

ANA
FRANCISCA
VEGA

CORAZÓN DE

MEXICANOS

como

YO

© 2021, Ana Francisca Vega Valdés

Diseño de portada: Planeta Arte & Diseño / Bruno Valasse

Diseño de interiores: Carmen Irene Gutiérrez Romero

Adaptación de interiores e ilustraciones a línea: Eunice Tena Jiménez

Ilustraciones de interiores: Anxelica Alarcón

Fotografía de la autora: © Pablo Valero

Derechos reservados

© 2021, Editorial Planeta Mexicana, S.A. de C.V.

Bajo el sello editorial PLANETA M.R.

Avenida Presidente Masarik núm. 111,

Piso 2, Polanco V Sección, Miguel Hidalgo

C.P. 11560, Ciudad de México

www.planetadelibros.com.mx

Primera edición impresa en México: octubre de 2021

ISBN: 978-607-07-8054-7

Las ilustraciones de la página 213 fueron basadas en:

Ritchie Valens, 1959, Del-Fi Records.

Juan Gabriel en el Palacio de Bellas Artes, 1990: BMG Ariola// Sony Music

La ilustración de la página 193 está basada en la escultura de Patrociño Barela

Las ilustraciones de la página 155 están basadas en diseños de Manuel Cuevas

No se permite la reproducción total o parcial de este libro ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.

La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Arts. 229 y siguientes de la Ley Federal de Derechos de Autor y Arts. 424 y siguientes del Código Penal).

Si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra diríjase al CeMPro (Centro Mexicano de Protección y Fomento de los Derechos de Autor, <http://www.cempro.org.mx>).

Impreso en los talleres de Litográfica Ingramex, S.A. de C.V.

Centeno núm. 162, colonia Granjas Esmeralda, Ciudad de México

Impreso y hecho en México – *Printed and made in Mexico*

Índice

PRÓLOGO	10
BRENDA VILLA	12
ALBERT BAEZ	16
DOLORES DEL RÍO	22
ANTHONY QUINN	26
DOLORES HUERTA	30
BENJAMIN ALIRE	34
ELLEN OCHOA	38
CÉSAR CHÁVEZ	44
EVA LONGORIA	48
ALFREDO QUIÑONES-HINOJOSA, «DR. Q»	52
EVELYN CISNEROS	58
EDWARD JAMES OLMOS	62
FRANCE A. CÓRDOVA	66
ELOY RODRIGUEZ	70
GLORIA E. ANZALDÚA	74

GEORGE LOPEZ	78
JOAN BAEZ	82
J. ANDRÉS BALLESTEROS	86
JUDY BACA	90
JAIME LUCERO	94
LIZZIE VELASQUEZ	100
JAVIER FERNÁNDEZ-HAN	104
LUZ ELENA MENDOZA	108
JORDI MUÑOZ	112
LYDIA VILLA-KOMAROFF	116
JORGE RAMOS	120
LYNDA CARTER	124
JOSÉ HERNÁNDEZ	128
MARIA CONTRERAS-SWEET	132
JUAN FELIPE HERRERA	136
NANCY LOPEZ	140

JULIO URÍAS.....	144
ROSARIO MARÍN.....	148
MANUEL CUEVAS.....	152
SANDRA CISNEROS.....	156
MARK GONZALES.....	160
SELENA QUINTANILLA.....	166
OCTAVIANO LARRAZOLO.....	172
SNOW THA PRODUCT.....	176
OSCAR DE LA HOYA.....	180
SOPHIE CRUZ.....	184
PATROCIOÑO BARELA.....	190
SYLVIA MENDEZ.....	194
RICHARD DUARDO.....	198
TRACI DES JARDINS.....	206
RITCHIE VALENS.....	212
XIYE BASTIDA.....	216
RODOLFO «CORKY» GONZALES.....	220
YNES MEXIA.....	224
LOS SOÑADORES.....	230

Brenda Villa

Jugadora de
waterpolo y
medallista olímpica

(COMMERCE, CALIFORNIA,
18 DE ABRIL DE 1980)



Brenda tenía ocho años cuando descubrió que existía un deporte llamado waterpolo. Su hermano mayor comenzó a jugarlo y ella quería imitar todo lo que él hiciera, así que decidió intentarlo y le encantó!

Rápidamente se convirtió en una muy buena jugadora, por lo que llamó la atención de entrenadores y escuelas que la buscaban para que compitiera en sus equipos. Para ella también era muy importante estudiar y sacar buenas calificaciones, así que entre las clases y la alberca sus días eran muy ocupados!

Cuando llegó a la universidad, entrenó muy duro para poder clasificar a los Juegos Olímpicos de Sídney 2000, en Australia. Con 20 años, fue la mejor goleadora de su equipo y Estados Unidos ganó la medalla de plata. «Es para mí un honor representar a todos los estadounidenses, pero en especial a todos los latinos de Estados Unidos, porque mis padres emigraron de México a este país y, por ello, representar a cada persona que es como yo es especial», dijo en esa ocasión.

Su talento y dedicación la llevaron a tres Juegos Olímpicos más: Atenas en 2004, Pekín en 2008 y Londres en 2012; fue en estos últimos que el equipo estadounidense se llevó la medalla de oro en un durísimo partido en contra de España. Antes de cada juego le gusta escuchar música, ¡incluso tiene una lista de reproducción para ese momento! «Me ayuda a relajarme y a recordar el plan para ese juego; me pongo mis audífonos y visualizo el partido. ¡Es muy importante visualizar las cosas antes de hacerlas!», asegura.

Brenda es la máxima goleadora de waterpolo en la historia de los Juegos Olímpicos y entró al Salón de la Fama Internacional de Natación y al Salón de la Fama de Waterpolo de Estados Unidos en 2018.

¡Qué mejor que prepararse para una tarea difícil con buena música! A Brenda este pequeño ritual la ayuda a pensar en el partido y a tener una actitud relajada. ¿Qué te gusta escuchar antes de una actividad que sabes que necesita todo tu esfuerzo?

23:00

Nombre de la lista:

Descripción:

00:00 05:64

1. 03:56

2. 03:43

3. 02:40

4. 03:59

5. 02:43

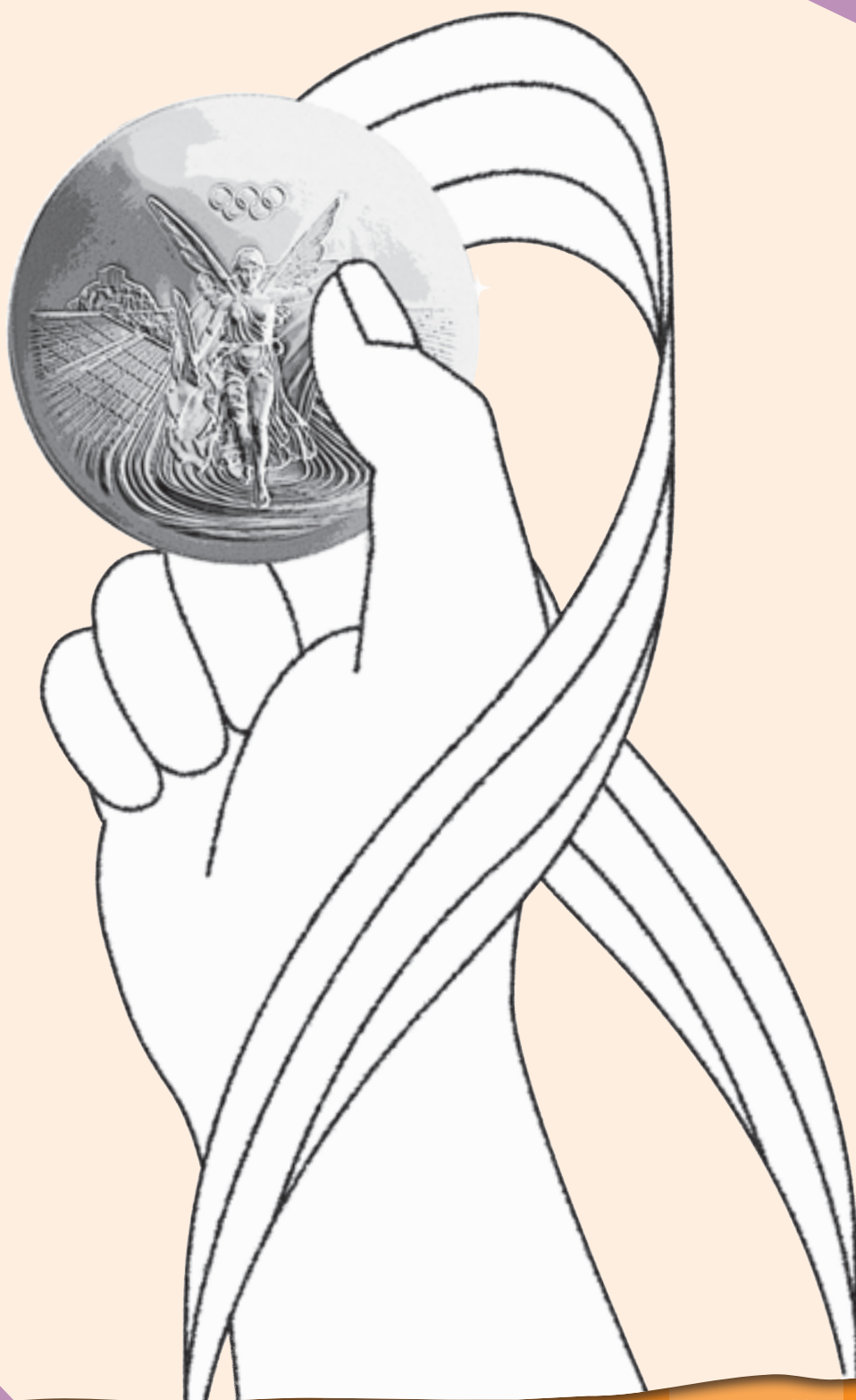
6. 02:30

7. 02:43

8. 03:56

9. 03:59

10. 04:43





«Ponerle tanto énfasis
en los estudios como en
el deporte es lo que me
ayudó a ganar una beca
para la universidad
y ganar todas las
medallas que tengo».

Albert Baez

INVENTOR DEL
MICROSCOPIO DE RAYOS X
(Puebla, México, 15 de noviembre
de 1912 - California,
20 de marzo de 2007)



Quienes lo conocieron dicen que hay tres virtudes que describían a la perfección a Albert: curiosidad, creatividad y compasión. Nació en Puebla, México, pero apenas a los dos años se mudó con su familia a Texas y después a Brooklyn, Nueva York, en donde durante la adolescencia descubrió su amor por las matemáticas y la física. A Albert le encantaba aprender y buscaba siempre responder las miles de preguntas que su insaciable curiosidad le planteaba.

Tenía claro que quería convertirse en científico, así que fue a la universidad, en donde se preparó durante varios años para eso. Todavía como estudiante, y junto a su profesor Paul Kirkpatrick, Albert desarrolló en 1948 el microscopio de rayos X con el que pudieron examinarse células vivas por primera vez en la historia. La técnica desarrollada por Albert y Paul todavía se utiliza, en especial en los campos de la astronomía y la medicina.

Cuando terminó sus estudios, alrededor de 1950, el mundo se encontraba en plena Guerra Fría: una época de mucha tensión durante la cual los científicos como él con frecuencia terminaban trabajando para la industria militar, desarrollando nuevos y poderosos armamentos para sus países.

A pesar de todo el dinero que hubiera podido ganar trabajando para el desarrollo de armas, Albert se rehusó a participar en lo que llamaba «industria de la guerra» y se declaró abiertamente pacifista. Por ello, además de continuar con su trabajo científico, decidió dedicar su vida y esfuerzos a enseñar a niños y jóvenes, en particular de países y regiones pobres, sobre la importancia de la ciencia y la educación para su desarrollo.

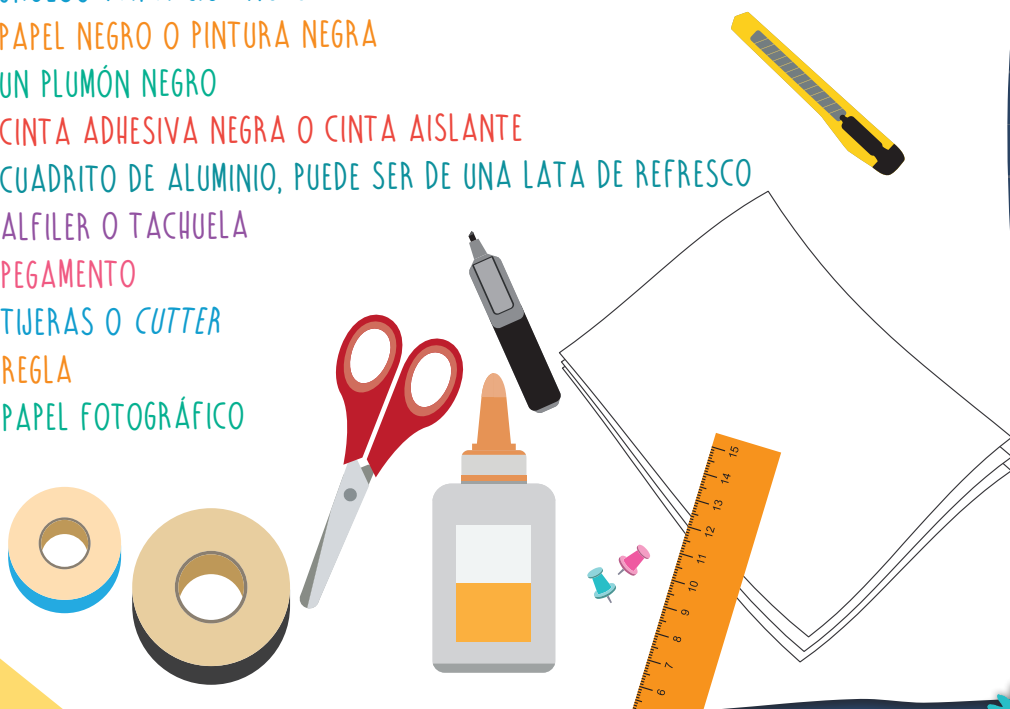
¿Alguna vez has pensado que la física está en todo lo que hacemos? ¡Sí! Por más sorprendente que parezca, todo el tiempo estamos interactuando con algo relacionado a ella, ya que es la ciencia que estudia las propiedades de la materia. Pero ¿materia? ¡Claro! En la física se entiende como materia todo aquello que nos rodea, porque existe en un espacio y tiene masa, peso y volumen.

La óptica es una rama de la física que estudia la luz y los colores. ¿Has escuchado de las cámaras estenopeicas? Consiste en una cámara con un pequeño orificio, en lugar de un lente, por donde entra la luz.

¡Haz tu propia cámara estenopeica! Pide ayuda a un adulto para realizar los cortes necesarios.

NECESITARÁS:

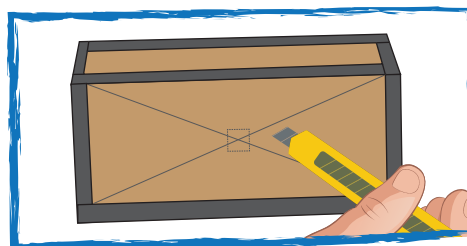
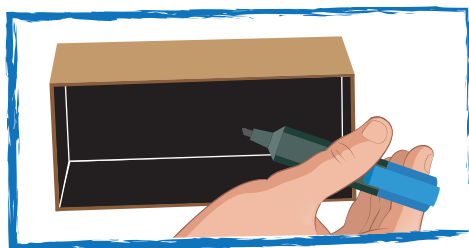
- UNA CAJA DE CARTÓN PARA QUE SE CONVIERTA EN TU CÁMARA. PUEDE SER UNA CAJA DE ZAPATOS O ALGO MÁS PEQUEÑO, LO IMPORTANTE ES QUE SEA DE CARTÓN GUESO PARA QUE NO SE FILTRE LA LUZ
- PAPEL NEGRO O PINTURA NEGRA
- UN PLUMÓN NEGRO
- CINTA ADHESIVA NEGRA O CINTA AISLANTE
- CUADRITO DE ALUMINIO, PUEDE SER DE UNA LATA DE REFresco
- ALFILER O TACHUELA
- PEGAMENTO
- TIJERAS O CUTTER
- REGLA
- PAPEL FOTOGRÁFICO



PASOS A SEGUIR:

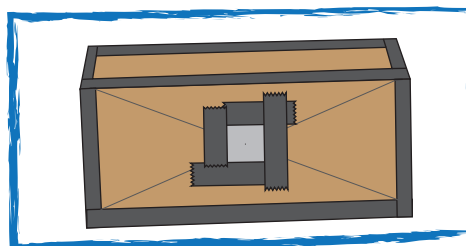
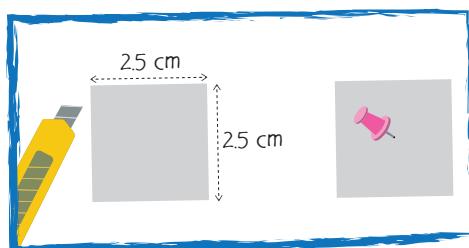
1. Primero debes crear una caja a prueba de luz. Para esto necesitas forrar el interior de tu caja con papel negro. Si quedan espacios descubiertos puedes rellenarlos con el plumón negro o con la cinta; también puedes pintar el interior de la caja con pintura acrílica, si te parece más sencillo. Cubre los bordes exteriores con cinta para asegurarte de que realmente no entre luz por ningún lado.

2. En la base de la caja traza líneas de una esquina a otra (la opuesta) para que, en la intersección de las mismas, marques el centro. Ahí mismo traza un cuadro de un centímetro por lado y recorta su interior con cuidado. Asegúrate de que al hacerlo no levantes el papel negro o la pintura en la parte interior. Si esto ocurre, puedes usar cinta o plumón negro para volver a cubrirlo.



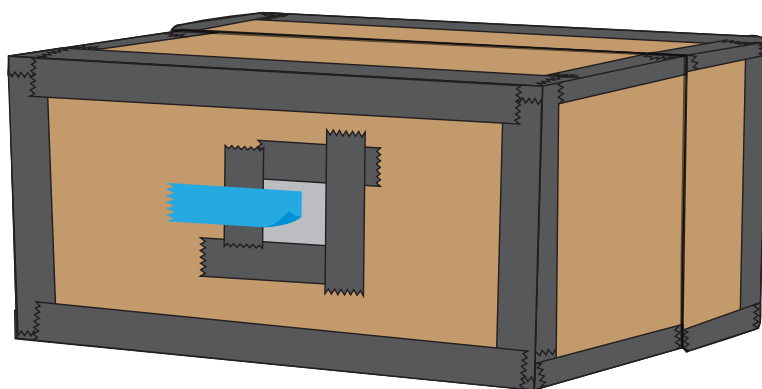
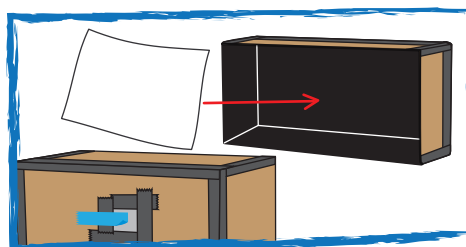
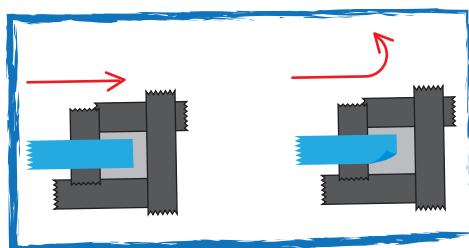
3. Con mucho cuidado, corta un cuadrado de aluminio de 2.5 centímetros por cada lado. Si es de una lata de refresco, asegúrate de lavarla antes. Utiliza el alfiler o una tachuela y perforalo con delicadeza para que la luz pase por ese agujero. Este debe ser pequeño, así que con que introduzcas el primer cuarto del alfiler o la tachuela será suficiente.

4. Coloca ese cuadrado de aluminio sobre el agujero que hiciste al centro de la caja, en la parte exterior. Pégalos con cinta para cubrir los bordes del aluminio.



5. Necesitas crear un obturador, es decir, el dispositivo que controla el tiempo en el que la luz pasa. Para ello, puedes cubrir con cinta el agujero y doblarla en un extremo para poder despegarla fácilmente.

6. ¡La cámara está lista! El siguiente paso es colocar papel fotográfico dentro de la caja, en la cara opuesta al agujero. Para asegurarte de que se quede en su lugar, puedes emplear cinta doble cara o la que estés utilizando para este proyecto.



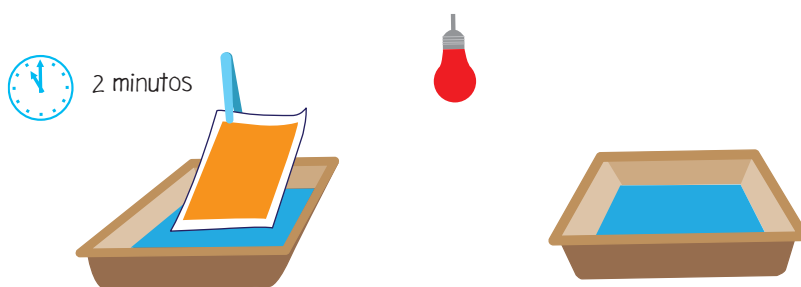
CÓMO UTILIZAR LA CÁMARA ESTENOPEICA:

1. Coloca la cámara en un lugar fijo para evitar desenfoques en tu fotografía.
2. Abre el obturador, es decir, retira la cinta negra que cubre el agujero en el aluminio.
3. Espera 30 segundos y cierra el obturador, pegando la cinta en su lugar. Este es un tiempo estimado, puedes realizar otras pruebas jugando con el tiempo.
4. Deja el papel fotográfico en la caja hasta que llegues a un espacio oscuro donde puedas extraerlo. Esto es muy importante para no dañar tu fotografía.

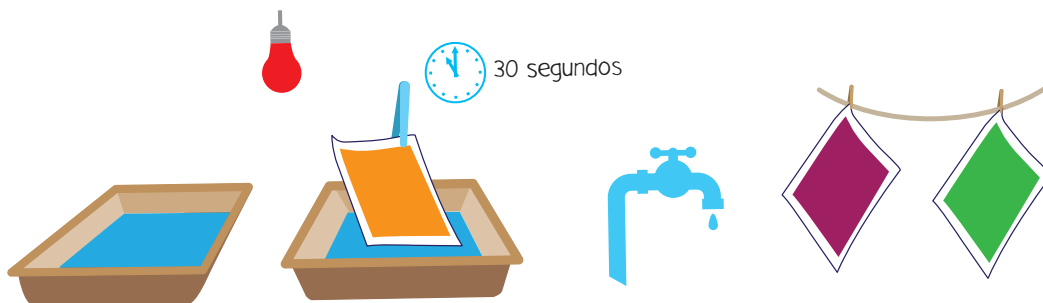
PARA REVELAR TU FOTOGRAFÍA:

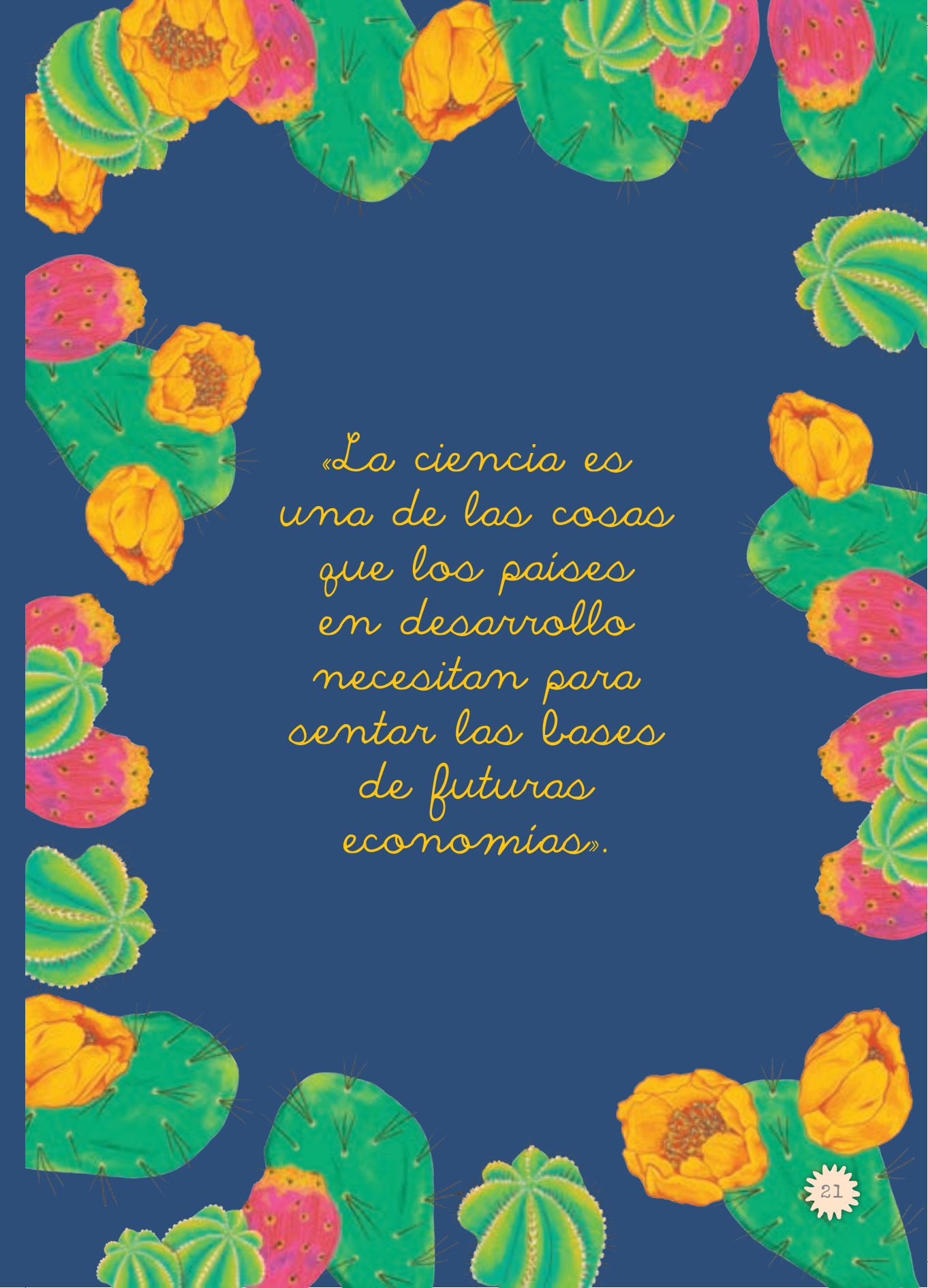
PUEDES PEDIR ASISTENCIA EN UN CENTRO DE REVELADO O CREAR TU PROPIO CUARTO DE REVELADO. SI DECIDES HACERLO, POR FAVOR, HAZLO CON AYUDA Y SUPERVISIÓN DE UN ADULTO.

1. Para esto, lo primero que debes tener es un cuarto completamente oscuro. Tal vez hayas visto uno en alguna película. Para ayudarte a ver, puedes instalar una luz de seguridad roja, así no se dañará tu papel fotográfico.
2. Necesitarás dos bandejas para colocar dos líquidos especiales: una con líquido de revelado y otra con solución fijadora. El primero sirve para iniciar el proceso y el segundo para fijar el revelado.
3. Coloca tu fotografía en la primera bandeja y déjala reposar dos minutos.



4. Con pinzas de cocina para no tocar ningún líquido, retira la fotografía e introdúcela en la segunda bandeja con la solución fijadora. Déjala reposar solo por 30 segundos.
5. Retírala con las pinzas y enjuágala con agua. Puedes colgarla en un tendedero para dejarla secar y listo, tienes tu negativo para revelar.



A decorative border of various cacti and flowers in shades of green, yellow, orange, and pink, set against a dark blue background. The cacti have different shapes, including round, oval, and columnar, and some have spines. The flowers are in various stages of bloom.

*«La ciencia es
una de las cosas
que los países
en desarrollo
necesitan para
sentar las bases
de futuras
economías».*