



EL MERCURIO

DOMINGO 23 NOVIEMBRE 2025

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 19 - N° 970

CUENCA - ECUADOR

ENTREVISTA | Pag. 3

TANIA *Barrezueta*

*Aborda el tema de prevención digital
para proteger a niños y adolescentes.*

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

TEMA

ellas & ellos

VIDA EN FAMILIA

2

ROBOTS INTELIGENTES

5

Y SU AYUDA EN LA SALUD MENTAL

8

ROSTROS DE MUJERES CUENCANAS

ROBOTS "INTELIGENTES": LA AMBICIOSA PROMESA DE LA IA FÍSICA



La "IA física" está impulsando el desarrollo de robots humanoides capaces de interactuar de forma segura y eficiente con el entorno real. Empresas como la japonesa Enactic trabajan en brazos robóticos y sistemas teleoperados que aprenden de movimientos humanos captados mediante realidad virtual. Con suficiente práctica, estos robots podrían asumir tareas diarias, especialmente en áreas con escasez de personal, como los asilos. Su fundador, Hiro Yamamoto, planea desplegar modelos que convivan con personas en entornos cambiantes, priorizando la seguridad.

El interés mundial por esta tecnología crece gracias a figuras como Jensen Huang de Nvidia y a videos virales de androides avanzados. Según Morgan Stanley, para 2050 podría haber más de mil millones de robots humanoides. China también acelera su desarrollo: XPeng presentó un robot con movimientos naturales, aunque todavía limitado en manipulación y con costos elevados que dificultan su adopción industrial.

Aun así, expertos como Brian Gu sostienen que, con datos suficientes, estos robots podrían realizar casi cualquier función humana. Empresas como Enactic y 1X ya los entrenan en hogares y residencias. No obstante, persisten grandes retos: las capacidades físicas avanzan más lento que la IA y continúan los fallos en demostraciones públicas. Para especialistas como Sara Abad Guaman, habilidades humanas como el tacto siguen siendo insustituibles.

NOVEDADES:



GOOGLE LANZA GEMINI 3 EN UN INTENTO POR LIDERAR LA CARRERA DE LA IA

Google presentó Gemini 3, la nueva versión de su herramienta de inteligencia artificial, con la que busca liderar la competencia global en este campo. La compañía la describe como su modelo "más inteligente", capaz de interpretar texto, imágenes, audio y video, además de funcionar como un agente capaz de crear aplicaciones. Gemini 3 estará disponible en la app actualizada, que ya suma 650 millones de usuarios mensuales, y también integrada en el motor de búsqueda, utilizado por más de dos mil millones de personas. Tras los tropiezos iniciales de Gemini en 2023 y críticas por respuestas erróneas en AI Overviews, Google ha acelerado mejoras. Según ejecutivos de la empresa, la integración del nuevo modelo en Search marcará un avance significativo.



UN PROYECTO CONVIerte A LAS CUCARACHAS REALES EN HERRAMIENTAS DE EXPLORACIÓN

Investigadores en Alemania están desarrollando un innovador proyecto que convierte cucarachas reales en herramientas de exploración mediante pequeñas "mochilas" tecnológicas. Estas estructuras, creadas por la empresa SWARM Biotactics, incluyen sensores, micrófonos y sistemas de comunicación que permiten guiar parcialmente a los insectos y recopilar información en espacios extremadamente reducidos, inaccesibles para robots convencionales. El objetivo es utilizarlas en labores de búsqueda y rescate, monitoreo ambiental y, potencialmente, en misiones de vigilancia. Las cucarachas se mueven con naturalidad entre grietas y escombros, lo que las convierte en plataformas ideales para llegar a zonas peligrosas sin arriesgar vidas humanas. Aunque el proyecto genera entusiasmo tecnológico, también plantea debates éticos sobre el uso de organismos vivos en aplicaciones militares y de inteligencia.

TECNOLOGÍA

EL IMPACTO DE LA MÚSICA EN EL CEREBRO

La música activa más partes de la mente que ningún otro estímulo humano.

LA MÚSICA ACTÚA EN EL:

- Hipotálamo
- Núcleo accumbens
- Área tegmental ventral

TONALIDAD

- Cortez prefrontal
- Cerebelo
- Lóbulo temporal

RITMO

- Cortez frontal izquierdo
- Cortez parietal izquierdo
- Cerebelo derecho

Activa los centros de recompensa y placer de nuestro cerebro.

LETRAS

- Área de Wernicke
- Área de Broca (dependiendo de la canción)
- Cortez visual (imaginando partes de la canción)
- Cortez motor (tamborileo con los dedos)
- Respuestas emocionales



ESTIMULA LA PRODUCCIÓN DE:

- ▶ Óxido nítrico, una sustancia vasodilatadora
- ▶ La liberación de serotonina
- ▶ Ayuda a reducir los niveles de cortisol, la hormona responsable del estrés y la ansiedad.
- ▶ La hormona prolactina, segregada por nuestro cerebro cuando sentimos tristeza



Fuente: The Psychology of Music, Universidad de Florida, INVOES y National Geographic



imagen de una persona o exposición de datos personales. En situaciones extremas, estos casos pueden derivar en desenlaces trágicos.

El grooming ocurre cuando un adulto se hace pasar por un niño o adolescente para contactar a un menor, ganarse su confianza y solicitarle imágenes o videos íntimos. Esto puede derivar en sextorsión, ya que el agresor suele obtener acceso a las redes sociales del menor, iniciando una escalada de violencia. Además, puede existir un riesgo de encuentro físico que expone al menor a graves peligros.

En cuanto a los retos peligrosos, estos se difunden en redes sociales y promueven conductas riesgosas a cambio de likes o validación social. Niños y adolescentes, en pleno proceso de construcción de identidad, pueden sentirse presionados a participar, sin contar con el pensamiento crítico necesario para comprender las consecuencias. La búsqueda de likes genera dopamina y sentimientos de felicidad momentánea, lo que puede derivar en comportamientos compulsivos.

Barrezueta enfatiza que padres y cuidadores deben ofrecer un acompañamiento activo, estar preparados y empoderados para guiar a niños y adolescentes. Muchos juegos en línea exponen a los menores a riesgos debido a la suplantación de identidad por parte de adultos que buscan establecer contacto con ellos.

Todo este panorama motivó a Tania Barrezueta a crear una empresa que brinde apoyo integral a las familias: desde la formación y la prevención, hasta el acompañamiento frente a situaciones que ya se han presentado, tanto en el ámbito familiar como en instituciones educativas.

Para conocer más sobre estas temáticas, pueden visitar sus redes sociales @tania.barrezueta o para asesoría comunicarse al 0995856711.

Tania Barrezueta

**PREVENCIÓN DIGITAL
PARA PROTEGER A
NIÑOS Y ADOLESCENTES**

Su interés por esta temática nació en su entorno familiar, al observar que sus hijos empezaban a vincularse con los videojuegos. Esto la llevó a profundizar en los riesgos del mundo digital y a descubrir temas que requerían abordajes preventivos urgentes.

Con esta motivación, inició su trabajo en el ámbito de la prevención digital. Actualmente dirige clickseguro.ec, una empresa que apoya a familias e instituciones en los procesos de conocer, actuar y mitigar los peligros asociados a las redes sociales. "No solo informamos y prevenimos, sino que ayudamos y acompañamos en situaciones que se presentan con menores de edad que son víctimas de diferentes problemáticas relacionadas con la ciberseguridad", explica Barrezueta.

La especialista advierte que vivimos un cambio de era acelerado por la pandemia, lo que vuelve indispensable fortalecer la prevención. Desde su trabajo, identifican tres tipos de peligros principales: ciberacoso, grooming y participación en retos peligrosos.

El ciberacoso es una forma de violencia intencional y repetitiva que busca afectar la autoestima y acosar a la víctima. Puede manifestarse mediante la difusión de información falsa, publicación de fotografías o videos vergonzosos, creación de perfiles falsos para dañar la

Tania Barrezueta, doctora en Comunicación, trabaja en la línea de investigación de la Educación y la Alfabetización Mediática.

La educomunicación es el punto donde se encuentran la educación y la comunicación. Desde este enfoque se reconoce la necesidad de que la sociedad esté preparada para enfrentar los nuevos medios y entornos digitales; por ello, es fundamental educar a la población para un uso adecuado y seguro de la virtualidad.



Estilo cápsula: un guardarropa inteligente con solo 20 piezas

Crear un estilo cápsula es la clave para un guardarropa inteligente, funcional y siempre elegante. La idea consiste en seleccionar alrededor de 20 piezas versátiles que puedan combinarse entre sí para generar múltiples looks sin esfuerzo. El primer paso es elegir una paleta de colores neutros —como negro, blanco, beige, gris y azul marino— que facilite las combinaciones. A partir de ahí, se incorporan prendas esenciales: dos jeans bien cortados, un pantalón de vestir, una falda básica, dos blusas clásicas, camisetas de calidad, un suéter, una chaqueta ligera y un blazer estructurado.

Los vestidos monocromáticos y las camisas blancas aportan elegancia instantánea, mientras que un par

de zapatillas limpias, zapatos formales y sandalias minimalistas cubren casi cualquier ocasión. Los accesorios también forman parte del armario cápsula: un bolso neutro, un cinturón y algunas joyas atemporales elevan cada conjunto sin necesidad de exceso.

El éxito de este estilo radica en priorizar calidad sobre cantidad. Invertir en materiales duraderos y cortes favorecedores garantiza que las prendas se mantengan impecables temporada tras temporada. Además de simplificar la vida diaria, un guardarropa cápsula reduce el consumo impulsivo y promueve un estilo coherente y sofisticado. Con pocas piezas, pero bien elegidas, es posible vestir con intención todos los días.

CONSEJITOS!



ACEITE DE ROSAS

El aceite de rosa se aplica principalmente en rostro, cuello y escote, siempre sobre la piel limpia. Coloca unas gotas y masajea suavemente. También puede usarse en manos y zonas secas del cuerpo. Sus beneficios incluyen hidratación profunda, mejora de la textura, reducción de manchas, líneas finas y un efecto calmante que aporta luminosidad y suavidad.

Protección solar



Lo ideal es aplicar protector solar en el rostro todos los días, incluso si está nublado o estás dentro de casa. Se recomienda colocarlo cada 2 horas cuando estás expuesta al sol y una vez en la mañana si permaneces en interiores. Úsalo después de tu crema hidratante para mantener la piel protegida y prevenir manchas y envejecimiento.

Prevenir la calvicie



Para prevenir la calvicie en caballeros, es clave evitar el estrés, ya que acelera la caída. También conviene reducir el uso de gorras por largos periodos, no abusar de geles o ceras pesadas y evitar peinados muy tirantes. Limita el uso de secadores calientes y evita fumar, pues afecta la circulación en el cuero cabelludo y debilita el folículo.



ANIMALES Y EMOCIONES: LAS MASCOTAS AYUDAN A LA SALUD MENTAL HUMANA

Las mascotas desempeñan un papel fundamental en la salud mental humana, y la ciencia lo confirma cada vez con mayor claridad. La interacción con animales, especialmente perros y gatos, activa respuestas fisiológicas que reducen el estrés y promueven bienestar. Acariciar a una mascota disminuye los niveles de cortisol —la hormona del estrés— y aumenta la liberación

de oxitocina, vinculada a la sensación de calma y apego. Esta combinación favorece estados emocionales más estables y mejora la respuesta del cuerpo ante situaciones difíciles.

Para personas con ansiedad o depresión, la presencia de un animal puede brindar estructura y motivación diaria. Actividades simples como pasear al perro, alimentar al gato o jugar con una mascota generan rutinas saludables que ayudan a combatir el aislamiento y fomentan el movimiento. Además, los animales ofrecen compañía incondicional, lo que reduce la sensación de soledad y aumenta la autoestima.

En terapias asistidas, los animales actúan como puentes emocionales, facilitando la comunicación y la expresión de sentimientos en personas mayores, niños con trastornos del neurodesarrollo o pacientes en rehabilitación. Su naturaleza libre de juicios crea un entorno seguro para conectar emocionalmente.

En conjunto, las mascotas no solo enriquecen la vida cotidiana, sino que también se han convertido en aliadas clave para mejorar la salud mental, ofreciendo apoyo emocional genuino y constante.

Truquitos:

CUIDADO DENTAL



El cuidado dental en mascotas es un aspecto esencial que muchos dueños pasan por alto. La acumulación de placa y sarro puede provocar mal aliento, dolor, pérdida de dientes e incluso infecciones que afectan órganos vitales. Para prevenirlo, los veterinarios recomiendan cepillar los dientes del animal varias veces por semana con productos específicos para mascotas. También son útiles los juguetes y premios diseñados para limpiar de forma natural.

Además, una limpieza profesional anual ayuda a mantener una boca sana y mejora significativamente la calidad de vida del animal.



CONEJITOS FELICES!

Los conejos son mascotas sensibles que requieren cuidados específicos para mantenerse sanos y felices. Su alimentación debe basarse principalmente en heno de buena calidad, complementado con verduras frescas y pequeñas porciones de pellets. Necesitan espacio para correr y explorar, pues el ejercicio previene problemas óseos y digestivos. También es vital proporcionarles objetos para roer, ya que sus dientes crecen de manera continua. Los controles veterinarios regulares y un ambiente tranquilo ayudan a reducir el estrés, garantizando una vida larga y saludable para estos animales.

DOBERMAN

Es un perro razonablemente grande, poderoso y elegante a la vez. El pelaje es corto y liso y puede ser de color marrón, negro, azul o leonado (también denominado isabella) con manchas de color naranja. El porte del cuerpo es orgulloso y tiene cierto parecido con un caballo pura sangre. Los machos adultos miden alrededor de 69 cm y las hembras, 65 cm. El adulto pesa entre 32 y 45 kg.



Dra. María Deisy Aluma Sánchez

Primera médica rural y la primera radio terapeuta en Cuenca y en el país

Nació en Cuenca el 26 de febrero de 1946, fue hija del Dr. Reynel Aluma Domínguez y de la Sra. Aurora Sánchez Valdivieso. Realizó sus estudios primarios y secundarios en la ciudad de Buga, Valle del Cauca, en razón que su señor padre era médico colombiano. Los estudios universitarios los realizó en la Universidad de Cuenca, en la Facultad de Ciencias Médicas y se graduó en el año de 1971 como la mejor estudiante de su promoción, haciéndose acreedora a la condecoración "Benigno Malo" que la Universidad de Cuenca entrega cada año a los mejores estudiantes.

Los compañeros de graduación fueron los siguientes doctores: Leonardo Alvarado, Guido Puente, Raúl Alvarado, German Córdova, Raúl Cáceres, Humberto Mogrovejo, Segundo Vargas, Enrique Piedra, Roberto D Haro, Alberto Quezada, Benjamín Flor, Enrique Hermida, Joaquín Landivar, Saúl Pacurucu, Oswaldo Cárdenas, Bolívar Quito, Julio Moscoso, Wilson Argudo, José Sarmiento.

Es importante conocer que fue la única mujer en su promoción; realizó el internado y residencia en el Hospital "San Vicente de Paúl". La primera Médica Rural del país en la entonces Parroquia "El Tambo" del cantón Cañar. Ejerciendo su medicatura rural es nombrada Vicepresidenta del Comité de Cantonización de "El Tambo".

Realizó sus estudios de especialidad en la ciudad de Buenos Aires-Argentina, en el Hospital de Cancerología, adquiriendo el título de MEDICA RADIOTERAPEUTA.

A su regreso al país incursiona por un corto período en calidad de docente de Biología en el Colegio "Herlinda Toral" y casi inmediatamente ingresa a SOLCA, en consideración a su especialidad se



La Orquesta Médica del Azuay, al centro, consta la Dra. Deysi Aluma en su faceta de artista como experta en el piano.



La Dra. Deysi Aluma posa junto al reconocido médico Dr Leoncio Cordero Jaramillo, luego de un evento científico de SOLCA

transforma en la primera Institución del país en tener el servicio de Radioterapia. Permaneció en SOLCA durante 36 años en calidad de Jefe del Servicio de Radioterapia, habiendo atendido a miles de pacientes oncológicos. Realizó múltiples cursos de especialidad en México, Cuba, EE UU y en Colombia. Formó parte de la

Sociedad Ecuatoriana de Radiología y Radioterapia, asistiendo a numerosos congresos y cursos en calidad de expositora. Fue considerada como la iniciadora de la especialidad de Radiología y Radioterapia en el país y por su puesto en Cuenca por la Sociedad Ecuatoriana de Radioterapia en Quito.

Recibió la insignia "María Ramona Cordero y León" por parte de la Municipalidad un 3 de noviembre del 2012. A su alta formación académica y profesional le unía un sólido conocimiento en valores culturales como la música clásica de la que fue gran conocedora y ejecutora en el piano, brindando varios conciertos en diferentes foros.

Formó parte de la recordada y famosa Orquesta Médica de Cuenca. Hablaba el inglés y francés; una incansable lectora de la literatura mundial y nacional sobretodo de novelas. Fue una excelente conocedora del cine y su historia lo que le llevó a conformar una de las más completas colecciones de películas

clásicas y de biografías de los mejores directores y actrices de cine de todos los tiempos.

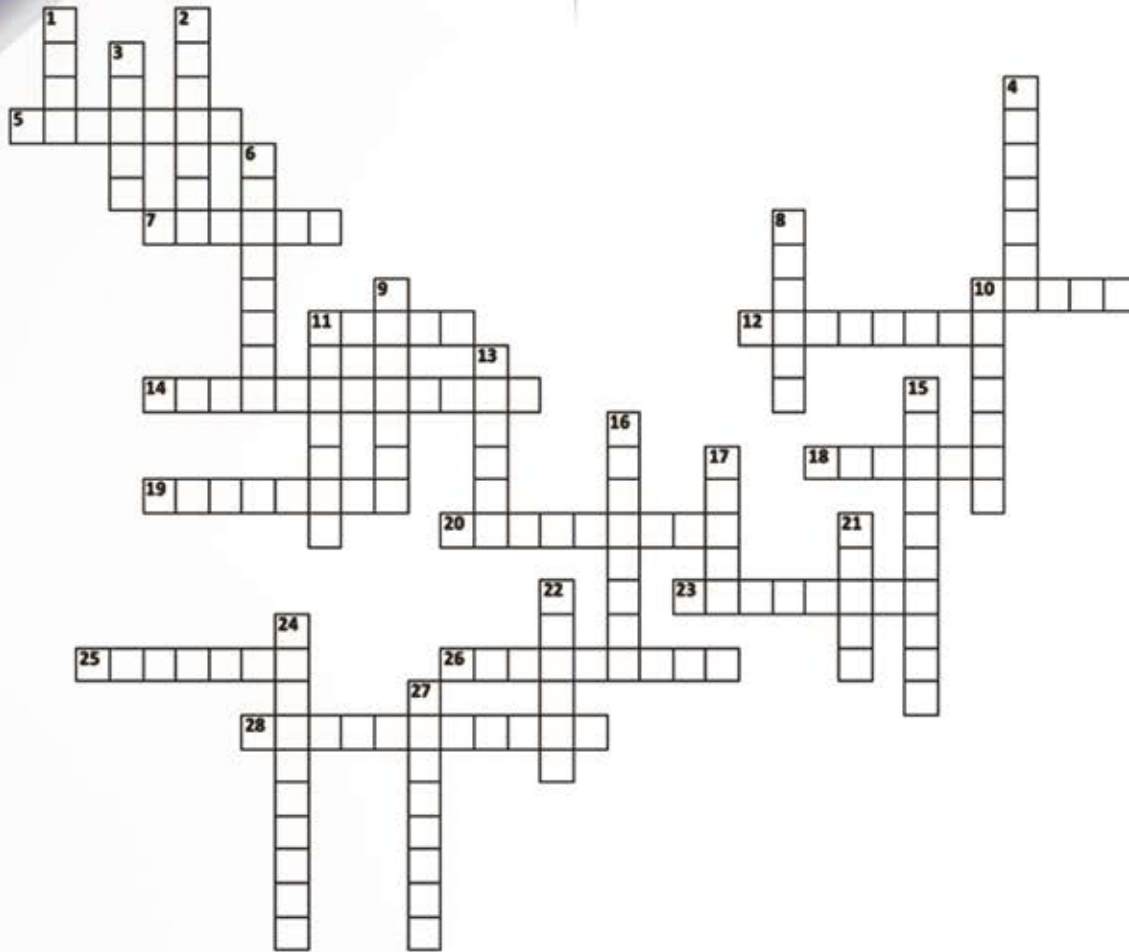
Una esposa, madre, y abuela ejemplar. Falleció luego de una larga enfermedad a los 66 años de edad, el 13 de septiembre del 2012.

Por parte del Municipio de Cuenca durante el ejercicio del Dr. Paúl Granda López, recibió un reconocimiento post-mortem por el ejercicio de su profesión en una sociedad ejercida especialmente por varones y que marcó un hito en el ingreso de la mujer en el trabajo en instituciones científicas; su profesión estuvo además matizada con el desarrollo de altos valores humanísticos y de servicio social en la defensa de la mujer trabajadora en las instituciones públicas.

Saúl Chalco Quezada
SOCIEDAD DE HISTORIA DE
LA MEDICINA DEL AZUAY

CRUCIGRAMA

Sistema Solar



Horizontalmente

5. Enorme conjunto de estrellas, gas y polvo.
7. Depresión circular causada por impacto de meteoritos.
10. Vehículo no tripulado enviado para explorar el espacio.
11. Planeta rojo, objetivo de futuras misiones humanas.
12. Nube interestelar donde nacen nuevas estrellas.
14. Región dominada por el campo magnético de un planeta.
18. Antiguo noveno planeta, ahora clasificado como planeta enano.
19. Región llena de fragmentos rocosos entre dos planetas gigantes.
20. Energía emitida en forma de ondas o partículas.
23. Rango de longitudes de onda visibles y no visibles.
25. Alineación que oculta temporalmente la luz del astro.
26. Cuerpo rocoso que orbita mayormente entre Marte y Júpiter.
28. Medida de cuán caliente o frío está un cuerpo.

Verticalmente

1. Satélite natural que ilumina nuestras noches.
2. Gigante gaseoso con la Gran Mancha Roja.
3. Planeta inclinado que gira de lado.
4. Planeta azul, conocido por sus vientos supersónicos.
6. Movimiento que produce día y noche en los planetas.
8. Objeto celeste con cola brillante al acercarse al calor.
9. Fuerza ejercida por un fluido sobre una superficie.
10. Planeta famoso por sus brillantes anillos.
11. Roca que arde al entrar en la atmósfera terrestre.
13. Trayectoria curva que sigue un cuerpo alrededor de otro.
15. Fragmento rocoso que viaja por el espacio interplanetario.
16. Planeta más cercano al astro rey.
17. Planeta envuelto en densas nubes de ácido.
21. Partícula elemental de luz.
22. Nuestro hogar, único con agua líquida abundante.
24. Instrumento que amplía la visión de objetos lejanos.
27. Fuerza que mantiene a los cuerpos en órbita.

BUSCA palabras

S P O P U L O S O C P
R A O É E I R U A O S
E L L H G U C G O L O
D E D C T Ó I T A G L
N T H I H T C T P A E
E R N L A I A T E N C
C A R C V N C V S D A
S P I N E É D H C O O
A Ó O R R O H C A C Ó
N C P N R A N O T E D
G T É P R A T S E R P

- AGITACIÓN - ASCENDER - CACHORRO - CELOS - CLICHÉ
- COLGANDO - CONVICTO - DETONAR - LETRA - PESCA
- POPULOSO - PRENATAL - PRESTAR - RUTINAS - SALCHICHA

SUDOKU

Llene los espacios vacíos con los números del 1 al 9. No repita los números en su propia fila horizontal o vertical ni en el cuadrado que los contiene.

1	8			7	6			
			5			4	3	6
		5		2				
	9	7	8		5	2	6	
								4
			9			7		3
			2	9			1	
	7			4		6		
8	1	3						

Rostros de mujeres

cuencanas (2)

A todas las mujeres líderes de la humanidad, y también a quienes ejercen su liderazgo en su patria chica, les debemos la continuidad de la lucha por la igualdad de género. Su valentía, sus desafíos y su persistencia han construido la historia de este conflicto y han impulsado la búsqueda incesante por los derechos igualitarios.

Hoy por hoy los códigos de ley ordenan paridad política que no se cumple como lo manda lo escrito, ¿Pero por qué no se cumple? Prejuicios eternos que son un tabú, mujeres que se han preparado en lo político, representantes que no se las deja avanzar, sabemos en muchos casos de pugnas internas en los diferentes periodos políticos que hemos soportado; sin embargo, el egolatrismo masculino las marginan en vez de fortalecerlas, mucho peor con las que tienen pensamientos diferentes.

La diferencia entre el hombre y la mujer es cultural, mientras más avanzada



es una sociedad más apoyo tiene la mujer; entender nuevas ideas, nuevas emociones desde la región de su influencia y percepción femenina se caminaría a nuevas conciencias direccionadas a grandes posibilidades.

Son líderes, empresarias, activistas, que trabajan esforzadamente y que pueden construir mucho mejor el presente desde sus puestos de trabajo si fueran más trascendenta-

les; con sus pensamientos intelectuales elevados, humanistas y filosofas, sin olvidar a las que se fueron a otras tierras porque allá encontraron su destino, pero mágicamente llevan en sí la honra de la cuencanía.

El feminismo bien entendido es un movimiento que busca que los derechos y oportunidades tengan igualdad para las mujeres. En el ámbito mundial, como el local, se tiene gran-

des ejemplos de Organizaciones de lucha con sus representantes cuencanas, impulsan acciones en defensa a los derechos femeninos, por la paridad en la educación, por la representatividad política y jurídica cumplimiento de las normas de ley establecidas, voces de madres que se alzan por las muertes tempranas de tantas jóvenes que les coartaron su vivir.

Eso impulsa a no dejar este

compromiso, que en algún momento las decisiones gubernamentales sabrán abordar desafíos, que darán forma a la declaración universal de los derechos humanos... por la emancipación social y sexual, autonomía reproductiva y contra la violencia de género.

Sonia Salamea Piedra
RED FAVIFE