

BOLETÍN EGRESADOS PUCMM

Edición | **20**
May | **23**



“¿Por qué
hacerlo fácil?
**Si puede ser
divertido**”

María Waleska

Álvarez

BOLETÍN

Egresados

PUCMM

Revisión:

Ayleen **Frías**

Diseño y
diagramación:

María **Nova**

Fotografía:

Daniele **Cruciani**

Isabella **Bonelly**

Janirys **Santos**

Waskar **Ortiz**

Miembros de la Junta Directiva

de la Fundación
Madre y Maestra

Presidente
Dra. Mercedes Carmen
Capellán de Lama

Vicepresidente
Dr. José
Vitiénes Colubi

Secretario
Lic. César
Dargam

Tesorero
Ing. Fernando
Rosario

Miembro
Dr. Julio
De Castro

Miembro
Lic. Patricia
León

Miembro
Dra. Rosa Eliana
Diná

Asesor Legal
Lic. José Darío
Suárez

Asesor Financiero
Lic. Joel
González

Director Ejecutivo
Ing. Edwin
Hernández

Comités de la Fundación Madre y Maestra



Comité de
Tecnología de
Información



José A.
Tavárez
Líder



Ariel
González
Miembro



María W.
Álvarez
Miembro



Simón
Genao
Miembro



Comité
Empresarial



Lina García
de Blasco
Líder



Carlos
Iglesias
Miembro



Lilia
Bonetti
Miembro



Guillermo
León H.
Miembro



Paola
Rainieri
Miembro



Edwin De los
Santos
Miembro



Comité
Académico



Eduardo
Reynoso
Líder



Pascal
Peña Pérez
Miembro



Luis
Gerosén
Miembro



Angye Rincón
Castillos
Miembro



Comité de
Egresados



Edwin
Hernández
Líder



Fernando
Puig
Miembro



Jaime
Castillo
Miembro



Jorge
Aguayo
Miembro



Paola
Santana
Miembro

Junta Directiva de la Asociación de Egresados



Edwin
Hernández
Presidente



José Luis
Rojas
Tesorero



Navi
Lantigua
Miembro



Juliana Ramia
Capellán
Miembro



Rubén
Abreu
Vicepresidente
Pleno



Juan Carlos
Ortiz
Asesor
Permanente



Lidia
López
Miembro



César
Santos
Miembro



Elpidio
Ynfante
Vicepresidente
Ejecutivo



Julio
Gonell
Miembro



Reynaldo
Peguero
Miembro

Contenido

Editorial	5
Conversatorio sobre Academia-Empresa	7
Rol de la madre en la educación de sus hijos, por la lic. Mariela Nova Jacobo.....	9
Entrevista a la ing. María Elisa Arias Estrella	11
Maternidad y Salud Mental, por la dra. Laura Pou Ottenwalder ..	14
Entrevista a la lic. María Waleska Álvarez	16
La historia detrás de Christopher Junior Ramos.....	23
Reseña del libro: Dios en todas las cosas, por la lic. Marina Lorenzo.....	24
Entrevista a la lic. Juliana Ramia Capellán.....	25
Tres generaciones de Egresadas PUCMM.....	28
Voluntariado Fundación Madre y Maestra	34



Editorial

El inquebrantable legado materno: Impulsando el éxito en la formación profesional

Hoy, en estas páginas llenas de historias y logros, quiero rendir homenaje a personas muy especiales: nuestras madres. En un mundo donde los desafíos son numerosos y las oportunidades son precizadas, nuestras madres han sido el faro que nos ha guiado hacia la grandeza. En este editorial, quiero recordar y celebrar el papel invaluable que nuestras madres han desempeñado en nuestra formación como profesionales y seres humanos.

Detrás de cada graduado exitoso, hay una madre luchadora y valiente que ha dedicado su vida a nuestro bienestar y desarrollo. En mi caso personal, mi madre ha sido mi inspiración y motor inagotable. Su sacrificio incansable para que pudiera estudiar en la mejor universidad de nuestro país, ha dejado una huella imborrable en mi vida. Su determinación y amor incondicional han sido los cimientos sobre los que he construido mi carrera profesional.

Nuestras madres han sido nuestras primeras maestras, nuestras primeras defensoras y nuestras mayores admiradoras. Han fomentado en nosotros la pasión por el conocimiento y nos han inculcado valores como la perseverancia, la ética y el trabajo duro. Han estado a nuestro lado en los momentos de alegría y en los desafíos más difíciles, brindándonos consuelo y aliento cuando más lo necesitábamos.

En nuestra alma mater, hemos tenido el privilegio de contar con una educación de excelencia y profesores excepcionales que nos han guiado en nuestro camino hacia la maestría de nuestras disciplinas. Sin embargo, no podemos olvidar que nuestras madres también han sido maestras silenciosas pero poderosas, transmitiéndonos lecciones de vida y valores que van más allá de cualquier aula.



Es esencial reconocer que el papel de las madres en la formación de sus hijos trasciende lo académico. Han cultivado en nosotros la resiliencia, la empatía y la capacidad de enfrentar los desafíos con valentía. Nos han enseñado a creer en nosotros mismos y a luchar por nuestros sueños, incluso cuando las circunstancias parecían desfavorables.

Hoy, al mirar a nuestro alrededor y ver a tantos profesionales destacados que han emergido de las aulas de nuestra alma mater, debemos recordar y agradecer el amor y el apoyo incondicional que nuestras madres nos han brindado. Ellas han sido el impulso detrás de nuestros logros, las que han tejido los hilos invisibles que nos han llevado hacia el éxito.

En esta edición, queridos egresados, celebremos y honremos a nuestras madres. Agradezcámosles por su valentía, su dedicación y su amor incondicional.

Reconozcamos el impacto profundo que han tenido en nuestras vidas y aprovechemos esta oportunidad para retribuirles, brindándoles el respeto y el apoyo que se merecen.

En nombre de todos los profesionales que han pasado por estas aulas, extendamos un cálido abrazo y nuestro más sincero agradecimiento a nuestras madres. Sin su amor, sacrificio y orientación, no estaríamos aquí hoy, escribiendo nuestras propias historias de éxito.

¡A nuestras madres, las arquitectas de nuestro futuro!

Edwin Hernández Lantigua

Director Ejecutivo, FMM



Conversatorio sobre **Academia-Empresa**

La Fundación Madre y Maestra (FMM) en conjunto con la Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra (PUCMM) realizaron un conversatorio con empresarios, tanto en Santiago como en Santo Domingo, con el objetivo de fortalecer la sinergia entre la Universidad y el empresariado dominicano, a fin de crear vínculos que le permitan a la Fundación contar con la sostenibilidad financiera necesaria para alcanzar sus objetivos. Estas metas están enfocadas en la obtención de recursos para la PUCMM en materia de excelencia académica, investigación y extensión.

La doctora Mercedes Carmen Capellán de Lama, presidente de la Fundación Madre y Maestra, tuvo a su cargo las palabras de bienvenida, quien agradeció a todos los presentes por asistir para conversar sobre la sinergia Universidad-Empresa, los proyectos de la Fundación y algunas propuestas para el sector empresarial.





El reverendo padre doctor Secilio Espinal, rector de la PUCMM, habló sobre la importancia del vínculo entre la Universidad y el sector empresarial, y destacó que la calidad conlleva recursos y las universidades solas no pueden generarlos, pero se logra con una alianza estratégica entre universidad, empresa y el Estado. “Si apostamos por una educación de calidad y por el desarrollo del país, todos tenemos que empujar y trabajar en esa dirección. Y en todos los niveles, no solo en el nivel superior”. Además, el padre Secilio presentó las principales estadísticas de la PUCMM, resaltando su liderazgo y sus más de 95,000 egresados en 60 años de fundación.

La presidente de la Fundación invitó a los presentes a ser parte de la nueva iniciativa que desde ya estará en función, denominada “Guardianes de la Academia”. “Estoy presentando a varios grupos de empresarios, un proyecto donde nosotros (empresarios) podamos iniciar un capital semilla para un fondo patrimonial, que llevará el nombre de Guardianes de la Academia PUCMM”, dijo. Explicó que el objetivo principal de este fondo es permitir a la Fundación ser sostenible en el tiempo, para lo que planteó lograr que entre 50 y 100 personas, familias o entidades puedan comprometerse durante cinco años a donar a este fondo patrimonial.



Si deseas unirte a esta iniciativa y ser parte de los fundadores de **Guardianes de la Academia**, comunícate con la Fundación Madre y Maestra:



fmm@pucmm.edu.do



809-580-1962
exts: 4494 y 4302



Rol de la *madre* en la educación de sus hijos

Por la lic. Mariela
Nova Jacobo



Cuando pensamos en educación, solemos imaginar uniformes, libros, computadoras, patios y profesores. Sin embargo, la educación de un niño comienza mucho antes de que ocurra todo eso. El ser humano al nacer es de las criaturas más indefensas y no está preparado para enfrentarse al mundo exterior durante un periodo larguísimo, el más largo de las especies conocidas. De hecho, lo que sucede en los primeros cinco años de vida es fundamental para su desarrollo, especialmente durante los primeros tres, cuando se forma el 90% de su cerebro. En este sentido, la madre desempeña un papel fundamental durante estos primeros años. Entonces, ¿qué puede hacer una madre, en términos prácticos, para fomentar el desarrollo cerebral de su hijo o hija y contribuir así a su educación?

La respuesta es simple: jugar. Sí, jugar. El juego es una herramienta que desarrolla todas las habilidades del niño. De acuerdo con Lorenzo Filho, autor del ABC, prueba que evalúa las destrezas necesarias para el aprendizaje de la lectoescritura, es importante que el niño adquiera ciertas habilidades para aprender a leer y escribir con éxito. Estas destrezas incluyen la coordinación visomotora, la memoria inmediata, la memoria motora, la memoria auditiva, la memoria lógica, la pronunciación, la coordinación motora y la atención. Alentando a los niños a jugar de manera activa y creativa, las madres pueden promover el desarrollo de estas habilidades.

Los niños aprenden a través de las experiencias que viven. Existen actividades simples y de corta dura-



ción que pueden ayudar al desarrollo de las habilidades de lectoescritura, que son fundamentales para todo lo que los niños aprenderán a lo largo de su vida. A continuación se presentan algunos ejemplos:

Coordinación visomotora: es la capacidad de usar los ojos y las manos al mismo tiempo. Piense en lo que le interesa a su hijo y jueguen a imitar los sonidos y movimientos del objeto de su interés, sean animales, carros, aviones, etc. También pueden dibujar lo que han visto anteriormente.

Memoria inmediata: Es la capacidad de recordar lo que ha ocurrido o se ha visto unos segundos antes. Vean una película juntos. Una vez haya terminado la actividad, converse con su hijo o hija sobre lo que acaban de ver, comenten lo que más le gustó o inventen otro final para la historia.

Memoria motora: Es la capacidad de fijar, conservar y evocar experiencias pasadas que impliquen movimiento. Incentive a su niño o niña a usar un triciclo, montar patines, salgan juntos a montar bici, etc.

Memoria lógica: implica comprensión, secuenciación. Lean un cuento y luego conversen sobre el mismo. Haga preguntas como: ¿qué pasó primero?, ¿y después?, ¿y al final?

Pronunciación: articular correctamente las palabras es un paso necesario para aprender a leerlas o a escribirlas. Juegue con su niño o niña a decir trabalenguas o a repetir palabras complicadas.

Coordinación motora: es la capacidad de ordenar y organizar las acciones motrices orientadas hacia un objetivo determinado con precisión, eficacia y armonía. Jugar con masilla, hacer collares, clasificar objetos por colores, hacer rompecabezas, construir cosas con bloques, son actividades propias para desarrollar estas destrezas.

Atención: es el proceso por el cual dirigimos nuestros recursos mentales sobre algunos aspectos del medio. Puedes jugar con tus hijos juegos de mesa o dirigidos en cualquier sentido.

Las investigaciones recientes muestran que prestar atención al desarrollo y el cuidado del niño en la primera infancia preparan el terreno a una vida de aprendizaje, dotándoles de actitudes positivas hacia el proceso y favoreciendo la adquisición de las destrezas de lecto-escritura. Es de suma importancia que los padres acompañen a sus hijos en su vida escolar, supervisando sus tareas y manteniendo una comunicación estrecha con sus profesores para que el niño o niña pueda desarrollar su potencial al máximo. El bienestar y el desarrollo pleno del niño, tanto por lo que se refiere a sus emociones como a su intelecto, dependen del cuidado y afecto de sus padres.



Lic. Mariela Nova Jacobo

Egresada de la PUCMM de las carreras de Educación concentración Orientación Escolar (1992) y Psicología (1997). De igual forma, realizó un Postgrado en Administración de Centros Educativos (2003), una Maestría en Gestión de Centros Educativos (2007) y especialidades en Pedagogía Universitaria (2014) y en Educación Inclusiva para Estudiantes Discapacitados (2015). Actualmente es directora y docente de la Escuela de Psicología de la PUCMM.



Entrevista a la

Ing. María Elisa Arias Estrella

Cuéntanos un poco sobre ti, ¿cómo te definirías?

Me defino como una persona de orden y respeto, con grandes arraigos familiares, que disfruta aprender y socializar, muy entregada a lo que me comprometo y quien le da prioridad al “aquí y ahora”. Me encanta viajar (cruzar océanos) y aprovechar al máximo la experiencia de interactuar en nuevos horizontes.

¿Por qué decidiste estudiar Ingeniería de Sistemas y Computación?

En primer lugar, me iba muy bien con los números y me atraía grandemente conocer más de todo lo

que se ‘escondía’ dentro de un computador, no en el plano físico, sino en el lógico. Me encantaba la lógica matemática y a la vez me apasionaba crear nuevas cosas. Quizás no estaba muy consciente de los detalles que abarcaba la carrera, pero decidí estudiar una ingeniería, y la de Sistemas y Computación fue la que más me atrajo en ese momento. No obstante, confieso que muchas personas coinciden en que soy una ingeniera industrial innata.

En la época en la que iniciaste tus estudios en Ingeniería era poco común que mujeres optaran por este tipo de carreras, ¿qué retos enfrentaste en ese sentido?

Pero qué va.... No es que hace tanto tiempo, jajaja. Realmente cuando inicié había un considerable número de mujeres en la carrera. Recuerdo también un buen grupo en la promoción que iba delante de la mía. Inclusive, en las materias de análisis y diseño de sistemas tuve a mujeres como docentes.

Honestamente, en la Universidad siempre he percibido un ambiente inclusivo en cuanto al género, desde mis inicios como estudiante.

Más que un reto, el estar ciertamente involucrada con muchos hombres, fue más bien para mí una oportunidad de demostrar que la mujer también podía, en ese momento, desempeñar un buen papel en las ingenierías y dar excelentes resultados.

Recuerdo que siempre estuve muy ligada a grupos de estudiantes de Ingeniería Industrial, en las materias afines entre las carreras (como la estadística, la investigación de operaciones, etc.), y fue para mí de mucho orgullo estar siempre compitiendo con los ‘cerebritos’ masculinos respecto a quién aprobaba con mejor calificación ciertas asignaturas claves que se consideraban el ‘cedazo’ en ambas carreras (industrial y sistemas).

Al concluir tus estudios, ¿cómo empieza tu carrera profesional?

Resultó que mi proyecto final de grado fue el desarrollo de un sistema de asignación de aulas para



la Madre y Maestra, debido a una necesidad que presentaba la directora de Registro de ese momento, la licenciada Dulce Rodríguez. Recuerdo mis visitas constantes a esa oficina para el levantamiento de información y la amistad que a partir de ahí se forjó entre nosotras.

Siendo una realidad el desarrollo del sistema para la Universidad, realicé mi pasantía en el antiguo 'Centro de Cómputos' de la institución. Al concluirse este proceso, y mientras buscaba trabajo definitivo en ocasión a que ya me graduaba, fui contratada por la Madre y Maestra para trabajar en el área de desarrollo de software. Desde ahí, inició un largo camino que todavía sigue definiendo su curso.

¿Cómo aportó el Postgrado que realizaste en Ingeniería de Software a tu carrera?

El Postgrado fue una experiencia muy bonita que, aunque breve (pues solo duró un año y cuatro meses), ha sido una de las cohortes de estudios realizados en la que he permanecido conectada a lo largo de los años.

Recuerdo que desde entonces ya empezábamos a hablar de temas de hoy, como la Inteligencia Artificial, asignatura para la cual, casualmente, tuvimos a una mujer como maestra.

¿Qué te motivó a realizar Maestrías en Gerencia Financiera y Dirección de Proyectos?

Tú sabes que hay oportunidades que deben aprovecharse (son calvas y hay que tomarlas por el pelo). Siendo completamente honesta, cuando estudié la Maestría en Gerencia Financiera yo había regresado a trabajar a la Universidad, luego de una salida por cuatro años para colaborar en el sector de zona franca. En mi recontractación, parte del paquete laboral que me ofrecieron para que valorara mi retorno fue ofrecerme la oportunidad de la exoneración de estudios a nivel de postgrado. Entre las ofertas que había en el momento, la Maestría en Gerencia Financiera fue mi elección.

Más adelante, y ya por un interés de seguir capacitándome apropiadamente en la gestión de proyectos

de desarrollo de software, al presentarse la apertura de la Maestría en Dirección de Proyectos, solicité la colaboración para cursarla. Recuerdo que mi mayor expectativa con esa maestría era encontrar la fórmula 'secreta' para lograr que un proyecto de desarrollo de software tuviera una estimación certera de tiempo y recursos. Definitivamente aprendí mucho y fue una magnífica experiencia, sobre todo para darme cuenta que los proyectos de desarrollo de software no tienen nada que ver con los proyectos estructurados que pueden seguir una clara línea de tiempo ni que se gestionan a través de métodos tradicionales en cascada.

Cuéntanos acerca de tu experiencia impartiendo docencia en la PUCMM.

Ay, ay, ay... Ahí hay mucho de qué hablar, pero trataré de resumir. Mi primera experiencia fue demasiado joven. Lo que más recuerdo es que en el verano en que asistí a mi acto de graduación, en el desfile de las autoridades académicas, desfilaba delante de mí una profesora de inglés a quien ¡yo le estaba dando clases! Esos primeros grupos me dieron muchos alumnos que eran mayores que yo y otros de edad similar, quienes más adelante me hacían sonrojar cuando al encontrarnos en la calle me decían 'prooofeeee'.

Algunos grupos de las áreas de Administración y Mercadeo resultaron ser clases bastante pobladas que exigían mucho de mi tiempo durante los fines de semana. En esa primera experiencia llegué a ser docente de los departamentos de Secretariado Ejecutivo Bilingüe (que por cierto era la carrera que mi madre quería que yo estudiara), Administración de Empresas, Mercadeo e Ingeniería Industrial.





Para hacer un trabajo bien hecho había que dedicarle el tiempo que ameritaba y decidí suspender la práctica docente. Más adelante, luego de terminar mi Maestría en Gestión de Proyectos, fui conquistada nuevamente por el departamento de Ingeniería Industrial para impartir una asignatura relacionada a la administración de proyectos. Fue para mí una maravillosa experiencia de vida actualizada, al interactuar con jóvenes talentosos, inquietos, versátiles y ocurrentes. La verdad es que disfrutaba mucho esas sesiones de clases. Lo más interesante era estar en el aula. Ya el trabajo fuera de esta era lo que volvía a hacerse complicado.

Participaste por muchos años en las actividades desarrolladas por la Pastoral Juvenil Universitaria, desde tu perspectiva, ¿cómo esto contribuye al crecimiento personal y profesional de los estudiantes y egresados de la Madre y Maestra?

La Pastoral Juvenil Universitaria (PJU) es toda una subliminal experiencia de vida. Quien pasa por la Universidad y no ha pasado por la PJU debería doblar en U en la próxima oportunidad. Es tan así, que lo difícil es desprenderse de la pastoral al

terminar la carrera universitaria.

Definitivamente, lo que hoy en día se conoce como ‘soft skills’ o ‘habilidades blandas’ son tan importantes como el conocimiento adquirido en estudios formales; y estas destrezas que se desarrollan y potencian en una experiencia de pastoral son fuente segura de crecimiento, tanto personal como profesional, para todo el que vive la experiencia.

Has tenido un largo trayecto profesional, ejerciendo cargos administrativos y docentes; además de esto, eres madre, lo cual es una labor de gran demanda. Háblanos sobre qué ha significado para ti ser una madre profesional.

Bueno, la balanza es compleja llevarla, pero hay que lograrlo, pues el reto grande es asumir muy bien todos los roles simultáneamente. Para mí ha sido una experiencia de trabajo arduo y, a la vez, de ejemplo para mis hijos, demostrando que todo se puede lograr con entrega y pasión, teniendo un lugar para cada cosa y poniendo cada cosa en su lugar.

Algunas madres deciden tomar una pausa en su carrera profesional para dedicarse a la crianza de sus hijos, ¿qué consejos le darías a aquellas que desean retornar al mundo laboral después de largo tiempo?

El consejo me gustaría darlo antes de tomar esa pausa. Hay situaciones de vida en las que una madre tiene el respaldo para poder hacerla, desconociendo hasta cuándo es ni cómo continuará la historia después. Ahora bien, para aquellas madres que tienen una gran dependencia económica en su trabajo profesional, mi recomendación es que no se desliguen por completo del mundo laboral, pues cada vez los cambios son más rápidos y más drásticos, lo que lleva a una rápida obsolescencia profesional, que más adelante resulta irreversible. Una pausa en la carrera profesional debe tomarse solo con la conciencia de que, al momento de cesar la pausa, es necesario reinventarse, actualizarse, optar probablemente por otro oficio o ejercicio profesional y reiniciar un nuevo camino.





Maternidad y Salud Mental

Por la dra. Laura Pou Ottenwalder

Cuando hablamos de maternidad, usualmente nos enfocamos en lo que es la etapa del embarazo, la alimentación de la futura madre y otros hábitos de higiene corporal que usualmente preocupan para que los resultados sean una madre y un bebé sanos.

Sin embargo, no solo la salud física de la madre debe ser lo que nos preocupe, y no solo la etapa de embarazo y puerperio deben inquietarnos, pues la maternidad no termina ahí; podríamos decir, sin temor a equivocarnos, que apenas es el inicio de un largo camino.

Durante el embarazo, debemos señalar que el cuidado de la salud mental es de suma importancia y que es necesario estar atentos, tanto los familiares de la embarazada como sus médicos, de que su psiquis esté correctamente cuidada. En caso contrario, no dudar de referir a los profesionales correspondientes para tratar de manera adecuada.

Son varios los casos de depresión durante el embarazo, depresión y psicosis postparto que no han sido tratados, permanecen en el tiempo y han tenido desenlaces fatales. Es por esto que, la intervención a tiempo de los profesionales de la salud mental es indispensable. Hay muchas líneas de tratamientos tanto psicoterapéuticos como con psicofármacos, que han sido probados como beneficiosos y seguros para esta etapa de la vida.

Se debe diferenciar la depresión postparto de la tristeza postparto o baby blues, que se caracteriza por sentimientos de tristeza y fatiga que experimentan muchas mujeres luego del parto, por el cansancio causado por el constante cuidado y atención que requiere el bebé durante sus primeras semanas de nacido, la falta de sueño y descanso, el cambio en el patrón horario y la depleción hormonal que se produce en el desembrazo. Esta tristeza desa-

parece por sí sola, y aunque pudiera necesitar un seguimiento de los síntomas, no requiere tratamiento.

La depresión, en términos generales, se identifica por:

1. Un estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, todos los días (tristeza, sensación de vacío, pérdida de la esperanza).
2. Disminución del interés o el placer de la mayoría de las actividades. Esto sucede en la mayor parte del día, casi todos los días.
3. Pérdida o aumento importante de peso o del apetito.
4. Hipersomnia (dormir mucho) o insomnio (dificultad para conciliar o mantener el sueño).
5. Aumento o lentitud en los movimientos.
6. Fatiga o pérdida de energía casi todos los días.
7. Sentimiento de inutilidad o culpabilidad excesiva casi todos los días.
8. Disminución para la capacidad de pensar, de concentrarse o para tomar decisiones casi todos los días.
9. Pensamientos de muerte recurrentes, ideas suicidas con o sin un plan para llevar a cabo o intento de suicidio.

Por lo menos 5 de los síntomas anteriores han estado presentes por al menos 2 semanas. También se presenta deterioro en lo social, laboral y otras áreas importantes para el funcionamiento, y no se debe a otra afección médica.



El especificador de postparto aparece cuando los síntomas se presentan durante el embarazo o desde las 4 semanas hasta un año después del parto. Según las estadísticas, el 50% de las depresiones postparto empiezan antes del parto, en realidad. Por esta razón, también son denominados periparto. Este tipo de pacientes también pueden tener frecuentemente ansiedad y ataques de pánico durante el parto, los cuales han sido relacionados en numerosos estudios con episodios de depresión mayor después del parto.

Estos episodios pueden presentar características psicóticas, que se han asociado a infanticidios, pues pueden presentar alucinaciones que ordenan a matar al niño. Según las estadísticas, estos episodios con características psicóticas se producen en 1 de cada 500 o 1000 partos y pueden ser más frecuentes en primerizas. Estos episodios se presentan con mayor riesgo en pacientes con antecedentes de depresión postparto anteriores, con un diagnóstico de depresión mayor o trastorno bipolar previo al embarazo, o con una historia familiar de trastorno bipolar.

Cuando una paciente ha tenido una depresión postparto con características psicóticas, el riesgo a que se repita en un próximo embarazo es del 30 al 50%.

El tratamiento debe ser llevado por un psiquiatra, ya que la depresión postparto debe ser tratada con psicofármacos, con un seguimiento muy cercano, ya que la respuesta no siempre es la esperada, y a veces se debe recurrir a terapia electroconvulsiva, en el caso de que lo amerite. También, como médicos, debemos tomar en cuenta si la madre está lactando, para que no exista una interferencia causada por el tratamiento, ya que existen fármacos que se pueden utilizar de manera específica y segura.

Lo más importante que debe tener esta madre es el apoyo de su pareja y familiares, saber que esto no es algo voluntario ni prevenible, que puede afectar a cualquiera independientemente de su edad, raza, o situación económica, como todas las entidades mentales, y debe brindarse el apoyo emocional, físico y profesional para que, tanto la mamá como

bebé, salgan de este episodio sin mayores consecuencias.

Luego de la etapa de embarazo y postparto, las mujeres seguimos lidiando con lo que es la crianza. Y es que, aunque seamos profesionales y trabajemos fuera de casa, es muy común que, en nuestro país, por cuestiones culturales, siga recayendo sobre las madres. Es por esto que, es muy común recibir en la consulta, mujeres cansadas, con problemas de sueño y altos niveles de ansiedad. Muchas veces, la llegada a la consulta ocurre a través de los hijos, que están teniendo problemas conductuales en las escuelas, producto de lo que se vive en casa. Muchas veces nos olvidamos que nuestros hijos, aun si no logran entender de manera concisa lo que está pasando, son un reflejo de nuestra conducta como padres. Es importante, por esto, que ambas partes se involucren en la crianza y los quehaceres del hogar, e involucren a sus hijos en las tareas que sean adecuadas para sus edades, de manera que, haya un equilibrio adecuado, y que la salud mental de ningún miembro de la familia se pueda ver afectada por una sobrecarga.

Encargarnos de nuestra salud mental como madres es un trabajo constante y que no termina. Siempre recalco mucho a las madres de mis pacientes que su salud mental depende de la de ellas, pues no podemos brindar ese ambiente propicio y sano a nuestros hijos si no nos cuidamos nosotras primero.



**Dra. Laura
Pou Ottenwalder**

Doctora en Medicina (PUCMM, 2007), especialista en Salud Mental infanto-juvenil y adultos, y en Trastornos de la Conducta Alimentaria.



Entrevista a la **Lic. María Waleska**

Álvarez



¿Quién es María Waleska?

Soy una soñadora, ciudadana del mundo, pero enamorada de la República Dominicana, esposa de José Antonio, madre de Sofía, CEO del NAP del Caribe, promotora y creyente apasionada de que la educación de calidad, la tecnología y la innovación transforman nuestro país y el mundo.



Siendo dominicana, nacida en Colombia y teniendo la posibilidad de irte al extranjero, ¿qué te motivó a realizar tus estudios universitarios en la PUCMM?

Mi alma mater PUCMM me ofrecía lo que yo entendía que me permitiría convertirme en una profesional integral para contribuir con mi país, y devolverle a la sociedad dominicana un poco de lo mucho que yo he recibido. Nací en otro territorio, pero soy dominicana. República Dominicana se convirtió en mi hogar, me acogió junto a mi familia, así que cuando decidí estudiar Derecho, comprendí que debía hacerlo en el país y en la mejor universidad que me ofreciera una educación de calidad.

¿Por qué decidiste estudiar Derecho?

Desde pequeña fui una niña inquieta, curiosa, participativa, e involucrada en múltiples actividades extra-curriculares, aunque me gustaban las ingenierías y la tecnología, pensaba que, si quería colaborar con el país, debía tener una formación que me ayudara a poder incidir en las políticas públicas, entender el ordenamiento jurídico, una base que me permitiera tener un alcance amplio.

La tesis que presentaste al final de tu carrera fue la base para la actual Ley de Comercio Electrónico y Firmas Digitales, cuéntanos cómo surge tu proyecto y los desafíos que enfrentaste al sustentarlo.

Desde pequeña comprendí lo poderosa que es la tecnología, y con el tiempo llegué a tener el convencimiento de que la tecnología y la innovación son herramientas esenciales que permiten la inclusión, y mejoran la competitividad de nuestros países. Cuando tuve que elegir mi proyecto, decidí trabajar en aportar a esta iniciativa legislativa porque entendía que podría ayudar a desarrollar el comercio electrónico del país. Fueron muchos los desafíos, empezando porque no había información, muy poco o nulo soporte documental, pocos profesionales con vasta experiencia en ese campo, muchos de mis profesores no entendían el tema y llegaron a cuestionar si yo había hecho una tesis de Derecho o de Ingeniería de Sistemas, era un momento de mucha

inmadurez sobre el tema. Afortunadamente conté con el apoyo de Jaime Ángeles y de Leonel Melo, expertos en estos temas, abogados con una visión moderna, y quienes fueron instrumentales como guías y asesores de mi tesis de grado.

Tras sustentar tu tesis y graduarte de la PUCMM, ¿por qué decides ir al extranjero a realizar una Maestría en Derecho Empresarial Internacional?

La educación continua es la clave para que todo profesional continúe fortaleciendo sus competencias, la posibilidad de conocer otras culturas, tener acceso a la diversidad de pensamiento que encuentras en otro país, entender y profundizar en otras experiencias, diferentes a las que vives en donde creces, te fortalecen como persona, como profesional, te ayudan a tener una visión más amplia, y te inspiran a soñar todo lo que tu país es capaz de hacer.

¿Quién o quiénes fueron tu fuente de inspiración para dedicarte al mundo de la Tecnología?

Mi papá, fue la primera persona en introducirme al mundo tecnológico, mi mayor ejemplo de cómo se usa la tecnología de forma inteligente y con ética. Posteriormente el Sr. Guillermo Amore ha sido mi mentor en gran parte de mi transformación como





profesional y, lo más importante, ha sido ejemplo de cómo poner la tecnología al servicio de la sociedad para transformar empresas y vidas.

Empezaste a trabajar a muy temprana edad en el Ministerio de Industria y Comercio, háblanos sobre tu experiencia, los retos que encaraste y cómo los superaste.

Inicié con apenas 16 años, justo en el momento en que comenzaba mi carrera universitaria. Conciliar trabajo, educación y las actividades propias de una joven de esa edad, fue un reto importante que, con mucha disciplina, sacrificios, mucho esfuerzo y compromiso con mis propias metas, pude superar, logrando el equilibrio que me permitió desarrollarme.

Otro de los desafíos fue ganarme el respeto de mis compañeros de trabajo, del entorno en el cual trabajaba, con políticos, abogados, empresarios, considerando mi corta edad y la falta de experiencia. Aquí fue muy necesario escuchar la guía de personas con más experiencia, estudiar, leer mucho, reconocer que estaba aprendiendo, fui sujeto de muchos errores y llamados de atención, que tuve que asumirlos con apertura y humildad. Mantener siempre una postura de mucho respeto y prudencia con quienes me relacionaba profesionalmente, haciendo un esfuerzo importante por la sobriedad de mi conducta, mi imagen, el trato con las personas y, lo más importante, siempre apegada a los valores que me enseñaron en mi familia y a pesar de momentos complejos, siempre permitir que trascendieran esos valores familiares y éticos con los que crecí. Con el tiempo me fui ganando su respeto, un espacio y creciendo en base a méritos, mucho trabajo y muchos deseos de superación.

¿Qué le dirías a aquellas mujeres que tienen interés por la tecnología, pero sienten que es un mercado dominado por hombres?

Perseverancia, disciplina y constancia. No hay límites en ninguna industria para la mujer, los límites nos los ponemos nosotras mismas, en algunos casos las familias y la sociedad, pero sigue siendo una decisión individual de cada quien, estar dispuesto a trabajar, sacrificarse y luchar por lo que



sueña y quiere. Comprender que hombres y mujeres debemos tener las mismas oportunidades de acceso, ninguno es mejor que otro, somos diferentes, cada uno aporta un valor que puede hacer la diferencia en cualquier industria. La industria de la tecnología, como todas, tienen sus propios retos y desafíos, ahora bien, en pleno siglo XXI, la misma ofrece grandes oportunidades, en especial para las mujeres.

¿Qué son los NAPs y cómo te adentras en el NAP de las Américas?

NAP, es Network Access Point, son centros de tecnología donde las empresas de telecomunicaciones realizan el intercambio de tráfico (como un gran aeropuerto internacional de conectividad), y por los niveles de seguridad, redundancia y resiliencia que tienen estos complejos, se ofrecen soluciones de datacenter, cloud, conectividad a empresas privadas e instituciones de gobierno.

En el 2006 me invitan a trabajar en Terremark Word-



wide, empresa norteamericana que desarrolló el concepto de NAP y fue la pionera en el desarrollo de este modelo de negocios, para trabajar en la división internacional. En ese momento el principal NAP era el NAP de las Américas ubicado en Miami, Florida.

¿Cómo surge el NAP del Caribe?

NAP del Caribe nace como parte de la expansión internacional de los NAPs, liderado en aquel entonces por Terremark y, a diferencia de otros NAPs de la región, el NAP del Caribe se originó como parte de un joint venture entre Terremark e inversionistas de la República Dominicana, que tuvieron la visión de que el modelo de negocios de los NAPs y la tecnología eran claves en el desarrollo del país, la región y la economía del futuro. En ese proceso intervino de forma muy significativa la visión y el liderazgo de Guillermo Amore, quien era parte de la directiva de Terremark y en especial un gran amigo de la República Dominicana.

¿Qué personas han marcado tu trayectoria profesional y de qué manera?

Muchas personas a quienes admiro y respeto han marcado y continúan marcando mi vida profesional, a quienes les agradezco y les reconozco el mérito de la profesional que soy hoy.

Empezando por mis padres, de ellos recibí el ejemplo de trabajo tesonero y honrado y la seguridad que yo podía lograr cualquier cosa que me propusiera con educación, trabajo y sacrificios; mi esposo, José Antonio, su apoyo ha sido clave para mi desarrollo profesional y para lograr el equilibrio de mis roles; Ángel Cano, me dio mi primera oportunidad laboral formal y tuvo la paciencia de guiarme y corregirme en esa etapa temprana; Mary Fernández y Anita Messina, dos mujeres empoderadas que, con su ejemplo, me enseñaron la fuerza que podemos tener las mujeres, el no ponerme límites, trabajar con pasión en lo que creo, ganar y dar espacio a más mujeres. Álvaro Nadal, me regaló lecciones que me acompañarán siempre.

Mi mentor Guillermo Amore, con su guía, ejemplo y acompañamiento, aprendí que es posible desarrollar los negocios más grandes y exitosos, siempre apegada a la verdad, los valores y la ética. Ha sido la persona que más ha influido en mi visión de la tecnología como una poderosa herramienta de competitividad y desarrollo sostenible, me ayudó a transformarme como profesional y, lo más importante, de su mentoría aprendí la importancia de trabajar un equilibrio entre la relevancia de la familia y nuestras responsabilidades laborales, su familia ha sido una gran inspiración para mí.

Los Sres. Manuel Tavares y Samuel Conde han sido instrumentales en trabajar por un mejor país, intentar aportar desde nuestros espacios para construir el país con el que soñamos, reconociendo que la educación de calidad es la base para lograrlo. Ellos me dieron la oportunidad y la confianza de involucrarme en iniciativas que intentan ayudar en la transformación de RD. De ellos aprendí lo que es la verdadera vocación de servicio por el país. Mi tribu de apoyo, donde están mis compañeros de trabajo, nada se logra en solitario, cada logro es el mérito de un gran equipo mis amigos que son mi familia



extendida, mis NO amigas, un grupo de mujeres que nos dan fuerza, aliento e inspiración para seguir creciendo como personas y profesionales; finalmente, y lo más importante, mi familia, ellos son mi mayor apoyo, los que me energizan, los que me dejan ser, y en especial, mi hija, quien es mi mayor inspiración.

Con amplia experiencia en el Derecho comienzas a trabajar en el NAP, donde te ves en posiciones totalmente diferentes a las que venías ejerciendo, ¿cómo logras esta transición?

Fue un proceso de muchas inquietudes, ansiedad y temores, superados por la apertura de

seguir aprendiendo, de pedir y recibir mucha ayuda, de reconocer con humildad que, a pesar de mi experiencia en el Derecho, carrera y maestrías, estaba empezando desde cero, de tener la flexibilidad y la resiliencia para convertir los retos en oportunidades. Reconociendo que para poder lograr esa transición debía rodearme de personas más inteligentes y preparadas para transitar por el camino del cambio, aprendiendo a desarrollar la habilidad para transformarme como profesional.

¿Cuáles ventajas representó instalar el NAP del Caribe en República Dominicana?

República Dominicana ha sido un líder en materia de telecomunicaciones y de tecnología en la Región. Tenemos de los mejores sistemas de telecomunicaciones, lo que representó una ventaja competitiva muy importante sobre otros países, la extraordinaria posición geográfica en medio de las Américas, la estabilidad política y económica que ha caracterizado al país en las últimas décadas, la importante relación bilateral entre los Estados Unidos y la República Dominicana, y una fuerte alianza público-privada que favorece y habilita el desarrollo de nuevos modelos de negocios, fueron todos factores habilitantes y de gran ventaja para instalar el NAP en el país.

Con la instalación del NAP en el país, la República Dominicana se conso-

lida como el HUB de conectividad de la región, además de pionero en la implementación de plataformas de alta tecnología, como las plataformas de datacenter, cloud, ciberseguridad, analítica avanzada, inteligencia artificial, que hoy se operan desde el NAP del Caribe.

¿De qué manera empezaste a formar parte de EDUCA?

La relación empieza con el NAP del Caribe apoyando diversas iniciativas desarrolladas por EDUCA. En el NAP del Caribe siempre hemos apoyado proyectos que buscan fortalecer las competencias y habilidades del talento humano del país. Por varios años desde el NAP del Caribe participamos y apoyamos varios de los proyectos y eventos de EDUCA. Posteriormente, el Sr. Samuel Conde me invitó a acompañarlo en la junta de directores y tuve la oportunidad de comprender a mayor profundidad los desafíos del sistema educativo de la República Dominicana y la importancia de tener un sector privado y al empresariado cohesionado, trabajando por lograr una educación de mayor calidad para nuestro país.

¿Qué rol entiendes que juega la educación y la mentoría en el avance de la sociedad actual?

Es una necesidad impostergable para nuestro país invertir en innovación, asegurar una educación de calidad, conciliar las diferencias de enfoque entre sectores, generar la cadena de valor adecuada en educación





para nuestro talento humano, ofrecer acceso a las tecnologías, establecer e implementar en el aula políticas públicas para caminar hacia una cultura de innovación, educación de calidad, y bilingüismo a nivel nacional.

Según los analistas más reputados, cada vez más las economías estarán basadas en el conocimiento y en el uso de la alta tecnología, que dará como ganadores a los países que apuesten a los fundamentos de la “Nueva Economía Digital” o “Mente-

¿Qué acciones se pueden llevar a cabo para motivar una mayor inserción de mujeres en la tecnología?

Visibilizar a todas las extraordinarias mujeres que por muchos años nos han abierto espacios, han luchado por el respeto de nuestros derechos, han sido pioneras en múltiples desarrollos de la ciencia y la tecnología. Visibilizar los roles modelos de mujeres extraordinarias que se han destacado en carreras STEMs es una inspiración para las niñas

“Tenemos una oportunidad interesante de estar entre los líderes del mundo del futuro, **solo si fomentamos generaciones educadas, cultas y alimentamos mentes creativas y brillantes** para construir sociedades innovadoras e inclusivas.”

factura”, sobre aquellos que tienen sus cimientos en la vieja economía; o sobre aquellos que no hacen ni una cosa ni la otra, como los países que hoy destacan por su rezago.

Tenemos una oportunidad interesante de estar entre los líderes del mundo del futuro, solo si fomentamos generaciones educadas, cultas y alimentamos mentes creativas y brillantes para construir sociedades innovadoras e inclusivas. Para lograr lo anterior, la educación de calidad y mentores genuinos guiando el proceso, son piezas esenciales.



y mujeres que están explorando nuestra industria.

Promover políticas públicas que nos permitan educar en equidad y respeto a hombres y mujeres, promover una educación de calidad y una cultura que trascienda a los estereotipos y permita desarrollar oportunidades equitativas basadas en las competencias y el mérito, no en el género.

Promover una cultura que comprenda que la industria de la tecnología representa muchas oportunidades para mujeres y hombres, no solo en su uso como consumo, sino en el uso inteligente y la



producción de modelos de negocios.

Desmitificar el miedo por las matemáticas y la ciencia, promoviendo y reconociendo que son divertidas, que no son difíciles si se enseñan bien.

Actualmente manejas muchos roles de importancia en organizaciones como el NAP del Caribe, EDUCA y AMCHAMDR, los cuales demandan mucho tiempo y compromiso, ¿cómo equilibras tu vida laboral, personal y familiar?

Este es el verdadero reto, conciliar mis diferentes roles, requieren de mucha disciplina, organización, entusiasmo, amor por todo lo que hacemos. Pero lo más importante para lograr el equilibrio, es el apoyo, la paciencia, la tolerancia y comprensión de mi familia, de mis compañeros de trabajo, de mis colegas, sin ese apoyo no es posible.

¿Qué te gustaría que hubiera de más y de menos en la República Dominicana?

Me gustaría que hubiera más educación de calidad e institucionalidad. Me gustaría que hubiera menos corrupción.

¿Cómo es un día normal en tu vida?

Mi día inicia a las 5:00 a.m., ejercicios, llevar a mi hija al colegio, ir al salón, oficina, reuniones, mucha adrenalina, moverme entre diversos temas, instituciones y áreas, momentos de mucha frustración, angustia, otros de satisfacción y orgullo, una combinación de sentimientos, sensaciones, muchas veces todo el mismo día... para al final de la jornada, entrada la noche, compartir un espacio de calidad con la familia. Hay que reconocer que las 24 horas no son suficientes, que nunca hay días laborables de 8 horas, que los fines de semana se trabaja, aunque siempre debemos buscar el espacio para la familia y amigos.

¿Qué consejo le darías a las madres profesionales que desean avanzar en su carrera sin descuidar a su familia?

No sentirse culpables por las ausencias, que a

veces son necesarias, estamos educando a nuestros hijos con el ejemplo del trabajo, que no somos súper mujeres, el rol de la familia es compartido, que hay momentos donde en la organización del tiempo debemos priorizar a la familia, y otras al negocio, y eso no nos hace ni malas madres, ni profesionales ligeras, que debemos ser egoístas con nuestras propias metas, si nosotras no las priorizamos, nadie lo va a hacer por nosotras.

El tiempo que le dedicamos a nuestra familia debe ser de calidad, no en cantidad, cada día es diferente, es válido equivocarse, no somos perfectas y cada día debemos hacer una elección, siempre con nuestras metas como norte.

Conociéndote un poco más

Un libro:

Bulle, de Manuel Tavares Sánchez

Un momento del día:

Llegar a mi casa al final de la jornada junto a mi familia

Un país:

República Dominicana

Una canción:

Más que amor, Il Volo

Un aroma:

Aromas amaderados

Una comida:

Italiana

Una película:

A few Good Men

Un pasatiempo:

Viajar

Un lugar de escape:

Correr al aire libre rodeada de naturaleza

Una frase:

“¿Por qué hacerlo fácil? Si puede ser divertido”



La historia detrás de **Christopher Junior Ramos**

Becario de la Fundación Madre y Maestra, estudiante de Medicina.

Mi nombre es Christopher Junior Ramos Ramos, tengo 19 años y soy el mayor de tres hermanos.

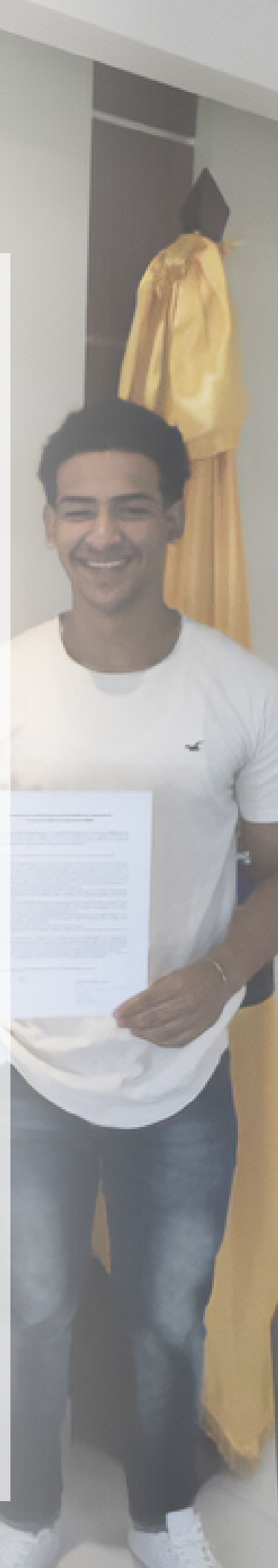
Desde muy pequeño, me ha gustado mucho analizar e investigar. De hecho, cuando visitaba al doctor siempre me interesaba conocer los procedimientos que se llevaban a cabo y en una de estas visitas, vi lo que siempre he soñado ser: un médico que sabe aplicar sus conocimientos con cortesía, entusiasmo y vocación de servicio. Pues, es lo que realmente me daría felicidad y sentir orgullo sobre cómo puedo influir y ayudar a los demás.

Siempre he estado interesado en estudiar la carrera de Medicina, aunque honestamente no contaba con los recursos necesarios para cubrir mis estudios. Por esta razón, inicié a investigar sobre programas de becas que me ayudaran con mi formación, ya que sería la puerta para lograr mis sueños de ser un excelente doctor. Fue ahí cuando me hablaron de la Fundación Madre y Maestra e inmediatamente les escribí un correo explicándoles mi interés por la beca. Luego de esto, al pensar que no me habían respondido, recurrí a llamarles, a lo que me indicaron que no estaba dentro de los aplicantes, ya que no había contestado un correo en el que me solicitaban los documentos para iniciar el proceso. En ese momento, me

inviadieron sentimientos de frustración y preocupación. Sin embargo, busqué todas las alternativas para que me tomaran en cuenta ante cualquier oportunidad.

Gracias a Dios, luego de este largo proceso, me emocionó mucho saber que fui seleccionado para el honor de ser beneficiario de una beca de tan prestigiosa Fundación. Mi felicidad y agradecimiento para con ustedes es enorme. Mis posibilidades de cumplir con mi sueño de estudiar en la Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra sin su ayuda eran totalmente nulas, ya que ni yo ni mi familia contamos con los recursos para ello.

Actualmente, estoy cursando el sexto cuatrimestre del ciclo de premédica, en el siguiente año inicio ciencias médicas básicas. Estoy seguro de mi disposición para hacer la carrera con todo el esfuerzo, dedicación y constancia que esta implique. Mi plan para cuando culmine mi carrera en Medicina es poder empezar a hacer mi especialidad en Otorrinolaringología, para así poder cumplir mis sueños, ya que vivir de aquello que haces por convicción te lleva a apasionarte cada vez más por tu trabajo, sobre todo cuando cumple con tus expectativas de vida, tanto a nivel profesional como a nivel personal.





Reseña del libro: **Dios en todas las cosas**

Por la lic. Marina Lorenzo

«Dios en todas las cosas» es un diario de lo vivido por Marina Lorenzo en el marco de su tratamiento contra un tipo de cáncer (linfoma de Hodgkin), tiempo en el que, según ha testimoniado, pudo reconocer la presencia de Dios.

En la obra, comparte experiencias de su proceso de curación, así como de lo sucedido tiempo después. Está compuesta por un total de 50 escritos, redactados entre los años 2016 y 2019. Cada relato, acompañado de una oración, va construyendo un itinerario espiritual que da pistas del propósito de Dios al propiciar esos encuentros íntimos del alma.

El objetivo es presentar signos de la presencia del Señor en la cotidianidad, y así invitar al lector a reconocerle en su propia vida. Con sencillez, invita a dejarse encontrar por el Señor, quien en cada acontecimiento nos recuerda que ha venido para que tengamos vida y la tengamos en abundancia (Juan 10, 10). «Dios, experto en detalles, está atento a todo, incluidos esos susurros del alma, e incluso aquello que no alcanzamos a comunicar», afirma Marina.

En la introducción del texto, expresa: «En medio del proceso de salud que me tocó afrontar, Dios abrió mis ojos y dispuso mi corazón para reconocer gestos de su bondad. Los hechos de misericordia que aquí relato son testimonio de su amor, y una muestra de la llamada común a la santidad. Una invitación a que podamos descubrir su bendición en cada instante,

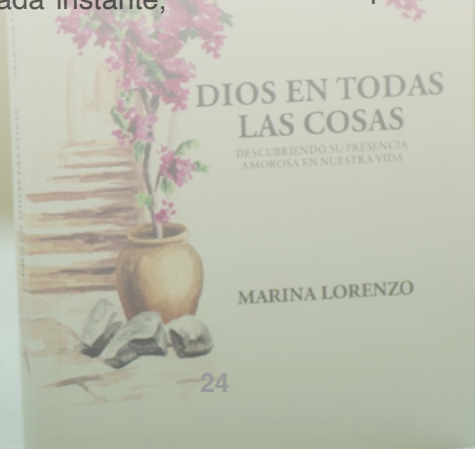
acoger su voluntad y en ella descansar. Comparto aquí mi trayecto hacia una intimidad nueva, maravillosa, fecunda».

El libro contó con la presentación de monseñor Víctor Masalles, obispo de la Diócesis de Baní en la República Dominicana, quien manifestó: «Cuando uno se adentra en los escritos de Marina, se da cuenta de que Dios es capaz de dar paz en medio de la más intensa tormenta. El texto es una hermosísima experiencia del camino de Dios con el alma, delicadamente escrito. Vemos un alma que se desnuda, y que le presenta los sentimientos bajo una situación de gran incertidumbre. Es una radiografía espiritual que puede acercar a toda alma que naufraga por el mundo para ayudarla a encontrar el puerto seguro solo en Él». La obra también fue revisada por el historiador Frank Moya Pons, la biblista Ángela Cabrera y el sacerdote José María Guerrero.

Todos los beneficios de las ventas del libro se donarán para apoyo a tratamiento de niños en el Instituto Nacional del Cáncer Rosa Emilia Sánchez Pérez de Tavares (INCART), y para la evangelización en Multimedios Vida, que integra Vida FM, Radio ABC y Televida.

Costo del libro: RD\$895.00

Puntos de venta: Cuesta Libros, Librería Paulinas, Librería San Pablo, Librería De Colores, Librería del Arzobispado.





Entrevista a la **Lic. Juliana** **Ramia Capellán**

¿Cómo describirías a Juliana?

Metódica, leal y humana, aprendiendo constantemente de la vida, tratando de que cada logro y tropiezo sea una lección para seguir creciendo, tanto en lo personal como en lo profesional. Me considero una persona aterrizada, consistente y que siempre busca hacer las cosas bien, consciente de que se devuelve multiplicado a nuestras vidas.



¿Por qué decidiste estudiar Derecho?

Mi deseo de convertirme en abogada lo heredé de mi abuelo Julián, a quien desde pequeña admiré por su trabajo arduo y honesto. Hoy en día sigue siendo para mí una fuente de luz y sabiduría.

¿Cuál área del Derecho te apasiona más y por qué?

El derecho penal es la rama del Derecho que más me apasiona. Lo considero como el verdadero Derecho, aquel que refleja las necesidades de nuestra sociedad y nos pone en contacto con la realidad de nuestro país. Me apasiona porque me permite ser solidaria con los más vulnerables y aportar para el bien común.

¿Cuál crees que es el mayor reto de un abogado en la sociedad dominicana actual?

El mayor reto de un abogado hoy en día es salirse de la monotonía de la rutina. Evitar acostumbrarse a lo que funciona y que nos impide crecer más allá de lo cotidiano, es uno de los grandes desafíos de esta profesión. Por esta razón, debemos buscar formas de innovar constantemente e involucrarnos en actividades que nos sumen como profesionales.

¿Qué te motivó a realizar una Maestría en Ciencias de Justicia, Leyes y Criminología con concentración en Criminología y Políticas Públicas?

El motivo principal por el cual me quise especializar en Criminología eran mis deseos de entender las causas del comportamiento criminal y confiada en que encontraría soluciones novedosas para combatir la inseguridad ciudadana en nuestro país. Sin embargo, no me tomó mucho tiempo entender que no sería tan sencillo y que el trabajo que debemos de realizar es mucho más profundo que simples medidas reactivas.

La maestría me permitió identificar políticas públicas del sistema norteamericano que pueden aplicarse en la República Dominicana, al mismo tiempo que crear propuestas efectivas para reducir la criminalidad y la reincidencia.

¿Cuál ha sido el momento más desafiante que has enfrentado en el ejercicio de tu carrera?

El momento más desafiante de mi carrera fue cuando decidí renunciar del Ministerio Público. Fue un momento de reflexión y reorganización personal, donde tomé la difícil decisión de abandonar la carrera que pensé que desempeñaría por el resto de mi vida.

Es indispensable tener muy claro qué va primero y qué puede esperar, pero siempre siendo responsable y asegurando el “estar presente”, para garantizar que cada cosa se haga con enfoque y calidad.

Sin embargo, a veces la vida te direcciona hacia donde perteneces. Luego de atravesar ese túnel, llegué a mi casa Estrella & Tupete Abogados, donde he podido crecer profesionalmente y expandir mis conocimientos hacia nuevos horizontes que nunca imaginé. Y como si esto fuera poco, afortunadamente me he encontrado con un equipo talentoso y maravilloso que todos los días me confirma que Dios no se equivoca.

¿Cuáles son tus planes para el futuro?

Seguir aprendiendo y creciendo como persona y como profesional. Comprometida a aportar desde mi posición en la firma Estrella & Tupete.

Definitivamente, continuar impartiendo docencia en mi alma mater, orientando e impactando de manera positiva a los alumnos de grado y maestría. Capacitarme y seguir estudiando, así como participar en todo lo que aporte y deje huellas en la sociedad.

Educar y encaminar por el camino del bien a mis dos hijos, seguir construyendo sueños junto a mi esposo y tratar de crecer para devolverle de alguna forma un poquito de lo tanto que me ha dado mi familia.



¿A quién admiras como profesional y por qué?

En cuanto a madre, esposa y profesional, definitivamente mi ejemplo a seguir es Mercedes Carmen Capellán. Cada vez que tengo deseos de rendirme, pienso en su intachable trayectoria y el compromiso que tengo con toda mi familia de hacer las cosas de manera correcta y sin flaquear. Eso me da las fuerzas de seguir adelante, pero sobre todo, recordarme a mí misma de que el propósito es mucho mayor que los pequeños obstáculos que se pueden encontrar en el camino.

Siendo mujer, esposa, madre y profesional, ¿cómo has logrado balancear estos roles?

Esto definitivamente es lo más desafiante para las madres que tenemos compromisos laborales muy demandantes. La única forma de lograr balancear estos roles es siendo disciplinada, organizada y puntual, diseñando una planificación que permita priorizar y ejecutar las responsabilidades tanto del día a día como a largo plazo.

Es indispensable tener muy claro qué va primero y qué puede esperar, pero siempre siendo

responsable y asegurando el “estar presente”, para garantizar que cada cosa se haga con enfoque y calidad.

¿Qué consejo le darías a las madres que desean crecer en su carrera sin afectar el tiempo con su familia?

El consejo que les daría a esas madres trabajadoras es que busquen su propio equilibrio y plenitud. Que hagan lo que les funciona a ellas y a su familia, priorizando cada cosa en el momento que lo amerite.

Que no se acomoden en sus roles, que se involucren en todo lo que les sume y les haga crecer, tanto en lo profesional como en lo personal.

Que el crecimiento laboral es proporcional con la estabilidad familiar, que para destacarnos en nuestro trabajo debemos tener relaciones sanas en casa y alejar todo lo que nos reste.

Que no permitan que nadie las juzgue porque simplemente están haciendo las cosas diferentes a como otras personas entienden que deben hacerse. Que ser una madre trabajadora no te hace menos madre ni debes sentir culpa por esto, que la única que debe sentirse suficiente y conforme, eres tú.

Por último, pero sumamente importante, que nada pasa y que es completamente correcto buscar soporte o ayuda, en todos los aspectos, cuando la necesites.



Tres generaciones

de Egresadas PUCMM



Dulce María Díaz

Egresada de Derecho
(1967)



Laura Esther Taveras Abréu

Egresada de Ingeniería Industrial
(2019)



Anny Abreu Díaz

Egresada de Derecho
(1992)

Preguntas para Laura Taveras Abréu:

Tanto tu abuela como tu madre estudiaron Derecho, ¿alguna vez pensaste que esa también sería tu profesión?

Desde pequeña, tanto mi papá como mi mamá, nos llevaban a mi hermana Ana María y a mí a trabajar con ellos de una manera equilibrada, para que entendiéramos el valor del trabajo; así mismo, aprendimos sobre el ejercicio profesional de nuestros padres, en qué consistían y sus diferencias. Mi padre es administrador de empresas y mi madre abogada; poder conocer ambos mundos desde temprana edad fue algo que me ayudó bastante al momento de decidir a qué quería dedicar mi vida. Siempre pensé que iba a ser arquitecta porque toda

la vida he tenido una gran inclinación por las artes en todas sus versiones: música, pintura, moda, gastronomía, etc. Experimenté muchas de ellas y descubrí que el arte y la naturaleza eran un hobby para mí y cosas de las que amo disfrutar en mi tiempo libre o cuando necesito escapar de la rutina. Naturalmente, cuando los padres van edificando una trayectoria, estos quieren que sus hijos sigan sus pasos, pero los nuestros fueron pacientes y nos permitieron a Ana y a mí decidir a qué dedicar nuestras vidas libremente; claro está, nos aconsejaban y explicaban sobre el ejercicio de las distintas profesiones, como los buenos padres que son. Siempre recuerdo a papi decirme: “Estudia lo que tú quieras, lo que sea que decidas te vamos a apoyar”.



Resulta lógico de que sí, consideré el Derecho en algún momento como mi profesión, pues vengo de una familia con muchos abogados, y en mi adolescencia asistí mucho a mi mamá en la oficina, la acompañaba a audiencias, reuniones, asambleas, y demás, por lo cual revelé de que esa definitivamente no era mi pasión, a pesar de que mami siempre me decía: “Mi hija, tienes el potencial para esto, lo llevas en la sangre”. Pero no, no me veía dedicándome a eso. Más tarde, Ana María decide estudiar Derecho y seguido de esto realizar dos Maestrías, hoy en día ejerce su pasión junto a nuestra madre en su Firma de Abogados Taveras Abreu Abogados Consultores, lo que me llena de muchísimo orgullo, ver el equipo que han creado y los frutos de sus esfuerzos materializados.

Finalmente, me sentía muy cómoda en el ambiente de trabajo de mi papá siempre que iba, me quedaba por horas mirando las cámaras de la empresa viendo los distintos procesos y departamentos, y cuando tenía el mínimo chance, caminaba por los pasillos haciéndole un millón de preguntas a papi durante cada recorrido, siempre lo he admirado demasiado, en la manera que lidera las empresas y el respeto que se ha ganado de todos sus colaboradores, tal como lo llaman, es un patrón extraordinario.

Fue mi inspiración y mi motivación a estudiar Ingeniería Industrial, no le niego a nadie, tuve que esforzarme mucho en mi carrera para culminarla, muchas veces me arropaban las dudas de si yo iba a ser capaz o dar la talla para eso; descubrí y desarrollé aptitudes y competencias escondidas en mí, que me fueron demostrando de que estaba en el camino correcto. Hoy, como ingeniera industrial, me rodeo de un gran equipo de trabajo, liderado por mi padre, donde disfruto cada día a su lado, aún aprendiendo muchas cosas de él, y claro poniéndole mi sazoncito personal, pues nunca abandono el lema de mi profesión: “Siempre hay una mejor manera de hacer las cosas”.

¿Qué es lo que más admiras de tu madre y abuela?

Debo resaltar que admiro de mi abuela su fortaleza y valentía, la cual a veces me parece heredar un poco de ella. En su caso, mirando en retrospectiva



todas aquellas historias relatadas, en la mayoría de las ocasiones por ella misma, donde la vida la llevó a afrontar adversidades innumerables, pero nada nunca fue suficiente para derrumbar esa confianza en sí misma, en cambio, las enfrentó sin miedo y con determinación. Hoy en día, representa en la vida de muchas personas, en especial su familia, un ejemplo vivo de que con transparencia, disciplina, resiliencia, tenacidad, respeto, honestidad y humildad se puede cosechar una profesión íntegra y de valores inquebrantables.

De mi madre admiro su generosidad, su carisma y su capacidad de gestión, mi mamá me ha enseñado que las cosas no se dejan para último minuto, nunca en la vida la he visto procrastinar algo, porque como siempre me dice la frase del escritor B. Franklin “No dejes para mañana, lo que puedes hacer hoy”; y asumiendo dicha expresión de manera coherente e incansable, esto la ha llevado a cumplir exitosamente, no solo consigo misma, sino también con su familia, sus clientes y amigos, construir un nombre en nuestra sociedad y ser reconocida por desempeñar un trabajo impecable en todos los aspectos de su vida y, de esta manera, ganarse el respeto de todos. También, es deslumbrante su labor social y cómo lo disfruta, siempre pensando en el otro,



entregando lo mejor de ella, llevando alegría a todas partes que va. Pertenece a instituciones no lucrativas, una de ellas el Hogar de Ancianos de nuestra ciudad de Moca, donde sirve y ofrece todos sus recursos profesionales y sociales, para cuidar

a aquellos que necesitan de una asistencia especializada. Sin más decir, admiro a mi mamá por el encantador, sorprendente, maravilloso y extraordinario ser humano que es.

Preguntas para Anny Abreu Díaz de Taveras:

¿Qué es lo que más le enorgullece de su madre y su hija?

De mi madre, siento el orgullo más grande de poder decir: gracias por tu ejemplo de trabajo, de seriedad y entrega que tu legado en vida para mí ha sido. Este es el máspreciado valor que una persona puede tener, ni todos los millones, ni todas las joyas del mundo compensarían el sacrificio de mi madre para forjar una familia como la nuestra. Siempre ha sido dedicada al estudio (siendo profesora de letras de larga data), la poesía, y a su profesión, la cual aun a sus 80 años, sigue ejerciendo, donde ha dejado como política su ejemplo de seriedad. Es quien me ha trazado mis lineamientos de vida y su trayectoria me llena de satisfacción.



De mi hija Laura Esther recuerdo ese apego desde el momento de su nacimiento, ella lloraba y mi mamá me decía “déjame pasártela” y fue instantáneo, la puse en mi pecho y calladita se durmió. Nunca de pequeña rompía nada, solo jugaba y dormía, ahh y comía muy bien, eso sí. Con el tiempo, ella fue forjando su carácter, en la escuela fue meritoria, le gustaba el arte, pintar, tocar piano y jugar voleibol, y en todo se destacaba. Es una excelente hija que ahora es una profesional de la Ingeniería Industrial con Maestría en Dirección de Proyectos. Me enorgullece ver el legado de mi madre en ella, que ahora es suyo y que será responsable de traspasar a sus hijos como el mejor regalo que una madre puede dar.



Preguntas para Dulce María Díaz:

¿Qué consejo le daría a las madres profesionales?

Es oportuno y un gran placer para mí, motivada por la celebración del Día de las Madres, en mi condición de profesional del Derecho y egresada de la primera promoción de la Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra, dirigirme a todas las mujeres profesionales de nuestro país, especialmente a las que tienen el privilegio de ser madres, sin distinción del área científica, tecnológica, liberal o literaria en que desarrollan su actividad, y en mi experiencia de más de 50 años en el ejercicio de la abogacía,

dicho accionar con el ordenamiento jurídico que rige la conducta ciudadana. Soy madre de 7 hijos, todos profesionales, (dos abogados, un médico, dos administradores de empresas, un ingeniero y una psicóloga), quienes con su ejercicio eficiente y responsable en sus áreas elegidas, compensan el sacrificio que implicó para mí la realización, no solo de sus metas, sino la ilusión de merecer el respeto al que ellos se han hecho acreedores.

Por el deprimente escenario que he observado en el desarrollo de las actividades en el sector feme-

nino, con honrosas excepciones, me siento en el deber de hacer un llamado a las mujeres profesionales para que reflexionen profundamente, afianzadas en los principios éticos enseñados en las aulas, a fin de que realicen sus actividades con eficiencia y responsabilidad, apegadas al orden de legalidad y justicia consagrado en nuestro sistema judicial, pues solo así podrán ser acreedoras, no solo al galardón que puedan merecer



he podido comprobar con preocupación y tristeza, la ligereza que frecuentemente exhiben muchas mujeres en el ejercicio de su profesión, apartándose de los más elementales principios aprendidos en sus centros educativos, sin distinción de los nombres o supremacía de estos, con una práctica al margen de todo principio ético, y peor aun, reñido

ante Dios y los hombres, sino además, al respeto y la admiración de sus hijos, para que estos puedan honrarle y llamarle con orgullo: ¡MADRE! A esos fines, considero importante mantener siempre presente aquella frase que dice: “Las palabras convencen, pero los hechos arrastran”.



Preguntas para todas

¿Cómo describirías tu experiencia en la PUCMM?

Dulce María Díaz: En cuanto a mi vivencia en la Universidad, llegué en 1961 a vivir en Santiago desde mi ciudad natal, La Vega, por separarme de mis padres al contraer matrimonio, y un año después entré a la entonces Universidad Católica Madre y Maestra (hoy PUCMM), en la cual recibí el soporte y el abrigo necesarios para atenuar la nostalgia que a tan corta edad envolvía los recuerdos de una infancia feliz. Pero en sus aulas encontré compañeros y profesores en un ambiente de comprensión, armonía y solidaridad, especialmente con mis profesores, quienes con sus cátedras impartidas sabiamente, sellaron mi vida con su ejemplo de honestidad y entrega, de tal forma que, sus enseñanzas y las que recibí en mi hogar paterno, me han servido para desarrollar una vida útil para mi familia y para mi patria.

En sus aulas, la vida también me dio la oportunidad de cultivar y recibir afectos de mis compañeros de clases, génesis de una verdadera amistad que aun permanece, sin importar ni el tiempo ni fronteras, y años tras años nos reunimos sin fallar para conme-

morar la fecha de nuestra graduación (1967), a fin de mantener encendida la llama de afectos y recuerdos nacidos en las aulas universitarias, sin pasar desapercibido el halo de tristeza por el profundo vacío dejado por aquellos que, cumplido su ciclo de vida o los designios del creador, nos han dejado físicamente para siempre, pero su huella imborrable sigue viva en nuestra memoria y en nuestros corazones.

Anny Abreu Díaz de Taveras: Mi experiencia en la universidad fue compartida con tiempo de trabajo y mucho esfuerzo, tenía que estudiar hasta la madrugada tomos enteros de derecho civil, como los de Henri Mazeaud y esos traspasos se extendían hasta bien entrada la mañana, para luego irme a trabajar y después examinarme. En verdad requirió de esfuerzos que hoy recuerdo como una gran experiencia, pero a la vez compensaba todo con los momentos de diversión que siempre provocaban las “juntaderas” de amigos.

Laura Taveras Abréu: Ir a PUCMM era un pasadía para mí, desde las 8 A.M. hasta las 10 P.M. casi todos los días... cuánto estudiar. Pero al mismo tiempo, esta experiencia me regaló muchas personas que



se convirtieron en familia, con las que pasaba horas y horas de estudio, pero también nos tomábamos nuestros recesos de charcha en el quiosco. Nuestro campus, en mi opinión, el mejor del país, hacía que el proceso fuese más fácil, pues en tiempos de exámenes nos la pasábamos en biblioteca estudiando, solos o en grupo, también descansábamos en los espacios recreativos y contábamos con todas las facilidades y necesidades de un estudiante, sin tener que salir de allí, era como estar en casa.

¿Qué recuerdo especial conservas de tu tiempo como estudiante en la Madre y Maestra?

Dulce María Díaz: Entre los recuerdos imborrables que permanecen atados a mi memoria, están aquellos momentos de receso, cuando un grupo nos reuníamos bajo la sombra generosa de un árbol o en un discreto pasillo para exponer nuestras ideas políticas, filosóficas, religiosas o literarias, y en una ocasión, la discusión giró en torno a la teoría de Charles Darwin sobre la Evolución de las Especies, la cual rechacé por mi convicción en la existencia del Dios creador, descrito en el Génesis 1:1 al 13 y 27, y Salmo 19:1 al 7 (La Biblia); y mientras algunos aceptaban que el hombre vino por evolución del mono, yo respondí: pues yo creo en el que hizo el mono. A partir de ese día, jamás se habló en el grupo de la teoría de Darwin, afortunadamente hoy deshecha por la ciencia.

Anny Abreu Díaz de Taveras: Son muchos... recuerdo los profesores que, más que eso, eran verdaderos maestros, nos enseñaban materias y sobre la vida. Recuerdo los compañeros y los amigos de los cuales he conservado hermanos de la vida, que hasta el día de hoy compartimos las penas y alegrías como familia. Eso quiero preser-

varlo como un regalo muy especial de mis tiempos universitarios. Además, conocí el amor de mi vida, quien es mi esposo hace más de 30 años, Omar Taveras López, padre de mis dos hijas y esposo admirable, dedicado y trabajador.

Laura Taveras Abréu: ¡Uff! Muchos momentos especiales, pero sin duda alguna, las personas eran quienes hacían que cada día tuviese ese *je ne sais quoi* que me hace recordar mis tiempos de universidad como los mejores tiempos vividos, profesores increíbles y compañeros excepcionales. Esos días en los que se juntaban los exámenes de Termodinámica y Calidad II con la Doña, la verdadera adrenalina; eran semanas caóticas de estudio intenso, pero todo valía la pena.

La mejor maestra que he tenido en la vida Rosario Bisonó, las clases de Dibujo con el profesor Antonio Bretón, extremadamente divertidas y exigentes a la vez, o los proyectos que nos ponía el profesor Edwin Hernández en la clase de Producción, ponían a prueba nuestras habilidades de liderazgo y trabajo en equipo, no puedo dejar de mencionar al maestro Juan Félix con Estadística I y II, Ingeniería de Métodos también, nos enseñó a ser disciplinados y

las visitas técnicas a NYC gestionadas por los profesores Levis Cabrera y Edwin Hernández, un viaje inolvidable.

Mis grupos de amigos del semestre y mis chicas de TTD, desde el principio hasta el final de la carrera. El compartir estos recuerdos con los amigos más cercanos, es sin duda una de las experiencias más gratificantes que puedo tener, por ello, lo hago parte de este espacio y con esto espero que todos aquellos que pasan por PUCMM puedan enaltecer su alma mater y sentirse orgullosos, como yo me siento hoy.



Voluntariado Fundación Madre y Maestra

Charla “Cuido mi cuerpo”

Impartida a los niños de CONANI – Hogar Masculino



Dra. Vilma Santana, egresada de Medicina de la Pontificia Universidad Madre y Maestra (2021). Miembro del voluntariado de la Fundación Madre y Maestra.

El 21 de abril del año en curso, el voluntariado de la Fundación Madre y Maestra ofreció una charla a los niños del Hogar de Paso Masculino. A continuación, nuestra voluntaria, la dra. Vilma Santana, expresa en sus propias palabras su experiencia:

“Hablar sobre el cuidado del cuerpo y las drogas a los niños de CONANI fue una actividad sencilla, pero crucial para el desarrollo y bienestar de estos niños, a corto y largo plazo. Los niños que crecen en situaciones difíciles, como la orfandad o el maltrato, a menudo enfrentan una serie de desafíos que pueden afectar su salud física y mental. Este tipo de conocimiento les puede proporcionar herramientas

valiosas para tomar decisiones saludables y evitar riesgos innecesarios que pueden enfrentar en su diario vivir.

Durante la charla, me sentí bien recibida, los niños estaban muy interesados y se mantuvieron realizando preguntas. Fue preciso destacar la importancia de cuidar el cuerpo, tanto por dentro como por fuera, se enfatizó en la relevancia de comer alimentos saludables, hacer ejercicio regularmente y tener un sueño adecuado para mantener un cuerpo fuerte y saludable. Al mismo tiempo, fue valioso hablarles sobre los efectos perjudiciales que tienen las drogas en el cuerpo, como daño en los diferentes órganos y al cuerpo en

general. A los niños también se les informó que pueden acudir a personas de confianza si necesitan ayuda.

En la charla, también pude abordar temas más profundos, como la autoestima, la autoimagen, el respeto propio y cómo estos se pueden ver afectados con el consumo de sustancias nocivas al cuerpo. Al enseñar a los niños a amarse y respetarse a sí mismos, pueden estar más seguros de sí y menos propensos a involucrarse en actividades peligrosas, como el uso de drogas. No obstante, me impresionó la seriedad con la que los niños abordan este tema. Conversamos, de que esa vía no es una solución a largo plazo para problemas emocionales o problemas personales, y que existen alternativas saludables para enfrentar los desafíos del diario vivir.

En general, con esta charla sobre el cuidado del cuerpo y las drogas, pudimos proporcionar herramientas vitales para los niños de CONANI, ayudándolos a tomar decisiones sanas y promoviendo su bienestar general. Si se les brinda la información adecuada y se les apoya de manera continua, pueden estar mejor preparados para enfrentar el día a día y tener una vida más saludable y plena.”

Equipo de la Fundación

Madre y Maestra



Dra.
Mercedes
Carmen
**Capellán
de Lama**
Presidente



Ing. Edwin José
Hernández Lantigua
Director Ejecutivo



Lic. Viviana
Núñez Espinal
Asistente Ejecutiva
✉ vnunez@pucmm.edu.do
☎ Ext. 4494



Ing. Ayleen
Frías de Peña
**Coordinadora de
Proyectos**
✉ ayfrias@pucmm.edu.do
☎ Ext. 4302



Lic. Janirys
Santos Mejía
**Encargada de Servicios
al Egresado**
✉ jasantos@pucmm.edu.do
☎ Ext. 4410



Lic. María M.
Nova Ulloa
**Coordinadora de Medios
Electrónicos**
✉ marianova@pucmm.edu.do
☎ Ext. 4188



Lic. Rosa M.
Bueno Frías
Soporte a Egresados
✉ rbueno@pucmm.edu.do
☎ Ext. 5180



¿Buscas empleo?

La Fundación Madre y Maestra desde el Programa de Vinculación de Egresados, cuenta con una **plataforma de empleo** donde, tanto egresados como estudiantes, pueden registrarse gratuitamente.

Click aquí

SIGUENOS EN
**NUESTRAS
REDES:**



@EgresadosPUCMM

Para más información

de estas y otras actividades:



809-580-1962, exts. 4302 y 4410



Egresados@pucmm.edu.do



Egresados.pucmm.edu.do

EGRESADOS PUCMM