

No. 104 - Junio 2017

EJEMPLAR GRATUITO - Año 8

Junio 8

# buZOP

2017

ABRIL



## CONSEJO NACIONAL DE SECRETARIOS GENERALES 2017



<b>Editorial</b> .....	3	Consejo Nacional 2017.
<b>Con destino a...</b> .....	4	Sierra de Órganos, música natural.
<b>Sello Humano</b> .....	7	De titiritera a cineasta, Teresa Camou Guerrero.
<b>Joyas Filatélicas</b> .....	10	Estampilla Postal celebra la majestuosidad de los eclipses solares.
<b>Familia Postal</b> .....	12	Consejo Nacional Ordinario 2017.
<b>Valor de Palabra</b> .....	16	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rufino Tamayo, uno de los grandes artistas pictóricos de México y el mundo.</li><li>• En perspectivas de . . .</li><li>• "Carta al Padre" de Franz Kafka.</li><li>• Hipnosis una alternativa contra la obesidad.</li></ul>
<b>Sabías que...?</b> .....	26	Un taco para papá.

## 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  
Deleg. 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

Salvador Navarrrro

### Diseño y Arte

**Alejandro B. Flores "Jr."**  
**Giovanna Monsivais Aguila**

Todas las imágenes, marcas, videos y nombres comerciales son propiedad de sus respectivos dueños y son usadas con fines culturales bajo el estatuto de libertad de prensa.

### Buzón Abierto

Es una publicación mensual



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

# CONSEJO NACIONAL 2017

Recientemente realizamos el Consejo Nacional 2017, con la asistencia de los Secretarios Estatales, Regionales y el Comité Ejecutivo Nacional de nuestro Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México". Fue una reunión donde se refrendó, como cada año, la unidad de nuestro gremio, además de analizar puntualmente varios temas importantes relacionados con nuestra dinámica interna tendiente a buscar estrategias que contribuyan al mejoramiento general del servicio que prestamos a la sociedad mexicana.

Cabe señalar que el Consejo es una oportunidad sin paralelo para que juntos integremos una agenda y proyecto de trabajo con tópicos fundamentales para enriquecer la vida democrática de nuestro gremio, en donde la piedra angular, sin duda, es ofrecer las mejores condiciones de desarrollo laboral e individual de los compañeros trabajadores sindicalizados en toda la República Mexicana y que esas condiciones se proyecten en beneficios concretos para sus familias.

Este Consejo Nacional se caracterizó por tratar temas

relacionados con los tiempos que vive el país, donde permea la incertidumbre en los campos económico y social, y que de alguna manera están incidiendo en el terreno laboral. Entre otros tópicos, se habló sobre la perspectiva laboral y la situación del Organismo en la perspectiva que pudieran tomar las condiciones generales de los trabajadores mexicanos en un contexto como el que estamos viviendo lleno de movilidad financiera permanente.

Asimismo se discutieron puntos operativos internos como la reestructuración de rumbos de reparto, la calificación del Bono de Eficiencia en el Servicio, programas sindicales en beneficio de los trabajadores, se analizó el Plan de Retiro Sindical en su concepto 92, por alguna nueva eventualidad y se propuso un plan de acción ante futuras contingencias que presente este plan de retiro. También durante el desarrollo de los trabajos del Consejo Nacional 2017, se colocó sobre la mesa de estudios el tema de la Reforma Laboral.

Lo que se debe resaltar de este evento anual es que se convierte genuinamente en un ejercicio plenamente democrático, donde la inclusión, el debate,

las opiniones y sugerencias de todos los asistentes al Consejo se transforman en la sabia que nutre nuestro programa de acción y el motor que genera nuestra permanente unión, cualidad que nos distingue como sindicato de avanzada a nivel nacional.

Para nuestra consolidación en el futuro inmediato, debemos echar mano, de la unidad, e identidad. Todos quienes integramos el Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", debemos sentirnos identificados y unidos en torno a nuestra organización sindical. Esa es la mejor manera de enfrentar las eventualidades que presupone un escenario de singularidades inéditas como el que se vislumbra para el próximo año.

Ante ello, como siempre refrendo mi compromiso como Secretario General de encabezar la defensa de los derechos fundamentales de los compañeros trabajadores sindicalizados ante cualquier embate que exigiera una postura firme y contundente.



## SIERRA DE ÓRGANOS, *MÚSICA NATURAL*

**P**or desgracia, ya son muy pocos los recintos donde se puede disfrutar de conciertos de órgano monumental, instrumento que, por sus grandes dimensiones y dificultad para tocar, ha caído en desuso, prácticamente en el olvido. Si acaso, se pueden enumerar como escenarios para música de este instrumento, cuyo origen fue eminentemente clerical, a la Catedral Metropolitana y al Museo del Virreinato en Tepotzotlán en el Estado de México, pero nada más, lo que es una lástima.

Sin embargo, ahora les

recomendamos un lugar donde pueden escuchar un concierto de órgano monumental, y a la vez, disfrutar de un impresionante paisaje de montaña. Se trata de la Sierra de Órganos, en el poblado de San Francisco de Órganos, muy cercano al Pueblo Mágico de Sombrete, en el bello Estado de Zacatecas.

Ahí existen grandes columnas de roca volcánica cuya formación se calcula que fue hace 2 mil 500 millones de años. La fuerza que tiene el viento en la región es tan grande, que cuando se cuela entre las columnas produce una serie de sonidos muy parecidos a los del órgano monumental, los cuales se extienden por toda la sierra zacatecana. Por ese fenómeno, los lugareños llamaron al lugar Sierra de Órganos.

También algunas de esas rocas alargadas pueden escalarse con cierta facilidad y desde la parte más alta de ellas, los visitantes que logran llegar a la cúspide,



<http://pueblosmagicoszacatecas.com/portfolio-item/sombrerete/>



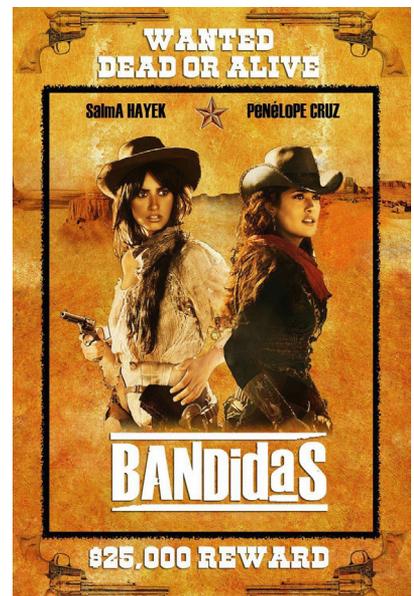
Aguila Real



pueden observar el impresionante vuelo del águila real, ave en peligro de extinción, cuyo hábitat natural está permanentemente amenazado.

La Sierra de Órganos es considerada como un parque Patrimonio de la Humanidad y es un orgullo para el Estado de Zacatecas, entidad de gran espíritu cultural. En la sierra, el turismo nacional e internacional puede caminar plácidamente para conocer la flora del lugar, compuesta en su mayoría por cactáceas, yuca (palma del desierto) y biznagas. También los visitantes pueden recorrer en bicicleta los senderos cercanos y conocer los escenarios naturales donde se han filmado películas de talla internacional como "Bandidas", protagonizada por Salma Hayek y Penélope Cruz.

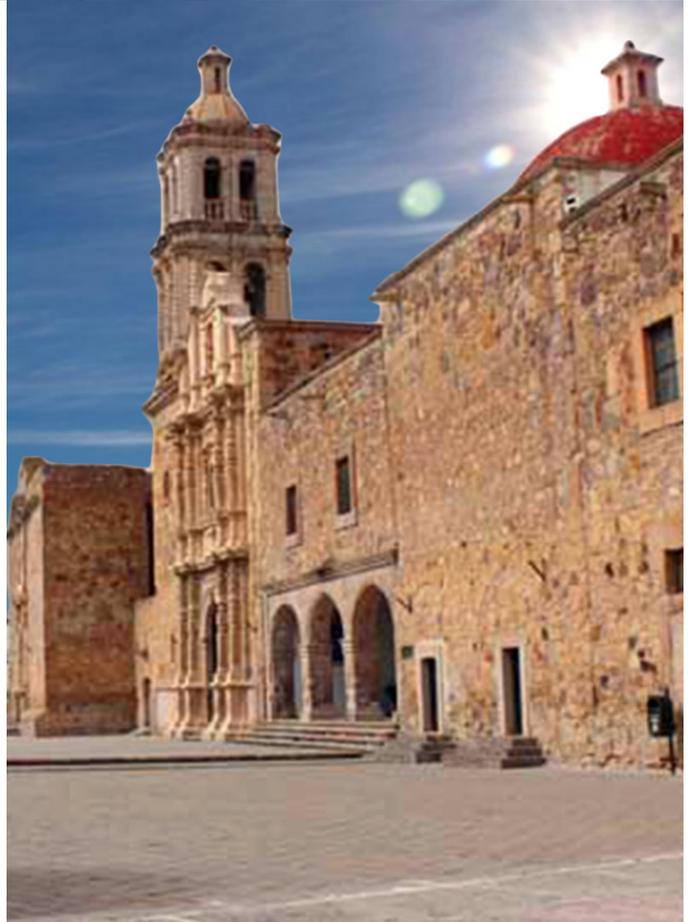
Y para aprovechar lo más que se pueda esta visita, es recomendable conocer Sombrerete, uno de los Pueblos Mágicos de Zacatecas, localizado a sólo 25 minutos





de la Sierra de Órganos. Destacan por su belleza arquitectónica, el Convento de Nuestra Señora de la Soledad y el Templo de San Francisco. En el convento, las monjas que ahí residen elaboran un rompope que ha ganado prestigio internacional, lo mismo que un delicioso pan que hace las delicias de los paladares más exigentes. Asimismo, Sombrerete se ha distinguido por la elaboración de cerveza artesanal, que se puede acompañar con una "brujita", que es una empanada de frijol, carne y papas. Es el platillo considerado típico y muy popular en esta hermosa ciudad.

Por todo esto, haga un ahorro para que próximamente visite junto con su familia la Sierra de Órganos y Sombrerete. No se arrepentirá ¡Buen viaje! 🍷



## DE TITIRITERA A CINEASTA

Teresa Camou Guerrero,  
triunfa con su documental  
"SUNÚ"

Redacción: Ricardo Flores

<http://sunudoc.com/es/inicio/#>



**S**u experiencia como titiritera llevando representaciones escénicas a las comunidades recónditas de la Sierra Tarahumara durante 12 años y la convivencia con más de 40 jóvenes tarahumaras o rarámuris (de los pies ligeros) con quienes constituyó el Teatro Indígena, le permitió a Teresa Camou Guerrero conocer de cerca a este pueblo nativo en sus tradiciones, costumbres, religión, artesanía, métodos de trabajo y sus hábitos alimenticios.

**En esos 12 años me di cuenta que los jóvenes rarámuris, integrantes del Teatro Indígena, cuando se les solicita temas para escenificarlos, sus guiones siempre los escribían sobre las particularidades del maíz, y de lo felices que ellos se sienten de tener su semilla y comer del campo.**

¿Cuál fue el motivo el dejar de ser titiritera, renunciar al Teatro Indígena y convertirte en Directora de Cine Documental?

**Tuve que terminar el trabajo teatral por la violencia que impera en la región, ya no era seguro; me costaba**

**mucho encontrar dinero para las producciones escénicas; cierto día tuve una junta con los chavos del Teatro Indígena y les dije: Muchachos, estoy conmovida y con el corazón triste por lo que sucede; ustedes como ven su vida a partir de que se va a terminar el Teatro; Y me respondieron "nosotros nos vemos sembrando maíz, con nuestros caballos, con nuestra casita; no queremos dinero, no queremos camioneta; no queremos celular, no queremos violencia; no queremos al narco en la Sierra".**

**También les pregunte ¿cuántos de ustedes tiene derecho al ejido (tierra común de labranza)? Eran cuarenta jóvenes y de los cuarenta sólo uno tenía derecho al ejido. Uno sólo**



podía cumplir su sueño, los 39 restantes se dedicarían a la pizza trabajando de rancho en rancho como obreros, y eso me conmovió.

Teresa Camou Guerrero, es la Directora del documental cinematográfico "SUNÚ" (maíz en lengua tarámuri), que habla sobre el cultivo y la producción de esta planta antiquísima de México. Al permitirnos entrevistarla en exclusiva para **Buzón Abierto**, comentó ampliamente sobre su experiencia con los jóvenes tarahumaras; al mismo tiempo nos habló del trabajo de la producción del filme en cuestión. Premiado en festivales de cines nacionales e internacionales.

¿Tere, dónde inició la filmación del documental?

En la Sierra Tarahumara, en Gómez Farfás, que es la parte desértica de Chihuahua; en Sinaloa; de ahí, a Tlaxcala, Hidalgo, Veracruz, Oaxaca y el Estado de México".

Regiones con orografías y climas distintos unas de otras.

**Porque el maíz es de todo México. Yo solamente no podía contar la historia de un solo lugar, porque la problemática del campo es a nivel nacional; duramos filmando 16 meses sin parar con 250 horas de material.**

¿Quién pagó la producción?

Ahora sí, que chile con queso y capirotada, como decimos en Chihuahua. Al principio tuve becas, me apoyaron fundaciones americanas, también, me apoyaron con el teatro indígena; un poco de apoyo por parte del gobierno de

**buzón** ABIERTO



Chihuahua; organizaciones civiles en la defensa del maíz como Barzón, Consultoría Técnica Comunitaria, Frente Democrático Campesino "Sin Maíz no hay país". Todos empezaron aportando pequeñas cantidades de dinero para lograr la edición, y cuando ya tuve la edición completa solicite una beca y me la gane, y gracias a eso pude terminar la película con una mejor calidad.

¿Podemos conocer de cuánto fue la producción?

**De 2 millones 700 mil pesos.**

¿Dónde se está exhibiendo?

**Estamos en el Festival Ambulante. Ha viajado más que nada fuera de México. En Inglaterra hemos tenido las salas llenas. Estamos muy contentos.**

¿Ha tenido una buena respuesta?

**Sí, la gente ha dado una buena respuesta.**

¿Esta es tu primera experiencia como Directora de Cine Documental?



**Es mi Opera Prima.**

¿Cuáles son los planes a futuro con tu película?

**Quiero regresarla a la gente del campo, a los estudiantes de las universidades. Que todo mundo conozca la realidad del maíz.**

Los atributos culturales, las propiedades alimenticias, las peculiaridades sociales, económicas y políticas, asociados al maíz, germinan, a lo largo de los 80 minutos del documental "SUNU", como un recordatorio de que a lo largo y ancho de la República Mexicana el cultivo del maíz va de la mano de la historia milenaria de los pueblos indígenas. Por lo tanto, proteger el maíz equivale a defender un rasgo distintivo de las culturas mexicanas. 🌽



Redacción: Ricardo Flores

Los grandes acontecimientos de la humanidad, la naturaleza y el universo son registrados y diseñados artísticamente en extraordinarias estampillas postales por el Servicio Postal de los Estados Unidos, USPS, que atento a los sucesos relevantes y trascendentales los hace participe de manera documental e informativa hacia la opinión pública mundial, la cual se entera de los hechos de manera oportuna y puntual.

Tal es el caso del eclipse total de sol, que tendrá presencia el lunes 21 de agosto de 2017, en una banda angosta de sombra de 70 millas de ancho, conocida como "banda de totalidad", atravesará

el territorio norteamericano en diagonal, y aparecerá primero en Oregón (a media mañana, hora local) y se retirará unos 90 minutos más tarde de la costa de South Carolina (a media tarde, hora local), donde decenas de millones de norteamericanos tendrán el privilegio de contemplar la maravilla astronómica.

La última vez que se vio un eclipse solar total en el área continental de EE. UU., fue en 1979, pero solo la población del Noroeste de esta nación consiguió contemplarlo.

El eclipse de este verano es el primero que ocurre en el Siglo XXI desde 1918, hace 99 años.

El U.S. Postal Service® anticipa este hecho astronómico poco frecuente con una estampilla que celebra la majestuosidad de los eclipses solares. La cual se emitirá el martes 20 de junio de este año.

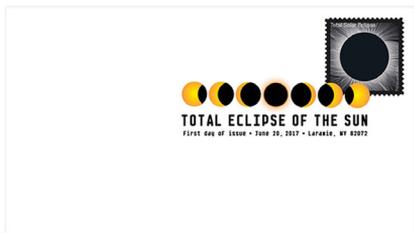
Un eclipse total de Sol ocurre cuando la Luna bloquea completamente el disco solar visible y genera una sombra sobre la Tierra. Un eclipse solar total nos brinda como humanos la oportunidad única de ver la corona solar (la capa más externa extendida) sin instrumentos especializados. Durante un eclipse, la corona parece un halo blanco delgado alrededor de un disco negro o los pétalos de una flor que se extienden hacia el espacio.

## ESTAMPILLA POSTAL NOVEDOSA

La estampilla Total Eclipse of the Sun es la primera de EE. UU., en usar tinta termocromática, que reacciona al calor del tacto. Si se coloca el dedo sobre el disco negro de la estampilla, la tinta cambia de negro a transparente para mostrar una imagen de la luna. Una vez que se enfría, puede verse nuevamente el disco negro. El dorso de la hoja de estampillas exhibe un mapa de la banda del eclipse. La estampilla utiliza una fotografía tomada por el astrofísico Fred Espenak de un eclipse solar total que fue visto sobre Jalu, Libia, el 29 de marzo de 2006. Espenak también tomó la fotografía de la luna llena que puede verse al presionar la imagen de la estampilla.

El reverso de la hoja de las estampillas muestra la banda angosta de sombra de 70 millas de ancho que atravesará el territorio de Estados Unidos en diagonal, el eclipse solar total que ocurrirá el 21 de agosto de 2017 e indica la hora en que se verá en algunos sitios.

La estampilla Total Eclipse of the Sun se emite como una estampilla Forever®. Esta estampilla Forever® siempre tendrá el mismo valor que la tarifa actual de una onza de First-Class Mail®. El Director artístico Antonio Alcalá diseñó la estampilla. 😊



<https://store.usps.com/store/>



# 2017

## CONSEJO NACIONAL ORDINARIO 8 y 9 de JUNIO



Redacción: M. Hernández / Foto: Alejandro B. Flores "Jr"

Como cada año se celebró el Consejo Nacional Ordinario de Secretarios Generales 2017, en cumplimiento a las ordenanzas que constituyen este Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México" y donde se establece la realización de mismo.

La celebración de este Consejo Nacional Ordinario, tiene la finalidad de tratar aquellos asuntos que afectan el buen desarrollo de la Institución, así como analizar las diferentes situaciones que se presentan en cada entidad del país y que merman el buen desempeño del servicio que prestamos al público usuario y repercuten en los ingresos del Organismo y en

consecuencia en los del trabajador; así también aquellos problemas que desestabilizan la fuente laboral y ponen en riesgo la estabilidad económica de los agremiados; escenarios que preocupan a la dirigencia sindical.

Para dar inicio a este evento, el Secretario General Nacional, Manuel F. Acevedo González, rindió su Informe Anual de Gestión 2016-2017; asimismo hicieron lo propio la Secretaria de Administración y Finanzas y el Presidente del Consejo Nacional de Vigilancia del Comité Ejecutivo Nacional.

Por otra parte, el líder sindical, manifestó su preocupación por los últimos acontecimientos; derivados de las medidas de racionalidad y disciplina presupuestaria del Gobierno Federal; como fue el programa "Compensación por Término de Relación Laboral o Contractual", aplicado a todas las dependencias gubernamentales a finales del 2016, con el propósito de reducir el gasto público. Disposición que ha mermando la fuerza de trabajo y degradado la fuente laboral de nuestra Institución, indicó.



Así también, afectó a esta Organización Sindical, provocando una contingencia en cuanto al pago del concepto 92 "Plan de Retiro Sindical", por el elevado número de compañeros considerados en el mencionado programa a nivel nacional. Siendo necesario establecer una calendarización que permita en forma sistemática efectuar el pago correspondiente.

A continuación, se puso a consideración de los Consejeros Nacionales los siguientes temas: Situación laboral en el Organismo; Programas Sindicales en Beneficio de los Trabajadores; Análisis sobre la Reforma Laboral y la desaparición de las Juntas Laborales, entre otros.

Al tratar lo concerniente a la Situación laboral en el Organismo, refirieron que hoy más que nunca nuestro gremio postal debe trabajar en alternativas de cambio que nos permitan coexistir en el mercado, donde nos afiancemos como una empresa de logística, eficiente y eficaz de acuerdo a las necesidades de nuestros usuarios tradicionales y cautivos, y adaptándonos a los requerimientos de los clientes potenciales a lograr. Por la situación económica que

vive el país, estamos conscientes de que el Gobierno Federal emitió a todas las dependencias de gobierno, una restricción en su presupuesto. En nuestro caso, se disminuyó en un 40% el gasto corriente (agua, teléfono, rentas, nomina, etc.), y por otro lado, en el mes de diciembre del año próximo pasado e inicios de 2017, se redujo severamente la plantilla de personal en un 15% aproximadamente, con esta reducción de personal fue necesario llevar a cabo una adecuación urgente en los rumbos de reparto operativo en las administraciones postales para solventar las vacantes que afectaban el buen funcionamiento de cada centro de trabajo, con el cuidado de ser oportunos en

la entrega de correspondencia, paquetería y servicios a domicilio. Así mismo se debe considerar que el Mercado electrónico es un nicho de negocios muy importante en el mundo financieramente, el "Comercio Vía Electrónica" tiene un referente económico sorprendente, es aquí donde a los funcionarios de Correos de México, les ha faltado poner en práctica las ventajas que el gobierno nos ofrece como una Institución gubernamental en comparación con las empresas de mensajería privada, es decir, una franquicia preferencial en la importación de productos personales; por otra parte es importante mencionar que la inclusión de la tecnología en el proceso operativo permite que nuestros clientes tengan la garantía de monitorear la trayectoria de su envío hasta su entrega; de igual forma se observa de manera objetiva el trabajo diario de cada cartero y eso da muestra de su desempeño diario, y aun así, existen problemas en el cálculo del pago del bono de eficiencia en el servicio, como es el caso de algunos de nuestros compañeros, por el desconocimiento de los administradores, coordinadores y gerentes para llevar a cabo justificaciones manuales, lo cual es necesario.

Los Consejeros Nacionales reconocieron que el "Convenio de Eficiencia en el Servicio" es un estímulo económico para los compañeros agremiados, además de que es una forma de impulsar a nuestro Organismo para alcanzar niveles aceptables en la entrega de correspondencia. Por lo cual se determinó exigir a la autoridad que se cumpla con la actualización del "Manual de Reestructuración de Rumbos de Reparto", tal y como se tiene contemplado en el Convenio de Eficiencia en el Servicio, vigente, y se formalicen, siempre y cuando sean procedentes las adecuaciones realizadas bajo el consenso tripartita; Organismo, Trabajadores y Sindicato. Así también el Comité Ejecutivo Nacional, solicitará al Servicio Postal Mexicano de cabal cumplimiento a las obligaciones que se tienen contempladas en el Contrato Colectivo de Trabajo, y sobre todo en relación a los insumos que se requieren en las oficinas postales, como: Refacciones, vehículos, vestuario, gasolina, equipos tecnológicos, etc., que se necesitan para llevar a cabo las actividades sin ningún contratiempo y en las mejores condiciones para el trabajador, evitando con esto que nuestros compañeros dispongan de sus economías para superar cualquier carencia que impida la realización de su labor.

Se refirió también, que el Convenio de Eficiencia en el Servicio es un esquema perfectible y que su principal objetivo es llevar a cabo una mejor productividad en la Institución y mejorar las economías de los trabajadores.



En su última revisión, se reconoció que en el área de reparto, el trabajo de cada cartero es de acuerdo a las piezas entregadas y la actividad del cartero, de acuerdo a que la cuantía de pago depende de la entrega de correspondencia, y que esta se apege a los factores establecidos, siendo aquí donde se han presentado reclamaciones, debido a que no se clarifica al trabajador sus dudas, por lo que se autorizó a la Comisión Mixta del Bono de Eficiencia, para que exija una sesión plenaria para que las áreas operativas y administrativas en cada entidad federativa (jefatura de carteros, administrador, coordinador operativo y gerente) resuelvan las inconformidades de los compañeros desde su inicio, pues son quienes tienen el acceso al sistema para realizar los ajustes necesarios y documentar lo procedente de la inconformidad. Por último, se consideró importante hacer una reflexión y análisis de nuestra fuente de empleo: "Hoy Correos de México tiene una difícil tarea a realizar para recuperar su razón de ser y entregar en tiempo y forma los envíos de los clientes, no podemos fallar, está implícita nuestra fuente de trabajo, es por ello que debemos unir nuestra fuerza para fomentar un cambio en bien de nuestra Institución, denunciando procesos inoperantes, desvío de recursos, protección a empleados que no quieren colaborar y sobre todo orientando a los trabajadores de lo importante que es realizar nuestra tarea diaria bajo los manuales de operación establecidos; lo éticos y lo profesionales que debemos ser en nuestra labor, porque no hay otra forma más congruente y cierta para la mejora de nuestro servicio".



Para concluir este Consejo Anual, los Consejeros Nacionales agradecieron a Manuel F. Acevedo González, por su entereza, agudeza y firmeza ante las adversidades por las que está pasando el Correo Mexicano. Elogiando también su capacidad de discernir y su visión para buscar nuevas alternativas que permitan incursionar en otros mercados y servicios de mensajería, que mejoren la economía de nuestro Organismo y que permitan salir avante de tantos embates por los que ha pasado recientemente el Servicio Postal Mexicano "Correos de México". 



## RUFINO TAMAYO

Considerado como "hombre de pocas palabras en su vida cotidiana", el artista pictórico Rufino del Carmen Arellanes Tamayo, figura primordial en la perspectiva de la pintura mexicana del Siglo XX, junto con los grandes muralistas Diego Rivera, David Alfaro Siqueiros y José Clemente Orozco, consideraba que "el pintor debe manifestarse con sus pinceles y que la única razón de una obra es la propia obra".

En recuerdo de este singular artista, nacido en Oaxaca, hijo de indígenas zapotecas, lo conmemoramos en su 26 aniversario luctuoso. Murió en la Ciudad de México el 24 de junio 1991, a los 92 años de edad.

Rufino del Carmen Arellanes, sufrió la separación de sus padres Miguel Ignacio de Jesús Arellanes Saavedra

Navarro y Florentina Tamayo, cuando tenía cinco años de edad; a los 12 años queda huérfano de madre, lo que tuvo un cambio en la vida del pequeño y opta por llevar sólo el apellido de la mamá durante toda su vida.

Al quedar al cuidado de su tía Amalia, quien decide junto con él radicar en la Ciudad de México. Su ilusión era ser músico, pero al ver la arquitectura de los edificios y templos coloniales, se percató de que quería ser artista, recuerda en sus memorias: "se me abrieron los ojos en diferentes sentidos".

Tamayo se caracteriza por su voluntad de integrar prácticamente en sus obras, la herencia precolombina autóctona, la experimentación y las innovadoras tendencias plásticas que revolucionaban los ambientes artísticos europeos a comienzos del Siglo XX.

### UNO DE LOS GRANDES ARTÍSTAS PICTÓRICOS DE MÉXICO Y EL MUNDO.

Su inquietante rebeldía lo llevó al estudio de los modelos del arte popular mexicano y recorrer todos los caminos del arte contemporáneo; una decisión que le permitió en su carrera pictórica autenticidad de sus obras de lienzo, caballete y mural.

A los 27 años de edad, realizó su primera exposición pública, en la que se hicieron ya ostensibles algunas de las características de su obra y la evolución de su pensamiento artístico.

Gracias al éxito de esa primera exposición de pintura, presentada en el año de 1926, fue invitado a exponer sus obras en el Art Center de Nueva York.

Rufino Tamayo fue un pintor de fecunda y larga vida. Su inclinación por el dibujo se manifestó desde la adolescencia, encontrando en su tía el respaldo a su vocación artística, que de ningún modo pretendió contrariar sus tendencias por la pintura, como era casi de rigor entre los niños y jóvenes, que querían dedicarse a las artes plásticas, en particular aquellos nacidos en provincia y de escasos recursos económicos.

A los 16 años, Rufino del Carmen ingresa a la Academia de Bellas Artes de San Carlos, en la Ciudad de México, para iniciar su formación profesional y académica; sin embargo; según sus biógrafos, su temperamento rebelde y el no alinearse a la férrea disciplina que exigía la institución, le impulsaron a abandonar su instrucción artística.



Hombre a la puerta, 1980, óleo sobre tela.



Retrato de Cantinflas 1948, óleo sobre tela.

Siete años después, lleva a cabo su primer mural, trabajo que le había sido encargado por el Conservatorio Nacional de México.

La propuesta mural de Tamayo es tan innovadora, que desdeña las formas más superficialmente populares, folklóricas; a través de sus brillantes trazos busca plasmar sus raíces indígenas y sus vínculos con la América prehispánica.

Sin embargo, la obra pictórica en sí de Tamayo, está en la pintura de caballete, en la que el maestro es uno de los contados artistas latinoamericanos que cultiva la naturaleza muerta, representando objetos, frutos exóticos y también figuras o personajes pintorescos.

Tanto su trabajo de murales, como su obra de caballete que nunca abandonó hasta poco antes de su muerte, lo convierten en uno de los grandes artistas representativos de la pintura mexicana de la segunda mitad del Siglo XX. 😊

Redacción: Ricardo Flores



Dualidad 1964, vinelita, óleo y arenas sobre tela.



## En Perspectiva de...

**El ISSSTE está comprometido con iniciativas que potencian la innovación el talento de su capital humano y promueve la calidad y calidez en sus servicios.**

### LIC. JOSÉ REYES BAEZA TERRAZAS, DIRECTOR GENERAL DEL ISSSTE

En los últimos años el Instituto ha evolucionado a grandes pasos en materia de atención a la Derechohabiente, prestaciones, vivienda, cultura de igualdad, innovación e infraestructura de salud.

De todo esto y más habla en entrevista para *Perspectivas* nuestro titular, el Lic. José Reyes Baeza Terrazas.

**1. Una de las principales fortalezas del Instituto, son las más de 100 mil personas que conforman su capital humano. ¿Qué acciones ha puesto en marcha su administración, para identificar y potenciar el talento de este personal?**

Debo mencionar distintas iniciativas, como el proyecto del Reconocimiento al Talento y a la Innovación, aprobado por la Junta Directiva del Instituto en 2015, el cual se encuentra en su tercer año de implementación.

Este proyecto institucional sin precedente en el Instituto, se creó con el propósito de hacer visible el talento del personal que colabora en muchos de los centros de trabajo a nivel nacional, quienes con su creatividad, imaginación, actitud proactiva y propositiva contribuyen a mejorar el desempeño de sus propias funciones, las de un área, servicio y/o centro de trabajo completo, y en varios casos además permiten ahorrar recursos financieros y humanos.

Ello, ya sea con el diseño y operación de sistemas informáticos, tableros de control y/o herramientas que permiten sistematizar información y realizar el

seguimiento de procesos administrativos de gran utilidad para organizar la información de la operación cotidiana. Con la ventaja de que no representan costos financieros al Instituto y le generan beneficios inmediatos.

Ha habido otras iniciativas importantes que han sido destacadas con premios y reconocimientos a nivel nacional e internacional. La más reciente ha sido la obtención del Premio Nacional de Administración Pública 2016, otorgado a un grupo de colaboradores de la Subdirección de Atención al Derechohabiente por el diseño de un programa para mejorar la atención de los familiares en el Servicio de Urgencias de Hospitales Regionales del área metropolitana.



Compartiendo con los pequeños en su día.

**2. Durante su gestión al frente del ISSSTE, ha hecho hincapié en la calidad, calidez y sentido humano en el otorgamiento de las 21 prestaciones, seguros y servicios a los 13 millones de Derechohabientes ¿Puede compartirnos los avances que han tenido en este rubro?**

Entre otras acciones, me parece muy importante destacar las siguientes:

- a. La eliminación del pase de vigencia presencial de casi un millón de personas pensionadas y jubiladas,
- b. El fortalecimiento de la infraestructura de las EBDI'S con Tecnología de punta en materia de protección civil y seguridad para garantizar la seguridad de 24 mil infantes que acuden a las 123 estancias propias,

c. La aprobación de nuevos criterios que privilegian la equidad y la inclusión en el otorgamiento de los créditos hipotecarios que emite el Fondo de la Vivienda del ISSSTE, entre los que destaca la asignación de un puntaje adicional a mujeres jefas de familia.

3. Si bien, en los últimos dos años el ISSSTE ha fortalecido la difusión entre su población objetivo de los 21 seguros, servicios y prestaciones a los que tienen derecho sus 13 millones de Derechohabientes; en términos generales, la población identifica principalmente al ISSSTE por el servicio médico. ¿Cuáles han sido los avances en materia de infraestructura de salud, y qué buenas prácticas se han impulsado para mejorar la calidad en este servicio tan demandado?

Hay un ambicioso programa de modernización de la infraestructura hospitalaria a lo largo y ancho del territorio nacional, que inició en un primer momento con las áreas de contacto más directas con la Derechohabencia, como salas de espera, baños y consultorios, y posteriormente se han ido adecuando áreas estratégicas para el funcionamiento de un hospital como quirófanos, áreas de terapia intensiva, salas de urgencias, entre otros.

Asimismo, durante 2016 se renovaron 465 ambulancias de traslado y emergencias avanzadas, las cuales se distribuyeron a través de las Delegaciones Estatales y Regionales y Hospitales Regionales. Todas estas unidades cumplen a cabalidad con la Norma Oficial Mexicana correspondiente, con lo que se garantiza la integridad física de las y los pacientes.

La modernización y fortalecimiento de la infraestructura médica, a través de proyectos de Asociación Público Privados en varios puntos de la República (Yucatán, Tabasco, Ciudad de México, Nayarit), que implican una derrama económica de varios miles de millones de pesos, así como un importante impacto social porque se brindarán mejores servicios a millones de Derechohabientes.

Este año, se reforzó el equipamiento para la detección oportuna de cáncer de mama, con la adquisición de 25 mastógrafos y 25 equipos de ultrasonido, los cuales fueron distribuidos estratégicamente en Hospitales Regionales, Generales y algunas Clínicas, a lo largo del territorio nacional.

En lo concerniente a las buenas prácticas, men-



Emisión de billete de lotería conmemorativo del Instituto.

ción especial merece el Programa *Trato para un Buen Trato*, que ha impulsado la sensibilización al personal con miras a motivar el cambio de actitud, privilegiando la empatía, cercanía y amabilidad, particularmente en las áreas que tienen contacto directo con la Derechohabencia, como son los hospitales, clínicas y unidades de medicina familiar.

4. La reciente certificación en la NMX 025 en Igualdad Laboral y No Discriminación, en la que el ISSSTE obtuvo el distintivo plata, refleja el compromiso de su administración por fortalecer la cultura de inclusión y el respeto. ¿Qué nuevos retos plantea para el ISSSTE, esta certificación, y cuáles son los pasos siguientes?

La Dirección de Administración, es el área que lleva el mayor peso en esta encomienda presidencial, y está trabajando en la atención de recomendaciones que nos proporcionó el Despacho que realizó la Certificación.

Aunado a lo anterior, para este año se tiene contemplado realizar la certificación de las 35 Delegaciones Estatales y Regionales así como de los 14 Hospitales Regionales y del Centro Médico Nacional "20 de Noviembre".

El objetivo fundamental de todo este ejercicio que deriva del Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018, es el de contribuir a generar el cambio cultural y sensibilizar a quienes tenemos el privilegio de formar parte de la familia ISSSTE, sobre la importancia de mejorar el clima laboral y promover el respeto tanto con los pares, como con los subalternos, en la búsqueda de espacios de trabajo y servicios armónicos libres de violencia. **12**



## “Carta al Padre”

DE FRANZ KAFKA

Reflexionar sobre la conducta formativa que recibimos de nuestro padre cuando fuimos niños, y posiblemente en algunos casos, esa guía o directriz amorosa o enérgica que nos determinó el progenitor, y que se extendió hasta la adolescencia, nos lleva a voltear años atrás para meditar, razonar y analizar qué tan bueno fue el cariño, el afecto, el apego y la protección expresado por él hacía uno; ¿o que tan malo, o bueno? fue el desamor, el desafecto, el despego, la severidad, la dureza, la rugosidad y la disciplina ejercida con azote, castigo y dureza en el trato hacia el hijo o la hija.

Unos, sin determinar calificativos, tendremos en los mejores conceptos a nuestro padre; algunos hijos e hijas valoraran la actitud de sus padres como buena y regular la formación educativa recibida de él; otros, sencillamente hablaran de la tiranía, la opresión y la

crueldad con que fueron tratados o tratadas en su niñez por su tutor; y tal vez, habrá hijas o hijos, que con el sólo hecho de mencionar la palabra padre, les repugne escucharla.

En un ejercicio literal, vale la pena expresar el sentimiento de cómo fue, o es, mi relación con mi padre; también en una prueba textual, debemos redactar cómo es, o fue, el trato con mis hijos.

El escritor checoslovaco Franz Kafka, hijo primogénito de Heermann Kafka y Julia Lowy, en una "Carta al Padre" nos describe su relación con un padre demasiado severo que marcó la incierta trayectoria de su niñez, adolescencia y adultez.

Querido Padre: "Una vez, hace poco, me preguntaste por qué afirmaba yo que te tengo miedo. Como de costumbre, no supe contestarte nada, y en parte porque en la argumentación

de ese miedo entran muchos detalles, muchos más de los que yo pudiera coordinar hablando. Y si ahora intento contestarte por escrito, mi respuesta resultará del todo muy incompleta, porque también al escribirte me cohiben frente a ti el miedo y sus consecuencias..."

A pesar de ese miedo y temor que siempre tuvo ante la severidad de su padre, Kafka le reconoce la entrega al trabajo y el sacrificio de proporcionar todo a su familia, pero siempre resaltando su rigidez autoritario de jefe de familia.

"... tú has trabajado pesadamente durante toda tu vida, lo has sacrificado todo para tus hijos y ante todo a mí; yo por lo tanto he vivido en la abundancia, he tenido plena libertad de estudiar lo que quisiese, no he tenido motivo de preocupación por mi alimento, o alguna otra, por lo tanto, tú no pedías gratitud por ello, tú conoces la "gratitud de los hijos", pero esperabas con todo algún halago, alguna señal de comprensión afectiva; y yo, al contrario, siempre me he escondido de ti en mi cuarto, junto a libros, amigos locos o ideas descabelladas; jamás he hablado francamente contigo..."

No obstante, le reclama su rigidez de padre; además de la falta de sensibilidad y el trato hacia el pequeño Franz.

"Yo era un niño tímido; y sin embargo, como suelen ser los niños, seguramente terco; sin duda también me mimaba mi madre, pero no creer que yo haya sido especialmente difícil de manejar; no puedo creer que una palabra amable, un silencioso tomarme de la mano, una mirada bondadosa no hubiera podido obtener de mí todo lo que quisiese. Ahora bien; tú en el fondo eres un hombre bondadoso y dulce (esto no contradice con lo que sigue, puesto que hablo solamente del personaje cuyo afecto sentía el niño), pero no todos los niños tienen perseverancia e intrepidez suficiente para buscar sin descanso hasta llegar a la bondad..."

Leer "Carta al Padre" mueve sentimientos y reflexiones que nos trasladan a la niñez y adolescencia en la relación que se tuvo con el progenitor. Se reviven de nueva cuenta vivencias favorables o desfavorables, según sea el caso particular de cada persona. También hurga sentimientos y rencores; al igual nos hace recordar pasajes alegres y tristes de nuestra vida. En fin, cada lector tendrá el mejor juicio de su padre.

Los párrafos entrecomillados y de tipografía cursiva en negritas son extractos de "Carta al padre y algo más" del escritor Franz Kafka que publica Editorial Época, S.A. de C.V.; recomiendo su lectura ampliamente, tanto que vale la pena como una joya de la literatura universal. 😊

Redacción: Ricardo Flores

# hipnosis una alternativa contra la obesidad

El secretario de Salud, José Narro Robles, informó recientemente que el incremento de la epidemia de obesidad y sobre peso en niños y adolescentes en México es alarmante. La situación se torna aún más difícil, pues estos factores son detonantes de enfermedades como la diabetes, hipertensión y padecimientos cardio y cerebro vasculares.

El funcionario federal comentó que de acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2016, el sobre peso en adolescentes mujeres se incrementó particularmente en las jóvenes rurales, al pasar de un 69% a un 75% en el periodo 2012-2016. Además dijo que uno de cada tres niños de 5 a 11 años tiene sobre peso, 4 de cada 10 adolescentes de 14 a 19 años de edad presentan obesidad y 13% de los hombres en el país tiene diabetes, pero uno de cada cuatro lo desconoce.

Cabe decir también, amables lectores, que aunque las autoridades de salud han hecho esfuerzos para abatir la tendencia ascendente del sobre peso y la obesidad, todos han sido fallidos. De ahí que valga la pena dar a conocer un método nuevo para bajar de peso, que ya ha dado resultados positivos en Chile. Se trata de la auto-hipnosis.



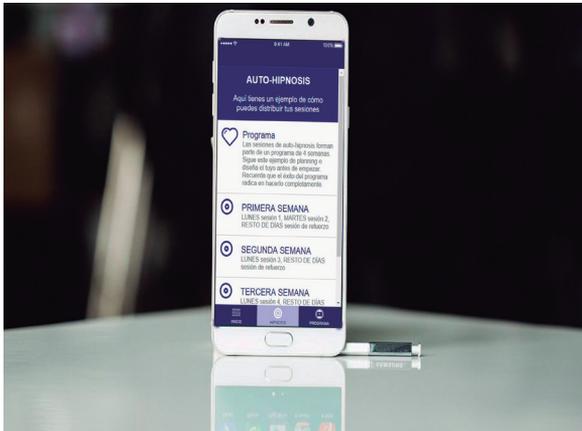


Este método hace que las personas con problemas alimentarios aprendan a controlar la ansiedad de comer, a través de una aplicación (App) que contiene el método de auto-hipnosis, que puede ser descargada en cualquier teléfono celular. Su objetivo es enseñar a los pacientes a comer y a mejorar su angustia con el fin de bajar de peso.

El hipnoterapeuta chileno José Luis Rojas afirma que no hay un riesgo para la salud con esta práctica, porque el paciente estará asesorado por profesionales en la materia. Indicó que para México se llevará a cabo de manera virtual, pues sus creadores radican en Chile, por lo que una nutrióloga evaluaría al paciente por medio de Skype.

Mediante la aplicación de la hipnodieta, las personas que se acerquen a ella, encontrarán hasta 30 audios de auto-hipnosis, los cuales han sido creados para modificar paradigmas a nivel inconsciente y poder disminuir la ansiedad, el deseo de comer y mantener el control sobre la ingesta de comida para bajar de peso.

Mediante este método los pacientes aprenden a comer mucho mejor, a manejar la ansiedad, a superar su adicción a los carbohidratos,



entre otras cosas. Tiene una duración de 63 días, ya que el ser humano necesita 21 días para modificar un hábito y cuando este número se triplica, se vuelve ley a nivel inconsciente. Luego de ese lapso la persona queda con audios de reforzamiento”, señala José Luis Rojas.

Sobre su efectividad, el psicólogo explica que la auto hipnosis se induce mediante un audio especial para que el paciente entre en trance de una manera sencilla estimulando circuitos neuronales que todo ser humano tiene.

Al principio la App de esta forma de dieta no tendrá ningún costo y podrá bajarse de manera gratuita. Posteriormente sí tendrá un precio y será para nueve semanas de tratamiento, periodo suficiente, dice el especialista chileno, para que el inconsciente aprenda nuevos hábitos.

Sin embargo, aclaramos que sólo como información estamos dando a conocer este método. Recuerden que antes de iniciar cualquier dieta, ya sea en niños, adolescentes, jóvenes, adultos o adultos mayores, ésta siempre debe ser recomendada por un médico especialista, junto con un profesional de la nutrición. 🍷



CHÉCATE



MÍDETE



MUÉVETE

# UN TACO PARA PAPÁ

Redacción: Vicente Ramos

Ya no le dé más vueltas al tema de cada año en la familia, de qué regalarle a papá en su día. Le tenemos la recomendación ideal para lucirse con el padre más padre: obséquiele un taco. Sí, un taco, pero no cualquier taco. ¿Sabía usted que un hotel de lujo en Los Cabos, sirve en uno de sus restaurantes el taco más caro del mundo y llevar así a otros niveles su propuesta gastronómica en el ámbito internacional? Veamos de qué se trata.

La idea fue del chef ejecutivo del hotel, Juan Licerio Alcalá, quien explica que pensó en realizar este antojo con la idea de posicionar la imagen del lujoso hotel entre la industria turística internacional y nacional que cada día es más demandante en extravagancias. Para elaborar el antojito mexicano utilizó los mejores productos del mundo.

Entre los ingredientes destacan la ternera kobe, cuyo costo por kilo de carne oscila entre los 3 mil y 4 mil pesos. Queso brie, denominado en Francia como el "Rey de los quesos", con un costo cercano a los 200 pesos

por solo 100 gramos. Trufa negra, que es muy codiciada en la gastronomía y con un alto valor económico, su hábitat natural es en Francia, Italia y España. Trufa blanca, que es la especie de trufa más apreciada y solo se encuentra en Piamonte, Italia. Vale la pena mencionar, que una trufa blanca de 750 gramos de peso alcanzó hace unos años el valor de 100 mil euros.

También el chef aderezó su taco con caviar Beluga Almas, que proviene del pez esturión beluga y la única tienda que lo vende se localiza en Londres, Inglaterra, a un precio de 25 mil pesos el kilogramo.

Y como, obviamente, no hay taco sin tortilla, la que utiliza el chef Alcalá está hecha de maíz con láminas de oro comestible de 24 quilates. Asimismo, la salsa para aderezarlo es de chile morita con un chorrito de tequila "Pasión Azteca" ultra Premium. Hay que aclarar que el precio del caballito de esta bebida en este hotel de Los Cabos es de 2 mil 974 pesos.

Ahora bien, ustedes se preguntarán que con todos estos ingredientes tan caros a cuánto ascenderá el precio de este taco. La respuesta es ¡25 mil dólares!; es decir, cerca de ¡medio millón de pesos!

¿Verdad que es el regalo ideal para papá? Si usted se interesa, puede darse una vuelta por los Cabos y quién quita y lo puede usted ver, aunque no han dicho cuánto cobran nada más por verlo. ¡Qué cosas!, ¿no? Hasta la próxima. 🤪

Redacción: Vicente Ramos



Chef: Juan Licerio Alcalá





A todos los trabajadores de base del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México" de la Zona Metropolitana

# Vacaciones de Verano 2017

El Sindicato Nacional hace la atenta invitación, para que participen en estas "Vacaciones de Verano 2017", en las visitas que se llevarán a cabo los días 14,21,28 de Julio y el 4 de Agosto a los diferentes parques de diversión, para que los trabajadores y sus familias disfruten al máximo estas vacaciones.

Con la finalidad de apoyar económicamente a sus agremiados el Sindicato Nacional cubrirá el 35% de costo total de cada boleto que incluye transporte y entrada.

Para mayor información ó reservación, comunicarse a la Secretaría de Desarrollo de los Jóvenes y Mujeres del C.E.N al teléfono: 55-46-43-22 ext. 108

## Requisitos

- Los niños y adolescentes tendrán que ir acompañados por un adulto.
- los interesados deberán acudir a la Secretaría de Desarrollo de los Jóvenes y Mujeres de Sindicato Nacional con anticipación para la compra de los boletos, presentando su gafete del servicio y su credencial de elector.
- Es importante mencionar que este beneficio no incluye alimentos.
- Así mismo la responsabilidad de los menores será totalmente del adulto que le acompañe, y no del Sindicato Nacional.

## Fechas

- 14 de Julio ..... Papalote Museo del Niño
- 21 de Julio..... Kidzania
- 28 de Julio ..... Six Flags
- 4 de Agosto..... Six Flags Oaxtepec

