La gaceta del CUSUR

Año1 No. 6 • febrero 2008 • UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA • CENTRO UNIVERSITARIO DEL SUR

Páginas 4-5

Centro Acuático

Matemáticas en la medicina

Página 3

La Alicia de Carroll y Bunbury

Página 7

La obesidad en la niñez

Contraportada

Capacitación para policías

Azucena Rangel Gòmez

El Centro Universitario del Sur facilita parte de su personal y alguna de sus instalaciones para la capacitación de cuerpos policíacos de diferentes municipios de la zona sur-sureste del estado de Jalisco. Fue la Academia de Policía y Vialidad, dependiente de la Secretaría de Seguridad Pública, Prevención y Readaptación Social del Estado, quien solicitó el apoyo del CUSur para llevar a cabo algunas actividades. En las canchas y el gimnasio están trabajando acondicionamiento físico en general, una de las clases que reciben para un mejor desempeño.

Las primeras dos semanas fueron pruebas para medir sus capacidades físicas (fuerza, velocidad, resistencia) y conocer su frecuencia cardiaca (para dosificar la carga física que se aplicaría). El resultado, en términos generales, arrojó una condición física mala. Se detectaron 35 policías con problemas diversos (presión alta, incapacidad, lesiones mal atendidas, asma, etc.) y con ellos se lleva un trabajo diferente, por lo regular ellos caminan y hacen flexibilidad o ejercicios pasivos de coordinación.

Asisten entre 250 a 270 policías divididos en tres grupos, un aproximado de 85 diarios En diciembre se inició sólo con juegos y dinámicas y terminaban cansados o rebasaban fácilmente su frecuencia cardiaca (FC) máxima; se debía cambiar a ejercicios que volvieran a regular su FC. Se tuvo que concientizar y realizar trabajo evacuatorio; de carácter, liderazgo, capacidad de coordinación. Esto se logró a través de juegos y dinámicas durante dos semanas.

Enero ha sido muy pesado, el trabajo de fuerza comenzó con ejercicios isotónicos e isométricos y se ha incrementado semana a semana. En febrero se ven notables avances en su condición física, además de que están más concientes de lo que realizan y para qué les sirve. En la segunda semana de febrero se comenzó por aplicar evaluaciones finales para observar los progresos que tuvieron (esto va a durar otras dos semanas).

azucena.rangel@cusur.udg.mx

En diciembre sólo con juegos y dinámicas terminaban cansados. Foto: Azucena Rangel Gòmez

Directorio

UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

Mtro. Carlos Jorge Briseño Torres
Rector General
Mtro. Gabriel Torres Espinoza
Vicerrector Ejecutivo
Lic. José Alfredo Peña Ramos
Secretario General

CENTRO UNIVERSITARIO DEL SUR

Mtra. Patricia María Etienne Loubet
Rectora
Mtra. Hermelinda Jiménez Gómez
Secretaria Académica:
Lic. Víctor Manuel Ríos Gutiérrez
Secretario Administrativo
Mtro. Alfonso Barajas Martínez
Director de la División de Bienestar y Desarrollo Regional
Dr. Adolfo Espinoza de los Monteros Cárdenas
Director de la División de Ciencias,Artes y Humanidades
Lic. Ernesto Martínez Sánchez
Coordinador de Extensión
Lic. Katie Beas Madrigal
Jefa de la Unidad de Difusión

CONSEJO EDITORIAL

Mtra. Georgina Barragán Sierra
Mtro. Antonio Beas Castro
Mtro. Sergio Antonio Durán Graciano
Mtra. Adriana L. Fierros Lara
Mtro. Marcos Macías Macías
Mtro. José Antonio Peña
Mtro. Víctor Hugo Prado Vázquez
Mtra. Claudia Lizeth Vázquez Aguilar
Mtro. Vicente Preciado Zacarías

LA GACETA DEL CUSUR

Directora: Elda Castelán Rueda
Diseño: Martín Hernandez/Salvador Velázquez Reyes

Centro Universitario del Sur
Prol. Colón s/n km 1
Carr. libre a
Cd. Guzmán-Guadalajara

Cd. Guzmán, Zapotlán el Grande, Jalisco.
C.P. 49000

Correo electrónico
gaceta@cusur.udg.mx

La gaceta del CUSur es una publicación mensual del Centro Universitario del Sur de la Universidad de Guadalajara
Registro en trámite
El contenido de los artículos es responsabilidad de los autores.

Agenda cultural

CASA DEL ARTE "DR. VICENTE PRECIADO ZACARÍAS"

Espacio abierto para que te involucres en las actividades de: cine, plástica, fotografía y literatura

MARTES DE CINE

FEBRERO
"Historias de amor y desencuentros"
(18:00 horas)

DÍA	FILME
19	Secretos de un matrimonio
26	El viaje de Carol

MARZO
"Las mujeres a través de la lente"
(18:00 horas)

DÍA	FILME
4	Con tan solo mirarlas
11	Solas

EXPOSICIÓN

Ilustraciones sobre el Ánima
De Martín Pérez Juárez
Del 20 de febrero al 10 de marzo

Mayores informes:
Av. Colón 143, colonia Centro,
teléfono: (01) 341 57 5 22 22 ext. 6042
Horarios: lunes a viernes de 9:00 a 21:00 horas
y sábados de 9:00 a 13:00 horas

CONCURSA Y GANA

A los dos primeros lectores que envíen al correo electrónico **gaceta@cusur.udg.mx** la respuesta correcta a la siguiente pregunta se le obsequiará un ejemplar de la revista ***Luvina.***

¿Cuál es el origen del día de san Valentin?

Las matemáticas aplicadas en la medicina

Martha L. Rujano Silva*

Las matemáticas, desde la antigüedad la mayoría de filósofos las consideraban como la madre de las ciencias, para algunos intelectuales, como los propios matemáticos, éstas no representaban una ciencia natural aplicada, sino un arte, e informalmente se decía que era el estudio de los números y los símbolos. Hoy en día se dice que las matemáticas son una extensión del lenguaje natural humano aplicable a cualquier rama del conocimiento, por lo cual se le considera al habla y a la escritura como un lenguaje natural y a las matemáticas como uno formal.

Las ramas de las matemáticas elementales fueron creadas en primer término para satisfacer necesidades e intereses ajenos a ellas. En el acto mismo de satisfacer esas necesidades cada creación matemática resultó ser de valor inestimable para auxiliar al hombre en su tarea de entender la naturaleza de su mundo y de si mismo (*Matemáticas para los estudiantes de humanidades*. México: Fondo de Cultura Económica. Morris, 2001).

El hombre creó las matemáticas cuando necesitó realizar cálculos en el comercio, para medir la tierra y para predecir los acontecimientos astronómicos; surgieron de la necesidad de desarrollar un lenguaje con el cual se pudieran expresar y estructurar pensamientos o expresiones numéricas de la vida cotidiana que no podían ser construidas por el lenguaje natural; conforme fueron creciendo y evolucionando las civilizaciones, se demandaba mayor conocimiento que se aplicara y que contribuyera al desarrollo de las ciencias.

Vivimos en un mundo numérico y la tendencia actual de la ciencia y la tecnología es hacia la digitalización, un proceso que trata de reemplazar entidades no estrictamente numéricas por cifras y números.

En los trabajos sobre medicina, y en la práctica diaria de la profesión, también son necesarias las cifras. De la relación tan estrecha de las matemáticas con la medicina surge una nueva disciplina llamada biomatemáticas, *la cual es considerada como un campo de conocimiento interdisciplinario que ayuda a modelar procesos naturales o biológicos usando la herramienta matemática* (*Estadística Matemática con aplicaciones*. (6ta. Ed) Math. Wackerly, Mendenhall y Scheaffer, 2004).

De la relación tan estrecha de las matemáticas con la medicina surge una nueva disciplina llamada biomatemáticas

Uno de los avances más notables de estos tiempos es la aplicación de la matemática computacional en la medicina. No sospechamos en nuestra práctica diaria la cantidad de teoría matemática que está involucrada en los modernos aparatos de diagnóstico, en el diseño de cirugía ocular u otros desarrollos; algunos ejemplos son las simulaciones numéricas computacionales que se aplican ya en modelos para cálculo de tensiones en cirugía ocular y modelos de la hidrodinámica de la corriente sanguínea en el corazón para el mejor diseño de las operaciones correctoras. Los matemáticos están construyendo modelos tridimensionales del corazón, imitando las fibras musculares con cientos de curvas cerradas sobre las que actúan fuerzas elásticas simuladas, capaces de contraer el músculo y originar un flujo de sangre, que puede ser estudiado con ecuaciones típicas de la dinámica de fluidos.

Entre otras aplicaciones, es posible observar imágenes de tomografía axial computarizada, de resonancia nuclear magnética o tomografía por emisión de positrones, que representan el resultado de miles de mediciones separadas, que son combinadas de manera matemática. A medida que las matemáticas y las ciencias físicas han ido acumulando conocimientos y autoridad, van terminando por englobar las ciencias biológicas y psicológicas, lo que a su vez sirve para ir desentrañando algo más de la vida física y mental del hombre (*Matemáticas para los estudiantes de humanidades*. México: Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología. Fondo de Cultura Económica. Kline, 2001).

Indudablemente es posible encontrar las matemáticas en todos lados, ahora bien, si se habla de los profesionales de la salud, consideramos que las matemáticas y los conocimientos básicos que éstas aportan no deben excluirse de los saberes formativos que deben adquirir, más aún ampliarlas y relacionarlas con las diferentes áreas de estudio que intervienen en la fase de formación.

*Este artículo se escribió con la colaboración de: Rosa E. Santos, Sofía L. González G., Christian Rebolledo S. y Alberto Hernández G., estudiantes de la asignatura biomatemáticas de la carrera de Medicina en el CUSur.

mlrujano@cusur.udg.mx

Alumnos de la carrera de Medicina del CUSur están aprendiendo a aplicar las biomatemáticas. Foto: Salvador Velázquez

Centro Acuático

Con este complejo deportivo se pretende cubrir una necesidad básica para la zona sur-sureste del estado de Jalisco.

Nota de la redacción

En octubre próximo se pretende tener listo en Centro Acuático dentro del Centro Universitario del Sur, informa la maestra Patricia Etienne Loubet.

La construcción inició en agosto de 2006 y su primera etapa de construcción terminó en noviembre pasado, con una inversión de 15 millones de pesos. En julio de 2005, se presentó el proyecto a autoridades federales, el cual logró el apoyo de las mismas, al considerar viable la propuesta y sustentada además en el aspecto académico como apoyo a algunos de nuestros programas educativos: Técnico Superior Universitario en Emergencias, Seguridad Laboral y Rescates, Turismo Alternativo, Médico Cirujano y Partero, Enfermería, Nutrición y Psicología, principalmente.

La segunda etapa de construcción requerirá otra cantidad similar. Los recursos se han obtenido del gobierno federal, estatal y la sociedad en general. El diputado federal Salvador Barajas del Toro logró que se autorizaran 5 millones de pesos en el Presupuesto de Egresos de la Federación de 2008 y el diputado local Hugo Contreras Zepeda gestionó que en el Presupuesto del Estado de Jalisco se destinaran 3 millones. Por demás valiosa resultó la participación de a comunidad universitaria y la sociedad en general en el evento de colaboración que se organizó en meses anteriores y cuyos premios fueron entregados hace unos días por nuestro rector general, el maestro Carlos Jorge Briseño Torres.

El Centro Acuático contará con una alberca semiolímpica de ocho carriles, plataforma de clavados, fosa de entrenamiento y jacuzzi, así como oficinas, vestidores, gimnasio y estacionamiento, en una superficie de 4 mil seiscientos metros cuadrados de construcción.

Rector general Carlos Jorge Briseño Torres

El Centro Acuático busca contribuir a la solución de problemas o deficiencias detectadas en la comunidad, agrupados en: preparación certificada en materia de guardavidas, buceo y kayakismo; evaluación y rehabilitación; enseñanza técnica y deportiva acuática.

Disponer de una instalación de este tipo permitirá al CUSur brindar a la comunidad un espacio importante para el esparcimiento y el fomento deportivo. Al ofrecer este tipo de servicios, el centro universitario podrá obtener de igual manera ingresos propios que le permitan hacer autofinanciable el funcionamiento del Centro Acuático.

En la actualidad, el Centro Universitario del Sur cuenta con profesores certificados por la Federación Argentina de Salvamento Acuático (FASA) y ha sido sede para la realización de dos cursos sobre el tema en agosto del 2003 y en noviembre del 2005, en conjunto con FASA. Por lo cual se propondrá que a través del Centro Acuático se pueda otorgar la certificación en materia de seguridad acuática, porque en nuestros días no existe una institución en el país que se dedique profesionalmente a estas actividades.

gaceta@cusur.udg.mx

Vicerrector ejecutivo Gabriel Torres E., Rector general Carlos J. Briseño T., rectora del CUSur Patricia Etienne L. y el arquitecto David J. Cano en un recorrido a los avances de la obra.

Arquitecto David Javier Cano de Mier en la colocación de la primera piedra.
Fotos: Salvador Velázquez

Algunos coordinadores opinan

La maestra Cristina Marín Arreola, coordinadora de la Licenciatura en Nutrición

El Centro Acuático ofrecerá la oportunidad de que un mayor porcentaje de población estudiantil y académica desarrolle actividad física durante su paso por la universidad. Se implementarán nuevas prácticas en las materias de Fisiología del Ejercicio y Medicina del Deporte. Trabajaremos conjuntamente con en el programa de medicina de rehabilitación con espacios para medir el gasto energético, proveer de dietas y lo necesario en apoyo nutricional para pacientes en recuperación y se implementarán programas de educación y orientación en Actividad Física y Nutrición, que es un dúo inseparable en cuestión de estilo de vida saludable.

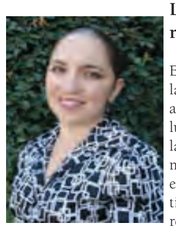
El doctor José Antonio Peña, coordinador de la carrera de Médico Cirujano y Partero

Con el Centro Acuático se formará un área de Rehabilitación Física, nuestros alumnos podrán desarrollar prácticas con pacientes, con su profesor y además impactará en la extensión en consulta a los pacientes que la requieran. La doctora Goretti Ruiz Lazaritt quien es profesora de la asignatura es una especialista en esta rama y por lo tanto fortaleceríamos todas las áreas.

El maestro Juan Manuel Cuevas Villalvazo responsable del Laboratorio de Técnicas Deportivas y Rescate

Considero que se dará un giro de 180 grados a las actividades prácticas que se desarrollan en los programas educativos del CUSur, en las asignaturas que personalmente imparto: Técnicas Deportivas y de Aventura III (buceo deportivo) dentro del programa de Técnico Superior Universitario en Turismo Alternativo y Rescate Acuático en el programa de Técnico Superior Universitario en Emergencias, Seguridad Laboral y Rescates, ambas cien por ciento acuáticas. En la actualidad los estudiantes deben pagar cuotas para utilizar albercas particulares lo cual merma su economía.

Licenciada Jessica Vargas Iñiguez, coordinadora de Servicios Académicos



El Centro Acuático cubrirá las necesidades detectadas en la región sur de Jalisco. Entre las que se encuentran, la ausencia de guardavidas certificados, la insuficiencia de lugares para rehabilitación fuera de la capital del estado, la enseñanza de técnicas de natación en nuestros programas educativos, y finalmente serviría para identificar y encauzar adecuadamente a jóvenes que por sus características pudieran llegar a convertirse en deportistas de alto rendimiento.

“Los Rulfitos”

Jorge Orendáin

El Premio de Literatura Latinoamericana y del Caribe Juan Rulfo surgió en la Universidad de Guadalajara con el fin de contar en América Latina con un galardón de primer nivel, equiparable a los grandes premios internacionales. El Premio consiste en 100 mil dólares, y se otorga al conjunto de una obra de creación en cualquier género literario: poesía, novela, dramaturgia, cuento o ensayo. Un jurado conformado por destacados intelectuales de las letras, representando diversas nacionalidades, avala y garantiza su seriedad. Hasta la fecha 17 autores lo han recibido.

Debido a la importancia del Premio Juan Rulfo (por ahora llamado Premio Fil de Literatura, debido a asuntos legales), Elvia Velasco Covarrubias, entonces directora de Difusión y Extensión del Sistema de Educación Media Superior (SEMS) de la Universidad de Guadalajara, impulsó la edición de unos cuadernos (cariñosamente llamados “Rulfitos”) con el objetivo de dar a conocer a los jóvenes del bachillerato la obra de los ganadores del Premio Juan Rulfo. Estos cuadernos se distribuyen (alrededor de mil ejemplares) a los estudiantes semanas antes del inicio de la FIL, con el fin de difundir la obra del ganador y promover la creación e impulsar su participación en las actividades de la Feria, por ejemplo en el encuentro “Mil jóvenes con…” donde los preparatorianos dialogan con el galardonado. El SEMS editó los cuadernos correspondientes a Juan Marsé, Olga Orozco, Sergio Pitol, Juan Gelman, Juan García Ponce y Cintio Vitier. Aquí, vale la pena recordar el apoyo y entusiasmo de parte de otros maestros: Miguel Ángel de León Ruiz Velasco, Atzimba Mondragón, Rubén Hernández, Cuauhtémoc Banderas, Gabriel Gómez López, Efraín Amador, Raúl Ramírez García, Gema Méndez Estrada, entre otros.

Posteriormente, a partir del premio otorgado a Rubem Fonseca, la Editorial Universitaria de la UdeG (encabezada en ese entonces por Sayri Karp Mitastein) fue invitada a participar como coeditora, con el fin de mejorar la calidad de diseño e impresión de la colección. La unión de esfuerzos fue tan importante, que el Grupo Santillana decidió unirse al proyecto bajo su sello editorial Alfaguara, uno de los más importantes en el mundo de habla hispana. Esto ha sido importante, pues la distribución es nacional.

El contenido de cada título incluye una breve semblanza bio-bibliográfica del premiado, dos o tres ensayos sobre la obra, una entrevista, muestra de obra, fotografías y una caricatura realizada por el pintor Jorge Salazar (Jors).

En estos 17 cuadernos han colaborado escritores e investigadores de reconocido prestigio nacional e internacional que laboran en nuestra universidad, como Dulce María Zúñiga, Raúl Aceves, Gabriel Gómez, Luis Vicente de Aguinaga, Raúl Bañuelos, Fernando del Paso, Marco Aurelio Larios, César López Cuadras, Jorge Souza y Ricardo Sigala; al igual que fuera de la UdeG, como Juan Villoro, Gonzalo Celorio y Paola Velasco; y extranjeros de gran trayectoria como Julio Ortega, Marlene Gottlieb y Juan Pascual Gay.

Sin duda, esta colección “Rulfitos” (llamados ahora “Filitos”) cumple con una función muy importante en la promoción de la lectura y en el acercamiento a la obra de grandes escritores. Sin embargo, aún falta mucho por hacer, en especial involucrar más a los maestros de literatura de la UdeG (en especial de bachillerato) para que sigan difundiendo estos cuadernos.

orendain67@hotmail.com

Esta colección (llamados ahora “Filitos”) cumple con una función muy importante en la promoción de la lectura.

Lengua e internet

El chat con todas sus letras

Hasta ahora el hombre ha afrontado y reflejado el mundo real; ahora es proyectado en la creación de mundos virtuales
Giovanni Sartori

Anagelli Capula Diosdado

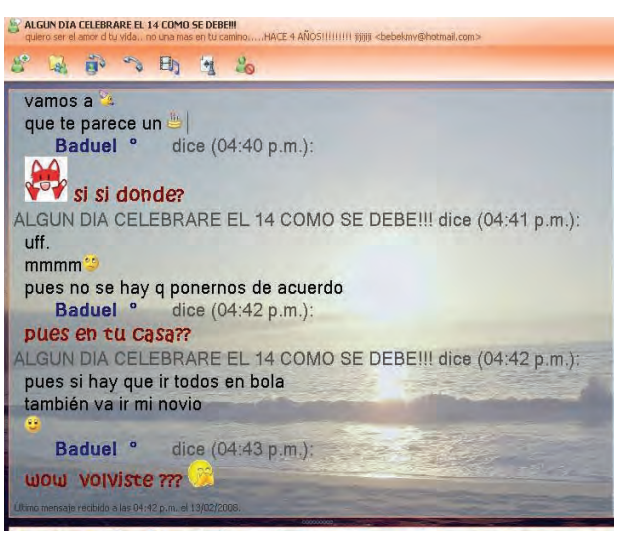
Mil cosas pueden decirse sobre la internet, pasando por sus ventajas –¿para qué negarlas?– hasta sus defectos, incluyendo la infinidad de novedades que día tras día nutren a la red y el sentido de imprescindible que ha cobrado su existencia durante los últimos tiempos en todo tipo de operaciones y ámbitos. Por otro lado, la lengua, en su carácter de inherente compañera de las actividades humanas, ha sufrido considerables ajustes en pos de cumplir cabalmente su función de comunicar, pues se ha adaptado –cabría decir que sin consenso y más bien por facilidad de los usuarios– al avance tecnológico, modificando la ortografía, introduciendo neologismos, imitando sonidos, apocopando términos y, en fin, haciendo todo lo necesario para encajar en los usos y formas actuales.

En este proceso presenta muchos cambios destacables, entre los que se cuenta la trastocación de la oralidad, uno de los más singulares porque sobrepasa los conceptos lingüísticos de norma, uso y vigencia –propios de los estudiosos de la lengua– para instalarse en el terreno de las relaciones humanas en un campo que compete a la psicología. Esta cuestión se centra en la pérdida del contacto físico para dar lugar al contacto cibernético y la adecuación, por ende, de expresiones que son naturalmente usadas en un discurso además de coloquial, oral. De este modo, una risa se expresa mediante un “jajaja!”, y un suspiro en “ah!”, entre numerosos ejemplos que dejan de lado la musicalidad propia de la comunicación constituida por los fonemas, el ritmo y la cadencia además del tono, características que otorgan un sello distintivo a cada hablante y que éste acompaña con el movimiento de manos y cuerpo a fin de asegurar la atención de su interlocutor.

Tal pareciera que las buenas maneras de la escritura han tomado nuevos rumbos en los que lo permisivo lleva la mano: antes resultaba impensable establecer contacto por escrito en un formato que no estuviera regulado por la corrección y el buen gusto: el texto era sinónimo de comunicación formal sin importar cuál fuera la relación que unía a remitente y destinatario, y era así como la lengua escrita se caracterizaba por mantener la rectitud y eufonía del discurso, en tanto que la oralidad reposaba en un consentimiento mesurado de las faltas. Hoy, el error gramatical no tiene valía, la pragmática (disciplina que estudia el lenguaje en su relación con los usuarios y las circunstancias de la comunicación) le otorga su valor al sentido y uso de las palabras: el qué se quiere decir ha sobrepasado al cómo hay que decirlo, y es un hecho que las formas ya no son las mismas.

Ante la evidencia es imposible no aceptar que ha tenido lugar un cambio significativo en los métodos de comunicación; sin embargo, habría que reflexionar acerca de lo perdido y de lo que aún conservamos. Por un lado, el lenguaje, que en aras de permanecer vigente se ha renovado y adaptado según su uso, y que en el trayecto ha perdido parte de su maravillosa capacidad del bien decir por decir a medias; y por el otro, el contacto físico, fundamental en las relaciones personales, se ha visto suplantado por el continuo y repicante clic del ratón de la computadora y la intermitencia de las pantallas que nos han convertido en un montón de seres encubiertos por las redes informáticas. Pensémoslo, no vaya a ser que en una de ésas estemos viviendo a merced del enter.

anagelli@hotmail.com



Para comerse a besos

Dalia Zúñiga Berumen

En el principio, es el beso. Una relación amorosa comienza con el beso, se sella una complicidad, se refuerza la atracción por la otra persona y se abre un mundo de sensaciones hacia el otro. Pero el beso no se limita al acto erótico, los que se dan entre padres e hijos, hermanos e incluso amigos, también llevan una importante carga de afecto que debe fomentarse.

La razón por la que nos gustan los besos de una persona y hasta pueden llegar a enamorarnos es la química: en la saliva existe una sustancia llamada oxitocina, encargada de llevar la información al cerebro de lo que está ocurriendo en el intercambio de fluidos de la boca y provoca una excitación tal que puede llevar a una relación sexual. Una buena coincidencia entre estos fluidos produce el gusto, el placer o en su defecto el rechazo, la animadversión hacia la otra persona. Dicha sustancia ha sido estudiada por científicos de todo el mundo, siendo los ingleses los que más llevan aventajado su estudio, según lo reveló la BBC de Londres hace un par de años.

Contrario a lo que se piensa, la atracción entre dos personas no termina por razones químicas: si una pareja se besa constantemente todos los días, puede sentir el mismo gusto que la primera vez. Según los psicólogos, son factores externos los que contribuyen a que ese beso tan anhelado en un principio, deje de ser atractivo con los años. ¿Por qué? Porque en el inicio de una relación con la pareja se quiere hacer todo aquello que no se hacía antes, literalmente, se le come a besos para demostrarle a ella y a sí mismo que es la indicada, la esperada. Los besos, entonces, son deliciosos y acaparan la atención hasta en un 100 por ciento, sean o no antecedentes de la relación sexual hacia la que suelen estimular.

Pero a medida que la relación avanza, otros factores son tomados en cuenta por la pareja: puntos en común, familiaridad, aspiraciones propias, acuerdos y desacuerdos. Es entonces cuando la regularidad de los besos disminuye y por ende, la oxitocina deja de estimularse. Para entender cómo funciona esta sustancia, baste decir que es la misma que estimula las glándulas mamarias cuando una mujer acaba de tener un bebé: la succión del pequeño provoca una mayor producción de leche y lo contrario, que ésta poco a poco disminuya.

Así que podemos concluir que el beso es como un deporte: si no se practica, se pierde músculo. Cómase a besos a su pareja, invente formas para estimular, perfume su boca con sabores que a él o a ella le agradan, como su fruta favorita. Róbele un beso cada vez que pueda. Cuando estén viendo la televisión, en medio de una plática cotidiana de cómo le fue a cada quién en el día, mientras esperan que el semáforo se ponga en verde, adormilados a mitad de la noche. No se inhiba, incluso hágalo delante de la gente de manera sorpresiva, el aplauso de los mirones le hará sentirse como un héroe. No limite sus besos a la boca, haga un reconocimiento de su pareja a través de los labios, cierre los ojos y bésele todo el cuerpo. Descubrirá un mundo de sensaciones en su pareja que no se imaginaba.

El intercambio de fluidos de la boca provoca una excitación que puede llevar a una relación sexual.
Foto: Dalia Zúñiga

Nunca olvide que el beso, más que ser una demostración de atracción, lo es de amor. Téngalo en la mente, bese a su pareja y, desde luego, bese en la mejilla, en la frente, en las manos a todas las personas que ama.

dalisima72@hotmail.com

Expulsada al país de las maravillas

Alex Merino

Según el cantante Enrique Bunbury (España 1967), en la versión sonora Alicia La misma protagonista de los libros de Lewis Carroll (Inglaterra 1832-1898), Alicia, la niña que por curiosidad y accidente se interna en el foso donde vive un conejo, no es más que una inocencia manchada de negro. Aquella ternura reflejada en una pequeña rubia de ojos azules, con su vestido lleno de encajes es tan solo un espejismo difuso del amor que paga su atrevimiento y sus mentiras siendo expulsada a un país lleno de superficialidades. Este hecho parecería irrisorio al conocer la historia previa a la novela que escribiera Carroll en 1865.

Concebida primeramente como un relato oral a las pequeñas hijas de un matrimonio amigo en un viaje de esparcimiento, Carroll se atrevió a publicar la historia hasta ese momento solo tangible en su memoria, y con ello nació uno de los clásicos de la literatura universal que ha llenado con horas de esparcimiento a miles de pequeños y no tan pequeños lectores en todo el mundo.

Tiempo después, el ex vocalista de la banda española de rock Héroes del Silencio lanzó su primer sencillo como solista, el cual muestra una faceta oculta y siniestra que la del libro original. En las líneas fluye una amante superficial que miente al expulsar de sus labios el poema "te amo" cuando en verdad se ha marchado sin recordar dar una despedida. Es como un hechizo a media noche que se posa como amante en la cama, que te encierra en su magia, te aprisiona, te ahoga y no te deja respirar hasta que llega tu muerte.

Las letras de la música de Bunbury (nombre tomado también del autor irlandés Oscar Wilde) en muchos casos poseen una fuerte influencia literaria haciendo referencia a obras en el espacio del sonido con danzas empuñadas en una hoja de papel. Así, en su canción encarna la personalidad falaz de esa fantástica niña. En la obra original la protagonista realiza una búsqueda, la cual aunada a sus propias decisiones y sus consecuencias la enfrenta a la realidad fantasiosa e increíble. Llena de sobresaltos y personajes tan increíbles como distantes entre ellos. Desde un gato sin cuerpo, un ejercito de naipes vivientes y un sombrerero loco que gusta de tomar té. Hasta que al final, comprende que la maravilla y la realidad la separan líneas tan delgadas como el grosor de un espejo o la profundidad de un pequeño hoyo en la tierra.

Enrique es sobre todo un artista con carácter, que no raya en superficialidades o estereotipos de moda o en las pautas y ritmos en la radio. Por el contrario, experimenta al igual que Alicia. Viaja, lee, escribe y vive sus propias fantasías, al igual que la pequeña, en su universo fluyen infinidad de voces, ecos y sonidos que crean una nación propia, quizás porque en el fondo se encuentren esas líneas que expresan lo que más de una Alicia viviente ha hecho cuan demonio del amor… Alicia dice que te quiere cuando ya te ha abandonado… Alicia expulsada al país de las maravillas.

Lewis Carroll nunca imaginó que su relato inspiraría a un cantante español despues de 130 años.
Imagen: Elizabeth Gutiérrez

La obesidad en la niñez: una reflexión

Eduardo Orozco Chávez

Hoy día el número de niños con problema de obesidad tiende a crecer en proporción epidémica. En grandes y pequeñas ciudades, a causa del acelerado ritmo de vida, la escasa actividad física y los hábitos alimentarios inadecuados contribuyen al problema. Diversos factores producen sobrepeso infantil. El 90 por ciento se relaciona a conductas de sedentarismo y exceso en la ingestión de alimentos; el resto obedece a otro origen.

Largas horas frente a la televisión o los juegos electrónicos favorecen la generación de obesidad. Durante un año, un niño logra ver hasta veinte mil comerciales relacionados con la comida. Además, de la ausencia de control en lo que comen, hay una mala educación del gusto, el niño está vinculado más a lo dulce, pero ¿Qué tal "la moda" en el consumo de las salsas inglesa, soya y Magui de una manera desordenada? ¿Por qué no tolerar un sabor neutro? como las verduras.

Se debe explorar la creatividad para aderezar los alimentos con especias. Traigo al recuerdo ese "pico de gallo" que mis hermanas hacían cuando jugábamos lotería. Ni hablar: jícama, naranja, chile de árbol, mejorana, limón y sal… el sabor y la memoria. La relación entre la emoción y la comida es importante. La forma de comer se aprende en casa. Por lo que bien comer es hecho cultural. Y es culto quien mejor aplica su gusto por la comida. El medio ambiente es aplastante y la genética también.

Los niños no juegan pelota, ni canicas siquiera, porque viven dentro de un espacio reducido… No hay áreas comunes de diversión y sí inseguridad. Los niños con exceso de peso son niños enfermos, tristes, con mala adaptación. El rendimiento físico es malo y esto repercute en la integración al grupo. La etapa escolar es difícil; fase donde se desarrolla la autoestima y al no encontrar herramientas para sentirse valioso, aparecen los complejos. Se acuerdan del "gordito" "la tonina" "la torta ahogada" por decir algunos.

En las escuelas de Guadalajara, entre los niños de seis y doce años, se han encontrado altos niveles de glucosa y "colesterol malo" Hay casos bien definidos de síndrome metabólico. Muchas alteraciones graves se asocian a la obesidad, incluyendo hipertensión, trastorno de los lípidos, exceso de los niveles de insulina con tendencia a desarrollar diabetes tipo 2 en esa etapa así como alteraciones del sueño. En fechas recientes se han reportado problemas hepáticos, desde el depósito excesivo de grasa a fibrosis y cirrosis. La grasa encontrada dentro del abdomen tanto como bajo la piel, tiene un papel endocrino definido que afecta múltiples órganos como el hígado, músculo, cerebro y vasos sanguíneos.

Un 80 por ciento de los niños obesos son adultos obesos. La persistencia de la obesidad por más de siete años predice la presencia de obesidad en la adultez y la obesidad paterna también predice qué niño la sufrirá cuando adulto. Los padres se angustian cuando el niño no come. Este es un fenómeno universal. La negociación de "termínate todo y puedes jugar" es un panorama frecuente. La primera regla es que nunca hay que premiar ni regañar cuando la comida está de por medio. Cada niño tiene su esquema propio de cómo ser tratado, no hay receta de cocina. La mayoría de las veces, son los padres los que requieren consejería.

Reforzar o implementar los programas de actividad física en la escuela es una de las medidas que más beneficiaría. Es necesario tomar en cuenta alimentos que son útiles para toda la familia, por ejemplo, una leche baja en grasa (aunque no sepa a nada, según algunos), puede ser un buen principio. Sus componentes nutrimentales son iguales a los de la leche entera. El uso de productos con edulcorantes o endulzantes artificiales, no genera retardo mental ni cáncer.

Se observa una tendencia al alza del uso de medicamentos contra la obesidad en niños. El futuro es preocupante, en disciplina de bienestar y economía, la obesidad es un problema de salud pública en el mundo. México sin ser líder, se apunta a tener lugares distinguidos en América y el mundo ¿No es bastante con tener políticos y legisladores mediocres tratando de dirigir nuestra vida?

orozcoch@yahoo.com

Imagen: Martín Hernández