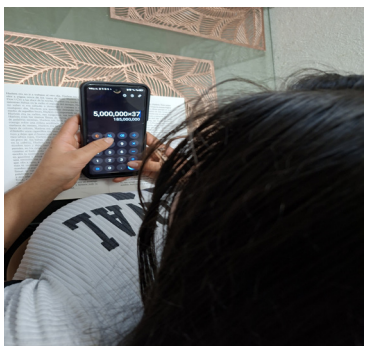
No.78
Edición

Más allá de la pereza: la realidad de la procrastinación estudiantil

¿Alguna vez le ha pasado que tiene que hacer una lectura larga para un trabajo, pero de repente decide ponerse a cocinar algo elaborado, organizar su habitación o adelantar ese otro trabajo mucho más sencillo que casi no requiere esfuerzo?

Vanguardia académica pág.5



UNIMINUTO
Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de calidad al alcance de todos

DATÉATE al minuto

Bogotá, Colombia, octubre – noviembre 2026 – Edición No.78

Entre el silencio y el ruido: las nuevas formas que los jóvenes buscan para concentrarse.

Mariana Cortázar Gómez pasa cerca de cuatro horas diarias estudiando fuera de la universidad. Sin embargo, hay algo que para ella se volvió indispensable antes de empezar a estudiar: ponerse audífonos.

/ Vanguardia académica pág.8

¿La justicia sí es igual para todas?

Mujeres rurales y barreras de acceso a la justicia en Bogotá y Cundinamarca.

/ Vanguardia académica pág. 16

Cuando el abandono se vuelve manada.

Perros ferales: una problemática de salud pública en Bogotá.

/ Vanguardia académica pág. 19

Recompensa política o cuota de alianza.

En Colombia, el deporte, la actividad física y la recreación cuentan con una nueva líder.

/ Vanguardia académica pág. 25

De lo regional a lo nacional: Redes de poder y alianzas de familiares de Elsa Noguera

Elsa Margarita Noriega De la Espriella se ubica como el nodo central de esta red de poder. Noriega cuenta con una sólida trayectoria que abarca su militancia en el Partido Cambio Radical, del cual participan figuras como Alex Char y el extinto Germán Vargas Lleras.

/ Vanguardia académica pág.28



La veterana optimista: el valor de hacer lo que se le ha dado la gana

Investigación y fotografía por: Sara Alejandra Bautista Rojas

No quería entrevistar a un hombre. Quería encontrar la historia de una mujer, pero no de cualquiera.

Nota Principal pág. 12

UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de calidad al alcance de todos

RECTOR GENERAL
P. Harold Castilla Devoz, CJM.

RECTOR SEDE PRINCIPAL
Carlos Sepúlveda

LIDER DE RED
Cataliana Alfonso

Coordinador Académico Programa de Comunicación Social - Periodismo
Felipe Cáceres

COMITÉ EDITORIAL DE SEDE
Juan Simón Cancino y Sonia Torres Quiroga.

DIRECCIÓN GENERAL
Sonia Torres Quiroga y Simón Cancino.

DIAGRAMACIÓN
Diana Mireya Sánchez Sanabria

ILUSTRACIÓN
Yenny Paola Solano Valero, Heidi Johana Cortés Martínez, Juan Camilo Pinilla Bejarano, Andrés Felipe Suárez Rincón, Belkis Catalina Rodríguez Bolívar, Stefany Martínez Galeano y Diana Mireya Sánchez Sanabria

FOTOGRAFÍAS:
Adriana Sofia Pou Polanco, Danna Valentina Torres, Karen Tatiana Ortiz Botia, Paula Katherine Castro Tamayo, Diana Mireya Sánchez Sanabria, Karen Tatiana Ortiz Botia, Paula Katherine Castro Tamayo, Sandra Huertas, Danna Lucía Cucaita Ramos, Marco Antonio Pérez Aparicio, Mariana Navarro Giraldo y Julián Esteban Rolong Melo

TEXTOS
Adriana Sofia Pou Polanco, Danna Valentina Torres, Karen Tatiana Ortiz Botia, Paula Katherine Castro Tamayo, María Alejandra Donado Aponte, María Del Pilar Vanegas Fajardo, Danna Lucía Cucaita Ramos, Marco Antonio Pérez Aparicio, Mariana Navarro Giraldo, Julián Esteban Rolong Melo, Shamer Moisés Meza Jiménez, Yenny Paola Solano Valero, Heidi Johana Cortes Martínez, Juan Camilo Pinilla Bejarano, Sara Bayona, Juana Abril, Evelin Thevening, Andrés Felipe Suarez Rincón, Belkis Catalina Rodríguez Bolívar, Stefany Martínez Galeano y Sara Alejandra Bautista Rojas.

EDICIÓN
Sonia Torres Quiroga y Simón Cancino.

CORRECCIÓN DE ESTILO
Simón Cancino

EDICIÓN DE FOTOGRAFÍAS
Diana Mireya Sánchez Sanabria

CONCEPTO GRÁFICO E IMPRESIÓN
Buenos y Creativos

Los contenidos de los artículos aquí publicados son responsabilidad de cada uno de los redactores.

Red Colombiana de Periodismo Universitario

Una publicación de UNIMINUTO.
Edición No. 78
http://www.uniminutoradio.com.co/dateate
Para más información escribir a:
smtorres@uniminuto.edu
dateateweb@gmail.com

La crisis de confianza en los medios de comunicación en Colombia: entre la inmediatez, la desinformación y la pérdida de credibilidad

Abrir una red social es una rutina tan cotidiana como desayunar. Miles de personas despiertan e, incluso antes de hablar con alguien han visto titulares alarmantes, videos virales, opiniones políticas y noticias en la pantalla del celular. Sin embargo, detrás de ese flujo constante de información hay problemas cada vez más preocupantes: la polarización política, la desinformación, la veracidad y el hecho de que la mayoría de los colombianos ya no saben en qué confiar.

Por: Adriana Sofia Pou Polanco y Danna Valentina Torres

Actualmente, la relación entre la ciudadanía y los medios de comunicación atraviesa una de sus mayores crisis. Según el estudio Redes sociales, desconfianza y evasión: así consumen noticias los colombianos, publicado en Digital News Report 2025 del Reuters Institute for the Study of Journalism, en Colombia solo el 32% de las personas confía en las noticias, mientras que otra gran parte de la población expresa preocupación frente a la desinformación y las noticias falsas que especialmente circulan en redes sociales. Esto significa que, de cada diez personas, apenas tres creen realmente en la información que consumen a través de medios.

Plataformas digitales como TikTok, Facebook o Instagram se han convertido en fuentes principales de noticias, especialmente en jóvenes. El problema es que los algoritmos priorizan el contenido que genera interacción y no necesariamente es el más verificado. La expansión de las redes sociales transformó la forma en la que las personas consumen noticias. Actualmente, recibir información puede hacerse a través de formatos rápidos como videos cortos, publicaciones virales y creadores de contenido. En esta gran oferta de contenido, los medios tradicionales quedan en un segundo plano y enfrentan el reto de competir contra la inmediatez de internet.

Esta situación perjudica el ejercicio del periodismo, y afecta la democracia. Según el artículo La importancia de la confianza en los medios, publicado por La Fundación Gabo, la confianza es esencial para el funcionamiento de los medios y para la construcción de una ciudadanía informada. El informe enfatiza en que cuando las personas dejan de creer en el puente entre la ciudadanía y los hechos, se debilita la posibilidad de tomar decisiones conscientes dentro de una sociedad democrática.

El problema no puede atribuirse únicamente a las redes sociales. Para el periodista Iván Mantilla: “Los medios de comunicación tienen una responsabilidad mucho más grande porque, en teoría, trabajan bajo criterios periodísticos y realizan su trabajo para conectar a la sociedad con la realidad”, afirma.

De los factores que más afecta la credibilidad de los medios es la percepción de que algunos periodistas han reemplazado la investigación por la opinión. Aunque Mantilla considera que no se puede generalizar, reconoce que existen comunicadores que priorizan comentarios subjetivos sobre el rigor periodístico. “Hay muchas personas que se vuelven más hacia el lado de la opinión. Esto afecta la credibilidad porque no hay un rigor investigativo ni pruebas contundentes”. Para el periodista, prácticas como publicar constantemente noticias en desarrollo sin contar con información completa representa uno de los mayores riesgos del periodismo actual. “Esto genera desinformación, e incluso puede producir pánico en ocasiones, y eso es un peligro gigante”, advierte.

Ejemplo de esto ocurrió en noviembre de 2019 durante las protestas y paros en Colombia, cuando comenzó a circular información sobre supuestos saqueos e ingresos masivos a conjuntos residenciales en Bogotá. En medio del caos, varios medios de comunicación, entre ellos Caracol Televisión, transmitieron información en tiempo real sobre los hechos sin contar con datos o fuentes verificadas. La difusión de videos aumentó el miedo entre los ciudadanos, provocando pánico en la capital, con vecinos que salieron armados y que se organizaron para cumplir turnos de vigilancia en sus conjuntos.

Aunque después de los hechos algunos medios salieron a disculparse, este momento dejó en evidencia cómo la rapidez por informar puede terminar en una ola de desinformación y temor. A pesar de la crisis, Mantilla considera que los medios conservan un lugar importante para la sociedad. “No necesariamente podríamos decir que la ciudadanía no cree en los medios, porque todavía cuentan con espacios importantes en la sociedad, en particular entre personas de generaciones mayores y en algunas regiones del país”.

Otra mirada desde el periodismo

Para comprender mejor qué factor tiene mayor peso en la pérdida de confianza en los medios de comunicación, el periodista Hernando Ayala explica que esta crisis de credibilidad en el periodismo se debe a que muchos medios y periodistas están influenciados por intereses políticos, económicos e ideológicos que afectan la imparcialidad y la ética periodística. Señala que: ”El periodista tendría que ser el referente para una sociedad en donde cualquier ciudadano, de cualquier pensamiento, de cualquier creencia, de cualquier ideología en todo el espectro de la diversidad humana, de raza, cultura, etnia, condición de vida, discapacidad, todo lo que fuese posible en esa diversidad, tuviera la garantía de pensar con certeza, esta información de este periodismo o de este periodista es confiable, es potable, puedo beber como bebe uno agua potable o leche limpia sin ningún temor a ningún daño”. Para Ayala eso no está pasando, porque en la crisis del negocio de la información hoy prima la necesidad de conseguir recursos, generar audiencia y cautivar con contenidos efectistas.

Ayala menciona que muchos periodistas, en busca de éxito, reconocimiento y cercanía con el poder, terminan convirtiéndose en agentes de intereses sesgados. Aunque reconoce que las redes sociales influyen en la desinformación, considera que pesa más la falta de responsabilidad y de compromiso del periodista, pues es el profesional encargado de garantizar la calidad de la información, verificarla y compartirla desde una postura ética.

Además, sostiene que actualmente prevalece más la opinión, el fanatismo y el “tribalismo” que la investigación profunda, porque muchos medios prefieren decirles a las audiencias lo que quieren escuchar en lugar de buscar la verdad sin sesgos. Según Ayala, buena parte del periodismo “incurre en sobreponer la opinión, el punto de vista individual, el sesgo cognitivo e ideológico sobre la profundidad y el fondo de la verdad investigada, como debe ser, y porque pretenden fidelizar fanatismos y mantenerlos cautivos diciéndoles lo que necesitan oír”.

La rapidez de las plataformas digitales, el afán de los clics, los likes y el sensacionalismo han debilitado el rigor, la verificación y el periodismo de fondo: “Esa velocidad, esa inmediatez y la sed de clicks tienen al periodismo distorsionado por cuenta de esa industria de los resultados”, insiste Ayala, que sin embargo reconoce que todavía existen periodistas autónomos e independientes que realizan un trabajo serio y de alta calidad.

Plantea que para recuperar la confianza de la ciudadanía los medios deben construir una relación más cercana con las audiencias, escuchar de manera real a las personas y desarrollar una comunicación basada en la empatía, la comprensión y el respeto por el ciudadano: “Debería establecerse un criterio claro de sintonía, de empatía, de vínculo, de reconocimiento, de participación, de tener en cuenta a las audiencias, pues la escucha es el gran determinante, porque la acción comunicativa con escucha es poderosa, potente”.

La visión de los jóvenes frente a los medios

A pesar de que, para gran parte de los jóvenes, los medios tradicionales no son la principal fuente de información, porque las plataformas son más inmediatas, cercanas e instantáneas para consumir, esto no significa que no quieran estar informados o actualizados con lo que pasa en su país y alrededor del mundo.

Según el informe Cómo consumen noticias los jóvenes y sus implicaciones para los medios de comunicación tradicionales, por el Digital News Report del Reuters Institute for the Study of Journalism de la Universidad de Oxford, los adultos jóvenes necesitan y desean leer y escuchar noticias para conectar con el mundo y satisfacer diversas necesidades sociales y personales. Sin embargo, los medios compiten contra un sinfín de distracciones por la atención de los usuarios y contra la exposición indirecta a las noticias a través de redes sociales y conversaciones por aplicaciones como Instagram, X o WhatsApp. A diferencia de antes, a ellos las noticias les llega, no necesitan buscarlas.

Para entender cómo se vive esta desconfianza en las nuevas generaciones, María Laura Morales, economista de 24 años, sobre sus hábitos de consumo informativo, su relación con las redes y la relación que tiene con los medios tradicionales explica que consume noticias principalmente en redes sociales, especialmente X, debido a la rapidez e inmediatez con la que circulan las noticias: “Utilizo redes sociales, principalmente X. Es una red social más accesible, los titulares llegan más rápido, y tiene la facilidad de mostrar palabras tendencia en ese momento. Entonces uno solamente hace click en la palabra y menciona por qué es tendencia. Por ejemplo, en Facebook, la noticia viene en un texto enorme, y la verdad, como persona que se dejó llevar por la cultura de la

inmediatez, cuando veo un texto enorme prefiero no leerlo”.

Aunque María Laura consume información constantemente en plataformas digitales, asegura: “No confío, por el hecho de que muchos medios de comunicación colombianos han tenido escándalos de polarización por una determinada inclinación política. Si uno busca neutralidad, no se la encuentra en RCN, en RTVC, en Telecafé, en Teleantioquia, porque todos están al servicio de una ideología. No es que esto sea malo, porque al final es la libertad que tiene cada medio en informar sobre todas las caras de la moneda, pero, al momento de decir: me quiero sentar, escuchar, prestar atención y dejarme influenciar de lo que dicen los medios, la verdad no lo haría con ningún medio tradicional colombiano”.

“Por otro lado, con los influencers es peor, porque ellos manejan sus propias redes sociales a su nombre, y bajo su punto de vista y su percepción adecúan la información para que llegue a sus seguidores, pero con el fin de fortalecer su visión y su ideología, pero no de forma neutral”, insiste María Laura.

Morales relaciona la desconfianza de los medios principalmente con la percepción de polarización y de sesgo político en los contenidos. “Esto aplica para todos los medios, canales regionales, nacionales, públicos o privados, que se nota cuando están inclinados hacia cierta ideología. Muchos jóvenes quieren ver neutralidad o están cansados de ver que hay polémicas en estos canales por acoso sexual o por sesgos políticos; por eso es que muchos no quieren ver, porque están sesgados, entonces prefieren recurrir a otros medios de comunicación digitales en redes sociales”.

Adriana Polanco, profesora de 51 años, señala que se informa sobre la actualidad en Colombia y el mundo principalmente a través de noticias en Google, redes sociales, notificaciones en el celular, canales de YouTube y, ocasionalmente, noticieros tradicionales. Aunque no tiene una rutina fija de consumo informativo, considera que estos medios le permiten mantenerse actualizada.

Respecto a la confianza en los medios de comunicación, afirma que todavía los considera en general confiables, aunque reconoce que muchos responden a líneas editoriales específicas que pueden influir en la manera en que presentan la información. Aun así, no percibe un conflicto mayor con su forma de ver el mundo, por lo que continúa consumiéndolos.

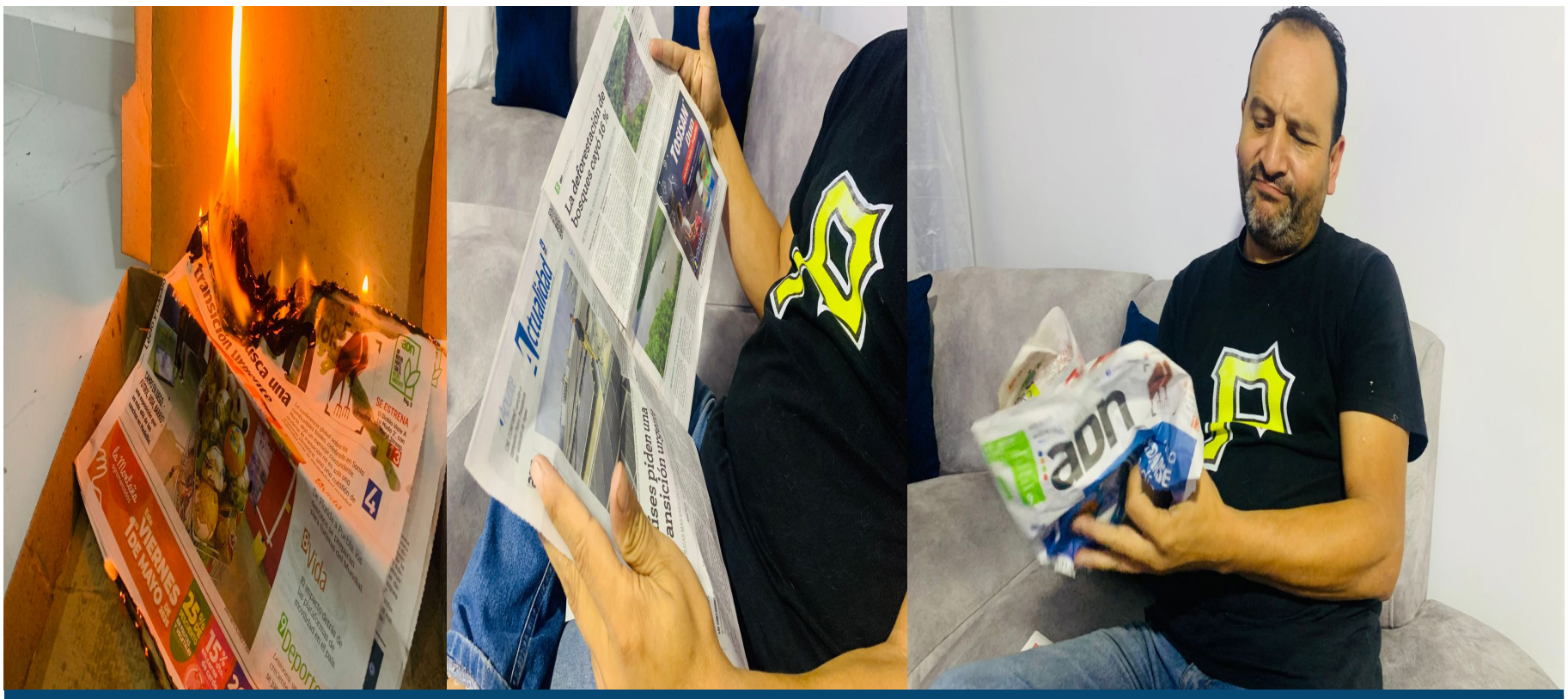
Sobre redes sociales, sostiene que más que afectar la credibilidad de las noticias, han ampliado las perspectivas disponibles, permitiendo el acceso a diferentes puntos de vista, lo cual considera positivo para el debate y la formación de opinión. También reconoce que en algunas ocasiones ha compartido noticias falsas sin verificar, generalmente por impulso, aunque luego ha confirmado que no eran verídicas.

En cuanto a los medios tradicionales, considera que sí existe un sesgo informativo y una influencia política en la forma en que se presenta la información, lo cual puede afectar la percepción de la realidad.

Entonces, ¿Qué se puede hacer?

En medio de momentos marcados por la inmediatez, la polarización y la sobreinformación, recuperar la confianza requerirá transformaciones profundas en las salas de redacción. “Las redacciones deberían trabajar para dejar de pensar en el afán de la venta o de la chiva”, afirma Mantilla. Para Ayala, los medios no pueden limitarse únicamente a contratar periodistas formados en universidades, también deben fortalecer procesos de formación interna enfocados en criterios éticos, manejo de fuentes y responsabilidad social, y plantea que para recuperar la confianza de la ciudadanía los medios deben construir una relación más cercana con las audiencias, escuchar de manera real a las personas y desarrollar una comunicación basada en la empatía, la comprensión y el respeto por el ciudadano.

María Laura, desde una mirada más joven, considera que además de buscar neutralidad, los medios deberían equilibrar la constante carga de noticias negativas con contenido más feliz, humano



Fotografía por: Adriana Sofia Pou Polanco y Danna Valentina Torres

Según el estudio Redes sociales, desconfianza y evasión: así consumen noticias los colombianos, publicado en Digital News Report 2025 del Reuters Institute for the Study of Journalism, en Colombia solo el 32% de las personas confía en las noticias, mientras que otra gran parte de la población expresa preocupación frente a la desinformación y las noticias falsas que especialmente circulan en redes sociales.

y esperanzado, que no genere cansancio emocional en quienes consumen noticias diariamente. Esto demuestra que muchas personas no necesariamente quieren dejar de informarse, sino que se alejan de los medios por saturación y porque relacionan las noticias con eventos negativos.

Adriana Polanco propone que para recuperar la confianza de las audiencias los medios deberían ofrecer una mayor diversidad de enfoques, incluyendo argumentos y contraargumentos, a fin de fomentar el análisis crítico y una visión más amplia de los hechos.

Recuperar la confianza no depende de un solo factor, sino de reconstruir desde la raíz el vínculo entre los medios y la ciudadanía, lo que demostraría que es posible tener transparencia, análisis, diversidad de voces y demostrar un lado humano.

Más allá de la pereza: la realidad de la procrastinación estudiantil

¿Alguna vez le ha pasado que tiene que hacer una lectura larga para un trabajo, pero de repente decide ponerse a cocinar algo elaborado, organizar su habitación o adelantar ese otro trabajo mucho más sencillo que casi no requiere esfuerzo?

Por: Karen Tatiana Ortiz Botia y Paula Katherine Castro Tamayo

Aunque en apariencia está siendo productivo, en realidad está evitando esa tarea que le genera estrés. Preparar una buena comida o dejar el cuarto impecable consume energía, pero no es lo mismo que acostarse a dormir o distraerse viendo videos en TikTok; porque está realizando tareas que puede tachar de su lista de pendientes. Sin embargo, en el fondo sabe que usa esta falsa productividad como excusa para huir de lo que realmente debería hacer como esa lectura o un trabajo difícil. Esto no se trata de mala gestión del tiempo, sino de procrastinación.

Entonces, si la procrastinación no es la simple costumbre de dejar todo para última hora, ¿de qué se trata realmente? Especialistas en el área, como Silvia Montes, psicóloga clínica y de salud mental, advierten que esta conducta no debe interpretarse como pereza o como irresponsabilidad; agrega que se trata de un fenómeno multicausal, con mayor razón cuando muchos estudiantes experimentan la procrastinación como un fenómeno de evitación para lidiar con la desregularización emocional, la ansiedad o el miedo al fracaso que puede generar una tarea académica exigente.

La psicología explica que pensar que una persona es solo perezosa porque deja para mañana lo que puede hacer hoy, es un error que cierra la comprensión del problema. Este comportamiento agrupa factores cognitivos, sociales y educativos, tanto que Montes señala: “Existen numerosos casos de estudiantes y adultos que han sido subdiagnosticados con condiciones como el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), que han vivido toda su vida frustrados por su tendencia a postergar sin saber que su base es neurodivergente”.

Montes relata que en su trabajo clínico cotidiano es común atender a adultos que experimentan un estancamiento profesional debido a este motivo: “Muchas de estas personas poseen un gran talento y disfrutan de sus oficios, pero la incapacidad para cumplir con las metas y plazos asignados se convierte en una tarea difícil que sabotea su crecimiento”. Este patrón repetitivo afecta el rendimiento laboral, y termina por deteriorar profundamente la autoestima y la percepción que las personas tienen de sí mismas, lo que hace que su sufrimiento sea constante y que vaya más allá de una simple distracción cotidiana. La procrastinación crónica altera la autopercepción del individuo, que empieza a sentirse incapaz, lo cual alimenta un círculo vicioso de ansiedad y evasión del cual es difícil salir sin un autodiagnóstico libre de prejuicios o reproches personales.

Según el estudio Procrastinación en universitarios colombianos de 2024, publicado en la Revista Eduweb por investigadores de la Universidad de Nariño, más de la mitad de los estudiantes universitarios evaluados presenta niveles moderados o altos de procrastinación. La investigación encontró que el 31,3% de los participantes manifestaron procrastinación moderada y el 38% procrastinación alta, una evidencia de que cerca de 4 de cada 10 jóvenes postergan con frecuencia sus responsabilidades académicas.

Pero ¿por qué cuesta tanto mantener el enfoque? Mateo, un estudiante universitario que divide sus días entre sus clases y su trabajo, refleja esta realidad estadística. Para él, el aplazamiento depende mucho del contexto, porque mientras en la universidad siente la presión directa de los profesores y se mantiene más enfocado, el verdadero reto ocurre en casa, en su habitación, donde la tentación de tener el celular al lado o recibir notificaciones rompe por completo su ritmo de estudio, porque el entorno juega un papel crucial frente a la falta de herramientas para controlar sus distracciones y organizar mejor su tiempo.

Mateo enfatiza que la presencia de figuras de autoridad cambia radicalmente su comportamiento y sus niveles de atención. Cuando está en la universidad, o en un puesto de trabajo, el peso de la presión directa de los profesores o de un jefe, actúa como regulador externo que lo obliga a mantener la concentración y a cumplir con los deberes en el momento indicado. En esos espacios públicos e institucionales, el margen para postergar se reduce notablemente porque las consecuencias negativas son inmediatas, visibles y directas. Sin embargo, al llegar a su casa, ese peso externo desaparece por completo y el autocontrol pasa a depender exclusivamente de la disciplina individual y de un terreno donde las tentaciones cotidianas y los dispositivos móviles están más al alcance.

Más allá del entorno, Mateo identifica un factor social que agrava la situación. Según su experiencia, existe una tendencia cultural a priorizar las actividades de esparcimiento, dejando las responsabilidades académicas para el final. Esta normalización de aplazar las entregas bajo la excusa de que “el colombiano suele dejar todo para el final” alimenta un ciclo que casi siempre termina en estrés. A esto se suma la carga académica de las carreras actuales, no tanto la cantidad de tareas, sino el nivel de calidad exigida, porque los proyectos implican investigación y edición detallada, procesos que demandan tiempo, que, al dejarse para después, provocan bloqueos.

Es precisamente en ese momento de bloqueo donde la tecnología juega su papel más peligroso, tal como indica el estudio de la Universidad de Nariño, que también

reveló que las principales distracciones están relacionadas con el uso de internet y dispositivos electrónicos, pues Más del 50 % de los estudiantes aseguró que actividades como revisar redes sociales, navegar por internet o ver series interfieren directamente en el cumplimiento de sus deberes. Mateo admite abiertamente que plataformas que ofrecen videos cortos y entretenimiento rápido, como TikTok o Instagram, son los distractores que más tiempo le quitan.

Montes explica que esto tiene una raíz neurológica: “El contenido hiperestimulante y el scroll infinito activan constantemente el sistema de recompensa cerebral. Esta inmediatez disminuye drásticamente la tolerancia al aburrimiento, haciendo que el cerebro pierda la capacidad de concentrarse en tareas universitarias que exigen lectura, reflexión y un esfuerzo sostenido en el tiempo”. Al estar acostumbrados a descartar videos en dos segundos, si estos no les gustan, los jóvenes enfrentan un déficit de atención alimentado por el estrés a perderse lo que sucede en línea, generando ansiedad de desconectarse del entorno digital.

Esta sobreestimulación se alimenta de una cultura de la inmediatez que somete a los jóvenes a estímulos permanentes en redes sociales, en la música y en el consumo de productos rápidos. Montes advierte: “La exposición continua, acostumbra al cerebro a momentos de placer instantáneo y superficial”. Como consecuencia directa, se produce una pérdida severa en la capacidad de procesar tareas complejas que requieren procesos cognitivos profundos, como la comprensión lectora, el análisis crítico y la memoria de largo plazo. Todo el sistema está enlazado: si un estudiante no logra sostener la atención debido al bombardeo de notificaciones y estímulos interactivos, el cerebro no puede memorizar ni consolidar el aprendizaje, que a largo plazo genera un conocimiento superficial y aumenta significativamente el riesgo de abandono académico por desmotivación.

Las redes sociales son solo la punta del iceberg, porque como advierten los investigadores, la procrastinación no solo afecta las notas o el desempeño académico, también se relaciona con mayores niveles de estrés, ansiedad, agotamiento emocional y dificultades para manejar la presión académica. Montes explica: “La evitación muchas veces responde a la hiperexigencia, y los estudiantes con rasgos perfeccionistas retrasan sus entregas por miedo a enfrentar el fracaso, usando la evasión como un mecanismo de defensa para no lidiar con sus propias inseguridades”.

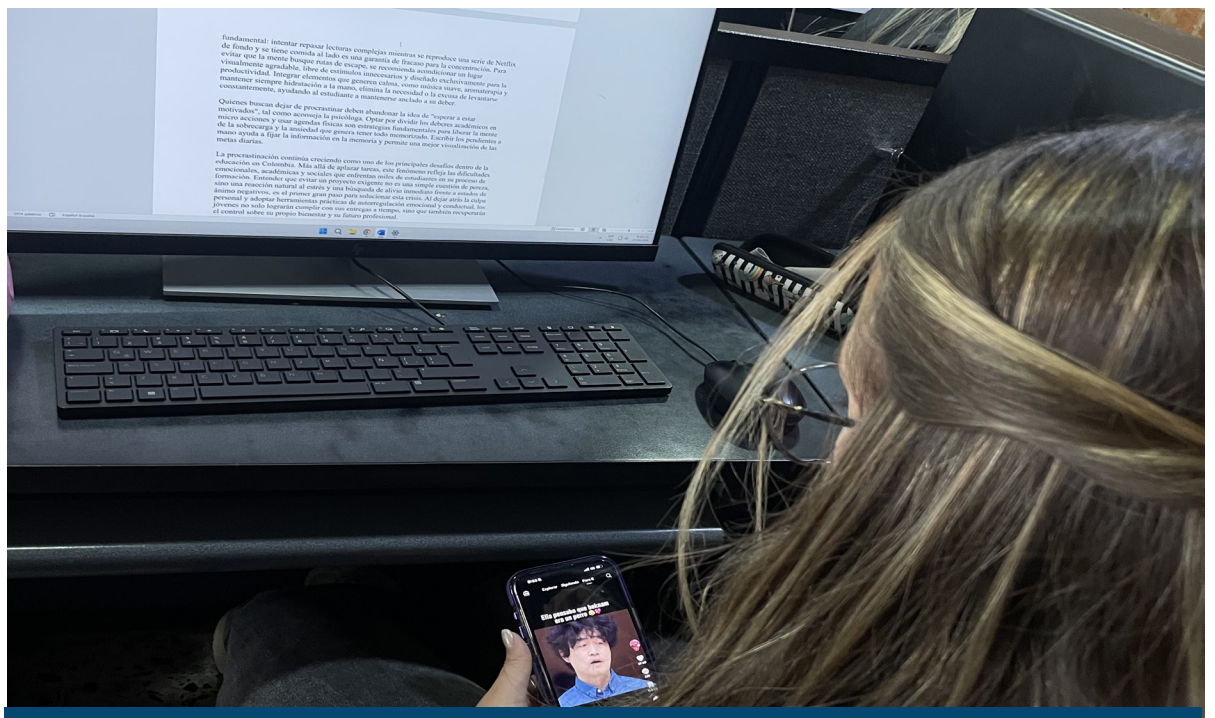
Este agotamiento mental se agudiza en los trabajos grupales, un escenario descrito por Mateo como altamente estresante. Debido a la rutina de dejar todo para último momento, un proyecto cuya entrega vence a medianoche, suele empezarse a las siete de la noche. La falta de compromiso de algunos compañeros eleva la angustia al límite, obligando al resto a resolver rápida y nerviosamente la tarea para salvar la nota. Frente a esta irresponsabilidad colectiva, en ocasiones no queda más opción que hacer el proyecto de la forma más rápida posible para no reprobar.

La dinámica de los trabajos en grupo se convierte en uno de los focos de mayor fricción y malestar en la vida universitaria. Mateo describe con frustración cómo se vive la falta de compromiso colectivo cuando se programa una entrega importante que requiere un alto estándar de producción: “Es habitual que, a pesar de tener semanas para prepararse e investigar profundamente, el equipo termine reuniéndose apenas unas horas antes del límite establecido”. El ambiente se vuelve tenso cuando no todos los integrantes se conectan a la videollamada o muestran interés real en aportar. Ante este panorama de desinterés, surge un instinto de supervivencia individual donde el estudiante debe asumir la carga completa de la producción académica para salvar su propia nota, entendiendo que debe rescatarse sin depender de los demás.

Este hábito genera una cadena de desvelo y cansancio perjudicial, con mayor razón cuando la falta de sueño de un día se transforma en agotamiento para el siguiente, la excusa perfecta para seguir posponiendo tareas. Después de entregar un trabajo trasnochado, el estudiante suele no tener la energía suficiente para cumplir con las responsabilidades del día siguiente, lo que a la larga deteriora gravemente la salud menta.

Mateo detalla el engranaje de este ciclo del desvelo: el esfuerzo maratónico de una madrugada deja el cuerpo y la mente sin energía para afrontar los compromisos escolares del día posterior. Cuando recibe una nueva tarea académica que está programada para la siguiente semana, el cansancio acumulado le impide empezarla de inmediato, y es cuando opta por aplazarla bajo la promesa mental de resolverla después, cuando se sienta descansado. Así, el deber se pospone día tras día, hasta que vuelve a quedar solo una noche de por medio para la entrega, repitiendo el trasnocho y consolidando un bucle destructivo para la salud física y psicológica del estudiante.

A esto se suma la creencia falsa de que estudiar pocos minutos antes de un parcial permite tener la información fresca, práctica que generalmente conduce a un aprendizaje superficial, poco duradero. Esta normalización del tiempo en contra se ve reforzada por un fenómeno que Mateo observa con frecuencia en las aulas, consistente en que algunos estudiantes dedican días enteros a estudiar un tema y obtienen calificaciones bajas, mientras que otros repasan de forma rápida apenas cinco o diez minutos antes de un quiz o parcial, y logran pasar con éxito. Aunque esta apa-



Fotografía por: Karen Tatiana Ortiz Botia y Paula Katherine Castro Tamayo

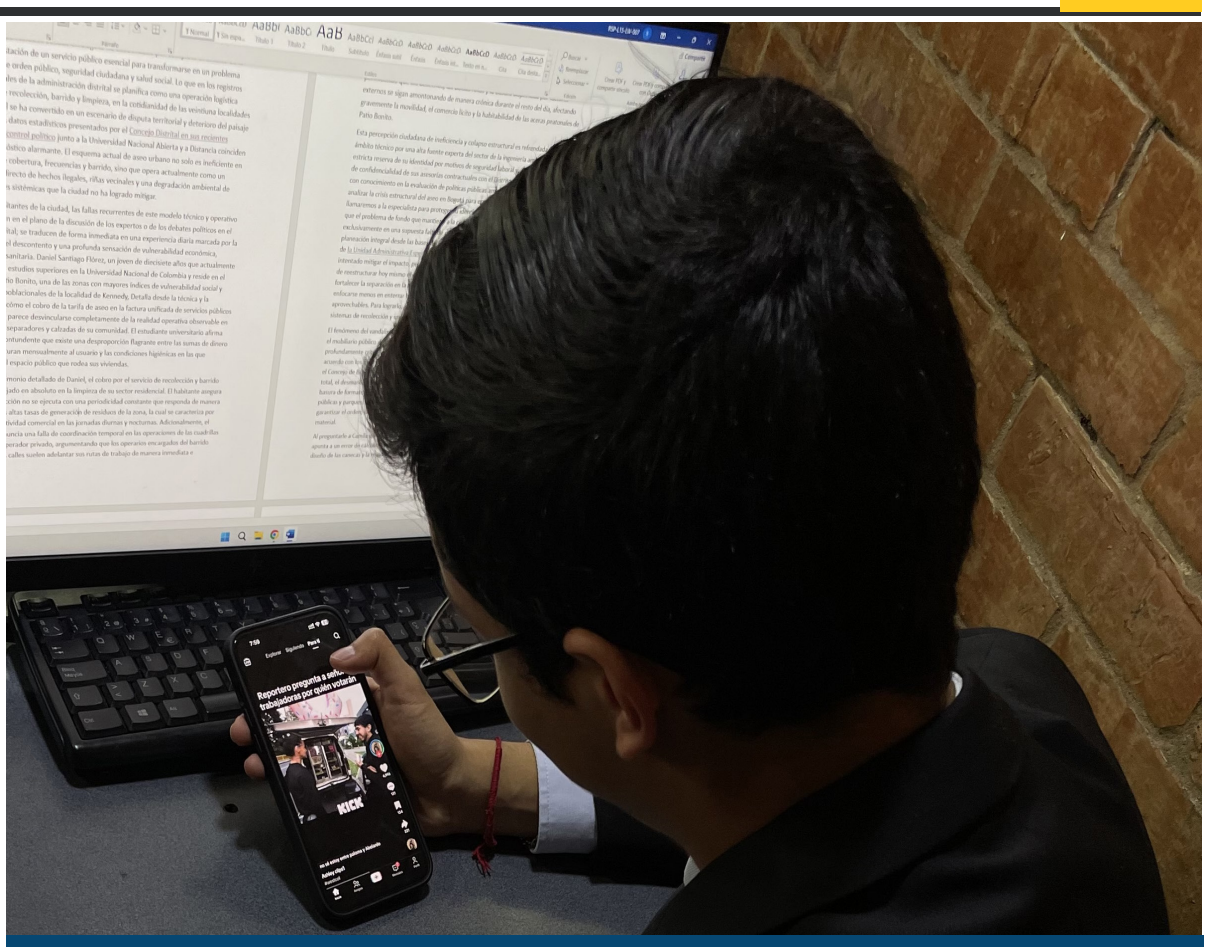
La psicología explica que pensar que una persona es solo perezosa porque deja para mañana lo que puede hacer hoy, es un error que cierra la comprensión del problema.

rente ventaja refuerza la conducta de dejar la preparación para último instante, Montes insiste en que se trata de un espejismo: “Estudiar con el agua al cuello impide que las funciones cognitivas se desarrollen adecuadamente, limitando el crecimiento profesional a largo plazo y deformando la calidad de los profesionales en formación”.

Esta problemática de agotamiento universitario tiene un origen más temprano, porque no surge solamente en la universidad, sino que se va formando desde años anteriores. La investigación Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media de 2022, desarrollada por académicos de la Corporación Universitaria del Caribe (CECAR) en el departamento de Sucre y publicada en la Revista Innova Educación, analizó este fenómeno en jóvenes entre los 13 y 18 años. Los resultados fueron aún más preocupantes: el 64,9 % de los estudiantes presentó niveles altos de procrastinación y un 10,1 % de niveles muy altos. La investigación encontró que muchos adolescentes tienden a dejar las tareas para última hora, postergar lecturas o evitar actividades académicas que consideran poco interesantes.

La investigación reveló que los estudiantes con mayores niveles de procrastinación mostraron menores capacidades de autorregulación, es decir, dificultades para organizar su tiempo, mantener la concentración y cumplir sus metas académicas. Según este estudio, las actividades que más ocupan el tiempo libre de los estudiantes son jugar, ver televisión y el entretenimiento digital, y que solo una minoría dedica ese tiempo al estudio. Los investigadores también encontraron una relación inversa entre la edad y la procrastinación: los estudiantes más jóvenes tienden a procrastinar más, mientras que estos comportamientos disminuyen ligeramente con el paso de los años.

No obstante, si estos hábitos no se corrigen en la adolescencia, el paso a la educación superior suele estar acompañado de falsas creencias, como el mito de que se trabaja mejor bajo presión. Ambas investigaciones coinciden en que la tecnología y las distracciones digitales se han convertido en factores importantes de este fenómeno. El acceso constante a redes sociales, videojuegos y plataformas de entretenimiento dificulta enormemente que muchos estudiantes mantengan la atención en sus responsabilidades académicas.



Fotografía por: Karen Tatiana Ortiz Botia y Paula Katherine Castro Tamayo

los investigadores recomiendan implementar estrategias de acompañamiento desde edades tempranas como talleres para manejo del tiempo, orientación psicológica, educación emocional y hábitos de estudio, que podrían ayudar a disminuir los niveles de procrastinación en estudiantes.

Para frenar este ciclo perjudicial, los investigadores recomiendan implementar estrategias de acompañamiento desde edades tempranas como talleres para manejo del tiempo, orientación psicológica, educación emocional y hábitos de estudio, que podrían ayudar a disminuir los niveles de procrastinación en estudiantes. La doctora Montes enfatiza que padres y docentes deben enfocarse en educar la voluntad de los menores y enseñarles a tolerar la frustración, en lugar de saturarlos con actividades o ceder a recompensas inmediatas. Desde la psicología se advierte sobre el error de sobrecargar a los menores. Inscribir a los adolescentes en múltiples actividades extracurriculares para mantenerlos enfocados, a menudo termina en una exigencia desmesurada que contribuye a la procrastinación.

Por el lado familiar, el equilibrio de las actividades extracurriculares requiere un análisis por parte de los padres. Montes resalta que las disciplinas deportivas o artísticas son altamente positivas si tienen un enfoque correcto y saludable, ya que ayudan a los jóvenes a ventilarse del peso académico, adquirir disciplina y desarrollar inteligencias alternativas. Por ejemplo, pertenecer a un equipo de fútbol puede motivar a un adolescente a organizar su nutrición, cuidar su descanso y estructurar sus horarios para cumplir en el colegio y tener derecho a jugar el próximo partido del fin de semana. Sin embargo, el peligro aparece cuando los padres caen en la hiperocupación de sus hijos. Llenar la agenda de un joven con karate, música, idiomas y deportes para asegurar su éxito futuro, mientras el menor arrastra un bajo rendimiento escolar y un evidente agotamiento, produce una sobrecarga emocional y una exigencia que termina jugando en su contra, porque destruye su bienestar general.

Mientras estos cambios estructurales y de crianza se consolidan en la sociedad, ¿qué pueden hacer los estudiantes hoy? A falta de herramientas institucionales en algunos casos, los jóvenes buscan sus propias soluciones. Mateo, por ejemplo, ha optado por transformar la tecnología, usualmente su mayor distractora, en una aliada estratégica, pues en lugar de luchar en vano contra las pantallas, las aprovecha para agilizar sus procesos de investigación y organizar sus pesados trabajos de producción, entendiendo que el secreto no está en satanizar las plataformas, sino en aprender a manejarlas con propósitos claros para que no se conviertan en arma de doble filo.

En el ámbito técnico y de organización personal, las metodologías ágiles ofrecen un gran alivio visual frente a la fatiga cognitiva. Montes recomienda la implementación del Método Kanban, herramienta de gestión visual originada en la industria automotriz y aplicada con éxito en empresas interna-

cionales de desarrollo de software, que consiste en utilizar un tablero acrílico, o de corcho, dividido en tres columnas básicas así: tareas pendientes, tareas en desarrollo y tareas finalizadas. Clasificar los deberes mediante el uso de notas de colores y ver cómo las tarjetas se mueven hacia la columna determinada, actúa como refuerzo psicológico directo que eleva la motivación, mejora la autoestima y disminuye la pesadez mental de ver un proyecto semestral complejo como si fuera una montaña inalcanzable.

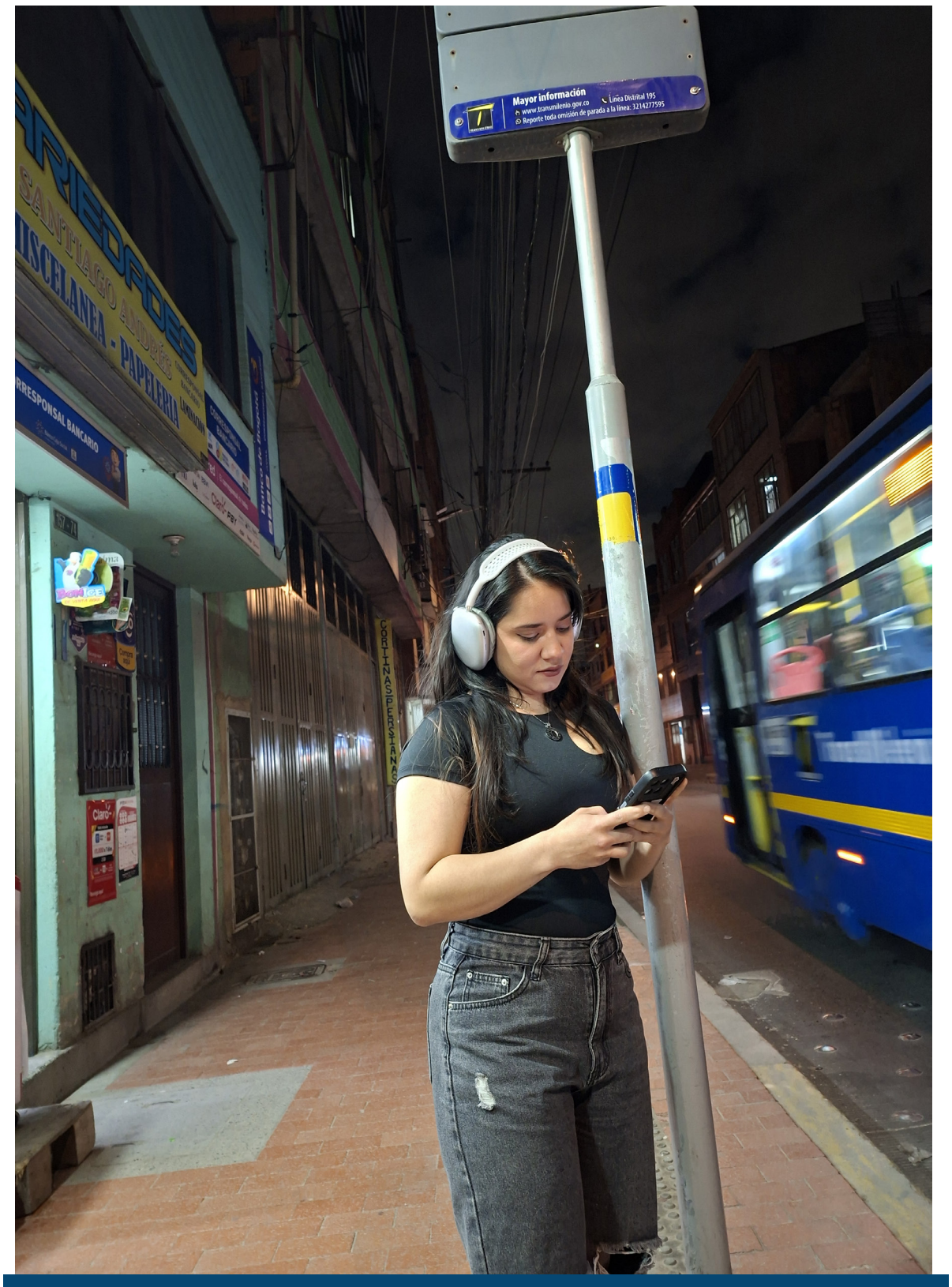
Para quienes prefieren soluciones más pragmáticas, la doctora Montes sugiere una intervención directa en el espacio de estudio. La experta advierte que el entorno es fundamental: “Repasar lecturas complejas mientras se reproduce una serie de Netflix de fondo y se tiene comida al lado es una garantía de fracaso para la concentración”. Para evitar que la mente busque rutas de escape, recomienda acondicionar un lugar visualmente agradable, libre de estímulos innecesarios y diseñado exclusivamente para la productividad, así como Integrar elementos que generen calma, como música suave, aromaterapia y mantener siempre hidratación a la mano, lo cual elimina la excusa de levantarse constantemente, ayudando al estudiante a mantenerse anclado a su deber.

“Quienes buscan dejar de procrastinar deben abandonar la idea de esperar a estar motivados”, aconseja la psicóloga. Optar por dividir los deberes académicos en micro acciones y usar agendas físicas son estrategias fundamentales para liberar la mente de la sobrecarga y la ansiedad que genera tener todo memorizado. Escribir los pendientes a mano ayuda a fijar la información en la memoria y permite una mejor visualización de las metas diarias.

La procrastinación continúa creciendo como uno de los principales desafíos dentro de la educación en Colombia. Más allá de aplazar tareas, este fenómeno refleja las dificultades emocionales, académicas y sociales que enfrentan miles de estudiantes en su proceso de formación.Entender que evitar un proyecto exigente no es una simple cuestión de pereza, sino una reacción natural al estrés y una búsqueda de alivio inmediato frente a estados negativos de ánimo es el primer paso para solucionar esta crisis. Al dejar atrás la culpa personal y adoptar herramientas prácticas de autorregulación emocional y conductual, los jóvenes lograrán cumplir con sus entregas a tiempo, y recuperarán el control sobre su bienestar y su futuro profesional.

El nombre de Mateo fue usado a petición del entrevistado para proteger su identidad real y para garantizar la confidencialidad de su testimonio.

Entre el silencio y el ruido: las nuevas formas que los jóvenes buscan para concentrarse



Fotografía por: Diana Mireya Sánchez Sanabria

Mariana Cortázar Gómez pasa cerca de cuatro horas diarias estudiando fuera de la universidad. Sin embargo, hay algo que para ella se volvió indispensable antes de empezar a estudiar: ponerse audífonos.

Por: María Alejandra Donado Aponte y María Del Pilar Vanegas Fajardo

Mariana no lo hace para escuchar cancio-nes o distraerse, sino para intentar bloquear el ruido que la rodea: “A mí personalmente me criaron para concentrarme sin tener ningún distractor. Entonces, cuando escucho música o cuando hay mucho ruido, me disperso muchísimo”, cuenta. Aunque normalmente necesita silencio para estudiar, explica que en espacios como el transporte público encontró una excepción: “Cuando voy en TransMilenio tengo que buscar ruido blanco para leer porque el ruido auditivo y visual me distrae

demasiado”, afirma.

Durante años la idea de estudiar estuvo relacionada con el silencio absoluto de bibliotecas, habitaciones cerradas y ausencia total de ruido, que parecían necesarias para concentrarse. Sin embargo, durante los últimos años muchos jóvenes comenzaron a cambiar esa manera de estudiar. Actualmente es común encontrar estudiantes que hacen trabajos mientras escuchan lluvia, ruido blanco, sonidos de cafetería o música instrumental. Plataformas como Spotify, YouTube y TikTok están llenas de playlists diseñadas para estudiar, mientras videos de study with me acumulan millones de reproducciones entre jóvenes que buscan sentirse acompañados durante largas jornadas académicas. Lo que antes parecía una distracción, para muchos estudiantes ahora funciona como una herramienta para mantener la atención o reducir el cansancio mental.

Detrás de esta tendencia existe una pregunta que cada vez genera más discusión: ¿El ruido realmente ayuda a concentrarse, o simplemente se convirtió en un hábito impulsado por las redes sociales y la tecnología? Uno de los investigadores que más ha estudiado la relación entre ruido y concentración es Ravi Mehta, que en 2012 analizó cómo el ruido ambiental influye en la creatividad y descubrió que el cerebro no siempre trabaja mejor en silencio. Según sus investigaciones, un nivel moderado de ruido, parecido al ambiente de una cafetería, puede aumentar la creatividad entre un 15% y un 20%. Mehta explica que una ligera distracción obliga al cerebro a procesar la información de manera menos automática y más flexible, favoreciendo nuevas ideas y asociaciones mentales. Sin embargo, el efecto cambia cuando el ruido es demasiado alto. El investigador encontró que niveles excesivos de sonido generan sobrecarga cognitiva y disminuyen la capacidad de concentración hasta en un 25%.

Para Mariana, esa diferencia entre un sonido moderado y un ambiente saturado es evidente: “Las conversaciones fuertes, el tráfico o las obras me distraen muchísimo. Pero el ruido blanco me ayuda porque siento que tapa todo lo demás”, explica. Reconoce que uno de los mayores problemas mientras estudia no siempre es el ruido externo, sino las interrupciones digitales. “Las notificaciones del celular son el peor distractor, porque no es solo mirar el mensaje, sino que termino entrando a otras aplicaciones y pierdo completamente la concentración”, dice. Esa sensación de distracción constante es cada vez más común entre estudiantes universitarios que intentan mantener la atención en medio de entornos llenos de estímulos visuales y auditivos.

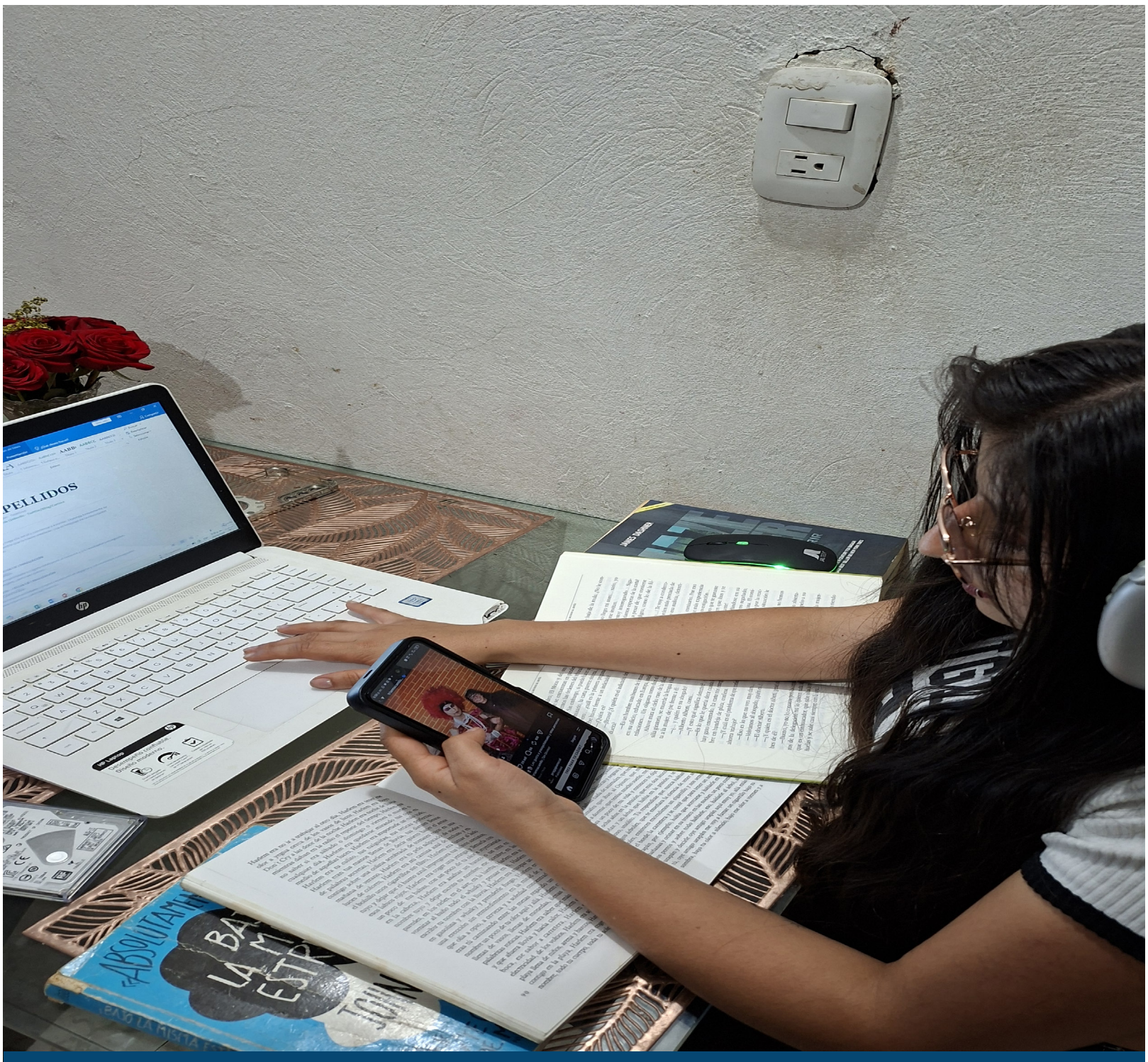
Las interrupciones constantes se han convertido en uno de los principales problemas de atención en la actualidad. Gloria Mark, investigadora especializada en comportamiento digital, encontró que una persona permanece concentrada en una tarea apenas 47 segundos antes de distraerse. Sus estudios muestran que recuperar completamente el enfoque puede tardar cerca de 23 minutos. Esto significa que pequeñas interrupciones, como una notificación, una conversación cercana o un sonido inesperado, generan efectos mucho mayores de lo que normalmente se piensa. Según Mark, más del 60% de los estudiantes utiliza algún tipo de sonido o música mientras estudia, lo que refleja cómo el entorno auditivo hace parte de los nuevos hábitos académicos de las generaciones jóvenes. En un contexto donde el silencio absoluto es cada vez menos frecuente, muchos estudiantes buscan adaptar el ruido a sus necesidades en lugar de intentar eliminarlo completamente.

Aunque muchos jóvenes aseguran sentirse más cómodos estudiando con música, no todos los sonidos producen el mismo efecto. Nick Perham, investigador especializado en memoria y concentración, estudió cómo la música afecta el rendimiento académico y descubrió que las canciones con letra generan interferencia cognitiva. Este fenómeno ocurre porque el cerebro continúa procesando involuntariamente las palabras de la canción mientras intenta leer, escribir o memorizar información. Según sus investigaciones, la música con letra puede reducir el rendimiento académico entre un 10% y un 15%, además de aumentar los errores en tareas de memoria hasta en un 20%. En otras palabras, mientras el estudiante intenta concentrarse en una actividad académica, el cerebro también está procesando el lenguaje de la música, lo cual produce una competencia mental entre ambas tareas.

Algo similar piensa Wilson Ardila, ingeniero de sonido de la Universidad de San Buenaventura, que durante su tesis de grado investigó cómo el sonido influye en los espacios educativos y en los procesos de aprendizaje: “Depende mucho de la persona; hay gente que pone ruido blanco o sonidos de lluvia para estudiar y le funciona, pero a mí personalmente me distrae”, explica. Para Ardila, el efecto del sonido sobre la concentración es subjetivo y está relacionado con la manera como cada persona aprendió a estudiar y relacionarse con su entorno. Durante su investigación, enfocada en diseño acústico para aulas de clase, encontró que muchos problemas de concentración no dependen únicamente del estudiante, sino de las condiciones sonoras de los espacios educativos.

“Muchas veces uno escucha más lo que pasa afuera que al profesor”, afirma. Explica que gran parte de las instituciones educativas en Bogotá no cuentan con un diseño acústico adecuado: el ruido del tráfico, las obras cercanas, las lluvias o incluso actividades en otros salones terminan interfiriendo constantemente con la atención de los estudiantes. “Hay colegios donde llueve y no se escucha nada de lo que dice el profesor porque el sonido de la lluvia tapa toda la clase”, cuenta. Recuerda que durante su época escolar muchas veces él y sus compañeros perdían partes importantes de las explicaciones debido al ruido frecuente dentro y fuera del salón. A partir de esa experiencia, Ardila desarrolló una propuesta de diseño acústico enfocada en las preferencias auditivas de los estudiantes. Durante su investigación realizó pruebas donde los alumnos podían modificar sonidos ambientales, niveles de ruido y volumen de la voz del profesor para construir un entorno auditivo más cómodo para estudiar.

“Nos dimos cuenta de que no todos escuchan igual y no todos necesitan las mismas condiciones para concentrarse”. Mientras algunos estudiantes preferían ambientes silenciosos, otros se sentían más cómodos con sonidos suaves de fondo, como naturaleza o ruido ambiental moderado. . Las investigaciones de Göran Söderlund también apuntan hacia esa idea. Sus estudios sobre ruido blanco y atención muestran que ciertos sonidos pueden mejorar la concentración, especialmente en personas con dificultades de atención como el TDAH. Según sus hallazgos, el ruido blanco puede aumentar la concentración entre un 8% y un 12% y mejorar la precisión en tareas cognitivas. Sin embargo, Söderlund también encontró que en personas sin dificultades de atención el efecto puede ser neutro o incluso negativo. Esto refuerza la idea de que no existe una única forma correcta de estudiar y que el impacto del sonido depende del entorno y de las características de cada persona.



Fotografía por: Diana Mireya Sánchez Sanabria

Aunque muchas personas consideran que escuchar sonidos mientras estudian puede mejorar la concentración, otros especialistas advierten que el problema no solo está relacionado con el tipo de sonido, sino con la cantidad de estímulos que recibe el cerebro durante largos periodos. Daniel J. Levitin, neurocientífico especializado en atención y comportamiento cognitivo, sostiene que el cerebro humano no está diseñado para realizar múltiples tareas complejas al mismo tiempo, aunque muchas personas crean que sí pueden hacerlo. Según sus investigaciones, el multitasking puede disminuir la productividad hasta en un 40% y aumentar considerablemente el tiempo necesario para completar actividades académicas. En el caso del estudio, escuchar música con letra mientras se intenta leer, analizar o memorizar información funciona como una segunda tarea que obliga al cerebro a dividir constantemente su atención. Esto genera agotamiento mental y hace más difícil mantener procesos de comprensión profunda.

Muchos estudiantes aseguran sentirse incómodos cuando estudian completamente en silencio. Para algunos jóvenes el ruido dejó de ser visto únicamente como una distracción y comenzó a convertirse en una especie de compañía durante las jornadas académicas. Mariana reconoce que, aunque normalmente necesita tranquilidad para concentrarse, estudiar en absoluto silencio también puede resultarle extraño después de pasar gran parte del día rodeada de estímulos digitales y auditivos: “Uno ya está acostumbrado a tener ruido todo el tiempo. Entonces a veces el silencio absoluto también se siente raro”, afirma. Sin embargo, aclara que no cualquier sonido le funciona. Mientras el ruido blanco o sonidos suaves le ayudan a bloquear distracciones externas, las canciones con letra o los ambientes demasiado ruidosos terminan afectando su atención.

El crecimiento de plataformas digitales también ha influido en la popularidad de estos métodos de estudio. En aplicaciones como TikTok y YouTube se han vuelto comunes videos de ocho o diez horas con sonidos de lluvia, cafeterías, bibliotecas o ruido blanco dirigidos a estudiantes. Algunos incluso recrean ambientes completos de estudio con sonidos de teclados, páginas pasando o conversaciones lejanas para generar sensación de compañía y concentración. Este tipo de contenido ha ganado popularidad, especialmente después de la pandemia, cuando muchos jóvenes comenzaron a estudiar desde casa y buscaron nuevas maneras de mantener la concentración en medio de ambientes llenos de distracciones.

Para Wilson Ardila, este fenómeno también refleja la manera en que las nuevas generaciones se relacionan con el sonido y la tecnología. Explica que muchas personas jóvenes crecieron acostumbradas a convivir con estímulos auditivos, redes sociales y dispositivos electrónicos, por lo que el cerebro termina adaptándose a ese entorno. “Yo creo que muchas personas necesitan sentir algún acompaña miento sonoro porque ya están acostumbradas a vivir con estímulos constantes”, explica. Sin embargo, insiste en que no

existe una fórmula universal y que cada persona responde de manera distinta dependiendo de sus hábitos, personalidad y procesos de aprendizaje.

Durante su investigación sobre diseño acústico, Ardila también encontró que muchos problemas relacionados con bajo rendimiento académico pueden estar conectados con condiciones sonoras deficientes en las instituciones educativas. Asegura que el diseño acústico suele ser uno de los aspectos menos considerados al momento de construir colegios o universidades. “Se invierte mucho dinero en infraestructura, pero casi nunca se piensa realmente en cómo escuchan los estudiantes en un salón”. Para él, el problema no solo está relacionado con la comodidad, también con la capacidad real de comprender y procesar la información en entornos ruidosos.

El ingeniero recuerda que durante su etapa escolar muchas veces los estudiantes no lograban entender completamente las explicaciones debido a sonidos externos o problemas de reverberación dentro de los salones. “A veces uno escuchaba más el recreo o el salón de al lado que la voz del profesor”, cuenta. Según explica, este tipo de situaciones generan distracciones constantes que terminan afectando la atención, la memoria y el aprendizaje. Considera que muchas veces el impacto del sonido en la educación pasa desapercibido porque las personas terminan normalizando el ruido interminable en es pacios académicos.Además del impacto académico, los especialistas relacionan el exceso de estímulos auditivos con agotamiento mental y estrés.

La necesidad constante de mantenerse concentrado en medio de conversaciones, notificaciones, tráfico o música puede generar sensación permanente de cansancio, especialmente en jóvenes universitarios que pasan gran parte del día alternando entre clases, pantallas y actividades digitales. Mariana asegura que muchas veces termina mentalmente agotada después de estudiar durante varias horas rodeada de ruido: “Siento que el cerebro se cansa más rápido cuando tengo demasiadas distracciones alrededor”. Explica que hay días en los que incluso pequeños sonidos terminan generándole ansiedad o dificultad para mantener la atención durante largos periodos.

Esta relación entre sonido, agotamiento y concentración también aparece en investigaciones relacionadas con contaminación auditiva y aprendizaje, que señalan que la exposición constante a estímulos sonoros en espacios académicos puede afectar procesos de memoria, de comprensión lectora y la capacidad de retención de información. Además, advierten que ambientes con exceso de ruido generan fatiga cognitiva y reducen la calidad del aprendizaje. Estas investigaciones coinciden con lo planteado por Gloria Mark y Daniel Levitin, que advierten que la sobreestimulación sonora y digital afecta directamente la capacidad de mantener el enfoque durante largos periodos.

El uso de sonidos para estudiar genera opiniones divididas, porque mientras algunos jóvenes aseguran que sonidos como lluvia, ruido blanco o música instrumental les ayuda a mantener la concentración, otros consideran que cualquier sonido termina funcionando como distracción. Mariana hace parte de este último grupo. Aunque utiliza ruido blanco en situaciones específicas, asegura que la mayoría de las veces necesita tranquilidad para concentrarse: “Cuando estoy en clase y mis compañeros hablan duro, me cuesta ponerle atención al profesor”, y explica que muchas



Fotografía por: Diana Mireya Sánchez Sanabria

veces termina agotada mentalmente después de intentar estudiar en ambientes demasiado ruidosos.

Cada experiencia refuerza una de las principales conclusiones presentes en las investigaciones consultadas: el impacto del sonido depende tanto del entorno como de las características individuales de cada persona. Mientras algunos cerebros pueden adaptarse mejor a ciertos niveles de ruido, otros requieren ambientes más silenciosos para mantener procesos de atención y memoria. Las investigaciones de Göran Söderlund sobre ruido blanco y atención también apoyan esa idea. Según sus estudios, este tipo de sonidos puede mejorar la concentración, especialmente en personas con dificultades atencionales, porque ayuda a bloquear estímulos externos y a estabilizar ciertos procesos cognitivos, aunque en personas sin problemas de atención el efecto puede ser neutro, incluso negativo.

A pesar de las diferencias, tanto especialistas como estudiantes coinciden en que el entorno auditivo influye en la manera como las personas estudian, aprenden y mantienen la concentración. Lo que antes parecía un detalle secundario, hoy forma parte de una discusión más amplia sobre salud mental, tecnología, educación y hábitos de atención en las nuevas generaciones. En medio de una rutina marcada por notificaciones constantes, redes sociales, tráfico y sobreestimulación digital, muchos jóvenes buscan maneras de adaptarse y encontrar espacios donde puedan concentrarse. Para algunos, el silencio sigue siendo la mejor herramienta. Para otros, ciertos sonidos funcionan como una forma de aislar el caos externo y mantener el enfoque. Mientras las investigaciones continúan analizando cómo el cerebro responde a estos estímulos, el debate sigue abierto. Lo que sí parece claro es que la relación entre sonido y concentración ya no puede entenderse únicamente desde la idea tradicional del silencio absoluto.

La veterana optimista: el valor de hacer lo que se le ha dado la gana



Fotografía por: Karen Tatiana Ortiz Botia y Paula Katherine Castro Tamayo

Sandra Huertas, mejor conocida como La veterana optimista

No quería entrevistar a un hombre. Quería encontrar la historia de una mujer, pero no de cualquiera.

Por: Sara Alejandra Bautista Rojas

Casi me rindo. Al principio, ni siquiera me había tocado hacer una crónica sobre un humorista. Me había correspondido el de un trabajador de morgue. Con lo miedosa que soy, apenas vi lo que me había salido, le pedí al profesor que me dejara sacar otro papel con otro personaje. No quería ni imaginarme haciendo una crónica sobre una morgue.

Volví a sacar y, pum, salió humorista. No pensé demasiado en lo que significaba. Me pareció simplemente un cambio de suerte, pero, viéndolo ahora, siento que fue como si el destino hubiera escogido por mí el camino que seguiría. Al principio pensé que estaba bien, incluso me emocioné. Después llegó la pregunta difícil: ¿A quién?

No quería entrevistar a un hombre. Quería encontrar la historia de una mujer, pero no de cualquiera. Buscaba a alguien que tuviera algo que contar, alguien cuya historia no apareciera completa en una búsqueda de Google. Era martes en la tarde y había pensado decirle al profesor que no lo había logrado. Pero me miré al espejo y pensé: “Sara, ¿usted no va a poder? ¿Le va a quedar grande contactar a alguien, sabiendo que a usted nada le queda grande?”. Así que busqué toda la noche.

Entré al perfil de Boom, revisé videos, nombres, perfiles y comentarios, ninguna me convencía. Después vi a cuatro mujeres: una no me parecía chistosa; otra sí, pero sentía que no conectába-

mos; la tercera era una señora que me parecía chistosa, pero se veía arrogante; por último, la vi a ella, chistosa, con cara de buena gente, con chistes inteligentes y diciendo cosas de las que yo no me atrevía a hablar normalmente. No tenía claro su nombre, pero algo me hizo pensar: Tiene que ser ella.

Encontré su nombre: Sandra Huertas, mejor conocida como La veterana optimista. Al día siguiente llegué a clase y dije que quería hacer la crónica sobre ella. El profesor preguntó cómo había conseguido el contacto, yo solo respondí: “Profe, si le contara”, porque todavía no sabía si iba a funcionar.

Le escribí a mi prospecto de personaje y esperé. Sandra no suele revisar los mensajes de Instagram, pero aquel día lo hizo. Cuando yo empezaba a pensar que no iba a lograrlo, su mensaje llegó al terminar la clase y sentí una felicidad enorme. Había conseguido la entrevista.

Después de hablar con ella entendí que aquella búsqueda había sido una pequeña introducción a su propia historia. Una mujer que muchas veces tuvo que insistir para hacerse un espacio donde, en principio, parecía no tenerlo. Sandra habla como si estuviera contando una historia que acaba de recordar. Aunque algunas de esas historias tengan muchos años, salta de una idea a otra, se ríe, se contradice, vuelve atrás y, en medio de una frase aparentemente sencilla, aparece algo que explica quién es.



Fotografía aportada por: Sandra Huertas

La comedia la ha llevado a conflictos por defender que a los principiantes se les pague, por pedir cuentas y por cuestionar reglas no escritas de un gremio que ella considera una familia, una familia bastante disfuncional, pero familia, al fin y al cabo.

Lleva casi diez años haciendo comedia, pero la historia comenzó mucho antes. De niña observaba a las mujeres, y mientras sus hermanas veían los reinados y comentaban si una mujer estaba flaca, si tenía celulitis o si era bonita, Sandra veía la realidad desde otro lugar. No entendía por qué una mujer tenía que desfilar para que otros decidieran si servía o no. También escuchaba a los hombres hablar de las mujeres de la televisión de una manera sexualizada, y no entendía por qué aquello tenía que ser normal. Ella, en cambio, prefería hablar y dibujar.

Su papá lo notó y una vez le dijo: “Pues a usted como le gusta tanto hablar y dibujar, ojalá pueda vivir de eso”. Sandra terminó convirtiendo esa frase casi en un mandato. Estudió diseño gráfico trabajó durante años en educación corporativa y comunicación, ofreciendo conferencias, haciendo talleres y hablando frente a públicos. Pero todavía no era comediante.

Sandra habla de su papá como alguien que ocupa un lugar determinante en su vida. Recuerda que pasó sus primeros años muy cerca de su presencia, y que, para cualquier decisión importante, era a él a quien acudía: Cuando le rompieron el corazón, lo llamó; cuando necesitaba un consejo, también; y aunque el pertenecía a una generación más conservadora, Sandra siente que con ella ocurrió algo particular: fue un hombre de su época que terminó siendo, en muchos sentidos, feminista con su hija.

Su mamá era diferente: elegante, organizada y preocupada por la apariencia. Era tanta la diferencia entre Sandra y sus hermanas, que solo a ella la llevaron a un curso de glamour con un preparador de reinas. Para Sandra fue como si le hubiera pasado lo peor. Había crecido sintiendo que arreglarse demasiado podía significar convertirse en alguien que no quería ser. Mientras sus hermanas llegaban del salón de belleza, ella llegaba sudada de jugar baloncesto, chiflando y despeinada, porque ella era la rara, “la yuca entre los duraznos”, como afirma.

Con los años Sandra entendió que su mamá también había sido una mujer atrevida. Se separó en los años setenta, construyó su propio negocio con pocos estudios, terminó el bachillerato a los 62 años y estudió Psicología a los 90. Sandra reconoce que, aunque su mamá no estuviera de acuerdo con muchas de sus decisiones, también había una parte de esa valentía reflejada en ella. Quizás por eso nunca le gustó demasiado la idea de encajar. No quiere casarse, no quiere tener hijos, no le gusta la convivencia y tampoco le interesa construir una vida siguiendo lo que los demás consideran correcto.

No es llevar la contraria por llevarla, sino cuestionar aquello que los demás aceptan sin preguntarse por qué. Por eso también le molestan los gurúes y las vacas sagradas que se montan en su prestigio para tirárselas de incuestionables, que creen tener la última palabra, y por debajo de ellas están los lambones que hacen el escalón para darle el protagonismo y la manera de existir a esas vacas sagradas.

La comedia la ha llevado a conflictos por defender que a los principiantes se les pague, por pedir cuentas y por cuestionar reglas no escritas de un gremio que ella considera una familia: una familia bastante disfuncional, pero familia, al fin y al cabo. Sandra llegó tarde a la comedia, tenía 47 años cuando encontró allí algo que llevaba toda la vida buscando: un lugar desde donde pudiera decir lo que quería y ser escuchada. Pronto descubrió que la teoría y la realidad eran cosas distintas.

Entonces era una mujer acostumbrada a hablar en público y con una personalidad distinta a la imagen que muchos tenían de un comediante. Le hicieron sentir que para estar allí tenía que parecer otra persona, y ella no estuvo dispuesta: “La comedia no le pertenece a nadie, les pertenece a todos”, y por eso tuvo que abrirse espacio a codazos.

En 2017 decidió lanzarse, aunque no tenía demasiados referentes. Había visto a Andrés López y poco más. Pero había aprendido algo importante en sus años anteriores: observar. Cuando finalmente entró a la comedia, entendió que no podía simplemente

llevar sus discursos de educación y convertirlos en chistes.

Su primer intento en un escenario de comedia fue un 14 de febrero, en San Valentín. Un exnovio, también comediante, no había querido decirle dónde podía presentarse cuando supo que quería entrar a la comedia. Llegó por recomendaciones a un lugar llamado A Seis Manos, en el Centro de Bogotá. Cuando llegó, él estaba ahí: “Pues yo hago lo que me da la gana”, pensó. Se subió sin haber pasado por un curso de comedia. Llevaba años hablando frente a públicos, así que el micrófono no le daba miedo, aunque todavía no conocía la técnica de la comedia. Uno de sus primeros chistes hablaba de perder la virginidad y comparaba aquella experiencia con destapar una Coca-Cola, que una vez abierta, no se puede volver a cerrar. El chiste funcionó, pero detrás de aquel material había algo que el público no sabía: Para Sandra, hablar de la virginidad no era solamente un tema gracioso, era una forma de acercarse a una experiencia personal que todavía no estaba preparada para contar, una de las primeras lecciones que la comedia le enseñaría: “Uno puede contar una historia hasta donde quiera contarla, no todo tiene que ser expuesto”.

Después vino la parte difícil, la que no aparece cuando alguien cuenta que comenzó a hacer comedia: Comenzar también significa fracasar. Estuvo en Sábados Felices once veces: hubo audiciones que no pasó, escenarios en los que tuvo que aprender a golpes y momentos en los que sintió que no pertenecía, hasta que una mañana pensó en abandonar. Ese día había grabado Sábados Felices y “había muerto sobre el escenario”, palabras con las que describe esa experiencia, y agrega: “Morir es hablar y que nadie responda; contar un chiste y recibir silencio”. Frente a ella había alrededor de 400 personas y cada chiste parecía caer al vacío.

Cuando terminó se fue a llorar al baño de Caracol. Llevaba cerca de tres horas llorando cuando Franco Bonilla la llamó. Él la había ayudado a entrenar su delivery. Le preguntó cómo le había ido y trató de tranquilizarla, pero para Sandra ya estaba decidido. A las diez de la mañana había pensado: “Mi papi tiene razón, yo estaba perdiendo el tiempo”. Llevaba dos años y medio intentando hacer comedia y ese día había decidido salir de allí. Esa noche tenía un Tomatadero, un espacio donde los comediantes se enfrentaban a un público especialmente difícil. Llegó a Smoking Molly en el barrio la Macarena. Había muchísima gente, amigos, enemigos y comediantes. Y entonces algo cambió, Pensó que, si de todas maneras iba a despedirse, no tenía nada que perder.

Subió al escenario y ocurrió lo contrario de lo que esperaba: la gente empezó a aplaudir, los chistes funcionaron, la felicidad fue tanta que, después de cuatro minutos, ella misma decidió bajarse, no porque hubiera salido mal, sino porque ya había sido suficiente. Aquella noche, después de haber decidido abandonar la comedia en la mañana, la comedia terminó rescatándola. Sandra lo resume con una frase: “La comedia me rescató de la comedia”.

Desde entonces dejó de ver la comedia como algo abandonable, y suele compararla con un matrimonio. El diseño, la educación y las demás cosas que ha amado han sido como novios: los ha querido, les ha insistido, los ha disfrutado, pero la comedia, para ella ha sido el esposo, la que no abandona, quizás por eso habla de cosas que incomodan: del machismo, de la edad, del cuerpo, del sexo, de las adicciones, de las mujeres y de aquello que socialmente se supone que una mujer debería callar, porque Sandra no cree que existan temas prohibidos.



Fotografía aportada por: Sandra Huertas

Tiene 56 años, pero dice sentirse cercana a generaciones más jóvenes, porque pelea mucho con los de su edad. Es diseñadora y comediante, puede pasar de hablar sobre comunicación, lenguaje y semiótica a hacer un chiste vulgar; hablar de feminismo y después reírse de sí misma; defender la libertad y, al tiempo, admitir que todavía hay cosas que le dan vergüenza.

Para ella, el asunto no es de qué se habla, sino desde dónde se habla, por eso también diferencia entre hacer comedia y burlarse de alguien: “La comedia debe partir de una posición propia, de algo que uno asume y sostiene hasta el final”. Su rebeldía no consiste simplemente en decir cosas fuertes. Consiste en cuestionar y en no dejar que otros decidan qué puede decir una mujer.

Sandra dice que la comedia le enseñó cosas que la teoría nunca logró enseñarle completamente: poner límites, ser asertiva y enfrentar el rechazo, y quizás esa sea una de las razones por las que se ríe de los insultos antes de que otros puedan utilizarlos contra ella. Si le dicen vieja, se ríe de su edad. Si la llaman loca, piensa en convertirlo en bandera. Si la llaman sucia, imagina un proyecto llamado Locas y Sucias. La idea es simple: Apropiarse del insulto hasta quitarle el poder.

Ahora utiliza el chiste como herramienta porque descubrió algo que quizá llevaba años buscando: que una persona puede escuchar más cuando se ríe, y que la risa puede dejar algo: una idea, una incomodidad, una pregunta, algo que permanece cuando el chiste ya terminó, por eso no quiere solamente que la gente se ría: quiere que algo llegue.

También existe una Sandra viajera, que se ha presentado en México, en Guatemala, en Honduras, en Costa Rica y en Estados unidos. Incluso ha probado hacer comedia en inglés, y descubrió que hacer reír a un gringo no era tan sencillo como parecía. Pero entre todos sus escenarios hay uno que recuerda especialmente: Honduras. Había perdido a sus padres y quería escapar. Se fue prácticamente que sin plata porque no quería estar en Bogotá. Sus mejores recuerdos pasaron alrededor de una noche cuando se sintió colombiana: había aguardiente, sombreros de papel y una conexión que Sandra todavía recuerda como una de las experiencias más bonitas de su vida en un escenario.

También recuerda la primera vez que se presentó en Casa

Ensamble, , en Bogotá, en un teatro mucho más grande de lo que había conocido. Para alguien que alguna vez pensó que no pertenecía a ese mundo, que la invitaran a un festival junto a algunos de los nombres más reconocidos de la comedia, significó algo, no porque hubiera llegado a la cima, sino porque había conseguido estar ahí.

Hay algo que Sandra todavía no cuenta: lo tiene escrito, guardado, convertido en posibles chistes y rutinas que todavía no han llegado al escenario, no porque no sepa cómo contarlo, sino porque algunas experiencias todavía le producen vergüenza, y no siente que sea el momento o la forma de contarlas, su techo de cristal, como lo llama, una barrera que todavía no ha logrado romper. Sabe que esas historias están ahí y que algún día podría contarlas, pero quiere hacerlo a su manera, con gusto, con inteligencia y sin dejar de protegerse, porque para Sandra la comedia también tiene límites, solo que esta vez los decide ella.

No todo lo que provoca risa está listo para ser contado, y quizás por eso, cuando pienso en Sandra, pienso también en las cosas que guarda, en los objetos que transforma, en los muebles que alguna vez fueron otra cosa y en aquello que encuentra en la basura y decide rescatar porque, según ella: “Si algo todavía tiene potencial, no debería terminar en un relleno sanitario”.

Su casa está hecha de pedacitos: un sofá antiguo, un espejo encontrado en la basura, una silla que reparó, una cobija comprada con el último dinero que le mandó su papá y una almohadita que perteneció a su mamá. Todo tiene una historia, nada está ahí porque sí, y quizás Sandra también está hecha de pedacitos: la niña que miraba los reinados y no entendía por qué las mujeres bonitas tenían que callarse; la hija que recibió de su papá el deseo de vivir, de hablar y de dibujar; la mujer que rechazó el matrimonio porque no quería perder su libertad; la diseñadora, la educadora, la feminista, la rebelde, la señora y la comediante que alguna vez quiso abandonar la comedia; también está la mujer que guarda historias que todavía no se atreve a contar.

Le pregunto qué lugar de Bogotá le gusta más. No duda, ni siquiera lo piensa y responde: Usaquén, su lugar favorito, como lo llama. Tiene cuadros, diseños y objetos relacionados con ese lugar, diseñados por ella misma. Le gusta el Mercado de las Pulgas, las tiendas, los objetos antiguos, y esa mezcla que hace que Usaquén parezca estar hecho de muchas épocas al tiempo.

Entiendo por qué Sandra me recuerda a una tarde en Usaquén: porque Usaquén también está lleno de contradicciones, lo antiguo y lo nuevo, lo elegante y lo callejero, el turista y el vecino, el restaurante costoso y el objeto encontrado en una mesa del Mercado de Pulgas. Hay ruido, conversaciones, música, vendedores, edificios, recuerdos y reliquias que alguien decidió rescatar, y Sandra es algo parecido. Tiene 56 años, pero dice sentirse cercana a generaciones más jóvenes, porque pelea mucho con los de su edad. Es diseñadora y comediante, puede pasar de hablar sobre comunicación, lenguaje y semiótica a hacer un chiste vulgar; hablar de feminismo y después reírse de sí misma; defender la libertad y, al tiempo, admitir que todavía hay cosas que le dan vergüenza. Es elegante y desparpajada, señora y rebelde, cuidadosa y atrevida, una mezcla de estilos que, juntas, tienen sentido.

Quizás por eso la comparación con Usaquén no está solo en sus gustos, sino en su manera de existir, porque, igual que una tarde allí, Sandra no se puede entender desde una sola mirada: hay que mirarla, escuchar sus historias que parecen pequeñas y descubrir que guarda historias enormes.

Yo casi me rendí antes de conocerla. Pensé que conseguir una entrevista con una humorista era demasiado difícil, y que tal vez no tenía sentido insistir, pero finalmente la encontré, y después de escucharla entendí que quizá esa era precisamente la historia que estaba buscando, no la de una mujer que simplemente hace reír, sino la de una mujer que lleva la vida intentando encontrar una forma de hablar; una mujer que primero tuvo que aprender a no callarse y que ahora, cada vez que sube a un escenario, convierte aquello que alguna vez le dio miedo, vergüenza o rabia, en una razón para que alguien se ría. Tal vez, cuando la risa termina, quede algo más, una pregunta, una idea o simplemente el recuerdo de una mujer que, después de tantos años, sigue diciendo: “Yo hago lo que me da la gana”, así, como una tarde en Usaquén: Llena de historias, de contrastes y de cosas que parecen pequeñas hasta que uno se detiene a mirarlas.



¿La justicia sí es igual para todas?

Mujeres rurales y barreras de acceso a la justicia en Bogotá y Cundinamarca

Por: Danna Lucía Cucaita Ramos y Marco Antonio Pérez Aparicio

Para muchas mujeres rurales, denunciar una violencia no empieza cuando llegan a una comisaría o a una fiscalía, empieza mucho antes, cuando tienen que decidir si dejar solos a sus hijos, perder el jornal del día o recorrer varias horas desde una vereda para acceder a una institución que, muchas veces, tampoco garantiza respuestas claras.

Tatiana Usmeka, joven campesina de la ruralidad bogotana, conoce esa realidad de cerca. Desde su trabajo comunitario con jóvenes y mujeres de la periferia de Bogotá, ha visto cómo el desconocimiento, la distancia y la falta de acompañamiento terminan alejando a muchas mujeres del sistema judicial, incluso antes de iniciar un proceso.

"Las mujeres tenemos muy poco conocimiento de esos accesos, pero en la ruralidad hay todavía más desconocimiento por el olvido histórico". Ese desconocimiento no aparece de manera aislada. Según Usmeka, responde a años de abandono institucional y a la falta de pedagogía sobre derechos y mecanismos de protección en sectores rurales.

"Uno va a una escuela rural y pregunta cuáles son los mecanismos de acción y muchas chicas no saben, solo conocen la denuncia pública", insiste Usmeka. Aunque Colombia reconoce legalmente el derecho de las mujeres a vivir libres de violencias y acceder a mecanismos de protección, en la práctica las condiciones cambian dependiendo del territorio, del nivel económico y de qué tan cerca se esté de las instituciones.

Datos del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) indican que en Cundinamarca habitan aproximadamente 400.062 mujeres rurales, mientras que Bogotá registra cerca de 13.104. Detrás de esas cifras existen mujeres que diariamente enfrentan barreras de movilidad, conectividad y acceso institucional para ejercer derechos básicos. Estas cifras hacen visible una realidad que muchas veces pasa desapercibida en los debates públicos, porque miles de mujeres rurales siguen enfrentando condiciones profundamente desiguales para acceder a derechos fundamentales.



Fotografía por: Danna Lucía Cucaita Ramos y Marco Antonio Pérez Aparicio

Según el informe sobre ruralidad y población femenina de la Gobernación de Cundinamarca, basado en proyecciones del DANE, las mujeres rurales representan una parte importante de la población del departamento, especialmente en municipios donde persisten dificultades de transporte, acceso institucional y conectividad digital.

Según el informe sobre ruralidad y población femenina de la Gobernación de Cundinamarca, basado en proyecciones del DANE, las mujeres rurales representan una parte importante de la población del departamento, especialmente en municipios donde persisten dificultades de transporte, acceso institucional y conectividad digital.

Para Ana María Torres, abogada feminista y funcionaria de la Gerencia de Prevención y Atención de Violencias contra las Mujeres de la Gobernación de Cundinamarca, el problema es jurídico y estructural.

"El sistema judicial no está pensado para atender víctimas con enfoque de género y diferencial", explica Torres, y agrega que las desigualdades aumentan cuando se cruzan factores como pobreza, género y ruralidad, especialmente en mujeres campesinas que históricamente han permanecido lejos de las instituciones del Estado. "La gran diferencia que encontramos entre una mujer campesina y una mujer con capital es justamente el acceso a la información y a las instituciones".

A diferencia de muchas mujeres rurales, hay otro grupo de mujeres que cuentan con estabilidad económica, que suelen tener mayores posibilidades de sostener procesos judiciales largos, contratar representación jurídica privada o acceder rápidamente a información institucional.

En ciudades como Bogotá, una mujer con altos recursos económicos puede acceder con mayor facilidad a asesorías privadas, atención psicológica, transporte permanente o acompañamiento jurídico especializado. En contraste, muchas mujeres campesinas deben depender de instituciones públicas congestionadas y enfrentar múltiples barreras antes incluso de presentar una denuncia.

Para Torres, aunque las leyes

hablan de igualdad, las condiciones materiales terminan marcando profundas diferencias dentro del acceso real a la justicia. “Una persona que tiene capital puede pagar un abogado, sostener un proceso en el tiempo y tener mayor acceso a información”. La diferencia atraviesa lo económico, y también la cercanía territorial al Estado. Mientras gran parte de las instituciones se concentran en zonas urbanas, muchas comunidades rurales continúan alejadas de servicios básicos de atención judicial.

En muchos municipios, personerías, fiscalías y casas de justicia continúan ubicadas principalmente en centros urbanos, lo que obliga a muchas mujeres a desplazarse durante horas para iniciar procesos o asistir a diligencias judiciales. Usmeka explica que incluso el transporte se convierte en un obstáculo cotidiano. “La gente tiene que programarse con personas que prestan el servicio de manera informal porque no existe un transporte que cubra todas las rutas”.

Esa situación termina afectando especialmente a mujeres que además deben asumir labores de cuidado, trabajo doméstico y responsabilidades económicas dentro de sus hogares. “Muchas mujeres no tienen tiempo ni facilidad económica para trasladarse a sostener un proceso judicial”, afirma Torres.

Pero las barreras no terminan en la distancia. Según Usmeka, muchas comunidades rurales también enfrentan dificultades para comprender los procedimientos institucionales debido al lenguaje técnico y burocrático utilizado por muchas entidades públicas: “Las instituciones llegan hablando con palabras técnicas y muchas personas no entienden cómo funcionan realmente los procesos”.

Incluso herramientas aparentemente básicas, como redactar un correo o diligenciar un documento, terminan convirtiéndose en obstáculos para personas que históricamente no han tenido acceso a formación institucional o jurídica. “Si una persona no sabe redactar una petición o enviar un correo, entonces todo se vuelve mucho más complejo”, agrega Usmeka. Ese panorama coincide con lo advertido por el informe Ante la justicia: Necesidades jurídicas y acceso a la justicia en Colombia, publicado por Dejusticia, donde se señala que las barreras económicas, territoriales y de información afectan especialmente a poblaciones vulnerables y generan una brecha entre los derechos reconocidos y las posibilidades reales de ejercerlos. Además, la Encuesta Nacional de Necesidades Jurídicas de Dejusticia identificó que muchas personas abandonan procesos judiciales debido a dificultades económicas, desconocimiento institucional o falta de acompañamiento. Para Usmeka, el problema también tiene raíces culturales porque: “La ruralidad sigue siendo machista”.

Según explica, todavía existen comunidades donde denunciar violencia de género continúa siendo visto negativamente, o donde muchas mujeres sienten miedo de ser señaladas socialmente. “Hay mujeres que incluso sienten miedo de denunciar porque socialmente eso todavía es mal visto en algunos espacios”.

Torres considera que esa situación se agrava porque muchas instituciones todavía no cuentan con herramientas suficientes para atender casos de violencia de género desde un enfoque diferencial y territorial: “La mayoría de las instituciones no están preparadas para atender mujeres víctimas de violencia con enfoque de género”.

El estudio Acceso a la justicia mujeres indígenas y campesinas organizadas en Colombia y Guatemala, desarrollado por la Pontificia Universidad Javeriana, advierte que los sistemas judiciales latinoamericanos continúan funcionando bajo lógicas urbanas que dificultan el



Fotografía por: Danna Lucía Cucaita Ramos y Marco Antonio Pérez Aparicio

El estudio Acceso a la justicia mujeres indígenas y campesinas organizadas en Colombia y Guatemala, advierte que muchas mujeres rurales perciben el sistema judicial como lejano, lento y poco adaptado a sus contextos territoriales.

acceso efectivo de las mujeres rurales a mecanismos de protección y justicia.

La investigación también señala que muchas mujeres campesinas enfrentan fenómenos de revictimización institucional, desconfianza hacia las autoridades y dificultades para sostener procesos judiciales prolongados. A esto se suma un panorama general de congestión judicial en Colombia, como lo muestran Informes de la Corporación Excelencia en la Justicia que han advertido altos niveles de demora e impunidad dentro del sistema judicial colombiano, especialmente en procesos relacionados con violencia basada en género. La discusión sobre acceso a la justicia también pone sobre la mesa una pregunta más profunda: ¿qué tan preparado está realmente el Estado colombiano para entender las realidades de las mujeres rurales?

Para Torres, muchas veces las instituciones continúan trabajando bajo modelos urbanos que no logran responder a las dinámicas territoriales de municipios rurales o zonas periféricas de Bogotá. “La justicia obliga a las mujeres a trasladarse hasta donde opera el sistema, cuando debería ser el sistema el que se trasladara hacia donde están las víctimas”, señala.

Esa centralización institucional termina ampliando las brechas entre mujeres rurales y mujeres con mayores recursos económicos. Mientras algunas personas pueden movilizarse fácilmente entre entidades, pagar asesorías privadas o sostener procesos durante meses e incluso años, otras deben decidir entre continuar un trámite judicial o atender sus necesidades básicas diarias.

Usmeka explica que muchas mujeres abandonan procesos no porque no quieran continuar, sino porque sostenerlos implica costos económicos y emocionales demasiado altos. “Ir a una audiencia puede significar perder un día entero de trabajo, pagar transporte o incluso dejar de atender responsabilidades familiares”.

La situación también afecta la confianza que muchas comunidades rurales tienen frente al Estado y las instituciones judiciales. Según Usmeka, varias personas sienten que las entidades aparecen únicamente en ciertos momentos específicos y luego desaparecen sin darles continuidad a los procesos. “Muchas comunidades sienten que las instituciones solamente llegan, hacen una actividad y luego no vuelven”. Ese sentimiento de abandono institucional ha sido señalado en diferentes investigaciones sobre acceso a la justicia y ruralidad en Colombia. El estudio Acceso a la justicia mujeres indígenas y campesinas organizadas en Colombia y Guatemala, advierte que muchas mujeres rurales perciben el sistema judicial como lejano, lento y poco adaptado a sus contextos territoriales.

La investigación también señala que la ausencia de enfoque diferencial dentro de las instituciones genera procesos de revictimización y desconfianza hacia las rutas de atención. Torres considera que uno de los principales retos está precisamente en incorporar enfoques territoriales y de género en el sistema judicial colombiano. “No basta con que existan leyes. Se necesita una igualdad material que realmente dignifique la vida de las mujeres”.

Para la funcionaria, muchas instituciones todavía continúan entendiendo la violencia contra las mujeres como asuntos privados y no como problemáticas estructurales que requieren respuestas públicas integrales. “No podemos seguir viendo la violencia contra las mujeres como algo que pertenece a la esfera privada”.La situación se vuelve más compleja cuando las mujeres pertenecen a comunidades históricamente excluidas o viven en zonas donde el acceso a internet y la conectividad siguen siendo limitados. Aunque muchas entidades trasladaron trámites y procesos a plataformas digitales, no todas las personas cuentan con herramientas tecnológicas o conocimientos suficientes para utilizarlas. Usmeka asegura que en varios sectores rurales todavía existen enormes dificultades incluso para realizar trámites básicos virtuales. “Hay personas que ni siquiera saben enviar un correo o conectarse a ciertas plataformas, entonces muchos procesos terminan excluyendo”, explica.

Esa brecha digital termina convertida en una barrera de acceso a la justicia, porque mientras algunos sectores resuelven trámites rápidamente mediante herramientas virtuales, otras comunidades continúan dependiendo de desplazamientos físicos, tiempos institucionales prolongados y acompañamientos externos.

Según Torres, hablar de acceso a la justicia implica entender que no todas las mujeres parten desde las mismas condiciones. “No es lo mismo hablar de una mujer que tiene recursos, tiempo y acceso a información, que de una mujer campesina que además debe asumir labores de cuidado y sobrevivencia”.

La discusión no puede centrarse únicamente en la existencia de leyes o rutas institucionales. El verdadero debate está en las posibilidades reales que tienen las mujeres para usar esos mecanismos en condiciones dignas, seguras y accesibles.

Para Torres, el problema no puede reducirse únicamente a decisiones individuales. “No podemos responsabilizar a las mujeres por vivir donde viven. El problema también es institucional”.

Usmeka coincide en que muchas comunidades sienten abandono estatal y poca continuidad en los procesos institucionales. “Muchas veces las instituciones llegan al territorio solo en ciertos momentos y luego desaparecen.Entonces las comunidades sienten que no existe realmente un acompañamiento”, y considera que el acceso a la justicia también debe abordarse desde la educación y la prevención. . “Los Ministerios de Igualdad y de Educación deberían fortalecer procesos de educación frente a la prevención de violencias contra la mujer”.Además, cuestiona que muchos programas institucionales pierdan continuidad debido a recortes presupuestales o falta de acompañamiento permanente en los territorios. “Muchas veces estos procesos se quedan cortos porque se recortan presupuestos en los planes de desarrollo”.

Tanto Torres como Usmeka coinciden en que el problema va más allá de reformas legales o ajustes administrativos. También implica transformar la manera en que históricamente la sociedad ha entendido a las mujeres dentro de espacios rurales. “El cambio también tiene que ser cultural, sobre cómo se percibe a la mujer como sujeto de derechos”, concluye Usmeka.

Las cifras, las investigaciones y los testimonios coinciden en una misma realidad: el acceso a la justicia sigue siendo desigual, porque mientras algunas mujeres cuentan con recursos económicos, acompañamiento jurídico y cercanía institucional, otras deben enfrentar barreras territoriales, económicas y culturales para acceder al mismo sistema.

Aunque las leyes hablan de igualdad, para muchas mujeres rurales en Bogotá y Cundinamarca la justicia todavía depende del lugar donde se vive, del dinero que se tiene y de qué tan cerca se está de las instituciones del Estado.

Cuando el abandono se vuelve manada

Perros ferales: una problemática de salud pública en Bogotá

Por: Mariana Navarro Giraldo y Julián Esteban Rolong Melo

Todo comienza con un grupo de perros. Primero son tres, luego seis y, sin que nadie se dé cuenta, con el tiempo son diez animales mestizos, con ojos pequeños, hocicos afilados, orejas desiguales y largas colas que se mueven entre montañas, humedales y las calles vacías de Bogotá. A simple vista, parecen inofensivos, incluso adorables, pero son perros abandonados que buscan comida entre las bolsas de basura o un lugar para refugiarse entre la vegetación. Sin embargo, detrás de esa mirada tan tranquila, hay algo mucho más complejo.

Muchos de estos animales ya dejaron de depender del ser humano hace años, y han aprendido a sobrevivir por su cuenta, a moverse en manada, a cazar, a marcar su territorio y a convivir en la delgada línea entre lo urbano y lo salvaje. Lo que empieza como un abandono, se transforma en un problema ambiental, sanitario y social que crece de manera silenciosa en diferentes zonas de la ciudad.

Mientras que las cifras oficiales reportan miles de animales en situación de calle, los expertos advierten sobre el crecimiento de manadas ferales en áreas rurales y periurbanas de Bogotá. Enfermedades zoonóticas, contaminación de fuentes de agua, ataques a personas y el impacto en la fauna silvestre son soloalgunas consecuencias de un problema que, por años, ha sido ignorado.

A pesar de que muchas veces estos perros pasan inadvertidos entre la basura y el paisaje urbano, tras cada manada hay una historia de abandono, y una ciudad que todavía no sabe cómo hacer frente a lo que dejó crecer.



Fotografía por: Mariana Navarro Giraldo y Julián Esteban Rolong Melo

Mientras que las cifras oficiales reportan miles de animales en situación de calle, los expertos advierten sobre el crecimiento de manadas ferales en áreas rurales y periurbanas de Bogotá.

Cuando el abandono se convierte en una amenaza silenciosa

Según la Secretaría Distrital de Ambiente y el Instituto Distrital de Protección y Bienestar Animal, en Bogotá se calcula que hay más de 114.831 animales en condición de calle. En promedio cada día en la ciudad son abandonados unos 32 animales, lo que equivale a más de 11.800 casos por año, Muchos de los cuales ocurren en áreas rurales y periféricas, especialmente en veredas y zonas cercanas a humedales, donde se inician procesos de feralización.

Un estudio de la Universidad de La Salle señala que, en ausencia de medidas de esterilización y control, la población de perros puede llegar a incrementarse hasta un 85% en un periodo de diez años, tanto que hasta 67.000 perros podrían proceder de una sola hembra y su descendencia en sólo seis años. Este desmedido aumento supone un problema de bienestar animal, y una amenaza para la salud pública.

El riesgo sanitario se ve incrementado por la acumulación de heces y orina que producen estas poblaciones. Se calcula que un perro genera diariamente unos 300 gramos de heces y medio litro de orina. En una población estimada de 66.000 perros sueltos, esto se traduce en casi 20 toneladas de excrementos diarios repartidos por el espacio público que contamina fuentes de agua, humedales y suelos urbanos, situación que propicia la transmisión de enfermedades zoonóticas como rabia, leptospirosis y diversas infecciones parasitarias.

El problema sanitario ya se refleja en las cifras nacionales. El Instituto Nacional de Salud indica que, en el transcurso de 2024 se registraron 8.823 casos de leptospirosis en Colombia, una enfermedad bacteriana que se transmite principalmente a través del contacto con agua o suelo contaminados con orina de animales infectados. De esos casos, se confirmaron 233 y 19 acabaron con fallecimientos. Además, el 85 % de los pacientes confirmados tuvo que ser hospitalizado y más del 80% pertenecía a los estratos socioeconómicos 1 y 2.

El problema también tiene un fuerte impacto ecológico. En localidades como Bosa, se estima la existencia de entre 5.781 y 7.563 perros callejeros, cuya presencia ha afectado humedales, ecosistemas urbanos, fauna silvestre y el medio ambiente en general. Las zonas más críticas siguen siendo Usme, con unos 475 perros por kilómetro cuadrado, y San Cristóbal Sur, que concentra el 7,7% de los registros totales de perros ambulantes y ferales en Bogotá.

Más allá de números, censos y estudios, entender a los perros ferales implica ver cómo se adaptan tanto al entorno urbano como al rural, cómo viven en manadas y por qué su comportamiento cambia con el tiempo. María Catalina Navarro, zootecnista especializada en producción animal y manejo poblacio-

nal, explica que factores como el abandono, la basura en las calles y la expansión descontrolada de la ciudad han contribuido al crecimiento silencioso de estas manadas en Bogotá.

Basura, territorio y supervivencia: así nacen las jaurías ferales

Los perros ferales no se pueden entender solo a través de cifras o estudios; también son necesarias las experiencias de expertos que interactúan directamente con el comportamiento animal y el manejo de su población. Navarro menciona que uno de los principales factores que contribuye al crecimiento de estas poblaciones es la abundancia de residuos orgánicos en las calles y vertederos informales: “Las hembras mejoran su condición física gracias al acceso constante a comida rica en calorías, que les permite ovular más a menudo y, como resultado, aumenta la reproducción”, indica. Según la especialista, la basura urbana se convierte, de manera indirecta, en un catalizador para la sobrepoblación de perros ferales.

La expansión urbana y el abandono de animales también juegan un papel crucial. Navarro señala que áreas como humedales, montañas y zonas periurbanas son ideales para que estas jaurías sobrevivan y se adapten a una vida salvaje: “En los humedales encuentran fauna para cazar, agua y lugares donde esconderse. Mientras que, en cerros y laderas, tienen zonas de difícil acceso para los humanos, lo que les permite moverse y protegerse”, explica.

Uno de los puntos más críticos es la diferencia entre un perro recién abandonado y uno que es de segunda o tercera generación feral. El primero aún tiene comportamientos de domesticación y búsqueda de contacto humano, mientras que los ferales nacidos en libertad muestran conductas distintas: “El perro recién abandonado sigue buscando a las personas para alimentarse. En cambio, el feral ya se convierte en un depredador autosuficiente: caza, escarba y sobrevive por su cuenta”, señala Navarro.

La especialista advierte que estas jaurías pueden representar un riesgo para otros animales y para las comunidades vecinas. Aunque normalmente evitan el contacto humano, pueden volverse agresivos si se sienten amenazados. “Ellos primero observan, huelen y analizan el entorno. Pero si sienten peligro, pueden actuar de manera violenta”, aclara.

Más allá del impacto ecológico, Navarro subraya las consecuencias sanitarias que estas poblaciones pueden traer. Según explica, los perros ferales actúan como reservorios de enfermedades parasitarias y zoonóticas que contaminan el suelo y el agua a través de sus heces y orina: “Cuando estos animales defecan cerca de ríos o quebradas, las bacterias y protozoos permanecen activos en el agua, convirtiéndose en focos de contagio para otros animales y para humanos”.

La zootecnia analiza este problema a través de indicadores ecológicos, epidemiológicos y de comportamiento poblacional. Navarro menciona que aspectos como las tasas de depredación, el desplazamiento de fauna silvestre y la composición de la dieta ayudan a identificar cuándo una población de perros ferales representa un riesgo ambiental o sanitario para una comunidad.

La zootecnista opina que el control de estas poblaciones no depende solo de rescates o campañas ocasionales, sino de cambios estructurales en la cultura ciudadana y en las políticas públicas: “La esterilización constante, un manejo adecuado de residuos y la responsabilidad ante el abandono son cruciales para evitar que el problema siga empeorando”.



Fotografía por: Mariana Navarro Giraldo y Julián Esteban Rolong Melo

Los perros ferales actúan como reservorios de enfermedades parasitarias y zoonóticas que contaminan el suelo y el agua a través de sus heces y orina.

Mi hija nunca volvió a ver un perro de la misma maneran

Las explicaciones técnicas ayudan a entender cómo se forman estas jaurías y cuáles son sus efectos en el medio ambiente y la salud, pero detrás de cada dato sobre ataques, enfermedades o sobrepoblación, hay personas que han sufrido las consecuencias de encontrarse frente a un grupo de perros ferales. Para dimensionar cómo este fenómeno impacta la vida humana, es necesario el testimonio de Carlos Armando Pérez, padre de una joven que fue atacada durante un viaje académico en Santander.

Pérez cuenta que el incidente ocurrió hace unos cinco años, cuando su hija Michelle, estudiante de Geología en la Universidad Industrial de Santander, participaba en una de las salidas de campo habituales de la universidad. Mientras visitaban una zona rural, varios estudiantes se encontraron con una jauría, y ella fue la más afectada: “Mi hija fue atacada por tres perros. La derribaron al suelo mientras sus compañeros corrían para intentar ayudarla”, recuerda.

A pesar de que los estudiantes llevaban equipo de seguridad como botas, chaquetas gruesas y pantalones resistentes, las mordeduras lograron atravesar parte de su ropa de protección. Michelle sufrió heridas en las piernas y en la parte posterior del cuerpo, lo que obligó a interrumpir la salida de campo y llevarla de urgencia a Bucaramanga para recibir atención médica.

Según su padre, las heridas comenzaron a complicarse: “No sa-

naban fácilmente; eran heridas abiertas y raras. Ella tenía mucha fiebre y los médicos decidieron reportar el caso a la alcaldía", explica Pérez. Después, las autoridades inspeccionaron la finca donde ocurrió el ataque para ver si los perros podían tener enfermedades como rabia o algún otro agente infeccioso que representara un riesgo para la salud.

Aunque las pruebas descartaron enfermedades graves en los perros involucrados, la recuperación de Michelle fue un proceso largo y doloroso: "Le tomó entre seis meses y un año recuperarse. Las cicatrices todavía están ahí", dice su padre. Además de las secuelas físicas, el ataque dejó una huella psicológica que aún persiste años después.

Actualmente Michelle vive en Brasil donde cursa una maestría en ciencias petroleras. Sin embargo, el recuerdo del ataque sigue afectando su vida diaria: "Cada vez que escucha ladrar a un perro o se encuentra con uno cerca, siente miedo. Es un trauma que nunca desapareció del todo", comenta el padre.

Este caso muestra que los ataques de jaurías ferales no solo son un problema ambiental o epidemiológico; también suponen una amenaza directa para la integridad física y emocional de las personas. Situaciones como esta reflejan cómo el abandono de animales y el crecimiento descontrolado de perros en la calle pueden tener consecuencias que van más allá de lo sanitario y afectan profundamente la vida de quienes las viven.



Fotografía por: Mariana Navarro Giraldo y Julián Esteban Rolong Melo
Aunque las pruebas descartaron enfermedades graves en los perros involucrados, la recuperación de Michelle fue un proceso largo y doloroso

Entre el miedo y el abandono: el problema que Bogotá dejó crecer

Durante mucho tiempo, los perros ferales han sido vistos solo como animales abandonados vagando por las calles o escondidos en humedales y montañas, sin embargo, detrás de cada manada hay una problemática más compleja: el abandono, el crecimiento urbano desmedido, la contaminación y una serie de efectos que acaban afectando ecosistemas y personas.

Las cifras revelan miles de animales en situación de calle, grandes cantidades de desechos biológicos y constantes riesgos de enfermedades que pueden transmitirse entre especies. Los expertos advierten sobre el impacto ambiental y sanitario que generan estas poblaciones. Testimonios como el de Michelle recuerdan que el problema deja cicatrices físicas y emocionales difíciles de borrar.

Lo más preocupante es comprender que ninguna manada nace siendo salvaje: todo comienza con un perro doméstico abandonado, con basura acumulada por las calles, con la falta de control y una ciudad que, poco a poco, aprende a vivir en silencio con este problema.

A medida que Bogotá crece, estas manadas también lo hacen, sobreviviendo en los límites entre lo urbano y lo salvaje, y aunque muchas veces se mantienen ocultas entre montañas, quebradas y humedales, su presencia es parte de una realidad que no se puede seguir ignorando.

Gentrificación vintage: ¿Moda o cuidado del medio ambiente?



Fotografía por: Diana Mireya Sánchez Sanabria

¿Qué pasó para que la ropa usada, que antes muchas personas veían como algo relacionado con falta de dinero, ahora sea considerada una moda alternativa y hasta exclusiva?

Por: Shamer Moisés Meza Jiménez

Un jean Levis 501 slim fit cuelga de un gancho de madera bajo una luz cálida y brillante. De fondo, suena música en

los parlantes de una tienda con un estilo sencillo y moderno, ubicada en Chapinero. La etiqueta marca un precio de $100.000 pesos colombianos en mayo de 2026. Según los vendedores, este precio puede bajar si el comprador sabe negociar o pedir un descuento, dependiendo del estado y el desgaste de la prenda.

Sin embargo, este mismo jean, antes de que la ropa de segunda se volviera tan popular, se encontraba en mercados de pulgas y tiendas de ropa usada de la ciudad por precios entre $30.000 y $50.000 pesos colombianos. En menos de diez años, el precio de estas prendas se duplicó y, en algunos casos, hasta se triplicó. Lo que antes era ropa comprada por necesidad, ahora se convirtió en algo relacionado con estilo, identidad y moda.

¿Qué pasó para que la ropa usada, que antes muchas personas veían como algo relacionado con falta de dinero, ahora sea considerada una moda alternativa y hasta exclusiva? La respuesta va más allá de la inflación o de las tendencias actuales. Este cambio tiene que ver con varios factores: la transformación de algunos barrios de la ciudad, la influencia de las redes sociales y el cambio en el comercio local. En términos sociales, Bogotá está viviendo un proceso conocido como gentrificación vintage, donde los espacios y mercados populares empiezan a cambiar para atraer nuevos consumidores, mientras las personas de menores recursos quedan poco a poco fuera de estos lugares.

El algoritmo de la nostalgia: de la caridad al thrifting moderno

El gran cambio como las personas compran ropa de segunda en Bogotá no ocurrió de la nada. En realidad, hace parte de una tendencia global impulsada por las redes sociales y la cultura digital. Revistas como Marie Claire han hablado sobre cómo la ropa usada pasó de ser necesaria a convertirse en moda popular.

Durante años, la ropa de segunda en Colombia estuvo relacionada principalmente con donaciones, iglesias, roperos comunitarios y tiendas económicas donde las personas de bajos recursos conseguían ropa barata. También era común encontrar estas prendas en prenderías y negocios populares del centro de la ciudad. Allí, muchas familias compraban ropa porque era una opción más económica para vestirse.

Todo empezó a cambiar con la llegada de la Generación Z y el crecimiento de plataformas como TikTok e Instagram. Influencers internacionales como Emma Chamberlain influencer estadounidense con más de catorce millones de seguidores en Instagram, o Zamir Villamil influencer colombiano con más de un millón de followers en Instagram comenzaron a mostrar videos comprando ropa en tiendas de segunda y lugares baratos en Estados Unidos. Lo que antes era una forma de ahorrar dinero o evitar la moda rápida, empezó a verse como algo moderno, creativo y con mucho estilo.

El llamado Efecto Emma Chamberlain cambió la manera como muchos jóvenes ven la ropa usada. Comprar prendas de segunda dejó de estar relacionado con problemas económicos y empezó a verse como una señal de estilo, conciencia ambiental y originalidad. Incluso, la expresión ropa de segunda comenzó a reemplazarse por palabras como thrifting, vintage o pre-loved, que suenan más modernas y exclusivas.

Ahora, encontrar una chaqueta vieja o un jean de los noventa ya no significa ponerse algo usado por otra persona, sino tener una prenda única y diferente a la ropa que venden en centros comerciales. Este cambio de imagen ayudó a que el mercado de ropa usada creciera y atrajera a nuevos consumidores y a negocios interesados en ganar dinero con esta tendencia.

La radiografía del boom ¿cómo creció el mercado de la ropa de segunda?

Los cambios en la forma de consumir ropa usada en Bogotá se pueden ver en las cifras económicas y ambientales. Según datos de Inexmoda, el gasto de los hogares colombianos en vestuario, incluyendo reparación de ropa y compra de prendas de segunda mano aumentó un 10.69% durante el último año. Bogotá, además, se mantiene como la ciudad donde más dinero se gasta en moda en todo el país.

Estas cifras muestran que los jóvenes no solo están comprando más ropa, sino que están gastando más dinero en tiendas y mercados alternativos que prometen sostenibilidad, exclusividad y estilo propio. La ropa de segunda pasó de ser una opción económica para convertirse en parte de una identidad cultural y estética.

Este crecimiento ha sido presentado por instituciones y entidades públicas como un ejemplo de economía circular y cuidado ambiental. La Corporación Autónoma Regional de Cundinamarca (CAR), informó que gracias a programas como ReModa se han identificado y apoyado cientos de emprendimientos relacionados con moda circular en Bogotá y municipios cercanos. Según estas iniciativas, reutilizar prendas ayuda a reducir los residuos textiles y genera oportunidades de trabajo para jóvenes y mujeres cabeza de hogar.

Detrás de este éxito verde existen contradicciones. Los mismos informes señalan que el rápido crecimiento de las tiendas vintage y los negocios de ropa usada en zonas populares y de alto valor comercial ha empezado a afectar a los pequeños vendedores tradicionales. Muchas de las antiguas prenderías y roperos informales, que antes funcionaban como una ayuda económica para familias de bajos recursos, ahora tienen dificultades para competir con nuevas tiendas vintage más modernas y organizadas. Estos nuevos negocios cuentan con estrategias de marketing digital, empaques estéticos y locales en sectores exclusivos de la ciudad, algo que muchos vendedores populares no pueden costear.

El mercado de la ropa usada pasó de ser una red comunitaria y accesible, a convertirse en un negocio más competitivo donde sobreviven principalmente quienes tienen más recursos para invertir y posicionar su marca.

El laboratorio urbano de Chapinero: Territorio, valor del suelo y gentrificabilidad

Para entender cómo este fenómeno cambió la ciudad, es importante mirar el sector de Chapinero entre las calles 45 y 63, cerca de la Carrera Séptima y la Avenida Caracas, se convirtió en uno de los principales

puntos de crecimiento de las tiendas vintage y la ropa de segunda.

Durante años Chapinero fue conocido como un sector diverso y lleno de estudiantes, gracias a la cantidad de universidades públicas y privadas. Por eso, también crecieron muchos negocios populares como librerías de segunda mano, residencias estudiantiles, restaurantes económicos y tiendas de ropa de segunda donde estudiantes y trabajadores compraban ropa barata.

Estudios recientes sobre gentrificación en Bogotá muestran que la zona ha cambiado rápidamente. Los académicos D. M. García García y J. M. Mayorga explican que algunos sectores tradicionales de la ciudad empiezan a transformarse para atraer personas con más dinero y nuevos tipos de consumo.

Este cambio también se nota en las tiendas de ropa usada. Antes, muchas eran bodegas sencillas con ropa acumulada en pacas y espacios poco organizados. Hoy, muchas de esas tiendas fueron reemplazadas por locales modernos con decoración minimalista, luces cálidas, vitrinas elegantes y prendas seleccionadas bajo una estética retro o vintage.

Este cambio de imagen también afecta el precio de los arriendos. Como ahora el público principal son jóvenes con mayores ingresos, estudiantes de universidades privadas o personas relacionadas con industrias creativas y digitales, los dueños de los locales comerciales comenzaron a subir los precios de alquiler.

Un local que antes podía ser rentado por pequeños comerciantes o vendedores populares, ahora cuesta más debido al éxito económico de las boutiques vintage. Como resultado, muchos negocios tradicionales no pueden mantenerse en la zona y terminan desplazándose hacia sectores más alejados de la ciudad, como Suba, Kennedy, Bosa, o que incluso pasan a la informalidad. El crecimiento de la moda vintage transformó la forma de vestir y consumir, y la forma como algunos barrios de Bogotá funcionan y quiénes pueden permanecer en ellos.

Voces de la calle: cómo cambió la economía de la ropa usada

Para entender este problema, no basta con mirar cifras o estudios. También es importante escuchar a las personas que han comprado durante años en el mercado de la ropa usada en Chapinero.

El cambio en los precios de prendas como jeans Levis 501 muestra cómo cambió la economía del sector. Una comerciante que ha trabajado durante más de quince años allí explica que las nuevas tiendas vintage transformaron completamente el negocio.

Según cuenta, antes de la pandemia las personas buscaban principalmente ropa económica. Un jean bueno podía venderse en $35.000 pesos y eso permitía que muchos estudiantes y trabajadores compraran ropa sin gastar demasiado dinero. Pero ahora, muchos clientes llegan buscando marcas específicas porque las vieron en TikTok, Instagram o en videos.

Ahora los locales nuevos venden esos mismos jeans en $100.000 o $120.000 pesos diciendo que es una selección especial. Pero al final eso hace que todo sea más caro para las personas que siempre compraron aquí", comenta un dependiente.

Cuando una chaqueta o un pantalón usado cuesta más de $100.000 pesos, deja de ser una opción económica. Por eso, muchas personas terminan comprando ropa nueva de baja calidad y producción rápida en grandes almacenes, porque resulta más barata. Lo más contradictorio es que las clases medias y altas ahora tienen acceso a prendas antiguas de mejor calidad y materiales más duraderos, mientras que las personas con menos recursos terminan consumiendo ropa más barata, pero de menor duración.

En este contexto, la sostenibilidad se convierte en una diferencia de clase: cuidar el medio ambiente a través de la moda vintage ya no es una posibilidad para todos, sino para quienes tienen el dinero para pagarla.

Voces desde el mostrador: la otra cara de la moda de segunda

En una tienda de ropa vintage ubicada sobre la Avenida Caracas, en el sector de Marly, Luisa Vega, administradora de uno de los locales de segunda mano de la zona explica cómo el crecimiento de la moda vintage y el impacto de TikTok transformaron la percepción de este mercado en Bogotá.



Fotografía por: Diana Mireya Sánchez Sanabria

Según Vega, durante años la ropa de segunda estuvo rodeada de prejuicios sociales relacionados con la pobreza, la suciedad o incluso la muerte. "Mucha gente todavía piensa que comprar ropa usada da asco o que la ropa viene sucia, pero toda la ropa se manda a lavandería y pasa por procesos de selección. Son estigmas que todavía existen", comenta mientras organiza prendas recién

llegadas.

La comerciante asegura que gran parte del rechazo hacia estas tiendas proviene del desconocimiento sobre la industria de la moda y el impacto ambiental del fast fashion. “Hay personas que creen que comprar marcas grandes es sinónimo de calidad, pero muchas veces es como comprar en Shein: ropa producida masivamente y muy contaminante”, afirma.

Para Vega, uno de los principales atractivos de las tiendas vintage es la posibilidad de acceder a marcas reconocidas a precios más bajos. En el local pueden encontrarse prendas de marcas como Polo, Lacoste, The North Face y Salomon por valores considerablemente inferiores a los de tiendas tradicionales. “Una chaqueta The North Face nueva puede costar entre cuatro y cinco millones de pesos. Aquí pueden encontrar prendas similares por mucho menos”, explica.

La comerciante señala que el mercado de ropa usada cambió con el paso de los años. Antes, gran parte de la dinámica consistía en personas que vendían prendas que ya no utilizaban. Actualmente, muchas tiendas trabajan con procesos de selección especializados e importación de ropa. “Nosotros no trabajamos con ropa de paca sin revisar. Todo lo que llega es seleccionado: zapatos, chaquetas, pantalones. Hay personas encargadas específicamente de escoger las prendas”, asegura.

Sobre el impacto de TikTok y las redes sociales, Vega considera que las plataformas digitales fueron fundamentales para cambiar la percepción de la ropa de segunda entre los jóvenes. “TikTok hoy es como el Caracol de estos tiempos. Todo se vuelve viral ahí”, comenta entre risas. Según explica, las redes ayudaron a posicionar la compra de ropa usada como una práctica relacionada con sostenibilidad, reciclaje y originalidad estética.

Destaca que las redes sociales permitieron ampliar el alcance de pequeños negocios familiares. Recuerda que hace algunos años un creador de contenido extranjero visitó el local y publicó un video que atrajo visitantes incluso de otros países. “Ese tipo de viralidad ayuda muchísimo porque da a conocer espacios nuevos y nuevas formas de reciclar y darle una segunda oportunidad a la ropa”.

Vega también reconoce que el auge de la moda vintage trajo nuevas tensiones económicas. Muchas personas creen que toda la ropa de segunda debería ser extremadamente barata, sin entender los costos de selección, importación y mantenimiento de los locales. Aun así, considera que subir excesivamente los precios solo por la viralidad de TikTok iría en contra de la esencia del mercado de segunda mano.

“No tendría sentido vender una prenda usada al mismo precio que una nueva en tienda. Ahí se pierde el propósito de ahorrar y reutilizar”, afirma. Según explica, en su negocio los aumentos de precios dependen principalmente de los costos de importación y de los impuestos sobre la mercancía que llega al país, no de las tendencias virales en internet.

Actualmente, la familia de Vega cuenta con tres puntos de venta en el sector de Chapinero y Marly, donde combinan ropa nueva y usada, además de apoyar artistas independientes locales mediante murales y grafitis en las fachadas de los locales. “También es una forma de apoyarnos entre pequeños negocios”.

El papel de las instituciones: entre el cuidado ambiental y el impacto social

El crecimiento de la moda vintage y la ropa de segunda también puso a las instituciones de Bogotá en una situación complicada. Por un lado, las autoridades quieren impulsar proyectos ambientales que ayuden a reducir los residuos textiles en la ciudad. Pero, por otro lado, muchas veces no se tiene en cuenta cómo estos cambios afectan a las personas que históricamente han vivido de este mercado.

Según informes de la Secretaría Distrital de Ambiente, Bogotá ha fortalecido programas de moda circular para disminuir la cantidad de ropa que termina en el relleno sanitario Doña Juana. Para lograrlo, se instalaron contenedores de recolección de ropa usada en diferentes puntos de la ciudad, con el objetivo de que las personas donen textiles que puedan reutilizarse en lugar de convertirse en basura.

La idea principal de estas políticas es positiva. Reutilizar ropa ayuda a reducir la contaminación y disminuye el impacto ambiental de la industria textil. Además, muchas tiendas de segunda mano y emprendimientos vintage han empezado a formar parte de estos programas oficiales de reciclaje y reutilización.

El problema aparece cuando estas políticas se enfocan solo en el aspecto ambiental y dejan de lado las consecuencias sociales y económicas. Aunque el Distrito promueve la moda circular, actualmente existen muy pocas medidas para proteger a los pequeños comerciantes tradicionales que han trabajado durante años en este mercado.

Entidades como la Secretaría Distrital de Desarrollo Económico y el Instituto para la Economía Social no cuentan con suficientes programas que ayuden a estos vendedores a enfrentar el aumento de los arriendos y la competencia de las nuevas boutiques vintage. Tampoco existen reglas claras que aseguren que parte de la ropa recolectada en los contenedores públicos llegue a personas vulnerables o a redes de venta económica. En muchos casos, la ropa termina alimentando un mercado más exclusivo y costoso.

Aunque la moda circular busca ayudar al medio ambiente, también puede terminar beneficiando principalmente a negocios con más recursos y a consumidores de mayores ingresos. Así, una estrategia creada para reducir residuos termina participando, aunque sea de manera indirecta, en procesos de desigualdad y exclusión dentro de la ciudad.

La transformación de la ropa de segunda mano en Bogotá refleja mucho más que un simple cambio de moda o una tendencia impulsada por TikTok. Detrás del auge del thrifting y las boutiques vintage existe un proceso social, económico y cultural que ha cambiado la forma en que las personas consumen, habitan y entienden la ciudad. Chapinero se consolidó como el ejemplo más visible de esta transformación: un territorio donde las antiguas bodegas de ropa usada dieron paso a locales modernos dirigidos a consumidores con mayor capacidad adquisitiva.

Al tiempo, la popularidad de la moda circular abrió discusiones

sobre sostenibilidad ambiental y reutilización textil.Las nuevas generaciones comenzaron a cuestionar el impacto del fast fashion y encontraron en la ropa de segunda una forma de consumir de manera más consciente. Sin embargo, esta misma lógica también produjo nuevas desigualdades. Mientras las clases medias y altas pueden acceder a prendas vintage de calidad bajo discursos de exclusividad y conciencia ecológica, muchos de los consumidores históricos de este mercado terminan desplazados por el aumento de precios y la transformación comercial de los barrios.

Las voces de comerciantes y trabajadores del sector muestran que el problema no radica únicamente en vender ropa usada, sino en la forma en que un mercado popular termina siendo absorbido por dinámicas de consumo aspiracional y valorización inmobiliaria. La sostenibilidad en este contexto deja de ser una práctica colectiva y empieza a funcionar como privilegio económico.

Bogotá enfrenta una contradicción compleja: impulsar modelos de consumo más responsables con el medio ambiente sin permitir que esos mismos procesos profundicen la exclusión social y el desplazamiento económico de quienes históricamente construyeron estos espacios. El auge de la ropa vintage no solo habla de moda; también revela las tensiones de una ciudad donde incluso reutilizar una prenda puede convertirse en una cuestión de clase.

Recompensa política o cuota de alianza

En Colombia, el deporte, la actividad física y la recreación cuentan con una nueva líder.

Por: Yenny Paola Solano Valero, Heidi Johana Cortes Martínez y Juan Camilo Pinilla Bejarano

En la ceremonia de toma de posesión presidencial, en la que Abelardo de la Espriella asumió como presidente, Juliana Gutiérrez Zuluaga se convirtió en ministra del Deporte. Es administradora de empresas, con un máster en gestión de riesgos. Su mayor desempeño ha sido sobre todo en el ámbito privado y en trabajos sociales en Antioquia, como señala desde el 8 de agosto de 2026 la página principal del Ministerio del Deporte., Si bien cuenta con una trayectoria con más de una década, no tiene experiencia previa en el manejo de deportes o en el sector público.

Para las elecciones legislativas de 2026, Gutiérrez encabezó la lista al Senado por el Movimiento Creemos, liderado por su hermano Federico Andrés Gutiérrez Zuluaga alcalde de Medellín. A pesar de obtener cerca de 96.438 votos, no logró ser elegida, pues su movimiento no alcanzó el umbral electoral necesario para obtener curules en el Senado.

Juliana Gutiérrez ha acompañado durante más de dos décadas la conformación de los equipos de trabajo de su hermano, desde sus inicios en los Consejos Municipales de Juventud (CMJ) y el Concejo de Medellín, hasta la creación del Movimiento Creemos. Posteriormente fue nombrada ministra del Deporte por el presidente electo Abelardo de la Espriella.

En el ámbito político e institucional, la presencia del movimiento Creemos en el Estado se desarrolla en dos frentes principales: por un lado, está el trabajo legislativo de sus dos representantes a la Cámara por Antioquia, y la relación directa entre la Alcaldía de Medellín y el Gobierno Nacional, especialmente con la Presidencia y con el Ministerio del Interior. Esta articulación se enfoca en temas como seguridad urbana, justicia e infraestructura regional.

José Miguel Zuluaga Mora es economista, tiene 30 años; su participación en el ámbito político comenzó en 2011 cuando apoyó la primera campaña de Fico a la Alcaldía de Medellín, y desde entonces ha seguido de cerca su trayectoria. Es conocido por su cercanía familiar con el alcalde de Medellín, Federico Gutiérrez, y por pertenecer al movimiento político Creemos. Zuluaga ha manifestado abiertamente que no le avergüenza su relación familiar con Federico Gutiérrez, a quien considera uno de los líderes más importantes del país, y de quien asegura haber recibido consejos valiosos para su carrera: “No me da pena decir que soy de la familia Fico, porque somos una familia que está al servicio de la gente”, afirmó para Momento Emprendedor el 6 de marzo de 2026. Zuluaga también hace parte activa del Movimiento Creemos, fundado por Federico Gutiérrez.

En las elecciones legislativas de 2026 fue candidato a la Cámara de Representantes por Antioquia con este movimiento; recibió 30,727 votos. En resumen, la carrera política de José Miguel Zuluaga está profundamente marcada por su relación con su primo Federico Gutiérrez y el Movimiento Creemos. Su trabajo en diversas instituciones gubernamentales, combinado con su colaboración con Juliana Gutiérrez, lo ha posicionado como una figura joven dentro de este proyecto político.

José Zuluaga también ha estado relacionado con la ministra del Deporte; ambos fueron incluidos, en 2019, en una investigación del Consejo Nacional Electoral (CNE) por presuntas irregularidades en la propaganda electoral, cuando hacían parte del comité promotor de un grupo ciudadano. La investigación que enfrentaron José Zuluaga y Juliana Gutiérrez fue un proceso administrativo iniciado por el CNE por presunta propaganda electoral fuera de las fechas establecidas, derivado de su participación como miembros del Comité Promotor del Grupo Significativo de Ciudadanos Seguimos Contando con Vos, que respaldaba la candidatura de Luis Santiago Gómez Barrera, El de Fico, a la Alcaldía de Medellín. La investigación comenzó en mayo de 2019 cuando la Procuraduría Regional de Antioquia y algunos ciudadanos presentaron quejas ante el CNE.

La principal acusación señalaba que el candidato Santiago Gómez y su equipo de campaña, en el que estaban José Zuluaga y Juliana Gutiérrez, habrían realizado publicidad electoral antes de la fecha permitida por la ley, bajo el argumento que el 10 de junio de 2019 se entregaron las firmas de apoyo para inscribir su candidatura, y desde ese momento comenzaron a aparecer vallas publicitarias y otros materiales de promoción.

Las quejas indicaban que el eslogan El de Fico y la frase Seguimos contando con vos, similar a la utilizada por Federico Gutiérrez en su campaña, Contamos con vos, buscaban relacionar a Santiago Gómez con el entonces alcalde de Medellín. De esta manera se habría intentado aprovechar la popularidad y la influencia política de Federico Gutiérrez para favorecer la candidatura de Santiago Gómez. Santiago Gómez, Juliana Gutiérrez y José Zuluaga fueron sancionados por el CNE mediante Resolución No. 1282 de 2021), que les impuso una multa de 14.167.395 pesos colombianos por realizar propaganda electoral de manera anticipada (extemporánea) en 2019. Finalmente, Santiago Gómez no resultó electo, con apenas 95.163 votos.

Este caso puso a José Zuluaga y Juliana Gutiérrez en una situación incómoda por dos razones. Ambos tienen una relación familiar directa con el alcalde Federico Gutiérrez, pues Zuluaga es su primo y Juliana es su hermana. Las denuncias señalaban que la campaña utilizaba la imagen y el eslogan del alcalde para obtener ventajas políticas, lo que también llevó a la Procuraduría a investigar al propio mandatario por un presunto caso de proselitismo político. En segundo lugar, la investigación se produjo cuando ambos comenzaban a consolidarse como promotores políticos de base. Años después, los dos buscaron llegar a cargos de elección popular: José Zuluaga como candidato a la Cámara de Representantes y Juliana Gutiérrez como candidata al Senado.

Por otra parte, la posible unión entre los movimientos Creemos, Defensores de la Patria y Salvación Nacional se encuentra en una etapa inicial de conversaciones y avanza lentamente. La propuesta es un proceso de fusión de tres partidos de derecha que comenzó como apoyo electoral y ahora avanza hacia la integración organizativa, con la idea de reunir a estas organizaciones en una sola fuerza política de derecha para las elecciones regionales de 2027.

Entre sus objetivos está unificar la entrega de avales y presentar candidatos únicos que puedan competir con el Centro Democrático. Esta iniciativa surgió después de las elecciones, a raíz de una invitación personal del presidente Abelardo de la Espriella al alcalde de Medellín, Federico Gutiérrez. En este proceso también participó Enrique Gómez Martínez, senador y director de Salvación Nacional, que ha mantenido contacto con el Gobierno.

Según informó El Espectador el 29 de septiembre de 2026, el presidente invitó a Góméz Martínez a la Casa de Nariño para conversar sobre diferentes estrategias, reunión a la que se sumó Sara Jimena Castellanos Guerra senadora del partido Salvación Nacional, después del choque entre el Centro Democrático con el Abelardismo.

Esto ocurrió porque el partido Salvación Nacional tiene una relación cercana con el gobierno del presidente Abelardo de la Espriella. No solo fue uno de los pocos partidos que lo apoyó desde el comienzo de su campaña, sino que actualmente es uno de sus principales aliados en el Congreso. Su director, el senador Enrique Gómez Martínez, preside la Comisión Primera del Senado y mantiene una relación cercana con el mandatario. Por su parte, la senadora Sara Castellanos preside la Comisión Tercera. Además, esta cercanía también se refleja en los vínculos familiares: Miguel Gómez Martínez, hermano de Enrique, es ministro de Hacienda, mientras que Nicolás Gómez Arenas, hijo del senador, ocupa el cargo de jefe de Gabinete Presidencial.

A finales de septiembre de 2026 surgió una disputa pública entre Salvación Nacional y el Centro Democrático. El conflicto comenzó cuando Enrique Gómez se refirió al expresidente Álvaro Uribe como socialdemócrata. En respuesta, el Centro Democrático lo acusó de tener una visión sectaria y afirmó que no formaría ninguna coalición con él.

Esta discusión se produjo en medio del anuncio de que Salvación Nacional se uniría con Defensores de la Patria y Creemos para formar un bloque de derecha con miras a las elecciones regionales de 2027. Este movimiento fue interpretado como una posible amenaza para el espacio electoral del Centro Democrático.

Según fuentes de los partidos involucrados, aunque existe interés en concretar la alianza, todavía no se ha tomado una decisión definitiva. Aún quedan asuntos por resolver, como quién lideraría la coalición, quiénes serían sus portavoces y cómo se distribuirían los avales. Por esta razón, la solicitud formal ante el CNE posiblemente se presentaría hasta comienzos de 2027. Ahora bien, mientras avanzan las conversaciones, la personería jurídica de Defensores de la Patria enfrenta una demanda de nulidad.

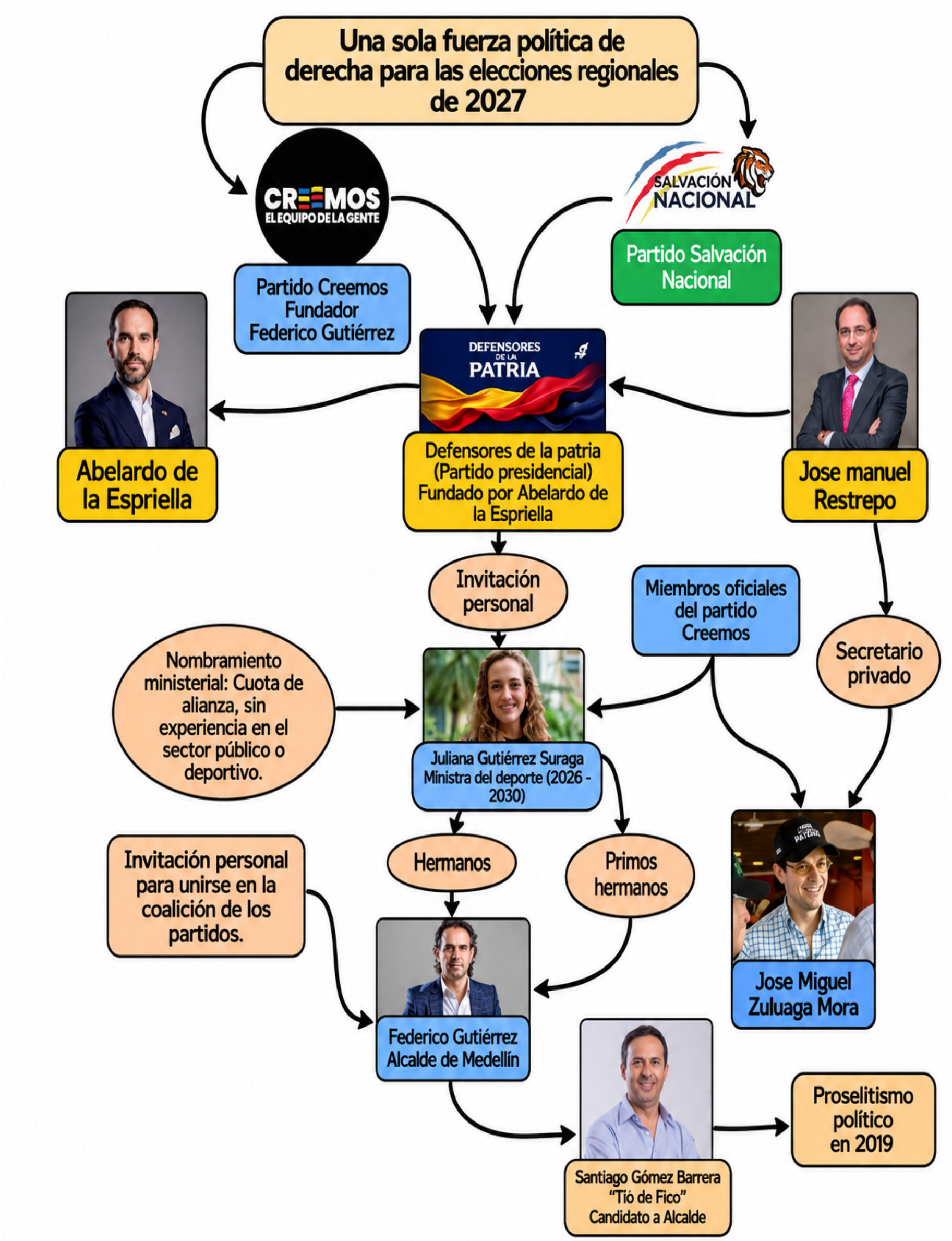
Aunque el Consejo de Estado rechazó la solicitud de suspensión provisional, el partido puede continuar funcionando legalmente mientras se toma una decisión definitiva. Sin embargo, el resultado de la demanda todavía es incierto y representa un riesgo para los planes de unión entre los tres movimientos. La demanda contra Defensores de la Patria, partido del presidente Abelardo de la Espriella, se basa en que el CNE le reconoció la personería jurídica sin que hubiera participado en las elecciones legislativas ni alcanzado el umbral del 3% de los votos válidos que establece el artículo 108 de la Constitución, como señaló la congresista del Pacto Histórico Francy Natalia Moreno Puin. La solicitud de reconocimiento de la personería jurídica está apoyada en los casi 13 millones de votos que obtuvo De la Espriella en las elecciones presidenciales.

“La organización y régimen de los partidos y movimientos políticos y el estatuto de la oposición tienen reserva de ley estatutaria y el CNE solo posee potestad de regulación en materias operativas y administrativas de su propia competencia. El CNE no posee facultades para crear nuevas vías de acceso a la personería jurídica ni para sustituir los requisitos constitucionales mediante actos administrativos”, señaló Moreno Puin.

Moreno Puin señaló que se estaba aplicando la jurisprudencia de manera incorrecta, pues consideraba que el caso de Colombia Humana era diferente al de Defensores de la Patria. Según su argumento, Colombia Humana perdió las elecciones presidenciales y necesitaba garantías para ejercer su papel como partido de oposición, mientras que Defensores de la Patria ganó y actualmente

hace parte del Gobierno. El 15 de octubre de 2026 el Consejo de Estado negó la suspensión provisional de la personería jurídica del partido, al considerar que en esa etapa no se había demostrado suficientemente la supuesta violación de la Constitución. Esto permite que Defensores de la Patria continúe funcionando legalmente mientras se resuelve la demanda de nulidad.

Aun así, el proceso representa un riesgo para las conversaciones de unión con Creemos y Salvación Nacional de cara a las elecciones de 2027. Si finalmente se anula la personería jurídica de Defensores de la Patria, la alianza podría perder una de sus bases legales y Salvación Nacional podría convertirse en la principal alternativa para mantener el proyecto político.



Realizado por: Yenny Paola Solano Valero, Heidi Johana Cortes Martínez y Juan Camilo Pinilla Bejarano

De lo regional a lo nacional: Redes de poder y alianzas de familiares de Elsa Noguera

Elsa Margarita Noriega De la Espriella se ubica como el nodo central de esta red de poder. Noriega cuenta con una sólida trayectoria que abarca su militancia en el Partido Cambio Radical, del cual participan figuras como Alex Char y el extinto Germán Vargas Lleras. Noguera ha tenido cargos de relevancia nacional y regional: fue alcaldesa de Barranquilla (2012-2015), ministra de vivienda (2016-2017) bajo el gobierno de Juan Manuel Santos, Gobernadora del Atlántico (2020-2023) y fórmula vicepresidencial de Germán Vargas Lleras, además de ministra de transporte.

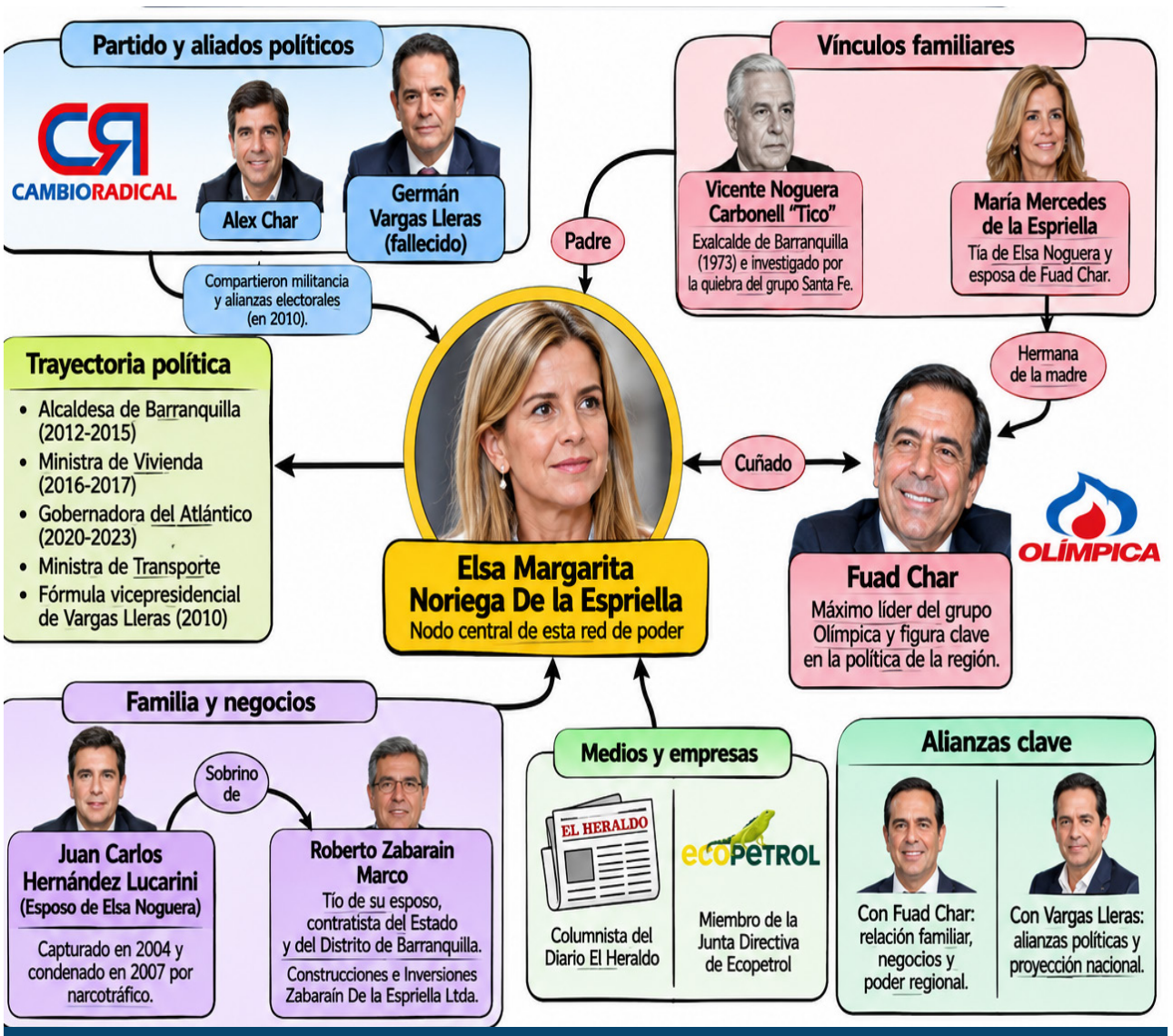
Por: Sara Bayona, Juana Abril y Evelin Thevening. 6to semestre.

Esta red incluye conexiones familiares directas y alianzas conyugales, y tiene profundas raíces políticas y empresariales. Por un lado, Noguera es hija de Vicente Noguera Carbonell, Tico, que fue alcalde de Barranquilla en 1973 y resultó investigado penalmente por la quiebra del grupo Santa Fe. Por otro lado, su círculo cercano incluye a su esposo, el empresario Juan Carlos Hernández Lucarini, que fue capturado en 2004 y condenado en 2007 por narcotráfico, a su vez sobrino de Roberto Zabarain Marco, arquitecto, contratista del Estado y del Distrito de Barranquilla en construcciones públicas 'Construcciones e Inversiones Zabaraín De la Espriella Ltda' Elsa Noguera también fue columnista del Diario El Heraldo y miembro de la Junta Directiva de Ecopetrol; es sobrina de María Mercedes de la Espriella, actual esposa de Fuad Char, máximo líder del grupo empresarial Olímpica y uno de los caciques políticos más influyentes de la costa caribe.

De este clan también hacen parte figuras como Fuad Char y el difunto líder político Germán Vargas Lleras, cuya relación permite entender mejor cómo se relacionan el poder político, los negocios y los vínculos familiares alrededor de Elsa Noguera. En el caso de Fuad Char su relación con Elsa Noguera se da a través de María Mercedes De la Espriella, esposa de Fuad y tía de Elsa Noguera, conexión que muestra que, además de las relaciones políticas, los vínculos familiares también hacen parte de esta. A esto se suma la influencia de Fuad Char en el sector empresarial y político de la región, que lo erige como una figura con presencia en diferentes espacios de poder.

Germán Vargas Lleras fue una figura relevante dentro de esta red, debido a su trayectoria política y a su relación con el partido Cambio Radical, del que fue uno de los principales referentes. En 1991 se apartó del Partido Liberal Y posteriormente consolidó su participación en esa colectividad. Durante su carrera ocupó cargos como concejal de Bogotá entre 1990 y 1994, ministro del Interior de Justicia entre 2010 y 2012 y ministro de Vivienda, Ciudad y Territorio entre 2012 y 2013 durante el gobierno de Juan Manuel Santos. La relación que tuvo con Elsa Noguera se evidencia en la participación conjunta en Cambio Radical, y el hecho de que ella fue su fórmula vicepresidencial en 2010. Esta conexión muestra cómo las alianzas entre dirigentes políticos pueden fortalecer sus relaciones y ampliar su participación en escenarios nacionales.

Las conexiones entre Fuad Char y Germán Vargas Lleras muestran que la red de Elsa Noguera no se limita a su entorno familiar; también se extiende hacia sectores empresariales y políticos. Mientras que con Fuad Char tiene una relación familiar, los negocios y la influencia regional, con Germán Vargas Lleras hubo una conexión relacionada con un partido político y alianzas electorales.



Realizado por: Diana Mireya Sánchez Sanabria

Jaime Andrés Beltrán: vida personal, familia, entorno y trayectoria política

Jaime Andrés Beltrán Martínez es el actual ministro de Vivienda, Ciudad y Territorio de Colombia. Nació en Bucaramanga en 1982 y es comunicador social graduado de la Universidad Autónoma de Bucaramanga, especialista en Dirección de Empresas y Magister en Gobierno del territorio y gestión pública. Además de su actividad pública, ha desarrollado labores religiosas como pastor cristiano.

Por: Andrés Felipe Suarez Rincón, Belkis Catalina Rodríguez Bolívar y Stefany Martínez Galeano

Su historia personal está ligada al cristianismo evangélico. Es hijo de Jaime Beltrán Contreras y Carmen Rosa Martínez de Beltrán. Su padre fundó el Ministerio Evangelístico Camino a la Libertad, de las iglesias cristianas más influyentes de Bucaramanga, que posteriormente expandió su presencia a varias ciudades de Colombia y a países como Bolivia, Costa Rica y Perú. Beltrán creció dentro de esta congregación y más adelante asumió funciones pastorales, hasta convertirse en una de sus figuras visibles.

El papel político de la familia comenzó mucho antes de que Jaime Andrés llegara al Concejo de Bucaramanga. Su padre mantuvo una estrecha relación con el exsenador liberal José Luis Mendoza, uno de los dirigentes políticos más importantes del departamento durante varios años. A través de esta relación se fortalecieron los vínculos entre sectores evangélicos y el liberalismo santandereano. Igualmente, Jaime Beltrán Contreras impulsó políticamente al pastor Pedro Pablo Amaya, que fuera concejal de Bucaramanga durante dos periodos consecutivos. Más adelante decidió respaldar electoralmente a su propio hijo y acompañar su llegada a la política local.

En el ámbito familiar, Beltrán está casado con Paula Andrea Ramírez, que tuvo un papel activo en varias de sus campañas electorales, que ha sido señalada por la Silla vacía como una de las personas más cercanas a su proyecto político. En ese mismo círculo aparece Esteban Perdomo Castañeda, identificado como cuñado y gerente de campaña, encargado de tareas relacionadas con la organización electoral. La familia también incluye a Óscar Ramírez, hermano de Paula Ramírez, cuyo nombre sería mencio

nado posteriormente dentro de investigaciones relacionadas con el denominado caso de las luminarias desaparecidas en Bucaramanga.

La carrera política de Beltrán comenzó formalmente cuando obtuvo una curul en el Concejo de Bucaramanga con el respaldo del Partido Liberal. Durante varios años se movió dentro de las estructuras tradicionales de la política santandereana, construyendo relaciones con dirigentes regionales y fortaleciendo una base electoral compuesta por sectores liberales y comunidades cristianas. Con el paso del tiempo se convirtió en una de las figuras más votadas del Concejo y logró consolidar una imagen pública propia dentro de la ciudad.

Más adelante se alejó del liberalismo tradicional y empezó a acercarse a organizaciones políticas de inspiración cristiana, proceso que terminó vinculando a Colombia Justa Libres partido con el que participó en las elecciones de 2019 y 2023 para la Alcaldía de Bucaramanga.

En las elecciones regionales del 29 de octubre del 2023 obtuvo 91.372 votos y se convirtió en alcalde de Bucaramanga. Sin embargo, su paso por la administración municipal terminó de manera anticipada en agosto de 2025, cuando el Consejo de Estado anuló su elección por doble militancia. A pesar de salir del cargo continuó conservando influencia dentro de la política local y regional gracias a las relaciones que había construido durante más de una década de actividad pública.

Relación con Abelardo De la Espriella

La llegada de Jaime Andrés Beltrán al Gobierno Nacional está directamente relacionada con su cercanía política con Abelardo De la Espriella. Después de salir de la Alcaldía de Bucaramanga, Beltrán anunció inicialmente su aspiración al Senado por Salvación Nacional, movimiento cercano al proyecto político liderado por De la Espriella. Sin embargo, meses después decidió renunciar a esa aspiración para vincularse a la campaña presidencial.

La relación entre ambos se fortaleció cuando De La Espriella le pidió asumir la gerencia nacional de regiones de la campaña. Desde ese cargo Beltrán coordinó liderazgos políticos, grupos de apoyo y estructuras territoriales en distintas zonas del país, siendo una de las figuras más importantes dentro del proyecto presidencial.

Durante la campaña, Beltrán participó además en la construcción territorial de Defensores de la Patria, movimiento político que respaldó la candidatura presidencial de De la Espriella. Gracias a

este trabajo y a la confianza construida durante el proceso electoral, fue designado ministro de Vivienda, Ciudad y Territorio una vez el nuevo presidente asumió el poder.

Más allá del trabajo en campaña electoral, la cercanía y relación entre ambos también puede explicarse por sus condiciones ideológicas: los dos han defendido discursos relacionados con la seguridad, la autoridad, la familia y posturas conservadoras en temas sociales. Además, la trayectoria de Beltrán ha estado estrechamente vinculada a comunidades evangélicas y organizaciones cristianas, un componente importante con influyente presencia dentro de los sectores cercanos al gobierno.

Red de poder y círculo de confianza

La red de poder de Jaime Andrés Beltrán se ha construido a través de las relaciones familiares, religiosas, políticas y administrativas que ha consolidado durante su carrera. Una parte importante de esa estructura tiene origen en el Ministerio Evangelístico Camino a la Libertad, organización fundada por su padre, Jaime Beltrán Contreras, que durante años le permitió fortalecer vínculos con comunidades cristianas y distintos liderazgos en Bucaramanga y Santander.

Dentro de su círculo de mayor confianza se encuentra Paula Andrea Ramírez, su esposa, quien participó activamente en varias de sus campañas políticas y ha sido considerada una de las personas más cercanas a su proyecto. También aparece Esteban Perdomo Castañeda, identificado como su cuñado y gerente de campaña, encargado de apoyar la organización electoral y el trabajo político en diferentes procesos. Otro integrante de ese entorno familiar es Óscar Ramírez, hermano de Paula Ramírez y cuñado de Beltrán, cuyo nombre aparecería posteriormente en algunas investigaciones relacionadas con su administración.

Durante sus años dentro del Partido Liberal construyó relaciones con dirigentes regionales de gran influencia. Una de las más importantes fue la desarrollada con Jaime Durán Barrera, senador liberal que tuvo un papel relevante dentro de la política santandereana y con quien Beltrán fortaleció contactos y apoyos dentro de sectores tradicionales del departamento.

La continuidad de su proyecto político en Bucaramanga quedó reflejada en Cristian Portilla, quien fue secretario privado durante su administración como alcalde. Tras la anulación de su elección, Portilla ganó las elecciones atípicas y se convirtió en el principal continuador de la línea política impulsada por Beltrán en la ciudad.

Cuando llegó al Ministerio de Vivienda conformó un equipo directivo integrado por Reynaldo José D' Silva Uribe, designado viceministro de Vivienda; Mónica Paola Saldarriaga Escobar, nombrada viceministra de Agua y Saneamiento Básico; y Ana María Vargas Sepúlveda, quien asumió la Secretaría General de la entidad. Estas figuras representan el núcleo administrativo más cercano al ministro dentro del Gobierno nacional.

También han sido mencionadas otras personas vinculadas al entorno más cercano del ministro. De acuerdo con los cuestionamientos divulgados por DesigualCol, entre ellas aparece Olga Lucía Vera, señalada en cuestionamientos públicos por su cercanía con Paula Andrea Ramírez y por haber ejercido labores de asesoría durante la administración municipal. Asimismo, en señalamientos expuestos por Alejandro Villanueva se menciona a Leidy Morantes, relacionada con un posible nombramiento dentro del Ministerio de Vivienda y vinculada a Rolando Noriega, abogado que ha representado a Beltrán ante organismos de control. Aunque estas situaciones no han derivado en decisiones judiciales, diferentes sectores las han señalado como ejemplos de las relaciones de confianza que rodean el entorno político y personal del ministro.

A esta red también se suman antiguos colaboradores de la Alcaldía de Bucaramanga. De acuerdo con una investigación de Cuestión pública, al menos 22 personas que habían trabajado previamente con Beltrán llegaron posteriormente al Ministerio de Vivienda. Entre los nombres más visibles aparecen Wilson Gabriel González Vargas, antiguo contratista y funcionario relacionado con temas de infraestructura, y Julián Andrés Díaz Zambrano, quien ocupó cargos relacionados con asuntos internacionales en Bucaramanga antes de asumir la gerencia de Neomundo. Estas vinculaciones llevaron a distintos medios a señalar que parte de la estructura política y administrativa construida por Beltrán en Bucaramanga continuó acompañándolo después de su llegada al Gobierno nacional.

Controversias e investigaciones

La principal controversia que ha rodeado a Jaime Andrés Beltrán tiene relación con el denominado caso de las luminarias o caso de la chatarra. La investigación busca establecer qué ocurrió con miles de luminarias, postes, reflectores y otros elementos del sistema de alumbrado público de Bucaramanga que desaparecieron durante su administración como alcalde.

Las denuncias fueron impulsadas por Carlos Felipe Parra y posteriormente por Emiro Arias, quienes pidieron investigar el destino de estos bienes públicos. A partir de estas denuncias se abrieron procesos que también involucraron a otros exfuncionarios de la administración municipal, entre ellos Jorge Alejandro García e Iván José Vargas.

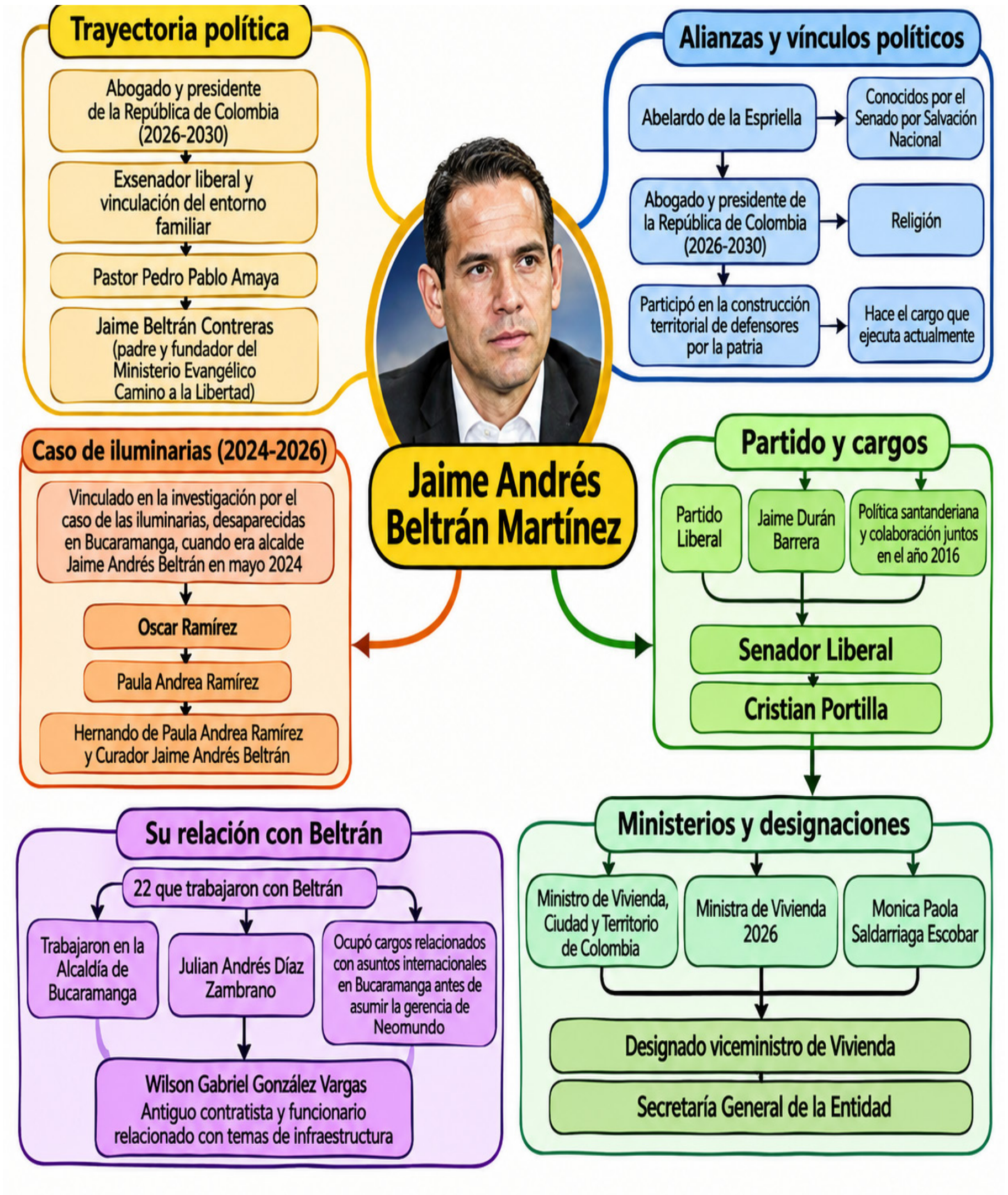
Uno de los nombres más importantes dentro del caso fue Edgardo Rodríguez Herrera, excontratista y principal testigo de la investigación. Antes de fallecer aseguró que parte del material retirado de las bodegas habría beneficiado a Óscar Ramírez, hermano de Paula Andrea Ramírez y cuñado de Beltrán. En sus declaraciones también mencionó a Hernán Villamizar, quien según su versión participó en gestiones relacionadas con la pérdida de este mobiliario.

Dentro de la investigación también aparece Carlos Julio Fajardo, propietario de la chatarrería señalada de haber recibido parte de

material. Mientras tanto las actuaciones de control fueron adelantadas por José Luis Calderón y después por Carlos Saúl Sierra, mientras que la defensa jurídica de Beltrán estuvo a cargo de Rodrigo Parada.

A estas controversias se suman cuestionamientos por viajes, permisos y ausencias durante su paso por la Alcaldía de Bucaramanga. También surgieron críticas por algunas relaciones dentro de su entorno cercano. Entre los nombres mencionados aparecen Olga Lucía Vera, señalada por algunos medios por su cercanía con Paula Andrea Ramírez, y Leidy Morantes, relacionada con un posible nombramiento dentro del Ministerio y vinculada a Rolando Noriega, abogado que ha representado a Beltrán ante organismos de control.

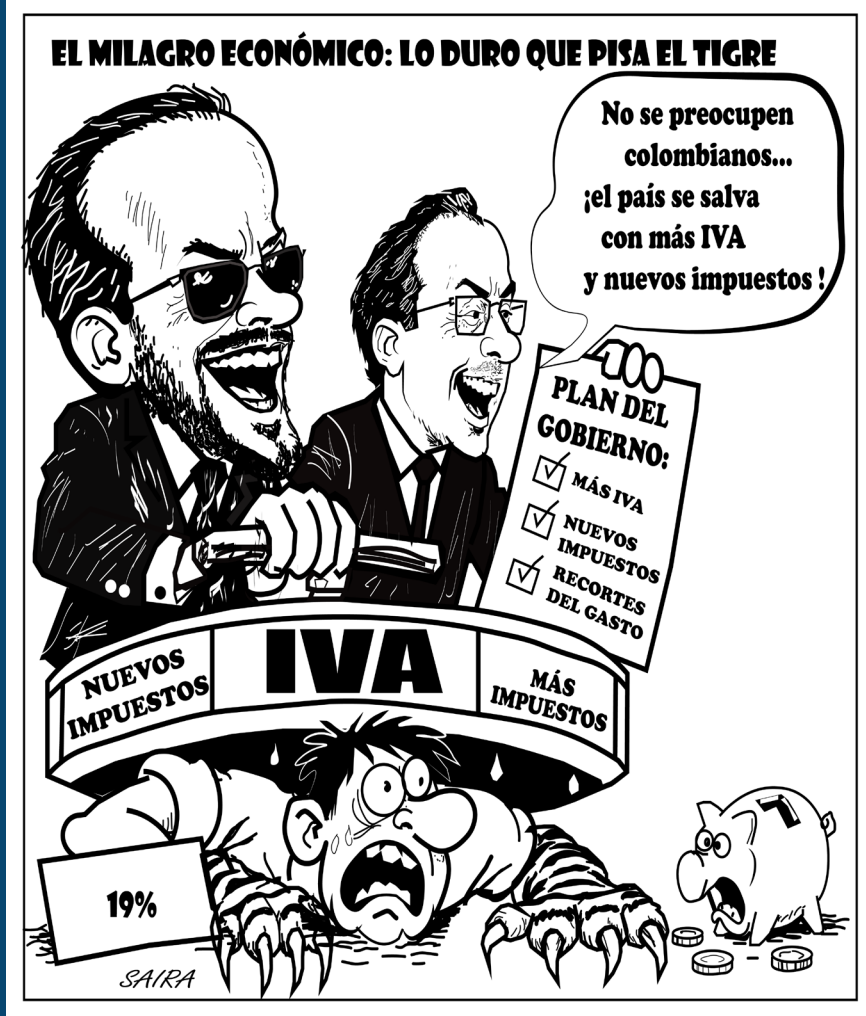
Aunque Beltrán ha rechazado las acusaciones y sostiene que serán las autoridades quienes determinen cualquier responsabilidad, el caso de la chatarra sigue siendo la principal controversia de su trayectoria política y uno de los procesos más mencionados desde su llegada al gobierno nacional.



Realizado por: Andrés Felipe Suarez Rincón, Belkis Catalina Rodríguez Bolívar y Stefany Martínez Galeano

A LA VISTA


"UN ARTÍCULO, DOS CULPABLES Y 634,9 BILLONES EN PROBLEMAS"
¡ Yo no fuí!
¡ Fue la cámara !
¿ Ahora quién responde por mí ?
¡ Yo no fuí!
¡ Fue el senado !
ARTÍCULO 65
SENADO
CÁMARA
saira


EL MILAGRO ECONÓMICO: LO DURO QUE PISA EL TIGRE
No se preocupen colombianos... ¡el país se salva con más IVA y nuevos impuestos !
PLAN DEL GOBIERNO:
MÁS IVA
NUEVOS IMPUESTOS
RECORTES DEL GASTO
NUEVOS IMPUESTOS
IVA
MÁS IMPUESTOS
19%
SAIRA


CONTRATOS DE RESERVA PRESIDENCIAL: PROHIBIDO CURIOSEAR.
¿Y las 48 mujeres contempladas en el Plan de Contratación también hacían parte del acuerdo?
CONTRATOS DAPRE
001
"Satisfacer las necesidades presidenciales en horario continuo y sin distinción de vestuario"
002
"Prestación de servicios para atender las más bajas pasiones del poder"
003
"Disponibilidad inmediata para favores de carácter estrictamente reservad."
FISCALÍA
INVESTIGACIÓN PRELIMINAR
saira