

Ars Longa, Vita Brevis

Nunca te detengas



FRANK GÁLVEZ
Locutor y Escritor
frankgalvez@engineer.com

Cada nuevo año llega como un lienzo en blanco, lleno de posibilidades. La fe en el futuro, esa convicción de que los días venideros aportarán crecimiento, es lo que nos inspira a trazar metas y trabajar con entusiasmo para alcanzarlas. Sin embargo, convertir esas resoluciones en realidad requiere más que buenos deseos: exige fuerza de voluntad.

Esta fuerza es el motor interno que nos permite resistir las distracciones que amenazan con alejarnos de nuestros fines. Por ejemplo, si decidimos adoptar hábitos más saludables precisamos decir no a tentaciones transitorias y sí a un esfuerzo constante. Ese auto control no surge de la nada, sino que se vigoriza con un compromiso disciplinado; una fe que nos admita enfrentar los desafíos del camino con optimismo, sabiendo que cada esfuerzo tiene un designio y que los

**“...Vivir significa estar en acción”.
Santa Madre Teresa de Calcuta**

sacrificios de hoy darán frutos palpables a corto, mediano y largo plazo.

Conjuntamente, la fuerza de voluntad nos ayuda a enfocarnos cuando la emoción inicial disminuye. Mientras que la motivación es volátil y puede depender de factores externos, la voluntad es una decisión consciente de continuar, incluso cuando el camino se torna difícil. Cada pequeño paso dado con valor alimenta nuestra confianza y nos acerca a la meta final. En lugar de paralizarnos ante las vacilaciones, nos anima a persistir, recordándonos que cada tropiezo es una oportunidad para aprender y crecer. Ese optimismo que nos impulsa a seguir adelante, lo expreso soberbiamente la fantástica Santa Madre Teresa de Calcuta en su poema *Nunca te detengas*.

La fuerza de voluntad es la clave para transformar resoluciones en logros. Al cultivarla, nos damos la oportunidad de convertir este 2025 en un capítulo de realización personal. Tener fe en el futuro es la chispa que enciende nuestra motivación y nos da fuerzas para perseguir nuestras metas de Año Nuevo. Al creer en lo que está por venir, convertimos nuestras vidas en victoriosas realidades. En este nuevo ciclo ¡Luchemos por ese camino!

Colaboración

Navidad y estereotipos: el impacto de los juguetes en la crianza



MARÍA JOSEFINA ESCOBAR
Doctora en Psicoterapia

Fui a comprar los regalos de mis hijos por Navidad y quedé impactada. No por los precios ni por la cantidad de gente, sino por la distribución burda y anticuada que vi en los juguetes. En una de las grandes tiendas, los carteles orientaban a los compradores con mensajes como “Radiocontrol remoto” o “Cocinas”, pero lo más llamativo era que cada cartel se acompañaba de la imagen de un niño o una niña. La distribución era predecible: belleza, cocinas, peluches y muñecas con una niña en pose angelical; juegos didácticos, juegos de mesa, radiocontrol y figuras con un niño riendo, en actitud libre y activa.

Al ver esto, siento que no hemos avanzado nada. Como madre, siempre he dicho a mis hijos que no existen colores ni juguetes exclusivos para niños o niñas, pero la realidad nos contradice. Esta segregación temprana de roles impacta profundamente en cómo nos desarrollamos como sociedad. Los datos lo confirman: en el ámbito de las tareas domésticas y de cuidado, las mujeres seguimos llevando la mayor parte de la carga, y esto se refleja en las cifras del burnout parental, un síndrome de agotamiento ligado a la crianza.

En mi último estudio, evalué a 400 familias constituidas por madres, padres y al menos un hijo/a prees-

colar. Encontramos que 117 de las madres estaban en riesgo moderado, riesgo alto o ya presentaban burnout parental. En contraste, solo 46 padres se encontraban en esos mismos rangos. Y cuando profundizamos, observamos un patrón inquietante: en las familias donde había padres con burnout, siempre había una madre que puntuaba aún más alto. No existía un solo caso donde el padre estuviera quemado y la madre no.

Estas diferencias tienen raíces profundas. Investigaciones como las de Isabelle Roskam y Moira Mikolajczak muestran que el burnout parental se desarrolla de forma diferente entre hombres y mujeres. Mientras las mujeres suelen esperar a estar completamente agotadas para mostrar síntomas, los hombres empiezan a manifestarlos antes, incluso cuando el desequilibrio entre estresores y recursos no es tan grande. ¿La razón? La socialización de roles de género.

Desde pequeñas, a las niñas se les enseña a cuidar: jugar a la casita, con cocinas y muñecas. Crecemos creyendo que es nuestro deber. En cambio, los niños reciben el mensaje de que el cuidado no es su responsabilidad, y ambos internalizan la idea de que las madres saben cuidar mejor. Esto perpetúa una visión desigual, donde los padres se autoexcluyen o son excluidos de las tareas de cuidado. Aunque cada vez más padres adoptan una paternidad activa, la sociedad aún celebra al padre que “ayuda”, mientras que a las madres que hacen lo mismo o más, simplemente se les exige.

Encontramos que 117 de las madres estaban en riesgo moderado, riesgo alto o ya presentaban burnout parental.

Hablemos con la SIB

Inclusión financiera: motor del desarrollo económico



SAULO DE LEÓN DURÁN
Superintendente de Bancos
comunicacionSIB
@sib.gob.gt

De acuerdo con el Banco Mundial, la inclusión financiera se refiere al acceso que tienen las personas y las empresas a diversos productos y servicios financieros, útiles y asequibles, que satisfacen sus necesidades, ofrecidos por las instituciones financieras de manera responsable y sostenible. En ese sentido, los esfuerzos de inclusión financiera están orientados a prestar los servicios, tanto para los hogares como para las mipymes, especialmente a aquellas personas que tradicionalmente han estado excluidas de los servicios financieros formales. La inclusión financiera contribuye a su inserción productiva, permitiéndoles ampliar sus posibilidades de ahorro y consumo.

Cuando las personas tienen una cuenta bancaria, pueden guardar su dinero, enviar y recibir pagos, acceder al crédito y a productos de seguros, permitiéndoles crear nuevos negocios. Esto, a su vez, genera empleo y aumenta la demanda de bienes y servicios, contribuyendo al crecimiento económico y a mejorar la calidad de vida de la población.

En Guatemala, se ha implementado la Estrategia Nacional de Inclusión Financiera (ENIF) con el objetivo de facilitar el acceso y la utilización de productos y servicios financieros de calidad, lo que incide en el desarrollo económico del país. La ENIF se articula a través de la Comisión de Inclusión Financiera (Comif), establecida en 2019 por la Junta Monetaria, y su ejecución está a cargo del Ministerio de Economía, la Superintendencia de Bancos y el Banco de Guatemala.

La ENIF 2024-2027 tiene como principal propósito mejorar y ampliar el acceso y uso de productos y servicios financieros, especialmente para las personas que aún no están integradas al sistema.

Es importante destacar el rol de la SIB, que lidera diversas iniciativas para modernizar y fortalecer el marco normativo mediante reglamentación de carácter prudencial, basándose en las mejores prácticas para impulsar la inclusión financiera. Adicionalmente, como parte de sus esfuerzos para incrementar el acceso de los usuarios del sistema financiero a recursos educativos que coadyuven a la toma de decisiones financieras

La inclusión financiera fortalece el desarrollo económico, crea empleo y mejora la calidad de vida en Guatemala.

mejor informadas, la SIB implementó en 2008 el Programa de Educación Financiera, el cual se desarrolla mediante una estrategia sustentada en tres pilares: educativo, logístico y de divulgación.

Asimismo, la SIB publica en su sitio web institucional el Boletín Trimestral de Inclusión Financiera, que incluye información estadística e indicadores sobre el acceso y uso de los servicios bancarios, así como el Boletín Semestral de Estadísticas de Información Financiera por Género, que presenta datos segmentados por género sobre la cartera de créditos de instituciones bancarias y perfiles de seguros de las compañías aseguradoras. Ambas publicaciones muestran cómo el sistema financiero supervisado ha propiciado una mayor inclusión financiera, lo que se refleja en los principales indicadores, entre los que destaca el correspondiente a los puntos de acceso por cada diez mil adultos, que de septiembre 2020 a septiembre 2024 aumentó un 180%, motivado por el exitoso modelo de agentes bancarios adoptado a nivel nacional.