

Literatura
mexicana en
una nuez

David de la Torre

Portaleando
por la historia

María Susana
Victoria Uribe

Entendiendo
el cáncer

Miguel Ángel Castillo
y Carla García

REVISTA

ISSN 2594-004X

UNI VER SITA RIA



AÑO 5, NÚM. 35, OCT-NOV 2021



Universidad Autónoma del Estado de México

PROGRAMACIÓN

Uni Radio 99.7 FM



Cuentos de Sakuchan

Lunes-viernes 7 y 16 h

Criterio Noticias

Lunes-viernes 8 y 18 h

Signos en rotación

Lunes-viernes 9 h

Pasacalle

Lunes, miércoles y viernes 10 h
Domingo 9 h

Recuerdos al aire

Martes, jueves y sábado 10 h

Aldaba

Martes-jueves 11 h

Esquema Emprendedor

Miércoles 11 h

Cínicos

Jueves 20 h

Fraseo Bop

Lunes a viernes 12 h

Nómada

Martes 15 h

El país de la canela

Miércoles 15 h

Mejoradas

Jueves 15 h

Quadrajet

Viernes 15 h

Cabina Mutante

Lunes-jueves 19 h / Viernes 19:30

Fandanguito

Lunes 15 h

Slide

Martes 20 h

Criterio Noticias (corte informativo)

Lunes-viernes 14 h

Pantera

Viernes 20 h

Vivas

Lunes 21 h

99.G

Martes 21 h

Radio Nocturna

Lunes y martes 23 h

El séptimo círculo

Miércoles 23 h

Plug

Viernes 23 h

Horizonte Centro Sur

Sábado 8 h

Pin pon papas

Sábado 9 h

Salsa como va

Sábado 14 h

Elepé

Sábado 18 h, repetición domingo 19 h

Seis Grados

Sábado 20 h

Boombox

Sábado 21 h

Todas las músicas del mañana

Lunes-viernes 17 h





Universidad Autónoma del Estado de México

THE WORLD
UNIVERSITY
RANKINGS

2022

Somos la **quinta**
mejor universidad
de México entre
IES públicas
y privadas



5º
lugar

Escalamos cinco
posiciones
a nivel nacional

Somos la
segunda mejor
universidad
pública estatal

10º
lugar

#SOMOS
UAEMéx

ADMINISTRACIÓN
UNIVERSITARIA
2021 - 2025

Contenido

Portada

En pantalla: Alejandra Ramírez López, Viridiana Evangelina Olivares Cabrera, Abner Elián López Jiménez, miembros del Equipo de Gimnasia Aeróbica de la UAEM.

Foto: Lázaro Hernández



Artes



Humanidades

- | | | | |
|----|--|----|--|
| 4 | La literatura mexicana en una nuez
David de la Torre Cruz | 14 | Radiografía primitiva, el chile en nogada
Benjamín Ernesto Ramírez Araujo |
| 6 | XXXV años de carrera hacia arriba
Adalberto Téllez Gutiérrez | 16 | Emprendimiento femenino en tiempos de pandemia
Nanci Janit Bourguet Araujo y J. Patricia Muñoz-Chávez |
| 9 | Escrito al otro lado de la noche
Juan Fernando Mondragón | 18 | La interculturalidad como herramienta global
Nancy Bravo |
| 10 | Portaleando por la historia
María Susana Victoria Uribe | 21 | Licencias de paternidad
Luis Alfonso Guadarrama Rico |
| | | 24 | Aristas legales de los contratos
Roberto Sanromán Aranda |
| | | 26 | Bejucos, un lugar con potencial turístico
Violeta Abigail Quintana Albarrán
y Omar Ismael Ramírez Hernández |



Ciencias



Tecnología

- | | | | |
|----|--|----|--|
| 28 | Efectos en la salud por la privación prolongada del sueño
José Alfredo González-Ortiz y Zeltzin Celiz Elguea-Ortiz | 38 | Inteligencia artificial en la salud
Michelle María del Socorro Gómez Álvarez
y Luis Enrique Ledezma Fuentes |
| 30 | Fisioterapia: ética y ciencia
Christian Ricardo Guadarrama Nieto | | |
| 32 | Entendiendo el cáncer
Miguel Ángel Castillo Martínez y Carla García Morales | | |
| 34 | Quelites: la recuperación de un valioso alimento
María Fernanda García, Andrea Sánchez,
Berenice Sánchez y Paola Montserrat Jiménez | | |

UNIVERSITARIA, año 5, núm. 35, Octubre-Noviembre 2021, es una publicación bimestral editada por la Universidad Autónoma del Estado de México, Instituto Literario núm. 100 ote., Colonia Centro, Toluca, Estado de México, C.P. 50000, Tel. +(52 722) 2 26 11 38 exts. 2421 y 2425, revistauniversitaria.uaemex.mx, revistauniversitaria@uaemex.mx. Editora responsable: Ginarely Valencia Alcántara, Dirección General de Comunicación Universitaria, Reserva de Derechos al Uso Exclusivo núm. 04-2017-072110111500-203, ISSN 2594-004X, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número: Mónica Mata Pérez, Departamento de Medios Impresos de la Dirección de Imagen Institucional, Edificio Uaemitas 8° piso, Leona Vicario 201 esq. 1° de Mayo, Barrio de Santa Clara, Toluca, Estado de México, C.P. 50090. Fecha de última modificación: 30 de Octubre del 2021. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. Se autoriza la reproducción total o parcial del contenido aquí publicado sin fines de lucro, siempre que no se modifique el contenido y se cite la fuente completa. Hecho en México, Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM), todos los derechos reservados 2018. Licencia de Creative Commons: esta obra se encuentra protegida por una Licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 internacional.





Universidad Autónoma del Estado de México

Rector
Carlos Eduardo Barrera Díaz
Doctor en Ciencias e
Ingeniería Ambientales

Secretaría de Docencia
Yolanda Eugenia Ballesteros Senties
Doctora en Ciencias de la Educación

Secretaría de Investigación
y Estudios Avanzados
Martha Patricia Zarza Delgado
Doctora en Ciencias Sociales

Secretaría de Extensión y Vinculación
Francisco Zepeda Mondragón
Doctor en Ciencias del Agua

Secretaría de Difusión Cultural
María de las Mercedes Portilla Luja
Doctora en Humanidades

Secretario de Rectoría
Marco Aurelio Cienfuegos Terrón
Doctor en Ciencias de la Educación

Secretaría de Administración
Eréndira Fierro Moreno
Doctora en Ciencias
Económico Administrativas

Secretario de Finanzas
Octavio Crisóforo Bernal Ramos
Doctor en Educación

Secretario de Planeación
y Desarrollo Institucional
José Raymundo Marcial Romero
Doctor en Ciencias Computacionales

Abogada General
Luz María Consuelo Jaimes Legorreta
Doctora en Derecho

Secretario Técnico de la Rectoría
Luis Raúl Ortiz Ramírez
Doctor en Ciencias Sociales

Directora General de
Comunicación Universitaria
Ginarely Valencia Alcántara
Licenciada en Comunicación

Directora General de Centros Universitarios
y Unidades Académicas Profesionales
Sandra Chávez Marín
Doctora en Ciencias de la Educación

Comité

Carlos Eduardo Barrera Díaz
Ginarely Valencia Alcántara
Martha Patricia Zarza Delgado
María de las Mercedes Portilla Luja
Carlos Hernández Zarza
Agenda Universitaria

Dirección

Marcela Pineda Téllez

Edición

Mónica Mata Pérez

Diseño

Gerardo Mercado Hernández
Gustavo Contreras García
Luis Ángel Velázquez Vega
Valeria Jisel Flores Pérez

Redacción y corrección de estilo

Karla Giannina Arcos Espino
Mónica Daniela Albarrán Bernal
Denise Ocaranza Ordóñez



Foto: Luis Ángel Velázquez

Editorial

Celebrar nuestros orígenes y tradiciones siempre es motivo de orgullo. Este año, la Licenciatura en Artes Teatrales cumple 35 años, es el primer plan de estudios con enfoque artístico en nuestra universidad. Su actual coordinador, Adalberto Téllez, rinde tributo a quienes han transitado por el escenario y hace énfasis en la cumbre de Ciudad Universitaria como un aula abierta que ha albergado a 25 generaciones, incluso durante la pandemia.

Otro momento significativo es la próxima celebración de los 500 años de Toluca y para ello se han organizado actividades previas a la esperada fecha (19 de marzo de 2022). En este número, Susana Victoria, coordinadora de Museografía y Desarrollo Cultural del Centro Cultural Toluca, comenta sobre la exposición “Toluca nuestra. Un paseo por la historia”, que reúne objetos diversos sobre el devenir de la ciudad en su aspecto cotidiano y artístico.

En cuando a temas de salud, que ya son recurrentes en nuestras páginas, Miguel Ángel Castillo y Carla García, de la Facultad de Ciencias, presentan el desarrollo celular del cáncer, las condiciones en las que se dan las mutaciones, los síntomas y, desde luego, las opciones de tratamiento. No es posible evadir la enfermedad, pero con información es más fácil identificarla a tiempo, así como estar en mejor estado físico y mental para enfrentarla.

Las condiciones de salud dependen de muchos factores y todos son importantes; el sueño, por ejemplo, es un indicador de calidad de vida. Pasar muchas horas en vigilia extendida produce cambios abruptos de humor, pérdida de memoria e incluso alucinaciones, entre otras manifestaciones, según explican José Alfredo González y Zeltin Celic Elguea, estudiantes de Medicina y Psicología Biomédica en la UAEMor y la UAM, respectivamente. Es momento de responsabilizarnos de nuestra salud y hacer frente al panorama con y sin pandemia.



La literatura mexicana contemporánea en una nuez

Contemporary Mexican literature in a nutshell

Por David de la Torre Cruz

Resumen: La literatura mexicana contemporánea se inauguró con la novela *Nadie me verá llorar* de la multi-premiada Cristina Rivera Garza, escritora que representa un parteaguas, puesto que utiliza técnicas narrativas posmodernas que se caracterizan por la hibridación de géneros, que muchos autores han replicado y consolidado en la industria editorial.

Palabras clave: literatura mexicana, literatura contemporánea, narrativa posmoderna.

Abstract: Contemporary Mexican literature was inaugurated by the novel *No One Will See Me Cry* by the multi-award-winning writer, Cristina Rivera Garza, who represents a watershed, since she uses post-modern narrative techniques characterized by hybrid genres which many authors have replicated and have consolidated in the publishing industry.

Keywords: Mexican literature, contemporary literature, postmodern narrative.

Recibido: 07/09/2021 Aprobado: 15 /09/2021

Se podría considerar la publicación de la novela *Nadie me verá llorar* de Cristina Rivera Garza, en 1999, como la obra que inaugura el siglo XXI en la literatura mexicana. No solo por razones cronológicas y por el contundente éxito crítico y comercial que le mereció reconocimiento y galardones nacionales e internacionales, sino porque esta novela resume la trayectoria técnica, temática y hasta estética que seguiría la literatura contemporánea.

El nuevo siglo, que en la literatura supuso reevaluar la relación entre ficción y realidad, además de asumir a plena conciencia la agenda cambios, críticas, experimentaciones, revisiones y reformulaciones de la combativa mentalidad posmoderna, también ha sido muy fructífero en el marco de la literatura internacional y en el sistema literario mexicano, que ha tenido un nutrido eco en dos décadas cumplidas.

El origen de la novela de Rivera Garza, socióloga de profesión, implicó una doble apuesta. Por un lado, fue el resultado de cinco años de trabajo de archivo en el manicomio La Castañeda de Ciudad de México, como parte de su investigación y tesis doctoral. Por otra parte, esa experiencia vivida le inspiró a escribir también una novela con el tema de la locura. Dos formas de contar: una real y documentada, otra ficcional e imaginada. Más tarde declararía en relación con la mezcla de géneros literarios (fccionales) y textuales (no fccionales) que de poder escribir de nuevo su trabajo doctoral: “tal vez trataría de violentar un poco más la forma del ensayo académico para hacerlo más híbrido” (Silió, 2003). Con ello manifestaba en propia voz una creciente tendencia de la literatura contemporánea: la mezcla de géneros, la preponderancia de la experiencia per-

sonal del escritor sobre lo narrado y la preocupación por los temas relegados del debate público o la acción política, en este caso: la situación de los manicomios y la enfermedad mental misma.

En distintas latitudes y geografías se replicaron estos tres principios y tendencias de estilo que modificaron a la literatura de ficción o de imaginación: el hibridismo voluntarioso (mezcla de géneros), la “Escritura del Yo” (fuerte presencia de la experiencia real del autor en las obras) y, finalmente, la literatura hizo suya la amplia y revisionista agenda social y política del activismo posmoderno.

Esta triple mezcla provocó que los géneros y técnicas del discurso literario se multiplicaran de manera exponencial: autoficción, metafiction, hiperfiction, autorreferencialidad, autoconciencia, simulacros, metafiction historiográfica, ficción autobiográfica,



crónicas periodísticas subjetivas o ficcionales, novelas de distorsión temporal o histórica, ficción testimonial, poéticas cuánticas, hiperrealismo, fragmentación, cibercultura, novelas de campus universitario, ecoliteratura, literatura del cambio climático, literatura *queer*, literatura feminista y de lo femenino, microficción, hiperficción constructiva, literatura colaborativa, escritura del *shock* o trauma, literatura digital, literatura de redes sociales o multimedia, holopoesía, mezcla de literatura e imagen, sonido o espectáculo y un muy largo etcétera.

En México se ha aprovechado muy bien tanto la variedad como las tendencias de la literatura contemporánea internacional pues existe una nutrida nómina de autores de todos los perfiles, identidades y trayectorias; además, se atisba un futuro promisorio patente en la oferta constante de talleres, grupos

creativos, colectivos o escuelas dedicadas al arte de la escritura. También hay una industria editorial consolidada de alcance mundial con un público de igual calado: hay lectores que, en los tiempos que corren, están en todas partes.

La ubicuidad es uno de los rasgos más importantes de la literatura mexicana actual. El histórico centralismo cultural de Ciudad de México cedió ante la aparición de nombres y voces provenientes de distintas regiones del país con el predominio de la zona norte. La primera generación literaria del siglo xxi, aunque bautizada como “Generación inexistente”, lleva el nombre de guerra de “Los escritores del Norte”. De Tijuana a Tamaulipas o de Guanajuato (El Bajío) a Guadalajara (occidente). Todo es norte desde la perspectiva del centro del país.

Esta pluralidad regional se convierte en diversidad de voces y estilos, en

realidades y experiencias por contar: la vida transfronteriza con los Estados Unidos, la migración desde el sur del continente por la costa este, el crimen organizado, la violencia, las historias del desierto, la vida en el Pacífico y también, en concordancia con los tiempos: el conflicto de identidad personal y de grupo, además del diario combate del activismo y las ideologías.

El pasado 3 de septiembre, Cristina Rivera Garza recibió el prestigioso Premio Iberoamericano de Letras José Donoso 2021, “por haberse convertido en las últimas décadas en referencia en el mundo hispanohablante. [...] La suya es una voz poética crítica y nómada siempre improbable, inesperada y sorprendente” (Agencia EFE, 2021). A veinte años de la publicación de *Nadie me verá llorar*, su obra sigue abanderando las múltiples transformaciones de la literatura mexicana contemporánea, y ahora de la literatura internacional. 

Referencias

- Silió, Elisa (2003). “Cristina Rivera Garza viaja al dolor de un manicomio mexicano”, en *El País*, Madrid, <https://elpais.com/diario/2003/09/09/cultura/1063058401_850215.html>.
- Agencia EFE (2001). “La escritora mexicana Cristina Rivera Garza recibe el premio José Donoso 2021”, en *El Comercio*, Ecuador, <<https://www.elcomercio.com/tendencias/cultura/premio-jose-donoso-cristina-rivera-garza.html>>.



David de la Torre Cruz es doctor en Estudios Literarios, maestro en Humanidades y licenciado en Letras Latinoamericanas por la UAEM. Es docente e investigador de la Facultad de Humanidades y Lenguas de la misma institución. Ha publicado ensayos de crítica literaria, artículos y obras de divulgación en medios nacionales e internacionales. Su experiencia también incluye la producción y conducción de programas culturales en radio. Actualmente forma parte del comité editorial del proyecto Literature around the world de *Los Angeles Review of Books* como editor responsable de América Latina.





xxxv años de carrera hacia arriba

35 years of racing to the top

Por Adalberto Téllez Gutiérrez

Vayan, arriesguen, encuentren...
Jesús Angulo

Resumen: Artes Teatrales es la primera licenciatura artística en la Universidad Autónoma del Estado de México y en este año cumple 35 años de haber sido creada. Este texto aborda el significado que ha tenido Ciudad Universitaria en la formación física y mental de los estudiantes, aspecto que hoy representa un buen aliado ante la pandemia y el riesgo de los espacios cerrados. Además de ello, y como todo texto conmemorativo, es un homenaje a quienes fundaron la licenciatura y a quienes en la actualidad representan un gran orgullo del teatro universitario.

Palabras clave: teatro universitario, aniversario, Ciudad Universitaria.

Abstract: Theatre Arts is the first artistic bachelor's degree at the Autonomous University of the State of Mexico and this year celebrates 35 years since its creation. This text addresses the significance that University City has had in the physical and mental training of students, an aspect that today represents a good ally in the face of the pandemic and the risk of closed spaces. In addition—and as any commemorative text—it is a tribute for those who founded the degree and for those who currently represent a great pride of university theatre.

Keywords: university theater, anniversary, University City.

Recibido: 13/09/2021 • Aprobado: 20/09/2021

Laborar en Ciudad Universitaria tiene muchos beneficios, uno de ellos está relacionado con la posibilidad de disfrutar de áreas verdes y abiertas en donde, como docente, se pueden aplicar estrategias de desarrollo no solo académico sino artístico; por ejemplo, la experiencia de salir a correr con los actores en formación propicia en los estudiantes una condición física que les permite reconocer sus límites, a la vez que amplían su capacidad respiratoria, musculoesquelética y de abstracción.

Todos los caminos y recorridos que se encuentran en el Cerro de Coatepec para realizar esta actividad llevan a la cumbre coronada por la enorme escultura de Adolfo López Mateos, un monumento de cantera de 60 toneladas que

fue construido en 1972 bajo el diseño del maestro universitario Adolfo Villa González.

Desde “la cabeza”, como se le conoce coloquialmente, se contempla la ciudad de Toluca. La vista es esplendorosa, sobre todo durante las mañanas en las cuales los jóvenes actores y docentes suelen alcanzar la cumbre para, una vez en la explanada, realizar ejercicios de búsqueda experimental en un espacio inmejorable para reconocer sus capacidades expresivas y almacenar en su memoria emotiva el proceso de su esfuerzo y de su visión del artista escénico que desean crear a partir de sí mismos.



Ilustración: Luis Ángel Velázquez Vega

Desde hace 35 años, la Licenciatura en Artes Teatrales (en Arte Dramático en 1986) considera como parte de sus espacios de trabajo los caminos a “la cabeza”; la enorme aula abierta representa un espacio ritual y sagrado en donde han concurrido más de 25 generaciones de estudiantes que han conformado el movimiento teatral que pone a la UAEM a la vanguardia en el país.

Este año (septiembre), la primera licenciatura artística de nuestra universidad conmemora 35 años de su fundación, y lo hace con muchísimo orgullo. Por sus aulas y escenarios han transitado personalidades tan destacadas como el multipremiado y siempre humilde Noé Hernández, la entrañable Doña Conmemoración, Clementina Guadarrama, el comprometido y solidario Édgar Huitrón, el *imakinatorio* José Antonio Flores, el joven y expansivo talento de José

Uriel García Solís, el inquieto y aguerido Claudio Morales, entre muchos otros que, en escenarios teatrales, sets cinematográficos, televisivos y cabinas radiofónicas desarrollan el oficio creativo de interpretar.

Merecen ser reconocidos siempre, pero sobre todo en esta celebración, cuatro pilares fundamentales de nuestra historia: el querido Eugenio Núñez Ang, maestro de todo y de todos; Esvón Gamaliel Calvillo, amoroso fundador de lo que hoy, por fin, reconocemos como nuestra Compañía Universitaria de Teatro; el ubicuo Alberto Antonio Salgado, quien con sus propias manos e ingenio clavó, literalmente, las tablas del foro que lleva su nombre; y el transgresor y provocativo Raúl Zermeño Saucedo, formador de actores, directores y teatristas en todo el país. Todos ellos viajando ya a través del aire y escenificando quién sabe qué cosas en otros planos.

Con nosotros, afortunadamente, el siempre querido y fraternal Jesús Angulo encabeza un claustro docente conformado por brillantes egresados de la misma licenciatura que hoy continúan con el compromiso de materializar los sueños de los jóvenes que aspiran a la creación de vida a través de la ficción. Entre ellos, Adalberto Téllez Gutiérrez, Betania Paniagua, Blanca Lilia Hernández, Dalia Inés Contreras, José Alberto Hinojosa, José Cotero, Juan Carlos Embriz, Suriday Ugalde y Hugo Alberto Leyva; complementan la labor compañeros provenientes de otras instituciones teatrales y artísticas del país y el extranjero que han hecho de la Facultad de Humanidades



LA PRIMERA LICENCIATURA ARTÍSTICA DE NUESTRA UNIVERSIDAD ES ARTES TEATRALES

su casa, como Alejandro Jarquin, América Bobadilla, Ángel Octavio Valdés, Annesy del Rosario Pérez, Arnulfo Rosas, Arturo Camargo, Blanca Angélica Garduño, Enrique Vargas, Federico Adaya, Fernando Martínez Monroy, Francisco Silva, Hugo Maya, Hugo Renán García, Israel Ríos, Jesús Humberto Florencia, Joana Gomes, Jorge Alfonso Arredondo, Jorge Iniesta, Juan Antonio Bautista, Juan Carlos Torres, Manuel Flores, María del Rayo Vega, Marina Romanova, Miguel Ángel Arteaga, Octavio Mora, Oscar Alán de la Cruz, Pablo Parga y Yolanda Mejía.

El orgullo que expresamos va más allá de lo escénico. A pesar de las adversidades que esta licenciatura ha enfrentado en 35 años, se ha podido consolidar una infraestructura que, aunque insuficiente aún, permite abordar responsablemente los contenidos académicos. Esta situación nos facilitó obtener, precisamente este septiembre, la reacreditación del plan de estudios por parte del Consejo para la Acreditación de Programas Educativos en Humanidades (COAPEHUM), y contemplamos pronto la reestructuración de este plan, así como el proyecto de crear líneas de *investicreación* que ayuden a consolidar cuerpos académico-

creativos y convenios con instituciones nacionales e internacionales afines. Con todo ello aspiramos a cumplir con los requerimientos institucionales que la sociedad, a la que nos debemos, nos demanda.

Somos una licenciatura que, en tiempos no pandémicos, ofrecía a sus estudiantes la experiencia de 150 funciones como posibilidad de desarrollo profesional. Somos una licenciatura que cuenta con un claustro académico consolidado y comprometido. Somos una licenciatura que trabaja a partir de las premisas de respeto, tolerancia e igualdad entre su comunidad. Somos una licenciatura que desea seguir corriendo por las veredas de nuestro hermoso campus para alcanzar con fortaleza y alegría, todos los días, la cima de nuestro cerro para gritar por todo lo alto, hacia todo el mundo: “¡Viva el teatro!” 🎭



Fotos: Adalberto Téllez



Adalberto Téllez Gutiérrez es actor egresado del Centro Universitario de Teatro de la UNAM y de la Facultad de Humanidades de la UAEM, y en esta última cursó la Maestría en Humanidades con especialidad en Estudios Literarios e imparte clases en la Licenciatura en Artes Teatrales, en donde actualmente es el coordinador académico. Forma parte de la Asociación Teatral Juana de Asbaje y del Elenco Artístico de la UAEM, ha participado en más de 40 obras en CDMX, Toluca, Guanajuato, San Luis Potosí, Colima y Colombia.

Escrito al otro lado de la noche

Por Juan Fernando Mondragón

Ilustración: Carlos Badillo



Removió la hoja rojiza y circunstancial que había caído sobre la página, para descubrir y leer la última de sus palabras, y fue en ese momento exacto que lo supo, supo que se había enamorado, fatalmente enamorado, inútilmente enamorado de lo que acababa de leer, de aquel cuento, no de manera metafórica, no figurada, no simbólica sino literalmente enamorado del cuento, de ese cúmulo inanimado de palabras en tinta negra, y subrayo literalmente porque no del autor ni tampoco de los personajes, ni aun del argumento, sino del cuento mismo, del cuento como tal, del cuento abstracto y a la vez corpóreo que se llamaba “Escrito al otro lado de la noche”, del cuento que contaba quién sabe qué historia porque él solo tenía cabeza para pensar en que lo amaba profundamente, y para celarse con rabia cada vez que alguien más lo hojeaba y lo leía, y para temer que no fuera nunca correspondido, y para soñar todas las noches que su cuento lo abandonaba, lo olvidaba, dejaba de entregarle cada una de sus líneas, de sus descripciones y sus paisajes, de sus puntos y comas para irse a ser leído por otro, en otro cuarto, en otra casa, a la luz de unos ojos que no lo amaban como él y que nunca lo harían pero que, en cambio, sabían cómo

hacerle el amor de la manera más bibliófila posible, y en esos menesteres anduvo largo tiempo, como quien se enamora a solas y en secreto, relamiendo el deseo por cada párrafo con un escalofrío salvaje, hasta que algo pesado como un juicio entibia todo y uno prosigue, cansado de amar en una sola dirección, resignado a saber que no con ese, con ese cuento no se hará hogar ni hijos, porque los cuentos nacieron no para amar sino para despedirse. 



Juan Fernando Mondragón es maestro en Humanidades por la UAEM. Estudió Literatura Italiana e Hispanoamericana en la UNLP, La Plata, Argentina. Becario del Curso para Jóvenes Escritores de Verano 2012 de la Fundación para las Letras Mexicanas, del Festival Interfaz Pachuca 2018, y del Pecda Estado de México 2014-2015 y 2017-2018. Autor del libro *Máscara vs cabellera* (UAEM, 2020), así como de artículos académicos y traducciones de poesía desde lenguas romances. Ha impartido talleres de creación literaria y dirige el sitio de difusión de la lengua y la literatura www.laletteraescandida.com.



Portaleando por la historia

Por *María Susana Victoria Uribe*

Cerca de los cinco siglos de la posible fundación de Toluca como villa (19 de marzo de 2022), se presenta la exposición “Toluca nuestra. Un paseo por la historia”, en un trabajo colaborativo entre el Ayuntamiento de Toluca, el Comité Rumbo a los 500 Años, coleccionistas particulares y el Centro Cultural Toluca. La propuesta museográfica buscaba conmemorar el surgimiento de la ciudad y su transformación durante Festiva 2020, pero debido a la suspensión de actividades públicas a causa la pandemia por covid-19 tuvo que dejarse como asignatura pendiente.



Fotos: Luis Ángel Velázquez

La idea original era utilizar once arcos de los Portales como marco para la exhibición de réplicas, fotografías y facsimilares que permitirían al transeúnte conocer algunos momentos históricos de la ciudad. La muestra estaría complementada

por lonas con fotografías y frases, montadas en las tradicionales estructuras que son utilizadas durante la Feria del Alfeñique desde el 2014.

Al ser pospuesto el proyecto, surgió la posibilidad de que la exposición fuera presentada dentro de las instalaciones del Centro Cultural Toluca, edificio emblemático de la ciudad y que actualmente cuenta con las condiciones museográficas para recibir no solo réplicas sino piezas originales, contando con todas las medidas sanitarias de nuestra nueva realidad. Para la curaduría, nos inspiramos en el rescate de la memoria colectiva y periodos emblemáticos del

crecimiento de la localidad, con la invitación a “portalear”, actividad clásica de la ciudad y que configura gran parte de su historia moderna, punto de partida y de regreso de los eventos políticos, sociales y económicos. La iluminación y los gráficos emulan los arcos de los portales, junto al acomodo fluido de las piezas (nada saturado por las restricciones de espacio, lectura y circulación) para observar sus transformaciones y fortalecimiento ante los retos del siglo XXI.

Cabe destacar que muchos de los objetos y documentos presentados son originales y pertenecen a colec-

¹ Agradecimientos especiales: Centro Cultural Toluca, Comité Organizador Rumbo a los 500 años de Toluca, UAEM, Arquidiócesis de Toluca, Deportivo Toluca Fútbol Club, Archivo Histórico Municipal de Toluca, Instituto de Cultura Pedro Nolasco A. C., Dirección de Fomento Económico de Toluca, Museo del Alfeñique, Museo Municipal de Calixtlahuaca, tunAstral, Dulcería Hernández y Embotelladora Toluqueña S.A. de C.V. Coleccionistas privados: Asociación Ma. Del Carmen Izquierdo Zenil, familias De la Torre, Díez Morodo, García Muciño, López Legorreta, Macedo Velázquez, Sánchez Carbajal, Victoria Uribe, Gerardo Novo Valencia, Gerardo Urbán y Fernández, Jesús Islas García, Lucía del Carmen Izquierdo Sedano, Margarita Monroy Herrera, María de Lourdes Izquierdo Rojas, Patricia Maawad Robert y Úrsula Coteró García Luna.



ciones de instituciones de la entidad y a familias toluqueñas, tal es el caso de un óleo de los Portales (1850) del paisajista Luis Coto y que muy pocas veces ha sido presentado fuera de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM), que lo tiene bajo su resguardo. Esta obra ejemplifica la cotidianidad de la vida en este lugar como si nos trasladáramos al pasado: personas transitando por las calles y en el interior de los arcos, ya sea platicando o trabajando. El lienzo mide 72 centímetros de alto por 106 de largo y muestra una perspectiva de la calle de Hidalgo y lo que actualmente es el Andador Constitución.

La exposición refleja cada momento histórico, comenzando con la época prehispánica con presencia en el valle que data del 1200 a. C., para luego visitar la villa originaria que reúne perfectamente la mezcla entre el mundo de la fe cristiana en sus símbolos con el trabajo de las manos indígenas en sus representaciones; presenta, además, el documento más antiguo del Archivo Histórico de Toluca: una merced de tierras de 1619. También está la vida novohispana de San José de Toluca, dedicada a la producción porcina y de maíz, y que fue evangelizada por franciscanos, aunque también había presencia de mercedarios, juaninos y carmelitas. No es de extrañarse que desde esta época inicie

la tradición choricera, pues existe evidencia histórica de que, en los tres siglos que duró este periodo, Toluca fue conocida por la calidad de la carne de puerco y la riqueza de los embutidos.

La muestra cuenta con una maqueta que ejemplifica lo que fuera el convento franciscano de la Asunción, basado en un plano de 1834 perteneciente al Archivo Histórico Municipal. Este claustro llegó a tener más de nueve mil ejemplares; gran parte de ellos, en el siglo XIX, pasaron a formar parte del Instituto Literario. No hay que olvidar que dicho convento comenzó su construcción a mediados del siglo XVI en la zona donde hoy se encuentra la Catedral, constituyendo el corazón de la villa y que su mayor extensión abarcaría lo que hoy son los Portales y la Plaza González Arratia.

En el recorrido puede observarse la transformación de villa a ciudad capital de 1814 a 1871, con el surgimiento del estilo arquitectónico neoclásico afrancesado que caracterizaría a la ciudad; lo anterior, de la mano de Ramón Rodríguez Arangoiti, uno de los grandes arquitectos mexicanos del siglo XIX. Es en esta época de cambios que Toluca se vuelve capital del Estado de México (1830), llega el Instituto Literario y José María González Arratia, uno de los grandes mecenas de la ciudad, solicita a los franciscanos la donación de una parte de los terrenos del convento para construir los portales, los cuales, con el paso del tiempo, llegarían a ser los más extensos del país.

Esto nos lleva al siglo XX donde la ciudad se transformaría en una de las urbes más importantes de Toluca y México. Iniciamos con los ecos del Porfiriato y el recuerdo de la “pequeña Francia”, presentando un montaje especial sobre la Compañía Cervecería de Toluca y de México, no solo porque la exposición se encuentra dentro de su antiguo edificio sino porque, además, existen documentos e investigaciones donde se le reconoce como la más moderna de México, galardonada en París en 1900 con medalla de oro gracias a su cerveza “Toluca Extra”. Esta solo sería desbancada por Victoria, cerveza orgullosamente toluqueña que



Artes



nacería entre 1904 y 1907 y que actualmente se mantiene en el mercado nacional.

Después nos encontramos con la Toluca bonita, la provincia añorada, tal vez la que más recordamos a través de los abuelos, por ejemplo, los registros de migrantes que vinieron a formar parte de la ciudad y su evolución, como el comerciante libanés Jamil Maccise Saide, padre de Juan Maccise Maccise, universitario, diputado y uno de los fundadores de la Facultad de Ciencias Políticas de la UAEM. Mención especial merece la tradición choricera y futbolera, con el surgimiento del Deportivo Toluca en 1917, y los embutidos de La Española, fundada después de la Revolución por migrantes españoles.

En los últimos arcos de la exposición se habla del nacimiento de la universidad, así como de un gran movimiento cultural con el Café tunAstral, semillero de ideas y encuentro de escritores como Alejandro Ariceaga y José Yurrieta Valdés, decano de la UAEM; el maestro Carlos Olvera, creador de la Compañía Estatal de Teatro y la Compañía Universitaria de Teatro, y Leopoldo Flores, a quien bien podríamos considerar el padre de los muros de Toluca y autor del símbolo por excelencia del Estado de México: el Cosmovitral.

Asimismo, la muestra cuenta con un apartado que rinde homenaje al Archivo Municipal de Toluca, guardián de joyas históricas muy importantes para la ciudad. En este caso se presenta una serie de fotografías que emulan las calles paralelas a los tradicionales portales y que nos permiten transitar en el tiempo y los distintos rostros arquitectónicos de la ciudad.

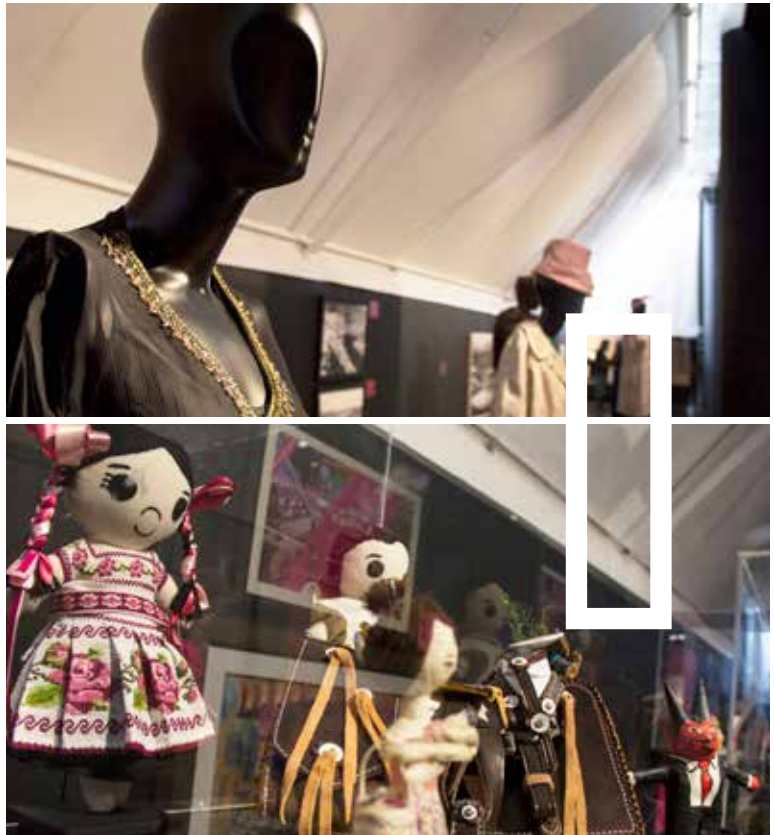
La exposición también presenta una colección dedicada a la moda, de 1914 al 2000, como un guiño a la mujer mexi-

EL ÓLEO DE LOS PORTALES, DE LUIS COTO, SOLO PODRÁ APRECIARSE HASTA DICIEMBRE DEL 2021

quense y su papel como parte de este relato, tanto en la vida cotidiana como en las transformaciones hacia la modernidad.

Para finalizar, dedicamos una sección a las tradiciones, herencia de más de 500 años de vida que une el legado indígena con las costumbres españolas a través del alfeñique, las calaveras de azúcar y los trabajos mazahuas y otomíes de la ciudad; además de los tradicionales jamoncillos de leche que llenan de sabor las alacenas y los recuerdos de los toluqueños.

“Toluca nuestra” es una celebración y un homenaje a todos los personajes y lugares de nuestra herencia cultural como toluqueños. Nosotros hacemos historia y por ello invitamos a formar parte de ella visitando esta nostálgica exposición, donde podrán conocer, aprender y recordar algunos de los momentos que han conformado nuestra identidad. 🎨



Centro Cultural Toluca

Hasta el 9 de enero del 2022

Boletos en taquilla y en línea

Martes a domingo de 10:00 a 17:00 h

Entrada Adultos \$45 • Niños y alumnos con credencial \$35

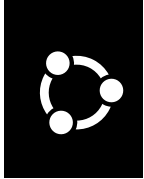
Av. Miguel Hidalgo 201, Col. Santa Clara

frente al Jardín Zaragoza y a dos cuerdas de los Portales

Centro Histórico de Toluca • Facebook: @CentroCulturalToluca



María Susana Victoria Uribe es egresada de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, Maestra en Historia por la Universidad Iberoamericana y Maestra en Museología por el Instituto Iberoamericano de Museos. Actualmente cursa el doctorado en Seguridad Internacional enfocado a la protección del patrimonio cultural. Ha participado en más de 60 exposiciones de carácter internacional, nacional y local. Asimismo, bajo la supervisión y gestión del H. Ayuntamiento de Toluca 2013-2015, fue la creadora del proyecto ejecutivo y puesta en marcha del Museo del Alfeñique, que en su primer año de operación tuvo una afluencia de 50,000 visitantes. Lideró los proyectos de Teatro y Cine en tu comunidad de la Secretaría de Cultura durante el 2016 y actualmente es coordinadora de Museografía y Desarrollo Cultural del Centro Cultural Toluca.



Radiografía primitiva, el chile en nogada

Por Benjamín Ernesto Ramírez Araujo

Resumen: Este artículo tiene como principal objetivo analizar la construcción histórica del chile en nogada, platillo mexicano que mantiene en su preparación la herencia del Mundo Antiguo, desde las técnicas árabes, en el triturado de la carne, hasta el placer de rellenar alimentos para darles mayor suntuosidad, emblema de la cocina griega y romana. Más allá del mito en su creación independentista, dicha receta refleja la versatilidad de los sabores, presentaciones y simbolismos que hoy en día nos congregan para analizar y reflexionar el impacto que tienen los alimentos en la historia de la humanidad.

Palabras clave: chile en nogada, alimento, cocina mexicana.

Abstract: The main objective of this article is to analyze the historical construction of *chile en nogada*, a Mexican dish, which maintains in its preparation the heritage of the Ancient World, from Arab techniques, in the grinding of the meat, to the pleasure to give them greater sumptuousness, emblem of Greek and Roman cuisine. Beyond the myth of its independence creation, this recipe reflects the versatility of flavors, presentations, and symbolism that bring us together nowadays to analyze and reflect on the impact that food has on the history of mankind.

Keywords: Chile en nogada, food, Mexican cuisine.

Recibido: 24/09/2021 • Aprobado: 27/09/2021



Fotos: @LaPolonesa

Los chiles en nogada son un ícono de la comida mexicana, sus colores simbolizan el lábaro patrio; sin embargo, poco se repara en sus ingredientes, técnicas de elaboración y presentación. Detrás de este platillo se resguarda la fusión de culturas, tradiciones y sabores, que van desde el Lejano Oriente, las monumentales Grecia y Roma, hasta el mundo mesoamericano. A través del siguiente escrito se presentan tres momentos previos a la creación del chile en nogada. Como primer aspecto, se analizará el Mundo Antiguo y la correlación entre los alimentos dulces y los cárnicos triturados; en un segundo punto, las

costumbres de rellenar alimentos y, en tercer lugar, el arribo de dichas prácticas e ingredientes a América para culminar con una reflexión histórica.

ENDULZAR Y TRITURAR

En la cocina árabe hay dos elementos fundamentales: alimentos triturados y sabores dulces. En el primer caso, se trituraba la carne en el mortero hasta obtener una pasta para preparar albóndigas (Rosenberger, 2011: 407), misma técnica para rellenar otros platillos. Dicha pasta se combinaba con huevo y frutos secos triturados para ligar la mezcla (Rosenberger, 2011: 415), que caracteriza el gusto por los picadillos dulces en el paladar árabe, ya que también se acompañaban con membrillos, manzanas y frutas agrias endulzadas (Rosenberger, 2011: 413). Estos sabores influyeron en el mundo europeo entre los siglos XIII y XV, y en España perduraría hasta el XVII.

RELLENAR

Desde la Grecia helenística aparece el barroco arte del relleno, que ya reunía lechones, aves, aceitunas, yemas de huevo, ostras y moluscos (Conde de Sert, 2008: 17) en una pasta que terminaría dentro de un animal o fruto. Cabe mencionar que dicha técnica se heredaría a los romanos, los cuales la llevarían a su máxima expresión con el relleno imperial adobado, que engalanaba el día previo a la coronación del nuevo rey del Sacro Imperio Romano. En la preparación de este plato se introducía, de manera sucesiva, un huevo en un pichón, una perdiz, una polla, un capón, un faisán, un pavo,

un cabrito, un carnero, una ternera y, para culminar, todo esto dentro de una vaca (Conde de Sert, 2008: 26). El mundo árabe presenta una versión similar: un ternero asado al horno, relleno de un cordero cocido del mismo modo, el cual se coloca en una oca y en ella un pollo que contiene un pichón, relleno a su vez de con un pajarito (Rosenberger, 2011: 415).

NUEVOS SABORES EN AMÉRICA

A través de la presencia española fue como nuevos ingredientes, técnicas y tradiciones culinarias llegaron a América. La cocina traída por los españoles se complementó con chiles, especias, cárnicos, frutos secos y lácteos, entre muchos otros. Durante este periodo, aparecen en los escritos de la época recetas de rellenos, chiles rellenos y nogada, esta última con ingredientes y presentaciones un tanto lejos de las conocidas, con ajos, migajón de pan, clavo, canela, aceite de comer, chilitos, aceitunas (Dominga De Guzmán, 1999: 57). En el caso del relleno, el *Libro de cocina del hermano fray Gerónimo de San Pelayo* lo presenta con carne picada de puerco y ternera, que, una vez cocida, se ligaba con huevo y se le añadían pasas y azúcar (Gerónimo de San Pelayo, 2003: 36).

Dentro de la cotidianidad que representa la comida, su origen e historia pueden traspasar las fronteras nacionalistas y geográficas. Los chiles en nogada, más allá del mito, se presentan como la memoria del Medio Oriente y las civilizaciones que se congregaron en torno al Mediterráneo, y que en América encontraron tierra fértil para reinventarse y contribuir con un platillo que, de cierta manera, da identidad a nuestro país, México. 

Referencias

- Conde de Sert (2008). *El Goloso. Una historia europea de la buena mesa*. Madrid: Alianza Editorial.
- De Guzmán, Dominga (1999). *Recetario Mexiquense, siglo XVIII*. México: Conaculta.
- De San Pelayo, Gerónimo (2003). *Libro de cocina del hermano fray Gerónimo de San Pelayo, siglo XVIII*. Primera reimpresión. México: Conaculta.
- Rosenberger, Bernard (2011). "Capítulo XX. La cocina árabe y su aportación a la cocina europea", en Flandrin, Jean-Louis y Massimo Montanari, *Historia de la alimentación*. Gijón: Trea.



Benjamín Ernesto Ramírez Araujo es maestro en Historia Moderna de México por el Centro Cultural Casa Lamm, licenciado en Gastronomía por la UAEM y alumno del diplomado Cocinas y cultura alimentaria en México: usos sociales, significados y contextos rituales, impartido por la ENAH. Actualmente es profesor en el Centro Universitario UAEM Tenancingo y columnista del diario Milenio en su edición sabatina.





Emprendimiento femenino en tiempos de pandemia

Female entrepreneurship in times of pandemic

Por Nanci Janit Bourguet Araujo y J. Patricia Muñoz-Chávez

Resumen: La desigualdad de género se acentuó durante la pandemia, pues muchas mujeres perdieron sus empleos o truncaron su desarrollo profesional. Sin embargo, ante la crisis, el emprendimiento de negocios pequeños ha sido casi la única oportunidad que han tenido para cubrir sus necesidades y dar sustento a sus familias. Resulta interesante que el número de mujeres que se atreven a crear un proyecto de este tipo podría ser más alto si hubiera más apoyo y financiamiento.

Palabras clave: desigualdad de género, emprendimiento, negocios, mujeres.

Abstract: Gender inequality increased during the pandemic, as many women lost their jobs or gave up their professional development. Nevertheless, in the face of the crisis, small business ventures have been nearly the only chance they've had to solve their necessities and give sustain to their families. Interestingly, the number of women who dares to create a project of this type could be higher if only there were better support and funding.

Keywords: gender inequality, entrepreneurship, business, women.

Recibido: 11/08/2021 Aprobado: 15/09/2021

La población femenina en la sociedad se ha transformado completamente, pues ahora hay más mujeres involucradas en los sectores empresariales, industriales, agrícolas y económicos en general. No solo han logrado obtener ciertos derechos, sino que incluso son consideradas líderes en organizaciones y naciones; sin embargo, las mujeres continúan enfrentando barreras profesionales, laborales y personales.

Una barrera histórica, pese a la lucha de las mujeres, es la brecha de género que afecta todas las etapas de crecimiento; desde la niñez se hacen presentes las constantes diferencias entre hombres y mujeres. En la sociedad y en las creencias yace la desigualdad. En este sentido, Eleanor Smeal fue la primera feminista en utilizar el término *gender gap* para referirse a la diferencia de votación entre ambos géneros en Estados Unidos. Lo mismo ocurre en los negocios, pues cuando una mujer decide emprender, factores culturales, económicos y políticos, principalmente, generan complicaciones e incrementan la vulnerabilidad social femenina.

Global Entrepreneurship Monitor llevó a cabo una evaluación en la que Ecuador, Chile y Brasil ocupan los tres primeros lugares en emprendimiento femenino en el 2019 (Pasquali, 2020), y hoy en día se registra un aumento del 8%. Una de las razones que impulsan estos proyectos

es el *techo de cristal*, que engloba a las mujeres que no lograron cumplir metas profesionales y económicas, cuya última oportunidad para cubrir sus necesidades es el emprendimiento (Rueda y Ruiz, 2019).

En México, la presencia de mujeres en el sector industrial se vio afectada desde febrero del 2020 por la pandemia de covid-19; las medidas sanitarias provocaron la suspensión de actividades económicas y, por ende, un daño directo para las empresas y pequeños negocios. El empleo se contrajo aproximadamente 5% durante el periodo de cuarentena en plazas ocupadas por mujeres y la recuperación económica ha beneficiado en mayor porcentaje a los hombres (Gómez, 2020).

Montaje: Gustavo Contreras



Las altas tasas de desempleo en Chile ocasionaron que 34% de las mujeres buscaran una nueva forma de sustento a pesar de la crisis sanitaria. De acuerdo con la Sexta Encuesta de Microemprendimiento, realizada por el Ministerio de Economía, antes de la pandemia, 31% de las personas identificadas con el género femenino decidía emprender por necesidad (Rojas, 2021).

La falta de trabajo remunerado es mundial, pero en México las consecuencias han sido más difíciles de revertir, de ahí que el emprendimiento ha sido la opción más viable para subsistir y tratar de brindar una vida digna a familiares y personas a cargo. El panorama para las mujeres es tempestuoso, pero existen diferentes asociaciones e institutos que impulsan a las emprendedoras. Asumir el riesgo de un micro-negocio se incrementa si hay apoyos desde la idea hasta la consolidación del proyecto, solo así las gestoras de estos proyectos pueden sobrellevar las limitaciones (Paredes *et al.*, 2019).

El emprendimiento es un ejemplo muy claro de cómo las mujeres innovan

y crean posibilidades de superación, pero la discriminación por género sigue vigente y las despoja de su identidad y capacidad. En palabras de Rita Segato (2016), esta desigualdad es un proceso de violencia creciente porque lo masculino ve amenazado el control que ejerce y que ha regulado nuestro sistema ideológico, por tanto, es preciso modificar este pensamiento y deshacernos de las anclas del predominio irracional masculino y de la idea colonizadora. ❶

Referencias

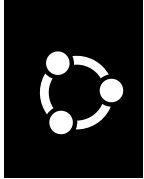
- Gómez Franco, Luis Monroy (2020). *Impactos diferenciados: Efectos de la pandemia de covid-19 en la situación laboral de las mujeres en México*. México: Consejo para prevenir y eliminar la discriminación de la Ciudad de México, <<https://www.copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/impactos-diferenciados-efectos-de-la-pandemia-de-covid-19-en-la-situacion-laboral-de-las-mujeres-en-mexico.pdf>>.
- Paredes Hernández, Silvia Patricia, Maricela Castillo Leal y María Luisa Saavedra García (2019). "Factores que influyen en el emprendimiento femenino en México", en *Suma de Negocios*, vol. 10, <<https://doi.org/10.14349/sumneg/2019.v10.n23.a8>>.
- Pasquali, Marina (2020). "¿En qué países hay más mujeres que se dedican a emprender?", en *Statista*. <<https://es.statista.com/grafico/19263/paises-con-mas-mujeres-emprendedoras/>>.
- Rojas, Trinidad (2021). "Cómo el escenario del emprendimiento femenino cambió con la pandemia: 'Ha sido la opción para seguir viviendo'", en *La Tercera* <<https://www.latercera.com/paula/como-el-escenario-del-emprendimiento-femenino-cambio-con-la-pandemia-ha-sido-la-opcion-para-seguir-viviendo/>>.
- Rueda Galvis, Javier Francisco y Rafael Ruiz Escorcía (2019). *Análisis del emprendimiento femenino en Latinoamérica*. Colombia: Universidad de Investigación y Desarrollo UDI, Corporación Universitaria del Caribe CECAR, <<http://laccei.org/LACCEI2019-MontegoBay/meta/FP71.html>>.
- Segato, Rita Laura (2016). *La guerra contra las mujeres*. España: Traficantes de sueños.



Nanci Janit Bourguet Araujo es estudiante de la Licenciatura en Innovación de Negocios y Mercadotecnia de la Universidad Tecnológica de la Zona Metropolitana del Valle de México. Sus áreas de interés incluyen mercadotecnia digital, publicidad y comportamiento del consumidor



J. Patricia Muñoz-Chávez es doctora en Planeación Estratégica y Dirección de Tecnología por la Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, maestra en Gestión Administrativa y licenciada en Contaduría por la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Actualmente es profesora e investigadora de la Universidad Tecnológica de la Zona Metropolitana del Valle de México en el área de desarrollo de negocios. Sus líneas de investigación incluyen estrategia y comportamiento del consumidor, organizaciones y gestión del talento humano.



La interculturalidad como herramienta global

Interculturality as a global tool

Por Nancy Bravo

Resumen: La interculturalidad es un recurso indispensable para entender el mundo, pues todos nos hemos convertido, de una u otra forma, en migrantes. Este desplazamiento obedece a muchos motivos (necesidades económicas, conflictos bélicos, oportunidades laborales y académicas, familiares, etc.), pero, en casi todos los casos, el proceso de adaptación se vive en soledad y con muchas dificultades. Tanto los que emigran, como los que reciben a migrantes, deben comprender el punto de vista del otro, para convivir en armonía. Por tal razón surgió un libro que ofrece claves, experiencias, links, música, videos y consejos interculturales basados científicamente. Además, reúne el testimonio de ocho extranjeros exitosos en Alemania.

Palabras clave: migración, interculturalidad, globalización, cultura internacional.

Abstract: Interculturality is an essential resource to understand today's world because we have all become migrants in one way or another. This displacement is due to many reasons (economic needs, war, work and academic opportunities, family, etc.), but in almost all cases, the process of adaptation is lived in solitude and with many difficulties. Both those who emigrate and those who receive migrants must understand the point of view of the other, in order to live together in harmony. For this reason, a book emerged that offers scientifically based cross-cultural clues, experiences, links, music, videos and tips. In addition, it gathers the testimony of eight successful foreigners in Germany.

Keywords: interculturality, globalization, international culture.

Recibido: 20/09/2021 • Aprobado: 23/09/2021



Imágenes: Cortesía de Nancy Bravo

La globalización es una realidad que llegó para quedarse. Hoy más que nunca resulta vital conocer herramientas interculturales para convivir armoniosa y respetuosamente con personas que tienen diferentes costumbres, tradiciones, lengua y religión. Pero no solamente deben considerarlas quienes desean salir de su país, ya que todos nos hemos convertido de una u otra forma en migrantes. Aun sin salir de casa, estando frente a la pantalla de la computadora, con un solo clic estamos enlazados con el mundo entero, así que en realidad la gran mayoría de este planeta está en contacto, queramos o no, y todos somos diferentes.

Pero, cabe preguntarnos: ¿en realidad nos aceptamos y respetamos?, ¿estamos conectados o vivimos en desconexión a pesar de la cercanía física y tecnológica? Quien no vaya a la vanguardia con el tema intercultural se quedará atrás y no logrará comunicarse de forma empática para trabajar, estudiar, hacer negocios, convivir con éxito y armonía.

Como migrante que lleva 20 años radicando en Alemania me quiero concentrar en este proceso de interculturalidad y conexión entre personas de diferentes naciones. La migración puede definirse de distintas formas, pero la Cepal la refiere



como el cambio de residencia que implica el traspaso de algún límite geográfico u administrativo debidamente definido. Si el límite que se cruza es de carácter internacional (frontera entre países), se denomina “migración internacional”, pero si atraviesa algún tipo de demarcación debidamente reconocida dentro de un país (entre divisiones administrativas, entre área urbana y rural, etc.), se conoce como “migración interna”.

LOS MOTIVOS DE LA MIGRACIÓN

Según datos de las Naciones Unidas México, en la actualidad hay mil millones de migrantes en el planeta que se han desplazado de su lugar de origen por diferentes motivos: falta de agua en su región, guerras o conflictos (como en Oriente Medio, Asia, Norte de África), falta de trabajo y de expectativas en su lugar de origen (como en

Latinoamérica), catástrofes naturales como en los países centroamericanos, pues el paso de las tormentas Eta e Iota que destruyeron comunidades de Honduras, El Salvador y Guatemala obligarán a más personas a migrar en búsqueda de empleo. También, puede ser por la realización de estudios superiores, investigaciones, trabajos bilaterales, por tener parejas binacionales, envíos de personal de empresas al extranjero, etc. En mi caso, obtuve una plaza para realizar una práctica profesional en Greenpeace Alemania y por el amor.

Estos son solamente algunos de los ejemplos que llevan a las personas a salir de su país o región, pero ¿qué estamos haciendo para gestionar la sana convivencia, integración y adaptación de las personas (tanto receptoras como migrantes)?

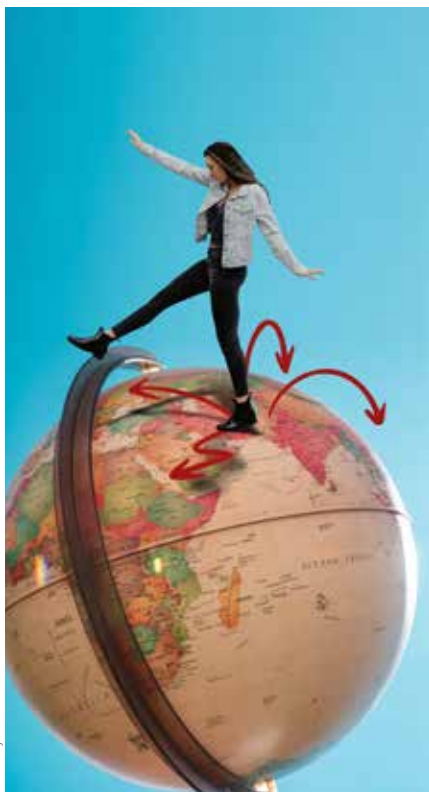
Ayer, hablar varios idiomas era la herramienta del futuro para triunfar, comunicar con éxito, pero hoy, quien

no hable el idioma de la interculturalidad será analfabeta en el mundo. Si bien el intercambio cultural enriquece, también es cierto que la falta de conocimiento es un obstáculo real.

EL DESCONOCIMIENTO DE LA ACTIVACIÓN DE LA INTELIGENCIA CULTURAL

Particularmente no sabía lo que me esperaba cuando salí de México, nunca me enteré de que existía un choque cultural y que todos, sin importar edad, estudios, sexo o rango, pasamos por eso. Los dos primeros años fueron difíciles (a pesar de que salir de mi país fue decisión propia, es decir, no fue por asilo político, por guerras o exilio), además, llegué sin hablar el idioma. Muchas veces me sentí sola en mi proceso, pensé que era la única que pasaba por ello y que nadie me comprendía, necesitaba orientación. En mis clases de alemán aprendía aspectos del nuevo país, pero me faltaba activar mi inteligencia cultural. Para desarrollar las habilidades interculturales dormidas, siempre me pregunté ¿por qué nadie nos explica los comportamientos y valores importantes?, ¿de dónde vienen esas reacciones “raras”?

Quién iba a decir que diez años más tarde descubriría que existe una ciencia detrás que ha estudiado desde los años cincuenta los procesos migratorios y la comunicación intercultural. Hoy día, por experiencia propia y como profesional, esta es parte de mi vida porque vivo en un mundo global. No importa que lleve 20 años en



el extranjero, siempre voy a estar en un proceso de choque cultural y por ello es importante saber gestionarlo.

UNA SOLUCIÓN

Al experimentar este sinuoso proceso sin apoyo alguno, decidí brindar las herramientas necesarias, ahora en idioma español, ya que, hasta el momento, la información sobre el tema es escasa en nuestro idioma; por ello, en marzo del 2021, salió a la venta mi libro *¡BRAVO! Soy internacional. Ocho ejemplos de cómo ser exitoso en el extranjero*. La editorial Libros del Marqués se encuentra en CDMX y es muy fácil encontrarlo en diferentes librerías de México, además de que está en versión impresa y digital (ebook).

El libro está pensado para toda persona (estudiantado, empresario, profesorado, parejas biculturales, emprendedores, diplomáticos, funcionarios...) que quiera integrarse de una manera armónica a esta nueva realidad mundial, volátil, incierta, compleja y ambigua. Sin duda, es una herramienta básica para este siglo, pues nos muestra que la globalización ha llegado para quedarse.

¿QUÉ ENCONTRARÁS EN EL LIBRO?

Esta herramienta es interactiva e innovadora, está basada en teorías científicas, sin dejar de ser práctica, actual y aplicable a la vida diaria. Tiene consejos, reflexiones, imágenes, gráficas, pictogramas, modelos culturales, tablas comparativas para entender las diferencias culturales y poder gestionarlas de forma eficaz.

Además, al ser interactiva, cuenta con códigos QR para acceder a entrevistas videograbadas de ocho personas hispanas exitosas que viven en Alemania y que nos comparten sus experiencias, consejos y claves (como la famosa *prima ballerina* de la Ópera de Berlín).

EXTRAS INCLUIDOS EN EL LIBRO

En el libro también hay un código QR con una *playlist* en Spotify de música en inglés, español y alemán con temas que hablan de identidad, fronteras, integración y migración, así como *links* con sugerencias de bibliografía, películas, documentales, videos y otros recursos.

A través de la lectura del libro, con sus casos de éxito y de la puesta en práctica de los ejercicios, es posible desarrollar habilidades comunicativas, conocer más de una cultura, activar la inteligencia cultural y darle un giro a la vida. ¡Ser intercultural es una de las claves del éxito en la actualidad! 🎒



Nancy Bravo es licenciada en Ciencias de la Comunicación por la UAEM, fundadora de la consultora Bravo Intercultural, autora del libro *¡BRAVO! Soy internacional*, entrenadora intercultural certificada en Alemania, coach certificada por el Centro UNESCO en Rebirthing y conferencista internacional.

Redes sociales: <https://linktr.ee/NancyBravo>
Landing page del libro: <https://bravo-intercultural.com/bravo-soy-internacional-2/>
Link de compra del libro: <https://linktr.ee/nancy.bravo>
E-mail: nancy@bravo-intercultural.com

Licencias de paternidad

Paternity leaves

Por Luis Alfonso Guadarrama Rico

Resumen: El presente texto reflexiona sobre la importancia de un permiso de paternidad por el nacimiento o adopción de un hijo o hija. Recientemente, la Suprema Corte de Justicia de la Nación formuló una propuesta para que el personal masculino que ahí labora pueda solicitar su licencia de paternidad con goce de sueldo durante tres meses. Ante una iniciativa de mayor alcance, deberán considerarse diversos criterios para hacer realidad este tipo de licencias.

Palabras clave: licencia de paternidad, igualdad de género, Latinoamérica.

Abstract: This text reflects on the importance of a paternity leave to a male workers for the birth or adoption of their son or daughter, recently, the Supreme Court of Justice of the Nation formulated a proposal so that its male staff who work there may request a paternity leave, with pay, for three months. In view of a broader-scope bill, several criteria should be considered in order to make this type of license a reality.

Keywords: paternity leave, gender equality, Latin America.

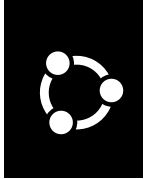
Recibido: 25/09/2021 • Aprobado 28/09/2021

Junto con una serie de transformaciones histórico-estructurales, avances y retrocesos, ocurridos a lo largo de cincuenta siglos, el patriarcado ha ido perdiendo lentamente territorios simbólicos de poder (Lerner, 2017; Bourdieu, 2000). El impacto hipermediático, originado por la producción y circulación de la información a través de internet y el uso de las redes sociales digitales, ha llevado a correr el velo sobre una desigualdad más entre hombres y mujeres: la corresponsabilidad en la crianza y cuidados de los vástagos. A la luz de una larga lucha por la igualdad de derechos y obligaciones entre mujeres y hombres es como emerge en México este otro flanco.

Aquí se inscribe la más reciente medida para que tanto el padre como la madre que tienen empleo puedan acogerse a un permiso más amplio y con goce de sueldo cuando hayan tenido un nuevo hijo o hija, en tanto se trata de compartir la responsabilidad para brindar las primeras atenciones a quien ha nacido. En el 2012 se modificó el artículo 132, fracción XXVII bis, de la Ley Federal del Trabajo, en la

que se estipula la obligación del patrón para otorgar un permiso de paternidad de cinco días laborables con goce de sueldo a los hombres trabajadores por el nacimiento o adopción de su hijo o hija (Senado de la República, 2019).

En fechas recientes, la Suprema Corte de Justicia de la Nación colocó este tema en la escena pública cuando su actual presidente, Arturo Zaldívar, informó que había formulado una propuesta para que el personal masculino que ahí labora tenga licencia de paternidad, con goce de sueldo y con una duración de tres meses (SCJN, 2021a). Esos 90 días de permiso laboral podrán



ser disfrutados durante los primeros nueve meses, a partir del nacimiento de su hijo o hija, o bien teniendo como fecha el día en que se concrete la adopción de un menor.

La medida incluye también a parejas homoparentales y a quienes tienen descendencia mediante la subrogación de vientres (SCJN, 2021b). Con ello, si se aprueba la propuesta tal como ha sido formulada, al menos desde esa dependencia pública, se estará enviando un mensaje de inclusión al tiempo que se encara la diversidad de las familias en México.

ORÍGENES Y TENDENCIA INTERNACIONAL

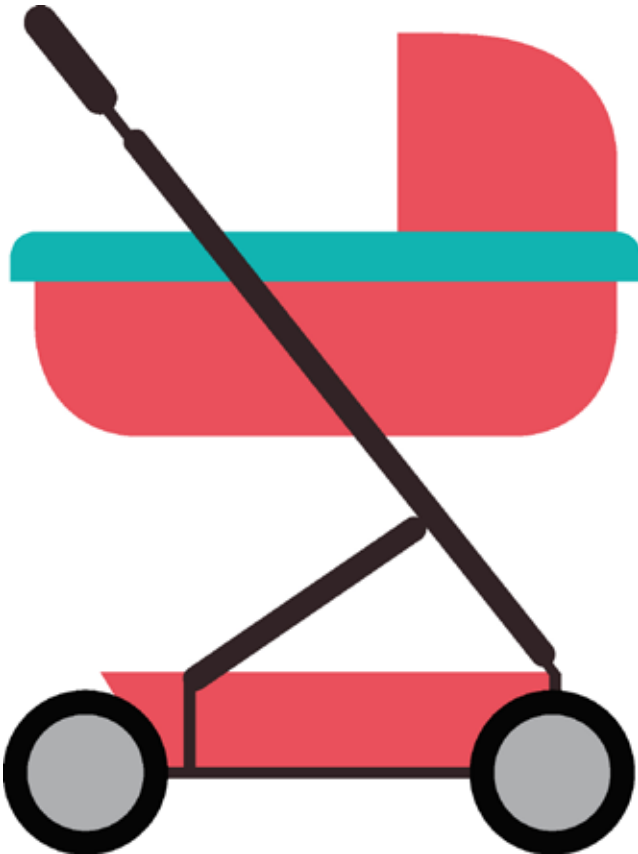
El primer país que dio cabida a licencias de paternidad fue Suecia, en 1974. Actualmente, las parejas de esa nación nórdica disponen de un permiso paterno-materno por 14 meses. Durante 13 meses, tanto la madre como el padre con licencia laboral reciben 80% de su salario; si requieren 90 días más su sueldo se reduce un poco más (Rangecroft, 2016). El panorama internacional muestra que de 167 países que han aportado información al respecto, 79 tienen incluido el derecho de licencia de paternidad, aunque el número de días va desde uno hasta 90 (Farré y González, 2017). Como se puede ver en el siguiente gráfico, en la región latinoamericana, en Paraguay, Venezuela y Uruguay se conceden mayor número de días, pues oscilan entre 14 y 13 con goce de sueldo. México está

Licencias de paternidad en Latinoamérica



entre las naciones que otorgan cinco días. Hasta ahora han quedado a la zaga Costa Rica, Cuba y Honduras.

La propuesta es que este tipo de licencias sean otorgadas por espacio de 90 días para los progenitores. Las investigaciones muestran que un alto porcentaje de los padres no hacen uso de este tipo de permisos laborales; por tanto, se sigue reproduciendo el sistema patriarcal y machista que continúa dejando a la madre la crianza y los cuidados iniciales de las y los recién nacidos. También se indica que aquellos padres que, efectivamente, se involucran en el proceso de la crianza acrecientan el vínculo emocional con su descendencia. Contribuyen, asimismo, a que se genere una distribución en las tareas domésticas y dicho lazo emocional entre padres e hijos tiende a rendir frutos du-



A LA LUZ DE UNA LARGA LUCHA POR LA IGUALDAD EMERGE LA CORRESPONSABILIDAD EN LA CRIANZA

rante los siguientes años (Knoester, Petts y Pragg 2019). Al mismo tiempo, por este otro flanco, se reducen las desigualdades e inequidades tanto en el empleo como en los hogares.

Ante una posible iniciativa de mayor alcance, quizá detonada por la reciente propuesta de la Corte, habrá que considerar diversos criterios para la elegibilidad y aplicación de estas licencias de paternidad en y desde todos los hogares y no solamente de tipo heteronormativo. Con permisos laborales de 90 días para padres se abonaría a los compromisos internacionales que todavía se encuentran rezagados en México y que tienen que ver con la Agenda 2030, los Objetivos del Desarrollo Sostenible, la Organización Internacional del Trabajo y las recomendaciones de la Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer. Ojalá se avance en esta materia. 

Referencias

- Bourdieu, Pierre (2000). *La dominación masculina*. España: Anagrama.
- Farré, Lidia y Libertad González (2017). "The Effects of Paternity Leave on Fertility and Labor Market Outcomes", en *IZA Discussion Paper*, núm. 10865, pp. 1-45, <https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2998974>.
- Knoester, Chris, Richard J. Petts y Brianne Pragg (2019). "Paternity Leave-Taking and Father Involvement among Socioeconomically Disadvantaged U.S. Fathers", en *Sex Roles*, núm. 81, pp. 257-271, <<https://doi.org/10.1007/s11199-018-0994-5>>.
- Lerner, Gerda (2017). *La creación del patriarcado*. España: Kaktakrak Liburuak.
- Rangecroft, Andrea (2016). "Plan de Suecia para que los hombres tomen más licencia cuando tienen hijos", en *Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación*. <<https://bit.ly/3zJ35tj>>.
- Senado de la República (2019). "Gaceta de la Comisión Permanente. Miércoles 07 de agosto de 2019. GACETA: LXIV/1SPR-29/98055", en *Gaceta de la Comisión Permanente*. <<https://bit.ly/2XZ5ymB>>.
- SCJN (Suprema Corte de Justicia de la Nación) (2021a). "Versión estenográfica de la conferencia de prensa del ministro presidente Arturo Zaldívar". <<https://bit.ly/3kOLvjf>>.
- (2021b). "Acuerdo General de Administración Número X/2021". <<https://bit.ly/3kNZp5i>>.



Luis Alfonso Guadarrama Rico es doctor en Comunicación, profesor de tiempo completo en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UAEM, integrante del Sistema Nacional de Investigadores del Conacyt. Líder del Cuerpo Académico Sociotecnología, Gobierno y Comunicación. Su producción académica se puede encontrar en guadarramarico.mx.





Aristas legales de los contratos

Legal issues of contracts

Por Roberto Sanromán Aranda



Ilustración: Jisel Flores

Resumen: La lesión es un vicio de la voluntad que al presentarse en los contratos de compraventa civil y mercantil nulifica el acto jurídico, pero no afecta la voluntad; sin embargo, se puede pedir la indemnización de los daños y perjuicios. Además de la definición del hecho delictuoso, en el presente trabajo se incluyen las características y sanciones de dichas figuras jurídicas.

Palabras claves: lesión, compraventa, nulidad, rescisión.

Abstract: The injury is a vice of the will that when appearing in civil and commercial sales of sale and purchase nullifies the legal act, but does not affect the will. However, the compensation of damages. In addition to the definition of the tort, this paper includes the characteristics and penalties of such legal figures.

Keywords: injury, purchase and sale, nullity, rescission.

El Código Civil Federal considera como una lesión algún vicio en la voluntad para el consentimiento y cumplimiento de un acto jurídico. En su artículo 17 dispone que “cuando alguno, explotando la suma ignorancia, notoria inexperiencia o extrema miseria de otro; obtiene un lucro excesivo que sea evidentemente desproporcionado a lo que él por su parte se obliga, el perjudicado tiene derecho a elegir entre pedir la nulidad del contrato o la reducción equitativa de su obligación, más el pago de los correspondientes daños y perjuicios. El derecho concedido en este artículo dura un año”.

De acuerdo con esto, la lesión como vicio nulifica el contrato en materia civil, además de que exige el pago de los daños y perjuicios. Esta acción se realiza principalmente durante la compraventa de bienes que, según el artículo 2248 del mismo Código, es “cuando uno de los contratantes se obliga a transferir la propiedad de una cosa o de un derecho, y el otro a su vez se obliga a pagar por ellos un precio cierto y en dinero”.

Si en determinado contrato una de las partes sufre lesión por cualquiera de las causas mencionadas en el artículo 17, podrá demandarse la nulidad del mismo; sin embargo, en lo que respecta a la compraventa mercantil, el artículo 385 del Código de Comercio dice que: “Las ventas mercantiles no se rescindirán por causa de lesión; pero al perjudicado, además de la acción criminal que le competa, le asistirá la de daños y perjuicios contra el contratante que hubiese procedido con fraude o malicia en el contrato

o en su cumplimiento”. Como se puede leer, el contrato continuará, aunque una de las partes sufra la lesión, pero se puede exigir una acción criminal y el pago de los daños y perjuicios por aquel que obró con dolo o fraude.

Para ahondar en el tema, el Código de Comercio, en su artículo 371, dispone que “serán mercantiles las compraventas a las que este les da tal carácter y todas las que se hagan con el objeto directo y preferente de traficar”. Al hablar de *traficar* debemos entender esto como la acción de realizar operaciones comerciales, es decir, el constante intercambio de bienes y servicios. También hay que recordar que la materia mercantil busca que la economía se mantenga en constante movimiento, por lo que dejar sin efectos el contrato afectaría a la vida del comercio.

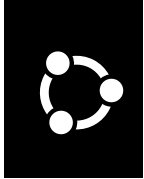
Podemos resumir que en el Código de Comercio se habla de rescisión de contrato, mientras que el Código Civil de nulidad, sin lugar a dudas son figuras jurídicas distintas, ya que la rescisión se da por incumplimiento de alguna de las partes dejando sin efectos el contrato, en tanto que en la nulidad no permite que nazca el acto jurídico por tener un vicio o lesión.

Es conveniente aclarar que el Código de Comercio debería hablar de nulidad y no de rescisión, ya que recae sobre la persona y su capacidad mercantil, mientras que en la rescisión se debe dar por el actuar de la persona que origina el incumplimiento y al sufrir la lesión no significa que se está incumpliendo, sino que la situación vulnerable ocasiona una invalidez o ineficacia del acto jurídico que, aunque no se destruye el contrato por disposición legal, no podemos argumentar que desaparezca el daño que se causa, sin embargo se sanciona por el hecho criminal que se hubiere causado.

De conformidad con lo anterior, se puede concluir que los criterios que sigue el legislador en lo establecido en los códigos citados son distintos; por lo anterior, debe haber más cuidado en el tratamiento de la figura jurídica de rescisión y nulidad, ya que la aplicación del supuesto al que nos referimos es diferente y eso refleja una inadecuada regulación al documento comercial. 



Roberto Sanromán Aranda es doctor en Derecho por la Universidad Panamericana. Profesor de Tiempo Completo en el CU UAEM Valle de México.



Bejucos, un lugar con potencial turístico

Bejucos, a place with tourist potential

Por Violeta Abigail Quintana Albarrán y Omar Ismael Ramírez Hernández

Resumen: Tierra Caliente es una región cálida de México donde se encuentra la localidad de Bejucos Sánchez Colín, justo en el límite entre la entidad mexiquense y Guerrero. Por su clima cálido, sus singulares festividades y su gastronomía, es visitado por muchas personas de las comunidades cercanas. El objetivo del presente texto es describir los recursos culturales que le conceden un alto potencial para albergar actividades turísticas.

Palabras clave: turismo sustentable, turismo cultural, gastronomía.

Abstract: Tierra Caliente is a warm region of Mexico where the town of Bejucos Sánchez Colín is located, right on the border between the State of Mexico City and Guerrero. Because of its warm climate, its unique festivities and its gastronomy, it is visited by many people from nearby communities. The objective of this text is to describe the cultural resources that give it a high potential to host tourism activities.

Keywords: sustainable tourism, cultural tourism, gastronomy.

Recibido: 02/09/21 • Aprobado: 23/09/21

Bejucos de Sánchez Colín se ubica al sur del Estado de México, en el municipio de Tejupilco, con una latitud norte de 18°46'39" y oeste de 100°25'48" (Hernández, 2013) y se le considera parte de Tierra Caliente, zona comprendida por los estados de Michoacán, Guerrero y México (Martínez *et al.*, 2016). Por su importancia en el ámbito regional, resulta oportuno exponer algunos de los recursos culturales que lo distinguen, pues estos podrían fungir como potenciales atractivos turísticos (Camara y Morcate, 2014).

El monumento más importante es la estatua de Sánchez Colín, el gobernador estatal de hace algunos años que dio tierras a los pobladores y que impulsó el desarrollo del pueblo. A pesar de que no es

muy grande la representación de este personaje, es un símbolo característico y de ahí el nombre del lugar.

Entre las festividades que atraen más a las comunidades cercanas están, desde luego, las de tipo religioso y que son características de todos los pueblos de México. En este caso se celebra a San José con misas parroquiales y la fiesta patronal, con mañanitas desde las 5 de la mañana, así como las princi-





Foto: Violeta Quintana y Omar Ramírez

pales fechas de tradición católica, pero que rebasan el ámbito religioso.

Un ejemplo significativo de estas tradiciones es el Día de Muertos. En las casas se coloca un altar con tres elementos principales. Los dos primeros son flores de cempasúchil, y pan de muerto, elaborado con harina, huevo, agua, azúcar, levadura, canela y manteca o aceite, cocida en hornos tradicionales de leña, en donde se tiene especial cuidado de la temperatura.

El tercer elemento son las “gorditas”, alimento preparado de forma artesanal por las familias; son un tipo de galleta de harina de maíz, canela, agua, aceite o manteca, anís y huevo. El proceso consiste en hacer pequeñas esferas que posteriormente son presionadas con una mazorca partida a la mitad para darle una forma ondulada, después son cocidas en el horno tradicional y, como toque final, se les pone azúcar con colorante rojo o rosa, aunque puede variar según el gusto de cada familia; esto con el fin de que resalte este alimento en la ofrenda.

Los días patrios también son parte de la cultura de la comunidad sureña, pues el 16 de septiembre y el 20 de no-

viembre se realizan desfiles en honor a aquellas batallas que marcaron cambios importantes en la historia de nuestra nación; suelen participar los niños de preescolar hasta alumnos de preparatoria, como en otros poblados del país. Entre los rasgos particulares está la presencia de los “apaches”, quienes vestidos de rojo con su piel pintada de negro salen a las calles a divertirse y a divertir a la gente que los mira.

Durante diciembre se realiza una pequeña feria, a la que acuden diversos puestos para la venta de productos, juegos mecánicos para los niños y se organizan bailes y jaripeo para celebrar el fin de año.

Los platillos que sin duda deben estar en la lista de “típicos” son los tacos de carne de chivo o cabra, el aporreado que es una influencia guerrerense, el huevo con salsa de ciruela y, en época de Semana Santa, la capirotada a base de pan blanco remojado en agua con ciertas verduras cocidas. El plato que más destaca es el mole con tamales nejos que, en combinación, fungen como el platillo representativo del lugar; el primero es elaborado con una variedad de chiles secos, mientras que los segundos son hechos con maíz nixtamalizado con ceniza y ejotes.

Por todo lo anterior, la comunidad de Bejucos Sánchez Colín podría considerarse una de las comunidades de Tierra Caliente atractiva para albergar actividades turísticas y recreativas a muy bajo costo, además de que el potencial de sus recursos naturales y culturales es una gran oportunidad de inversión. Todo está en visitarlo y disfrutarlo. 

Referencias

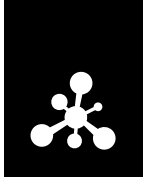
- Hernández Arellano, Claudia Marcela (2013). *Programa Trienal de Asistencia Social 2013-2015*, México: Sistema Municipal DIF Tejupilco, <https://www.ipomex.org.mx/recursos/ipo/files_ipo/2013/28/7/96f79b805b6492d3b1096eco71076591.pdf>.
- Camara, Charles Jean y Flora Morcate Labrada (2014). “Metodología para la identificación, clasificación y evaluación de los recursos territoriales turísticos del centro de ciudad de Fort-de-France”, en *Arquitectura y Urbanismo*, vol. 35, núm. 1, La Habana, pp. 48-67, <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-58982014000100005>.
- Martínez Ríos, Raúl, Edel Cadena Vargas y Eduardo Sandoval Forero (2016). “Sociodemografía en la región de Tierra Caliente (sur del Estado de México, este de Michoacán y norte de Guerrero), 1990-2010”, en *Revista digital del Grupo de Estudios sobre Geografía y Análisis Espacial con Sistemas de Información Geográfica (GESIG)*, núm. 8, pp. 114-135, <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/65546/Art_Sociomedog_TierraCaliente.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.



Violeta Abigail Quintana Albarrán es estudiante de séptimo semestre de la Licenciatura en Turismo del Centro Universitario UAEM Temascaltepec.



Omar Ismael Ramírez Hernández es doctor en Estudios Turísticos y profesor de tiempo completo de la Licenciatura en Turismo en el Centro Universitario UAEM Temascaltepec. Sus líneas de investigación versan sobre la planificación turística y los impactos del turismo.



Efectos en la salud por la privación prolongada del sueño

Health effects of prolonged sleep deprivation

Por José Alfredo González-Ortiz y Zeltzin Celic Elguea-Ortiz

Resumen: El sueño es una necesidad inherente de los seres humanos, tanto es así que pasamos un tercio de la vida durmiendo. Los diversos mecanismos involucrados en este proceso han sido tema de investigación desde tiempos inmemorables y aun así no se ha podido saber cuánto tiempo se puede sobrevivir sin dormir. A la fecha no se ha reportado ninguna muerte por este motivo y por razones bioéticas no está permitido realizar experimentos de privación de sueño que rebasen las 48 horas; sin embargo, hace algunas décadas no existían tales limitaciones. El presente escrito expone el caso con mayor extensión de vigilia reportado a la fecha y sus efectos en la salud.

Palabras clave: sueño, privación del sueño, vigilia prolongada, salud.

Abstract: Sleeping is an inherent necessity of human beings, so much so that we spend a third of our lives doing it. Diverse mechanisms that are involved in this process have been subject of investigation since time immemorial, and yet, it is unknown how long is possible to survive without sleep. Any death has been reported for this cause so far, and for bioethical reasons, sleep deprivation experiments that exceed 48 hours are not allowed. However, some decades ago, such limitations did not exist. This article addresses the case with the longest wakefulness reported up to today, and its health effects.

Key words: sleep, sleep deprivation, long wakefulness, health.

Recibido: 27/08/21 • Aprobado: 21/09/21

El ser humano pasa un tercio de su vida durmiendo, hecho que hace evidente la importancia del sueño para mantener el bienestar físico y psicológico. Así, el sueño resulta ser un excelente indicador de calidad de vida (Miró *et al*, 2005).

El sueño se divide en dos fases: la de movimientos oculares rápidos (REM) y la no REM. La primera representa 20% de este proceso, mientras

que la segunda el 80%. A pesar de la corta duración de la fase REM, en esta ocurren diversos sucesos como pérdida del tono muscular, actividad cerebral rápida y de bajo voltaje, movimientos oculares rápidos e incremento del metabolismo, acciones a las que múltiples teorías atribuyen la función reparadora del sueño (Cabral de Oliveira, 2002; Moctezuma, 2015).



Montaje: Gerardo Mercado

Resulta lógico, entonces, pensar que la privación del sueño repercute de manera negativa en el organismo, debido a la ausencia de su función reparadora, pero ¿cuánto tiempo se puede permanecer despierto y qué efectos tiene en la salud? Se han realizado múltiples estudios en animales y humanos, evaluando los efectos de la vigilia prolongada. En animales se ha reportado que los cachorros mueren entre el día 9 y el 17 y, aunque no se han registrado muertes en humanos por esta causa, sí hay experimentos documentados. De hecho, el récord mundial es el de Randy Gardner, quien permaneció despierto por 264 horas consecutivas. Actualmente está prohibido hacer estudios en humanos sobre la privación del sueño mayores a 48 horas; hace décadas no existía tal regulación, por lo que varias investigaciones se realizaron sin limitaciones (Ross, 1965).

Hoy se sabe que la gravedad de los efectos producidos por la falta de sueño es directamente proporcional al tiempo sin dormir, de este modo, en una vigilia corta (<48 horas) se presentan síntomas leves, como cambios de humor (ira, hostilidad, apatía), ansiedad e irritabilidad. Durante la vigilia prolongada (>48 horas) se afectan principalmente tres modalidades sensoriales: visual, somatosensorial y auditiva. Las visuales se presentan en forma de distorsiones (color, movimiento, tamaño, forma), ilusiones (transformación de objetos, animales o personas en otras cosas reconocibles) y alucinaciones (transitorias, simples o geométricas). Las soma-

tosensoriales muestran distorsiones o alucinaciones corporales, táctiles y de temperatura. Y las auditivas incluyen cambios en la calidad de las voces y sonidos, ubicación incorrecta de los sonidos y alucinaciones verbales y no verbales. A partir del quinto día despierto (120 horas) se le denomina punto de inflexión, aquí los síntomas son muy similares a los de un cuadro agudo de psicosis, caracterizados por alucinaciones persistentes, delirios, agresión, trastornos del pensamiento y despersonalización. Otros síntomas reportados son pensamiento fragmentado, habla sin sentido, pérdida de memoria, descoordinación motora, inestabilidad y distorsión de tiempo. Es importante destacar que los individuos que participaron en estos estudios requirieron dormir 50% del tiempo que permanecieron despiertos para recuperarse (Waters *et al.*, 2018).

De acuerdo con lo expuesto, queda clara la relevancia del sueño en la salud. Sin embargo, es importante considerar que tener hábitos de sueño saludables facilita los procesos cere-

brales cognitivos y nos permite estar alerta durante la vigilia. En conclusión y debido a los beneficios físicos y mentales que trae consigo el sueño, la privación de este (sobre todo por lapsos prolongados) debe evitarse en la medida de lo posible. 

Referencias

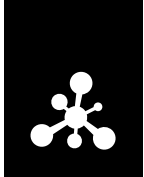
- Cabral de Oliveira, Antonio César (2002). "Efecto de la privación del sueño sobre el rendimiento físico", en *Archivos de Medicina del Deporte*, vol. XIX, núm. 87, pp. 23-28. <<http://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulo/es/93/2001/1116/>>.
- Miró Elena, María del Carmen Cano-Lozano y Gualberto Buena-Casal (2005). "Sueño y calidad de vida", en *Revista Colombiana de Psicología*, núm. 14, pp. 11-27. <<https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1215>>.
- Ross, John J. (1965). "Neurological findings after prolonged sleep deprivation", en *Archives of Neurology*, vol. 2, núm. 4, pp. 399-403. <<https://jamanetwork.com/journals/jama-neurology/article-abstract/565718>>.
- Velázquez Moctezuma, Javier (2015). "Privación del sueño y conducta sexual", en *Ciencia. Revista de la Academia Mexicana de Ciencias*, vol. 66, núm. 4, pp. 52-57. <https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/66_4/PDF/Privacion.pdf>.
- Waters Flavie, Vivian Chiu, Amanda Atkinson y Jan Dirk Blom (2018). "Severe sleep deprivation causes hallucinations and a gradual progression toward psychosis with increasing time awake", en *Frontiers in Psychiatry*, vol. 9, núm. 303. <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6048360/>>.



José Alfredo González-Ortiz es estudiante de la Licenciatura en Médico Cirujano en la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos y técnico en Laboratorio Clínico por el CBtis núm. 56.



Zeltzin Celic Elguea-Ortiz es estudiante de la Licenciatura en Psicología Biomédica en la Universidad Autónoma Metropolitana y técnica en Laboratorio Clínico por el CBtis núm. 56.



Fisioterapia: ética y ciencia

Physiotherapy: ethics and science

Por Christian Ricardo Guadarrama Nieto

Resumen: El papel de la fisioterapia ha sido de gran valor para la población en diversas circunstancias: desde la atención a discapacidades y enfermedades, hasta desempeñar un papel fundamental en la recuperación de pacientes afectados por covid-19 o cáncer de mama. Conocer su definición, más allá de los agentes físicos y las técnicas, es de suma importancia para darle el lugar que se merece en las ciencias de la salud, ya que es una profesión que continúa mejorando y edificando sus bases científicas, así como la práctica clínica actualizada en las distintas áreas de atención.

Palabras clave: fisioterapia, bases científicas, evidencia científica, práctica clínica.

Abstract: The role of physiotherapy has been of great value to the population in different circumstances, from ranging for disabilities and diseases, to playing a key role in the recovery of patients affected by covid-19 and breast cancer. Knowing its definition, beyond physical agents and techniques, is of utmost importance to giving it the place that it deserves within the health sciences, since it is a profession that continues to improve and build its scientific foundations, to provide qualified physiotherapists to offer the most up-to-date clinical practice in the different areas of care.

Keywords: physiotherapy, scientific foundations, scientific evidence, clinical practice.

Recibido: 13/09/2021 • Aprobado: 20/09/2021



Fotos: Toralf Thomassen

Las diferentes definiciones que se han adjudicado a la fisioterapia suelen carecer de objetividad en cuanto a el significado y trabajo que los expertos en esta área realizan. La Confederación Mundial de Fisioterapia (WCPT, por sus siglas en inglés) es la encargada de promover esta profesión y controlar la práctica, así como precisar las funciones de los especialistas. Cada país cuenta con asociaciones nacionales responsables de promover esta práctica conforme a las necesidades de salud nacional, garantizando que sean congruentes

con las normativas estipuladas por dicha organización.

En ese sentido, la fisioterapia desarrolla, mantiene y restablece el movimiento y la funcionalidad de personas afectadas por lesiones, cambios degenerativos por la edad, enfermedades, accidentes, dolor, trastornos musculares



Dichos tratamientos se presentan como una opción viable de atención para toda la gente, aunque se sitúan en un punto con muchas barreras, como la negación de algunos profesionales a capacitarse o la intrusión de charlatanes que colocan intereses personales por encima del bienestar de la población.

Es indudable que, con el paso del tiempo, mediante publicaciones de fácil acceso y entendimiento, así como investigación y divulgación científica, la sociedad exigirá profesionales capacitados y actualizados para una mejor atención. 

loesqueléticos o neurológicos, entre otros, que surgen en diferentes circunstancias.

El fisioterapeuta, a su vez, es el encargado de promover la salud, prevenir, diagnosticar, tratar y rehabilitar al paciente considerando su aspecto biopsicosocial; además, está sujeto a la evidencia científica más actualizada y a la práctica clínica. Está capacitado para realizar una evaluación funcional, interpretar los resultados obtenidos, enunciar un diagnóstico, plantear un pronóstico y formular un plan de atención. Lo anterior, de la mano del conocimiento en áreas como anatomía, fisiología y biomecánica, escucha activa y alianza terapéutica, pues el autocuidado y la independencia del paciente se provee de mejores estrategias de intervención.

De igual manera, el profesional de esta área debe tener la determinación, capacidad y aptitud para

trabajar dentro de un equipo interdisciplinario, y derivar al paciente a otros especialistas en el momento adecuado.

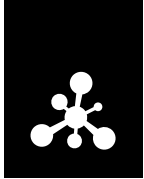
La fisioterapia, por tanto, no se limita solamente a la práctica clínica, otras áreas de trabajo son investigación, salud pública, docencia, generación de políticas de salud, gestión de herramientas tecnológicas, etc. Se rige por principios éticos que involucran la promoción de prácticas saludables como el ejercicio y la actividad física, prevención, mejora de la calidad de vida mediante intervenciones y tratamientos en los pacientes.

Referencias

- APTA (American Physical Therapy Association) (2021). *Becoming a Physical Therapist*, <<https://www.apta.org/your-career/careers-in-physical-therapy/becoming-a-pt>>.
- Lista Paz, Ana, Luz González Doniz y Silvia Souto Camba (2020). "¿Qué papel desempeña la Fisioterapia en la pandemia mundial por COVID-19?", en *Fisioterapia*, vol. 42, núm. 4, julio- agosto, <<https://www.elsevier.es/es-revista-fisioterapia-146-articulo-que-papel-desempena-fisioterapia-pandemia-S0211563820300481>>.
- World physiotherapy (2019). *Description of physical therapy Policy statement*, <<https://world.physio/sites/default/files/2020-07/PS-2019-Description-of-physical-therapy.pdf>>.



Christian Ricardo Guadarrama Nieto es licenciado en Terapia Física y Rehabilitación por la Universidad para la Profesionalización Estratégica, e investigador sobre fisioterapia deportiva y tecnológica. Fue fisioterapeuta colaborador del equipo profesional de fútbol en la Universidad Autónoma del Estado de México y actualmente es fisioterapeuta en el Club Deportivo Árbol Santa Fe.



Entendiendo el cáncer

Understanding cancer

Por Miguel Ángel Castillo Martínez y Carla García Morales

Resumen: No debemos temer al cáncer. Si sabemos qué es, cómo se previene y cómo se trata, podremos enfrentarlo mejor. Por un lado, es posible que la información genética de esta falla ya esté en el ADN; y por el otro, se puede originar debido a un estilo de vida inadecuado y a la influencia de factores químicos y físicos, además de que es un proceso que lleva tiempo, no aparece de la noche a la mañana. En este artículo se presenta el desarrollo celular del cáncer, síntomas y algunas recomendaciones para su oportuno diagnóstico.

Palabras clave: cáncer, prevención, metástasis, genética.

Abstract: We should not fear cancer. If we know what it is, how it is prevented, and how it is treated, we can cope with it better. On the one hand, it is possible that the genetic information of this failure is already in the DNA; on the other hand, it can originate due to an inadequate lifestyle and the influence of chemical and physical factors, besides that it is a process that takes time, does not appear overnight. This article presents the cell development of cancer, symptoms, and some recommendations for its timely diagnosis.

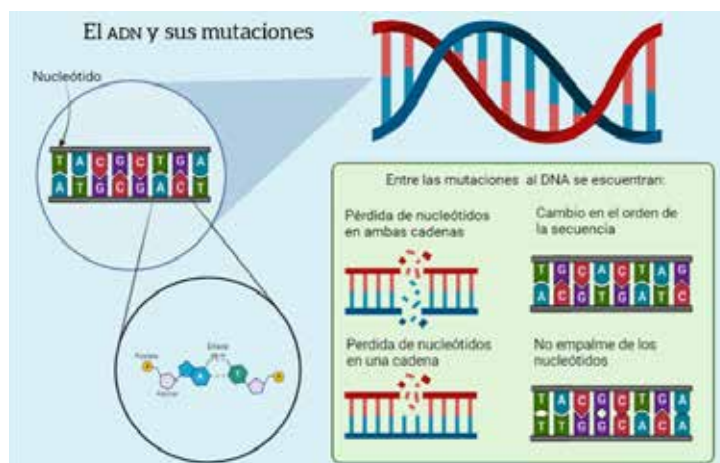
Keywords: cancer, prevention, metastasis, genetics.

Recibido: 27/09/21 · Aprobado: 29/09/21

A lo largo de tu vida te has encontrado con muchas personas, y todas ellas en algún un momento han padecido alguna enfermedad, pero hay una en específico que no era tan común hace 100 años y hoy, según la OMS, es una de las principales causas de muertes en el mundo: el cáncer. En México, el Inegi (2021) reportó que el 9% de las defunciones registradas de enero a agosto del 2020 se debieron a este motivo y la probabilidad de que una de cada cinco personas muera a causa de este es extremadamente alta.

En términos sencillos, el cáncer es un conjunto de enfermedades que pueden afectar cualquier parte del cuerpo; las células afectadas tienen una multiplicación rápida y pueden propagarse a otras partes. Empezamos desde el inicio; el cáncer no se origina de la noche a la mañana, es un proceso que toma tiempo y generalmente a consecuencia de un error no

corregido en la información genética. El ADN contiene esta información en las diversas funciones en las que participa y puede tener errores que normalmente el organismo corrige, pero, cuando no, la secuencia original se modifica (mutación) y no tiene que ser necesariamente un cambio grande, puede ser simplemente una letra en la secuencia o nucleótido. La cantidad de mutaciones en una célula a través del tiempo tiene diferentes consecuencias, un ejemplo es la falla en regulación de la muerte de la misma célula o dividirse a gran velocidad.

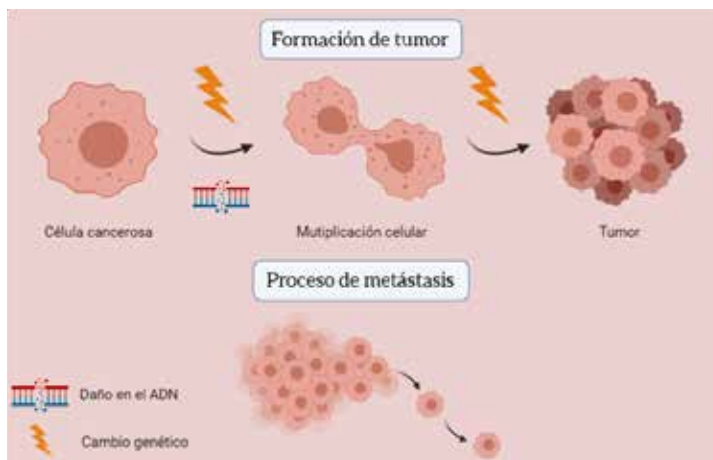


Ilustraciones: Miguel Ángel Castillo

La transformación de una sola célula que ahora es capaz de dividirse más allá de la normalidad y evadir la muerte indefinidamente forma un agregado celular llamado tumor, proceso mejor conocido como origen clonal. Las células del tumor acumulan más mutaciones haciéndolas más agresivas y prolíficas, con capacidad de migrar a otros tejidos: metástasis.

Respecto a las causas del cáncer, estas son diversas. Cuando se habla de factores genéticos se hace referencia a los genes supresores de tumores, proto-oncogenes (si son defectuosos se llaman oncogenes) y reparadores del ADN. Las mutaciones en estos genes pueden ser heredadas o producidas por factores externos: físicos (el sol, radiación), químicos (contaminantes del ambiente, productos de belleza, alimentos procesados), por virus (VPH) y el estilo de vida (dieta poco saludable, inactividad física), y si agregamos factores de riesgo como el consumo del tabaco, edad y enfermedades crónicas, las probabilidades de adquirir cáncer aumentan en gran medida.

Como puede afectar a todas las células, las consecuencias son diferentes y los signos o síntomas también, pero en general el cansancio excesivo, problemas al comer, cambios en la piel, alteraciones neurológicas y bultos en alguna parte del cuerpo sin razón alguna pueden ser indicativos de esta enfermedad. Existe una variedad de tratamientos que dependen del tipo de cáncer, algunos funcionan mejor extirpando el tumor, otros con quimioterapia, terapia génica, etc. Los síntomas, por tanto, no son muy específicos, por esta razón lo más importante es el diagnóstico adecuado, eficaz y lo más temprano posible, a través de la revisión molecular (genes y proteínas) hasta imagenología.



¿Debemos temerle al cáncer?

No, pero sí respetarlo. Es una de las peores enfermedades en el mundo, porque afecta tanto al paciente como a todas las personas que la rodean, por ello las visitas al médico, revisiones periódicas, buenos hábitos de alimentación y de actividad física son muy importantes. Es fundamental prevenir, pero también hay que tener presente que científicos de todo el mundo trabajan arduamente para mejorar la detección y los tratamientos. 🧬

Referencias

- Inegi (2021). *Estadísticas a propósito del Día Mundial contra el Cáncer* (4 de febrero), comunicado de prensa 105/21, <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/cancer2021_Nal.pdf>.
- Holland, James *et al.* (2000). *Cancer medicine*. Ontario: Decker Med.
- Instituto Nacional del Cáncer (2021). *¿Qué es el cáncer?*, <<https://www.cancer.gov/espanol/cancer/naturaleza/que-es#causantes>>
- Warshawsky, David y Joseph Landolph (2006). *Molecular carcinogenesis and the molecular biology of human cancer*. Boca Raton: Taylor & Francis.



Miguel Ángel Castillo Martínez es alumno de la Licenciatura en Biotecnología en la UAEM, interesado en la divulgación de la ciencia, áreas de investigación como el cáncer y diferentes tipos de virus.



Carla García Morales es profesora e investigadora de tiempo completo en la Facultad de Ciencias de la UAEM con experiencia en áreas moleculares. Perteneció al Sistema Nacional de Investigadores (SNI) Nivel 1.



Quelites: la recuperación de un valioso alimento

Quelites: the recovery of a valuable food

Por María Fernanda García, Andrea Sánchez, Berenice Sánchez y Paola Montserrat Jiménez

Resumen: Quelitost una línea de tostadas horneadas a base de diferentes tipos de quelites y cereales típicos de la gastronomía mexicana. Su propósito, más allá del comercial, es aumentar el consumo de alimentos ricos en nutrientes y con más variedad de presentaciones. Este texto presenta algunas de las consideraciones del proyecto, que incluyó una encuesta sobre el producto y una evaluación organoléptica en la que se obtuvieron respuestas positivas sobre su sabor, consistencia y contenido nutricional.

Palabras clave: quelites, gastronomía mexicana, nutrición, plantas.

Abstract: Quelitost is a line of baked tostadas based on different types of quelites and cereals typical of Mexican gastronomy. Its purpose, beyond the commercial one, is to increase the consumption of foods rich in nutrients and with more variety of presentations. This article presents some of project's considerations which included a survey on the product and an organoleptic evaluation in which positive responses about flavor, consistency and nutritional content.

Keywords: quelites, Mexican gastronomy, nutrition, plants.

Recibido: 11/05/21 • Aprobado: 15/09/21



Fotos: Gustavo Contreras

México es un país lleno de tradiciones y con alta diversidad vegetal (Balcázar *et al.*, 2020: 219-242), esta última en su mayoría son plantas autóctonas que representan un recurso valioso que ha sido utilizado desde tiempos prehispánicos y un claro ejemplo son los quelites.

No obstante, se registra una fuerte reducción en su uso, pues muchas personas tienen desconocimiento sobre esta planta o prefieren consumir otro tipo de alimentos (Mera *et al.*, 2003, 36-38). Si bien la transculturación alimentaria en el país ha cambiado signi-

ficativamente, es importante recuperar la herencia que nuestros antepasados nos dejaron (Linares, 2017: 34-53).

En ese contexto, la alimentación debe entenderse como el proceso de ingesta de alimentos a efecto de proveer al organismo los nutrientes ne-

cesarios para su desarrollo y está relacionada, en buena medida, con lo que produce cada país y que, gracias a la eclosión del comercio y la globalización, la tendencia a generar uniformidad en la alimentación es creciente (Peralta, 2017). En el caso de México también debe considerarse que la población ha sufrido transformaciones constantes, sobre todo en las características étnicas y el contexto sociocultural en que los alimentos son ingeridos (Gómez *et al.*, 2019).

Una forma de consumir alimentos más saludables es mediante nuevas presentaciones y combinaciones, de ahí surgió Quelitost: tostadas de diferentes tipos de quelites (huauzontle, pápalo o verdolaga), maíz, amaranto y chile; su cocción en el horno les brinda una consistencia crujiente similar a las tostadas comerciales, pero con un color azul distintivo y mayor riqueza en nutrimentos (Tabla 1).

Tabla 1. Contenido nutricional de los alimentos que incluye el producto

Alimento	Propiedades
Maíz	Vitaminas A, B1, B5, C, E y K. Minerales: calcio, fósforo, zinc, magnesio, potasio. Fibra y ácido linoleico.
Amaranto	Alto contenido de fitoesteroles. Minerales: calcio, hierro, magnesio y zinc. Fibra y lisina. Posee un alto contenido de proteínas de tipo vegetal, contiene ocho aminoácidos esenciales, es más rico en grasas, principalmente poliinsaturadas, posee compuestos fenólicos, de efecto antioxidante, y betasitosterol, que contribuye a disminuir el colesterol. Estos compuestos también son útiles en casos de hiperplasia benigna de la próstata.
Chile	Capsaicina y fibra. Vitaminas A y complejo B. Minerales: azufre, calcio, hierro, magnesio, potasio, sodio y yodo. La capsaicina es la sustancia que hace picantes a los chiles (<i>Capsicum</i>), que eleva la temperatura corporal. Sus oleorresinas están compuestas principalmente de aceite esencial, resinas solubles y ácidos grasos no volátiles. Para elevar la temperatura, el organismo necesita energía, por ello son una rica fuente de vitamina A, que funciona como antioxidante. El chile es un alimento que destaca por su alto contenido en vitamina C, carotenoides, vitamina B6 y agua.
Quelites	Su contenido nutrimental varía de acuerdo con la especie y/o la tierra donde se cultive, e incluso la temporada, en general, los quelites son buena fuente de fibra, de vitaminas A y C, minerales, como el hierro y el calcio, así como ácidos grasos omega 3 y 6. La vitamina C y los betacarotenos (vitamina A) son reconocidos antioxidantes que nos protegen de los radicales libres, y con ello del envejecimiento y otras enfermedades importantes, como la diabetes y los padecimientos cardiovasculares. Son fuente de polifenoles, compuestos que funcionan como antioxidantes y antiinflamatorios, promoviendo así la salud cardiovascular al evitar que se obstruyan las arterias y benefician en general nuestra salud. Huauzontle: Minerales como el calcio, hierro, fósforo, Vitaminas A, C, E, y del complejo B. Flavonoides y Fibra. Pápalo: Rico en antioxidantes. Minerales: calcio, potasio, y fósforo. Verdolaga: Vitaminas A, B, y C. Minerales: hierro, potasio, magnesio, y calcio. Ácidos grasos, omega 3 y 6.



con respecto al olor, las personas refirieron un aroma neutro, parecido al de una tortilla tradicional; la textura tuvo una gran aceptación, sin embargo, en cuestión del color podría mejorar, ya que el azul no es común en los alimentos.

Además de la calidad nutricional de las tostadas Quelitost, en comparación con las que existen en el mercado, estas cuenta con una gran cantidad de ingredientes naturales, por lo que son una excelente opción de consumo (Tabla 2). Por consiguiente, Quelitost no tiene ningún sello de advertencia en su etiqueta nutricional, de acuerdo con la actualización de la NOM-051-SCFI/SSA1-2010 sobre el etiquetado de alimentos.

Para la elaboración de las tostadas se realizó una minuciosa revisión bibliográfica sobre el contenido nutricional de los quelites y se seleccionaron las variedades más aceptadas por la población. Una vez terminado el producto, se aplicó una encuesta a 196 personas de entre 18 y 60 años para conocer su opinión acerca de olor, sabor, color, textura y consistencia (organoléptica).

Entre los resultados destaca que el 71.42% de la muestra afirmó que las tostadas tienen las características deseables para un consumo habitual en la amplia variabilidad de platillos con los que podrían ser utilizados en su dieta. Asimismo, se reportó que la presencia de los quelites prevalece en el sabor, siendo agradable al paladar;



Tabla 2. Comparación nutrimental de Quelitost con otras marcas de tostadas horneadas

Valoración nutricional	Quelitost (100g)	Sanísimo (100g)	Sanísimo Nopal (100g)	Mission (100g)	Mission Nopal (100g)
Energía (kcal)	250	730	711	532.66	811.53
Grasas (g)	0	3.2	3	4.3	4.29
-Saturadas (g)	0	.5	.5	0	0
HCO (G)	50	66.1	67.2	74.2	72.19
Sodio (g)	250	341	327	315.09	278
Proteínas (g)	10	8.2	8.3	8.6	8.73
Fibra (g)	5	8.3	12.6	6.45	7.47
Azúcares (g)	0	1.7	2.5	1.08	1.06

En comparación con la competencia, Quelitost tiene más proteína, no contiene grasas ni azúcares añadidos y aporta menor cantidad de sodio e hidratos de carbono. Si bien no tiene un valor muy alto en fibra, esto se compensa con todos los beneficios de los quelites como verdura de hoja verde. Además, es un producto viable y sostenible que puede consumir toda la población.

Los quelites son una muestra de la cultura alimenticia de México, en donde el pasado es parte de un presente en el que este riquísimo legado puede prevalecer y ampliarse con las investigaciones. 

Referencias

- Balcázar Quiñones, A. *et al.* (2020). "Los quelites: riqueza de especies y conocimiento tradicional en la comunidad otomí de San Pedro Arriba, Temoaya, Estado de México", en *Polibotánica*, núm. 48, pp. 219-242, <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:LrkGh6E_PQgJ:www.scielo.org.mx/pdf/polib/n49/1405-2768-polib-49-219.pdf+%cd=12&hl=es-419&ct=clnk&gl=mx>.
- Gómez Yeniffer y Elisa Velázquez (2019). "Salud y cultura alimentaria en México", en *Revista Digital Universitaria*, vol. 20, núm. 1, <<https://www.revista.unam.mx/2019v20n1/salud-y-cultura-alimentaria-en-mexico/>>.
- Linares, Edelmira, Robert Bye y Noemí Ortega (2017). *Quelites: sabores y saberes del sureste del Estado de México*. México: Instituto de Biología.
- Mera Ovando, Luz M. *et al.*, (2003). "De quelites me como un taco. Experiencia en educación nutricional", en *Revista del Jardín Botánico Nacional*, vol. 24, La Habana: Universidad de La Habana.
- Peralta Angélica y Gabriela Mares (2017). "¿Qué son y para qué sirven los superalimentos?", en *El Universal*, <<https://www.eluniversal.com.mx/menu/que-son-y-para-que-sirven-los-superalimentos>>.



María Fernanda García, Andrea Sánchez, Berenice Sánchez y Paola Montserrat Jiménez son estudiantes de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Justo Sierra. Han recibido capacitación especializada en hipertensión, obesidad, nutraceuticos, alimentos funcionales, inmunonutrición, nutrición deportiva y covid-19. Son gestoras del proyecto Quelitost, participante en la Muestra Nacional de Emprendedores.



Inteligencia artificial en la salud

Artificial intelligence on health

Por Michelle de María del Socorro Gómez Álvarez y Luis Enrique Ledezma Fuentes



Ilustración: Gerardo Mercado

Resumen: La inteligencia artificial es un concepto que tiene varios matices, desde los científicos y tecnológicos hasta aquellos que se refieren a la ciencia ficción, pero en todos los casos nos asombra y maravilla por su gran cantidad de aplicaciones presentes y potenciales. El presente texto trata de cómo diversas innovaciones han beneficiado el área médica y el cuidado de la salud, con el fin de aprovechar su disposición de venta en México.

Palabras clave: inteligencia artificial, tecnología, salud.

Abstract: Artificial intelligence is a concept that has several nuances, from the scientific and technological ones to those that refer to science fiction, but in all cases, we are amazed and astonished by it because of its large number of current and potential applications. This text addresses how various innovations have benefited the medical area and health care, to order to take advantage of their selling disposition in Mexico.

Keywords: artificial intelligence, technology, health.

De manera general, la inteligencia artificial (IA) es una emulación de los procesos cognitivos de la inteligencia humana que realizan máquinas especializadas mediante sistemas informáticos; sirve como tecnología asistencial para que, a través del uso de un dispositivo, equipo o programa, se pueda mejorar la calidad de vida y autonomía de las personas con discapacidad.

Por ejemplo, para la debilidad visual —segunda causa de discapacidad en México, de acuerdo con el Inegi (2021), y que obliga a adaptarse a la realidad a través de los otros sentidos, sobre todo oído y tacto— la empresa OrCam Technologies desarrolló un discreto aparato que se coloca sobre el lente del usuario; funciona con comandos de voz que narran lo que hay enfrente y es capaz de reconocer rostros, denominaciones de billetes, además de que puede leer textos en formato impreso y digital, así como detectar colores. El producto se llama OrCam MyEye 2 y está disponible en México. La marca también creó otro dispositivo que lee textos en cualquier superficie con ayuda de una cámara inteligente, con ello es posible una lectura al instante de periódicos, revistas, pantallas de computadoras o celulares, productos e incluso señales (Isopixel, 2021).

Paralelamente, y según datos del Instituto Nacional de Cancerología, cada año en México se presentan 160,000 nuevos casos de cáncer y 80,000 muertes. Ante esta situación, la herramienta de IA Watson for Oncology (wfo) es una de las más avanzadas para el tratamiento de este padecimiento; fue perfeccionada por especialistas del Memorial Sloan Kettering Cancer Center y se ha aplicado en la atención de 14,000 personas. Hoy opera en más de 50 hospitales del mundo (IBM, 2021).

En estudio de Highlands Oncology Group y Novartis se muestra que wfo redujo el 78% del tiempo necesario para realizar pruebas clínicas de aten-

ción y también ha coincidido con las recomendaciones de los especialistas en el 90% de los casos que ha analizado en el Manipal Comprehensive Cancer Center, ubicado en India, además de que Watson puede realizar un seguimiento genético de cada paciente (Mundo Contact, 2017).

En México se realizó una investigación cualitativa en la que participaron oncólogos del Instituto Nacional de Cancerología y del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (Neilys et al., 2018); en este se determina que wfo es una tecnología puntual para definir las más viables opciones de tratamiento, destacando la utilidad de wfo en el campo estudiantil, con el objetivo de instruir a futuros médicos, y en el campo laboral para apoyar a las instituciones que carecen de médicos especialistas en oncología y de instalaciones adecuadas.

La inteligencia artificial en el sector salud abre posibilidades para la creación de herramientas que den

diagnósticos puntuales, apoyen discapacidades físicas y mejoren el funcionamiento del organismo biológico de humanos y animales, así como para el descubrimiento de nuevos fármacos y estudios moleculares. De ahí que es innegable la importancia que tienen las ingenierías informática y biomédica junto con la IA para la inclusión de nuevas tecnologías en el cuidado de la salud. 

Referencias

- Dis-capacidad.com (2021). *Censo 2020: 16.5 de la población en México son personas con discapacidad*, <<https://bit.ly/3opVl7T>>.
- González Benítez, Neilys, Vivian Estrada Senti y Aylin Febles Estrada (2018). "Estudio y selección de las técnicas de Inteligencia Artificial para el diagnóstico de enfermedades", en *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, vol. 22, núm. 3, <<https://bit.ly/3oucWky>>.
- IBM (2021). *IBM Watson for Oncology* (ficha técnica), <<https://ibm.co/3D55ZdP>>.
- Mundo Contact (2017). *El aporte de la Inteligencia Artificial para la salud en México*, <<https://bit.ly/3FaZB6D>>.
- Redacción Isopixel (2021). *OrCam My Eye 2 llega a México: conoce la inteligencia artificial para personas con debilidad visual*, <<https://bit.ly/3utmbm8>>.



Michelle de María del Socorro Gómez Álvarez es estudiante de Ingeniería en Computación por la UAEM y es miembro de la rama estudiantil del Institute of Electrical and Electronics Engineers (IEEE), de la misma institución, dedicada a fomentar la innovación tecnológica para el beneficio de la humanidad. Combina su actividad estudiantil con la escritura literaria, faceta en la que ha ganado varios concursos.



Luis Enrique Ledezma Fuentes es ingeniero en Computación por la Facultad de Ingeniería y Maestro en Administración de Tecnologías de Información, ambas por la UAEM. Actualmente se desempeña como profesor en la Licenciatura de Ingeniería en Computación en la misma facultad, y también colabora en el Instituto Nacional de Investigaciones Nucleares. Sus intereses se centran en el desarrollo de *software*, cómputo paralelo, procesamiento digital de imágenes y gestión del conocimiento.

Criterios editoriales

UNIVERSITARIA es una revista bimestral de divulgación científica y humanística de la Universidad Autónoma del Estado de México. Se publica en versión digital e incluye ensayos, artículos, reportajes, entrevistas, infografías, creación literaria y gráfica, reseñas de libros y de actividades artísticas, así como otros materiales que contribuyan a la difusión del conocimiento generado dentro y fuera de la UAEM. Está dirigida a la comunidad universitaria y al público en general.

POLÍTICA EDITORIAL Y LINEAMIENTOS

1. SECCIONES:



ARTES. Creación literaria o visual, análisis o crítica de arte, semblanzas y reseñas de actividades o expresiones artístico-culturales.



HUMANIDADES. Reflexión sobre temas filosóficos, educativos, históricos, lingüísticos, jurídicos, políticos, sociológicos y de otras áreas de ciencias sociales y humanidades.



CIENCIAS. Textos vinculados a la ciencia, reseñas de hallazgos o avances científicos y resultados de investigaciones en cualquier área del conocimiento. Las propuestas requieren un lenguaje ameno y estar dirigidas a un público no especializado.



TECNOLOGÍA. Análisis de innovaciones tecnológicas de cualquier índole, inteligencia artificial y tecnologías de la información y la comunicación.

2. Los materiales deben ser inéditos, salvo los de creación artística o en los que exista un acuerdo previo con los autores o editores.
3. En todos los casos se solicita redacción clara y precisa, con lenguaje respetuoso y comprensible para cualquier persona. El lenguaje incluyente se valorará de acuerdo con su pertinencia.
4. Quienes envíen sus propuestas o manuscritos deben ser conocedores del tema expuesto.
5. Puede haber hasta un máximo de cuatro autores por colaboración. Si rebasa este número, únicamente se mencionará el nombre del centro de adscripción o del colectivo.
6. Las tomas o las ilustraciones no deben ser visualmente agresivas, discriminatorias ni contener elementos que irriten la sensibilidad de los lectores, a menos que su objetivo sea claramente artístico o antropológico.
7. Todos los materiales son analizados con el programa antiplagio iThenticate. Los textos deben presentar un mínimo de 80% de originalidad (sin considerar citas ni referencias).
8. Los autores son los únicos responsables del contenido de sus colaboraciones.
9. La redacción se reserva el derecho de ajustar los textos y las imágenes al estilo de la revista.

- 10. Todos los cambios son acordados con los autores.
- 11. La aprobación de todos los materiales y las situaciones imprevistas corresponden al comité editorial.
- 12. Se reciben colaboraciones durante todo el año, pero la disponibilidad de publicación depende del orden de llegada y la temática temporal.

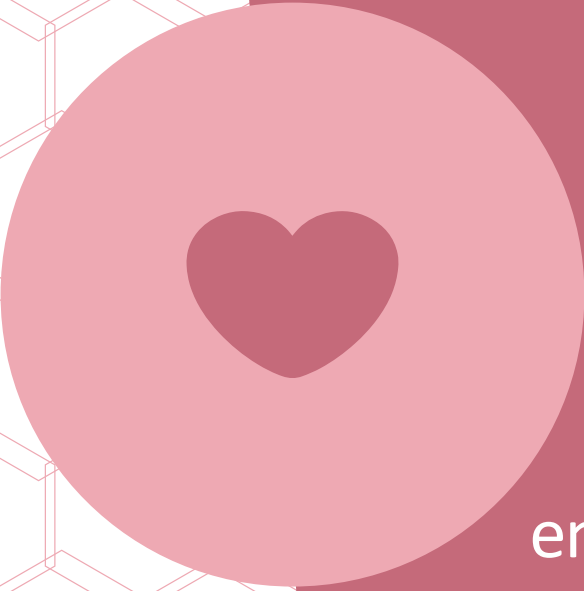
ENVÍO DE MANUSCRITOS E IMÁGENES

- A)** Registro en el sitio revistauniversitaria.uaemex.mx. Si la plataforma no está disponible, los materiales podrán remitirse a revistauniversitaria@uaemex.mx.
- B)** Extensión de los originales: desde 3000 caracteres con espacios (c/e) y hasta 9000, incluidos resumen, palabras clave, cuadros, gráficas, notas a pie y fuentes de consulta.
- C)** Resumen en español e inglés, con una extensión máxima de 100 palabras, así como palabras clave (también con su traducción).
- D)** Archivo editable de Word, con letra Times New Roman a 12 puntos e interlínea de 1.5 y en párrafo ordinario (con sangría en la primera línea).
- E)** En archivo independiente, ficha de identificación de los autores: nombre (con uno o dos apellidos, según se prefiera), aspectos destacados de su trayectoria académica y profesional, mencionar si trabaja en la UAEM o en otro espacio, teléfono, correo electrónico y redes sociales.
- F)** Fotografía personal (con acercamiento al rostro), en archivo jpg y a 300 dpi.
- G)** Cabezas o títulos no mayores a 15 palabras y deberán ser atractivas para despertar la curiosidad en los lectores.
- H)** Gráficos, tablas y cuadros deberán ir numerados (Fig. 1, Fig. 2, Fig. 3, etc.), así como nombre y fuente en cada uno. Todos, de preferencia, en formato editable.
- I)** Si hay citas y referencias, estas deben escribirse en estilo Harvard: autor (es), año: página (s), según corresponda en el cuerpo del texto. Si son dos autores se pone el apellido de ambos, de tres en adelante se usará la notación latina *et al.* (y otros).
- J)** Referencias en orden alfabético, con nombre completo del autor (es) —no iniciales—, año de publicación entre paréntesis, nombre del apartado o capítulo (si es el caso) entre comillas y nombre de la obra en cursivas, especificaciones de la edición hemerográfica (volumen, número, mes, etc.) y pie de imprenta (editorial y ciudad). Si es un documento electrónico, la dirección electrónica irá entre los signos < >.
- K)** Cuando haya imágenes, deben estar libres de derechos o contar con autorización para ser reproducidas y crédito en cualquiera de los dos casos. Deben ser enviadas en tamaño mínimo de 10 × 15 cm, en archivo separado en formato jpg. 



UAEM

Ofrecemos durante
todo el mes de octubre

 **2x1**
en **mastografías**

50% a mujeres
mayores de 60 años:
además, precios especiales
en otros servicios



**Clínica Multidisciplinaria
de Salud**

Horario de atención:
lunes a viernes de 9 a 19 h
(previa cita) 722 6497 423



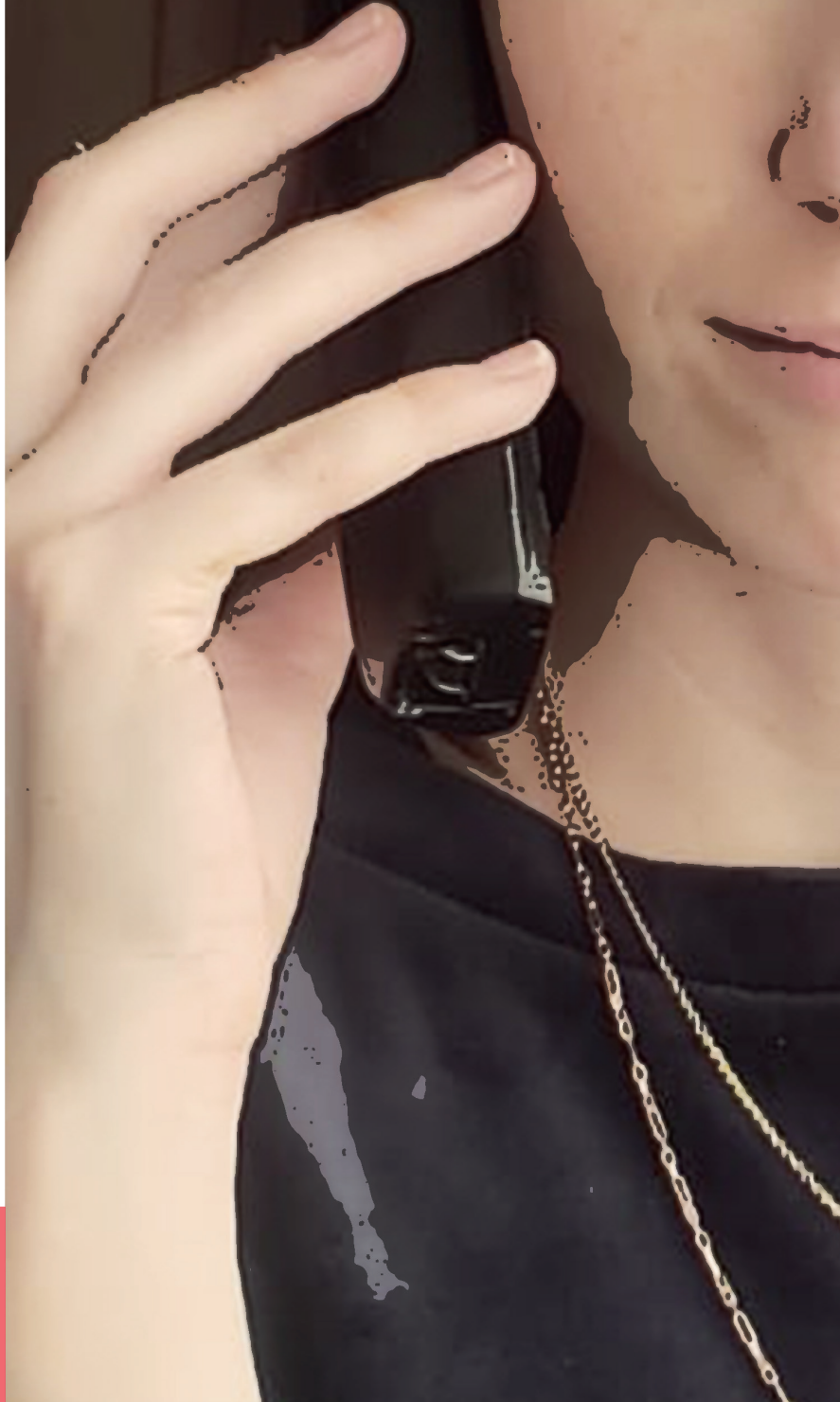
UAEM

**Hay
alguien
que
está
para** 
escucharte



**PROGRAMA DE ATENCIÓN
PSICOLÓGICA a
ESTUDIANTES DE LA UAEM**

ADMINISTRACIÓN
UNIVERSITARIA
2021- 2025



**Consulta el
directorío aquí** 

<http://bit.ly/AtenciónPsicDirectoriotorio>