

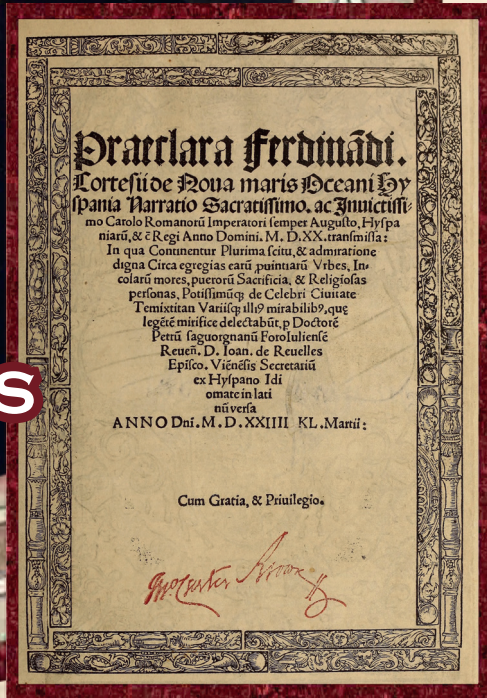


# buzón

## ABIERTO



# PRIMERAS CARTAS QUE CRUZARON EL ATLÁNTICO HACE 500 AÑOS



**Præclaræ Ferdinãdi.**

**Portesũ de Mona maris Oceani Hy  
spania Narratio Sacratissimo, ac Innicrissi  
mo Carolo Romanorũ Imperatori tempore Augusti, Hyſpa  
niarũ, & Regi Anno Domini. M. D. XX. transmissa:  
In qua Commentatur Plurima ſcitu, & admiratione  
digna Circa egregias earũ punctuarũ Vrbes, In  
colarũ mores, puerosũ Sacrificia, & Religioſas  
perſonas, Potiſſimũq; de Celebrĩ Ciuitate  
Temiſtitan Variũq; illũ mirabilib⁹, que  
legẽtẽ miſericie delectabũt, p̄ Doctore  
Petrũ ſaguorgnanũ Forolulentiẽ  
Reuerẽ. D. Ioanẽ de Reuelles  
Epiſcopo, Vicenũs Secretariũ  
ex Hyſpano Idi  
omacĩn lati  
nũverã  
ANNO Dni. M. D. XXIII. KL. Martii;**

Cum Gratia, & Priuilegio.

*Christopher Columbus*

<u>Editorial</u> .....	3	Paternidad Moderna.
<u>Con destino a...</u> .....	4	El Vizcaíno, tesoro mexicano de reconocimiento mundial.
<u>Sello Humano</u> .....	7	El Arte Postal, un movimiento revolucionario Artístico Mundial.
<u>Joyas Filatélicas</u> .....	10	Cinco siglos de vida histórica de la Ciudad de Veracruz.
<u>Rumbo Postal</u> .....	12	¿Sabías que puedes viajar a través de TURISSSTE y obtener descuentos?.
<u>Familia Postal</u> .....	14	Celebración del día de la Madres a las Trabajadoras de "Correos de México".
<u>Valor de Palabra</u> .....	18	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Testimonio de un Padre a sus hijos.</li> <li>• Las primeras cartas que cruzaron el Océano Atlántico Norte hace 500 años.</li> <li>• La Osteoporosis afecta tanto a mujeres como a hombres.</li> </ul>
<u>Sabías que...?</u> .....	26	Padres primerizos.

## 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



# PATERNIDAD MODERNA

La manera de ejercer la paternidad ha tenido cambios fundamentales con el correr de los años y de generación en generación. La figura del padre se ha venido transformando en los distintos periodos y contextos de nuestra historia, pero en cada una de esas etapas el fin único que perseguían los padres en lo general era criar buenos hijos con valores inamovibles y principios que los convirtieran en individuos útiles y ciudadanos de bien.

Si bien durante buena parte del siglo pasado privaba una disciplina estricta de parte de los padres, la modernidad ha impuesto formas distintas en la manera de ser padre, pero el fin se conserva. Ha cambiado la imagen del padre estricto por el del amigable, que en su deseo de ser el papá perfecto, asume diversos retos al compartir con la pareja las labores del hogar y la crianza de los hijos. El papá moderno ha venido a romper paradigmas, más en el caso de las grandes ciudades.

Los especialistas en la materia consideran que el padre en la actualidad se ha vuelto más comprometido. Ya no juega el rol del patriarca absoluto en la familia, sino que comparte tareas de la casa con la esposa, sobre todo cuando ambos trabajan; por lo tanto los dos comparten las obligaciones económicas y las labores del hogar. Ahora, incluso hay parejas en donde se han invertido los roles y quien sale a trabajar es ella. Es decir, se adaptan los papeles ante las necesidades que va presentando la familia. Antes era impensable este tipo de roles en la familia.

Actualmente, si bien por fortuna hay menos propensión de los padres a

la violencia, también tienen menos control sobre los hijos. Para no caer en el maltrato, el padre moderno no sabe cómo reorientar el comportamiento caprichoso del hijo y el niño crece sin una figura de autoridad. Muchas veces, por cuestiones de la tecnología avanzada, una tableta o un celular se han convertido en figuras de padre sustituto y los niños pasan demasiado tiempo frente a esos dispositivos.

Entonces la tecnología en aparatos de comunicación aparece en esta etapa de la paternidad moderna más como impedimento que como auxiliar. Existen casos extremos, donde estando reunida toda la familia, cada integrante tiene la atención fija en su celular. La figura del padre ha sucumbido ante la tecnología. Lamentable, pero es una realidad que ha provocado el incremento del número de niños desorientados y sin respeto por las normas sociales, porque no se les está inculcando.

Este fenómeno nos debe llevar a concluir que los extremos son inaceptables en la relación padre e hijo. Ni violencia o autoritarismo en la figura del padre del siglo pasado, pero tampoco pérdida de autoridad mediante la irrupción tecnológica. La paternidad se debe guiar mediante el sentido común orientado básicamente a formar hijos respetuosos y apegados a principios éticos y morales que son los cimientos de la grandeza de los individuos en lo particular y de las sociedades en lo general. Esto se consigue con el ejemplo permanente de padres a hijos y exige un compromiso sin límites, que, al final del camino, vale la pena.

# EL VIZCAÍNO

## TESORO MEXICANO DE RECONOCIMIENTO MUNDIAL

**E**n esta ocasión hablaremos de un verdadero tesoro de hábitat natural que encierra una de las riquezas naturales más grandes de México. Hablamos de la reserva de la Biósfera El Vizcaíno, que se localiza en Baja California Sur, en el poblado de Guerrero Negro, en el municipio de Mulegé formando parte del desierto sonorense. Este lugar es una región de paisajes variados que van desde dunas desérticas, manglares, montañas, playas, lagunas, islotes y cactus gigantes, únicos en el país.

Fue nombrado así en memoria de Sebastián Vizcaíno, un comerciante, militar y explorador español a quien se atribuye la realización de la cartografía de las Californias. Sin embargo, según datos recabados por historiadores locales, esa zona fue poblada por lo menos desde hace 10 mil años por grupos de cazadores recolectores, llamados cochimíes. Posteriormente, a la llegada de los españoles, al sureste de El Vizcaíno, los jesuitas establecieron la Misión de San Ignacio.







La reserva El Vizcaíno es una de las Áreas Naturales Protegidas con mayor número de especies del planeta. Sus 25 mil kilómetros de superficie es un poco más grande que el estado de Tabasco (24, 731 kilómetros). Por su importancia natural, fue declarado como Reserva de la Biósfera por el gobierno de México el 30 de noviembre de 1988. Y desde 1993 el Santuario de Ballenas El Vizcaíno y las Pinturas Rupestres de la Sierra de San Francisco forman parte de los Sitios Patrimonio de la Humanidad que se encuentran en México, mientras que la parte costera del Golfo de California fue declarada también Patrimonio de la Humanidad en 2007, dentro de la denominación "Islas y Áreas protegidas del Golfo de California", que protege 244 sitios entre reservas, parques naturales e islas de este golfo.

El Vizcaíno abarca una gran cantidad de ecosistemas, desde uno de los desiertos más áridos del mundo (el de Sonora), hasta manglares, lagunas, bosques de encinos y mezquitales. También presenta una extensa cantidad de fauna, como coyotes del desierto, pumas, lince, tortugas caguamas, lobos y elefantes marinos, borregos cimarrones, ballenas, delfines y el berrendo.

De este amplio listado de especies, destacan dos: El berrendo y la ballena. El primero es un tipo de antílope de no más de un metro de alto y de pelaje grueso, considerado uno de los animales más veloces del mundo que puede alcanzar los 80 kilómetros por hora. Sin embargo es una especie en peligro de extinción por la caza furtiva.

Sobre la ballena, debemos decir que México fue el primer país en crear un santuario para proteger las ballenas grises en las lagunas San Ignacio y Ojo de Liebre de El Vizcaíno. Arriban de diciembre a abril de cada año para aparearse y dar a luz a sus crías. Está considerado este refugio como el mayor sitio del mundo para la reproducción y crianza de la ballena y es uno de los principales atractivos turísticos de El Vizcaíno.

Por todo esto, debemos tener como destino turístico ideal conocer este tesoro natural mexicano. ¡Buen viaje! 😊

**Fuente Informativa:** Secretaría de Turismo de Baja California Sur.

**Redacción:** Vicente Ramos



# EL ARTE POSTAL, UN MOVIMIENTO REVOLUCIONARIO ARTÍSTICO MUNDIAL

**E**l Arte Postal, una técnica artística, que casi nadie conoce, pero sin embargo es un movimiento iniciado desde hace más de 50 años en todo el mundo por grandes exponentes pictóricos, diseñadores, fotógrafos, ilustradores y escultores.

En México tenemos a una mujer joven, que pese a su corta edad, ha trascendido de manera favorable con sus ilustraciones y pinturas digitales en el Arte Postal, el cual comienza a conocerse en nuestro país, gracias a la labor de difusión y proyección de sus propios creadores, como es el caso particular de Raquel Ivette Sandoval Arias, de 26 años de edad, y a quien se le identifica como "Rachelline Centomo", no obstante que su incursión parte de 2016 en esta tendencia, su conocimiento teórico y práctico sobre esta técnica artística la hace toda una experta.

¿Rachelline, nos puedes definir que es el Arte Postal?

Es un intercambio y comunicación utilizando el servicio postal. Un movimiento que se inició a finales de los años 50 y que ha ido creciendo increíblemente, privilegiando la comunicación y su sentido de cercanía con el otro, fortaleciendo los lazos entre la comunidad internacional.

¿En tú concepto, qué importancia tiene para ti el Arte Postal?

El compartir, sin duda, creo que la parte más importante y la esencia de esta actividad, es el compartir un poco de nosotros mismos, independientemente de si sólo se trata de un intercambio espontáneo entre colegas, mil artistas o de una convocatoria en la

Raquel Ivette Sandoval Arias



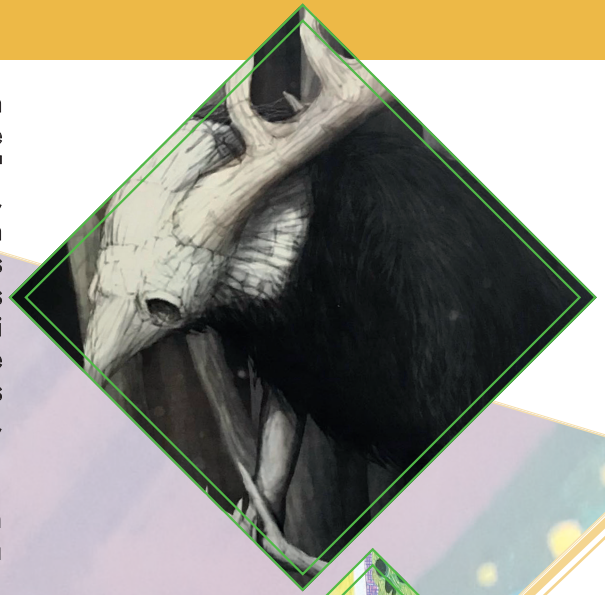
que, en la mayoría de los casos se da un tema específico a trabajar, es esta parte de buscar "que tengo y que puedo compartir" con el otro, porque todas estas creencias, vivencias, discursos, sentimientos, etc., con los que cargamos nuestras obras postales forman parte de un todo y a través de ellas no sólo compartimos nuestro propio yo, si no también, todo este bagaje cultural que nos forma como naciones y que queremos que el otro conozca a través de fotografías, pinturas, ilustraciones, collages, etc.

¿Cómo desarrollas el arte postal, cuáles son las técnicas y habilidades que utilizas para llevarlo a cabo?

Mi formación es de diseñador gráfico, no obstante, mi verdadera pasión siempre ha sido la ilustración; con el arte postal aunque envío obras de creación 100% digital, también me he permitido dedicarle mucho más tiempo a la creación e ilustración tradicional en la cual utilizo diferentes sustratos y dependiendo de cuál sea la encomienda, o si es un simple saludo a un colega o artista, voy buscando y explorando las diversas técnicas de representación que conozco para dotar mi obra con sentimientos y tintes informativos propios; aunque son las técnicas mixtas la que tienen mi corazón ya que tengo una gran gama de herramientas para utilizar y a su vez puedo continuar explorando sus diferentes aplicaciones y encontrando diferentes resultados en mis obras finales.

¿Cuántas obras has realizado en este concepto y dónde has presentado tu arte?

No son tantas como quisiera, pero diría que son alrededor de 20 hasta el momento, he expuesto en lugares como Argentina, Brasil, Venezuela, Puerto Rico, Italia, España, Portugal, Alemania, Francia y por supuesto México.





¿Cómo y por qué te iniciaste en esta habilidad artística?

En febrero de 2016 participé en una actividad en paralelo a la feria ARCO en Madrid, realizada por 2 mujeres artistas independientes en la cual se exhibiría gráfica a tamaño postal de diferentes disciplinas en la Plaza de España, en esta actividad se utilizaba el espacio urbano como galería y se daba la oportunidad a artistas emergentes, de profesión y autodidactas a compartir parte de su trabajo, esta fue mi primera participación en un evento cultural colectivo. Un par de meses después una artista de navarra lanzó una convocatoria de "Arte Postal" en la que se invitaba a artistas a compartir sus diferentes visiones acerca de "el silencio" para hacer una exhibición itinerante alrededor de España; me llegó la invitación para ser parte y sin dudarlo la acepté, claro está que yo no tenía ni idea de que se trataba y de inicio mi mente se inclinó hacia la filatelia, pero al ser curiosa por naturaleza comencé a investigar acerca del tema y me pareció una actividad maravillosa para compartir y conocer las diferentes historias de los involucrados, después de esa primera participación se fueron dando otras más.

¿Rachelline, cuántas convocatorias has emitido para concursar en Arte Postal?

Dos convocatorias, la primera en 2018 y la segunda que está en curso para este Octubre de 2019. El año pasado luego de presentar de forma exitosa el proyecto a la Dirección de Turismo y Cultura del Ayuntamiento de Veracruz encabezada por el Lic. Juan Bosco Pérez Acasuso para realizar la 1ra. exhibición internacional de arte postal en Veracruz como parte de las actividades de celebración del Día de muertos, en la que se invitaba a artistas nacionales e internacionales a enviarnos sus tarjetas postales con el tema "La Muerte" y es para mí un honor y una

satisfacción enorme el volver a ser parte de esta celebración tan importante este año.

En la primera edición de 2018 se exhibieron 258 postales de más de 150 artistas provenientes de Turquía, Brasil, Uruguay, Puerto Rico, Italia, Guatemala, Alemania, Israel, China, España, Estonia, Venezuela, Argentina, Suiza, Chile, Portugal, Canadá, Reino Unido, Estados Unidos, India y México.

¿Rachelline, cuál es tu concepto sobre el correo cómo sistema de comunicación?

Es un medio maravilloso de comunicación y aunque claro la tecnología es importante para mantenernos muy cerca creo también que, mediante el correo podemos estar mucho más cerca del corazón de las personas; a mis 26 años y aun cuando soy una persona que creció ya con celulares y computadoras puedo decir que el sentimiento de recibir un email o mensaje a través de redes sociales o texto nunca será el mismo que el de llegar a casa y ver que tu buzón está repleto de correspondencia de amigos de varias partes del mundo.

¿De qué forma crees que se podría fomentar el envío de cartas personales?

Es un proceso complicado pues vivimos en una época en donde las personas quieren las cosas rápidas y fáciles "al momento", lo cual lo obtenemos con los medios de comunicación digitales, pero también me parece que tiene que ver esta falta de sensibilidad que se está instaurando muy fuertemente en la sociedad y que a los jóvenes ya no les inculcamos el valor de este tipo de intercambios. 😊

Fuente Informativa: Entrevista a Rachelline Cantono.

Redacción: M. Hernández

# 5 SIGLOS DE VIDA HISTÓRICA DE LA CIUDAD DE VERACRUZ

Fue un Jueves Santo de hace cinco siglos, cuando el capitán Don Hernán Cortés arribó a costas mesoamericanas, traía consigo la misión de descubrir nuevas tierras y sus riquezas para la corona española; Un mes después fundó el primer cabildo de la Villa Rica de la Cruz, considerado también el primer cabildo establecido en el continente americano.

Un año antes, el 24 de junio de 1518, el capitán español Juan de Grijalva al lado de Antón de Alaminos, Francisco de Montejo, Pedro de Alvarado y Alonso Dávila, arribaban al islote de Tecpan Tlayácac.

La isla era lugar de adoración por los moradores de Culúa a Tezcatlipoca (espejo humeante), dios mexica guerrero de la oscuridad, de ahí que el sitio fuera llamado San Juan de Ulúa por Grijalva como referencia al sitio y a la fecha de arribo.

Sin embargo, este primer grupo de españoles, no soportaron el calor, la humedad, ni a los innumerables insectos de la región tropical, la mayoría de los soldados enfermaron, por lo que el Capitán Juan Grijalva ordenó regresar.

Don Hernán, aquel Jueves Santo del 21 de abril de 1519, fondeaban sus once embarcaciones con 508 soldados, alrededor de 100 marineros, 200 nativos y negros, y 16 caballos y yeguas; además de 10

cañones de bronce, 4 falconetes y 13 arcabuces, ante la pequeña isla de culúa, en espera de desembarcar.

En el transcurso del Viernes Santo del 22 de abril la soldadesca comenzó a descender, mientras que los negros e indígenas esclavos se encargaban de descargar el arsenal, la caballada, los víveres y demás enseres, para posteriormente levantar los campamentos, chozas y hasta un altar para celebrar la Semana Santa.

Tres semanas después una vez ya establecidos, el 10 de mayo, fue la fundación de la Villa Rica de la Vera Cruz, y la designación del primer cabildo.

El militar y cronista español Bernal Díaz del Castillo, que participó en la conquista de Tenochtitlan y a quien se le atribuye la autoría de la historia verdadera de la conquista de la Nueva España, narra sobre la fundación del primer cabildo:

"Ordenamos de hacer y fundar y poblar una villa que se nombró Villa Rica de la Vera Cruz, porque llegamos el jueves de la cena y desembarcamos en viernes santo de la cruz, y rica por aquel caballero que se acercó a Cortés y le dijo que mirase las tierras ricas".

A este primer hecho histórico, la ciudad de Veracruz en sus 500 años de vida se le agregan otros



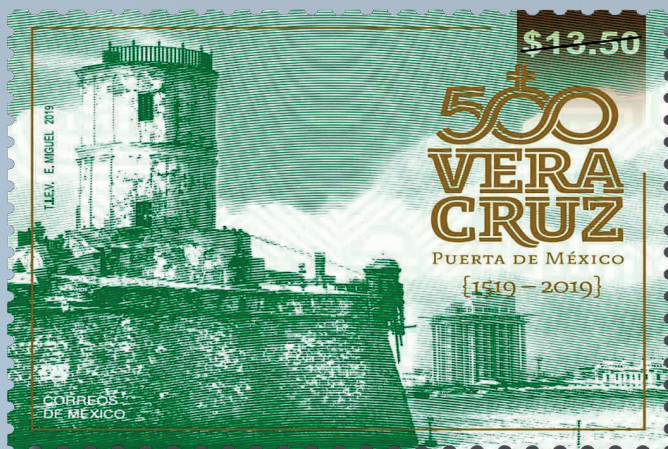
reconocimientos que la hacen única ante las demás ciudades de la República Mexicana, por ejemplo en noviembre de 1825, en un acto de heroísmo, las fuerzas navales mexicanas en alianza con el pueblo veracruzano expulsan a los españoles del fuerte de San Juan de Ulúa.

El segundo acto heroico se da en noviembre de 1838, cuando Francia decide enviar una fuerza naval para invadir México, y el ejército mexicano vence a los franceses.

La tercera acción heroica que se registra en el puerto de Veracruz sucede el 22 de mayo de 1847, cuando los mexicanos resisten el ataque armado por mar y tierra del general invasor Winfield Scott, durante la intervención estadounidense a nuestro país.

El cuarto acto heroico se dio al defender la ciudad de la invasión Norteamericana para detener el arribo del buque de carga alemán denominado "El Ypiranga" que traía un cargamento de armas y municiones destinadas a las fuerzas del presidente Victoriano Huerta. México fue confrontado por Estados Unidos; no desembarcó su cargamento en Veracruz. Aquel evento pasó a ser conocido como el "Incidente del Ypiranga". Suceso que se da entre abril y mayo de 1914.

Veracruz, también ha sido sede del Poder Ejecutivo de la Federación en dos ocasiones, la primera en 1858



con el Presidente Benito Juárez García, y la segunda en 1914 con el Presidente Venustiano Carranza. Fue durante el mandato de Juárez, que se firmaron las Leyes de Reforma, de igual modo, fue en Veracruz donde se expidió la primera acta de nacimiento en la República Mexicana.

Ante el heroísmo del pueblo veracruzano y los hechos trascendentes sucedidos en cinco siglos de vida histórica de la ciudad de Veracruz, el Servicio Postal Mexicano "Correos de México" emite una estampilla postal que conmemora donde se presenta la imagen del Castillo de San Juan de Ulúa, en un primer plano; teniendo, en un segundo plano, los edificios emblemáticos del puerto veracruzano. Diseño a cargo de Edgar Miguel Lizaga. 🇲🇽

Fuente Informativa: Libro "La conquista de México" de Hugh Thomas. Libro "Hernán Cortés" de José Luis Martínez. Libro "Historia verdadera de la conquista de la Nueva España" de Bernal Díaz del Castillo. Hojilla informativa "Correos de México".

Redacción: Ricardo Flores


## ¿SABÍAS QUE PUEDES VIAJAR A TRAVÉS DE **TURISSSTE** Y OBTENER DESCUENTOS?

**E**l Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González, instruyó al titular de la Secretaría de Pensionados y Jubilados, Jesús Miguel Córdova Medina, para que se reuniera con directivos de TURISSSTE perteneciente a la Dirección Normativa de Prestaciones Económicas, Sociales y Culturales, con la finalidad de que le proporcionarían información sobre los beneficios y descuentos que pueden obtener nuestros compañeros jubilados y pensionados al momento de viajar.

Además de obtener la información de forma personal solicitó al funcionario de TURISSSTE con quien se entrevistó, enviara a alguno de sus promotores turísticos a fin de hacer una presentación ante los jubilados y pensionados de la zona metropolitana afiliados a este Sindicato Nacional, para presentar sus paquetes, precios y descuentos, así como las oficinas donde deben acudir.

En una reunión con los jubilados y pensionados Antonio Arceo Gálvez promotor de Turissste, hizo su presentación mencionando que esta prestación consiste en la reservación y venta de hospedaje, transportación terrestre o aérea y paquetes turísticos para jubilados y pensionados del ISSSTE, donde pueden obtener en hospedaje hasta 30% de descuento.

Este derecho aplica para cualquier destino, ya sea nacional o internacional y el trámite es completamente gratuito. Mencionó algunos de los destinos y paquetes que se manejan y que son muy accesibles, van desde 1 día o hasta 3 noches y 4 días, de acuerdo al presupuesto de cada persona o familia.

Los Jubilados y Pensionados participaron haciendo preguntas sobre dudas que tenían. Agradecieron la presentación e información proporcionada; además del interés del Secretario General Nacional por hacerles partícipes de este tipo de prestaciones que muchos desconocían. 

Redacción: M. Hernández





## SALIDAS DE LA CIUDAD DE MÉXICO

El Encanto de Valle de Bravo	Ruta Dorada, Guerrero
Ex Hacienda Chautla y Val´Quirico	Ruta de la Montaña, Hidalgo
Grutas de Tolantongo	Ruta de Quesos y Vinos, Querétaro
Jardines de México	Ruta de Zapata, Morelos
Pueblo Mágico de Taxco	San Miguel de Allende
Ruta del Café, Veracruz	Tlaxcala, Luciérnagas





# CELEBRACIÓN DÍA DE LAS MADRES A LAS TRABAJADORAS DE "CORREOS DE MÉXICO"



Como cada año se realizó la tradicional celebración por el Día de las Madres a todas las trabajadoras postales de la Zona Metropolitana.

Para recibir a nuestras compañeras en este especial festejo estuvieron presentes el Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González; la Secretaria General de la Sección Ciudad de México, Lic. María Enriqueta Méndez Gómez; El Secretario General de la Zona Conurbada Poniente, Narciso Rosales Lara y el Secretario de la Zona Conurbada Oriente, Saúl Martínez Olarra; quienes saludaron y dieron una cordial bienvenida a las madres trabajadoras al entrar al recinto.

Así también, se les entregó un obsequio representativo a su día y un boleto para la rifa de regalos por parte del Sindicato Nacional y una rosa de parte de las autoridades; se les ofreció un aperitivo antes de pasar a ocupar sus mesas.

Acudió al evento la Dra. María Emilia Alejandra Janetti Díaz, Directora General del Servicio Postal Mexicano, quien dirigió un mensaje a las presentes "Agradezco la labor diaria, por que ésta es muy importante ya que una institución y un país no puede salir adelante sino ponemos un granito de arena cada uno de nosotros. En una época el correo era esencial, cuando no había tanta tecnología como en la actualidad pero nuestra institución se puede poner al día, claro siempre y cuando todos colaboremos, el Servicio Postal Mexicano es un organismo muy noble, sé que como mujeres aceptaron el reto de trabajar y cumplir en el hogar y eso merece un gran reconocimiento, creo que el desarrollo de México se basa mucho en las mujeres porque somos más confiables y tenemos una mayor conciencia del papel



# CIUDAD DE MÉXICO





que tenemos que desarrollar en la vida como madres, compañeras, hijas y hermanas además de que tenemos la tarea de educar a nuestros hijos, un papel fundamental. El amor de una madre es y será siempre insustituible.

Más haya de regalarles flores, este hecho simboliza el reconocimiento por su dedicación al trabajo más maravilloso, arduo y difícil, pero el mejor pagado que es el de ser madre. Tenemos un gran futuro en esta institución por el cual hay que luchar, por lo que en nombre del Secretario de Comunicaciones y Transportes, el Ingeniero Javier Jiménez Espriú y en el mío propio expreso mi solidaridad y felicitación a todas ustedes, las invito a continuar colaborando con ese amor a "Correos de México", concluyó.

A continuación se brindó una comida a todas las compañeras presentes y se amenizó con el show de un imitador del cantante Luis Miguel, el cual fue muy bien recibido entre las mamás quienes cantaron y bailaron con sus canciones.

Para seguir con el festejo tocó un grupo musical melodías para bailar y que


invitaban a las madres trabajadoras a divertirse y disfrutar la fiesta en su honor.

Antes de dar inicio a la emocionante y esperada rifa de regalos que como cada año el Sindicato Nacional del Servicio Postal Mexicano "Correos de México" se complace en llevar para sortear entre las madres trabajadoras. La Lic. María Enriqueta Méndez Gómez dirigió unas palabras a las homenajeadas, dio la bienvenida a las compañeras trabajadoras, agradeció la presencia de la Directora y su comitiva; así mismo agradeció al Secretario General Nacional, L.C.P. Manuel Fermín Acevedo por los presentes y obsequios que año con año hace llegar para ese evento. "Compañeras nuestro reconocimiento a la labor que realizan día a día en sus centros de trabajo, sabemos que como madres trabajadoras tiene una gran responsabilidad en cada uno de sus hogares, pero también es cierto que en su centro de trabajo saben organizarse y llevan a cabo con responsabilidad cada una de sus funciones, tanto en las áreas operativas y administrativas en los Centros Postales, Centros de Reparto





y Administraciones Postales como carteras, auxiliares postales y demás funciones que realizan, y reconocemos cada una de esas actividades, gracias. Felicidades y suerte", finalizó. Entre risas, gritos de emoción, canto y baile disfrutaron su día.

Los Secretarios Estatales y Regionales hicieron lo propio en sus entidades a lo largo y ancho del país para celebrar este significativo Día de las Madres. 

Redacción: M. Hernández



MAZATLÁN



HIDALGO



GUERRERO



MORELOS



SINALOA



PUEBLA

# TESTIMONIO DE UN PADRE A SUS HIJOS





Como padres, nos gustaría dejar a nuestros hijos testimonios de nuestro paso por la senda de la vida, en el tránsito por éste planeta.

Ya sea por medio de una carta, un documento, una obra artística, una evidencia, que conozcan las hijas y los hijos quiénes fueron sus padres, cuáles fueron los retos que enfrentaron para darles una formación disciplinaria, instructiva, cultural, pedagógica y universitaria. Proporcionarles las herramientas y los instrumentos que los conduzcan seguros en cada tramo avanzado y lleguen triunfantes a la meta.

Desafortunadamente, no todos los padres ven con satisfacción su responsabilidad como progenitores, quizá porque sus descendientes no alcanzaron la calidad y la excelencia en sus profesiones; habrá otros padres, mamá y papá, que se sienten orgullosos porque sus vástagos son buenos hijos trabajadores; se casaron, les dieron nietos y forman una "familia modelo"; también, hay aquellos papás orgullosos de sus hijos que siguieron su carrera profesional.

Enfoquemos nuestra opinión en aquellos papás comprometidos dignos de recordarlos como hijos y, recíprocamente, como padres inculcarles buenos ejemplos a los hijos, orientarlos, valorar sus talentos, habilidades y destrezas y guiarlos por el buen camino, para que sean mujeres y hombres

de bien, positivos, para que ellos como padres, al igual, transmitan los valores de sus antecesores a sus descendientes.


Aquellos padres, personalidades de la cultura, el arte, la ciencia, la medicina y la literatura, que dejan todo un legado de sus obras a sus hijos sorprenden tanto por lo valioso del patrimonio, que en muchas de las veces los herederos no le dan la importancia a lo que en vida realizaron sus padres; sabemos que es una minoría, tanto que la mayoría de los progenitores favorecidos aprecian y cuidan de los bienes artísticos, y además los comparten y difunden con los mexicanos y la población mundial.

Hay padres, como en el caso concreto del presidente Benito Pablo Juárez García, que no heredo riquezas a sus hijos: Manuela, Felicitas, María de Jesús, Margarita, Soledad, Josefa y Benito, pero si les dejó un texto valiosísimo denominado: "Apuntes para mis Hijos", donde da cuenta de sus orígenes, la historia de su vida, sus angustias, sus miedos, la marginación que vivió por su origen indígena, así como los maltratos y la discriminación "por ser indio y pobre".

**"...mientras el maestro en un [cuarto] separado enseñaba con esmero a un número determinado de niños, que llamaban decentes, yo y los demás jóvenes pobres como yo estábamos relegados a otro departamento**

bajo la dirección de un hombre que se titulaba ayudante y que era tan poco a propósito para enseñar y de un carácter tan duro como el maestro..."

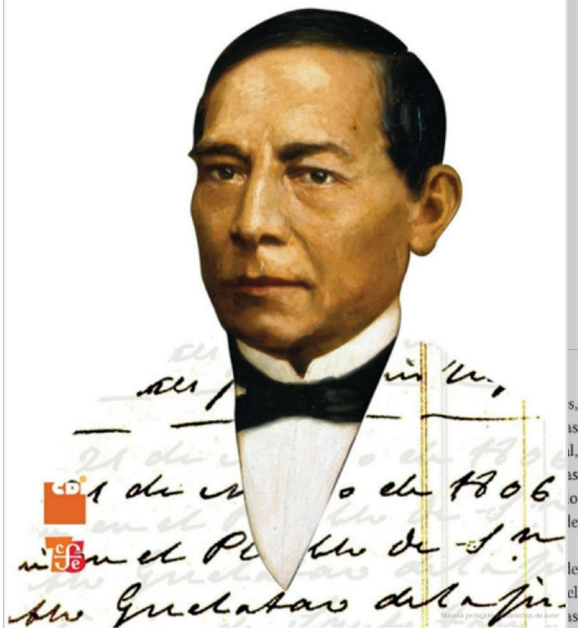
También, Juárez, describe la muerte de su hija Guadalupe de dos años de edad, como su orfandad... "tuve la desgracia de no haber conocido a mis padres Marcelino Juárez y Brígida García, indios de la raza primitiva del país, porque apenas tenía tres años cuando murieron, habiendo quedado con mis hermanas María Josefa y Rosa al cuidado de nuestros abuelos paternos Pedro Juárez y Justa López, indios también de la nación zapoteca. Mi hermana María Longinos, niña recién nacida pues mi madre murió al dar a luz, quedó a cargo de mi tía materna Cecilia García..."

Un carta, un escrito, del padre a sus hijos, donde les diga quién es, por qué los quiere, cuál ha sido su pasión por ellos desde que nacieron; vivir por ellos, entregarles cada pedazo de su vida para que tengan un futuro promisorio, más que un sacrificio, una privación o una renuncia a la individualidad y a la satisfacción personal como padre, es, quienes en verdad amamos a nuestros hijos, un privilegio dar y disfrutar nuestro regalo de Dios. 

Fuente informativa: Apuntes para mis Hijos de Benito Pablo Juárez García. Redacción: Ricardo Flores

# Apuntes para mis hijos

BENITO JUÁREZ



2. Tumba de Benito Juárez

que por los recuerdos que fue hilando él mismo en un pequeño texto familiar que les dejó a sus hijos como herencia.

Los *Apuntes para mis hijos* (que ahora el lector tiene en sus

manos) fueron donados por los descendientes de Juárez a la nación para que todos los leyéramos, disfrutáramos y reflexionáramos sobre los aspectos que aborda respecto de su persona, la sociedad mexicana y su vida política.

En esta nueva edición de *Apuntes para mis hijos*, el texto fue dividido en apartados subtítulos para la ubicación de los temas y periodos históricos tratados por su autor. El texto principal está acompañado de otros escritos y apartados: una anécdota-leyenda sobre la infancia de Benito realizada por Juan de Dios Peza; una historia acerca de los últimos 15 años de Juárez, que completa la parte de su vida no tratada en *Apuntes*; un anexo documental y un amplio glosario que tiene la finalidad de aclarar aquellas palabras que, por el vocabulario utilizado o el tiempo lejano de su redacción, impidan



3. Así era el escudo nacional en tiempos de Juárez



# LAS PRIMERAS CARTAS QUE CRUZARON EL OCÉANO ATLÁNTICO NORTE HACE 500 AÑOS

**L**a primera correspondencia postal vía marítima rumbo al reino de Castilla (España) salió de las costas de Chalchicueyecan (nombre ancestral del actual estado de Veracruz) a mediados del mes de julio de 1519. Entre la paquetería y mensajería que transportó una nao, iba la primera carta escrita por Don Hernán Cortés dirigida al emperador Carlos V, fechada el 10 de julio del año referido.

A partir de esta primera correspondencia histórica que cruzó el Océano Atlántico Norte marcan 500 años de la práctica epistolar y que fue enviada a los tres meses del desembarco (21 de abril de 1519) de los soldados conquistadores a la isla de Culúa (San Juan de Ulúa), siguieron cuatro misivas más de Don Hernán, conocidas como "Cartas de Relación", con distintas fechas:

La segunda carta fue fechada el 30 de octubre de 1520; la tercera carta, 15 de mayo de 1522. Coyoacán; la cuarta carta fue inscrita el 15 de octubre de 1524. Tenochtitlan; y la quinta carta el 3 de septiembre de 1526. Todas a un mismo destinatario: Carlos I.

Las cinco Cartas de Relación de Cortés relatan su llegada a las Indias y el proceso de colonización de la Nueva España, el objetivo principal de las epístolas era el de informar a los reyes sobre los hechos ocurridos, así como el avance logrado año con año.



**Primera carta dirigida al emperador Carlos V, fechada el 10 de julio de 1519**

**Cortés; relata su llegada a las Indias y el proceso de colonización de la Nueva España**

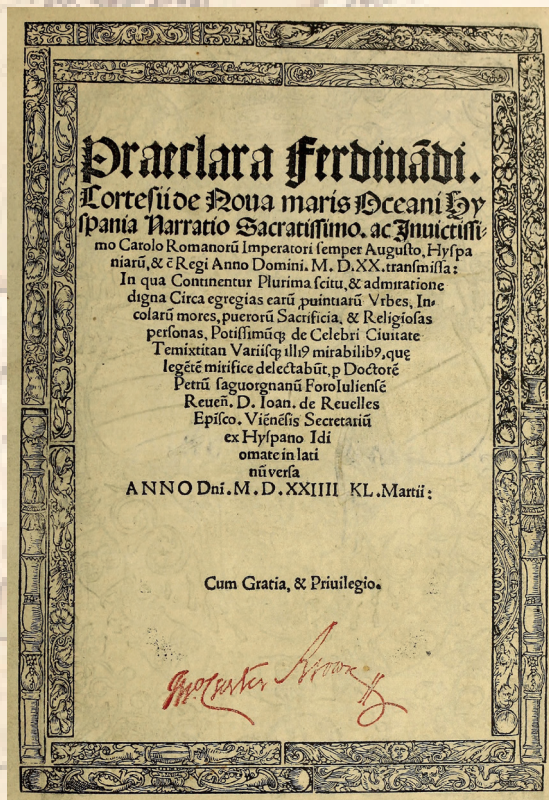
**Cultivador del género epistolar. Historiadores; hablan de hasta más de 150 cartas**

El contenido de cada carta además de la información oficial al emperador, describe la flora y la fauna de las regiones que van recorriendo, las comunidades de indios, sus costumbres, alimentos, sacrificios, los mercados o tianguis; asimismo, las batallas, derrotas y triunfos de los conquistadores, así como de la evangelización cristiana hacia los naturales.

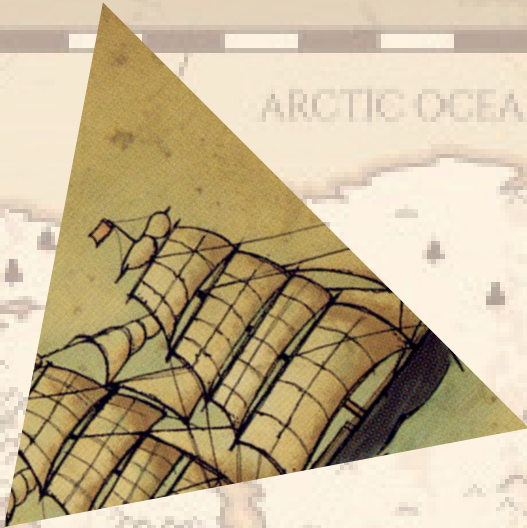
El conquistador y capitán general de Nueva España durante su juventud en Castilla estudió Gramática y Leyes en la Universidad de Salamanca lo que le convirtió en un buen escritor y narrador de esos magníficos hechos. Lo que hoy en día son valiosos testimonios, únicos, para conocer a fondo la conquista de México.

Su habilidad de narrador no sólo consistió en sus famosas Cartas de Relación, sino que fue un escritor frecuente del género epistolar. Historiadores y biógrafos hablan de más de 150 cartas enviadas a diversos destinatarios que van desde sus mayordomos hasta escribirle a la emperatriz Isabel de Portugal.

La investigadora de la Universidad de Valladolid, España, María del Carmen Martínez Martínez, durante su exposición: "Hernán Cortés: redes epistolares" dentro del coloquio "500 años del desembarco de Hernán Cortés 1519-1529", celebrado en el Instituto de Investigaciones Filosóficas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), nos presentó a los asistentes a su conferencia dos cartas del conquistador que descubrió en archivos españoles. Una misiva fechada en 1528 y la segunda carta inscrita en 1540.







La carta con fecha de julio de 1528 fue escrita en Madrid y va dirigida a la emperatriz Isabel de Portugal, y según la investigadora marca el compromiso que tuvo la emperatriz para el conquistador.

En la epístola de junio de 1540, la investigadora dice que Cortés le escribe al emperador. Ahí le explica al monarca las razones de su viaje, que para entonces está de nueva cuenta en Castilla con sus hijos.

La investigadora María del Carmen Martínez, afirmó que Cortés fue un cultivador del género epistolar de la misma manera que los humanistas del Siglo XVI.



A la escritura epistolar recurrieron los humanistas y los hombres de negocios. Cortés usó la carta para diferentes fines, comunicó sus situaciones a personajes destacados, dio órdenes y recibió información de sus capitanes. La carta alcanzó el ámbito más doméstico y familiar de Cortés, y fue la vía de expresión utilizada en sus negocios.

Cortés también utilizó la carta para cultivar amistades y como vía de comunicación habitual con el monarca, así como para escribir al Consejo de Indias y a familiares, por ejemplo, envió misivas a su papá Martín Cortés; a su mamá Catalina Pizarro y a su hijo Martín Cortés.

El Conquistador de los aztecas al término de sus narrativas epistolares signaba como Marqués del Valle y Hernando Cortés. 📧

Redacción: Ricardo Flores

Fuente Informativa: Cartas de Relación de Hernán Cortés. Editorial Porrúa. Conferencia "Hernán Cortés: Redes epistolares", que impartió la investigadora de la Universidad de Valladolid, España, María del Carmen Martínez Martínez, durante el coloquio "500 años del desembarco de Hernán Cortés 1519-1529", celebrado en el Instituto de Investigaciones Filosóficas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

# LA OSTEOPOROSIS AFECTA TANTO A MUJERES COMO A HOMBRES

**D**e manera equivocada, afirma la Fundación Internacional de Osteoporosis, se cree que esta enfermedad afecta solo a las mujeres, pero no es así. Los hombres también la pueden presentar, sobre todo de los cincuenta años en adelante. Este padecimiento se define como la disminución de la masa ósea que provoca que los huesos se vuelvan frágiles y más propensos a fracturarse. Este artículo, tiene el objetivo de orientarlos para prevenir este mal.

Es un hecho que la osteoporosis es menos frecuente en los hombres, pero también suele ser menos diagnosticada en ellos, debido a que, a diferencia de la mujer, no existe una cultura de revisión médica en ellos y por tanto no acuden a realizarse un chequeo al menos una vez al año. Afirman médicos especialistas que esa revisión es muy importante debido a que esta enfermedad no suele presentar síntomas. En muchas ocasiones, la primera manifestación es una fractura producida por llevar a cabo una actividad rutinaria, como cargar un objeto en casa. Las roturas de huesos más comunes producidas por la osteoporosis se dan en cadera, vértebras, fémur y muñecas.

La Fundación Internacional de Osteoporosis señala que algo que contribuye de modo significativo a la descalcificación de los huesos es el

declive de la producción de hormonas, que en el caso de los hombres es la testosterona la que disminuye. La institución establece además que las circunstancias que incrementan la probabilidad de desarrollar osteoporosis en los hombres son el bajo consumo de calcio, restringir la ingesta de alimentos, tener un peso corporal bajo, pasar sentado largos periodos, así como antecedentes familiares, consumo de alcohol y tabaco.

Ahora bien, como se apuntó anteriormente, desde que la osteoporosis no suele presentar síntomas de alerta, los especialistas recomiendan que los hombres se sometan a una densitometría ósea a partir de los 50 años. A través de este estudio se mide la calidad del hueso, se indica la masa muscular y, en personas de edad avanzada, señala el sitio de mayor riesgo de fractura. Esta prueba debe llevarse a cabo con mayor anticipación si las personas han sufrido fracturas por traumatismo leve.

Aunado a esta prevención se deben seguir una serie de cuidados y recomendaciones, tales como una ingesta adecuada de calcio y vitamina D, no consumir alcohol ni tabaco y, sobre todo, realizar actividad física, pues cuando se padece osteoporosis se tiene la idea de que las personas deben quedarse quietas para evitar que se rompa algún hueso. Esto es falso,

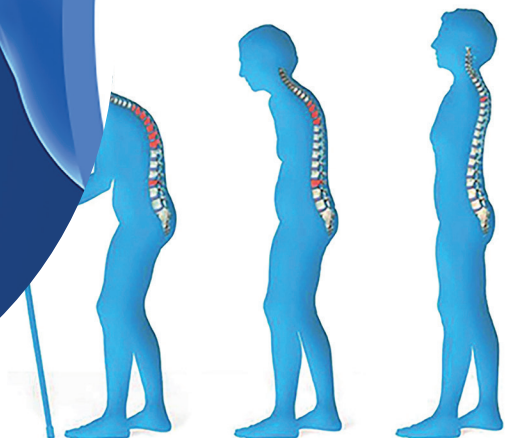
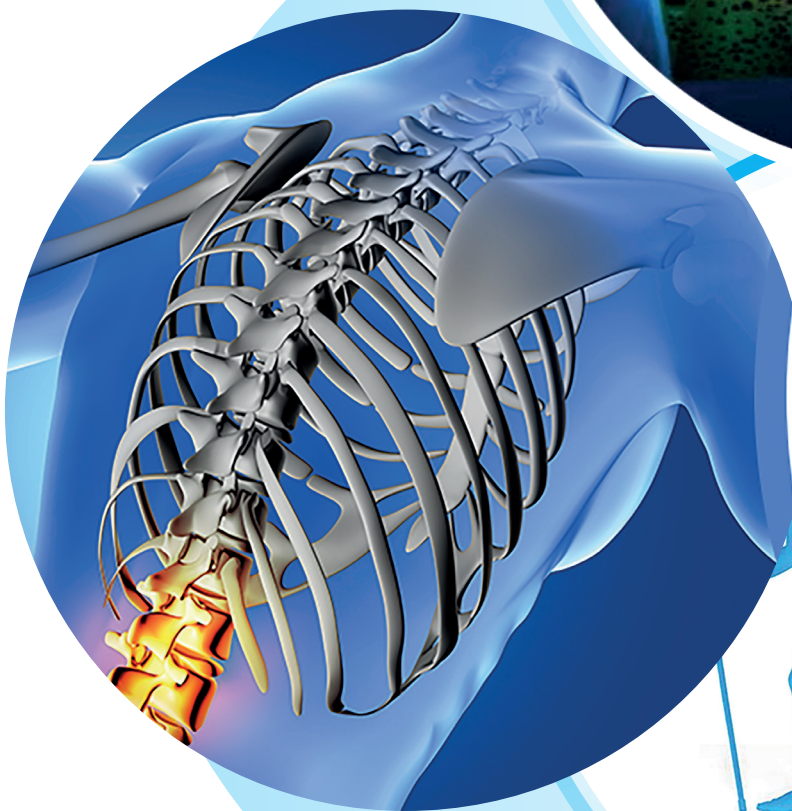
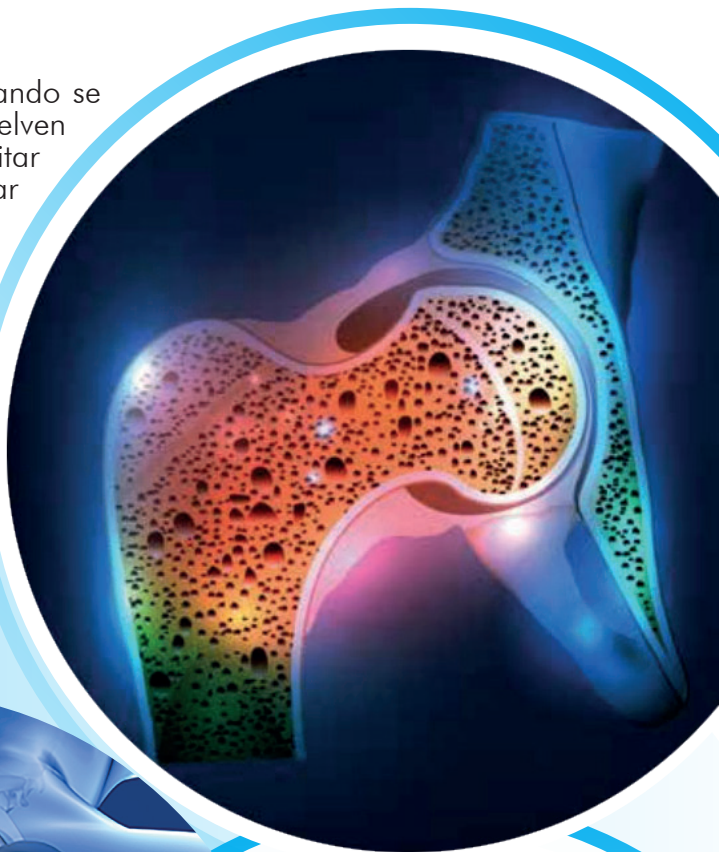


afirman los especialistas, pues cuando se hace ejercicio, los huesos se vuelven más fuertes. Eso sí, se deben evitar actividades que podrían provocar alguna caída.

Así que si son varones, no tomen esta información a la ligera y visiten a su médico para estar seguros que no hay ningún riesgo de padecer osteoporosis. Más vale prevenir que remediar, ¿o no? 😊

Fuente Informativa: Gaceta de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Redacción: Vicente Ramos



# PADRES PRIMERIZOS

El avance de la tecnología en el mundo se da a pasos acelerados, ofreciendo soluciones a diversas actividades empresariales y científicas, sobre todo, pero también a situaciones cotidianas que las personas desarrollan diariamente. La llamada Inteligencia Artificial se convierte cada vez más en un gran auxiliar para la humanidad, aun en aspectos que parecieran insignificantes para la ciencia, pero muy importantes para la sociedad. Por ejemplo, ¿sabía usted que a través de la Inteligencia Artificial, los científicos han desarrollado los llamados robots virtuales para que asistan a un padre primerizo para atender a su pequeño bebé? Pues así es. Veamos más de esto.

Baby Center, subsidiaria de la compañía farmacéutica Johnson, desarrolló un asistente de asesoría digital a distancia con el cual propone resolver las dudas comunes que puedan surgir en padres que se hacen cargo del cuidado de sus bebés cuando la madre, por diversas razones, no está presente.

Antes de brindar alguna de sus recomendaciones, las cuales dependen de las particularidades de las solicitudes realizadas por los padres primerizos, se pide información del niño, como la fecha de nacimiento, cuántos meses de edad tiene, o cuál es la dificultad específica con que se encuentran los padres. Luego de esto, por ejemplo, si el padre escribe que no sabe por qué su hijo está llorando, la aplicación mostrará una serie de consejos comunes al respecto para que el padre ponga en práctica alguna de las soluciones propuestas.

¿Cómo ve esta realidad de la Inteligencia Artificial? Aunque aún está en proceso de experimentación esta aplicación de robots virtuales a casos específicos del ámbito doméstico pronto será una realidad. Muchos especialistas consideran a esta etapa como el siguiente paso en la automatización de servicios de distinta índole.

Cabe señalar que desde los años cuarenta, el matemático y tecnólogo Alan Turing ya había previsto esta relación entre seres humanos y la tecnología y estos programas de computadora están comprobando que no hay barreras que la ciencia no pueda saltar para poner al alcance de la humanidad a la tecnología.

Sin embargo, este avance también provocará serios problemas de empleo. Por ejemplo, se calcula que para el año 2020 estos robots virtuales, comenzarán a desplazar a personas reales de sus trabajos, situación que ya ha empezado a suceder, sobre todo en los Call Center, lo que ha provocado que diversas voces críticas señalen la necesidad de planificar y solucionar los posibles efectos negativos que conlleva la implementación de este tipo de tecnologías.

Interesante, ¿verdad? Por lo pronto, los padres primerizos ya tendrán un auxiliar robótico virtual para cuidar de la mejor manera a su bebé. Feliz Día del Padre. 😊

Redacción: Vicente Ramos

Fuente Informativa: Revista Solo









Envíanos tus comentarios a

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



AMSTELODAMI.  
scudit Ioannes IanBonius.

