en creencias y paradigmas forjados en nuestras experiencias de vida.

Lidiamos con una realidad aparentemente física, pero hoy sabemos que más allá de la materia física hay otros campos intangibles: mental, emocional y energético, que están compuestos de vibración.

Como en todo plan de negocio, siempre es mejor contar con herramientas para tomar la mejor decisión, crear un plan más certero o tener una visión más amplia de la situación, para así actuar de mejor manera. Tal es el caso de la inteligencia emocional, la cual has aplicado aun sin saberlo en multitud de ocasiones en tu vida, cuando has actuado impulsado por la emoción y no por la razón.

### Comienza a desarrollar tu inteligencia emocional

Utiliza mi método de liderazgo emocional, llamado las “4 A”, que está basado en la meditación:

1. **Autoconocimiento:** Reconocer a ti mismo, tus habilidades y áreas de oportunidad para una mejora continua. Saber quién eres y a dónde vas; tener metas claras y propósito es la clave de la felicidad.
2. **Autogestión:** Conocer a ti mismo implica ser responsable de ti, de tu pensamiento, tu emoción y tu acción. Tú eres quien se regula a sí mismo. Quien no es líder de sí mismo, no puede ser guía de nadie más.
3. **Autorreconocimiento:** Desarrollar una habilidad de automotivación y constante búsqueda de la excelencia hacia experiencias plenas y enriquecedoras día a día. El autorreconocimiento refuerza la autoestima, la confianza y genera estados positivos de crecimiento.
4. **Amor propio y empatía:** El amor propio es el pilar principal del liderazgo emocional. Quien se ama y se respeta, por correspondencia buscará generar un entorno armónico, próspero y de crecimiento constante para sí y para los demás.



Además de mi método, te sugiero aprender una habilidad de entrenamiento mental para ampliar y equilibrar el desarrollo de ambos hemisferios del cerebro y operar en estados alterados de conciencia, como la meditación, una herramienta que todo líder debe poner en práctica. Un cerebro enfocado y atento reflejará un estado físico, mental y emocional pleno.

El mundo requiere hoy más que nunca líderes altamente eficaces, pero a la vez emocionalmente inteligentes para llevar nuestro mundo a un nuevo rumbo. ¿Estás decidido a convertir a tus emociones en tus aliadas rumbo al éxito?



### AURA MARTÍNEZ

Conferencista, escritora, terapeuta y mentora en liderazgo emocional individual y para grupos. Es directora de Lidera tu Vida y creadora del método transformacional Liderazgo Emocional para Vidas Extraordinarias.

f | Lidera tu Vida

---

*Quien no es líder de sí mismo no puede ser guía de nadie más.*

---





# Colaboradores

## Álvaro Aldrete

@ contacto@aldrete.com.mx  
 ☎ 33 3827 0001  
 @ alvaroaldretem  
 @alvaroaldretem  
 @ www.alvaroaldrete.com



## Héctor Meza

@ @hectormezamx  
 @Hector\_AMeza



## Liz Pasquell

☎ 55 6630 0637  
 f /PasiónPorVivirOficial  
 @pasion\_porvivir



## Marta "Mar" Barragán

@ mar\_toon@hotmail.com  
 ☎ 55-4882-8114  
 f Martha Barragán Mar  
 f Martha Barragán Mar  
 f Meta Coach & Caricaturista  
 @marcartonist

## Víctor Rosales

f @yavocapital  
 @ @yavocapital  
 in Yavo Capital  
 @ www.yavocapital.com



## Aura Martínez

@ aura@lideratuvida.mx  
 ☎ 55 4091 0344  
 @ lideratuvida.mx  
 f Lidera tu Vida  
 Lidera tu Vida

## Josefina Murrieta

@ murrietaj@hotmail.com  
 ☎ 55 4091 0344  
 @ jose\_murrieta  
 f Jose Murrieta  
 @josemurrieta

# Anunciantes

## Con... tacto, S.A. de C.V.



### Doctor Olvera

Calle Dr. Olvera 39, Doctores, CP 06720, Ciudad de México. ☎ 55 5134 3600

### Eje Central

Antonio García Cubas 1, Obrera, CP 06800, Ciudad de México. ☎ 55 5578 0733

### Marina Nacional

Av. Marina Nal. 103, Los Manzanos, CP 11460, Ciudad de México.

☎ 55 5134 3610

f @contactoelectrico

🌐 con tactoelectrico.com

## Estevez



### Carlos Bazán

@ cbazan@estevez.com.mx  
 ☎ 55 5545 5005 · 33 3615 5158  
 🌐 estevez.com.mx

## Grupo Surtidora Eléctrica



### Iván Varela Barrera

☎ 55 5521 6551  
 🌐 gruposurtidora.com.mx

## Americ, A.C.



Av. San Antonio 319, San Pedro de los Pinos, Benito Juárez, CP 03800, Ciudad de México.

☎ 55 5611 5496

🌐 socio.americ.org.mx

f @ @ @

## Pasquell GAP Center



Heriberto Frías 1145, Col del Valle Centro, Benito Juárez, CP 03100, Ciudad de México.

☎ 55 5611 5496

@ pasquellgapcenter@gmail.com

f /pasquellgapcenter

🌐 pasquellgapcenter.com.mx

## Fosar



Guillermo Hernández Campos

Nextel:1040 6436

ID 52\*1\*7911

# CON..TACTO S.A. DE C.V.

SU MEJOR CONTACTO EN MATERIAL ELECTRICO E ILUMINACION



**SERVICIO A DOMICILIO**  
**(Aplican Restricciones)**



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



## Zenit

El punto culminante en series modulares

Con una amplia gama de más de **60 funciones y 16 acabados.**

La serie modular más completa para todo tipo de instalaciones de vivienda y comercial.

