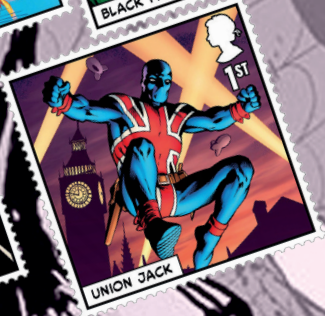




# buzón

## ABIERTO

# ESTAMPILLAS DEL UNIVERSO MARVEL



<b>Editorial</b> .....	3	Ayudemos a los niños más desprotegidos.
<b>Con destino a...</b> .....	4	Hacienda Panoaya, un paseo de cultura y diversión para los niños
<b>Sello Humano</b> .....	7	Dr. Jesús Ordóñez Espinoza de los Monteros, "la cintura de avispa", una falacia.
<b>Joyas Filatélicas</b> .....	10	Estampillas del Universo Marvel.
<b>Valor de Palabra</b> .....	13	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendiente</li> <li>• Los muros del agua de José Revueltas.</li> <li>• Lúgubre memoria, atractivos hoteles, museos, centros recreativos y archivo de la nación.</li> <li>• Ciencia y educación en los niños.</li> </ul>
<b>Sabías que...?</b> .....	24	Choupette I gata Millonaria.

## Buzón Abierto

Órgano informativo y de difusión del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México".



Francisco Javier Mina No. 101  
Col. Guerrero, C. P. 06300  
Alcaldía Cuauhtémoc  
Ciudad de México.

buzon\_abierto@hotmail.com

Tel. 5546 - 43 - 22 ó 5546 - 24 - 37 Ext. 137

### Responsable de Sección

**M. Hernández**

Vicente Ramos Ricardo Flores

### Diseño y Revista Interactiva

**Ulises C. Álvarez H.**

### Videos

**Brenda Montoya**

### Colaboración

**Salvador Navarro**

### Buzón Abierto

Es una publicación mensual



Con alcance en América Latina, Estados Unidos y Canadá, a través de la Unión Network International

# AYUDEMOS A LOS NIÑOS MÁS DESPROTEGIDOS

Este mes del niño recordemos que como sociedad tenemos una responsabilidad muy grande con el sector de la niñez mexicana en su conjunto, pero de manera muy particular y urgente con los pequeños que, por diversas razones y variadas circunstancias, han quedado desprotegidos y a la deriva del seno familiar, situación que los convierte en blanco de todo tipo de desventuras, violencia, vejaciones, e incluso crímenes incalificables. Protegerlos, incluirlos en programas de beneficio educativo, de salud, de cultura, de desarrollo integral es una tarea que todos los sectores estamos obligados a cumplir.

Hay que reconocer que la mayoría de los problemas que aquejan a nuestro país, como las desigualdades sociales que prevalecen, los altos índices de criminalidad y violencia, los problemas pandémicos de salud, los bajos niveles de productividad y de ingresos familiares, se derivan en buena medida de una insuficiente atención al capital humano, principalmente de los niños en indefensión. Es la niñez la base de la estructura social que en el futuro formará parte de la población adulta productiva y por ello se les debe cuidar y respaldar.

Existen muchos estudios sobre este tema. En especial el del profesor James Heckman, economista muy prominente de la Universidad de Chicago, que en el año 2000 fue galardonado con el Premio Nobel de Economía. En las últimas décadas se ha dedicado a investigar sobre la importancia en invertir en programas que se centren en el desarrollo de la niñez en su primera infancia.

Este destacado académico ha probado que invertir en todas las facetas de la educación de los niños de familias en

situación de desventaja económica, desde su nacimiento hasta los cinco o seis años de edad, contribuye a que ellos posteriormente alcancen mayores niveles educativos, mejores niveles de salud para lograr mejores resultados económicos para sus familias.

En este sentido, aparte de esta investigación académica, la realidad y el sentido común nos indica que no podemos permitir que este gran sector de niños desprotegidos siga creciendo frente a una actitud pasiva y de simulación de la mayor parte de la sociedad.

Las instituciones específicas del Estado, en sus tres órdenes de gobierno, las organizaciones civiles, las instituciones educativas, pero fundamentalmente la participación de toda la población en su conjunto debemos cerrar filas para ofrecer a estos pequeños las mejores condiciones posibles para su crecimiento. Esto es indispensable si queremos que como nación el futuro no nos alcance y emerger airosos como una sociedad madura que supo hacer frente a la gran deuda que tenemos con los niños en situación de abandono.

Para ello no debemos regatear, por ninguna circunstancia, el otorgamiento de recursos económicos suficientes para sacar de la condición de marginalidad a los pequeños. Es aquí donde los presupuestos federales, estatales y municipales no deben escatimarse. Este mes del niño debe ser la ocasión para iniciar esta gran cruzada a favor de este sector que por generaciones ha sido olvidado. Es momento de abrigoarlos como el mayor tesoro que como sociedad tenemos.

# HACIENDA PANOAYA

## UN PASEO DE CULTURA Y DIVERSIÓN PARA LOS NIÑOS



**E**n este mes del niño y para festejar a los pequeños con un paseo, a la vez cultural y de diversión, hablaremos de un lugar muy cercano a la Ciudad de México con un esplendoroso paisaje natural vigilado por los dos más grandes iconos de los volcanes mexicanos: El Popocatepetl y el Iztaccíhuatl. Hablamos de la Hacienda Panoaya en el municipio mexiquense de Amecameca.

Esta hacienda se localiza en el kilómetro 58 de la carretera federal México - Cuautla en Amecameca, nombre que proviene del náhuatl y significa "Lugar donde los papeles señalan o indican". Este sitio presenta una gran cantidad de encinos y cipreses que le dan relevancia como zona boscosa con una apreciable cantidad de afluentes que abastecen de agua a la región. Estos cuerpos de agua se forman a partir del deshielo de la Sierra Nevada, específicamente de los volcanes Iztaccíhuatl y Popocatepetl,

popularmente conocidos como la Mujer Dormida y Don Goyo, respectivamente. Estas colosales montañas dan marco perenne al paisaje y un tono distintivo a este bello municipio del Estado de México.

Pues bien, a escasos 20 minutos de Amecameca se localiza la Hacienda Panoaya, que fue construida en el siglo XVII. Esta construcción presenta un patio central rodeado de amplios pasillos, varios salones y una capilla dedicada a San Miguel. Actualmente alberga un museo en honor a Sor Juana Inés de la Cruz, quien vivió ahí de los 3 a los 8 años de edad, de 1651 a 1656. Aquí aprendió a leer y escribir en la biblioteca de su abuelo, quien arrendaba la hacienda.

Cabe señalar que la hacienda forma parte de un parque de diversiones muy grande y con diversos atractivos para



los niños y su familia. Es recomendable que primero conozcan parte de la vida de nuestra Décima Musa, a través de pinturas, mobiliario y objetos en la Hacienda que constituyeron parte de la vida de Sor Juana. Guías especializados dan el recorrido cultural.

Después de este recorrido, ahora sí es el momento de la diversión en el parque. Para ello existe una tirolesa alpina para lanzarse desde una torre de 12 metros de altura, en un emocionante vuelo de 200 metros de largo sobre un lago en la parte central del parque. También hay un aviario, que además de interesante y divertido, es una oportunidad para que los niños den de comer a alguna de las más de 300 aves que hay, entre gorriones, canarios y pericos australianos. Cuenta también con un zoológico interactivo donde los niños conviven con venados, lémures, borregos, conejos, cerditos, gallinas, guajolotes, gansos, patos y becerros. Aquí, les enseñan la manera de tratar a estas especies, así como querer y respetar a los animales.

Otro de los atractivos del Parque Hacienda Panoaya es el Laberinto Inglés, que consiste en un laberinto constituido por árboles de no más de dos metros de altura donde los pequeños y su familia

tienen que encontrar la salida entre este entramado de árboles. Es muy divertido y constituye un reto al sentido de la orientación.

Aparte del museo sobre Sor Juana Inés de la Cruz, en el parque existe otro museo llamado Museo Internacional de los Volcanes, donde los niños y adultos conocen las causas de la existencia de los volcanes. Presenta una interesante colección fotográfica de los más conocidos volcanes en el mundo y ofrece información muy interesante sobre el Popocatepetl y el Iztaccíhuatl.

No cabe duda que el día en este parque se va volando. Este mes del niño es el pretexto ideal para que programe un paseo a este lugar. No se va a arrepentir y sus pequeños recordarán el viaje siempre. ¡Buen viaje! y ¡Felicidades para los pequeños del hogar!

Fuente Informativa: Secretaría de Turismo del Estado de México y la Hacienda Panoaya



Redacción: Vicente Ramos.



## DR. JESÚS ORDÓÑEZ ESPINOZA DE LOS MONTEROS

**Las mujeres buscan tener la cintura perfecta a base de fajas reductoras como una solución mágica**

Aquellas mujeres gorditas, llenitas de talle y de figura redondita que buscan tener la cintura perfecta a base de fajas reductoras como una solución mágica, deben de pensarlo dos veces antes de poner en riesgo su propia salud.

No existen procedimientos maravillosos para obtener la "cintura de avispa". Un canon de belleza que triunfó hace siglos y que en los actuales tiempos regresa a la vanidad femenina. En los siglos XVI y XVII las mujeres lucían cintura de avispa gracias a los opresivos corsés.

**La publicidad mediática promovida por personajes famosos ocasiona que muchas mujeres busquen reducir tallas de un momento a otro a costa de su propia salud, el uso de las fajas reductoras no soluciona nada y sí pone en riesgo la vida de las mujeres que la ven como una solución a corto plazo.**

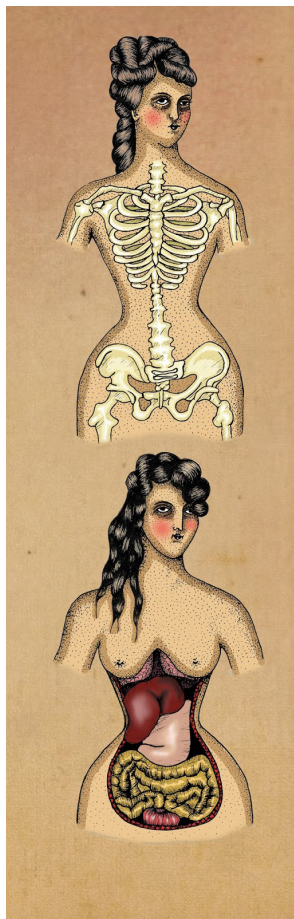
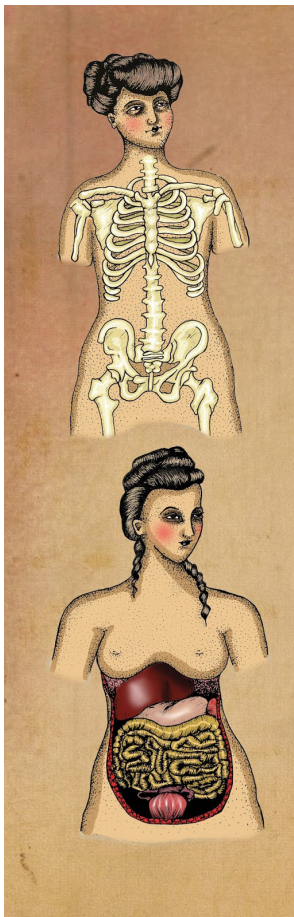
El Doctor Jesús Ordóñez Espinoza de los Monteros, Coordinador Auxiliar de Salud Pública del IMSS, manifestó lo anterior al ser cuestionado sobre las bondades o perjuicios de las fajas reductoras en mujeres que esperan alcanzar la "cintura de avispa" de un momento a otro y sin asesoría profesional médica o de nutrición.



**Es muy simple, quien haga uso de este tipo de prendas se pueden dañar los órganos, causar problemas respiratorios, cardiacos y gastrointestinales.**

Esta práctica no es novedosa, se remonta a la época victoriana cuando las mujeres utilizaban corsé y dentro de la burguesía no podía concebirse no utilizarlo.

**Existen diferentes modelos, materiales y grados de compresión en el mercado de fajas modeladoras o reductoras, las que reducen como máximo una talla y que son utilizadas ocasionalmente para lucir una figura de abdomen plano en un evento especial, que no serían demasiado riesgosas para la salud.**



Sin embargo, existen otras que son más polémicas e implican cierto riesgo, como el "corsé diet", que es un corsé rígido, cuyo uso se indica entre 20 y 22 horas diarias y según sus vendedores modela la cintura con un efecto similar al bypass gástrico pero sin cirugía, es aquí donde se podría comenzar con problemas de salud que ponen en riesgo la vida.

¿Doctor, qué método sugiere usted para tener una cintura, sino de avispa, sí modelada?

Se puede llegar a tener una cintura

modelada con dieta, ejercicio y usando ocasionalmente alguna faja modeladora, pero no utilizarla como método permanente para reducir centímetros, ya que puede dañar la salud.

Se pueden alcanzar daños en los órganos vitales que son albergados por el torso abdomen, el corazón, los pulmones, el hígado y páncreas, entre otros; cuando esta área del cuerpo se reduce extremadamente los órganos se comprimen y pueden dejar de funcionar correctamente e inclusive recibir daños irreversibles.

Alertó sobre la posibilidad de que se vea reducida la capacidad de los pulmones para respirar de un 30 a 60 por ciento, "lo que generaría agotamiento extremo en las personas ocasionando desmayos, acumulación de líquido en los pulmones e inflamación, si usa por semanas, éste puede afectar las funciones del sistema linfático".

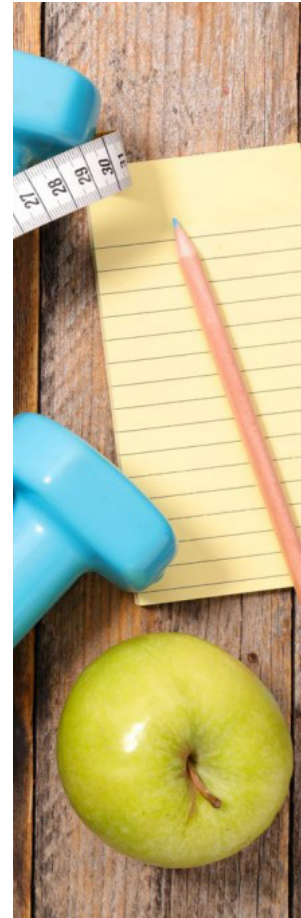
¿En lo que respecta al sistema digestivo?

El esófago, estómago e intestino, forman una conexión en el abdomen y la compresión extrema de éste puede perjudicar a la digestión del cuerpo, es una constante que el uso de las fajas ocasionan reflujo de ácido y bloqueo de la digestión.

¿Doctor, su recomendación, es no usar las fajas reductoras, no son mágicas ni tampoco cumplen con el fin con qué se promueven?

"No funcionan", debido a que los proveedores de estas fajas "reductoras" especifican que una dieta saludable y ejercicio son necesarios para reducir el tamaño de la cintura, siendo que





es esto lo que ocasiona la perdida de tallas, "las fajas reductoras o corsés, no ayudan a la pérdida de peso, solo comprimen el abdomen para lograr una apariencia temporal, y no hay evidencia alguna que pruebe que la grasa se elimine del estómago por el uso de dichas prendas.

En términos generales, dijo el especialista:

Las fajas reductoras pueden ser una buena alternativa después de la realización de una cirugía estética, pues facilitan el proceso de cicatrización

profunda de los tejidos, además de inmovilizar la región operada para protegerla.

Sin embargo, debemos resaltar que en la pérdida de peso, las fajas no brindan mayores resultados, pues únicamente te hacen perder líquidos que luego recuperas, por lo que es mejor acudir con los médicos de la Unidades de Medicina Familiar para que les recomienden una dieta enfocada a perder peso de manera natural y sana. 🍏

Fuente Informativa: Entrevista con el especialista médico  
Redacción: Ricardo Flores

# ESTAMPILLAS DEL UNIVERSO **MARVEL**

Redacción: Ricardo Flores.

Como un regalo sui géneris a los apasionados, fans y coleccionistas de los superhéroes de los comics y de la cinematografía mundial, la Royal Mail, empresa postal del Reino Unido de Gran Bretaña que presta servicios a nivel nacional e internacional desde hace 500 años, lanza al mercado filatélico la innovadora colección de 10 estampillas postales de los superhéroes más icónicos del Universo Marvel.

Spider-Man, Captain Marvel, Hulk, Doctor Strange, Captain Britain, Peggy Carter, Iron Man, Unión Jack, Black Panther y Thor, lucen magistralmente en los sellos postales del correo inglés.

El artista pictórico que tuvo a cargo la encomienda de la Royal Mail para realizar este trabajo de colección fue Alan Davis, un guionista y dibujante de comic books británico, ampliamente reconocido por su obra en las series de mutantes de Marvel Comics, en Batman y en Miracleman; así como en la producción de un sinnúmero de portadas para otras series.

Alan Davis, se distingue por poseer un trazo fino, limpio, elegante y dinámico.

Pero ¿Quién es Marvel? Marvel Worldwide, Inc. es una empresa editorial de cómics estadounidense creada en 1939, hace 80 años,

inicialmente con el nombre de Timely Publications, donde se han creado los superhéroes como son: **Spider-Man, Capitán América, Iron Man, Wolverine, Hulk, Thor, Deadpool, los X-Men y los 4 Fantásticos**, entre los más conocidos y populares de niños, jóvenes y adultos de ambos sexos y de todas las edades.

Nuestros superhéroes que forman parte de la galería de las Joyas Filatélicas del Mundo, gracias a la empresa postal Británica Royal Mail, nos obliga a conocer quiénes son cada uno de los personajes que viajarán por todo el mundo en una carta o paquete postal.





# MARVEL



**Spider-Man**, mejor conocido como el "Hombre Araña", apareció por primera vez en el cómic de antología *Amazing Fantasy* el 10 de agosto de 1962. Es un superhéroe ficticio creado por los escritores y editores Stan Lee y Steve Ditko.

**Captain Marvel**, es una superheroína, es la versión de Superman de Marvel, o sea es la superheroína más poderosa de Marvel. Fue creada por el escritor Roy Thomas y el artista Gene Colan, Danvers apareció por primera vez en marzo de 1968.

**Hulk**, un superhéroe que aparece en los cómics estadounidenses publicados por la editorial Marvel Comics. El personaje, un humanoide de piel verde, corpulento fue creado por los escritores Stan Lee y Jack Kirby siendo su primera aparición en mayo de 1962.

**Doctor Strange**, El Doctor Stephen Vincent Strange, más conocido como Doctor Strange en Hispanoamérica, es un personaje ficticio que aparece en cómics estadounidenses publicados por Marvel Comics. Creado por el artista Steve Ditko y el escritor Stan Lee, el personaje apareció por primera vez en julio de 1963.

**Captain Britain**, es un personaje ficticio que aparece en los cómics estadounidenses publicados por Marvel Comics. Apareció por primera vez en *Captain Britain Weekly* en octubre de 1976. Sus creadores son Chris Claremont y Herb Trimpe.

**Peggy Carter**, aparece en los libros publicados por Marvel Comics, Creado por el escritor Stan Lee y el artista Jack Kirby. La aparición del personaje surge en 1966.

**Iron Man**, el hombre de hierro, creado por el escritor Stan Lee. Aparece a la luz pública en marzo de 1963, en los comic estadounidenses.

**Unión Jack**, es el nombre de tres personajes ficticios que aparecen en los cómics publicados por la editorial Marvel Comics. Sus creadores son Roy Thomas y Frank Robbins. Su aparición en la revista de comics fue en julio de 1976.

**Blak Panther**, pantera negra, es un superhéroe de la compañía estadounidense Marvel Comics, creado por Stan Lee y Jack Kirby. Es el primer superhéroe negro en el comic norteamericano. Primera aparición en 1966.

**Thor**, es un superhéroe y príncipe-guerrero. Sus Creadores: Stan Lee, Larry Lieber y Jack Kirby, basándose en el dios Thor de la mitología nórdica. Aparece por primera vez en la publicación *Journey Into Mystery* en agosto de 1962. 🍷

Fuente Informativa: Portal de la Royal Mail, empresa postal del Reino Unido de Gran Bretaña. Portal de la empresa editorial de comics Marvel Worldwide, Inc. Wikipedia. La enciclopedia libre.

# EL USO DE LOS DISPOSITIVOS DIGITALES LIMITA LA HABILIDAD MOTRIZ DEL NIÑO



La tecnología puede ser una herramienta valiosa, siempre y cuando los padres puedan controlar el uso y los tiempos

Hoy las nuevas generaciones de infantes, las del Tercer Milenio del Siglo XXI, todavía no comienzan a hilar los primeros vocablos ni a dar sus primeros pasos, cuando ya tienen en sus manos cualquier componente electrónico o digital, accionando teclas, botones, mandos y palancas; completamente entretenidos con los juegos e imágenes que absorben su total atención visual y mental.

Para conocer las inusuales conductas y cambios en el desarrollo de los bebés de hoy y el comportamiento de la

juventud del futuro inmediato, Buzón Abierto tuvo una amplia conversación con la Doctora Alicia Hernández Vargas, pediatra en rehabilitación neurológica, para conocer el desarrollo físico y mental de las niñas y los niños.

¿Doctora, desde su perspectiva como pediatra, en su especialidad de rehabilitación neurológica, existen cambios en el desarrollo neurológico en los bebés de hoy a los niños que nacieron hace más de una década?

Actualmente los niños tienen una exposición temprana a la tecnología, con respecto a las décadas previas, antes era el juego y convivencia con la naturaleza, actualmente por falta de espacios físicos y actividades de los padres, son altamente influenciados por la tecnología y si no existe un control a la misma, podemos enfrentarnos a un riesgo en su desarrollo neurológico.

¿Se pueden diferenciar las conductas y el modo de comportamiento de los niños nacidos hace una década con los bebés nacidos en estos días?

En las décadas previas cuando éramos niños el juego era parte de nuestra crianza. Jugábamos en grupos, con la pelota, la bicicleta y era el contacto cercano con las personas y el descubrimiento de la naturaleza, lo que permitía un desarrollo motor acelerado. Actualmente el uso de los dispositivos limita su habilidad motriz y solo se desarrolla ciertas áreas del cerebro.

**¿Qué tipo de problemas conductuales, o aciertos, se dan en el comportamiento de los niños con el uso de juegos y juguetes digitales y electrónicos?**

Los niños al tener los dispositivos en sus manos hay limitación en su habilidad motriz como lo comentamos, al igual que se fomenta el aislamiento del niño, el sedentarismo, y si no se controla el uso, pueden causar dependencia y falta de interés en la exploración de su entorno. Algunos juegos pueden condicionar hiperactividad, ansiedad o hasta estrés.

Ahora, NO TODO ES MALO, la tecnología puede ser una herramienta

valiosa, siempre y cuando los padres puedan controlar el uso y los tiempos. El uso de la tecnología no es recomendada antes de los 18 meses. Por lo que podemos utilizar otras herramientas más tradicionales como son los juguetes, libros de cuentos, muñecos, pero sobre todo el uso de la imaginación.

**¿Los papás jóvenes cómo deben de actuar en la educación y en el desarrollo físico y neurológico de sus hijos, cuándo ellos mismos están inmersos en la tecnología digital?**

Pregunta interesante, los padres también deben de ser EDUCADOS. Si los dividimos en 2 grupos:

El grupo 1 sería los padres que tienen poco contacto con la tecnología y tiene limitación para su uso, a ellos se les facilitará el desarrollo del juego con los niños.

Y los padres que son dependientes a la misma, como lo es cuando no pueden dejar de usar ni un minuto el celular. A estos padres también hay que educarlos y limitarlos en su uso, principalmente cuando estén en contacto con sus hijos, Como es en la hora de comer y dormir.

**¿Cómo pediatra cuáles son las indicaciones a los padres para que sus bebés, en su desarrollo mental y físico, obtengan progresos sustanciales en su avance neurológico?**

Establecer el juego como una parte del proceso de crianza. Si vamos a utilizar tecnología, el uso de la misma con respecto a la edad: Para niños entre 18 y 24 meses, uso de aplicaciones



educativas para niños en esa edad. Siempre con la supervisión de adultos y no dejar que el niño utilice por si solo los aparatos. Entre los 2 y 4 años se debe limitar el uso de 1 a 2 horas de exposición, acompañados por adultos, no utilizar durante la comida o antes de dormir.

### ¿Cómo debe ser el proceso físico, mental y educativo de un niño en su crecimiento?

Con vigilancia y seguimiento por parte de los padres, el médico y profesores si esta en edad del sistema escolarizado. Una adecuada nutrición; si existe una problemática específica, dar la atención por el especialista.

### ¿Existen diferencias entre una niña y un niño en la evolución neurológica, como son y en qué consisten?

Iniciales NO, al entrar a la adolescencia, las niñas crecen más rápidamente que los niños. Los

niños desarrollan las habilidades de motricidad gruesa (correr, brincar, mantener equilibrio), mientras que las niñas perfeccionan la motricidad fina (sujetar lápiz o escribir).

### ¿Cuáles son los juguetes ideales que deben de proporcionarle al niño para que tenga un mejor desarrollo mental y físico?

La parte fundamente es el juego, mediante este el niño va a adquirir habilidades motoras, sociales, desarrollará lenguaje, memoria, orientación espacial, así como el desarrollo de conflictos. Los juguetes se establecerán de acuerdo a la edad del niño pero debemos de aclarar que el JUGUETE es un VEHICULO de juego para los niños.

### ¿Cómo pediatra dónde comienza su responsabilidad profesional y hasta donde termina su compromiso con sus pacientes?

Somos responsables de la vigilancia, de lo más importante que existe en una familia LOS HIJOS, por eso el acompañamiento no debe de tener un límite.

### ¿Qué importancia tiene su especialidad de rehabilitación neurológica en pediatría?

La vigilancia en el neurodesarrollo de los niños es de vital importancia ya que nos da la oportunidad de detectar problemáticas en forma oportuna, dar tratamiento y seguimiento por si existe algún riesgo. 😊

Fuente: Entrevista exclusiva con la pediatra por el periodista Ricardo Flores Miranda.

# LOS MUROS DEL AGUA

## de José Revueltas

Con el cierre definitivo del penal federal de las Islas Marías el viernes 8 de marzo de 2019, después de estar vigente por 113 años y 10 meses, para convertirse en el Centro Natural y Cultural "Muros de Agua-José Revueltas", vale la pena conocer por qué se le ha denominado al ex contorno penitenciario, inaugurado en mayo de 1905 por el Presidente Porfirio Díaz Mori, con el nombre de la primera novela del autor José Maximiliano Revueltas Sánchez (1914-1976).

El escritor nacido en la ciudad de Durango el 20 de noviembre de 1914, por su gran activismo político desde su adolescencia, estuvo en la correccional, dos encarcelamientos en las Islas Marías de julio a noviembre de 1932 por estar involucrado con el Partido Mexicano Comunista y otros nueve meses en 1934, después de organizar una huelga de peones agrícolas en Camarón, Nuevo León, volvió a ser enviado allí, donde permaneció hasta febrero de 1935.


Sus dos reclusiones le sirvieron de inspiración para escribir su novela "Los Muros de Agua" en 1940, y publicada en 1941. Un penal que por su ubicación a 112 kilómetros de la costa nayarita era prodigiosa para evitar la fuga de reos, no sólo por la distancia que separa a las Islas Marías del macizo continental, sino por las fuertes corrientes marítimas y porque las rodea un mar infectado de tiburones, constituyéndose en los muros de agua imposibles de franquear.

En la novela "Los Muros de Agua" sus cinco protagonistas: Ernesto, Marcos, Santos, Prudencio y Rosario, por sus convicciones comunistas, actividades subversivas e ideologías anti gobierno, son enviados a las Islas Marías, donde padecen los peores castigos y recriminaciones de los carceleros.

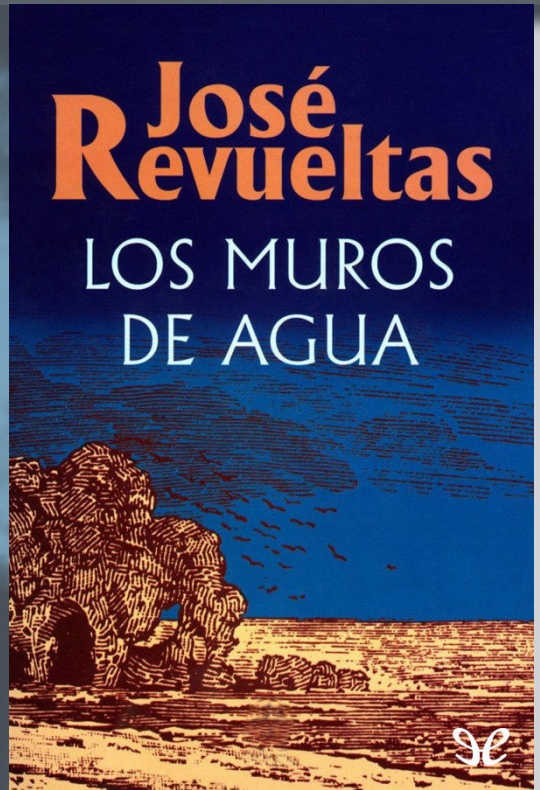
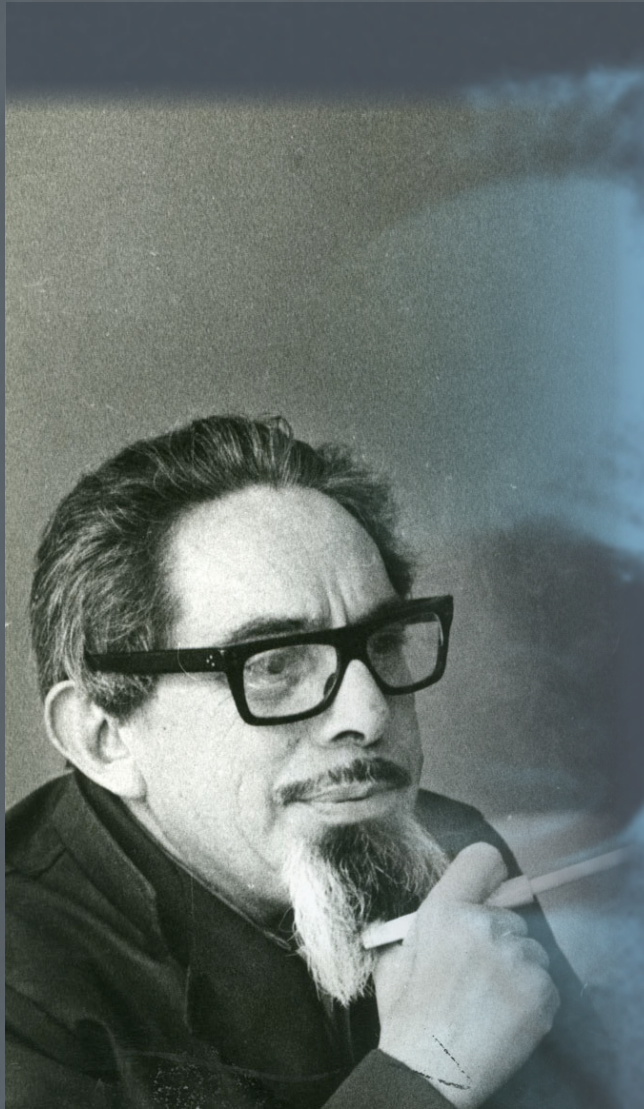
Los cinco activistas políticos son obligados a realizar los trabajos más inhumanos, siempre maltratados por los custodios, quienes no dejan de burlarse de los que de manera despreciativa llaman "los comunistas".

El autor describe el entorno social de los años 40, la descomposición de la misma sociedad, la barbarie carcelaria, la autocracia gubernamental, donde José revueltas se ve inmerso en ese México descompuesto que repercute en la violación de los derechos humanos y la degradación de quienes llegaban a las Islas Marías, catalogadas como el infierno mismo en la tierra.

Pepe Revueltas en "Los Muros de Agua", de Ediciones Era, escrita hace 78 años, en sus 175 páginas, refleja con realismo lo que en carne propia vivió en sus dos reclusiones en el penal federal de las Islas Marías.

Le recomendamos lea esta dramática novela de uno de los grandes exponentes de la literatura mexicana, que siempre sostuvo: "Mi vida literaria nunca se ha separado de mi vida ideológica. Mis vivencias son precisamente de tipo ideológico, político y de lucha social". 





Refleja con realismo lo que en carne propia vivió en sus dos reclusiones en el penal federal de las Islas Marías

Fuente informativa: Lectura del libro "Los Muros de Agua" de José Revueltas. Vida y obra literaria de José Revueltas. Enciclopedia Salvat.  
Redacción: Ricardo Flores

# LÚGUBRE MEMORIA

## ATRATIVOS HOTELES, MUSEOS, CENTROS RECREATIVOS Y ARCHIVO DE LA NACIÓN

Redacción: Ricardo Flores

Con tantas las historias que se han escrito alrededor de las cárceles, como un sinnúmero de testimonios hablan sobre sus huéspedes crueles y sanguinarios; al igual existen volúmenes de informes sobre las corruptibles autoridades carcelarias, pruebas referentes a los brutales y despiadados carceleros, así como de las condiciones infrahumanas de los presos, que han hecho de las prisiones verdaderas sucursales del infierno mismo.

Novelas, películas, libros, escritos periodísticos y series televisivas revelan la realidad cruel de las cárceles; desenmascaran mediante historias, fantasías y leyendas los presidios como las grandes universidades del crimen; tenebrosas, funestas con seres endemoniados, poseídos y energúmenos fuera de sí.

Cárceles de lúgubre memoria que a través de los años se han convertido en atractivos centros de recreación, lujosos hoteles de cinco estrellas y gran turismo; además de museos, recintos de consulta y archivo de la nación.

A pesar de que tomaron otro giro aquellas cárceles temibles, infames

y temidas del mundo, sus viejos muros, patios, celdas, polígonos de seguridad, rejas y torreones de vigía construidos al final del siglo XIX y en las primeras décadas del siglo XX, impactan al visitante al conocer que esas construcciones añejas que en sus muros esconden historias horripilantes y son testigos de la degradación del ser humano, como lo fueron en su tiempo la isla de Alcatraz (la Roca), en la bahía de San Francisco EU, que funcionó como prisión de 1933 a 1963.

### ALCATRAZ

Esta famosa prisión se convirtió en parque nacional en 1972 y recibió las designaciones de Hito Histórico Nacional (National Historic Landmark) en 1976 y 1986. La isla es un sitio histórico operado por el Servicio de Parques Nacionales como parte del Parque Nacional Golden Gate y está abierto para visitas.

Entre los célebres personajes de la mafia y delincuencia que habitaron "la Roca" están Al Capone, Robert Franklin Stroud (el "Hombre Pájaro de Alcatraz"), Bumpy Johnson, James "Whitey" Bulger y Alvin Karpis.

## TUOL SLENG

La prisión Tuol Sleng, en Phnom Penh, Camboya, fue una cárcel de alta seguridad del régimen de la Kampuchea Democrática en la década de los 70 del Siglo XX. En este lugar fueron torturados y asesinados más de 12 mil camboyanos.

Desde 1980, la terrorífica prisión, se convirtió en el Museo de los Crímenes Genocidas "Tuol Sleng". El público en general que lo visita puede conocer los testimonios de las atrocidades que se cometieron allí.

## KAROSTA

En Liepaja, Letonia, en el distrito de Karosta, se encuentra lo que fue durante 97 años la tétrica prisión militar rusa "Karosta", convertida su construcción en un hotel de cinco estrellas, donde los huéspedes que osan hospedarse en este inmueble, edificado en 1990, "viven" el trato como detenidos de la KGB (policía rusa dedicada al espionaje y contraespionaje).

La bienvenida incluye insultos, así como un protocolo intimidador en una celda. Además, a los huéspedes se les despoja de su equipaje y se les obliga a ponerse de rodillas y con las manos en la cabeza a lo largo de un lúgubre y frío pasillo. Ante las órdenes hay que obedecer. De lo contrario al huésped se le confinará a una celda de castigo en la más absoluta oscuridad durante al menos 5 minutos.

La experiencia de ser huésped distinguido de esta famosa prisión, es sentirse como un verdadero recluso.



Alcatraz



Tuol Sleng



Karosta

**Alcatraz, Tuol Sleng, Karosta, Isla Robben, Lecumberri, Islas Marías. Sus muros esconden historias horripilantes y son testigos de la degradación del ser humano.**

## ISLA ROBBERN

---

La Isla Robben, en ciudad del Cabo, Sudáfrica, fue prisión para presos políticos, en ella estuvo recluido Nelson Mandela durante 18 años. Los últimos prisioneros, abandonaron la isla en 1991. En la actualidad la ex prisión, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, es un popular centro turístico al cual se llega por embarcación desde ciudad del Cabo.

En el siglo XVII, la Isla Robben fue utilizada para aislar a ciertos grupos de personas, en la mayoría de los casos prisioneros. Su fama le viene por haber sido durante una parte del siglo XX una prisión donde estuvieron prisioneros políticos, además de Nelson Mandela, Walter Sisulu, Govan Mbeki, Robert Sobukwe y Kgalema Motlanthe, del régimen del apartheid.

## LECUMBERRI

---

El Palacio de Lecumberri, también conocido por Palacio Negro por las historias macabras contadas por los presos, funcionó como cárcel durante 76 años. Fue inaugurada por el entonces Presidente Porfirio Díaz el 29 de septiembre de 1900 y cerrada el 27 de agosto de 1976. Seis años después se convirtió en la sede del Archivo General de la Nación.

Hoy con más de 23 años como Archivo General de la Nación en el inmueble del Palacio Negro, los estudiantes, docentes e investigadores, así como cualquier ciudadano tiene la oportunidad de tener a la mano un vasto legado

de documentos e imágenes que son parte de la historia misma de México.

En esta famosa cárcel de oscuro y aterrador memorial estuvieron presos un sinnúmero de asesinos crueles que fueron famosos por sus atrocidades; asimismo, estuvieron recluidos célebres personajes que por sus ideologías políticas fueron huéspedes del Palacio Negro, como los escritores José Agustín, José Revueltas y Alvaro Mutis; el muralista David Alfaro Siqueiros; el Centauro del Norte, Francisco Villa, e incluso el cantante Juan Gabriel, como también los líderes estudiantiles de 1968.

## ISLAS MARIAS

---

La colonia Penal Federal Islas Marías instituida en mayo de 1905, después de 113 años 10 meses como prisión, el Presidente Andrés Manuel López Obrador firmó el pasado 18 de febrero un decreto para cerrarla como lugar para la reclusión y convertirlas en el Centro Natural y Cultural "Muros de Agua, José Revueltas".

El cierre definitivo y el traslado de los últimos 584 presos a otros centros federales de readaptación se dieron en la madrugada del viernes 8 de marzo de 2019.

Las Islas Marías, localizadas a 112 kilómetros de la costa nayarita y descubiertas en los primeros años de la Colonia, fueron concebidas como un espacio penitenciario perfecto para confinar a los delincuentes más peligrosos. Entre sus huéspedes distinguidos, estuvieron la Madre

Conchita; el luchador Pancho Valentino; los asesinos José Ortiz Muñoz, alias el Sapo, y Jorge Hernández, el Guamas; y, el padre Trampitas, Juan Manuel Martínez Macías.

Asimismo, el escritor José Revueltas (1914-1976) quien pasó cuatro meses durante 1932 por estar involucrado con el Partido Mexicano Comunista y otros nueve meses en 1934 por sus ideologías políticas. Durante sus dos instancias sirvió para escribir su novela "Los Muros de Agua, José Revueltas". Nombre que llevará en su honor el ex penal convertido en novedoso desarrollo recreativo turístico y cultural. 😊



Islas Marías

PERSONAJES RECLUIDOS EN ESTAS PRISIONES



Isla Robben



Al Capone/Alcatraz

Nelson Mandela/Robben



Lecumberri



David Alfaro Siqueiros y Francisco Villa / Lecumberri

Fuente informativa: Prisiones de México y el mundo. Enciclopedia Salvat. Diario La Jornada. Martes 26 de febrero 2019; martes 12 de marzo 2019. Diario El Economista. Jueves 8 de junio de 2017. Página Web

# CIENCIA Y EDUCACIÓN EN LOS NIÑOS

Redacción: Vicente Ramos

El aprendizaje de las Matemáticas y la Física es el "Talón de Aquiles" para la mayoría de los alumnos de primaria y secundaria en nuestro país. Así lo demuestran las pruebas Pisa que se aplican anualmente, en las cuales México ha ocupado en los años más recientes los últimos lugares. Ante ello, varios investigadores se han dado a la tarea de encontrar la manera de aminorar este fenómeno.

Una de las recomendaciones que dan es que la enseñanza del conocimiento científico se debe dar desde preescolar, bajo el criterio de que hay que aprovechar la naturaleza de los niños pequeños de querer aprender todo, su intensa curiosidad, su capacidad de asombro, su dinamismo y otras habilidades más que deben ser cultivadas y orientadas hacia el conocimiento científico para explotar su capacidad de razonamiento, cualidad básica para el aprendizaje de Matemáticas y Física principalmente.


La Doctora Viridiana Yazmín González Puertos, investigadora del Departamento de Ciencias de la salud de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM), indica que "cuando se es pequeño, el mundo es una incógnita que se desea descubrir en un abrir y cerrar de ojos. Muchas veces las dudas se resuelven conforme se va creciendo y a través de los medios que se tienen al alcance, como la familia, la escuela o las tecnologías". Añade que este es un proceso por el cual pasan todas las personas y por ello es elemental fomentar desde pequeños el desarrollo de habilidades, aptitudes y responsabilidades. "Es el momento en el que el ser humano se encuentra en una etapa inicial de entendimiento sobre su entorno y el motivo de las cosas", afirma la investigadora.

La mayoría de las respuestas en Física, por ejemplo, se dan a través del conocimiento adquirido en la educación formal escolarizada. Muchas dudas, dice la académica de la UAM, los niños, sin saberlo, las resuelven con ayuda de las ciencias. "Y es que, aunque pueda parecer complicado explicar el mundo a través de conocimientos exactos, la realidad es que todos los días, casi sin notarlos, estamos aplicando un método científico, que consiste en los pasos que



se siguen para entender la naturaleza de las cosas. Por eso es importante incluir el estudio, análisis y entendimiento de las cosas desde la educación preescolar", establece la Doctora González Puertos.

Pero también, es importante que este proceso en los niños sea apoyado desde la casa. Es aquí donde el respaldo e interés de las madres y padres de familia sobre los temas que interesan a sus hijos juegan un papel fundamental. Deben involucrarse con sus hijos de modo que ellos se sientan apoyados y cómodos en el aprendizaje de las ciencias. Esto es fundamental porque las ciencias no siempre son tan fáciles de comprender y existe la tendencia de fracasar en el primer intento. "Sin embargo, la intervención de los padres, sus consejos y la perseverancia, pueden ser un factor decisivo para que los niños aclaren sus dudas", argumenta la investigadora.

Desde luego, este proceso puede ser muy largo y tal vez tome muchos años para que nuestros niños mexicanos le pierdan el miedo a las Matemáticas, la Física y la Química en secundaria, pero debemos principiar y hacerle caso a los especialistas, de manera que en futuras generaciones México deje de ocupar los últimos lugares en el conocimiento de estas materias de educación básica. 

Fuente Informativa: Gaceta UNAM

# CHOUPETTE LA GATA MILLONARIA



¿Sabía usted que existen historias de la vida real que superan por mucho a las historias que plantean los cuentos de hadas, o a los argumentos fantásticos de las obras literarias de ciencia ficción, o con mejores finales que las fábulas donde los animales son los principales protagonistas? Pues sí, hay una historia real que con seguridad le asombrará, o tal vez, la envidiará ¿Quiere conocerla? ¡Adelante!

Choupette es la protagonista de esta obra. Tal vez el nombre por sí mismo no le diga nada, pero si le comento que es el nombre de la gata que por muchos años fue la mascota preferida de Karl Lagerfeld, magnate de la moda, fallecido el 19 de febrero pasado y que acumuló una gran fortuna por sus diseños y perfumes utilizados por actrices internacionales y damas multimillonarias, entonces el argumento cambia, ¿verdad?

Pues bien, Choupette heredará parte de la fortuna que este excéntrico y supermillionario personaje internacional del mundo de la moda y el glamour, cantidad valuada, según especialistas, en ¡200 millones de dólares! ¿Imagina usted esa cantidad? Yo, no. Pero además este felino doméstico, de origen birmano, tiene una fama paralela a la





de su difunto dueño: Cuenta con 50 mil seguidores en twitter y 165 mil en instagram, es decir, es casi tan afamada como su amo. Asimismo ha sido protagonista de un libro con la narración de su historia, ha actuado como personaje central de campañas de publicidad, e incluso, fue la imagen de una colección de accesorios felinos creados por el propio Lagerfeld. Todo esto le generó a su dueño ganancias por unos tres millones de euros.

Desde luego que Karl Lagerfeld amaba a Choupette. Decía el diseñador sobre ella: "Es el centro de mi mundo. Es una especie de Greta Garbo, tiene algo inolvidable en su manera de moverse. Me inspira por su elegancia y actitud". Sin embargo, siempre rechazó que apareciera en publicidades sobre comida de gato: "¡Es demasiado sofisticada para eso!", decía el modisto internacional.

Otro detalle extraordinario de esta historia de Choupette, es que el amor que Lagerfeld sentía por ella, lo llevó a contratar a dos damas de compañía y un guardaespaldas para el cuidado de su amada mascota, la cual comía en la mesa junto a su amo en vajilla de plata.

Y ahora, además de todo este aparato de lujos y comodidades, Choupette tendrá a su disposición la friolera de 200 millones de dólares, cantidad que bien podría sacar de apuros a cualquier gobierno de un país en vías de desarrollo.

¿Qué le parece? No cabe duda de que la realidad muchas veces supera la ficción, ¿o no? 🤔

Fuente Informativa: Agencia de noticias EFE

Redacción: Vicente Ramos.



*Calturnia a provincia Campaniae*  
*Italiae. Cuius sunt quatuordecim civitates*  
*quarum nomina sunt Calturna, Beneventum,*  
*Alatrinum, Fundanum, Corcholanum, Minturnae,*  
*Alatrinum, Alatrinum, Alatrinum, Alatrinum,*  
*Alatrinum, Alatrinum, Alatrinum, Alatrinum,*  
*Alatrinum, Alatrinum, Alatrinum, Alatrinum.*

**Envíanos tus  
comentarios a**

**Francisco Javier  
Mina N° 101 Col.  
Guerrero, C.P.  
06300 Alcaldía  
Cuauhtémoc.**

