

Nueva secretaria académica en CSH



Dos títulos nuevos Pág. 4



Formación de maestros en Cecad Pág. 5



UAM y SIPAM colaboran Pág. 7



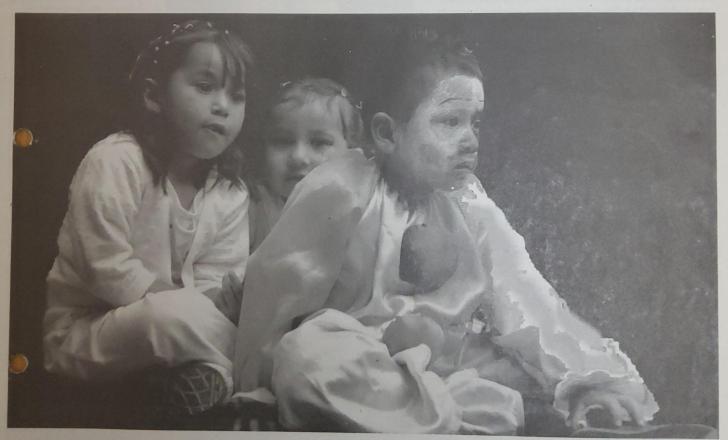
## OF TUCS

BOLETÍN INFORMATIVO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA XOCHIMILCO

Publicación quincenal de circulación gratuita

Nueva Época, Año 4, núm. 4, 14 de junio de 2006

### Para darles voz



Pág. 3



"Jóvenes por México": reconocimiento Pág. 7



Mujer madura y hormonas Pág. 8



Ciudad carnavalera Pág. 9



Tú decides Pág. 11

### **EDITORIAL**

En plena época de la rebelión llamada La comuna de París, que levantó la insurgencia en la Francia del último tercio del siglo xix, el escritor Jules Vallés escribió su libro El niño; texto precursor de las inquietudes en torno a los infantes y sus derechos. Años después, Ernest Bloch y sus colaboradores de Annales, publicación fundadora de lo que se llamaría "Historia de las mentalidades", alertaba a principios del siglo XX sobre los niños. Incluso ellos sacaban en la edición de diciembre unos suplementos que han sido modelo de difusión y reflexión sobre la niñez.

Mencionar las publicaciones anteriores es una suerte de ayudamemoria, sobre todo porque en la actualidad es un tema esencial la difusión en torno a los derechos de los niños frente a un universo adulto poblado de abusos e injusticias. Por todo esto, es digno de celebrarse la publicación del Manual de participación infantil para la difusión de los derechos de la niñez, producto del convenio entre el Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) y la UAM Xochimilco.

Andrés de Luna



#### Redacción Cauca

Extensión Universitaria

Coordinador de

Mtro. Andrés de Luna Olivo Jefe de la Sección de Información y Difusión: Lic. Alejandro Suaste Lobo Jefe de la Sección de Producción Editorial: Lic. David Gutiérrez **Fuentes** Información y Redacción: Ernesto Olvera Alba, Mario Bustamante Escauriaza y Lic. Guadalupe Ochoa Aranda Fotografía: José Ventura Flores Cuidado editorial: Virginia Martinez Salazar Captura y digitalización: Ana Bertha Galván Mata Diseño y formación: Guillermo Fonseca Alfaro y Rodolfo Villaseñor Martínez.

### Desafío al miedo y la gravedad



Domo del edificio central.

Rector: Dr. Norberto Manjarrez Alvarez; Secretario: Dr. Cuauhtémoc V. Pérez Llanas; Directora de la División de Ciencias Biológicas y de la Salud: M.U. Rosa María Nájera Nájera; Director de la División de Ciencias Sociales y Humanidades: Dr. Arturo Anguiano en trámite.

### Difunden los derechos de la niñez

Como producto del convenio establecido entre del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (pir) y la Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco, el pasado 26 de abril se presentó el Manual de participación infantil para la difusión de las derechos de la niñez, documento que pretende que los niños tomen conciencia de que todo cuanto hagan en su entorno contribuirá de manera positiva o negativa para su desarrollo.

La difusión de los derechos de la niñez que realiza la Red Nacional de Difusores Infantiles, constituye la possibilidad de colaborar en la formación de la niñez dentro de una cultura de tolerancia, de diversidad y de respeto a los derechos humanos. Esta labor tiene el enfaque de la participación activa en la construcción de una sociedad que fortalezca a la familia y a la comunidad mediante el ejercicio de serechos.

En un acto realizado en las instalaciones DIF, las investigadoras del departamento de Atención a la Solud de CBS de la UAM-X, Araceli Sanabria Salcedo, Yolanda Corona Caraveo y Norma del Rio Lugo, así como Dolores Aguilar Marmolejo, directora General de Protección a la Infancia; Blanca Isela Fragoso, Sudirectora de Promoción de los Derechos del Menor: y Alicia Pérez Duarte de la Organización Mundial contra la Tortura, presentaron el Manual de participación infantil... que busca construir una sociedad más democrática en donde existan espacios para todos.

Las investigadoras coincidieron en destacar la importancia de generar de l'iciones de desarrollo para los niños, niños y adolescentes, con el proposito de formar a hombres y mujeres con responsabilidad social, pues se trata de ciudadanos que tienen que aprender y a su vez enseñar a otros que son actores del cambio, aceptando conscientemente las responsabilidades que se adquieren con los derechos.

"Pero la educación sobre los derechos de la niñez no debe sentirse como una imposición, sino que debe vivirse como una forma de libertad y asumirse por convicción e interés propio", indicó la maestra Maria de los Dolores Aguilar. Añadió que este trabajo que convocó a investigadoras del DIF y de la UAM, es una herramienta de trabajo para los responsables operativos, es decir, aquellas personas que se hacen cargo de los grupos niños y adolescentes que se inscriben a la labor de la Red Nacional de Difusores, para dar a conocer la convención de los derechos de la infancia.

Entre los atributos que tiene este manual, dijo, es la sencillez de su lenguaje para que las comunidades más remotas, incluyendo a indígenas, lo comprendan, también se prevé que los contenidos del texto esclarezcan los elementos básicos para el trabajo cotidiano, con fundamentos teóricos

asumir las propuestas de la CDN con nuevas formas de relación del Estado con la niñez y del mundo adulto con el mundo infantil.

El manual también demuestra que las niñas, niños y adolescentes son considerados protagonistas y guías del cambio hacia una cultura de derechos y valores. Así, para poder transformar la realidad cotidiana se requiere de su participación. El derecho a la participación constituye uno de los artículos más innovadores de la CDN porque por primera vez obliga al Estado y a la sociedad civil a tomar en cuenta y respetar la expresión de las niñas, niños y jóvenes de acuerdo con su edad, capacidades y

enseñas sus derechos después se vuelven exigentes y amenazadores", "se va a perder el respeto", y lo que en el fondo está es el temor de sentirse descubiertos por ser "malos padres". Los adultos tienen miedo de darles voz a los niños y escucharlos como si fueran su conciencia.

En suma, los padres no quieren renunciar a su autoridad y a tomar sus decisiones. Así padres y maestros demuestran una ambivalencia común que se debate entre la aceptación de que la niñez tiene derechos y el temor de producir un caos. Es por ello que un trabajo útil es la difusión de los derechos y detectar las creencias de los adultos, ya que de esa mane-



Alicia Pérez, Araceli Sanabria y Norma del Rio

que ubiquen el lector y para ello se retomó la experiencia de diversos estados de la República de acuerdo al contexto de su realidad, apuntó Aguilar Marmolejo.

De acuerdo a este manual, enseñar a la infancia sus derechos no es una forma de adiestrarlos a asumir una actitud de enfrentamiento contra los adultos, sean sus padres o el mundo exterior. No se pretende crear un espacio que aísle a los niños para soñar en condiciones óptimas para su desarrollo en una realidad ficticia, es

necesidades. Se trata de un derecho civil y político que facilita el ejercicio de los demás derechos, por lo que se convierte en uno de los pilares en la construcción de la ciudadanía.

El texto insiste que algunos adultos se resisten a la difusión de los derechos de la niñez debido a que el control o manipulación de la conciencia de los niños y las niñas, pues resulta más fácil ignorar sus derechos. Es por ello que expresiones como "les meten ideas en la cabeza que luego darán problemas de conducta", "si les

ra se podrá entender mejor las actitudes que tienen hacia los proyectos de participación infantil.

Cuando se pide a los niños que participen y conozcan sus derechos, también están participando los adultos, aunque sea de manera indirecta. Ellos también están inmersos en el proceso de participación infantil, pues de no involucrarse los adultos se provoca un distanciamiento entre ellos, y una fricción constante.

Guadalupe Ochoa Aranda

#### Vida Universitaria

#### Nueva secretaria academica

La Dra. Gabriela Contreras Pérez asumió el cargo como Secretaria Académica de la División de Ciencias Sociales y Humanidades de la UAM Xochimilco, en sustitución de la Dra. Iris Edith Santacruz Fabila, a partir del 3 de mayo del presente año. Su plan de trabajo consiste en darle continuidad a los compromisos acordados por la gestión anterior, en primer orden de impulso al Programa de Acreditaciones de las carreras Política y Gestión, Sociología, Comunicación Social, Psicología, Economia, Contaduría y Administración, que están sujetas al proceso de dictaminación oficial por parte de Acceciso (Asociación para la Acreditación y Certificación en Ciencias Sociales) y la ser (Secretaria de Educación Pública); posteriormente, lo relacionado con los proyectos de los meis (Programa Integral de Financiamiento Institucional) donde se renovarán votos de compromiso institucional; finalmente, estimula y fortalecimiento a los proyectos académicos, optimización de los productos de investigación, consolidación de áreas y lineas de investigación, y tercero, vinculación con instituciones tanto públicas como privadas.

Martha Olga Obrajero Montes



Arturo Anguiano, Iris Santa Cruz, Gabriela Contreras y Norberto Manjarrez.

6to Congreso Internacional de Diseño

### "Esquina Norte"

28, 29 y 30 de septiembre
Tijuana, México
Informes
LDG Jhoana Mora
Directora General de Esquina Norte, (664) 6313886 Tel./
fax: (664) 6286220 Cel. Tijuana, Nextel 152\*15\*1046
chicapin2@yahoo.com
chicapin2@hotmail.com (Sólo msn)
http://www.esquinanorte.com

### Publicaciones CSH





A la venta en libreria "Dr. Luis Felipe Bojalil Jaber" de la unidad

Presentación del libro Argumentos en la casa de la cultura "Jesús Reyes Heroles" Coyoacán, el día 29 de junio de 2006 a las 18:00. Informes: 5483-7060 argumentos@correo.xoc.uam.mx argumentos@correo.xoc.uam.mx



# Desarrollo y evaluación de procesos de formación continua

Luego de seis meses de intenso trabajo, cincuenta y ocho profesores de educación básica de veinticinco estados de la República, terminaron exitosamente los estudios de Diplomado en Desarrollo y Evaluación de Procesos de Formación Continua, impulsado por la Coordinación de Educación Continua y a Distancia de la uam Xochimilco, la Dirección General de Formación Continua de Maestros en Servicio y la Coordinación General de Educación Intercultural y Bilingüe de la Secretaría de Educación Pública.

Inscrito en el marco de las políticas de formación continua para la educación básica del Prosidades prioritarias de evaluación y mejora; y adquirir elementos básicos para la planeación y evaluación de propuestas dirigidas al fortalecimiento de los procesos y programas estatales de formación continua para maestros en servicio.

#### La federalización educativa avanza

Al participar en la ceremonia de clausura del curso –realizada el pasado 28 de abril en el auditorio de los Talleres de Comunicación Social–, la maestra Alba Martínez Olivé, directora general de Formación Continua de Maestros en Servicio de la Subsecretaría de Educación Básica de la SEP, descomo centro fundamental y al aprendizaje como su razón de ser.

La maestra Martínez Olivé aprovechó la oportunidad para ratificar el compromiso asumido por la Dirección General de Formación Continua de Maestros en Servicio con el proyecto. Estamos convencidos, dijo, que si bien la consolidación de la educación pública nacional requiere de un esfuerzo, claro, desde el centro, el verdadero trabajo que le va a permitir es que se orienta a la formación de profesores, pues, completó, en la medida en que se cuente con gente cada vez más competente en las diversas localidades, que siga aprendiendo a lo largo de la vida y que aplique sus conocimientos a la construcción de propuestas adecuadas a su entidad federativa, es como se podrá avanzar en la educación nacional.

Fortalecer las competencias docentes

En nombre de los maestros que concluyeron sus estudios de diplomado, el profesor Rafael Neri Cuacuamoxtla indicó que a lo largo de seis meses de trabajo, los grupos de maestros que se integraron por regiones, a nivel nacional, tuvieron la oportunidad de revisar el lugar que ocupa su práctica profesional en el sistema educativo y en los servicios de apoyo a sus escuelas.

Informó que como resultado del aprendizaje, las competencias de los participantes se vieron fortalecidas en ámbitos que tienen que ver con el desarrollo de los procesos de formación continua, del apoyo pedagógico a la escuela y en los referentes a la planeación y evaluación de procesos y resultados. Aptitudes éstas que, destacó, son fundamentales para el desarrollo de la función técnico pedagógica dirigida a la atención de las necesidades profesionales de los docentes de la educación básica.

Entre las conclusiones de las mesas de trabajo de evaluación del curso destacó que la profesionalización de las equipos técnicos implica desarrollar una serie de habilidades que conlleven a un corpus de conocimientos propios del oficio docente y a un compromiso ético con la función que se desempeña, a través de actitudes y habilidades que permitan integrar nuevas formas de trabajo e incorporar el uso de las tecnologías de la información y la comunicación.

En opinión del profesor Rafael Neri, el diplomado dejó el reto de promover e impulsar los procesos formativos no sólo desde las necesidades del sistema, sino de los requerimientos propios de los maestros en el marco de un trabajo colegiado que permita ejercer la autonomía de las escuelas y la capacidad de gestión para solucionar los problemas educativos que se enfrentan cotidianamente en el desarrollo de los procesos.



grama Nacional de Educación 2001-2006, el curso tuvo como objetivo general el atender las necesidades profesionales de los docentes, a través de la adquisición y aplicación de los conocimientos que se requieren para el análisis, la evaluación y la aplicación de acciones en la formación conti-

El plan de estudios del Diplomado en Desarrollo y Evaluación de Procesos de Formación Continua fijó adicionalmente como objetivos particulares: caracterizar las funciones y necesidades de la escuela básica y de su sistema de apoyo, con el fin de identificar los alcances y posibilidades del personal responsable de la formación continua; realizar un acercamiento analítico para comprender cómo han funcionado los servicios y los programas de formación docentes para identificar nece-

tacó que estos estudios abren una nueva etapa del proceso de federalización educativa, en la que se fortalecen las capacidades técnicas de los equipos estatales para dirigir la educación continua a partir de las condiciones y características que cada uno de los estados, en su diversidad, requieren.

En opinión de la directora no hay posibilidades reales de que exista una descentralización pedagógica y técnica que permita atender directamente a las escuelas de educación básica, si antes no se construyen y consolidan redes de profesionales de la formación continua en los estados. Por ello, continuó, alentar el fortalecimiento académico y pedagógico de los equipos que se hacen cargo de dirigir la formación continua en las distintas localidades, es una tarea que debe proseguir para apuntalar el nuevo modelo que tiene a la escuela

Mario Bustamante Escauriaza

# Convenio de colaboración entre la UAM y SIPAM

La Unidad Xochimilco de la uma y Salud Integral Para la Mujer, AC (SIPAM), suscribieron el pasado 24 de abril un convenio de colaboración para el diseño, desarrollo y evaluación del Programa de Asesorías en Educación Virtual y a Distancia, y para proporcionar al personal académico y alumnos, asesorías, difusión, capacitación y formación en materia de derechos sexuales y reproductivos de mujeres y jóvenes.

Para posibilitar el cumplimiento del acuerdo, las partes firmantes se comprometieron a promover, planificar y ejecutar en forma coordinada, las acciones y mecanismos operativos de colaboración,

así como a proporcionar los recursos humanos, materiales y financieros requeridos para las diversas actividades.

Al hacer uso de la palabra en la ceremonia de formalización del convenio, el doctor Norberto Manjarrez Alvarez, rector de la UAM Xochimilco, expresó que siempre ha sido un gusto cristalizar un convenio con una agrupación civil con la que se ha venido trabajando. Con ello, dijo, se abre una nueva ruta de trabajo en la perspectiva de lo que ha venido realizando la división de CBS, encabezada por su directora Rosa María Nájera, en el sentido de aprovechar las nuevas tecnologías para abrir la educación a un número mucho mayor de usuarios y beneficiarios.

### Entender las problemáticas y buscar soluciones

Más adelante, el rector Manjarrez Alvarez afirmó que si bien es cierto que actualmente vivimos en una sociedad en transición en la que la mujeres se van posicionando en lugares más importantes en la construcción de nuevas formas de relación, desafortunadamente también es cierto que cada día se presentan mayores factores externos que perturban a nuestra sociedad tales como el incremento en el consumo de alcohol y de drogas, y la creciente violencia al interior de las familias, cuestiones éstas que llevan al deterioro familiar y al incremento de problemas entre los jóxenes.

El rector recordó que en la um existe una importante vocación para entender las problemáticas y buscar soluciones. Pensamos, añadió, que es por la via de la educación y de la investigación por donde deben elaborarse y difundirse las propues-



Norberto Manjarrez y Pilar Muriedas

tas y alternativas hacia la construcción de un entorno más favorable para que los jóvenes puedan disfrutar y desarrollar plenamente su vida y su sexualidad. En este sentido, remató "siempre serán bienvenidos los grupos civiles con vocación democrática como lo es el SIPAM, pues sabemos que al sumarnos a su lucha nosotros mismos nos fortalecemos."

Por su parte la antropóloga María del Pilar Muriedas Juárez, presidenta del comité ejecutivo del SIPAM, informó que la organización que encabeza tiene veinte años trabajando en pro de la defensa de los derechos humanos de las mujeres, especialmente los relativos a la salud sexual y reproductiva. El llegar a este momento, reconoció, es muy importante porque la firma de este convenior representa no sólo un reconocimiento al trabajo desarrollado sino también porque muestra el interés que tiene la UAM para compartir el conocimiento adquirido en el trabajo realizado con la población.

#### Zona de encuentro

Entrevistado por Cauce al término de la ceremonia, el maestro Alejandro Lloret Rivas, responsable de vinculación docente del Plan Académico Virtual de CBS, explicó que a partir del Proyecto Divisional de Redes de Educación Virtual de CBS — que no sólo atiende a la docencia o a la investigación—, se creó una red de consultoría para sacar al exterior el conocimiento experto de muchos de los profesores de CBS, principalmente en el área de proyectos productivos y de salud de índole comunitaria.

A partir de ahí, y apoyados por el doctor Manuel Canto de CSH, continuó el también profesor-investigador de Atención a la Salud, nació la relación con diversas organizaciones civiles a nivel de simple asesoría y sin considerar de manera formal el uso de los espacios y de otros recursos universitarios. A partir de la relación y del trabajo que se venia realizando en forma coyuntural con el SIPAM en aspectos relativos a salud reproductiva, ambas partes promovimos elevarlos al rango de convenio para garantizar que, independientemente de cómo se vean las cosas desde la administración, se pueda

continuidad a un trabajo tan importante como e

En cuanto a los aportes que el SIPAM hará a nuestra comunidad, el académico señaló que esta organización va a aportar al área de la salud de la división, una serie de trabajos a manera de talleres, seminarios y encuentros, y adicionalmente se constituirán en un polo de atracción de otras organizaciones civiles para que igualmente puedan acceder al espacio universitario y con ello, construir una zona de encuentro y discusión en torno a la salud sexual y reproductiva.

### Apoyo y asesoría para ampliar el trabajo a nivel nacional

Por nuestra parte, anunció, se proporcionará, a través de su Proyecto Divisional de Redes de Educación Virtual de cas, capacitación para la educación a nivel pedagógico y didáctico utilizando las tecnologías de información y comunicación nuestra plataforma electrónica, así como capacitación y asesoría para que el SIPAM pueda hacer su labor a nivel nacional y especialmente en trabajo comunitario en áreas alejadas y marginadas.

El Convenio de Colaboración entre la um y el siram fue firmado por el rector Norberto Manjarrez Alvarez, el secretario Cuauhtémoc Vladimir Pérez Llanas, la directora Rosa María Nájera Nájera, la antropóloga Pilar Muriedas Juárez, la maestra Diana García Ordoñez, la licenciada Axela Romero y a licenciada Samantha Mino Gracía.

Mario Bustamante Escauriaza

### Adriana Fuentes Jiménez, reconocimiento nacional 2006

La region de Metztitlan, Hidalgo es considerada por la Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de Biodiversidad como zona prioritaria para la conservación, como refugio de la biota desértica mexicana. Diversos estudios se han realizado en la entidad y entre ellos se encuentra la investigación denominada " Uso y Manejo de Cactáceas en la Reserva de la Biósfera Barranca de Metztitlán, Hidalgo" que desarrolló Adriana Fuentes Jiménez, alumna de la licenciatura de biologia de la um Xochimilco; dicho trabajo se constituye como una de las primeras investigaciones en el área de etnobotánica en la zana y, que en fechas recientes, la Secretaria de Desarrollo Social, por medio del programa "Jóvenes por ico", le otorgó el Reconocimienlacional al Servicio Social Comunitario 2006

De acuerdo con lo anterior, Fuentes Jiménez señalo al boletín informativo Cauce que el objetivo general del proyecto fue describir algunos aspectos de la biologia y de la reproducción de las especies seleccionadas y evaluar su importancia biológica y socio-económica a escala lo-

Asimismo, sobre el trabajo que desarrolló en la zona mencionada y que formó parte del servicio social, explico que " el objetivo fue rescatar los conocimientos sobre el uso (tradicional o innovador) que los pobladores autóctonos de la zona le dan a las diversas especies de la familia Cactaceae, realizando para ello visia los hogares y procurando enistar a personas de edad avanzada, puesto que ellos son los que poseen mayor conocimiento del empleo de las cactáceas y de las técnicas tradicionales'

El proyecto galardonado por el Programa Jóvenes por México destaca que la zona árido de la reserva contiene cerca de 70 especies de cactaceas, de las cuales el 11 por ciento son endémicas de la región y el 14 por ciento están señaladas en alguna categorio de riesgo. Existe un conocimiento pragmático entre los pobladores de la zona sobre el uso de estos recursos. Sin embargo, muos jóvenes emigran al extranjero en busco de mejores oportunidades y este conocimiento tan valioso tiende a desaparecer.

Dicho estudio contempla el registro fotográfico de las cactáceas encontradas en la zona de estudio, como también 60 entrevistas en 27 poblados de los municipios de Metztitlán, Mezquititlán Eloxochitlán, ubicados en la Reserva de la Biósfera Barranca de Metztitlán,

Fuentes Jiménez señaló que " con el material fotográfico, la información bibliográfica y la información de los habitantes, se elaboró una ficha para cada especie. Cada ficha contiene el nombre científico (género y especie) y el autor del mismo, el nombre común, la fotografía de la especie, su descripción, su forma de crecimiento, el hábitat donde se



encuentra, distribución de la especie reportada en la bibliografía y su estatus de conservación

Se efectuaron, dijo, diversas visitas a los invernaderos de la Biósfera Barranca de Metztitlán y se realizaron entrevistas a los trabajadores. Estos invernaderos se han instalado desde hace tres años y cuentan con el apoyo y la asesoria de la reserva; en ellos se cultivan distintas especies de

Entre los resultados que se mencionan en la investigación se reportan 16 géneros y 36 especies de cactaceas de las 70 registradas para la reserva, lo cual representa el 51.4

por ciento. En estudio incluye cuatro nuevos registros de cactáceas para el estado de Hidalgo.

De acuerdo a lo anterior, la bióloga Fuentes Jiménez explicó el uso de las cactáceas, "de las 36 especies registradas, 14 (28 por ciento) tienen algún uso entre los pobladores como son: golosina, construcción, medicinal, artesanal, alimento, forraje y cosmético. El 76 por ciento de las especies son silvestres y sólo el 24 por ciento son cultivadas. Las especies más conocidas fueron: el garambullo, el órgano, la biznaga dulce, la biznaga de chilitos y diversas especies de nopales. El uso más común es como recurso medicinal, seguido por recursos alimenticios (cladodios y frutos), artesanal y de forraje"

Cabe mencionar que en los invernaderos citados se cultivan 14 especies de cactáceas de ornato o decorativas. Se tienen sembradas un estimado de 30 mil plantas de diferentes especies. La técnica de cultivo que se utiliza es la propagación por semilla y por esquejes; las cuales están registradas en un catálogo que contiene 37 fichas de especies diferen-

Subrayó que las cactáceas juegan un papel importante en la obtención de satisfactores en las poblaciones marginales de la reserva, ya que proporcionan recursos que cubren diversas necesidades y que se tiene aún poca conciencia de la importancia biológica de las cactáceas en su hábitat y del potencial económico que estás representan.

Agregó que " la introducción del ganado caprino y vacuno en la zona, ha dañado las comunidades naturales por pisoteo y ramoneo de arbustos y árboles que funcionan como plantas nodrizas, así como el forrajeo directo sobre las mismas cactáceas: por tal motivo se tendrá que concientizar a los habitantes sobre el impacto que produce el ganado en dichos ambientes y la importancia que tiene el conservar las poblaciones silvestres. El cultivo de cactáceas en invernaderos es posiblemente una de las mejores formas de utilizar la flora de la reserva, de esta manera no se pone en riesgo la existencia de sus poblaciones naturales, además de que favorece el desarrollo económico y cultural de los habitantes de la



Adriana Fuentes Jiménez.

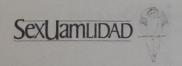
zona y se impulsa la atracción turísti-

Para darle continuidad a este proyecto, la bióloga Adriana Fuentes propone la implementación de programas de educación ambiental para niños, jóvenes y adultos, para lo cual el catálogo que elaboró será básico. Con ello se logrará que a corto y largo plazo se incrementen los conocimientos de los recursos de la zona: como también la creación de Programas de Manejo Integral que ayuden a establecer estrategias para conservar las poblaciones silvestres y fomentar el uso múltiple de este ecosistema.

Finalmente, la galardonada envió un mensaje a los biólogos, "Todo lo que hagan sea por amor a la profesión, en beneficio de las comunidades y la naturaleza; con responsabilidad, desempeño, esfuerzo, vocación de servicio y compromiso solidario con México"

Agradeció el apoyo que recibió por parte de los habitantes de la entidad, al Biol. Jerónimo Reyes Santiago del Instituto de Biología de la UNAM y a los académicos y autoridades de la UAM-X, para la realización del estudio citado.

Alejandro S. Lobo



### La última menstruación (2)

Cuando la producción hormonal de los ovarios disminuye durante la menopausia, las glándulas suprarrenales, la piel, los músculos, el cerebro, los folículos capilares y la grasa corporal pierden la capacidad de producir andrógenos; sin embargo, las mujeres sanas pueden hacerle frente los cambios sin necesidad de tratamientos hormonales sustitutivos.

Se calcula que el 15 por ciento de las mujeres tienen una menopausia sin experimentar ninguna molestia, pero el 85 por ciento de las mujeres manifiesta distintos síntomas, que van desde sofocos hasta depresión.

Estos problemas se deben en parte al agotamiento crónico de los recursos metabólicos; la mayoría de las mujeres llegan a su menopausia en un estado de agotamiento emocional y físico que hacen deficiente el funcionamiento de sus glándulas suprarrenales.

Los síntomas indicativos de un deterioro hormonal son: dificultades para salir de la cama, sensación de aturdimiento, requerir de tentempiés y cafeína para realizar las tareas dia-

rias, dificultades para pensar con claridad, mala memoria, hipoglucemia, infecciones recurrentes, dolores de cabeza, depresión, incapacidad para conciliar el sueño pese al cansancio, no poder dejar a un lado las preocupaciones del día y desinterés en las relaciones sexuales.

Estos síntomas indican que se ha estado trabajando bajo presión, con altos niveles de estrés emocional y físico, que hay que descansar, alimentarse, tomar agua suficiente, realizar ejercicio físico adecuado, recibir apoyo hormonal hasta que se restablezca el equilibrio endocrino y dejar de consumir sustancias tóxicas como el tabaco, el alcohol y la cafeína. Si el estrés es psicológico y emocional es necesario darle la atención requerida. El vigor de las glándulas suprarrenales y el estado de nutrición general son esenciales para llevar a cabo las tareas cotidianas con energía, entusiasmo y eficacia.1

Hay diversos tratamientos de reemplazo de hormonas(TRH), como pastillas con estrógeno y progesterona, cremas de estrógeno, parches con estrógeno o un combinado, e implantes de estrógeno, que



deben llevarse bajo estricto control médico y realizarse de manera individualizada y no estandarizada porque puede haber contraindicaciones. Lo recomendable, según algunos expertos, es que sólo se utilicen la cantidad y el tiempo necesarios para aliviar los síntomas, por lo cual se requiere de realizar un perfil hormonal de base, entre los 40 y los 50 años, cuando no se tienen síntomas

para saber cuáles son los niveles adecuados en cada mujer.<sup>2</sup> Dado que el climaterio suele durar alrededor de trece años, es necesario ir variando los programas y revaluar la necesidad de continuar la ingesta de hormonas a lo largo del periodo de transición menopáusica.

También existen tratamientos alternativos que pueden ser sustitutos de los TRH o complementarios, como la homeopatía, la herbolaria, la acupuntura o la aromaterapia, que debe prescribir un experto en la materia.<sup>3</sup>

1 Las principales hormonas producidas por las glándulas suprarrenales son la adrenalina, el cortisol y la deshidroepiandrosterona (DHEA), cuyas cantidades deben estar en librio.

2 Hay diversas combinaciones de hormonas que pueden ser administradas, además de los estrágenos, como la progesterona, la testosterona y el DHEA; también hay que distinguir entre las hormonas fabricadas a partir de hormonas animales o vegetales (fitohormonas). Christiane Northrup, Cuerpo de mujer, sabiduría de mujer, Urano, Barcelona, 1999.

3 También sería necesario valorar si es conveniente tomar complementos alimenticios y vitamínicos

### Disminución de estrógeno y aumento de la testosterona en el cuerpo de la mujer

#### **Organos** reproductivos

El endometrio se adelgaza, los ovarios se hacen cada vez más pequeños y arrugados (aunque siguen produciendo andrógenos) y la vagina se hace más delgada y reduce la producción de mucosa.

Corazón y vasos sanguíneos

El estrogeno dilata los vasos sanguíneos. Al reducirse el nivel de estrogeno durante el climaterio, se afecta la capacidad de dilación de los vasos sanguíneos. Esto hace que la mujer tenga mayor propensión a padecer de las coronarias después de la menopausia.

#### Pelvis y órganos de la pelvis

Los músculos que conforman el piso de la pelvis pierde fuerza y elasticidad. Esto ocasiona que la vejiga y el útero tengan la tendencia a prolaparse. Los órganos de la pelvis, como el recto, la vejiga y la uretra pierden elasticidad y tono muscular. Se incrementa la posibilidad de que la mujer padezca incontinencia.

#### Huesos

Se hacen más delgados y frágiles, en un proceso denominado osteoporosis. Si el deterioro es grave, los huesos pueden debilitarse hasta el punto de fracturarse.

#### Pie

Las glándulas sebáceas dejan de secretar sebo y disminuye el colágeno. Aparecen las arrugas, o se hacen más pronunciadas, y la piel pierde firmeza y elasticidad.

#### Cabello

El cabello se hace más delgado, y algunas mujeres lo pierden (generalmente se trata de un adelgazamiento general del cabello, y no de calvicie a la manera de los hombres). Puede tener lugar un incremento en el vello del rostro y el cuerpo, que ocasiona el hirsutismo. Esto es consecuencia de la disminución del estró-

geno, que hace más notorio e aumento de la testosterona.

#### Forma del cuerpo

Debido al cambio en el equilibrio del estrógeno y la testosterona, la cintura de la mujer se hace más gruesa y sus senos se caen y aplanan. La forma del cuerpo se hace más masculina.

Virginia Martínez Salazar Se\_uamlidad@yahoo.com.mx

### CULTURACNX

### El carnaval de la capital

El carnaval ha muerto, dijeron durante la Nueva España, lo repitieron durante el Porfiriato; que ya no habrá más bailes de máscaras en la ciudad de México. aseguró el gobierno del Distrito en 1900, un viejo escritor lo repitió en 1940, mientras que en 1970 las revistas, diarios y enciclopedias lo declararon completamente muerto; sin embargo las imágenes fotográficas muestran que el carnaval tiene algo de ave fénix, porque las mismas veces que lo han declarado muerto son las mismas que ha resucitado.

El carnaval en la ciudad de Méxise ha mantenido gracias a la necedad de los viejos carnavaleros que nunca renunciaron a su tradición y, aun durante el periodo revolucionario se expusieron para salir en pequeñas comparsas de 10 u 11 enmascarados que iban a bailar a los mercados con su música de arrastre. Organizados en camadas, comparsas o cuadrillas, resistieron la persecución decretada por el Virrey de Casa Fuerte en 1731, refrendada por el Rev de España en 1780 y sostenida durante el Porfiriato por algunos periódicos que se escandalizaban con la presencia de los tores marginados que tomaban ciudad en contra de la voluntad oficial. Los bailes de carnaval sólo tenían brillo si era una fiesta en el teatro Nacional o en la casa de las Escandón, donde participaban los miembros de las "meiores" familias. Dejaban para los pobres el ayuno y la vigilia, para ellos... iEl carnaval!

El tiempo dejó para la historia el carnaval indígena con sus tambores y chirimias, hizo lo mismo con las mascaradas españolas porque el mestizaje nos heredó las jamaicas y fandangos del Paseo de la Viga. Los escritos de Guillermo Prieto nos guardaron las imágenes de las comparsas que recorrían el Zócalo y el Portal de Mercaderes durante la instauración de la república. Lo mismo hicieron las fotografías de Casasola con los recorridos de máscaras sobre elegantes carruajes en los paseos de Bucareli, Reforma y la Alameda. Mientras que los criollos del Porfiriato nada lograron con la presentación de orquestas y bandas musicales en las



diferentes plazas del Centro para evitar la aparición de enmascarados. Nada lograron los conservadores y la iglesia, porque el carnaval se salió del atrio de los templos hacia las plazas; también se fugó de los teatros para regresar a la calles y a los barrios. Al iniciar el siglo xx, pareció que las distintas prohibiciones habían terminado con el carnaval, pero no fue así, se volvió a refugiar en los pequeños pueblos del D.F. y los barrios cercanos a la ciudad.

El siglo xx fue de reorganización para el carnaval porque las nuevas colonias cercaron a los viejos pueblos, encerrando en callejuelas y vecindades a los enmascarados. El crecimiento de la ciudad logró recuperar el carnaval de su enclaustramiento y liberarlo para beneficio de las nuevas generaciones. El carnaval siempre ha sido visto por el poder como la disputa por la calle, ya que los sectores marginados inundan las avenidas para ser admirados desde la banqueta por la muchedumbre de los vecinos. Nada detiene el paso de sus carros alegóricos, de sus comparsas que bailan los pasosdobles, las cuadrillas, los danzones, las jotas, etc., como también la música que los acompaña durante el recorrido callejero. Al carnaval nadie lo apadrina.

Un reconocimiento a los artesanos, músicos, vecinos, enmascarados, chichinas, charros, chinelos, catrines, padrotes, paragüeros, chinas poblanas y huehuenches que se han encargado de mantener viva la tradición del carnaval en la ciudad de México para riqueza de nuestro patrimonio cultural.

**Bulmaro Villaruel** 



# CHUCS

BOLETÍN INFORMATIVO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA XOCHIMILCO

Nueva Época, Año 4, núm. 4, 14 de junio de 2006

### Club's nutricionales, ¿verdades o mentiras?



Todos hemos escuchado hablar de las propiedades curativas que tienen las plantas y los productos naturistas; sin embargo empleados en grandes dosis o mal utilizados puede ocasionar que nuestro cuerpo presente manifestaciones indeseables y en algunos casos puede provocar la muerte; tal es el caso de diversos tipos de hongos y del famoso anís, de este último existen más de 20 especies y la más empleada para los cólicos gastrointestinales en los niños es el anís de estrella, sin embargo, existe un tipo de anís muy parecido al de estrella que es tóxico.

Lo anterior lo menciono porque últimamente me he encontrado con los famosos "Club's nutricionales", los cuales son atendidos por una "experta" en el arte de los licuados (o algo así). Para empezar te dan un té con un olor raro (parecido al anís), y una pastillas, sin presentación y sin decir qué contienen. Lo segundo, consiste en un

licuado de agua, con yogurt, leche en polvo y un producto para preparar malteada, eso sí, del sabor que el cliente elija; todo esto por \$21.50, y la promesa de que te sentirás mejor, bajarás de peso y se curarán tus males (¿cuales?, si no te los preguntan).

Analicemos estos pseudos "Club's nutricionales": En primera, la persona que prepara los "brebajes", no tiene estudios de médico, nutriólogo o
enfermera, es una "ama de casa" que tomó un
curso en otro club nutricional, al que no avala ninguna institución educativa o de salud; aunado a
esto, la "experta" en brebajes presenta un notorio
sobrepeso u obesidad.

Otro punto es el costo, tan solo \$21.50 diarios, que al mes se convierten en \$645 pesos por tomarte un brebaje, y una pastilla de la cual no tenemos idea qué contenga, ni qué efectos pueda causar a nuestro organismo, o bien se interponga

con algunas enfermedades crónico-degenero (diabetes, hipertensión, cardiopatías, etc.) cuando aprender a comer es tan fácil.

Amigo, duda de tratamientos que te maten de hambre, que omitan cualquier grupo de alimento, y sobre todo si te dan pastillas o gotas de dudosa procedencia, sin etiqueta o en una bolsita. Lo mejor es realizarte un estudio médico-nutricional y adecuar tus comidas con base en tu edad, ejercicio, complexión, enfermedad, etc. Recuerda que: "Lo que comemos hoy, será nuestra salud mañana"

LN Jenny Mestas Rodriguez

Egresada de la UAM-Xochimilco jenny.mestas@nutrimedmexico.org jennymestas@yahoo.com.mx



Bienvenida Pag. 4



Tutoría en la UAM-X Pág. 5



Honoris causa a Goodfellow Pág. 6



Serrano en la UAM-X Pág. 7



## CHUCS

BOLETÍN INFORMATIVO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA XOCHIMILCO

Publicación quincenal de circulación gratuita

Nueva Época, Año 4, núm. 3, 18 de mayo de 2006



Pág. 3



Investigación modular Pág. 8



Un souvenir Pág. 9



Luis Argudín Pág. 10



La última menstruación Páa. 11