

inter(*medio*)

LA VOZ
DE MICHOACÁN

DOMINGO
13 de julio / 2025

MARCELA BRIZ: *Diplomacia, cocina y tradición*

PÁGS. 4 Y 5

ALIMENTO Y LIBERTAD:
El poder oculto de los vegetales



No. 13 · Domingo 13 de julio / 2025

Inter(medio) es una publicación dominical de Consultoría y Desarrollo Huella Digital. Agencia cultural facilitadora para el desarrollo de proyectos en el ámbito creativo.

Imagen gráfica: Elizabeth Treviño
Edición: Yazmin Espinoza
Diseño: Rafael Aguilar
Editor de fotografía: Víctor Ramírez



<https://www.consultoriahuelladigital.com>
huelladigitalconsultoria@gmail.com
WA. 443 7365432
FB. Huella Digital
IG. Inter(medio)

LA VOZ
DE MICHOACÁN

Álvaro Medina González
Director General

María Graciela Medina González
Gerente General

www.lavozdemichoacan.com.mx
FB. La Voz de Michoacán
IG. La Voz de Michoacán

Contacto y oficinas:
Periodismo (Matriz)
Avenida Periodismo José Tocavén
Lavín No. 1270 Colonia Agustín Arriaga
Rivera CP 58190
Oficina: 443-3225600 ext. 1037 y 1059
Correo electrónico:
desplegado@vozdemichoacan.mx

ARTE&CULTURA

El arte de dirigir orquestas

Yazmin Espinoza

Cada 13 de julio se celebra el Día Internacional del Director de Orquesta, una figura muchas veces envuelta en el misterio del gesto, el oído fino y la energía contenida. Desde el podio, un director no solo da indicaciones técnicas: crea un puente entre la partitura y la emoción colectiva, entre el compositor y el público, entre decenas de músicos y un solo sonido. La dirección orquestal es una coreografía del intelecto, la sensibilidad y la escucha atenta; una forma de liderazgo que no grita, sino que persuade, organiza, inspira.

Entre quienes han hecho de esta tarea un oficio de entrega y conocimiento está Miguel Salmón del Real, uno de los directores más sólidos de su generación. Compositor, musicólogo e investigador, ha dirigido más de 45 orquestas en 15 países y ha estrenado más de 150 obras del siglo XXI, muchas de ellas de autores mexicanos. Además, ha rescatado partituras históricas y colaborado activamente como articulista y conferencista. Su vínculo con Michoacán fue clave en su desarrollo como director titular, y es parte de una trayectoria marcada por la pasión por el arte sonoro y su complejidad humana.

Este 13 de julio, en el marco de la efeméride, Salmón del Real ofrecerá una conferencia-concierto titulada Fue un 13 de julio, en el Museo Soumaya, en honor al compositor, director e inventor mexicano Julián Carrillo. Pero antes, conversó con Intermedio sobre su camino en la música, el poder de la batuta y la vigencia de lo sinfónico en un mundo cada vez más digital.

¿Qué lo motivó a convertirse en director de orquesta?

Escogí la dirección de orquesta de forma gradual y circunstancial, al darme cuenta de que constituía la actividad musical que exigía un mayor número de habilidades y conocimientos en diversos campos musicales. Quería ser todo lo que la música permite: intérprete, tocar varios instrumentos que aprendía desde niño de manera autodidacta, y por supuesto compositor y director. Es la vida la que nos va llevando, con el tiempo limitado, y la dirección de orquesta llegó de manera natural. Me permitió aplicar lo que había aprendido durante todos esos años



desde la infancia. Saber un poco de muchas cosas me apasionó, especialmente asumir el papel del líder, del coordinador, del realizador, del intérprete, de quien conjunta todas las partes en un todo. Conocer un poco de todos los instrumentos, sin saber más que los especialistas, implica ofrecer cohesión, coherencia y armonía al grupo. Y bueno, he tratado de seguir desarrollándome en ese sentido.

¿Cómo ha evolucionado su forma de dirigir a lo largo de los años?

A lo largo de la vida se estudia de manera continua; eso nunca acaba. Hay un sinfín de partituras por estudiar, y toda la vida no alcanzaría para escuchar la música clásica compuesta a lo largo de la historia. Además, junto con las partituras hay muchas materias humanísticas que uno debe conocer como intérprete: los idiomas extranjeros, los estilos de interpretación, la armonía, el contrapunto, las formas musicales. Y algo de lo más complejo: la psicología del ser humano, la psicología de los grupos y sus dinámicas. Entonces, uno va evolucionando con más conocimiento, con más estudio y, sobre todo, con más práctica. Muchos hablan de las horas de vuelo; es lo mismo, son horas de podio. Me gusta inventar ese término porque describe perfectamente el proceso de aprendizaje, son horas dirigidas, horas de experiencia activa.

¿Qué le dejó trabajar con una orquesta como la de Michoacán?


Haber trabajado con la Orquesta Sinfónica de Michoacán fue muy especial para mí porque constituyó mi primera titularidad como director de orquesta en México. Ocurrió apenas un par de años después de haber regresado de Europa, donde pasé siete años estudiando. Aunque regresé a la Ciudad de México, escuché sobre el concurso de composición que organizaba la Secretaría de Cultura y me asombró su iniciativa y transparencia. Nunca olvidaré al gran jefe que tuve, Aguilar Cortés, porque coordinó y organizó la votación de los músicos de la orquesta y un concierto en el que cada candidato debíamos dirigir, además de una entrevista donde teníamos que exponer nuestra visión para la orquesta.

Fue una hermosa llegada en 2012, a mis 33 años. En ese momento me convertí en el director titular más joven del país al frente de una orquesta profesional. Esta experiencia me enseñó a programar, a ensayar constantemente con un ritmo mucho más intenso. Puede compararse con lo que hace un conferencista, pero aquí era dar una charla diferente cada semana. Además, hay que saber de administración, de psicología, de resolución continua de problemas, de obtención de fondos para llevar a cabo las temporadas, problemas técnicos, musicales, pero paradójicamente la mayoría del tiempo se emplea en resolver problemas humanos, organizacionales, de recursos. Todo ello para que al final de la semana, ese viernes de concierto, se eleven las almas de todo ese público reunido. En la oscuridad del teatro muchas veces no se pueden distinguir las caras, pero cuando el espacio se ilumina y uno voltea, todo cobra sentido.

Haber dirigido la Orquesta Sinfónica de Michoacán entre 2012 y 2015 me dejó una gran formación como artista, pero también como funcionario. Sin duda, uno de los periodos más felices de mi vida fue en Michoacán.

En un mundo cada vez más digital, ¿cómo ve el futuro de la música sinfónica y de la figura del director?

He reflexionado mucho al respecto en un ensayo personal que titulé "La condición metamoderna", refiriéndome a la sociedad actual: una sociedad hiperconectada e hiperestimulada que no vive más conectada, sino simplemente más estimulada. La gente está sin estar, y los medios digitales nos dan esa sensación. Es la paradoja de hablar sin comunicarse, hablar sin decir. Es el siglo XXI heredando los males del siglo XX que el psicoanálisis y la sociología calificaron como "el mal del siglo". Esto no ha hecho sino agudizar la angustia, la depresión y la soledad. En ese contexto, la música clásica es más necesaria que nunca, y los medios digitales no pueden sustituir la emoción de un concierto en vivo. La reunión masiva del público, el aplauso, el reconocimiento a los artistas en el escenario es

insustituible. En la pandemia aprendimos que ninguna tecnología logra transmitir esa emoción completamente, sin embargo, también es cierto que lo digital ha ayudado muchísimo a la difusión y el conocimiento: paradójicamente, hoy más gente que nunca conoce la música clásica y la ópera. Por lo tanto, reafirmo la necesidad de la música clásica, de todo lo que es eterno y que habla al espíritu: nunca fue más necesaria que en tiempos como los de hoy. 

miguelsalmondelreal@gmail.com
@miguel_delreal_conductor



ENTREVISTA

Marcela Briz y los fuegos de la cocina mexicana

Yazmin Espinoza

Marcela Briz no sólo ha sabido mantener viva la tradición culinaria mexicana *El Cardenal*, uno de los restaurantes más emblemáticos del país, sino que también ha defendido la gastronomía como un espacio de identidad, memoria, política y resistencia. Politóloga de formación y cocinera por herencia, Briz entiende que detrás de cada platillo hay una historia colectiva que merece ser contada, protegida y transmitida.

En esta conversación con Intermedio, habla sobre el valor actual de la cocina tradicional mexicana, su conexión con la diplomacia y las políticas públicas, los retos de preservar lo auténtico y las oportunidades que hoy ofrece la gastronomía para repensarnos como sociedad.

¿Qué significa para usted la cocina tradicional mexicana hoy, en este momento del país y del mundo?

La cocina mexicana, para mí, representa una de las expresiones más importantes de nuestra identidad. Es un reflejo profundo de lo que somos como mexicanos. En este momento histórico, tanto en México como en el mundo, la gastronomía puede jugar un papel muy poderoso no solo como tradición cultural, sino como herramienta de diálogo y desarrollo. Acabo de participar en un evento sobre diplomacia gastronómica y me pareció un tema fascinante, porque permite visibilizar todo aquello que como país podemos compartir con el mundo en un momento en que nuestro mercado interno está deprimido. Tenemos entonces la posibilidad de atraer a un público externo para mostrarles nuestra gastronomía que es profundamente variada, rica y ligada con muchas tradiciones. Creo que en el momento actual el revalorar y ofrecer nuestra gastronomía al mundo nos puede ayudar en una gran cantidad de cosas, sobre todo en el aspecto turístico y económico.

¿Cómo se cruza su formación como politóloga con su trabajo en la gastronomía?

He vivido siempre en medio de la cocina. Desde niña estuve rodeada de gastronomía porque



©Victor Ramirez





mis padres se dedicaban profesionalmente a ella. Mi padre era originario de una región cercana a la meseta purépecha, y mi madre de la Huasteca veracruzana. En ambas zonas hay una cultura culinaria profundamente viva, y yo la fui absorbiendo desde pequeña, no solo como una costumbre doméstica, sino como una práctica cotidiana vinculada al trabajo y a la vida misma. Mis hermanos y yo crecimos literalmente en un restaurante, ese era nuestro espacio natural. Con mi profesión, que es la ciencia política, sentía que de repente me dividía, que me alejaba y ahora, más que nunca siento que más que alejarme, me une a la gastronomía en virtud de que esta tiene que ver con muchas especialidades y una de ellas muy importante es la posibilidad de desarrollar políticas públicas en beneficio de la conservación de nuestra gastronomía y del logro de recuperar nuestras tradiciones que se pueden ver influenciadas por culturas externas

En un mundo donde la alimentación está cada vez más determinada por grandes empresas transnacionales que deciden qué se produce, cómo se produce, y qué se consume, la ciencia política me ha dado herramientas para analizar cómo estas estructuras afectan no solo nuestra cultura gastronómica, sino también nuestra salud y nuestra soberanía alimentaria. Hoy sé que mi papel en la cocina no se limita a la preparación de alimentos. También se trata de defender una cultura, de proponer políticas para proteger nuestras tradiciones, de pensar cómo garantizar el acceso a una alimentación digna y saludable.

Su labor va más allá del restaurante: ha impulsado iniciativas culturales, es parte de academias gastronómicas y patronatos. ¿Qué espacios considera clave hoy para seguir salvaguardando nuestra cocina?

©Víctor Ramírez

Uno de los espacios fundamentales, sin duda, es la agricultura. Es esencial garantizar que nuestros ingredientes originarios se sigan cultivando como debe ser. Otro espacio clave es el de los restaurantes. Cada vez se cocina menos en casa, se come más fuera, lo que convierte a los establecimientos en espacios de enorme influencia cultural. Por eso, quienes nos dedicamos a la restauración debemos asumir una responsabilidad social para la defensa de nuestra gastronomía. Además, creo que el gobierno tiene un papel crucial. Es urgente inculcar en las nuevas generaciones el valor de nuestra comida tradicional. Desde que la UNESCO reconoció a la cocina mexicana como patrimonio cultural inmaterial de la humanidad, se ha avanzado, pero no lo suficiente. Algunos países han desarrollado estrategias muy sólidas para cuidar y proyectar su cocina. México, y especialmente Michoacán, que fue el modelo para el expediente de la UNESCO, debe seguir al frente de ese esfuerzo. No podemos dar tregua: tenemos que seguir defendiendo y poniendo en valor nuestra cocina.


¿Cuál ha sido el reto más grande de mantener viva una institución como El Cardenal sin que pierda su esencia?

Uno de los mayores retos ha sido mantenernos fieles a los procesos originales de la cocina mexicana. Otro desafío importante ha sido garantizar insumos de calidad, sin encarecerlos, para que nuestros platillos sigan siendo accesibles al público. En El Cardenal creemos firmemente que ese es el camino para honrar nuestra cocina.

¿Qué le diría a los jóvenes que quieren dedicarse a la gastronomía, pero desde una perspectiva cultural o histórica, no sólo comercial?

Les diría que la gastronomía implica muchos ámbitos del conocimiento. Que la gastronomía no solamente estamos hablando de la alimentación, estamos hablando de lo que comemos, cómo lo comemos y todos estos aspectos entre en lo que estamos acostumbrados a comer y cómo estamos acostumbrados a comerlo tiene que ver con una infinidad de especialidades que son parte inseparable de nuestra cultura.

¿Nos comparte una comida que para usted contenga una historia, un recuerdo o un vínculo especial?

Podría mencionar muchas, pero una muy especial para mí es la olla podrida michoacana. Es un platillo festivo, abundante, profundamente ligado a mi infancia. Viví en Michoacán y, desde muy pequeña, pedía que me lo prepararan cada año para mi cumpleaños. Lo cocinaba una persona originaria de Ario de Rosales. 

Sus Favoritos



¿Ingrediente que nunca falta en su cocina?
El jitomate, es básico.



¿Dulce o salado?
Depende de la ocasión, pero me inclino más hacia lo salado.



¿El sabor que mejor define a México?

Los moles. Son una expresión bellísima de nuestra cocina. Hay moles en todo el país, y cada uno tiene una personalidad única.



ALIMENTO Y LIBERTAD

Vegetales: los héroes silenciosos de tu salud

América Fernández

Si hay un grupo de alimentos que merece el título de “medicina diaria”, son los vegetales. A veces olvidamos que lo más poderoso no siempre viene en frascos ni con etiquetas complejas. Lo más nutritivo suele ser también lo más sencillo, lo que proviene de la tierra.


Los vegetales son el regalo más abundante y generoso de la naturaleza. Están llenos de vida y, al comerlos, literalmente estamos comiendo una gran cantidad de nutrientes. Son una fuente inigualable de **vitaminas**, **minerales** esenciales y **fibras** que nutren no solo nuestro cuerpo, sino también una energía limpia y nuestro sistema inmune.

Pero más allá de lo que ya conocemos, los vegetales contienen compuestos aún más extraordinarios: los **fitoquímicos**. Estos son sustancias bioactivas que las plantas producen para protegerse de efectos adversos de la naturaleza, y cuando los comemos, también nos protegen a nosotros. Algunos ayudan a desinflamar el cuerpo, otros combaten radicales libres, fortalecen el sistema inmune o incluso tienen efectos anticancerígenos. ¿Ejemplos? El sulforafano del brócoli, los carotenoides de la zanahoria, la quercetina de la cebolla, los polifenoles de las hojas verdes. Un arcoíris de inteligencia viva que sana desde adentro.

Comer vegetales todos los días no es solo una recomendación nutricional. Es un acto de conexión con la tierra, de respeto por nuestro cuerpo, de cuidado integral. Es darle al cuerpo lo que reconoce como suyo, lo que ha evolucionado para digerir y aprovechar con sabiduría.

Además, la fibra vegetal aunque no es un nutriente en sí, es esencial para tener una buena salud. No solo regula el tránsito intestinal y deshecha toxinas del organismo previniendo enfermedades, sino que alimenta a nuestra microbiota: ese universo de bacterias buenas que influyen en nuestras emociones, defensas y niveles de energía. Comer vegetales es también una forma de sanar y sentirnos con una energía limpia.

No necesitas cambiar todo de golpe. Empieza por agregar poco a poco diferentes vegetales, más crudo y más fresco a tu plato. Una ensalada vibrante, un bowl de verduras al vapor con aceite de oliva. Siente la diferencia no solo en tu cuerpo, sino en tu mente, en tu claridad, en tu ánimo.

Porque cuando nutrimos el cuerpo con lo que realmente necesita, también alimentamos nuestra capacidad de elegir conscientemente. 



IG. @america.fernandez



CARTELERA



¡ADÓPTAME!



Es importante que sepas que, todos los perritos se encuentran esterilizados, vacunados y desparasitados.

REQUISITOS

- Período de prueba obligatorio con seguimiento en fotos los primeros 3 meses.
- Fotografías del lugar donde vivirá.
- Ser mayor de edad.
- Copia de INE.
- Comprobante de domicilio.
- Todos los integrantes de la familia deberán estar de acuerdo, pues se firma un convenio de adopción temporal.
- Una vez pasado el período de prueba, se firmará la adopción definitiva.

Contacto Whatsapp. 443.325.22.18



Coraline

HEMBRA
7 meses

Basset mix

Talla chica, ya no crecerá más.

Muy activa pero obediente y cariñosa.

Le encanta jugar a la pelota, correr tras ella y brincar para atraparla es lo suyo.

VACUNADA Y ESTERILIZADA

¿Le darías una oportunidad?



Contacto Whatsapp 443.325.22.18

Imprescindibles...

Hoy el **ate** es el dulce más popular de Morelia, teniendo varias presentaciones y elaborado con diversas frutas: membrillo, tejocote, manzana, pera, durazno, higo, guayaba, ciruela...

Fueron los frailes franciscanos quienes introdujeron el membrillo desde Europa a Michoacán, y más tarde, en el siglo XVII las monjas dominicas comenzaron la preparación de un dulce de membrillo con azúcar, dentro del convento de Santa Rosa de Lima, para ayudarse económicamente. Así surgió un dulce de frutas, conocido también como "ate de Sevilla" aunque en Morelia se cuajaba con la ayuda de la jalea del tejocote, al que llamaban "manzanilla".

13/77 Instagram y TikTok: Turismomorelia.mx
www.experienciamorelia.mx



Sin duda, el ATE MORELIANO es un must.



Cala de Mar

IXTAPA



Cala de Mar Resort & Spa Ixtapa es un resort de lujo ubicado en las costas del Océano Pacífico mexicano, construido sobre un acantilado. Cuenta con 59 espaciosas habitaciones cada una con su terraza, alberca privada y vista al mar garantizada, cuenta con amenidades y servicios como restaurantes, El Capricho SPA, gimnasio, dos albercas, uso de bicicletas, acceso a la librería y zonas de relajación.

ESTE VERANO RESERVE TRES NOCHES Y PAGUE UNICAMENTE DOS.

Extienda su estancia en este maravilloso paraíso con las amenidades y el lujo que Cala de Mar Resort & SPA le ofrece.

Disfrute de la tercera noche gratis y viva un verano excepcional con las increíbles vistas que ofrece cada una de nuestras habitaciones, además de alberca y terraza privada.



GASTRONOMIA EN CALA DE MAR

La variedad de opciones gastronómicas propone especialidades de restaurantes de la región de Ixtapa-Zihuatanejo dentro de la privacidad de un resort de lujo al igual que los mejores bares en Ixtapa, deleítense con una experiencia culinaria rodeado de las majestuosas vistas y el ambiente de exclusividad que le ofrece cada uno de nuestros restaurantes.



MÁS INFORMACIÓN

Reservations.ixtapa@calademar.com

Lada sin costo: 800.838.6501

Tel: +52 755 555 11 00

whatsapp: +52 1 755 104 6030