

Mi nombre es Alejandra Chaves Zambrano y nací un miércoles 28 de mayo de 1997 en el Hospital Santa Rosa de Tenjo, mientras sus empleados se encontraban en huelga por el nuevo modelo de salud.

Mi recorrido artístico empezó desde muy pequeña en el municipio pues desde que pude caminar me uní a cualquier evento de danza que hubiera en las instituciones donde estudié. Así mismo, siempre participé de los eventos hablando o leyendo públicamente las palabras que tocara. Primero en el jardín de Las Estrellitas, donde bailaba desde cumbias hasta rondas infantiles.



Fotografía de una presentación con Las Estrellitas en Inaia Sue, conjunto donde reside la directora del jardín.

Después estudié en el Liceo Del Perpetuo Socorro, Liceo Español Perez Galdós y Gimnasio Campestre Nueva Granada, de donde finalmente salí como bachiller.

En estas instituciones igualmente participé de todas las actividades culturales disponibles y siempre hice parte de las presentaciones de danza.



Fotografía de discurso en el día del campesino del 18 de julio de 2004 con el colegio Liceo Del Perpetuo Socorro.



Fotografía de porras con el colegio Liceo Del Perpetuo Socorro.





Fotografías de presentaciones de cumbia y danza tradicional japonesa en el colegio Liceo Español Perez Galdós, años 2010 y 2011.



De manera paralela he afianzado mi formación artística en la casa de la cultura de Tenjo, uniéndome al grupo de pintura, saxofón, flauta traversa, coro y danzas en diferentes temporadas a lo largo de más de 15 años. Aunque probé varias cosas y todas las disfruté, tengo un indiscutible amor e inclinación por el movimiento del cuerpo.

En la fotografía que estoy sobre el suelo, hacía un ejercicio de representación de mis emociones profundas en danza contemporánea con el profesor Ángel Sanabria.

Y hablando de emociones, tengo que abrirme a contar en este documento un lado más personal de mi vida que ha impactado mi forma de expresión humana y artística a lo largo de todo el camino, y que complementa de manera fundamental mi propuesta en Artenjo.

Desde los 6 años aproximadamente mi piel empezó a reflejar un proceso de salud intenso con una dermatitis atópica grave que determinó importantes cosas en mi vida. Por un lado en esas temporadas se veían las actividades que realizaba limitadas por el aspecto físico y emocional que eso significaba y por otro me veía sometida a diversos tratamientos médicos que buscaban ayudarme, Finalmente la enfermedad mermó para mis 11 años, y retomé todo lo que me gustaba. Y así fue hasta los 18, cuando nuevamente mi piel entró en un proceso de enfermedad muy fuerte y descubrí que los corticoides tópicos, medicamentos que utilicé por algunos años para controlar los pocos síntomas de dermatitis que se manifestaban hasta ese momento. Y ahí entré en un proceso de abstinencia a las cremas que es extremadamente intenso, llamado TSW.

Al descubrir este síndrome y dándome cuenta de que en español no existía casi información decidí abrir un canal de YouTube llamado Ale Atópica, que al día de hoy tiene 27.000 suscriptores y casi 200 videos sobre mi proceso de sanación y mi experiencia y estilo de vida.

A través de ese medio, y por otras redes sociales empezaron a llegar muchas personas que padecían de lo mismo, o que simplemente se sentían identificadas y acompañadas y esto me hizo encontrar mi propósito y vocación, que es la comunicación. Por ello, decidí estudiar en la universidad y voy a pasar a tercer semestre de comunicación social y periodismo en la CUN.

Pero además, este increíble proceso de salud me llevó a encontrar otras pasiones y formas de sanar; en su momento más crítico “formas de sobrevivir”. Y estas herramientas encontradas y desarrolladas fueron la escritura, la danza terapia, la astrología y el tarot. Todo esto enfocado en el autoconocimiento, en la expresión profunda del alma, en la sanación del cuerpo y la ampliación de la perspectiva de mi misma, la aceptación por lo que soy y las circunstancias de cada momento.

Hablemos específicamente de la danza.

Debido a que la movilidad de mi cuerpo se veía impredeciblemente reducida por temporadas, (es decir, en ocasiones no podía girar el cuello, estirar los brazos o las piernas) entré en un proceso de depresión y desmotivación que contrarresté compartiendo con personas alrededor del mundo mi proceso y danzando de la manera en que pudiera. Y encontré que el movimiento es un canal de expresión y sanación gigante por lo que estudié y me certifiqué como danzaterapeuta con el instituto Core Danzaterapia de México virtualmente, obteniendo así mi título avalado por el Consejo Internacional de Danza y la Comisión De Las Naciones Unidas para



la educación, la cultura y las artes.



Todos los conocimientos que adquiriré en este diplomado y en mi experiencia sanando a través del movimiento lo comparto por mis redes sociales y creo eventos de transformación física y personal.



Además de trabajar en contacto con las personas, sobretodo de manera orgánica, porque de alguna forma la vida me va conectando con quienes puedan necesitar mi acompañamiento cotidianamente, comparto eventos online y hago sesiones virtuales de sanación holística e integral.



Esta por ejemplo fue una de las imágenes que complementaba la descripción de mi evento virtual llevado a cabo en octubre del 2023 en el cual mujeres de Estados Unidos, México, Colombia y Argentina hicimos un viaje transformador de 4 sesiones como si fuéramos un cultivo. Cultivamos una mejor versión de nosotras mismas.

La promoción de este encuentro la pueden ver aquí

<https://youtu.be/-F0S9GOocQ0?si=WWsUozG7zcttlC6t>

Por otro lado, gracias a mi presencia en redes sociales he hecho colaboraciones con otros artistas en las que exploro diferentes facetas y creamos obras llenas de fuerza para alimentar nuestros portafolios y nuestra creatividad uniendo fuerzas. Algunas de estas colaboraciones han sido sesiones de fotos con narrativas complejas y profundas, o cortometrajes y obras de teatro con gran trasfondo.



### **Alma tierna, fruta inmadura**

¡Niña! ¿Qué haces ahí sentada?

-Saludaba a un colibrí, tenía la cola verde y ya voló...

Pero si estás en un charco muy sucio, ¡Por Dios!

-También está muy frío, es divertido y genial. En él, ví al colibrí llegar a saludar

Fotografía por Javiera Canales, artista chilena con la que hicimos una sesión en colaboración para nuestras redes, que se componía de un vlog para mi canal de YouTube, varias fotografías y un poema que escribí y narré por cada una de ellas.

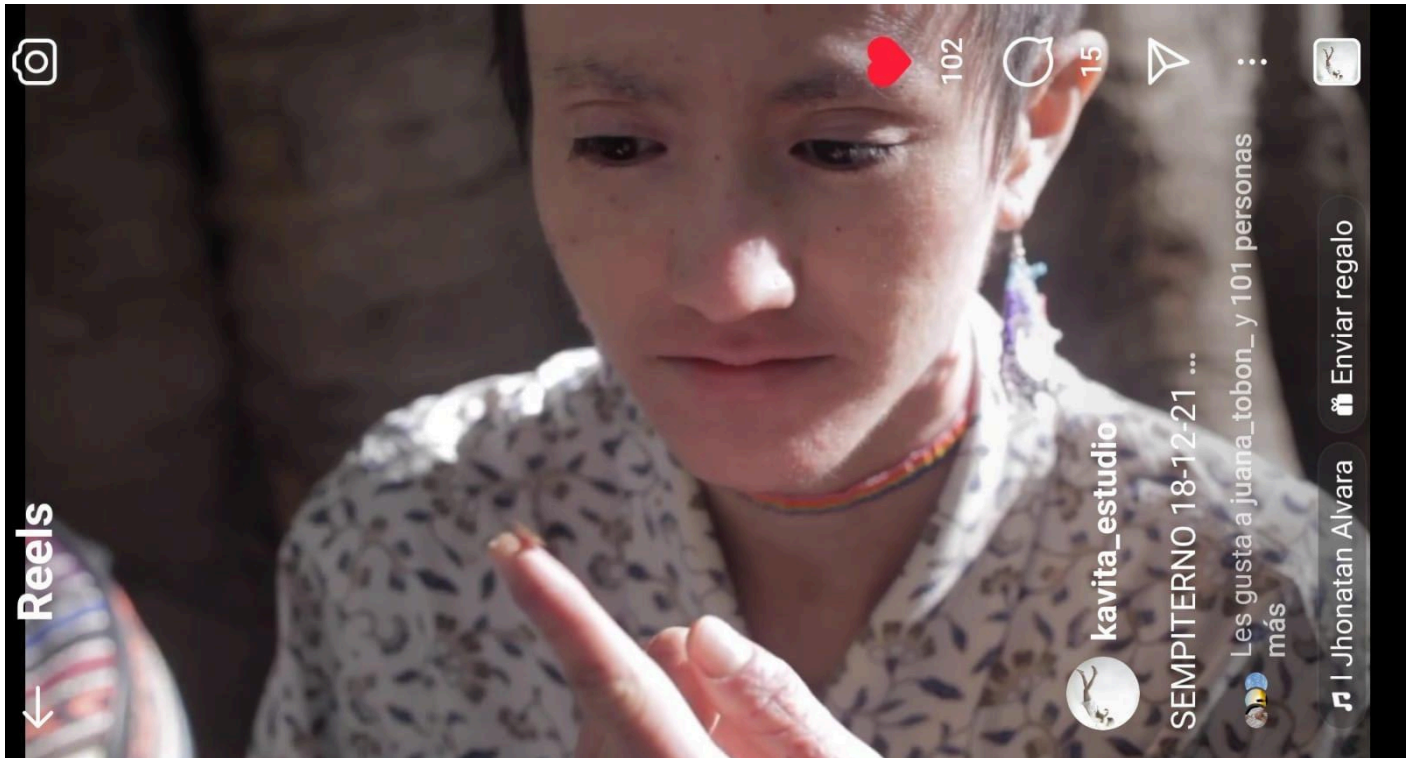
<https://youtu.be/gtdTkQyiXTE> Link al vlog

También he hecho alianzas con colectivos del municipio, tal como fue a finales del 2020, en el que nos fusionamos Carlos Uzeta, reconocido en Tenjo por su labor social y política y el colectivo Creando Tenjo para recaudar fondos y regalos para los niños de escasos recursos del municipio y así llevarles un presente de navidad. La actividad consistió en hacer un evento cultural en el parque con aromática para la comunidad y una muestra de danza urbana de la que participé como bailarina. Allí recolectamos dinero y regalos, e hicimos un gran tour por las veredas del municipio llevando juguetes y útiles escolares. De esto también hice un video para mi canal de YouTube. Lo pueden ver aquí <https://youtu.be/DljhfkJj9Gk>





Así mismo participé junto a otros artistas tejanos del hermoso cortometraje Sempiterno realizado por Laura Guecha que se inspiró en el poder y la belleza de lo que los ojos no ven, en lo que se siente y la esencia de las cosas. Este corto fue transmitido en el Centro Cultural Nohora Matallana.



Este es un pantallazo de mi aparición en el trailer del corto, el cual pueden ver aquí, el Instagram de su creadora @kavita\_estudio

<https://www.instagram.com/p/CWd6vA2J5Z-/>



Otra de las obras de la que estoy muy orgullosa por el impacto social que representa es la obra de teatro virtual que realicé junto a dos actrices más y Javiera Canales como directora para la productora Mucha Eme. En el que tocamos temas controversiales a través de la sátira y la comedia negra como lo son la victimización y el amarillismo que pueden llegar a sufrir las personas con alguna condición física y de salud por generar rating.



Fue una propuesta artística osada y muy divertida de realizar en la que aprendí mucho. Pueden ver la obra aquí

<https://www.youtube.com/watch?v=EyiU64YmGq0&t=313s>



Quiero resaltar la labor que he realizado para concientizar a las personas sobre los efectos secundarios de los corticoides tópicos, la aceptación de nosotros mismos y cómo empatizar de manera profunda y efectiva como sociedad con las personas que padecen alguna condición particular, que los hace “diferentes”.

En mi canal me he caracterizado por exponerme vulnerablemente, demostrando a los demás que no tenemos que ocultarnos, que podemos cambiar la perspectiva de una “enfermedad” y verla como una mensajera, que viene a mostrarnos nuestros dones y poder. Que tener esperanza y fé es una elección que nos puede cambiar la vida, entre otros mensajes.



Imagen referente al video Carta A Mi Cuidador en el que destaco la labor de las personas que nos cuidan a través del duro proceso de TSW, ya que este síndrome realmente pone en pausa tu vida por completo. Sus síntomas son tan agresivos que la piel, el pelo y los párpados se caen, el insomnio y la rasquiña incesante no te dejan descansar y tu rendimiento en la vida en general decae casi a cero. En la imagen se ven las manos de personas de todo el mundo tocando a sus familiares con TSW. Un aplauso para ellos.

<https://youtu.be/OdPqJ79x9q0?si=IU5u6ZVHGLzoMNzq>

Algunos otros videos que hacen referencia al proceso de sanación de la piel y que han ayudado a personas de todo latinoamérica a atravesar este proceso son

Actualización de 3 años de proceso

[https://youtu.be/u35W6ob\\_0Fk?si=am7kjqMCYVhRJS72](https://youtu.be/u35W6ob_0Fk?si=am7kjqMCYVhRJS72)

¿Cómo ayudar a un familiar con TSW?

[https://youtu.be/BOFKgZHyTVo?si=V\\_zOkyi59N76BaIV](https://youtu.be/BOFKgZHyTVo?si=V_zOkyi59N76BaIV)

Poderosas afirmaciones para sanar

[https://youtu.be/6mDEZc8BbW0?si=0iHjmr\\_\\_HE40uAZG](https://youtu.be/6mDEZc8BbW0?si=0iHjmr__HE40uAZG)

Respondo preguntas sobre TSW, piel y sanación

<https://youtu.be/jZ-ZUBAHAcA?si=ECpgKRA0klqi70er>

¿Qué siento y hago cuando me miran en la calle?

<https://youtu.be/iC6VesYF24A?si=3NJ1SaCSCn72Nf4G>

Duchas mágicas. No sufras al bañarte. Que el agua nos sane!

<https://youtu.be/ZRnpL28hmdk?si=qWrhtmNSdtAywKgW>

¿Qué es lo que tengo en la piel? ¿Tiene cura?

[https://youtu.be/wF6iXEnaVks?si=C5Pa3L3lt\\_oYWLbz](https://youtu.be/wF6iXEnaVks?si=C5Pa3L3lt_oYWLbz)

Piloteando la crisis, sin filtros, poca edición

[https://youtu.be/L3iG00hOavA?si=w8l2\\_xZoK2\\_UFR2A](https://youtu.be/L3iG00hOavA?si=w8l2_xZoK2_UFR2A)

6 hábitos para mejorar la relación con tu enfermedad

<https://youtu.be/HOCu8fD154M?si=HRc-1XWkQV2V6C1e>

Vivir con cáncer de estómago (Colaboración con Laura Suárez)

[https://youtu.be/Mc1YzaJWNWw?si=eDkeAE\\_SDvi182gy](https://youtu.be/Mc1YzaJWNWw?si=eDkeAE_SDvi182gy)

Toda la información sobre adicción a los corticoides

[https://youtu.be/YctR-G0os6o?si=\\_I\\_ERapgO0qHLhU2](https://youtu.be/YctR-G0os6o?si=_I_ERapgO0qHLhU2)

Por último quiero destacar que aunque mi canal inició únicamente con fines de concientización sobre el TSW, empecé a compartir sobre mi estilo de vida, que es principalmente de carácter nómada, sin embargo siempre he estado orgullosa de mis raíces y de mi pueblo, por lo que tanto al viajar como al compartir por internet hablo constantemente de sus atractivos y su magia, así como aprovecho al máximo las actividades y eventos culturales que ofrece. En este momento estoy aprovechando las clases de reggaeton sexy style en el centro cultural, como en tantas otras temporadas he aprovechado la oferta disponible.

Carranga y chicha en el día del campesino en mi pueblo

<https://youtu.be/KuT8wj0IrW8>

Hacemos mercado de cosas saludables en Tenjo

<https://youtu.be/nMhGvpgCbnM>

Hablemos y parchemos juntas, dilemas adultos y ser mamá

<https://youtu.be/6EweeyorR1M>

Colecta navideña, bailé en el parque

[https://youtu.be/e\\_SeEYcfcaE](https://youtu.be/e_SeEYcfcaE)

Un domingo conmigo en el parque de mi pueblo, Tenjo

<https://youtu.be/-uhT4WSy-qk>

GRACIAS

Alejandra Chaves Zambrano  
C.c 1078371660



