

PROYECTO UNAM

Texto: Roberto Gutiérrez Alcalá
robargu@hotmail.com



Conferencia magistral

El Instituto de Investigaciones Históricas de la UNAM invita a la conferencia magistral “Érase una vez: un breve cuento sobre los que se asentaron y poblaron y los que conquistaron”, que impartirá Tamar Herzog, de la Universidad de Harvard, el 20 de agosto, a las 12:00 horas, en el Salón de Actos del citado instituto, en Ciudad Universitaria. Informes en el correo electrónico difih@unam.mx

Ganan certamen de ingeniería civil en Estados Unidos

Carlos Alberto Ibarra, Jesús Alejandro Márquez, Sara Palma y Juan Carlos García, estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la UNAM, obtuvieron el primer lugar general del *Blue Sky Competition Contest*, convocado por la American Society of Civil Engineers, con su propuesta de una ciudad flotante construida en medio del océano, completamente sustentable. Es la primera vez que una universidad mexicana gana uno de los premios de este certamen, cuyo objetivo es, entre otros, identificar ideas visionarias que aborden los desafíos de la ingeniería a largo plazo.



Lumbalgia: incapacidad laboral y ausentismo

En el mundo, alrededor de 600 millones de adultos de 30 a 50 años son propensos a sufrir dolor en la parte baja de la espalda o lumbalgia. La prevalencia de este padecimiento, cuyas causas son variadas, aumenta en la medida en que avanza la edad; cuando no es tratado adecuadamente, puede ocasionar recaídas frecuentes e impedir que la persona realice sus actividades cotidianas. Según Sergio Alberto Mendoza, académico de la Facultad de Medicina de la UNAM, se trata de un problema de salud pública porque disminuye la capacidad laboral y provoca ausentismo.



Este año, el premio Pritzker, el más importante y prestigioso en el campo de la arquitectura, recayó en el japonés Arata Isozaki, quien nació en Oita, en la isla de Kyushu, el

23 de julio de 1931, y estudió en la Universidad de Tokio.

Al finalizar sus estudios, Isozaki trabajó con el conocido arquitecto Kenzo Tange, uno de sus profesores en la carrera, hasta 1963, cuando decidió establecer su propio despacho.

Para contextualizar la forma en que Isozaki fue cimentando su formación académica y profesional se debe tomar en cuenta que le tocó vivir el periodo anterior a la Segunda Guerra Mundial, así como los horrores de ésta y la época de posguerra.

“La condición de Japón antes, durante y después de la guerra influyó en su concepción del mundo y en la manera de entender cómo la arquitectura puede ser un vehículo para transformarlo”, señala Emilio Canek Fernández Herrera, coordinador del Colegio Académico de la licenciatura en Arquitectura de la Facultad de Arquitectura de la UNAM.

Concepto del *ma*

De acuerdo con Fernández Herrera, en varios artículos que ha escrito, Isozaki habla de un concepto japonés tradicional —el concepto del *ma*— que hace referencia al espacio o vacío que hay entre los objetos.

“El concepto del *ma* fue decisivo para que Isozaki asumiera que el vacío entre las cosas también podía remitirse a lo que quedó en Japón después de la guerra; es decir, se percató de que el vacío permitía reconfigurar y reestructurar toda la cultura japonesa y proyectarla hacia el futuro.”

Isozaki tiene una visión tradicional japonesa, pero también una visión occidental, abierta al mundo. Por eso se le considera el más occidental de los arquitectos orientales. Gracias a esta doble visión ha construido un diálogo muy fluido entre oriente y occidente, al grado que su arquitectura puede encajar muy bien en las ciudades occidentales más vibrantes, como Los Ángeles o Sidney.

“Esta doble visión le ha dado a sus obras una gran apertura, aunque también un carácter un tanto camaleónico. En ellas no reconocemos un estilo que, a fuerza de repetirse, va forjando una línea monolítica, sino adecuaciones, reflexiones constantes y mutaciones. Algunas de sus obras recientes son completamente ajenas a lo que construyó en sus inicios”, dice Fernández Herrera.

Obras y gestoría

Entre las obras tempranas de Isozaki sobresale el croquis y la maqueta de “La ciudad en el aire” (1961), ambos conformados por edificios que a partir de una sola estructura pueden tener crecimientos casi biológicos.

“La ciudad en el aire” se encuadra dentro de la corriente metabolista, la cual se originó en Japón hacia 1959 para plantear cómo podría ser la ciudad del futuro. Casi todos los proyectos de esta corriente no se construyen, sólo son hipótesis imaginarias. De todos modos van quedando aspectos de ellos que consolidan una lógica proyectual que después se desarrolla”, apunta el académico universitario.

Otras obras relevantes de Isozaki son la Biblioteca de la Prefectura de Oita, su ciudad natal, y Ark Nova, una sala de conciertos inflable y transportable que creó en colaboración con



“La ciudad en el aire”.

Es el autor de creaciones como “La ciudad en el aire”, conformada por edificios que a partir de una sola estructura pueden tener crecimientos casi biológicos

La obra de Arata Isozaki, premio Pritzker 2019



Ark Nova por fuera.



Ark Nova por dentro.

Anish Kapoor, escultor británico nacido en la India.

“Isozaki y Kapoor hicieron esta obra con la mente puesta en los sismos que ocurren en Japón. Ark Nova puede ser un refugio, pero en realidad es una pieza escultórica que proyecta belleza sobre la destrucción. Me parece que habla de la mutabilidad que se percibe en el quehacer arquitectónico del japonés”, indica Fernández Herrera.

En 2011, Isozaki terminó de hacer el Centro Nacional de Convenciones de Qatar. Al respecto, el académico comenta: “Esta obra es interesante no tanto por su arquitectura como por la decadencia isozakiana que refleja. En ella, Isozaki se repite a sí mismo y trata de construir fórmulas que obedecen al derroche de recursos que se da en los países petroleros.”

El arquitecto japonés destaca también por su labor de gestión para llevar a cabo proyectos en los que participan renombrados arquitectos de otros países, como Jean Nouvel, Steven Holl y Rem Koolhaas. Uno de esos proyectos es Nexus, un conjunto de viviendas en las afueras de Fukuoka, Japón.

“En efecto, Isozaki es el gran gestor que ha hecho posible que muchas obras surjan y se conviertan en un referente de la arquitectura contemporánea”, finaliza Fernández Herrera. ●



Arata Isozaki.

“Isozaki abrió un extenso panorama para que podamos entender otras arquitecturas, aprender de ellas y saber que la tradición y la historia pueden consolidarse en obras contemporáneas”

EMILIO CANEK FERNÁNDEZ HERRERA
Coordinador del Colegio Académico de la licenciatura en Arquitectura de la Facultad de Arquitectura de la UNAM

¿Qué hacemos con la ansiedad?

Federico está a punto de presentar un examen de matemáticas para el cual no se preparó como hubiera tenido que hacerlo. Durante la noche tuvo insomnio y, ahora que va en un camión de pasajeros rumbo a su escuela, experimenta dolor de estómago, así como palpitaciones cardíacas y sudoración en las manos. Es evidente que Federico padece un cuadro típico de ansiedad.

“La ansiedad es una respuesta normal del organismo ante una situación de estrés o miedo. Se manifiesta mediante reacciones fisiológicas. Sin embargo, cuando comienza a limitar las actividades cotidianas de una persona es porque ya alcanzó un nivel patológico”, dice María Santos Becerril Pérez, académica de la Facultad de Psicología de la UNAM.

Con la ansiedad patológica surgen reacciones tanto fisiológicas como cognitivas o emocionales.

“En este caso, las reacciones fisiológicas podrían ser dolor de estómago constante y sudoración excesiva en las manos; y las cognitivas o emocionales, pensamientos de que, sin duda, algo malo le pasará a la persona, por lo cual es posible que decida permanecer encerrada en su casa y cancelar su vida normal”, añade Becerril Pérez.

Si este estado ansioso patológico se prolonga demasiado tiempo, puede desembocar en un trastorno de ansiedad o en una fobia específica, es decir, en un temor intenso, irracional y enfermizo hacia algo que representa poco o ningún peligro real.

¿Cómo se puede entrenar la mente para procesar mejor la ansiedad? La académica universitaria responde: “Lo primero es hacer un análisis previo de la situación que la genera. Por ejemplo, si el hecho de entrar en un elevador me pone ansiosa, debo reflexionar y convencerme de que, en realidad, no repre-

senta ningún peligro para mí. También debo prepararme antes de encarar dicha situación de ansiedad, haciendo algunos ejercicios de respiración y pensando que el resultado será positivo. Esto ayudará a que mi cuerpo esté más relajado.”

Se recomienda acudir con un psicólogo cuando un estado de ansiedad persiste durante un par de semanas, pues, si no recibe ayuda profesional, la persona afectada corre el riesgo de desarrollar, como ya se dijo, un trastorno de ansiedad o una fobia específica.

“Si ya pasó ese par de semanas y la persona se mantiene bajo un estado de ansiedad que no cesa, debe buscar a un psicólogo para que le haga una valoración y la ayude a poner en práctica estrategias que la tranquilicen”, añade Becerril Pérez.

En nuestra convulsa y agitada época, las aglomeraciones, la prisa, el tráfico, la violencia, la inseguridad, la competencia en todos los órdenes de la vida, incluso las innumerables actividades recreativas que no pocos individuos asumen como una obligación y que no les permiten descansar a plenitud, generan

estrés y, por consiguiente, ansiedad.

Y si ésta no es atajada a tiempo, puede llegar a ser incapacitante, en cuyo caso debe tratarse con medicamentos (ansiolíticos) recetados por un psiquiatra.

Aunque la ansiedad y la depresión no necesariamente van de la mano siempre, sí se presentan juntas con alguna frecuencia. De esta manera, al verse dominada por la ansiedad y sentirse incapacitada para llevar a cabo sus actividades cotidianas, una persona puede caer en un tristeza profunda y, luego, en un franco estado emocional depresivo.

“Es importante que las personas aprendan a reconocer en su cuerpo las reacciones fisiológicas de la ansiedad (palpitaciones cardíacas y sudoración en las manos, entre otras) ante una situación adversa o estresante. Estas reacciones son llamadas de alerta que nuestro organismo emite para que les pongamos atención y no las dejemos pasar, porque, de lo contrario, aparecerá en nosotros un cuadro cada vez más severo de ansiedad”, finaliza Becerril Pérez. ●