

IN
VES
TOR *lifestyle*

FORJANDO INSPIRACIÓN

HERMAN

BERN

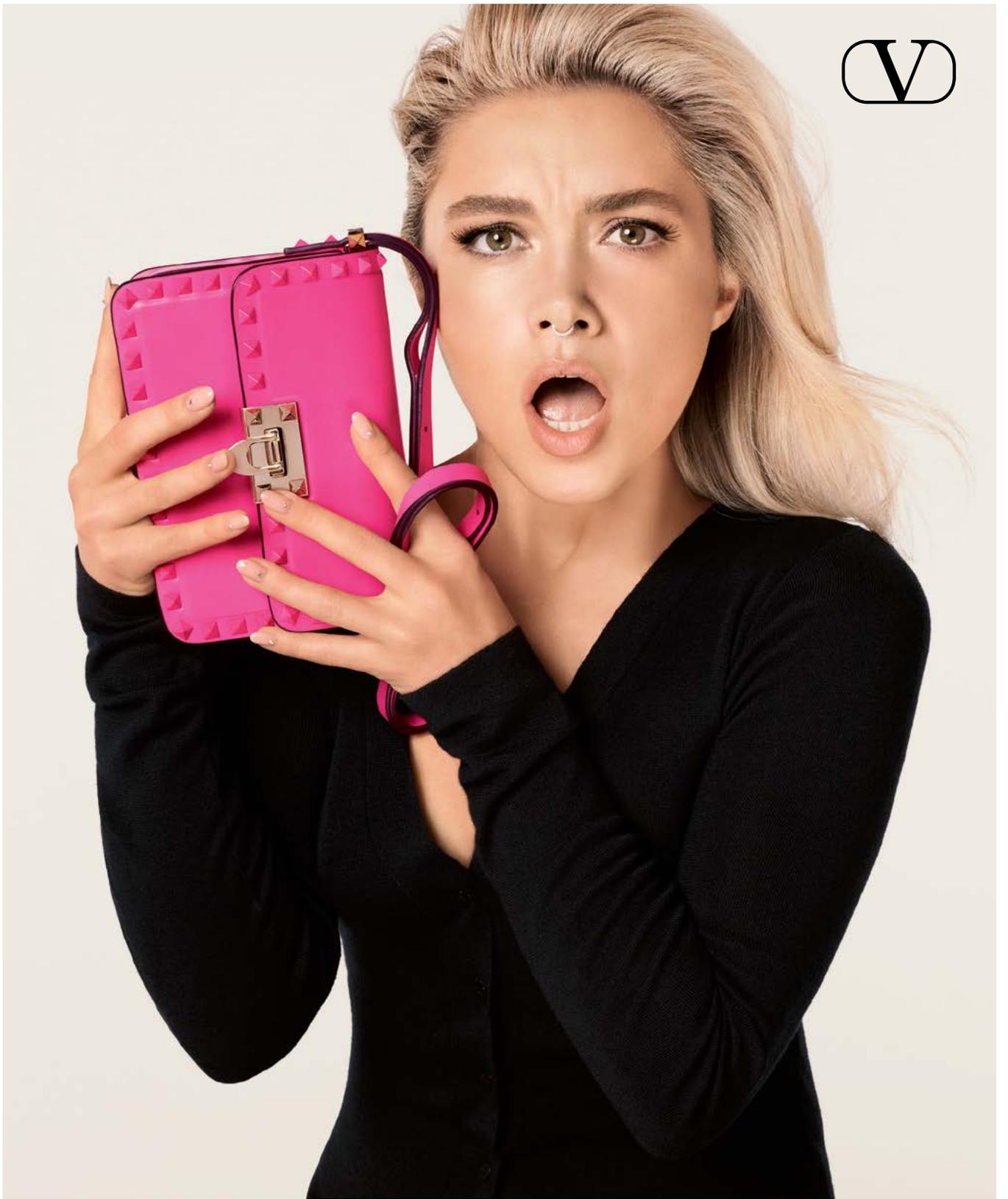
EL LEGADO
DE UN VISIONARIO

VALENTINO

GARAVANI

I MEAN...
IT'S ROCKSTUD!
FLORENCE PUGH
BY STEVEN MEISEL





V



Maserati



Grecale

Everyday Exceptional

Autotalia



ESCANEA EL CÓDIGO QR Y DESCUBRE MÁS

Avenida Centenario, Plaza Boulevard del Este, Local 6, Costa del Este.
info@maserati.com.pa Teléfonos: (507) 387 5304/5305



Sunday Brunch

**¡El buffet más completo de la ciudad!
Una experiencia gastronómica, diversa,
saludable y familiar.**

Todos los domingos | De 12:00 - 3:00 pm

RESERVAS:



 **masirestaurant**



#ConoceMASI

en esta edición

40 TRAVEL
Tras las huellas de los incas

16 THE LIST VINOS
Un ascenso al olimpo del vino

28 ABOUT
Victoria Heurtematte

34 GASTRONOMÍA
En la cumbre culinaria

50 PROTAGONISTA
Un legado que inspira

68 SALMON
La era de las 'low-cost airlines'

70 SALMON
Inversión en inteligencia artificial: oportunidades y riesgos

78 LIFESTYLE
Debutantes 2023

90 LIFESTYLE
'Estamos Unidos Tour'

98 OPINIÓN
Así y Así



58
TENDENCIAS
Barbie siempre está a la moda



92
LIFESTYLE
100 años



86
LIFESTYLE
Boda García De Paredes Estévez



FOTO DE PORTADA: Susana Aramburú

AVENTURA Y CONFORT

SIN LÍMITES



CHASIS DE ALTA
RESISTENCIA



CONTROL DE CLIMA
CON DOBLE-ZONA
CON FILTRACIÓN



MONITOR
PANORÁMICO

GX

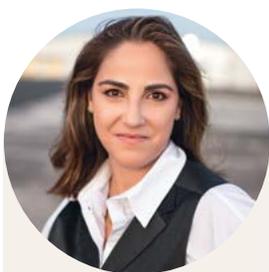


COTÍZALO AQUÍ
TE ESPERAMOS EN
LEXUS SHOWROOM
COSTA DEL ESTE

RICARDO PEREZ, S.A.



EN LA CIMA DEL MUNDO



PATRICIA ARAMBURÚ
patricia@investor.com.pa

Cuando pensamos en lograr el éxito siempre lo asociamos con la cumbre más alta. Es con ese sentimiento de llegar a la cima que te presentamos esta edición dedicada a historias de éxito, a atrevernos a soñar y a trabajar duro para cumplir esos sueños.

¿Qué tienen en común Herman Bern, Vicky Heurtematte, Virgilio Martínez, Maido Mitsuahara, Nicolás Catena y Hiram Bingham? Además de estar presentes en esta edición, todos estos personajes conocen el éxito y saben que llegar a la cima no es tarea fácil, pero una vez se logra no hay sentimiento en el mundo que se compare.

Te invito a conocer sus historias en estas páginas y te motivo a seguir luchando por esa meta que parece tan lejana o por ese sueño que sientes nunca vas a poder cumplir. Sigue. No te rindas. La cima está más cerca de lo que parece.

Paty



Machu Picchu fue descubierta en 1912 por Hiram Bingham. Hoy más de tres mil turistas la visitan diariamente.

**IN
VES
TOR**
Lifestyle

DIRECTORA DE CONTENIDO
Patricia Aramburú

COLABORADORES Y
COLUMNISTAS
Roxana Muñoz
Marisabel Aramburú Porras
Virginia Matos de Barría

Roberto Jana
Nathz Guardia
Mónica Guzmán
José Ramón Mena

EDITOR DE DISEÑO
Ricardo Bermúdez

DISEÑO EDITORIAL
Ricardo Bermúdez
Selene Márquez

FOTOGRAFÍA
Susana Aramburú
David Mesa
Jairo Coumelis

BANCO DE IMÁGENES
Unsplash

REDES SOCIALES
Tesla Pescetto

COLOR DIGITAL
Mauricio Arias

CORRECCIÓN
Edubenis Sánchez

GERENTE DE MARKETING
Mónica Guzmán Zubieta

GERENTE DE PUBLICIDAD
Iris De León
IRISDELEON@INVESTOR.COM.PA

INSTAGRAM
@INVESTORLIFESTYLEMAGAZINE

PÁGINA WEB
WWW.INVESTORLIFESTYLE.COM.PA

DISTRIBUCIÓN
Inserción sectorizada en diario
La Prensa / Distribución propia
Hoteles / Consultorios médicos
Bancos / Oficinas corporativas
Malls / Clubes / Spas
Coffee Shops

IMPRENTA: Albacrome

Investor Lifestyle Magazine es
una publicación bimestral de
Grupo Investor Lifestyle S.A.

Prohibida su reproducción total
o parcial, así como su traducción,
sin autorización escrita del
titular. La redacción no se hace
responsable de las opiniones
vertidas por los autores de los
trabajos publicados.



ESCANEA AQUÍ
PARA SEGUIRNOS
EN INSTAGRAM



CLASSICS REBORN

SHOP ONLINE 24/7
[PA.TOMMY.COM](https://www.pa.tommy.com)



Encuentro mágico

EN LA CASCADA KIKI, UBICADA EN LA COMARCA NGÄBE BUGLÉ DE LA PROVINCIA DE CHIRIQUÍ: 'LOS COLIBRÍES SON UNA OBRA DE ARTE', ASEGURA DANIEL COLLADO, EL AUTOR DE LA FOTOGRAFÍA.

DANIEL COLLADO ES UN PANAMEÑO

de 35 años que ha descubierto su amor por capturar la esencia de los destinos exóticos de Panamá y compartirlos a través de su página de Instagram. Collado se ha convertido en un auténtico viajero explorador, buscando y descubriendo rincones paradisíacos del país. Su cámara se ha convertido en su herramienta para inmortalizar la exuberante naturaleza, la riqueza cultural y los paisajes pintorescos de cada lugar que visita.

Su enfoque artístico y habilidades técnicas le permiten crear contenido visual cautivador, que transporta a sus seguidores a través de su pantalla a destinos impresionantes. Desde las playas tropicales de Coiba hasta las majestuosas cascadas de Bocas del Toro, cada

publicación de Daniel en Instagram es una invitación a explorar y enamorarse de la belleza de Panamá.

A través de su página de Instagram, Collado ha construido una plataforma para inspirar a otros a apreciar la naturaleza y descubrir descubrir nuestra riqueza cultural.

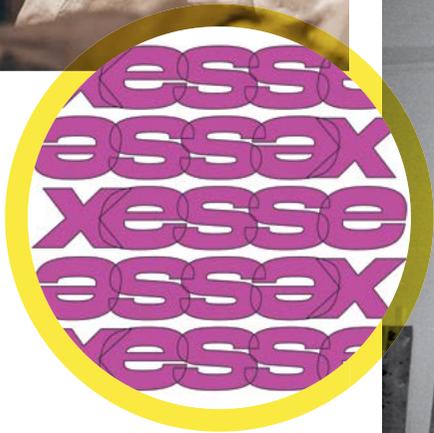
Sus lugares predilectos para inmortalizar con su cámara: Guna Yala (San Blas) y la cascada Kiki en Chiriquí.

Foto por: **Daniel Collado**
[@daniel.collado1623](https://www.instagram.com/daniel.collado1623)





ESCANEA AQUÍ
PARA VER SU
PERFIL DE IG



@esse.canvas

ESSE / ESTUDIO CREATIVO

INNOVACIÓN EN DISEÑO

Esse Canvas es un vibrante estudio creativo fundado por Sarah Goldfarb y Saioa Lizardi, dos talentosas diseñadoras unidas por una pasión: el arte. Con una combinación original de estilos y habilidades, estas emprendedoras han llevado su amor por el diseño a nuevos niveles,

inspirando a todos los que siguen su trabajo.

Una de sus colaboraciones más destacadas fue con Café Unido, donde su visión dio vida al lanzamiento del producto Flash Brew, que impresionó a la audiencia con su estilo distintivo.

También crearon la iniciativa "Espejos por el mundo", con el objetivo de extender mensajes positivos y empoderadores en ciudades grandes a través de espejos estratégicamente ubicados. En poco tiempo de existir, Esse ha logrado posicionarse en la industria creativa con una propuesta innovadora y original.



ESCANEA AQUÍ PARA VER MÁS





Banca Premium

Porque te preferimos

Una banca ideada para ti, que pone a tu disposición todos los productos que necesitas, con la mejor asesoría y en un solo lugar.



Tarjetas



Préstamos y Leasing de Auto



Hipotecas



Cuentas de Ahorro y Corriente



Depósitos a Plazo Fijo

Te asesoramos

Contáctanos

T. 204- 9000 | @metrobanksa_pa

Punta Pacífica | Calle 50 | ZL Colón | David



MetroBank
ES CONFIANZA

UN ASCENSO AL OLIMPO DEL VINO



Por JOSÉ RAMÓN MENA
Fotos CORTESÍA

En un día soleado en La Rioja, España, se llevó a cabo la ceremonia de premiación del World's Best Vineyards en su edición del 2023. Expertos, amantes del vino y representantes de bodegas de renombre se reunieron con anticipación, llenos de expectativas y ansiosos por descubrir qué bodega sería coronada como la mejor del mundo.

La tensión en el ambiente era palpable mientras se anunciaba el tercer lugar. Vik, una bodega chilena conocida por sus exquisitos vinos, se llevó el merecido reconocimiento. Los aplausos y ovaciones resonaron en el recinto, pero aún quedaba por descubrir quién ocuparía los dos lugares más destacados.

El silencio se apoderó de la sala cuando se anunció el segundo lugar: Herederos del Marqués de Riscal, una bodega española con una historia de siglos y una tradición vitivinícola envidiable. Sin embargo, los suspiros

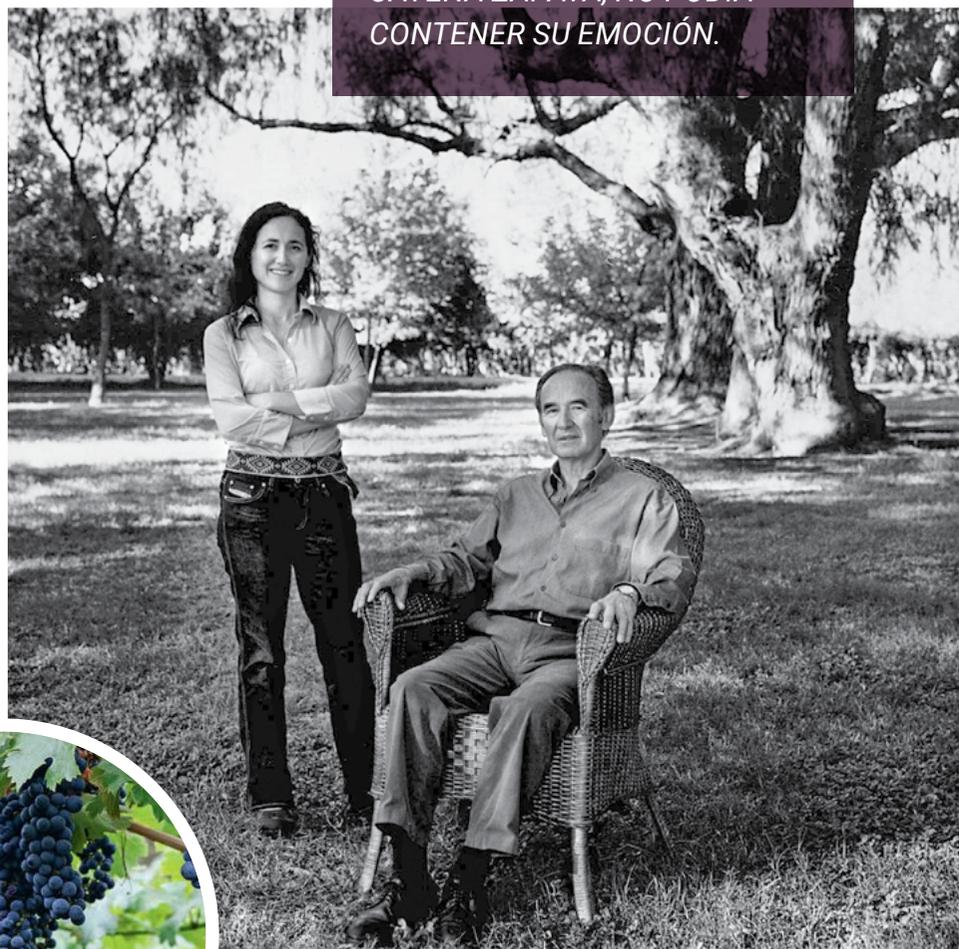
y miradas expectantes revelaban que todos esperaban escuchar el nombre de la bodega que había logrado superar a sus competidores y alcanzar la cima.

El momento tan esperado finalmente llegó. El presentador tomó el micrófono y pronunció las palabras que desataron la euforia y el júbilo en la sala: “La mejor bodega del mundo en el 2023 es... ¡Catena Zapata de Argentina!”.

El nombre de Catena Zapata retumbó en cada rincón del lugar. El equipo de la bodega,



EL EQUIPO DE LA BODEGA, LIDERADO POR LAURA CATENA, HIJA DEL LEGENDARIO NICOLÁS CATENA ZAPATA, NO PODÍA CONTENER SU EMOCIÓN.



liderado por Laura Catena, hija del legendario Nicolás Catena Zapata, no podía contener su emoción. Los abrazos, los aplausos y las lágrimas de alegría llenaron el lugar.

Para Catena Zapata, este reconocimiento era más que un premio. Era la culminación de décadas de dedicación, pasión y arduo trabajo. La bodega, fundada en 1902 en Mendoza, Argentina, se había convertido en sinónimo de calidad y excelencia. A lo largo de los años, habían desafiado los límites de la viticultura, cultivando uvas en altitudes extremas y aprovechando al máximo los suelos y microclimas de la región.



Pero no solo se trataba de la producción de vinos excepcionales. Catena Zapata había logrado cautivar a sus visitantes con una experiencia única en su bodega. Sus instalaciones, una mezcla armoniosa de arquitectura moderna y tradicional, eran un tributo a la pasión por el vino y la belleza del entorno natural. Los visitantes podían sumergirse en

la historia de la bodega, explorar los viñedos y deleitarse con catas que despertaban los sentidos.

La bodega argentina, que había ocupado el noveno lugar en el *ranking* del año anterior, había escalado rápidamente hacia la cima. Su triunfo no solo representaba un logro para Catena Zapata, sino también para la industria vitivinícola argentina en su conjunto. Argentina, conocida por sus vinos tintos de calidad y su *terroir* excepcional,

había encontrado un lugar destacado en el escenario mundial.

La historia de Catena Zapata es una de perseverancia, innovación y pasión. Su ascenso al olimpo del vino es un recordatorio de que el trabajo arduo, la dedicación y el amor por lo que se hace pueden llevar a grandes logros. La bodega argentina ha dejado una marca imborrable en la historia del vino y su nombre resonará en los corazones y paladares de los amantes del vino en todo el mundo.

CONTINÚA EN PÁG. 18

Datos curiosos sobre la bodega Catena Zapata:

1. ALTITUD EXTREMA: Catena Zapata es conocida por ser pionera en la viticultura de altura en Argentina. Sus viñedos se encuentran a altitudes de hasta 1,500 metros sobre el nivel del mar, lo que crea condiciones únicas para el cultivo de uvas y aporta características distintivas a sus vinos.

2. CUARTA GENERACIÓN: Catena Zapata es una bodega familiar que ha sido dirigida por cuatro generaciones. Fue fundada por Nicola Catena, inmigrante italiano, en 1902, y ha sido transmitida de padres a hijos, con Nicolás Catena Zapata y Laura Catena liderando la bodega en la actualidad.

3. INNOVACIÓN EN CLONES: La bodega Catena Zapata ha sido reconocida por su trabajo pionero en la selección de clones de uvas. Han llevado a cabo investigaciones exhaustivas para identificar los clones de uva más adecuados para suelos y condiciones específicas, lo que ha contribuido a la diversidad y calidad de sus vinos.

4. INFLUENCIA FRANCESA: La familia Catena Zapata ha tenido una fuerte influencia francesa en su enfoque vitivinícola. Nicolás Catena Zapata estudió en la Universidad de California en Davis y se inspiró en los métodos de elaboración de vino utilizados en Burdeos, Francia. Esta influencia se refleja en la elegancia y estructura de los vinos de la bodega.

5. BODEGA HISTÓRICA: Catena Zapata posee una bodega histórica conocida como "La Pirámide". Construida en 1898, es una de las pocas bodegas que sobrevivió a la epidemia de filoxera que afectó a la industria vitivinícola en el siglo XIX. La Pirámide es un símbolo de la tradición y la historia de la bodega.

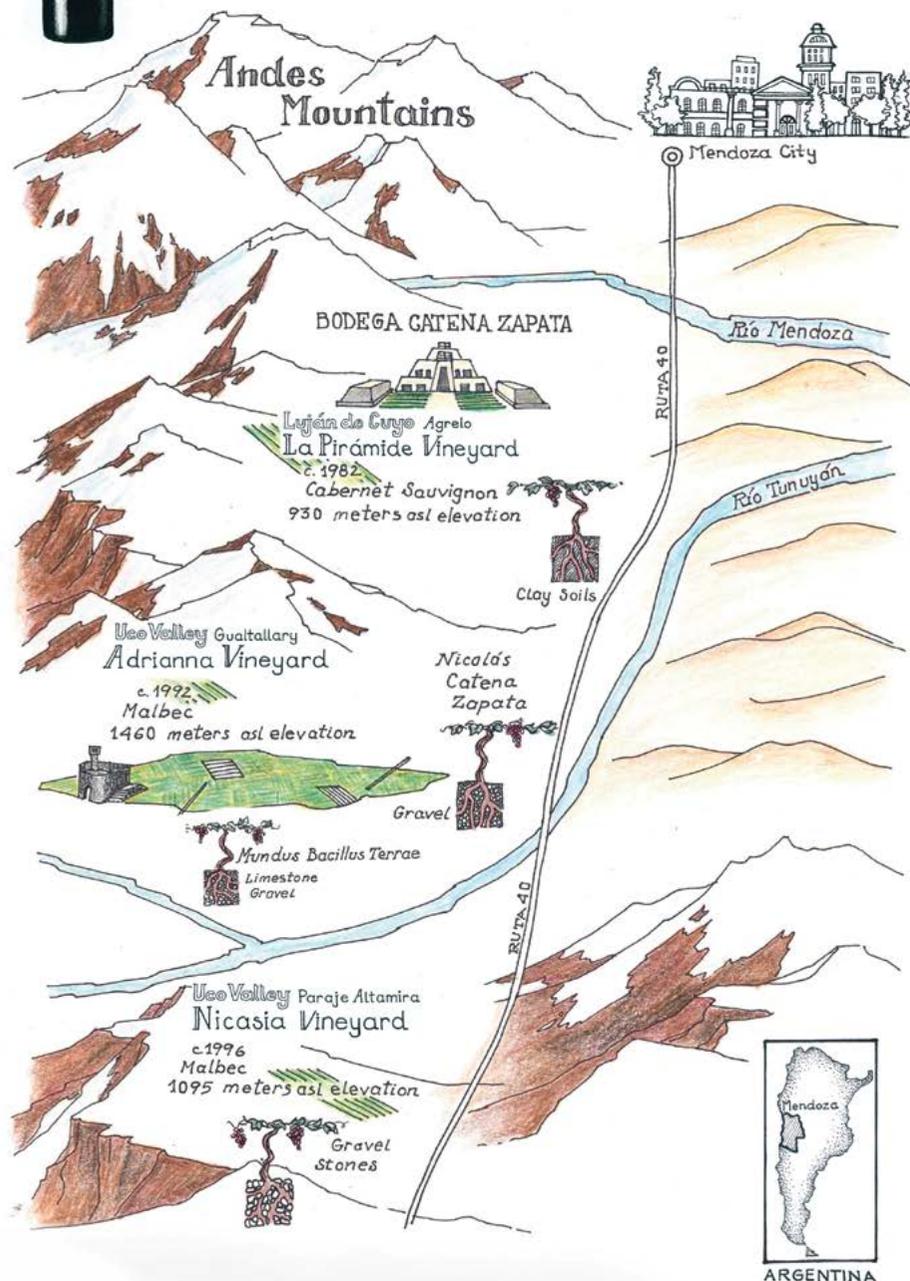
6. ARTE Y VINO: Catena Zapata ha establecido una estrecha relación entre el arte y el vino. Han colaborado con artistas de renombre para crear etiquetas de vino únicas y han apoyado diversas expresiones artísticas en Argentina, promoviendo la conexión entre el vino y la cultura.

Estos datos curiosos reflejan la pasión, la innovación y el legado de Catena Zapata en la industria vitivinícola. Su enfoque en la calidad y la excelencia ha llevado a la bodega a convertirse en un referente mundial y a dejar una huella imborrable en el mundo del vino.



NICOLAS CATENA ZAPATA: VINEYARDS

BODEGA CATENA ZAPATA
Mendoza Argentina

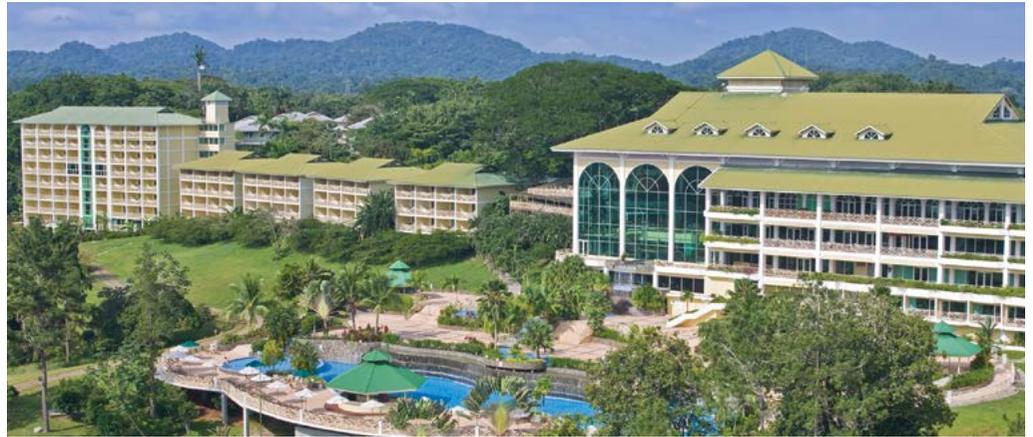




BERN HOTELS & RESORTS PANAMÁ



The Westin Playa Bonita Panamá

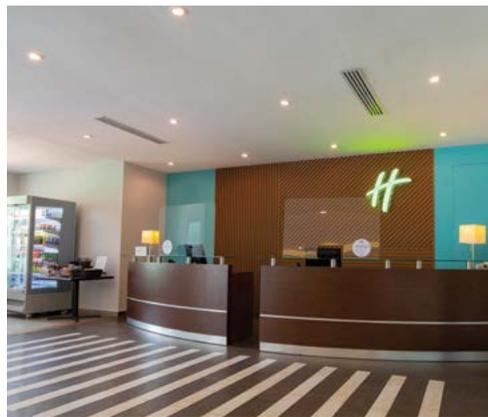


Gamboa Rainforest Reserve

¡Un contacto,
múltiples opciones!



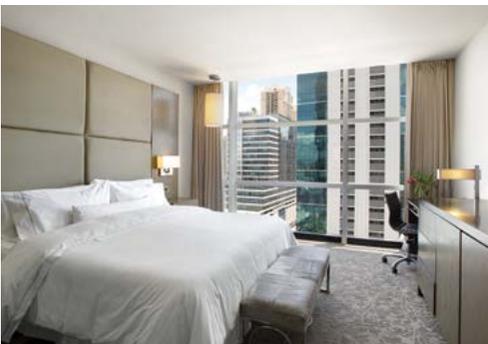
InterContinental Miramar Panamá



Holiday Inn at The Panama Canal



Le Meridien Panamá



The Westin Panamá



Crowne Plaza Panamá



Crowne Plaza Aeropuerto Panamá

Reserva con nosotros: +507 2060 8880 | reservas@bernhotelspanama.com

ELEGANCIA REVOLUCIONARIA

EL NUEVO LEXUS RX ES MUCHO MÁS QUE UN SIMPLE CROSSOVER PREMIUM; ES UN DISEÑO REVOLUCIONARIO QUE COMBINA ELEGANCIA, FUNCIONALIDAD Y TECNOLOGÍA DE VANGUARDIA. DESDE EL PRIMER VISTAZO, SU EXTERIOR SORPRENDE CON UNA PARRILLA REDISEÑADA QUE SE INTEGRA DE MANERA ARMONIOSA, FLANQUEADA POR NUEVOS FAROS LED TRIPLES, QUE INCLUYEN LA CARACTERÍSTICA LUZ DIURNA DISTINTIVA DE LEXUS.



SENSOR DE MALETERO

Cuando tengas las manos ocupadas, el sensor trasero integrado te permite abrir el maletero simplemente pateando con el pie debajo del parachoques.



REMOTE CONNECT

Con la aplicación Lexus podrás bloquear o desbloquear remotamente las puertas, arrancar el motor, controlar el aire acondicionado, comprobar el estado del vehículo y mucho más.



ESPECIFICACIONES TÉCNICAS:

- INTERIOR.** La atención minuciosa a los detalles es evidente en cada rincón de su interior. Una calidad excepcional y el empleo de materiales altamente ecológicos y sostenibles, demuestran el compromiso de Lexus con la excelencia y el respeto al medio ambiente. El espacio interior es lujoso y cómodo, brindando un ambiente acogedor para todos los ocupantes.

- RENDIMIENTO.** En cuanto a su rendimiento, el nuevo RX ofrece diversas opciones de propulsión que se adaptan a las necesidades de cada usuario. El RX destaca por su eficiencia y consumo reducido, lo que lo convierte en una referencia en su segmento.

- SEGURIDAD.** El nuevo RX incorpora de manera estándar el Lexus Safety System+ 3.0, que ofrece atributos adicionales y un sistema de monitoreo del conductor disponible.



INNOVACIÓN

La característica más innovadora del nuevo Lexus RX es su operación de rastreo táctil en el volante, que permite un manejo intuitivo y seguro mientras se conduce.





A ORILLAS DEL SENNA

La colección de Alta Costura Otoño-Invierno 2023/24 de Virginie Viard es un retrato de una parisina audaz y sensible. Juega con contrastes y opuestos, reuniendo elementos separados y desafiando las normas académicas. La colección presenta 'tweeds', sedas, organza y encajes con motivos florales y gráficos. Combina colores discretos y vibrantes, y juega con la asimetría y la elegancia.

Fotos CORTESÍA CHANEL



Iman Perez





Camila Morrone



Lupita Nyong'o



Elsa Zylberstein

Esta colección representa la energía creativa de París y juega con el 'allure', una mezcla entre la fortaleza y la elegancia parisina.



Phoebe Tonkin



Margaret Qualley



Rashida Jones



Riley Keough

Un desfile de Alta Costura a orillas del Sena, con Vanessa Paradis como encarnación de la 'allure' parisina, es como un viaje a través de un mundo de imágenes y emociones, de permanencia y belleza.



Por **MARISABEL ARAMBURÚ PORRAS**
ANTROPÓLOGA

'LA RIDÍCULA IDEA DE NO VOLVER A VERTE'

— ROSA MONTERO

EL LIBRO 'LA RIDÍCULA IDEA DE NO VOLVER A VERTE', DE ROSA MONTERO, NARRA LA CONMOVEDORA HISTORIA DE MARIE CURIE y explora los aspectos contradictorios de la vida. Inspirada por el diario de Curie, Montero compara el dolor de ambas mujeres por la pérdida de sus seres queridos.

A pesar de vivir en diferentes siglos y épocas, Curie y Montero se conectan a través de su humanidad compartida. La novela revela la profunda pena de Curie tras la trágica muerte de su esposo Pierre y cómo logra, a pesar de ello, gran éxito como científica, ¡siendo la única en obtener dos premios Nobel y estar enterrada en el Panteón de "Hombres ilustres" de Francia!

La autora utiliza la vida de Curie como un espejo para examinar su propia existencia y el papel de las mujeres en una sociedad cambiante donde los roles tradicionales se desvanecen. La obra muestra las diversas facetas de la vida y destaca la resiliencia de las mujeres frente a la adversidad. Muestra cómo las protagonistas se adaptan, reinventan y aceptan los giros inesperados que la vida ofrece, incluso encontrando nuevas alegrías en medio del dolor.

Las palabras de Marie reflejan su desgarrador dolor: "Pierre mío, me levanto después de haber dormido bien, relativamente



NO SE CENTRA ÚNICAMENTE EN LA MUERTE, SINO EN AQUELLOS EVENTOS EN LOS QUE LA RUTINA TRIVIAL SE DESVANECE Y SE ABREN NUEVAS OPORTUNIDADES".

tranquila, y, fíjate, otra vez tengo ganas de aullar, como un animal salvaje". Por otro lado, Rosa clama sobre la indecibilidad del verdadero dolor y cómo la pérdida puede silenciarnos por completo.

La ridícula idea de no volver a verte es una novela apasionante que explora los momentos cruciales de la vida. No se centra únicamente en la muerte, sino en aquellos eventos en los que la rutina trivial se desvanece y se abren nuevas oportunidades. La novela inspira a creer en nuestras propias fuerzas y en la capacidad de resurgir y seguir adelante. Destaca a las mujeres que son fuente constante de inspiración y muestra cómo pueden



convertirse en las verdaderas "santas" de nuestros días.

Un ejemplo notable de fortaleza y valentía femenina de nuestros días es Lesly, una niña indígena de tan solo 13 años. Su historia conmovió al mundo cuando, después del trágico accidente de avión en el que falleció su madre, se vio obligada a cuidar de sus tres hermanos en la oscura y amenazante selva amazónica durante 40 días. Sin embargo, unidos por un milagro inesperado, indígenas, soldados y animales se aliaron para rescatarlos, venciendo la adversidad y el infortunio. Lesly, la niña heroína de la Amazonia, dejó a todos sin palabras con su entereza y valentía.

Como Marie Curie, Lesly y Rosa Montero, ejemplos vivientes de la fuerza y el poder que pueden surgir desde las flaquezas, con inspiración y coraje, obtendremos nuestras fortalezas. A pesar de atravesar momentos oscuros, estas mujeres nos enseñan que los milagros siempre pueden ocurrir cuando nos armamos de entereza y determinación. "La ridícula idea de no volver a verte" es una invitación a sumergirse en una novela que nos hace creer en la resurrección y nos muestra la belleza de vivir y crecer contando con nuestra fuerza y que, solo así, los milagros estarán a la vuelta de la esquina.

*Nota: La autora es la directora ejecutiva de la Fundación Belisario Porras.

DISFRUTA MAÑANA COMO DISFRUTAS HOY



Llegó un nuevo fondo de jubilación privado y cesantía,
para seguir pasándola bien.

Procrecer.com



Entidad regulada y supervisada por la Superintendencia del Mercado de Valores de Panamá, Licencia para operar como Administradora de Fondos de Jubilación y Pensiones, mediante Resolución No. SMV-175-23 del 17 de mayo de 2023. Los rendimientos presentados son antes de descontar los gastos administrativos, no representan garantía y volatilidad de retornos a futuro.



REFLEXIONES DE
UNA VIDA ENTRE CABALLOS

VICTORIA HEURTEMATTE

Conversamos con la atleta de 39 años sobre sus inicios en la equitación, el camino recorrido, los sacrificios y lecciones... y sobre todo lo que significa esta medalla de oro para su carrera ecuestre.

Por **PATRICIA ARAMBURÚ**
Fotos **EVELYN SZCZEPANEK**

Para la campeona de equitación panameña Victoria Heurtematte, el deporte y los caballos van de la mano y han sido su escuela de vida desde chica. La equitación le ha enseñado a ser perseverante, paciente y trabajar duro por lo que quiere; además, con los años ha aprendido a disfrutar plenamente del proceso sin importar el resultado.

A sus 39 años, espera ser un modelo para sus hijos, Emma y Max, mostrándoles que soñar no cuesta nada y que siempre hay tiempo para perseguir nuestras pasiones.

¿Qué te inspiró a dedicarte a la equitación y cómo ha evolucionado tu pasión a lo largo de los años?

Cuando era chiquita, bailaba *ballet* como la mayoría de las niñas. En ese momento no teníamos las opciones que tienen las niñas hoy en día. *Ballet* no era lo mío y

luego de una función, en donde como siempre bailé en la última fila, en la esquina, casi que atrás de la cortina, al día siguiente mi mamá me llevó a una clase de equitación y el resto es historia. Mi hermana montaba en ese momento, y fue por ella que llegué al club de equitación. De chiquita recuerdo que esperaba con ansias las vacaciones para poder pasarme todo el día en el club. Mi pasión por la equitación es también por los caballos y la relación que uno crea con ellos. Siempre fue una parte importante de mi vida, hoy



La equitación es un deporte muy especial, muy completo, lleno de retos diarios, pero al mismo tiempo muy gratificante. Tener la oportunidad de trabajar con animales tan extraordinarios como son los caballos es un privilegio”.



en día es mi terapia, lo que me recarga y me da energía para los retos que vienen por delante.

¿Cuál ha sido el logro más significativo en tu carrera hasta ahora y por qué lo consideras tan especial?

El logro más significativo, sin duda, ha sido las dos medallas individuales obtenidas en los Juegos Centroamericanos y del Caribe, una de oro y una de plata. Nunca había logrado nada ni cerca. Era mi primera vez compitiendo en estos juegos y era muy especial para mí, ya que mi abuelo paterno, Roberto Máximo Heurtematte, participó en la IV edición de estos juegos en 1938 en ecuestre, era parte de mi legado familiar.

Adicional, son medallas históricas, las primeras medallas obtenidas en ecuestre en unos Juegos Centroamericanos y del Caribe para nuestro país.

Ser campeona de equitación requiere disciplina, dedicación y esfuerzo. ¿Cómo ha influido tu pasión por este deporte en tu vida y en tu papel como modelo a seguir para tus hijos?

En mi vida ha influido siempre, cuando fui a la universidad, mi ensayo para aplicar tenía el título “Mis profesores de cuatro patas”. El deporte y mis caballos me han enseñado tanto en esta vida; en especial a caerse y volver a levantarse, a ser perseverante, paciente, trabajar duro por lo que uno quiere y últimamente, creo que esto ha venido con la edad y madurez, a disfrutar a plenitud el proceso, sin importar el resultado.

Para mis hijos espero ser un modelo de que soñar no cuesta nada y que siempre hay tiempo para perseguir nuestra pasión.

Cuando quedé encinta de mi primera hija Emma dejé de montar, pensando que estaría contando los días para regresar. Cuando cumplió seis meses, me subí en un caballo y me dio mucho miedo. No volví a montar más por cinco años. No me hacía

falta y me detenía el miedo de una mala caída, siendo madre. No recuerdo qué fue exactamente, pero un día me regresaron las ganas, como dice el dicho, me picó el bicho y empecé poco a poco, con miedo, pero como si nunca lo hubiese dejado.



Carlos Arbeláez

¿Como mujer en un mundo dominado tradicionalmente por hombres, ¿has enfrentado obstáculos o desafíos particulares en el deporte de equitación?

El deporte de la equitación es el único deporte olímpico en que las mujeres y los hombres compiten entre sí, una sola categoría sin distinción de género. A mí me encanta, siento que una vez estamos en la pista, todos somos igual de capaces y nos pone en igualdad de condiciones, como debería ser (risas), el caballo se convierte en el gran equalizador.

El único desafío particular es el de la maternidad, que nos afecta tanto en el de-

porte como en la vida profesional o política de las mujeres, ese tiempo de baja y la carga invisible que nos pesa más a nosotras, y hasta cierto punto nos limita, sigue siendo una desventaja que se refleja cuando te vas al *ranking* de los jinetes a nivel mundial, de los 50 mejores, solo hay cuatro mujeres, de las que sólo dos tienen hijos. Estos jinetes la mayoría están entre los 30 y 40 años, lo que significa que es la edad aproximada en donde los jinetes llegan a su pico, luego de muchos años de mucho trabajo, dedicación y sacrificio, pero para las mujeres es la edad en la que estás formando una familia o teniendo hijos.

Mencionaste que nunca habías sentido tanto apoyo y camaradería como en esta última competencia donde obtuviste oro y plata, cuéntanos un poco más sobre este aspecto.

En el mundo ecuestre somos una gran familia, especialmente en Latinoamérica. En estos juegos casi todos nos conocíamos, a algunos desde que tengo 12 años e inicié mi participación en competencias internacionales. A otros en estos últimos años desde que estoy entrenando en Estados Unidos, y a otros en el camino. En el área de calentamiento, antes de entrar a la pista te cruzas con sonrisas y buenos deseos de todos. El día de la medalla de oro me sentí muy celebrada y apoyada por los otros jinetes y sus delegaciones. Y entrando al último día, yo era la única jinete que no tenía faltas acumuladas, por lo que entraba de última, como líder, y recibí comentarios como “nadie se merece esto más que tú”, “estamos todos contigo”, “has sido lejos la mejor”, esto de jinetes que competían contra mí. No sé en cuántos otros deportes se vive algo tan lindo y en especial como eso.

Otra particularidad es que mi entrenador era uno de los que estaba compitiendo por Venezuela, con una yegua mía que se



Carlos Arbeláez

llama Condara, que me la está entrenando. Ya estamos acostumbrados porque casi siempre competimos en las mismas categorías, y aunque él es mejor jinete, es tan buen entrenador que me ha llevado a poder ganarle en algunas ocasiones y en esta así fue.

Mis medallas son de él también y de todo mi equipo, él es el que me entrena a mi yegua Scarlett y se encarga de todos los detalles (que son muchos) para que ella siempre esté al 100 %.

La equitación es un deporte que requiere una fuerte conexión entre el jinete y el caballo. ¿Cómo cultivar esa relación especial con tus caballos y qué lecciones has aprendido de ellos?

Mis caballos son como parte de la familia, así como los perros, solo que no pueden vivir en la casa. Trato de pasar la mayor cantidad de tiempo con ellos, aparte de

cuando estoy montando. Me encanta consentir a mis caballos y buscar momentos en que puedo estar sola con ellos, ya sea en el establo o sacarlos a pasear. La conexión que tengo con Scarlett en particular es muy especial. Me encanta su personalidad, siento que nos parecemos (risas) y siempre decimos que ella está tan agradecida de haber llegado a nuestras vidas y nos lo demuestra cada vez más. Y digo nuestras porque ella es parte de la vida de varias otras personas que la cuidan, quieren y consienten cuando yo no estoy.

¿Cómo has logrado balancear tu rol como mamá y campeona de equitación? Seguro han sido horas de sacrificio y tiempo fuera de casa, ¿cómo logras mantener ese balance?

No he logrado encontrar el balance. O quizás sí, pero igual se siente desbalanceado. Yo soy mamá gallina como dicen,

y me cuesta mucho separarme de ellos. Es sin duda el reto más grande que he tenido en los últimos años. Cada vez se vuelve más difícil dejar a mis hijos. Al principio los llevaba más a los viajes, pero ahora que están más grandes, no es lo ideal sacarlos de su rutina, de la escuela, y tampoco me puedo concentrar y prepararme mentalmente si ellos están allá. A principios de año fue muy difícil emocionalmente, no sabía si estaba haciendo lo correcto, tenía miedo de que mis hijos me fueran a resentir el tiempo fuera de casa. A veces me decían comentarios que me hacían cuestionarme todo. Un día Emma me estaba contando algo y yo le dije, “acuérdate que ese día yo no estaba”, y me dijo “ah verdad, tú nunca estás”. Me he perdido momentos importantes de mis hijos, y el sentimiento de culpa era muy grande. Con ayuda y apoyo de varias personas pude navegar esos sentimientos, ha-



Carlos Arbeláez
y Héctor Garrido (arriba)

cer partícipes a mis hijos de mi proyecto, explicarles lo que estaba haciendo, y seguir. Tengo mucha suerte de tener un gran apoyo para mis hijos cuando no estoy, entre mi esposo, sus hermanas, sus nanas, y varios familiares y amigas más que siempre están pendientes de ellos. Es una bendición, sin ellos no sería posible.

Lo que estoy haciendo siento que no es sostenible, no estoy segura de hasta cuándo puedo seguir, por ahora voy un día a la

vez, mes a mes, con sueños por cumplir, pero al mismo tiempo tranquila de que si me toca dejar ese nivel de competencias mañana, estos últimos años los he aprovechado al máximo, y he logrado cosas que ni en mis sueños más locos jamás imaginé sería capaz de lograr.

¿Cómo te mantienes motivada y comprometida para seguir?

Definitivamente, los buenos resultados

lo ayudan mucho a uno a sentirse motivado, y la relación que uno tiene con los caballos. Y por otro lado, siempre estaré comprometida con el deporte, de una manera u otra. Desde hace varios años soy la presidenta de uno de los clubes de equitación en Panamá afiliados a Pandeportes, y a través de esa posición apoyo con el desarrollo del deporte en nuestro país.

Como referente en el mundo de la equitación, ¿has tenido oportunidades de influir y motivar a otras personas a practicar este deporte? ¿Qué consejo les darías a aquellos que están interesados en comenzar en la equitación?

Pienso que sí, una de ellas es mi hija Emma, solo que ella es mucho mejor que yo (risas). ¡A veces ella me enseña más a mí que yo a ella! A lo largo de los años si siento que he podido influir y motivar a varias niñas, yo siempre estoy tratando de ayudar de manera desinteresada y compartir mis conocimientos que he adquirido a lo largo de los años.

¿Hay algún logro o desafío que aún quieras alcanzar en tu carrera?

Ir a las olimpiadas. Antes no me creía capaz, ¡ahora sí! Por mucho tiempo tenía el *mindset* equivocado y yo decía que no era suficientemente buena para eso. ¿Por que? No sé. Hoy en día sí me veo en unos Juegos Olímpicos, no sé si esté lista para París 2024, pero Los Ángeles 2028 está a la vuelta de la esquina. En noviembre participaré en los Juegos Panamericanos que será la competencia de más alto nivel que haya participado hasta el momento. Soñaba con esto desde hace mucho y no lo había podido lograr y sin planearlo mucho, ahí estaré. A veces hay que dejar que el destino haga su trabajo.

EL MEJOR DEL MUNDO

La cocina de Central Restaurante, ubicado en Lima, se considera peruano-contemporánea, y su fundador el chef Virgilio Martínez Véliz, ha intentado redefinir la cocina peruana con la introducción de insumos indígenas poco conocidos del Perú, lo que le ha merecido innumerables reconocimientos.

CENTRAL

En la *CUMBRE* culinaria

DOS RESTAURANTES PERUANOS ESTÁN DENTRO DE LOS MEJORES DEL MUNDO EN EL PRESTIGIOSO 'RANKING' 'THE WORLD'S 50 BEST RESTAURANTS'. TE CONTAMOS SUS HISTORIAS.

Foto tomada de su sitio web oficial.

Texto y fotos por:
PATRICIA ARAMBURÚ

En las últimas décadas, Perú ha experimentado una revolución culinaria que ha llevado su cocina a nuevos horizontes. Una mezcla de creatividad e innovación en la cocina, que muestra la riqueza y el potencial de sus raíces, ha sido la receta de su éxito internacional.

Dos establecimientos en particular, Central, de Virgilio Martínez, y Maido, del chef Mitsuharu Tsumura, han liderado esta revolución culinaria en los últimos años, catapultando a la gastronomía peruana a la cima de la escena mundial. Ambos han ganado reconocimiento global gracias a su creatividad, calidad excepcional y la habilidad de sus chefs para contar historias a través de sus platos.

Estos chefs visionarios han combinado técnicas modernas con ingredientes tradicionales, rescatando recetas olvidadas y promoviendo la sostenibilidad y la preservación de la biodiversidad.

VIAJE POR LA BIODIVERSIDAD

Ubicado en Lima, Central se ha convertido en un referente en la escena culinaria internacional bajo la dirección del reconocido chef Virgilio Martínez. Martínez, nacido en Lima en 1977, desde una edad temprana mostró su interés y pasión por la cocina y la gastronomía. Tras completar sus estudios culinarios en Le Cordon Bleu en Ottawa, Canadá, y trabajar en distintas cocinas alrededor del mundo, regresó a Perú con la ambición de destacar y valorar los ingredientes de su país.

En 2006, junto con su esposa, la también chef Pía León, abrió las puertas de Central y con el tiempo su propuesta se convirtió en uno de los restaurantes más destacados de Lima y del mundo, obteniendo reconocimientos internacionales y siendo incluido en la lista de los 50 mejores restaurantes del planeta.

Martínez también ha sido un apasionado defensor de la sostenibilidad y la preservación de las tradiciones culinarias indígenas en Perú. Su enfoque en la biodiversidad peruana lo ha llevado a explorar los ingredientes autóctonos de diferentes altitudes y regiones. Su menú es como un apasionante viaje a través de los diversos ecosistemas del país, desde la costa hasta los majestuosos Andes y la exuberante selva amazónica. Cada plato de Central logra transmitir la esencia misma y la profunda conexión entre la tierra y la cocina peruana, y muestra la riqueza culinaria que alberga este país.



EL TÉRMINO 'NIKKEI'

se refiere a la fusión culinaria entre Japón y Perú. La cocina *nikkei* combina los sabores y técnicas japonesas con ingredientes peruanos, creando una fusión única y deliciosa.





LA PASIÓN Y DEDICACIÓN

de estos expertos en gastronomía, han ubicado a Perú en el mapa culinario al liderar la prestigiosa lista de los 50 mejores restaurantes del mundo.



FASCINANTE FUSIÓN 'NIKKEI'

Maido, también ubicado en Lima, es el hogar del chef Mitsuharu Tsumura, conocido como Micha. Desde joven, se sintió atraído por la cocina japonesa, influenciado por su herencia familiar y sus viajes a Japón. Tsumura estudió en el Instituto Culinario D'Gallia y luego perfeccionó sus habilidades culinarias en tierras japonesas.

En 2009, Tsumura materializó su sueño al inaugurar Maido en el distrito de Miraflores en Lima, con la visión de crear una experiencia gastronómica que fusionara lo mejor de la cocina japonesa con la peruana, reflejando así la rica herencia *nikkei* presente en la cultura culinaria del país.

A simple vista, la ubicación de Maido no llama mucho la atención, y ni siquiera tiene letrero en su exterior, pero al entrar, los comensales saben que están a punto de vivir una experiencia culinaria inolvidable. El menú de Maido combina los sabores tradicionales del Perú con las técnicas sofisticadas y elegantes de la cocina japone-

sa, creando una experiencia única que ha cautivado a comensales de todo el mundo y ha llevado la cocina *nikkei* a nuevos horizontes de la gastronomía mundial. Al igual que Central, Maido ha sido incluido en la lista de los 50 mejores restaurantes del mundo y ha sido merecedor de numerosos premios y reconocimientos.



EN CENTRAL SOMOS CONSCIENTES DE LA NECESIDAD DE CONECTAR, Y ASUMIMOS CON HUMILDAD EL GRAN RETO DE CONOCER Y RECONOCER ESTE HERMOSO PAÍS, PLAGADO DE INSUMOS ÚNICOS, DE PAISAJES, DE CULTURA Y TRADICIONES, DE HISTORIAS PERO, SOBRE TODO, DE AQUELLOS QUE LAS VIVEN Y LAS NARRAN”.

LEGADOS QUE PERDURAN

Tanto Central como Maido han demostrado con creces que la cocina peruana merece un lugar destacado en el escenario gastronómico mundial. Su inclusión en la lista de los mejores restaurantes del mundo es un testimonio de la creatividad, pasión y dedicación de sus chefs, y es un reconocimiento a la riqueza culinaria de Perú a nivel global. Ambos establecimientos se han convertido en embajadores de la cocina peruana, al mostrar al mundo la diversidad de ingredientes, sabores y técnicas que hacen de Perú un destino obligado para los amantes de la gastronomía.

ES EL RESULTADO DE LA INFLUENCIA

de la comunidad japonesa que emigró a Perú en los siglos XIX y XX. Los inmigrantes japoneses llevaron consigo sus técnicas culinarias y tradiciones gastronómicas, pero también se vieron influenciados por los ingredientes y sabores locales de Perú.



A SUS 28 AÑOS, MITSU HARU 'MICA' TSUMURA, LIMEÑO DE RAÍCES JAPONESAS, SE CONVIRTIÓ EN EL RECONOCIDO CHEF PROPIETARIO DEL SEXTO MEJOR RESTAURANTE DEL MUNDO. SU PASIÓN POR LA COCINA PERUANA CON TÉCNICAS E INSUMOS JAPONESES, LO LLEVÓ A CREAR MAIDO EN 2009”.



1

Central
Lima



2

Disfrutar
Barcelona



3

Diverxo
Madrid



4

Asador Etxebarri
Atxondo



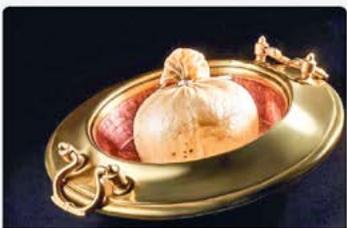
5

Alchemist
Copenhagen



6

Maido
Lima



7

Lido 84
Gardone Riviera



8

Atomix
New York



9

Quintonil
Mexico City



10

Table by Bruno Verjus
Paris



11

Trésind Studio
Dubai



12

A Casa do Porco
São Paulo

TEATRO PACIFIC - PACIFIC CENTER - PISO 4

ESCUELA
DE DANZA

Studio 9



@Studio9panama





DE CUSCO AL VALLE SAGRADO Y MACHU PICCHU

TRAS LAS HUELLAS *de los incas*

ATERRICÉ EN CUSCO, LA MÍSTICA CAPITAL DE LOS INCAS UBICADA A 3,300 METROS SOBRE EL NIVEL DEL MAR Y RODEADA POR LOS MAJESTUOSOS ANDES. DE NIÑA CONOCÍ ESTA TIERRA QUE VIO NACER A MIS ANTEPASADOS; AHORA REGRESABA CON MI PADRE Y MI ESPOSO A UN VIAJE MUY ESPECIAL: UN RECORRIDO DE CINCO DÍAS POR EL VALLE SAGRADO DE URUBAMBA, MACHU PICCHU Y CUSCO.

Por **PATRICIA ARAMBURÚ**

Me cuesta trabajo respirar, siento un leve mareo y me apoyo en la maleta de mano. Al salir del aeropuerto nos esperaba nuestro guía Yamil, con el letrero que decía mi nombre y un termo de té de coca que nos ofreció entusiasmado. “Hoy caminan despacito, coman poquito y duermen solitos”, suelen decir los expertos anticipando el mal de altura que fue imposible de evitar.

Sentada en el bus, camino a nuestro primer destino, cierro los ojos y puedo sentir los aromas que siempre estaban presentes en mis viajes de niña a Lima: el olor del choclo hervido, del té de coca que alivia el mal de altura, de la chicha morada que nunca fue de mi total agrado, y del lomo saltado. Estos sabores y olores se convierten en una especie de ancla que me conecta con mis raíces mientras iniciamos nuestro recorrido de cinco días por el Valle Sagrado de los incas, una civilización que adoraba al sol y construía

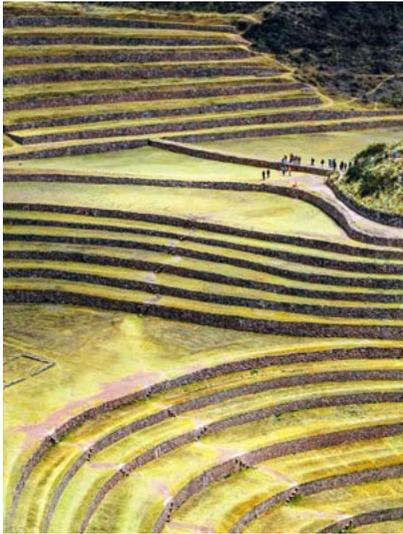
sus ciudades utilizando los recursos naturales como sagrados.

A TRES MIL METROS

Nuestro primer destino fue Pisaq, un lugar lleno de historia y encanto. Allí exploramos las ruinas incas ubicadas en lo alto de las montañas, desde donde disfrutamos de una vista impresionante del Valle Sagrado. Las terrazas agrícolas en cascada se extendían ante nosotros, recordándonos la destreza y el conocimiento que los incas poseían para trabajar la tierra en armonía con la naturaleza. Caminarla toda requería mucho esfuerzo ya que se encuentra a tres mil metros sobre el nivel del mar, por lo que decidimos tomar un descanso para almorzar en el restaurante Cuchara de Palo, en la plaza central del pueblo. El resto del día lo pasamos en el hotel, que nos recibió con una variedad de té, entre muña y menta andina, y de noche disfrutamos de un *pisco sour* y una cena ligera, para cerrar el primer día con broche de oro.

ITINERARIO

- DIA 1**  Valle Sagrado
Pisaq
Descanso
- DIA 2**  Sal de Maras
Sitio Arqueológico de Moray
Pachamanca: Almuerzo típico a orillas del río Urubamba
Ollantaytambo, la última ciudad viviente de los incas
- DIA 3**  Machu Picchu
- DIA 4 Y 5**  Ciudad de Cusco y alrededores



Sitio arqueológico de Moray, laboratorio agrícola de los incas. **Pedro Lastra/Unsplash**



VISTA DEL VALLE SAGRADO DE LOS INCAS. Ubicado entre las poblaciones de Pisaq y Ollantaytambo, está rodeado por el majestuoso río Urubamba, a 15 kilómetros de Cusco, y tiene una altitud de 2,800 metros sobre el nivel del mar.



4 HOTELES EN VALLE SAGRADO

- Inkaterra Hacienda Urubamba
- Tambo del Inka
- Belmond Hotel Río Sagrado
- Casa Andina Valle Sagrado

5 RESTAURANTES EN VALLE SAGRADO

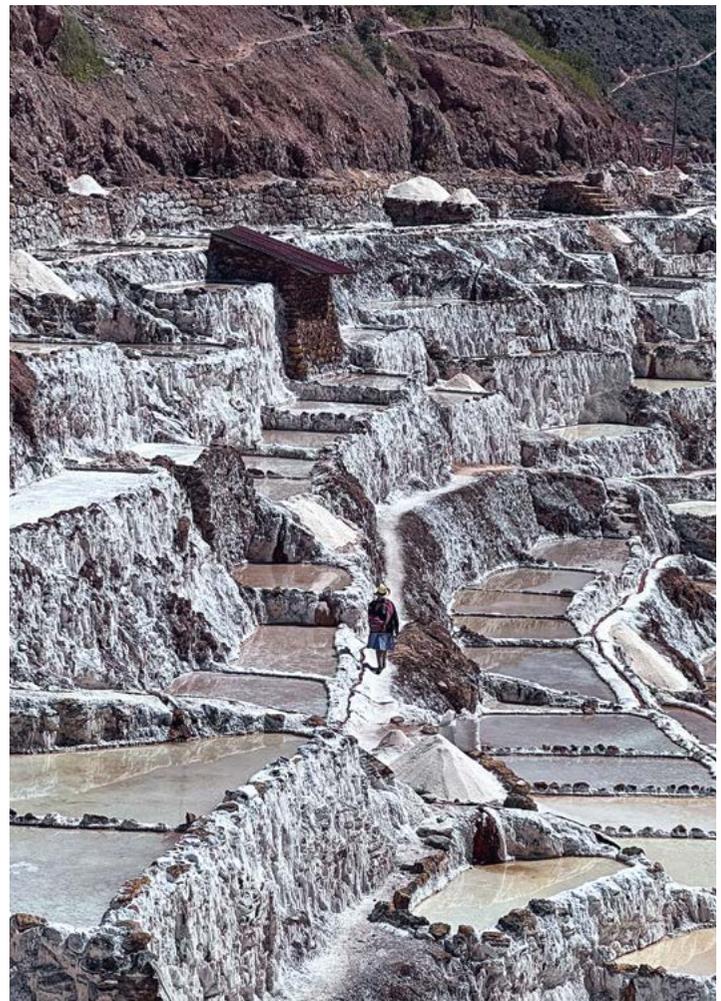
- Cuchara de Palo. Comida peruano-andina.
- Antica Osteria. Comida italiana.
- Mil. Comida peruano-andina.
- Kampu. Fusión asiática y tailandesa.
- Huacatay

TRIBUTO A LA MADRE TIERRA

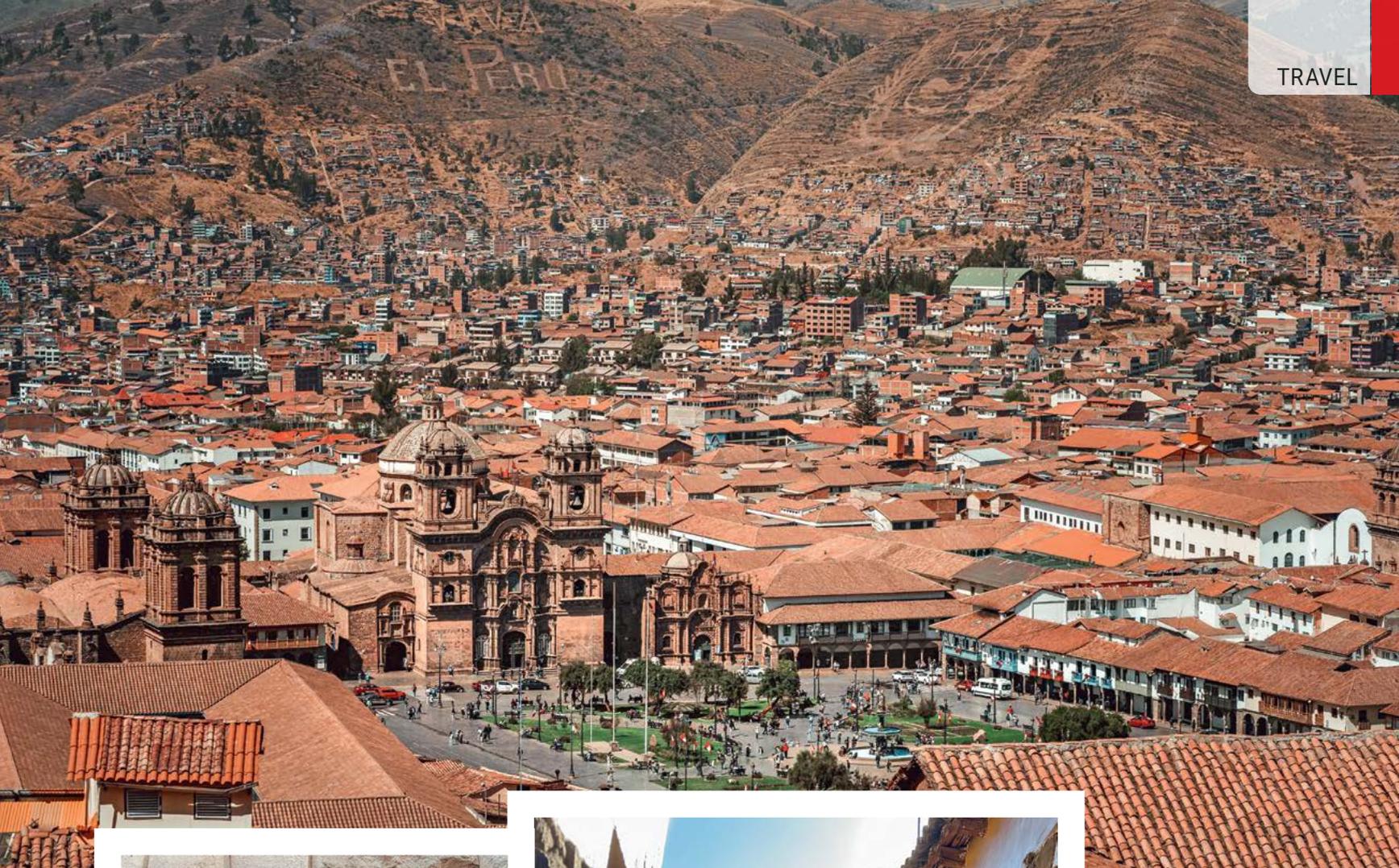
Con sombrero, protección solar y mucha agua nos preparamos para conocer Moray, un sitio arqueológico fascinante. Quedamos maravillados al descubrir las impresionantes terrazas circulares escalonadas, que servían como laboratorios agrícolas incas. La precisión de su construcción y su diseño ingenioso nos dejaron perplejos ante la genialidad de esta antigua civilización.

A la hora del almuerzo llegamos a orillas del río Urubamba, donde nos esperaba la tradicional Pachamanca, una ceremonia culinaria que involucra diversos ingredientes locales, como carnes (como cerdo, pollo, cordero) y tubérculos (como papas y camotes) y establece una conexión sagrada con la madre tierra (Pachamama), ya que los alimentos se cocinan en su regazo y se le ofrece una especie de tributo antes de comerlos. El término “Pachamanca” proviene del quechua “pacha”, que significa tierra, y “manca”, que se refiere a la cocción bajo tierra.

El día culminó en Ollantaytambo, la última ciudad viviente de los incas, uno de los favoritos en nuestro itinerario. Exploramos las ruinas de esta antigua fortaleza y ciudad ceremonial, admirando las imponentes estructuras de piedra que se alzaban frente a nosotros. Cada detalle de la arquitectura y la

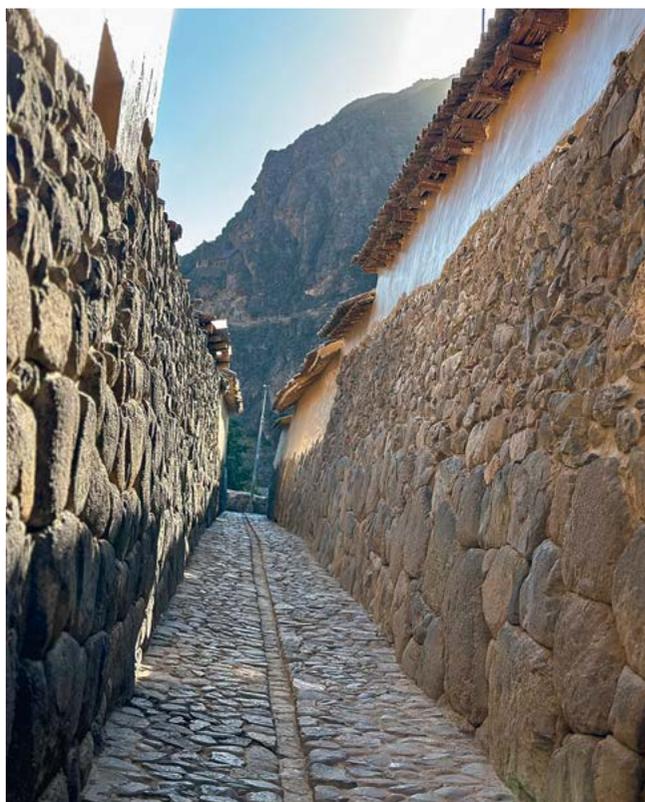


Las minas de sal de Maras, donde se producen las sales más finas del mundo.



La piedra de los doce ángulos, ubicada en la ciudad de Cusco. **Alexander Schimmeck/Unsplash**

planificación urbana refleja la habilidad y el conocimiento avanzado de los incas, en contraste con una ciudad llena de turistas y vendedores ambulantes. Entramos a una típica casa inca donde nos recibieron cuyes en el piso y maíz seco guindado del techo, calaveras de sus ancestros y muchas manualidades y objetos y accesorios tejidos a mano. Entre tantas opciones es difícil escoger una sola.



Las místicas y angostas calles de Ollantaytambo, la última ciudad viviente de los incas.

Vista del centro de Cusco, capital del Imperio inca, ubicada a 3,300 metros sobre el nivel del mar.

Mauro Lima/Unsplash

4 HOTELES EN CUSCO

- JW Marriott El Convento
- Novotel
- Palacio del Inka
- Casa Andina Premium

3 RESTAURANTES EN CUSCO

- Cicciolina, peruano-andina
- Limo, comida nikkei
- Chicha de Gastón Acurio



Alexander Schimmeck / Unsplash

SILENCIO SAGRADO

Finalmente, llegó el día del motivo de nuestro viaje: la subida a Machu Picchu. Salimos a las 5 a.m. del hotel en el Valle Sagrado, para manejar media hora a la estación de tren ubicada en Ollantaytambo. Abordamos nuestro tren a las 7:45 a.m. un poco somnolientos, pero emocionados por la aventura que nos esperaba.

Un viaje de hora y media nos dejó en Aguas Calientes, el pueblo donde abordan los buses especializados en subir el empinado y curvo camino hacia la “montaña vieja”, lo que significa Machu Picchu.

La ciudad perdida de los incas nos recibió con su esplendor y misterio. Subimos con esfuerzo por las empinadas escalinatas

de piedra y nos adentramos en un mundo de maravillas arquitectónicas y paisajes impresionantes. La vista desde la cima de la montaña me dejó sin aliento y en ese momento me sentí agradecida por tener la oportunidad de presenciar, por tercera vez, la grandeza de esta joya histórica.

Al adentrarme en la ciudadela de Machu Picchu, desaparecieron los turistas (suben más de tres mil al día) y retrocedí en el tiempo, como si estuviera caminando en los pasos de los antiguos incas. Las imponentes estruc-

turas de piedra, meticulosamente alineadas, con el sol y las montañas circundantes, evocaban una sensación de misterio y grandeza.

A pesar de ser visitada por miles de personas cada día, la serenidad y el silencio que reinan en este lugar son sagrados y respetados. Mientras deambulaba por los estrechos senderos y exploraba las diferentes áreas de la ciudadela, podía sentir la energía de aquellos que la habitaron hace siglos.

Las estructuras arquitectónicas de Machu Picchu, en su mayoría aún intactas después



CADA SITIO VISITADO NOS PERMITIÓ **SUMERGIRNOS EN LA RICA HISTORIA DE LOS INCAS** Y APRECIAR LA GRANDEZA DE SU LEGADO”.



Machu Picchu, que significa "montaña vieja" en quechua, impacta al primer vistazo. Ubicada a 2,400 metros de altura, estratégicamente entre montañas, fue descubierta en 1913, y en 2007 declarada una de las siete maravillas del mundo.



de más de 500 años, son testimonio de la habilidad y la maestría de los incas. Los muros de piedra, perfectamente ensamblados sin el uso de mortero,



revelan una precisión asombrosa. Cada piedra encajaba con la siguiente de manera milimétrica, creando una sinfonía de líneas y ángulos que desafían el paso del tiempo.

El templo del sol, la plaza principal, las viviendas, los observatorios y los sistemas de drenaje son evidencia de una planificación y una ingeniería avanzada. Pude imaginar cómo los incas vivían y realizaban sus rituales en este lugar sagrado. A medida que exploraba los espacios interiores y las terrazas escalonadas, podía sentir la conexión profunda que tenían con la naturaleza y su respeto por el sol, las montañas y los ríos que los rodeaban. Era como si sus historias y sus voces resonaran en cada piedra y en cada rincón.

El entorno natural en el que se encuentra Machu Picchu también contribuye a su aura mística. Las montañas se alzan majestuosamente



Unsplash



CADA DÍA
EN EL VALLE
SAGRADO FUE
UNA EXPERIENCIA
INOLVIDABLE,
LLENA DE
DESCUBRIMIENTOS
Y MARAVILLAS.



Ioana Mohanu /Unsplash

mente alrededor de la ciudadela, como guardianes silenciosos que protegen su legado. El verde exuberante de la vegetación y los imponentes picos nevados crean un telón de fondo impresionante, que realza aún más la belleza de este lugar único.

DE VUELTA A LA CAPITAL

Los últimos días fueron dedicados a la ciudad de Cusco, capital del Imperio inca, con-

siderada el ombligo del mundo y el corazón de un vasto territorio que se extendía desde Colombia hasta Chile y Argentina.

Sacsayhuamán: Ubicado en las afueras de Cusco, Sacsayhuamán es un complejo arqueológico impresionante. Sus enormes muros de piedra megalítica tallada con precisión y encajados perfectamente son un testimonio del ingenio y la destreza de los incas. Qorikancha: También conocido como el Templo del Sol, Qorikancha fue uno de los templos

más importantes del Imperio inca. Fue un centro religioso y político, adornado con paredes recubiertas de oro y plata.

Nuestro viaje llegó a su fin, pero los recuerdos y las emociones que vivimos en el Valle Sagrado de los Incas siempre permanecerán con nosotros. Cada paso que dimos en esta tierra ancestral nos acercó más a nuestras raíces y nos dejó con una profunda admiración por la sabiduría y la grandeza de los incas.

INVESTOR lifestyle



PAUTE CON NOSOTROS

info@investor.com.pa

Inserción en: Santa María, Costa del Este, Paitilla, Punta Pacífica, Ocean Reef, Coco del Mar y Altos del Golf, para los suscriptores del diario La Prensa.

Y distribución corporativa personalizada.

Vive la experiencia de invertir en ti.



HERMAN BERN: UN LEGADO QUE INSPIRA

Nos encontramos en el Miramar, el más alto de la ciudad al inaugurarse en 1996, y su primer gran proyecto hotelero. Acompañado por su esposa Miriam y su hija Jackie, conversamos sobre su trayectoria, lecciones aprendidas y volver a la vida después de 58 días en cuidados intensivos por la Covid-19.

Por **ROXANA MUÑOZ**
Fotos **SUSANA ARAMBURÚ**

Hace 45 años, un joven ingeniero civil empezó su empresa. La nombró con su apellido: Bern, que significa oso y lo escogió como emblema. Empresas Bern es hoy una de las marcas más reconocidas en construcción y hotelería en Panamá. En mayo, Herman Bern mereció por su aporte a la industria hotelera el premio latinoamericano Hola. Un año antes lo recibió Ricardo Poma.

Tiene 50 años de ser socio del Club de Golf, pero no se define como golfista: “No iba a perder la oportunidad de hacer cosas con mi familia los fines de semana para jugar golf”, dice. Entre esas cosas sigue estando viajar.

Poder convalecer junto a su familia le permitió rehabilitarse con éxito después de 58 días en cuidados intensivos por la Covid-19. Su familia también está en el centro de su negocio, fundado junto a su esposa Miriam. Sus cuatro hijos, José Manuel, Ingrid, Herman Jr. y Jacqueline, trabajan en la empresa familiar.

En sus años formativos ¿cuáles fueron las bases que sentaron su carácter y le permitieron convertirse en la persona que es hoy?

Para mí fue importante tener metas definidas. Con 16 o 17 años empecé a trabajar en los veranos, en bombas de gasolina y en construcción. En uno de esos veranos me tocó trabajar en una carretera en Potrerillos, Chiriquí, y me gustó ese ambiente. Decidí ser ingeniero civil. Me propuse otras metas como viajar y, al cumplirlas, me dispuse a formar una familia.

¿Cómo ocurre ese paso de ingeniero civil a empresario?

Siempre he sido bastante inquieto. Nunca conformista. Al regresar a Panamá yo tenía el compromiso de trabajar para el Gobierno porque

me fui a Inglaterra con una beca. Trabajé en Aguadulce y en el Ministerio de Obras Públicas. Dio la casualidad de que en ese tiempo estaba en planeamiento la concesión del puerto de Vacamonte y la formación de la hoy Autoridad Marítima. En el Ministerio de Obras Públicas, con una especialidad en ingeniería marítima, yo era la persona con más estudios en esos temas, así que me asignaron. Al cumplir el compromiso, que era trabajar por un año, me fui al sector privado. Me tocó trabajar del otro lado, con el diseño de planos y su ejecución, así como la documentación y licitación para el puerto de Vacamonte.

Alrededor del año 1978 decidí empezar mi empresa. Pequeña, pero con la idea de crecer. Empecé con proyectos de remodelación. Recuerdo que hice una adición de una recámara a la casa de Billy Ford.

PARA MI ESPOSA Y PARA MÍ EL TRABAJO NO HA SIDO UNA CARGA. LAS COSAS LAS HACEMOS CON ENTUSIASMO Y MIS HIJOS CRECIERON EN ESE AMBIENTE. DESDE CHIQUITOS IBAN A LAS OBRAS.

Usted ha ido un paso adelante en los campos que ha estado. ¿Cómo lo hizo?

En 1982 habíamos comprado un terreno en El Cangrejo para hacer un pequeño edificio de apartamentos. Teníamos el financiamiento preaprobado, pero la preventa estaba difícil. Decidí que nos lo quedaríamos y lo administraríamos como un apartahotel. Después El Cangrejo se llenó de apartahoteles, pero el nuestro fue de los primeros: el Suites Ambassador.

Nos fue bien con ese proyecto y nos despertó el gusano del turismo. Cuando se nos presentó la oportunidad de comprar el terreno donde estamos ahora, año 1992, sabíamos que con esta vista al mar era ideal para un hotel. Le agregamos también dos condominios...

¿Unió el hotel con un proyecto inmobiliario?

Sí, antes ya habíamos hecho proyectos en Marbella y en La Alameda. Todo lo que sacábamos de un proyecto lo invertíamos en otro. La idea era crecer. Después del Miramar nos propusimos hacer un hotel casi cada dos años.

Sus hoteles operan bajo sellos como Marriott, Westin y Le Meridian. ¿Cómo se decide por las franquicias?

Teníamos casi listo el hotel (Miramar), pero necesitába-

mos experiencia. Conseguí un asesor, un experto en hoteles. De entre sus muchos consejos surgió la idea de buscar una marca. Intercontinental estaba interesado en Panamá y firmamos con ellos.

Para el mercado de Panamá es mejor tener marcas conocidas que te dan estándar y un nivel del servicio que debes ofrecer.

Crecimos. En la medida que un hotel iba funcionando pudimos mostrar números positivos a los bancos y obtener nuevo financiamiento. Mantuvimos la construcción de condominios como nuestra punta de lanza. La gente nos conoce más por los hoteles, pero si hemos construido 10 hoteles, hemos hecho 200 condominios, también centros comerciales y hospitalarios como Royal Center, el centro comercial El Dorado y Town Center.

Uno de sus proyectos más innovadores fue el hotel Gamboa, en la selva panameña, ¿cómo surge esa idea?

Siempre he sido bastante osado, no he sido más porque no me han dejado (mira a su hija Jackie, quien le sonríe de vuelta). Cuando hicimos Miramar pasé muchas noches mirando al techo, pensando cómo resolver problemas financieros. Aunque era el primer edificio de 55 pisos en Panamá, los problemas de ingeniería de alguna manera los conoces y resuelves.

Gamboa surgió de un viaje que hicimos a Costa Rica en familia. Fui a recorrer Costa Rica. Vi lo que estaban haciendo; muy enfocados en la naturaleza, pero con hoteles pequeños.

Regresé convencido de hacer algo mejor aquí. Soy orgulloso de Panamá y de lo que tenemos. En esa época se estaban revirtiendo los terrenos del Canal y fui a hablar con

LA GENTE NOS CONOCE
MÁS POR LOS HOTELES..
SÍ, HEMOS CONSTRUIDO
10 HOTELES, PERO
HEMOS HECHO 200
CONDOMINIOS, TAMBIÉN
CENTROS COMERCIALES
Y HOSPITALARIOS
COMO ROYAL CENTER,
EL CENTRO COMERCIAL
EL DORADO Y TOWN
CENTER.

el doctor [Nicolás Ardito] Barletta. Cuando le conté me dijo: “pero, Herman...”. Pensó que estaba loco.

Hay dos proyectos para mí muy especiales. Miramar porque fue el primero y Gamboa porque fue hecho siguiendo el corazón.

El mercado de hoteles sigue estando en la ciudad Panamá. Me encantaría hacer algo en Chiriquí, pero es un mercado para hoteles pequeños, ocupados en ciertas épocas del año.

Lleva años apostando por el turismo, ¿por qué?

En Panamá no se le ha puesto sufi-

ciente atención al turismo. Antes, cuando estaba la Zona del Canal, había esa idea de que no necesitábamos promoverlo. Los gringos ya estaban aquí.

El turismo es una industria que trae divisas. Emplea personas en todos los niveles y genera ingresos a productores locales; basta con mirar estadísticas de cuántos huevos, cuántas libras de arroz o de plátano se usan en un día.

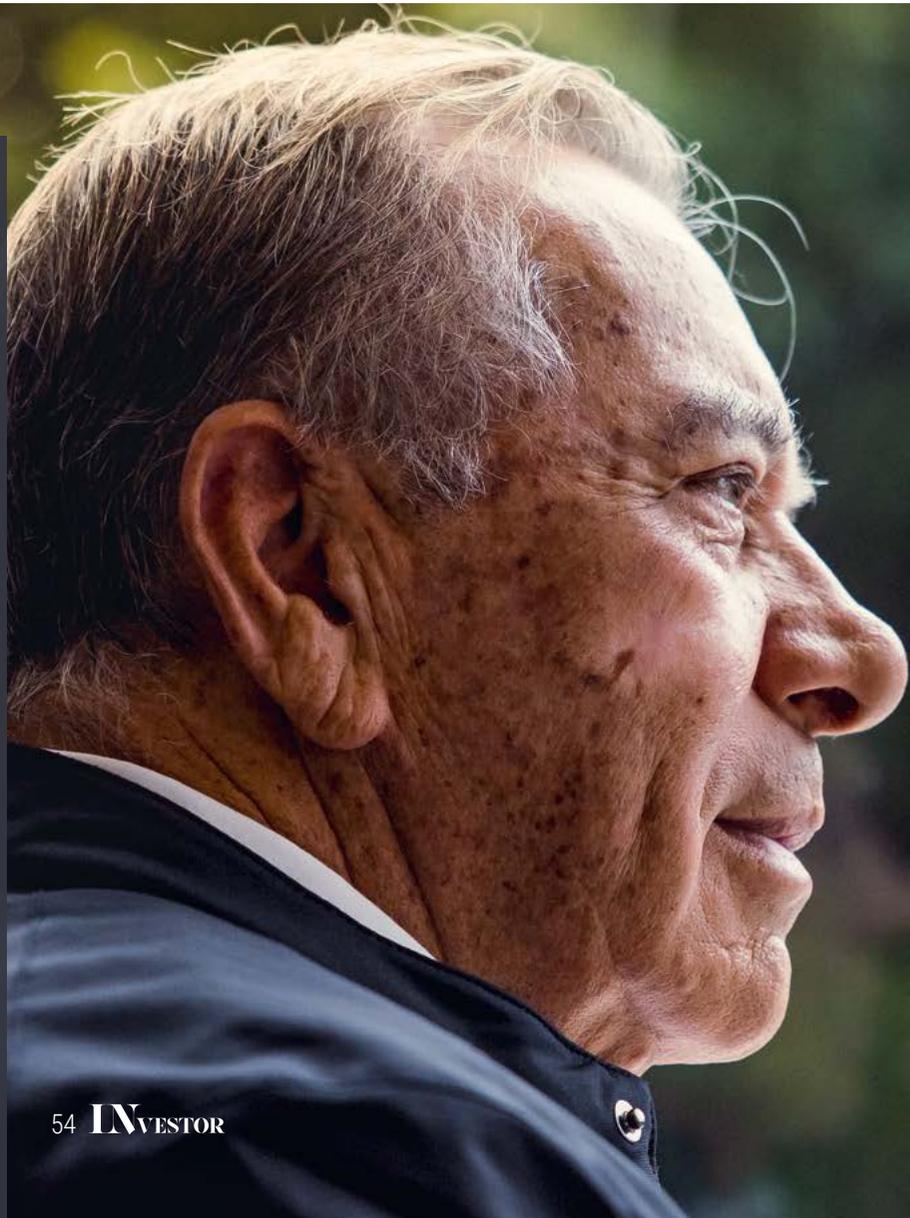
El turismo también beneficia a taxistas, restaurantes y a los guías; cuando sumas eso puede llegar a ser mucho más de lo que genera el Canal.

Como proyecto de responsabilidad social ustedes tienen escuelas, ¿cómo surge ese interés?

En el año 1997 decidimos concentrar nuestros esfuerzos sociales a través de una fundación, que dirige mi esposa Miriam. Escogimos un tema que ya estábamos

trabajando: educación. Creo en la educación. Tuve la oportunidad de educarme bien, primero en la Universidad de Panamá y luego en Inglaterra.

Cuando hicimos el primer colegio en Las Mañanitas la idea era empezar con una escuela pequeña que pudiera crecer y dar educación de calidad. Quiero que ese siga siendo el objetivo. Buscamos a los mejores alumnos del área y los traemos a nuestra escuela. Me encantaría tener 10 escuelas, pero no todos los intentos han resultado. Tenemos tres escuelas y una escuela de construcción con cursos específicos.



Desde muy joven trabajé en una bomba de gasolina y en construcción, así supe que quería ser ingeniero civil.

Mi visión era crecer y no ser conformista. Hice una maestría en Inglaterra. Al regresar a Panamá tenía el compromiso de trabajar para el Gobierno. Se estaba planeando la concesión del puerto de Vacamonte y yo tenía estudios sobre el tema”.

También está la escuela de hotelería...

Allí entrenamos al personal de los hoteles y la hemos abierto para quien quiera estudiar. Me gustan las oportunidades que da la educación técnica. Nuestro programa más exitoso consistió en tomar a muchachos de secundaria que aún no tenían un plan de vida y convertirlos en tres meses en *bartenders* para ganar dinero y buenas propinas. Muchos vuelven por otros cursos cortos.

La educación es fundamental. Esta mañana me enviaron información de un seminario de agricultura, tema que me interesa. Al leer el programa no vi nada de educación. Boquete es un área de gran producción agrícola y no tiene una escuela de agricultura. Habría que preguntarse si la juventud está estudiando lo que para Panamá es importante.

Sus cuatro hijos participan en la empresa familiar, ¿cómo los involucró?

Por allí los oí decir que les hemos lavado la cabeza (sonríe). Para mi esposa y para mí el trabajo no ha sido una carga. Las cosas las hacemos con entusiasmo y mis hijos crecieron en ese ambiente. Desde chiquitos iban a las obras. En este negocio no solo hay que manejar la parte de ingeniería o la construcción; también está la financiera, la de recursos humanos. Cada uno ha podido encontrar lo que le gusta.

No quisiera hablar más de la pandemia, pero para usted significó 58 días en cuidados intensivos.

¿Cómo fue su rehabilitación?

Todavía vemos los embates de la pandemia en el desempleo y en la informalidad del empleo que trae una serie de problemas.

Nunca había estado en un hospi-

tal, a excepción de una operación de amígdalas cuando era chiquito. No me di cuenta de mucho porque estaba en coma. Cuando recuperé la conciencia había perdido la fuerza muscular. No podía ni sostenerme en pie, me iba de bruces. Tenía la hemoglobina en 8. Pero estaba vivo y me propuse recuperarme.

Tuve un programa de rehabilitación intenso: caminaba, levantaba pesas. El terapeuta físico venía a casa todos los días. Conté con el apoyo de la familia. Como esto pasó en marzo de 2020 estuvimos juntos en una gran burbuja familiar durante 10 meses.

Cada día que despierto recuerdo que pasé por eso. Hoy trato de hacer más cosas por mí. Solo estoy hasta el mediodía en la oficina. Trato de ir al gimnasio a diario. Creo que hasta estoy en mejor forma física que antes.

tación. La entrega se hizo en mayo, justo regresábamos de un viaje de promoción de Panamá por Texas.

¿Cuál es su visión para los siguientes años de grupo Bern?

Vamos a tener un poco de turbulencia económica en el país. Aunque Panamá siempre logra salir adelante, hay temas generales a los que hay que poner atención, como la educación.

En nuestro negocio de nada sirve tener mucha capacidad de construcción si no encontramos suficiente gente con la capacidad de comprar.

EL TURISMO ES UNA INDUSTRIA QUE TRAE DIVISAS. EMPLEA PERSONAS EN TODOS LOS NIVELES Y GENERA INGRESOS A PRODUCTORES LOCALES. BENEFICIA A TAXISTAS, RESTAURANTES Y A LOS GUÍAS; CUANDO SUMAS ESO PUEDE LLEGAR A SER MUCHO MÁS DE LO QUE GENERA EL CANAL.

¿Y cómo enfrentaron sus empresas la pandemia?

Antes de la pandemia, entre los años 2018 y 2019, yo podía prever una cierta caída de nuestra economía. Cuando llegó, ya habíamos bajado el ritmo de construcción. Los años 2014 a 2017 fueron de muchos proyectos y vimos que no era sostenible. Aunque como empresa tenemos una capacidad grande para hacer varias cosas a la vez, si no hay un mercado no es sostenible.

Recientemente le otorgaron el premio Lifetime Achievement Award de HOLA, por su contribución a la industria hotelera ¿cuéntenos de esa distinción?

La organización Hotel Opportunities Latin America reúne anualmente en Miami a ejecutivos, inversionistas y desarrolladores de hotelería. Tengo muy buena relación con las cadenas de hoteles. He sido presidente de los dueños de hoteles para América Latina de Intercontinental. Mi hijo Herman, quien hoy maneja los hoteles, también está en varias juntas directivas de Marriott para América Latina y de Intercontinental. Fuera de Panamá mucha gente nos conoce. Es un premio muy bonito, de mucha dis-

Los costos de la construcción siguen aumentando. No es un momento para crecer.

Los hoteles dependen de los turistas. Primero hay que traerlos. Tenemos un equipo muy entusiasta que está en esa búsqueda y cuando sale (internacionalmente) se pone el sombrero de Panamá.

Nos gusta la idea de manejar convenciones pequeñas de 200 a 300 personas. Esas se hacen más veces al año. La gente tiene una gran necesidad de salir y reencontrarse, lo vimos ahora que fuimos a Roma. Todo lleno.

Para el futuro tenemos en Empresas Bern una nueva generación que está siguiendo los pasos y haciendo cosas nuevas. Quiero apoyarles en todo lo que pueda.

**TU MEJOR
ALIADO
EN SERVICIOS
INTEGRALES**

PRO CLEAN 



☎ 6378-6813

📷 @procleanpma



BARBIE SIEMPRE ESTÁ A LA MODA

EL "BARBIECORE" LLEGÓ PARA QUEDARSE. TE CONTAMOS DE QUÉ SE TRATA LA TENDENCIA QUE TIENE A LOS AMANTES DEL ROSADO DE CABEZA.

Fue en 1959 cuando nació Barbie y desde entonces ha sido la muñeca más famosa del mundo. Todas las generaciones que la siguieron vivieron su etapa Barbie y dentro de toda niña existe una pequeña Barbie que aún vive en ella, de la manera como la haya interpretado.

Este año con el lanzamiento de la película Barbie, escrita y dirigida por Greta Gerwig y protagonizada por Margot Robbie, quien personifica a la perfección el rol de la Barbie original, la "Barbiemanía" ha revolucionado el mundo de la moda y las tendencias llegaron para quedarse.

Aunque criticada, es una muñeca que promueve la imaginación y la exploración de diferentes roles y aspiraciones. Por ello, "Barbiecore" no es un estilo específico, sino una tendencia que se puede adaptar a tu estilo de vida y gustos.



SILUETAS FEMENINAS:

Vestidos con cortes ajustados, faldas voluminosas, cinturas definidas y detalles románticos pueden ser características comunes.





PANTONE® 14-1911
Candy Pink

**ROSADO
POR TODOS
LADOS:**

El color que predomina en esta tendencia, en todos sus tonos y variedades.



**ESTAMPADOS Y
PATRONES:**

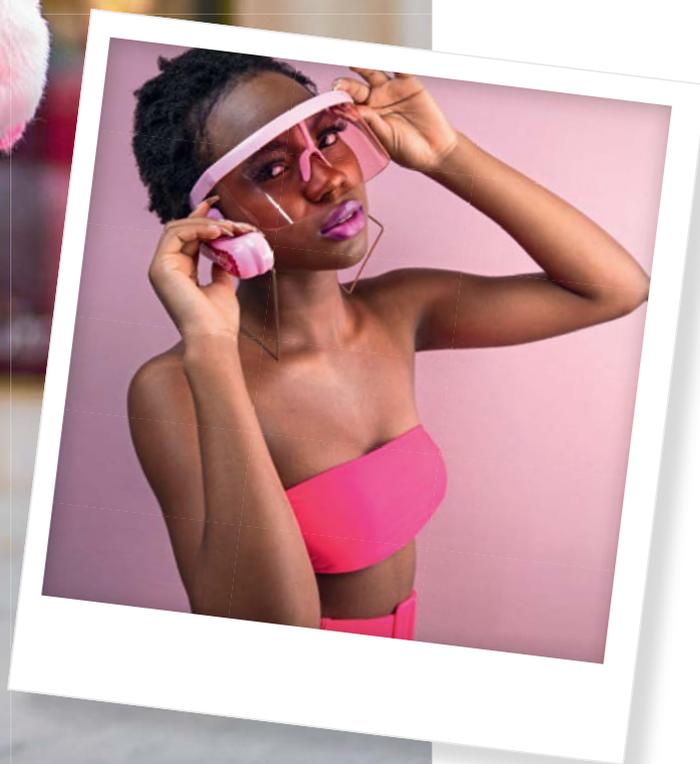
Desde rayas y cuadros hasta estampados de flores y lunares, son parte de esta tendencia.





**ACCESORIOS
LLAMATIVOS:**

No se puede pasar por alto el papel de los accesorios en el estilo Barbie. Bolsos coloridos, joyas brillantes, zapatos de tacón alto y glamurosos lentes de sol.



'GLAMOUR' Y BRILLO:
lentejuelas, pedrería, detalles
metálicos y textiles con
texturas llamativas.



70 AÑOS DESPUÉS DE
SU CREACIÓN, **BARBIE SIGUE**
DESAFIANDO LA NORMA Y
ABRIENDO NUEVAS POSIBILIDADES
PARA MUJERES ALREDEDOR
DEL MUNDO. SU LEGADO SIGUE
VIVO E IMPACTA DE MANERA
SIGNIFICATIVA EN LA CULTURA Y
LA SOCIEDAD ACTUAL.





RETRO:

Barbie ha pasado por diferentes épocas y estilos a lo largo de los años. Elementos de la moda retro, como vestidos de estilo años 50, accesorios inspirados en los años 60 o prendas de los años 80 y 90.

DE VUELTA A LOS CLÁSICOS

TOMMY HILFIGER PRESENTA LOS 'CLASSICS REBORN' CON COLECCIONES DE PRIMAVERA Y VERANO QUE REINVENTAN LOS CLÁSICOS 'PREP' DE TODOS LOS TIEMPOS, CON UN ELENCO DE FUERZAS CREATIVAS EN ASCENSO.

"...LA
REINVENCIÓN
ES UNA FUENTE
CONSTANTE
DE EMOCIÓN
PARA MÍ".

TOMMY HILFIGER

"Los clásicos nunca pasan de moda", afirma Tommy Hilfiger. "Esta colección trata sobre una modernización y reinterpretación del *prep*, que encuentra nuevas formas de mantener frescos los estilos atemporales. La reinvención es una fuente constante de emoción para mí".

La camisa Oxford y el vestido camisero representan piezas clave que renacen para una nueva generación. Otras prendas para un estilo relajado incluyen chaquetas y conjuntos a juego, con el *TH Monogram*, y un suéter tejido en hilo técnico. Los tonos de verde lima atraviesan cuellos gruesos y vestidos elegantes, mientras que las chaquetas para hombres y mujeres difuminan las líneas entre el día y la noche.

Fotografiada por Gregory Harris, la colección de 250 piezas se puede adaptar a cualquier estilo: elevado o relajado.



'Classics Reborn' está disponible
en pa.tommy.com, y en las tiendas
TOMMY HILFIER Town Center,
Altaplaza y Metromall.

tassa
P A N A M A



AVALÚOS

Tel. 399-6969

www.tasacionesinmobiliarias.com.pa



[NETFLIX AUMENTA SUS INGRESOS]

Si estás suscrito a Netflix eres parte de los 238 millones de suscriptores de pago en todo el mundo. Esta cifra representa un aumento de 5.89 millones en comparación con el trimestre anterior. En Latinoamérica la compañía sumó 1,077 millones de dólares, un 5.2 % más en comparación con 2022.



INVESTOR lifestyle

\$almón



Laboratorio de sostenibilidad urbano

Varias entidades lanzaron la iniciativa Laboratorio para Ciudades Sostenibles o "Urban Sustainable Lab", en el marco del Encuentro Nacional de Desarrollo Sostenible (ENADES).

La propuesta es crear un organismo que otorgue espacios para la construcción de pensamiento y acciones críticas sobre la planificación de la ciudad y su futuro desarrollo, el territorio y sus relaciones con las comunidades.

"El objetivo del Laboratorio es generar una base de conocimiento y acciones a favor de una ciudad sostenible", explicó Raisa Banfield, directora de Desarrollo Sostenible de CINC.



"NOS ESTAMOS PREPARANDO PARA QUE EL PAÍS SEA EN EL 2024 SEDE DE LA CUMBRE MUNDIAL DEL TURISMO DE AVENTURA Y SIENDO LAS COMUNIDADES LAS PROTAGONISTAS DE ESTE GRAN EVENTO".

— Iván Eskildsen, administrador de ATP

ESCUELA DE TURISMO

La Autoridad de Turismo de Panamá y Empresas Bern capacitan a líderes del sector turístico

La ATP en alianza con Empresas Bern llevó a cabo el Panama Hotel School, que capacitó a veinte líderes de once comunidades a nivel nacional, miembros de

la Alianza Panameña de Turismo Comunitario (PAC-TO). Este proyecto cuenta con instructores especializados y tiene como fin fortalecer el desarrollo de las comunidades, lograr igualdad de oportunidades y optimizar sus beneficios socioeconómicos, compartiendo experiencias y procesos para permitir el libre intercambio de ideas y aprendizaje entre los actores relevantes. "La educación y el turismo son parte de nuestro ADN, son nuestra pasión. Nuestro compromiso es enseñar lo que hemos aprendido para lograr el éxito. El inglés es fundamental, así como el conocimiento de contabilidad e informática, recalcó el CEO de Empresas Bern, Herman Bern.

¿Por qué elegir Invertis Securities para sus inversiones?



Nuestros asesores gestionan su patrimonio personal y familiar según tus objetivos y perfil inversionista



Custodia segura a través de cuentas segregadas en entidades financieras de primera línea



Amplia gama de productos de marca propia, adaptados a sus requerimientos de inversión

INVERTIS SECURITIES

Grupo UniBank



Conoce más de Invertis Securities

Para mayores detalles sólo escríbenos a info.clientes@invertissecurities.com

Entidad Regulada y Supervisada por la Superintendencia del Mercado de Valores. Licencia para operar como Casa de Valores. Resolución SMV No. 182-2013 del 16 de mayo de 2013. Licencia para operar como Administrador de Inversiones. Resolución SMV No. 51-19 del 11 de febrero de 2019. Miembro de la Bolsa de Valores de Panamá, S.A.



LA ERA DE LAS 'LOW-COST AIRLINES'

A medida que la industria evoluciona, las aerolíneas tradicionales se enfrentan a desafíos significativos debido a la creciente competencia de las aerolíneas de bajo costo.

Por REDACCIÓN INVESTOR LIFESTYLE

En los últimos años, la industria de la aviación ha experimentado cambios significativos debido a la aparición y crecimiento de las aerolíneas de bajo costo, también conocidas como “low-cost airlines”. Estas compañías han revolucionado la forma en que las personas viajan, al ofrecer tarifas más económicas y servicios simplificados. A medida que avanzamos hacia el futuro, surge la pregunta sobre cuál será el papel de las aerolíneas tradicionales en este nuevo panorama.

Exploramos el futuro de las aerolíneas tradicionales y cómo se están adaptando para competir en esta nueva era de la industria aérea.

Las aerolíneas tradicionales han sido los pilares de la industria de la aviación durante décadas. Han construido una reputación sólida basada en la calidad de sus servicios, mayor comodidad a bordo y una amplia red de destinos. Sin embargo, con la aparición de las aerolíneas de bajo costo, estas compañías se han visto obligadas a revisar su modelo de negocio para mantenerse competitivas.

ADAPTARSE PARA NO DESAPARECER

Una de las principales estrategias adoptadas por las aerolíneas tradicionales ha sido la creación de líneas aéreas subsidiarias de bajo costo. Algunas de ellas han lanzado marcas secundarias que operan con tarifas más económicas y servicios más básicos, con el fin de competir directamente con las aerolíneas de bajo costo establecidas. Esta estrategia les ha permitido atraer a nuevos segmentos de clientes que buscan precios más bajos sin

sacrificar completamente la calidad y el prestigio asociados a las aerolíneas tradicionales.

Además, han intensificado sus esfuerzos para mejorar la eficiencia operativa y reducir costos. Han implementado medidas como la reducción de personal en tierra, la optimización de rutas y la modernización de flotas con aviones más eficientes en consumo de combustible. Estos cambios les han permitido ofrecer tarifas más competitivas y enfrentar el desafío de las aerolíneas de bajo costo.

UN FUTURO BÁSICO Y ECONÓMICO

Por otro lado, las aerolíneas de bajo costo continúan expandiéndose y captando una parte significativa del mercado. Estas compañías se enfocan en ofrecer tarifas bajas al eliminar servicios adicionales no esenciales, como comidas a bordo o asignación de asientos, y al optimizar sus operaciones para reducir costos. Han logrado atraer a un segmento de viajeros que busca una experiencia básica, pero económica.

El futuro de las aerolíneas tradicionales dependerá de su capacidad para adaptarse a este nuevo entorno. Muchas de ellas están invirtiendo en tecnología para mejorar la experiencia del cliente, ofreciendo servicios de entretenimiento a bordo, conexión wi fi gratuita y mejorando la comodidad de los asientos. También están implementando estrategias de lealtad y recompensas para fidelizar a sus clientes habituales.



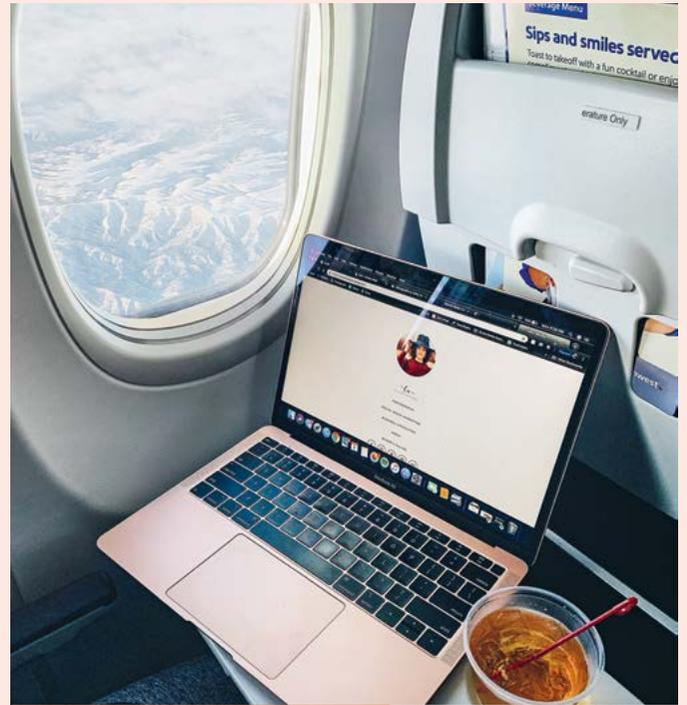
TOP 10

LOW COST

1. Southwest Airlines
2. Ryanair
3. easyJet
4. AirAsia
5. JetBlue Airways
6. Norwegian Air Shuttle
7. Spirit Airlines
8. Allegiant Air
9. Volaris
10. Wizz Air

TRADICIONALES

1. Emirates
2. Lufthansa
3. British Airways
4. Air France
5. Singapore Airlines
6. Qantas Airways
7. Delta Air Lines
8. United Airlines
9. Cathay Pacific
10. Turkish Airlines



PROS Y CONTRAS

Las diferencias entre las aerolíneas tradicionales y las de bajo costo radican en el modelo de negocio, la estrategia de precios, los servicios a bordo y la flexibilidad ofrecida. Estas diferencias permiten a los pasajeros elegir entre una experiencia de vuelo más completa y lujosa con un costo mayor o una experiencia más económica y básica. La elección depende de las preferencias individuales y las necesidades de cada viajero.



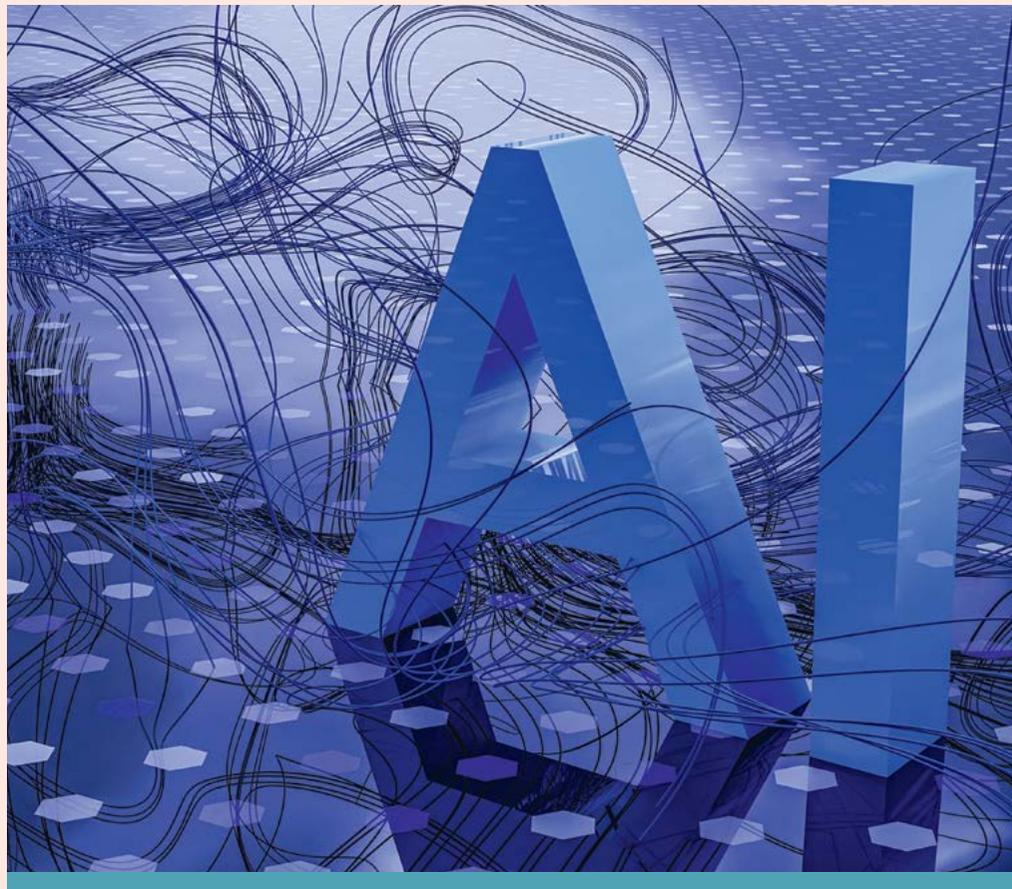
INVERSIÓN EN INTELIGENCIA ARTIFICIAL: OPORTUNIDADES Y RIESGOS

Un análisis acerca del creciente interés de los inversores en la transformación tecnológica y las oportunidades que presenta en diversas industrias.

José Ramón Mena, gerente general de Invertis Securities y presidente de Grupo Unibank, ha estado siguiendo de cerca el desarrollo y la adopción de la Inteligencia Artificial en diversas industrias. En esta entrevista, nos habla sobre los retos, desafíos y el potencial de la IA para transformar múltiples sectores.

¿Cuáles son las principales razones por las que los inversores están mostrando un creciente interés en esta tecnología?

Desde la automatización de procesos hasta el desarrollo de aplicaciones revolucionarias, la IA está redefiniendo el panorama empresarial. Los inversores ven esto como una oportunidad para respaldar proyectos novedosos y formar parte de la creación del futuro. Además, la IA tiene el potencial de mejorar la eficiencia y reducir costos en las operaciones comerciales, lo que puede llevar a beneficios significativos en términos de productividad y rentabilidad. No podemos dejar de lado que, en los últimos meses, quizá ha habido una mayor divulgación mediática de algunas de sus aplicacio-



Steve Johnson/Unsplash

nes, y de inversiones de miles de millones de dólares por parte de importantes empresas del sector tecnológico. En enero pasado, se anunció que Microsoft invertiría \$10,000 millones en la empresa ChatGpt, en una alianza con OpenAi. Esta alianza ha tenido gran visibilidad por parte de los inversionistas y ha puesto esta temática como protagonista a la hora de solicitar ideas de inversión.

¿Podrías mencionar algunos ejemplos de qué empresas están liderando el camino en invertir en AI?

Por un lado, están las empresas que han venido investigando e invirtiendo en desarrollo de la propia IA, y por otro lado otras empresas que están en una carrera continua de aprovechar los beneficios al implementar esto en sus servicios. Es importante diferenciar esto a la hora

de entender y analizar una estrategia de inversión en este apasionante mundo. Empresas que se destacan en el campo de la Inteligencia Artificial como por ejemplo Nvidia, utiliza sus unidades de procesamiento gráfico para aplicaciones de IA y ha sido fundamental en el desarrollo de la tecnología de conducción autónoma. Meta, anteriormente conocida como Facebook, ha incorporado IA en sus plataformas de redes sociales para mejorar la experiencia del usuario. Tesla utiliza IA en sus vehículos autónomos para mejorar la seguridad y la eficiencia en la conducción. Microsoft ofrece servicios de IA a través de su plataforma Azure, que permite a las empresas desarrollar soluciones innovadoras basadas en IA. Estas son solo algunas de las muchas empresas que están impulsando el avance de la IA en diferentes sectores.

Mencionas que empresas como Apple y Amazon están aprovechando los beneficios de esta tecnología en sus productos y servicios. ¿Podrías expandir más sobre esto?

Aunque Apple y Amazon no están directamente involucradas en el desarrollo de tecnologías de IA, ambas compañías están utilizando la IA para mejorar la experiencia del usuario. Por ejemplo, los dispositivos iPhone y iPad de Apple utilizan IA para funciones como Siri y Face ID, que permite a los usuarios interactuar de manera más intuitiva con sus dispositivos. Amazon utiliza IA en su plataforma de comercio electrónico para impulsar características como las recomendaciones de productos y los precios personalizados, lo que mejora la experiencia de compra de los usuarios. Otras empresas que están también en esta línea de aprovechar las funcionalidades de la IA, son ya conocidas en el sector, como por ejemplo, Oracle, Salesforce, Adobe e incluso el gigante Google.



LA IA TIENE UN
POTENCIAL
SIGNIFICATIVO PARA
TRANSFORMAR
EL MUNDO EN
DIVERSAS ÁREAS,
DESDE MEDICINA
HASTA AGRICULTURA,
ENERGÍAS
RENOVABLES Y
SEGURIDAD”.



¿Puedes compartir alguna idea de inversión o a través de qué productos podemos invertir en IA?

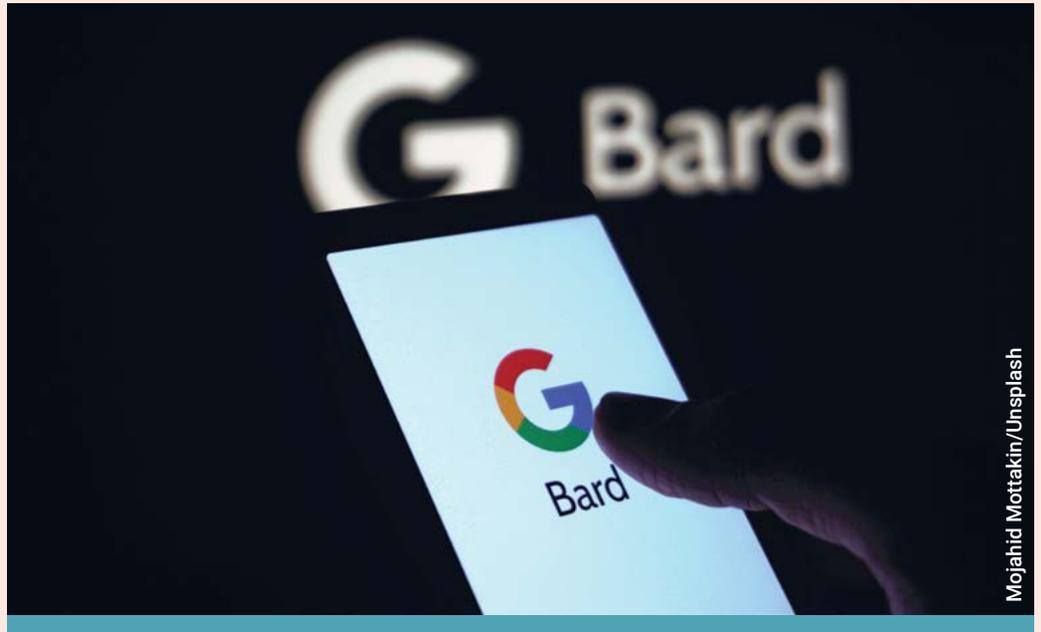
Existen ETFs en el campo de la Inteligencia Artificial, como BOTZ, ARKQ, IRBO, entre otros, que permiten invertir en empresas relacionadas con esta tecnología. Los ETFs son fondos de inversión que se negocian en bolsa y brindan diversificación al incluir acciones de diferentes compañías. Antes de invertir en un ETF, es importante investigar y comprender su estructura, estrategia de inversión y rendimiento histórico. También es crucial evaluar el perfil de riesgo y los objetivos de inversión personales antes de tomar una decisión.

¿Cómo crees que la inteligencia artificial puede afectar el empleo y los puntos de trabajo en el futuro?

La IA puede impactar el empleo al automatizar tareas repetitivas, pero también puede crear nuevas oportunidades laborales. La mejora de la productividad y eficiencia en varios sectores puede impulsar el crecimiento económico y generar empleos relacionados con la IA. Sin embargo, los trabajadores deben adaptarse y adquirir nuevas habilidades para aprovechar estas oportunidades. La capacitación y educación son clave para enfrentar los desafíos y aprovechar el potencial de la IA en el mercado laboral.

¿Cómo ves a la inteligencia artificial y su impacto en los próximos 10 años?

La evolución de la IA dependerá de avances tecnológicos, decisiones políticas y factores sociales. En 10 años, la IA tendrá un papel más importante en nuestras vidas y en la sociedad. Veremos avances en aplicaciones específicas como medicina, agricultura, energías renovables, movilidad urbana y seguridad. La IA mejorará la experiencia del usuario con asistentes virtuales más inteligentes y personalizados. También impulsará la automatización laboral y la eficiencia. La ética y la go-



Mojahid Mottakin/Unsplash

bernanza serán importantes para abordar desafíos éticos y sociales.

¿Cuál será el impacto de la inteligencia artificial en el mundo según tu perspectiva?

La IA tiene un potencial significativo para transformar el mundo en diversas áreas. En la medicina, por ejemplo, la IA puede mejorar el diagnóstico y tratamiento de enfermedades, así como acelerar la investigación médica. En el ámbito empresarial, la IA impulsa la automatización de procesos y el análisis de datos para una mayor eficiencia y personalización.

La IA también cambia nuestra interacción con la tecnología a través de asistentes virtuales y sistemas de reconocimiento de voz. Estas aplicaciones mejoran la eficiencia en nuestras vidas diarias y en los procesos industriales.

Sin embargo, es importante abordar los desafíos éticos y preocupaciones asociadas con la IA, como la privacidad de los datos y el impacto en el empleo. La implementación responsable de la IA debe garantizar la ética en su uso y abordar estas preocupaciones para construir un futuro equitativo y beneficioso.

¿Cuáles son los riesgos asociados con la inversión en Inteligencia Artificial?

Es importante tener en cuenta que la inversión en Inteligencia Artificial conlleva riesgos. Uno de los principales desafíos es la falta de regulación y ética en el uso de la IA, lo que puede plantear preocupaciones en términos de privacidad y seguridad. También existe el riesgo de una sobrevaloración excesiva de las empresas de IA, lo que podría llevar a una burbuja especulativa en el mercado.

Para abordar estos riesgos, es crucial realizar una investigación exhaustiva antes de invertir y comprender tanto las capacidades como las limitaciones de la IA. Es importante evaluar la solidez de las empresas en las que se considera invertir, su historial de implementación exitosa de la IA y su enfoque en la ética y la transparencia. Además, diversificar la cartera de inversiones puede ayudar a mitigar los riesgos asociados con un solo sector o empresa de IA.

En resumen, invertir en Inteligencia Artificial puede ser una oportunidad emocionante, pero también es esencial abordar los riesgos de manera equilibrada, investigar adecuadamente y tomar decisiones informadas.

ADP / Asociación de Directoras de Panamá

RUTA HACIA UN GOBIERNO CORPORATIVO



**Virginia Matos
de Barría**
CEO Grupo
Tzanetatos / MBA

La transformación de una empresa local con un legado familiar de más de 60 años de historia, hacia un gobierno corporativo, resultó un gran desafío y al mismo tiempo una gran oportunidad de aprendizaje sobre los procesos y rutas que se deben seguir para lograr los objetivos trazados.

En esta ocasión, compartiré algunas consideraciones valiosas para aprovechar al máximo esta transformación, partiendo de una visión de la empresa en los próximos 5 años.

ESTABLECER LA RUTA DE CAMBIO

Identificar las personas claves (internas y externas) que van a acompañar el proceso de cambio. Luego, establecer el rumbo a seguir: metas, un esquema flexible de tiempos con seguimientos semanales, debida diligencia en la estructura societaria y ajustes necesarios, simplificar procesos, armar la estructura organizacional de manera clara y fácil de comunicar.

AGREGAR VALOR A LA SOCIEDAD

Las acciones de la empresa pasan por un proceso de transformación donde, sin dejar de hacer filantropía, se enfoca en un autoanálisis y mediciones de resultados observados en el cambio de la comunidad. Más que una estrategia de RSE, es la ruta que la empresa se fija como norte con enfoque estratégico en áreas que serán claramente identificadas por cada uno de los colaboradores.

DESARROLLO DE LA CULTURA

El conjunto de valores, creencias, hábitos, tradiciones, actitudes y experiencias de una organización y sus miembros, tiene como común denominador a “el colaborador”, por eso el enfoque en las personas es clave. Es necesario invertir en ambientes mejorados en favor del colaborador donde los beneficios de la nueva estructura apoye al cambio de comportamiento, hábitos y promueva los valores de la empresa.

SINERGIA ENTRE ÁREAS

Una empresa familiar que se transforma hacia el gobierno corporativo tiene la posibilidad de cambiar el enfoque, crear sinergias entre diferentes áreas para lograr un objetivo o meta en común en beneficio de todos en la organización. En este sentido resulta valioso establecer indicadores de desempeño alineados a estas sinergias y apoyar con capacitación y herramientas de trabajo colaborativo como Design Thinking.

SEGUIMIENTO

Una transformación con objetivos claros requiere de un seguimiento y acompañamiento permanente, iniciando con los líderes de la organización. Es de suma importancia que estén alineados, para luego transmitir a todos los niveles. Es clave establecer objetivos concretos y acordados, líneas de tiempo y métricas de seguimientos, que permitan transitar sosteniendo lo mejor de la historia y cultura empresarial, con una mirada puesta en las oportunidades del futuro.

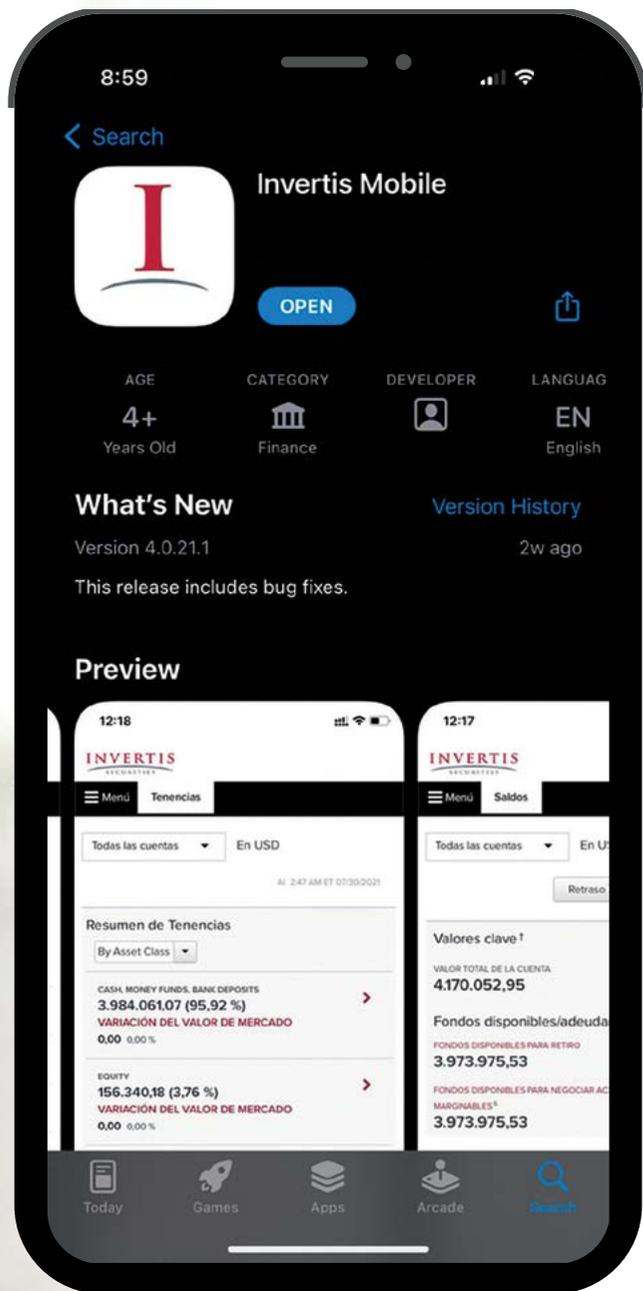
INVERTIS

SECURITIES

Grupo UniBank



Gestione su Portafolio de Inversiones desde Invertis Mobile



Con tu cuenta de inversión tendrás acceso a **nuestra App**

- 📘 Fácil de usar
- 🕒 Opera en tiempo real
- 📰 Información actualizada
- 🛡️ Respaldada por :



 [invertissecurities.com](https://www.invertissecurities.com)
 (507) 214-0000
 @invertis.securities

LA CASA DE WANDA



Wanda Díaz es una rueda de agua impulsada por energía solar e hidráulica que recolecta y remueve los desechos sólidos del río Juan Díaz. Desde su inauguración en septiembre de 2022, ha recolectado más de 100,000 libras de desechos, incluyendo 20,000 libras de plástico reciclable.

La campaña Wandatón de Marea Verde busca donaciones para alcanzar su ambicioso proyecto 'La Casa de Wanda'.

Con el fin de sensibilizar a la población panameña sobre la importancia de mitigar la alarmante contaminación de ríos y mares, Marea Verde ha lanzado WANDATÓN, una campaña de recaudación de fondos con el propósito de construir y equipar “La Casa de Wanda”, un Centro Interactivo Ambiental. Este centro desempeñará un papel fundamental al crear conciencia entre la población sobre la urgente necesidad de mitigar la contaminación en los cuerpos de agua de Panamá.

El punto central de esta iniciativa es crear un espacio interactivo donde los visitantes puedan aprender sobre temas ambientales a través de experiencias educativas inmersivas.

La Casa de Wanda tendrá como objetivo educar a los visitantes sobre los desafíos ambientales y servir como un punto de encuentro educativo, informando a los visitantes sobre el problema de la contaminación en Panamá y en el mundo. La casa estará abierta a estudiantes, comunidades, científicos, empresas, turistas y otros grupos, y les brindará talleres, charlas, actividades y experiencias directas del ecosistema del manglar y la actividad de la rueda de agua de Wanda.

“Somos muy conscientes de que una sola acción no resolverá el problema”, asegu-



Marea Verde
es una asociación sin fines de lucro que desde 2017 toma acción y crea conciencia en cómo mitigar la contaminación por desechos sólidos en los ríos y costas de Panamá.

CIFRAS ALARMANTES. SEGÚN INFORMES DEL MINISTERIO DE AMBIENTE DE PANAMÁ (2021) Y DEL BANCO MUNDIAL (2019), SE ESTIMA QUE PANAMÁ LIBERA MÁS DE 100,000 TONELADAS DE DESECHOS ANUALMENTE AL MAR, LO QUE EQUIVALE AL VOLUMEN DE UN BUQUE POST PANAMAX PLUS CARGADO A TOTAL CAPACIDAD CON BASURA.

■ **WANDATÓN.** Los fondos recaudados por Yappy serán duplicados hasta \$100,000 por Banco General, para hacer de este valioso proyecto una realidad.

■ **DONACIONES.** Por cada donación recibida al Yappy @mareaverdepanama hasta el 22 de septiembre será igualada hasta \$100,000 dólares por Banco General.

ra Mirei de Heras, presidenta de la junta directiva de Marea Verde. Su enfoque holístico incluye Wanda Díaz, así como la promoción y reforma de políticas con el gobierno local y otros actores relevantes, y programas de alcance comunitario para impulsar la educación y el cambio de comportamiento. Marea Verde demuestra a los panameños y al mundo que este problema aparentemente intratable puede ser combatido en su origen.

EXPERTOS EN AUDITORÍA



ROMÁN QUIRÓS, ÖZGUR DEMIRDÖVEN, ANGEL PINZÓN
SOCIO ORG - VP EJECUTIVO COMERCIAL GLOBAL - SOCIO DIRECTOR ORG



ORG Audidores Independientes, S.A. desde el año 2017, es miembro de Allinial Global, Asociación de firmas independientes de contabilidad y asesoría donde se crean comunidades que cultivan la colaboración y fomentan asociaciones estratégicas que amplían las capacidades ayudando a los clientes a convertir su visión en realidad.

MIEMBROS DE LA RED GLOBAL







DEBUTANTES 2023

MAGIA Y ESPLENDOR SE VIVIÓ EN LA 67ª EDICIÓN DEL FESTIVAL DE DEBUTANTES 2023, ORGANIZADO POR LA ASOCIACIÓN DE DAMAS GUADALUPANAS DE PANAMÁ.

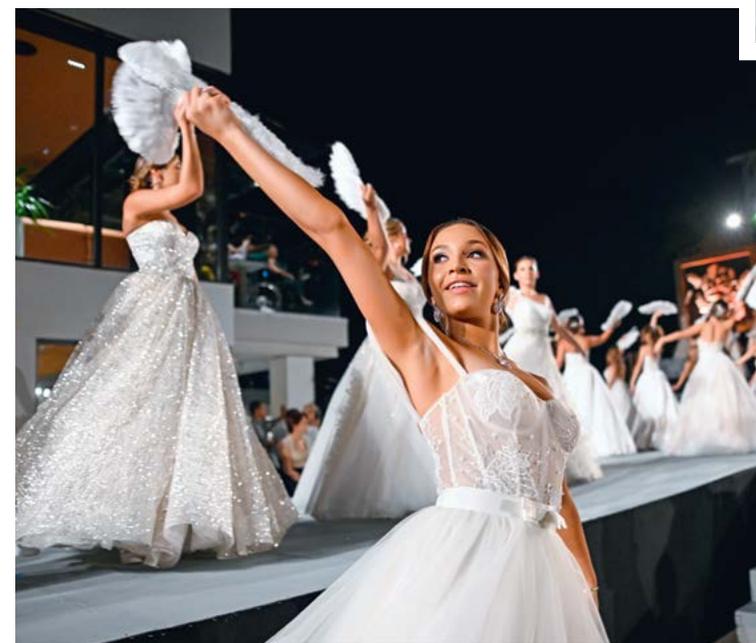
En esta edición participaron 64 señoritas con sus hermanitas y caballeros. La señorita Camila Isabel Fábrega Márquez, quien estuvo acompañada del joven Juan Raúl Méndez Varela, fue coronada reina del festival. Las debutantes es la actividad primordial y que más fondos genera para que la Asociación pueda llevar a cabo sus diversos programas de ayuda social.

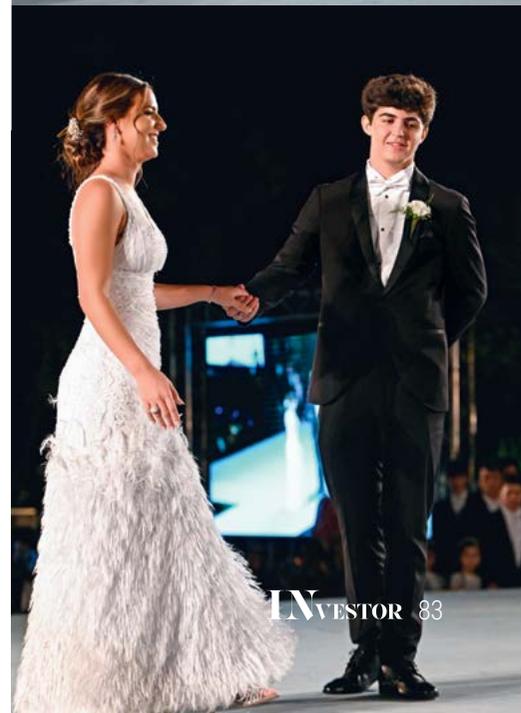
FOTOS: Jairo Coumelis



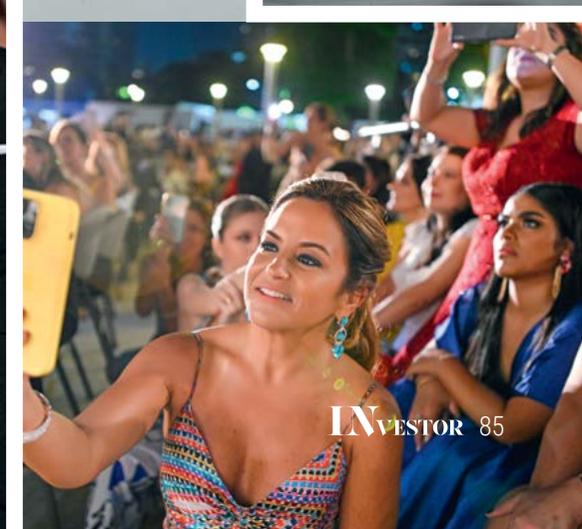
















BODA GARCÍA DE PAREDES ESTÉVEZ

EL 13 DE MAYO DE 2023 CELEBRARON SU UNIÓN MATRIMONIAL VALERIA ESTÉVEZ GARRIDO Y MARIO GARCÍA DE PAREDES ESTRIFEAUT EN CASA VERANDA.

EL VESTIDO DE NOVIA FUE UN DISEÑO ORIGINAL DE WONÁ NUEVA YORK Y MODIFICADO CON UNA MODISTA LOCAL PARA ADAPTARLO AL ESTILO ÚNICO Y ORIGINAL DE LA NOVIA.

MAQUILLAJE Y PEINADO: Hairarchy | DECORACIÓN: Festieventos
LUGAR: Casa Veranda | MÚSICA: Truenos y Relámpagos / Orquesta Café | COORDINACIÓN Y DISEÑO: Simi Benzadon y Melanie Coltán, de Trust Events | DULCES: Betzabé







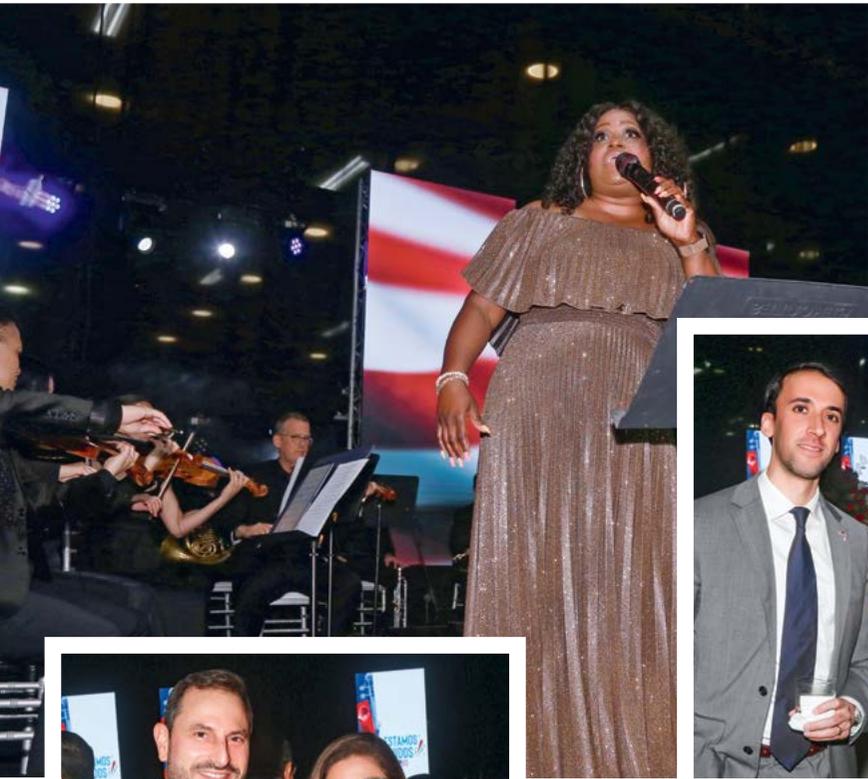


'ESTAMOS UNIDOS TOUR'

La Embajada de Estados Unidos en Panamá llevó a cabo una serie de conciertos gratuitos denominados "Estamos Unidos Tour" para conmemorar su independencia. Para el lanzamiento de este tour, se celebró una velada muy especial en el BIOMUSEO con personalidades influyentes de la sociedad panameña y un concierto protagonizado por la orquesta American Pops, traída especialmente para el tour; Samy y Sandra Sandoval y Cienfue.

FOTOS: David Mesa





MORGAN & MORGAN



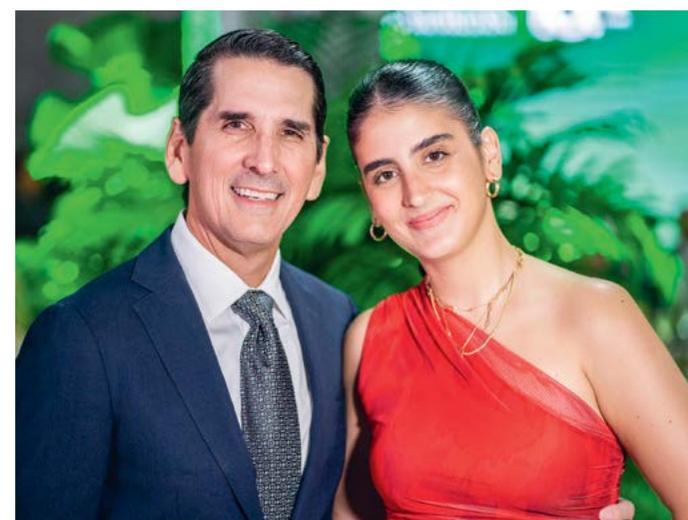


100 AÑOS.

Morgan & Morgan celebró un centenario de trayectoria brindando servicios legales integrales en Panamá. Una historia que comenzó en 1923 con su fundador don Eduardo Morgan Álvarez, y que continuaron sus hijos Eduardo y Juan David, con la dinámica de renovar continuamente la firma hasta convertirla en una organización multidisciplinaria para atender a sus clientes de manera integral. La velada reunió a todo el equipo, colaboradores y clientes que celebraron y brindaron por este gran logro.











Ergonofis/Unsplash

LO MEJOR DE DOS MUNDOS



Por **ROBERTO JANA**
Gerente corporativo
de Recursos Humanos
SONDA

EQUILIBRIO

La modalidad de trabajar desde casa trajo consigo múltiples beneficios, como un mayor equilibrio entre la vida laboral y la personal. Sin embargo, la presencialidad ayuda a que los trabajadores se adapten con mayor facilidad al trabajo y adquieran conocimientos con mayor rapidez, lo que genera ambientes más flexibles e innovadores.

ES UN HECHO QUE LA PANDEMIA CAMBIÓ LA MODALIDAD DE TRABAJO EN LAS EMPRESAS. Frente a un escenario completamente inédito, la capacidad de adaptación fue fundamental para responder a las necesidades de las distintas industrias y también de sus trabajadores.

A pesar de que en algún momento se pensó que la ola de trabajo remoto había llegado para quedarse, en un mundo post Covid se ha producido una migración gradual a la inversa. En el mercado hemos visto empresas como Google, Amazon y Apple, entre otras, que han implementado nuevamente la presencialidad.

Es cierto que el teletrabajo durante la pandemia dio grandes sorpresas. No solo se pudo demostrar que con esta modalidad no disminuyó la eficiencia de los colaboradores, sino que también trajo consigo múltiples beneficios, como un mayor equilibrio entre la vida laboral y la personal.

Entonces, ¿por qué hay una tendencia a volver a la presencialidad? Según el estudio realizado por la Fundación para la Transferencia Tecnológica (UNTEC), en colaboración con distintas instituciones, cerca del 40 % de las organizaciones encuestadas están exigiendo a sus empleados ir de manera presencial al menos dos veces por semana.

Solo por dar un ejemplo, el Reporte de Trabajo Híbrido 2023 realizado por la plataforma de CRM Hubspot reveló que el 40 % de los trabajadores encuestados se comunica de manera más eficiente con sus colegas en formato físico. El informe explica que la presencialidad ayuda a que los trabajadores se adapten con mayor facilidad al trabajo y adquieran conocimientos con mayor rapidez, lo que genera ambientes más flexibles e innovadores. Por otro lado, la promoción de mayor interacción entre los equipos es fundamental para fortalecer la cultura organizacional y el sentimiento de pertenencia.

Mientras que la pandemia nos enseñó que se pueden lograr niveles óptimos de eficiencia desde el hogar, el desafío hoy es lograr equilibrios que también permitan fomentar espacios con mayor colaboración, innovación y pasión, atributos que requieren interacción entre las personas. Las empresas que rescaten lo mejor de ambos mundos, el presencial y el virtual, tendrán una ventaja competitiva en su industria.

ASÍ & ASÁ

Sabrán que yo soy muy observadora. O sea yo veo y veo y observo y zas, mi mente da vueltas, retrocede, adelanta y regresa. Y yo ahí sentada, donde sea, tranquila, pensando.



MÓNICA GÚZMAN ZUBIETA
@monicaguzmanzubieta

Realmente no pienso en nada concreto, pero la verdad que me inspira el día a día.

El otro día, por ejemplo, salí a desayunar con mi sobrino. El Mr. y mis hijos estaban de viaje, y él estaba *homealone*. Así es que nos unimos para desayunar un domingo en familia. A modo casual.

Él tuvo una lesión montando bicicleta a principio de año y se rompió el brazo en sopotomil pedazos. Entonces, tuvo que dejar su equipo de fútbol por la temporada completa. Hubo drama al principio, pero luego él iba solito al gimnasio, entrenaba piernas y regresaba. En los fines de semana asistía a los juegos de fútbol de sus amigos y primo. Disfrutándolo acorde.

¿Qué resulta? Pues resulta que su equipo, por primera vez en la historia, llega a la final. Contra el equipo campeón. Algo nunca antes experimentado. La escuela, los padres de familia, los jugadores, todos emocionados en la final.

Mi sobrino va a la final como observador. Me cuenta que vió al amigo tal, y que equis metió gol, y que no sé cuál lo hizo muy bien también. Y mientras que me explica todas

las jugadas (porque los *teenagers* no hablan, pero cuando se expresan eso es como si les hubieras metido \$5 a la rocola en 1965 cuando todo costaba 5 centavos. Así es que hay que dejarlos terminar).

Mientras que él habla #Asi&Asa yo estoy mirándolo y escuchándolo, y le pregunto si ese era el equipo donde él estaba supuesto a jugar. Y me dice: Sí. Y le preguntó: ¿Cómo te sentiste al verlos a todos entrar a la final sin ti?

Me dice: Bien, normal, no me importó tanto. Ya tendremos otras finales.

Yo claramente quedo con el café a medio tragar. ¡Cuánta madurez! Así es que le digo: Querido, sabes que tienes una inteligencia emocional SUPERIOR. Y eso se tiene o no se tiene. Es como ser bueno en química. Naces con eso. Sin embargo tener INTELI-

QUERIDO, TIENES
UNA INTELIGENCIA
EMOCIONAL
SUPERIOR... Y ESO
SE TIENE O NO SE
TIENE, SABRÁS...

GENCIA EMOCIONAL es más importante y más útil en esta vida, que saber matemáticas, química o inglés. Créeme.

Y me responde: ¡Ah, no sé de eso *manina*, porque esta semana gané 2.5 en matemáticas. Y me castigaron.

Y yo le respondo cual *coach* espiritual de vida:

Ahorita la vida es ASÍ. Que toca seguir el camino trazado y ganar los premios estipulados. Sin embargo, cuando creces, te das cuenta de que en verdad la vida es ASÁ. Y que entre más te entiendas a ti mismo y más logres adaptarte usando tu inteligencia emocional, más feliz serás y más exitoso te sentirás. Podrás ser feliz tú, y los que te rodean. Y eso querido, NO HAY SUMA NI PROBLEMA MATEMÁTICO QUE LO SUPERE.

Y ahí continuamos comiéndonos la carimañola, waffle y helado que pedimos para desayunar.

Un evento clandestino por falta de hijos, zas, quedé con sabiduría de vida.

Besos Tatum, ¡te quiero, eres grande!

La campeona de la temporada soy yo, que tuve el placer de desayunar contigo.



¡Ya son **39 años**
formando parte
de la familia panameña!

Ingresa a nuestra página web

www.poppys.com

O visita cualquiera de
nuestras sucursales:

Multiplaza
302-5354

Albrook
302-1095

Metromall
834-7303

Market Plaza
246-2755



BOTTEGA VENETA