

# EL CHIRA EMPRENDE

REVISTA DE EMPRENDIMIENTOS

VI EDICIÓN

EDICIÓN POR EL  
MES DE LA

*Mujer*

**PERDER EL MIEDO**

ES EL PRIMER PASO

BY  
FRANZIA  
CHAFLOQUE

- CATEDRAL DE -

Piura





# Contenidos



05

17 Años, madre y levantando un sueño

06

Emprender con impacto social

07

El verdadero significado del #8M

08

Apostando por una alimentación sana en Piura



10

Pasos gigantes de una pequeña emprendedora

12

Emprender con un cómplice de la mano

13

El papel de la mujer: Del ayer al hoy

14

Emprendedora



21

Trabajar y emprender al mismo tiempo:  
Ada Alama Alameda

22

Entrevista

EL CHIRA  
EMPRENDE

EQUIPO CREATIVO

CREAAD  
MARKETING DIGITAL

REDACCIÓN

Roxana del Rosario Vásquez Palacios

FOTOGRAFÍA

Anthony Chafloque Caicedo

DISEÑO

Vanessa García Zapata

VENTAS Y DISTRIBUCIÓN

Deivis Shamir Carrillo Jaramillo

Jhosmer Carrillo Jaramillo

EL Chira Emprende

f /Elchiraemprende

@Elchiraemprende

www.elchiraemprende.com

hola@elchiraemprende.com

947 219 434

## 17 AÑOS, MADRE Y

# Levantando un Sueño



Yuliana Ordinola Morante no solo es una joven madre de 24 años, también es la dueña de "Tarjetas para ti", un emprendimiento que ofrece una variedad de diseños en tarjetas, todas personalizadas y con detalles únicos. El año pasado "Tarjetas Para Ti" se constituyó como empresa, habilitó pedidos corporativos e innovó con nuevos productos como, por ejemplo, arreglos con rosas, álbumes, cajas temáticas, libretas, papelería personalizada para cumpleaños y sublimado. Aunque, aquí no termina todo porque debido a su éxito en los productos que ofrece, Yuliana también dicta talleres de verano para niños del Colegio de Ingenieros de Piura.

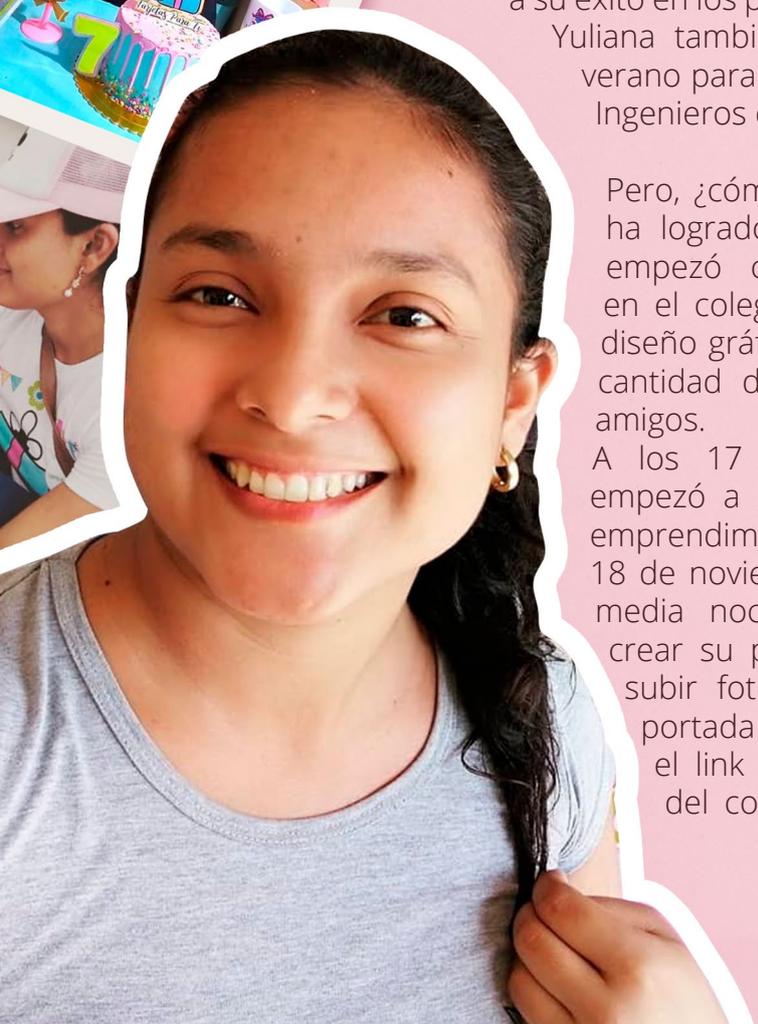
hasta que, un año después de crear su página se enteró que su bebé venía en camino.

"No fue fácil ser mamá a los 18, sobre todo cuando muchos me decían que no podría seguir emprendiendo, que había truncado mi vida...", cuenta Ordinola. Pero, haciendo caso omiso, Yuliana hizo invitaciones, recuerdos, decoraciones... para los eventos de preparación para el nacimiento y hoy, luego de seis años, Yulina sigue demostrando que su bebé nunca fue un obstáculo, que si quieres algo se puede lograr y que su niño, para ella, es su mejor impulso y energía. "Con su llegada también se abrieron nuevas oportunidades para seguir adelante", comenta.

Pero, ¿cómo con solo 24 años ha logrado tanto? Su historia empezó cuando ella estaba en el colegio. Ahí aprendió de diseño gráfico y hacía una gran cantidad de tarjetas para sus amigos.

A los 17 años, en el 2013 empezó a gestarse la idea del emprendimiento. Pero, fue un 18 de noviembre del 2013, a la media noche cuando decidió crear su página en Facebook, subir fotos, crear su logo y portada y, finalmente, enviar el link a todos sus amigos del colegio. Todo iba bien

A otras emprendedoras que estén pasando por lo mismo que Yuliana ella les recomienda que crean en sí mismas, en sus ideas y sus productos o servicios. También, que sea perseverantes. Antes las dificultades, siempre, en sus palabras, se debe seguir luchando y "ver todo son miedo".



# Emprender con *Impacto Social:*

## La revalorización de la mujer artesana en Catacaos



Catacaos siempre ha sido el destino turístico por excelencia para encontrar todo tipo de productos artesanales característicos de Piura. Pero, ¿qué tanto apoyo recibe estos artesanos? En este escenario Maria Fernanda Checca Seminario busca revitaliza la artesanía piurana a través de la creación y personalización de carteras y sombreros hechos a mano.

Maria Fernanda cuenta que, en Catacaos, pese a la formalización de algunas asociaciones, no es suficiente para que las artesanas lleguen al sueldo mínimo.

Es así que, en el 2017, se propuso a aportar desde su posición y crear Amélie Checca donde, desde hace tres años trabaja con una familia para hacer productos en paja toquilla, la familia de la señora Irene Olivares.

Para la creadora de Amélie Checca proyectos como el suyo no solo venden, sino que, además, difunden cultura y hace que las artesanas sean embajadoras de marca.

¿Los planes de las artesanas y de Maria Fernanda? El siguiente paso es terminar el registro de la marca Amélie Checca, seguir expandiéndose para dar trabajo a más artesanas y seguir trabajando con ellas mediante la enseñanza mutua.

Tal y como dice la joven emprendedora, ella aprende a tejer de la mano de Irene y, la artesana obtiene oportunidades de crecer en negocio. Así, continúan ambas de la mano.



# EL VERDADERO SIGNIFICADO DEL

# #8/M

Desde el 1975 cuando las Naciones Unidas consagró al 8 de marzo como el Día Internacional de la Mujer, en todo el mundo se viene conmemorando esta fecha como un símbolo de lucha, honradez, respeto y valentía. ¿Cómo surgió este día? Luego de un trágico incendio donde muriendo 129 mujeres obreras que era sometidas a abusos patronales y deplorables condiciones laborales.

En este contexto, las Naciones Unidas, en el marco de su política mundial por la defensa, promoción y difusión de los derechos humanos, ha

producido una ardua legislación internacional en defensa de los derechos de la mujer y de los niños y niñas.

Al día de hoy, 173 años después del nacimiento del movimiento por los derechos de la mujer en Estados Unidos ha ocurrido una reflexión no solo sobre el rol que la mujer progresivamente ha venido desempeñado en la sociedad, sino, también, en el tratamiento que se le ha dado y el rol del Estado en función a la mujer y a las niñas.

Pese a que parezca que, con la participación y liderazgo de muchas empresas o líderes, las mujeres se encuentran en mejor posición que antes, aún no tienen suficiente representación en la vida pública y la toma de decisiones; así lo refleja el reciente informe del Secretario General de las Naciones Unidas. Las mujeres son jefas de Estado o de gobierno en 22 países, y únicamente el 24,9 por ciento de los parlamentarios nacionales son mujeres. Al ritmo de progreso actual, la igualdad de género entre jefas y jefes de gobierno tardará otros 130 años.

En ese sentido, cabe cuestionarse, ¿qué es lo que está pasando? ¿Por qué continúan las faltas de respeto? ¿Por qué una mujer no puede caminar tranquila en la calle? ¿Es que aún no es suficiente con pensar que todas las personas merecen respeto? de gobierno en 22 países, y únicamente el 24,9 por ciento de los parlamentarios nacionales son mujeres. Al ritmo de progreso actual, la igualdad de género entre jefas y jefes de gobierno tardará otros 130 años.

Cuando la Asamblea General de las Naciones Unidas proclamó el año 1975 como el Año Internacional de la Mujer atrajo la atención de la comunidad internacional para dar a conocer al mundo que la mujer es más que un simbolismo, es una presencia real, necesaria e indispensable para el bienestar de todas las naciones en el mundo. ¿Lo entendemos?



*Dalila y  
Naturella*



# APOSTANDO POR UNA ALIMENTACIÓN SANA EN PIURA

Hasta hace poco el concepto de comida fast - food solo estaba relacionado y reducido para aquello que se encontraba dentro de lo considerado "chatarra". No obstante, la preocupación por la salud, el bienestar y, sobre todo, por el cambio en el gusto de los consumidores, ha llevado a que surjan nuevos conceptos de fast-good donde se combina la pronta atención con comida sana y nutritiva.

En este contexto se viene gestando desde febrero Naturela, un emprendimiento de comida saludable fundado por la chef Dalila García Jiménez quien siempre se ha dedicado a trabajar en el rubro de la comida saludable.

Según cuenta Dalila, en enero del 2020 fue gestando en su cabeza la

oportunidad de poder independizarse laboralmente y trabajar para ella misma, en algo que sabía hacer y en lo que tenía experiencia, ¿qué podría ser? Claro, Naturela que, precisamente, lleva ese nombre pensado en la naturaleza, la comida sana y la combinación de ambos términos.

Al principio, Dalila comenzó vendiendo postres saludables de Naturela a amigos de ella que hacen ejercicio. Todos eran postres bajos en calorías y elaborados artesanalmente por ella misma. "Mis postres son bajos en calorías. Yo elaboro la mantequilla de maní, el manjar de panela, leches naturales, jaleas de frutas y más", cuenta la chef.

Si bien en un inicio Dalila sentía miedo de cómo resultaría su aventura construyendo su propio camino empresarial, agradece que sus postres hayan tenido una acogida satisfactoria y así su emprendimiento pueda ir creciendo.

En un futuro, quiere consolidarse en el rubro de los postres saludables y crear conciencia de que la comida saludable no es aburrida ni tiene sabor raro, sino que puede ser deliciosa y muy solicitada.



# PASOS GIGANTES DE UNA *Pequeña Emprendedora*

La mayoría de emprendedores comienzan con sus proyectos cuando cumplen la mayoría de edad o algunos, incluso, después de haber tenido varias experiencias laborales, pero ninguno de los dos es el caso de Giordana Medina Quelopana. Ella, a sus 10 años, siendo estudiante del quinto grado de primaria y sin planearlo, empezó su emprendimiento de postres llamado "Las tortas de Giordy".

Giordana nos cuenta que ella comenzó haciendo kekes durante la pandemia como una forma de distracción del confinamiento y las clases virtuales, viendo tutoriales en internet pero que no todo fue fácil. Tal y como se suele escuchar, las cosas buenas traen mucho esfuerzo y trabajo constante. Según Giordana, lo que más le contó en su proceso de

aprendizaje fue tomar las medidas exactas para hacer sus tortas. Luego de ver tutoriales en YouTube y sola en casa, Giordana hizo su primera torta. "Fue una de naranja y aunque me demoré toda una tarde no me salió muy bien, estaba empezando", cuenta. Además, dijo que le costó mucho batir pues no usó batidora, solo su brazo.

Pero, como muchos dice, la práctica hace al maestro y lo mismo sucedió con la pequeña repostera y dueña de "Las tortas de Giordy". Tras muchas pruebas y errores, pese a que su hermano mayor se reía cada vez que le salían las tortas crudas, Giordana fue superándose. Y, su mamá, al ver el interés de Giordana por la repostería, le regaló su primera batidora. "Las dificultades las fui superando ya con la práctica. Tomaba mis medidas y mi mamita, antes del cumpleaños de mi abuelita, me compro una batidora".

Las tortas



de Giordana resultaron tan solicitadas que fue haciendo más para más clientes de todas las edades y para muchas ocasiones, siendo las de tres leches las más solicitadas y su especialidad. Y, ¿el colegio? Ser emprendedora requiere de mucha dedicación y tiempo, pero Giordana, como se mencionó anteriormente, es una pequeña de 10 años.

La pequeña repostera, siguiendo el ejemplo de su mamá, quien estudiaba y trabajaba mientras estaba en la universidad, planea seguir recibiendo pedidos mientras continúa en clases, claro que contando con el apoyo y permiso de sus papás pues, como afirma, si descuida los estudios su carrera como repostera podría correr peligro.

El plan de Giordana es compatibilizar su tiempo en el colegio así: tener clases escolares por las mañanas, hacer tareas por la tarde y por las noches, si es que tiene pedidos pendientes, hacerlos. Además, durante la semana planea preparar tortas, y todos los viernes y sábados vender por porciones. Pero, no solo eso,

sino que, paralelo a sus clases escolares, la dueña de “Las tortas de Giordy” está tomando cursos de repostería de forma virtual.

Si bien, al inicio Giordana tenía miedo, pensaba que como le salían mal, nunca iba aprender, con mucha constancia, ganas y práctica logró superar sus nervios y hacer tortas cada vez más perfectas de forma más seguida. En unos años, la pequeña emprendedora quiere seguir creciendo con su emprendimiento hasta llegar a tener su propia pastelería, especializándose en tortas tres leches de varios sabores. “Ya empecé con la torta tres leches de chocolate y me va súper bien”, aclara. Para Giordana se trata de vencer obstáculos con el apoyo de sus papás y así ser una pastelera reconocida.



# Emprender

## CON UN CÓMPLICE DE LA MANO

Lourdes Sisniegas Linares (docente de Lengua Inglesa) y Patricia Gives Palacios (Traductora e Intérprete) son dos socias que han formado IlluBrain English Academy, una academia de idiomas para enseñar a estudiantes de todas las edades. Pero, no solo eso, sino que lo hicieron en medio de una pandemia. En este escenario tan crítico, ¿qué tanto pudieron entenderse y poder hacer de IlluBrain English Academy una academia con más de 70 alumnos en solo un año?

A inicios del 2020 las amigas, en camino a convertirse a socias, buscaban algo propio, que estuviera relacionado a lo que les gusta y en lo que son buenas. Contaban con la metodología, el material, los contactos, los profesores, las ganas, el alquiler y... ¿luego? En el camino hacia la sociedad llegó una cuarentena. Yes justo en ese momento, como explican ambas socias, que valoras tener a alguien que entiende por lo que pasas, y que está

listo para darlo todo y no dejarte caer.

En este sentido, aconsejan que cuando se piense en montar un negocio con un socio se tenga en cuenta a aquella persona que brinda confianza y seguridad. Alguien responsable, con metas claras, trabajador. "Porque empezar un negocio requiere de mucho esfuerzo, dedicación, constancia y un equipo donde todos deben poner su granito de arena", explican.

Con el tiempo fueron ganando la confianza de los estudiantes, saliendo de su zona de confort, aprendieron a usar más herramientas digitales y más técnicas para captar la atención de los alumnos, entre otras cosas.

¿Recomendación para quienes desean asociarse? "Just do it! Háganlo", afirman. Pues según las dueñas de IlluBrain English Academy, muchas veces, dos cabezas piensan mejor que una.



# EL PAPEL DE LA MUJER:

## *Del Ayer al Hoy*

El 8 marzo Día Internacional de la Mujer, reivindica y especialmente recuerda con admiración y gratitud, a todas aquellas mujeres que lucharon, demandaron, exigieron y transformaron el mundo, arriesgando su propia vida por la lucha de la igualdad de género en todas las facetas: social, político, legal, económico, familiar, entre otros, en un pasado muy difícil y resistente al que vivimos hoy en día.

Si bien, aún falta mucho por recorrer, es innegable que ya hay un camino marcado por las mujeres que han avanzado en

pasos grandes en la historia. Desde los inicios, la mujer era prácticamente un "hombre, pero incompleto y débil". No podían participar en la vida política y ciudadana. No tenían nombre propio, las niñas no deseadas eran abandonadas al nacer y condenadas a la esclavitud si conseguían sobrevivir.

Hoy, en el S.XXI, son muchas las mujeres que cuestionan y preguntan y debaten, sin hallar respuestas, pero eso no es algo negativo, sino, más bien, el reflejo de la experiencia individual de cada una, así como de la riqueza

conceptual y práctica del feminismo como tradición moderna de pensamiento y activismo que cumple casi dos siglos y medio de historia.

Es momento de que todos, tanto hombres como mujeres, no nos durmamos en los laureles. Si bien esta no será la primera ni la última de las luchas, conviene a todos ponerse en el lugar de seguir avanzando hacia el progreso, la bondad, el respeto y la equidad. Solo así, se puede vivir en una sociedad que abra los brazos a todos.



*La marcha para el sufragio femenino en Washington (Marzo -1913)*

Mrs. Paige

Mrs. Morrison

Mrs. Park

Mrs. Webster

Mrs. Pinchot

Miss Clark



“La mayoría temía al dentista y  
me decían que conmigo ese  
miedo se les iba”

*Fransia  
Chafloque*

# PERDER EL MIEDO AL DENTISTA CON UNA SONRISA:

*Franzia Chafloque y su trabajo por la salud bucodental Emprender*

¿Cuestión de otro asunto? ¿Tema de otro mundo? Pues no, el miedo al dentista es real y existe. La odontofobia o miedo al dentista es un trastorno de ansiedad en el que la persona experimenta crisis de angustia o ataques de pánico donde anticipa consecuencias negativas sin que hayan ocurrido.

Esto ocasiona que la mayor parte de personas decidan que la mejor manera de evitar esta situación es no ir a la consulta y termina con serios problemas de salud.

En este escenario, surge la pregunta de cómo contrarrestar esta

situación, ¿qué hacer para poder dar una solución al mencionado problema? Es aquí donde Franzia Anais Chafloque Zapata aporta con su trabajo todos los días y, ¿funciona? Continúa la lectura. En el 2018, Franzia estaba segura de lo que quería hacer, ella vio que había una problemática por resolver en el sector bucodental y quiso aportar desde su parte. "Sabía que quería independizarme y así resolver los problemas bucales de la población", cuenta la especialista.

que también muchos necesitaban pues el sector público, según cuenta, es limitado en cuanto a la atención de los pacientes requerían. Pero, no solo eso. Franzia, logró ver una dificultad que era poco resuelta pero latente: había quienes temían ir al dentista y agravaban su situación.

Es así que Franzia se propuso abrir su propio centro de estética y salud bucodental. De esta forma podría dar mayores

Además, no solo encontró algo que ella quería sino,



facilidades a quienes necesitan de atenciones bucodentales, pero siempre teniendo presente el lado humano, amistoso, cercano y empático para hacer que cualquiera que llegue por su ayuda se sienta cómodo y pierda el miedo a atenderse.

Así fue como creó Denthor: Centro de estética y salud bucodental. El nombre, cabe resaltar, se debe a un dibujo animado que a su hijo le gustaba mucho. Hace 3 años tuvo a sus primeros pacientes, fueron parientes de ella. Desde adultos hasta a niños que llegaban y, debido a la excelente atención que encontraban con Franzia, volvían incluso con dulces y chocolates en agradecimiento.

“La mayoría temía al dentista y me decían que conmigo ese miedo se les iba”, continúa Chafloque.

Hoy, a tres años desde que empezó con Denthor, ubicado en Av. Raul Porras Barrenechea Q47. Urb. Ignacio Merino II Etapa (a espaldas de Real Plaza Piura), Franzia se mueve en siete especialidades muy marcadas: Ortodoncia (Brackets), odontopediatría, estética bucodental, rehabilitación oral, implantología, periodoncia y cirugía maxilofacial En todo este tiempo, la especialista

reconoce que su éxito se debe a que los pacientes pueden encontrar un lugar acogedor donde no solo encuentran una especialidad, sino siete y donde, saben que podrán estar tranquilos, sin miedo y superar su temor al dentista. ¿Qué mejor que eso? Según los pacientes nada, pues, son ellos mismos quienes recomiendan a Denthor.



# LUCE TU MEJOR SONRISA

VERSE BIEN, SENTIRSE BIEN



- ✓ Ortodoncia general
- ✓ Periodoncia
- ✓ Implantes dentales
- ✓ Cirugía bucal
- ✓ Endodoncia
- ✓ Rehabilitación oral
- ✓ Odontopediatría
- ✓ Odontología estética
- ✓ Odontología preventiva

📍 Urb. Ignacio Merino  
Q-47 II Etapa - Piura (a  
espaldas de Real Plaza)

Citas: 📞 947484652





# CONTABILIDAD EN LÍNEA SOMOS TU MEJOR ALIADO



Declaración  
de impuestos



Planillas y  
legislación  
laboral



Asesoría  
y gestión  
empresarial

INFORMES:

945622439



C.E.P.  
NUESTRA  
SEÑORA DEL  
CARMEN DE  
PAÍTA



## ÚNETE A NUESTRA FAMILIA CARMELITA

INICIAL, PRIMARIA Y SECUNDARIA

Carretera Panamericana km 01 Mz D  
Lote 5 - Zona Vivienda Taller

991909823 / 902851985



## TRATAMIENTO DE VANGUARDIA

*Tecnología de primer nivel*



Atención Virtual:

De lunes a sábado  
de 5:30 a 8:00 p.m.



Clínica inmaculada 3º Piso, Sullana



Dra Alejandra deza

954 667 625 | 975 449 147



## TRANSFORMAMOS IDEAS EN NEGOCIOS DIGITALES

CREAAD  
MARKETING DIGITAL

981 126 175

Síguenos en: f y @ in





LAS MEJORES  
**HAMBURGUESAS**  
*Están en Burger House*

920416617



DISFRUTA LAS DELICIAS  
**DE CHICKEN BOX**

969161457



DISFRUTA DE  
**UNA DELICIOSA  
PIZZA**

LO MEJOR EN PIZZAS, LASAÑAS,  
POSTRES Y BEBIDAS



DELIVERY:  
969 161 457



➤ *Todo es mejor con un buen café* ➤

*pizzas - pastas - postres - paninis*

943141879



Pizzas - Pastas - Postres - Paninis

# TRABAJAR Y EMPRENDER AL MISMO TIEMPO:

*Ada Alama Alameda*

Una de las inquietudes más repetidas que muchos experimenta es si se puede emprender y no renunciar a un empleo con salario fijo. Muchos dicen que para poder emprender se debe tener ahorrado al menos un año de salario, sin embargo, eso no es posible para muchos.

Ada Alama es administradora de empresas y dueña de Tienda M&A, el emprendimiento que empezó hace más de dos años y viene liderando a la distancia. Pero, no solo eso, sino que, también divide su tiempo entre lo que es de ella y trabajar part time como cajera en Hiperbodega Precio Uno desde hace un año y ocho meses.

En su tienda M&A, Ada vende regalos novedosos, carteras, joyas y, actualmente, está trabajando con más marcas amigas donde todo es con stock limitado y único. Aunque actualmente el negocio ya se encuentra más consolidado y con una cartera de clientas que confían en la marca no todo empezó así.

En un inicio, todo comenzó con una caja de zapatillas llena de popsockets. Solo con ello arrancó. Hoy ya tiene vitrinas, un lugar para recibir a sus clientas y hasta un almacén, pero, ¿qué tan difícil resultó hacer crecer un emprendimiento y trabajar como cajera

al mismo tiempo? "Aún es un poco difícil ya que para captar mayoría de clientes se debe estar 24/7, no es nada comparable con estar yo y atender a mis clientes personalmente", explica Ada Alama. Para ella, es retador atender por horas, y, como explica, se ve obligada a dejar de atender su celular por cuatro horas.

¿Renunciar? Sí, claro. Emprender y trabajar al mismo tiempo no es sencillo, así lo menciona Ada Alama. "Es agotador mentalmente", pero pese a ello la emprendedora aguerrida sigue dando lucha y, para este año, se encuentra en camino para terminar con su dependencia y dedicarse únicamente a su

emprendimiento, luego de 2 años y 8 meses de arduo esfuerzo.

Al día de hoy ella y su enamorado se pasan la posta para poder atender 24/7 a todos los clientes y de esa forma, les ha ido muy bien. Incluso, agradecen lo bueno y malo que trajo consigo la pandemia. "Tiendas M&A está creciendo y es un gran logro que podemos atender en un espacio que es nuestro", remarca Ada Alama.



## ALEJANDRA JULISSA DEZA MEDINA

Es actualmente una destacada dermatóloga que reside en la provincia de Sullana, desde donde atiende a todos sus pacientes con mucha entrega y dedicación a su trabajo.

# “SER MADRE Y SEGUIR EMPRENDIENDO EN UNA PANDEMIA”

### 1. ¿Cuál es el nombre de su emprendimiento?

Doctora Alejandra Deza Medina – Dermatología clínica, estética y láser.

### 2. ¿Cuántos hijos tiene?

Tengo dos niños, uno de nueve años y el otro de seis años.

### 3. ¿Cómo compatibilizaba su tiempo de ser madre con emprender antes de la pandemia?

Con el colegio era más fácil, es increíble cómo en esa época me quejaba porque no me alcanzaba el tiempo y ahora que estoy en casa extraño esas épocas que ahora me parecen perfectas. Los chicos iban al colegio y a esa hora me iba a trabajar, en la tarde recogía a los niños, almorzábamos juntos si no tenía pacientes y por las tardes iba cada uno a sus talleres. Luego, volvían a la casa y yo salía a un segundo turno a la clínica, justo al tiempo en el que mi esposo volvía a casa. Esa era nuestra vida, me parecía cansada pero ahora, con la pandemia, la extraño. Igualmente, tenía apoyo. Mis niños tenían su nana y además contaba con una persona que me ayudaba con las tareas del hogar.

### 4. ¿Qué dificultades tenía, con respecto a organizar su tiempo, antes de la pandemia?

Viéndolo en retrospectiva calzaban los horarios. La dificultad, tal vez era mía porque yo prefería esperar que mi esposo vuelva para atender yo los viernes en la noche a pacientes que solo podían a esa hora. También, no me gustaba el que generalmente solo los fines de semana podamos almorzar juntos porque durante la semana tenía que almorzar rápido y volver al turno de la mañana que acababa a las 4:00 p.m.

### 5. ¿Qué pasó luego del 15 de marzo de 2020?

Fue impresionante. Nunca pensé que el mundo se paralizaría. Sentí incertidumbre, como médicos, con mi esposo, sabíamos lo que estaba pasando. Mi esposo estuvo en primera fila y las primeras semanas fueron muy muy duras. Yo sentía que mi esposo se iba a la guerra cada que salía a trabajar. El panorama no pintaba bien. Rezaba todos los días el rosario. Como familia de médicos tuvimos un gran desgaste emocional más que físico. El apoyo que teníamos en casa ya no venía, así que solo estábamos los 4.

### 6. ¿Qué fue lo más duro que le tocó como madre y como emprendedora?

Perder seres queridos. Fueron meses muy feos donde mi suegra se enfermó, mi esposo estaba muy mal y quiso viajar a verla. También tuve tíos cercanos que también cayeron mal por esa enfermedad. Ese mes fue horrible, hubo mucho estrés, angustias, llantos...

las malas noticias eran muchas.

Incluso, a amigos médicos se fueron. Pero el

hecho de estar los 4 como un búnker ha hecho que podamos sobrellevar esto.



## 7. ¿Fue duro tener que seguir con sus labores de madre mientras trabajaba? ¿Qué opciones tomó en un inicio?

Yo soy mamá y médico y tenía amigas madres que me decían que querían ser independientes, como yo y yo más bien les decía que quería ser como ellas para poder estar con mis hijos y bueno, al final Dios me lo concedió. El primer mes fue maravilloso. Mirábamos películas en casa todo el día. Estaba prácticamente de vacaciones. Me desenchufé de todo. Los problemas vinieron los siguientes meses. Yo era la ama de casa, asumí mi rol de madre lavando, limpiando, trapeando y barriendo. Cosas que nunca antes había hecho porque trabaja. Al tercer y cuarto mes ya estaba histérica. Tenía una lista de 34 cosas que había que hacer en la casa, solo eso, sin tareas de los niños. El segundo remesón llegó cuando mis niños entraron a clases y tenía que compaginar las labores de casa con estar con ellos en sus clases virtuales a la par de que volvía al hospital a atender de manera virtual. Tenía que en los huequitos cocinar, limpiar y luego atender a mis pacientes. Fue mil estresante.

## 8. ¿Cómo superó las dificultades?

Bueno, mi humor ya había cambiado, la mayor parte de veces estaba reactiva y cansada. Fue ahí cuando mis hijos aprendieron a barrer, a tender su cama, a lavar platos, a separar la ropa y ponerla en la lavadora; sobre todo si ensucio limpio, si tiro recojo... Fue bueno enseñarles eso, verlos. Fue un aprendizaje para todos.

Para bien de

la familia, mi esposo tomó la batuta de la cocina. Así lo manejamos. Mis hijos ya aprendieron a respetar mis espacios. La consulta virtual me demoró más que la presencial porque son varios tiempos para sacar citas. Cabe destacar que ahora yo soy la secretaria. El paciente me enviaba fotos o videos para aprovechar el tiempo de la videoconsulta y he tenido que capacitarme, seguir estudiando.

## 9. ¿Cómo superó las dificultades?

Bueno, mi humor ya había cambiado, la mayor parte de veces estaba reactiva y cansada. Fue ahí cuando mis hijos aprendieron a barrer, a tender su cama, a lavar platos, a separar la ropa y ponerla en la lavadora; sobre todo si ensucio limpio, si tiro recojo... Fue bueno enseñarles eso, verlos. Fue un aprendizaje para todos. Para bien de la familia, mi esposo tomó la batuta de la cocina. Así lo manejamos. Mis hijos ya aprendieron a respetar mis espacios. La consulta virtual me

## ¿Qué consejo daría a una madre que pasa por lo mismo que usted?

Yo le diría a todas las mamás y profesionales emprendedoras como yo que nos educaron con la creencia de que tenemos la obligación de ser súper mujeres y eso te conlleva a una frustración persistente. Mi lista de hacer en casa era casi de 35 cosas fuera de estar con mis hijos y atender a mis pacientes. Entonces, tenemos todos que colaborar, pedir ayuda, hacer equipo. Y eso no es signo de debilidad, para pedir ayuda he tenido que llegar al límite. Pedir ayuda es signo de querer organizar bien tu vida. También, recomiendo a las mamás no olvidarnos de nosotras. Yo me la pasaba buscando talleres para mis hijos o mi mamá y no tenía ninguno para mí hasta que colapsé y me di cuenta que también estoy yo. Hay que darnos tiempo y estar tranquilas. Somos un eje y eso hay que saberlo para que el engranaje funcione.





**JES'NAT S.A.C**  
CONFECCIONES

## SOMOS FABRICANTES

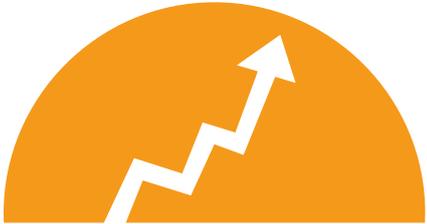
Ventas al por mayor y menor

- ✿ FUNDAS PARA MUEBLES
- ✿ FUNDAS PARA SILLAS
- ✿ FUNDAS PARA PCs Y TVs
- ✿ CORTINAS
- ✿ MANTELES BORDADOS
- ✿ RESPALDARES
- ✿ ADORNOS
- ✿ SETS DE BAÑO
- ✿ SÁBANAS
- ✿ PROTECTOR DE COLCHÓN

*¡Renueva tus espacios  
con elegancia!*

Se aceptan todas las tarjetas:



EL   
CHIRA  
EMPRENDE  
REVISTA DE EMPRENDIMIENTOS