

**PREMIO** 2011  
DE ALFABETIZACIÓN  
**UNESCO**



# Ventanas al poder...

el poder de la información



Una ventana  
abierta al  
conocimiento

El cuidado de  
nuestra salud

## Revista

Cómo conocer  
otros mundos



Diferentes  
puntos de  
vista



Personajes de  
hoy y siempre



Para seguir  
**aprendiendo**



# Índice

## Legal

<b>Presentación</b>	1
<b>Cómo conocer otros mundos</b>	
Sobre la gramática	2
Dos experiencias diferentes o ¿iguales?	6
<b>Una ventana abierta al conocimiento</b>	
¡Experimentando!	13
<b>Diferentes puntos de vista</b>	
Consejos para mamás que trabajan	16
Ser padre es...	18
<b>El cuidado de nuestra salud</b>	
Para prevenir infecciones de transmisión sexual	19
La rabia	21
¿Qué son las enfermedades sociales?	22
La publicidad ayuda a crear enfermedades sociales	24
<b>¡Entérate!</b>	
Cápsulas de interés para la humanidad	27
Curiosidades científicas	29
Frases interesantes	31
<b>Tomando decisiones</b>	
El cambio climático	32
Agua	34
El agua en Aguascalientes	37

## Hasta no ver...

¿Es verdad?.....	39
Agudiza tu observación .....	40
¿Eres un buen testigo? .....	41
Aprendiendo a observar .....	44

## Personajes de hoy y siempre

Biografías de hombres que dejaron huella .....	46
Grandes autores del misterio, el suspenso y la novela policiaca.....	50

## Cuentos, puros cuentos

Las aventuras de los nuevos amigos .....	53
--	----

## Pon a prueba tus habilidades

¿Cómo organizar nuestras actividades? .....	59
Conócete a ti mismo .....	61

## Consejos para aprender más

Sácale jugo a tu tiempo .....	65
-------------------------------	----

## Hoja de respuestas .....

67

## Presentación

**L**as competencias comunicativas, hablar, escuchar, leer y escribir nos permiten construir aprendizajes por medio de puentes en los que el intercambio de opiniones, experiencias, intereses, vivencias y emociones nos acercan a un aprendizaje reflexivo y compartido, el cual posibilita confrontar ideas, sistematizar saberes y realimentar nuestras áreas de conocimiento.

Esta revista busca ese acercamiento entre lo que leemos, escuchamos, hablamos y escribimos; donde la combinación de estas capacidades, en la mayoría de los seres humanos, son como los vagones de un tren que avanza y podemos mirar desde dos perspectivas: en la primera, lo vemos pasar frente a nosotros, y en la segunda vamos a bordo de ese tren y avanzamos junto con él.

**¡Viaja con nosotros y experimenta el placer de aprender!**





# Sobre la gramática\*

GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ

**E**l escritor Gabriel García Márquez considera «natural» la reacción de los gramáticos, lingüistas y académicos a su discurso de Zacatecas (Botella al mar para el dios de las palabras): «Sería absurdo que los que guardan la virginidad de la lengua estuvieran contra sí mismos. Pero la mayoría parece haber hablado sin conocer el texto completo de mi discurso, sino solo fragmentos más o menos desfigurados en despachos de agencias. En todo caso es increíble que a la hora de la verdad hasta los más liberales sean tan conservadores».



En estos días hemos oído en muchas ocasiones que el escritor colombiano había pedido suprimir la gramática. Su discurso no lo dice.

«Dije que la gramática debería simplificarse, y este verbo, según el Diccionario de la Academia, significa ‘hacer más sencilla, más fácil o menos complicada una cosa’. Pasando por alto el hecho de que esa definición dice tres veces lo mismo, es muy distinto lo que dije que lo que dicen que dije. También dije que humanicemos las leyes de la gramática. Y humanizar, según el mismo diccionario, tiene dos acepciones. La primera: hacer a alguien o algo humano, familiar o agradable. La segunda, en pronominal: Ablandarse, desenojarse, hacerse benigno.» «¿Dónde está el pecado?», se pregunta. El siguiente punto de contestación a las palabras de García Márquez es el ortográfico. Parte del supuesto de que si a él le hiciesen un examen de gramática, le reprobarían «en toda línea».

«Además, mi ortografía me la corrigen los correctores de pruebas. Si fuera un hombre de mala fe, diría que esta es una demostración más de que la gramática no sirve para nada. Sin embargo la justicia es otra: si cometo pocos errores grama-

ticales es porque he aprendido a escribir leyendo al derecho y al revés a los autores que inventaron la literatura española y a los que siguen inventándola porque aprendieron con aquellos. No hay otra manera de aprender a escribir.»

En toda la conversación, el Nobel de Literatura reivindica su papel de escritor y como tal, piensa «más en el sufrimiento de la gente que en la pureza del lenguaje».

«Por eso dije y repito que debería jubilarse la ortografía. Me refiero, por supuesto, a la ortografía vigente, como una consecuencia inmediata de la humanización general de la gramática. No dije que se elimine la letra hache, sino las haches rupestres. Es decir, las que nos vienen de la edad de piedra. No muchas otras, que todavía tienen algún sentido, o alguna función importante como en la conformación del sonido che, que por fortuna desapareció como letra independiente.»

Quizá el mayor escándalo se ha formado con sus propuestas respecto a las bes y las uves, y con los acentos.

Sobre las primeras, dice: «No faltan los cursis de salón o de radio y televisión que pronuncian la be y la ve como la-

‘hacer más  
sencilla, más fácil  
o menos  
complicada  
una cosa’.

\* Sobre la gramática, en Ciudad Seva. Recuperado el 26 de diciembre de 2009 en <http://www.ciudadseva.com/textos/teoria/opin/ggm1.htm>

biales o labiodentales, al igual que en las otras letras romances. Pero nunca dije que se eliminara una de las dos, sino que señalé el caso con la esperanza de que se busque algún remedio para otro de los más grandes tormentos de la escuela. Tampoco dije que se eliminara la ge o la jota. Juan Ramón Jiménez reemplazó la ge por la jota cuando sonaba como tal, y no sirvió de nada. Lo que sugerí es más difícil de hacer pero más necesario: que se firme un tratado de límites entre las dos para que se sepa dónde va cada una».

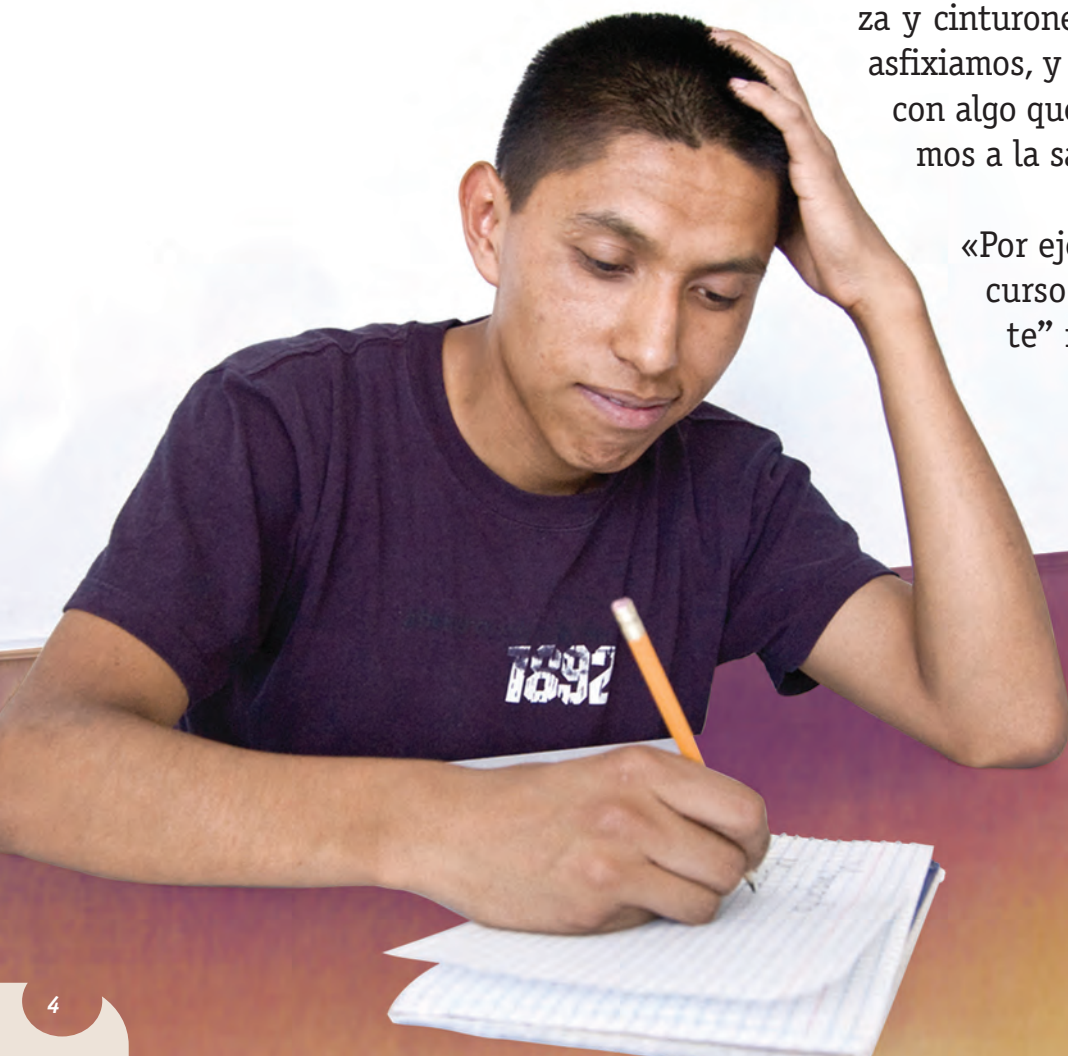
En cuanto a los acentos, irónico, explica: «Creo que lo más conservador que he

dicho en mi vida fue lo que dije sobre ellos: pongamos más uso de razón en los acentos escritos. Como están hoy, con perdón de los señores puristas, no tienen ninguna lógica. Y lo único que se está logrando con estas leyes marciales es que los estudiantes odien el idioma».

García Márquez opina que los gramáticos y los escritores tienen oficios distintos. Su diferente dialéctica es la que ha generado el debate.

«La raíz de esta falsa polémica es que somos los escritores, y no los gramáticos y lingüistas, quienes tenemos el oficio feliz de enfrentarnos y embarrarnos con el lenguaje todos los días de nuestras vidas. Somos los que sufrimos con sus camisas de fuerza y cinturones de castidad. A veces nos asfixiamos, y nos salimos por la tangente con algo que parece arbitrario, o apelamos a la sabiduría callejera.»

«Por ejemplo: he dicho en mi discurso que la palabra “condoliente” no existe.



Existen el verbo condoler y el sustantivo doliente, que es el que recibe las condolencias. Pero los que las dan no tienen nombre. Yo lo resolví para mí en *El General en su laberinto* con una palabra sin inventar: condolientes. Se me ha reprochado también que en tres libros he usado la palabra “átimo”, que es italiana derivada del latín, pero que no pasó al castellano. Además, en mis últimos seis libros no he usado un solo adverbio de modo terminado en mente, porque me parecen feos, largos y fáciles, y casi siempre que se eluden se encuentran formas bellas y originales.»

El escritor, que está de excelente humor, concluye la conversación de un modo muy expresivo.

«El deber de los escritores no es conservar el lenguaje sino abrirle camino en la historia. Los gramáticos revientan de ira con nuestros desatinos, pero los del siglo siguiente los recogen como genialidades de la lengua. De modo que tranquilos todos: no hay pleito. Nos vemos en el tercer milenio.»

Y reitera sus palabras de Zacatecas: «Simplifiquemos la gramática antes de que la gramática termine por simplificarnos a nosotros». ■

## ¿Quieres mejorar tu lectura y aprender más?

CONSULTA LAS SIGUIENTES OBRAS:

### ***En día de muertos***

de Berta Hiriart

### ***Cuentos breves latinoamericanos***

de la Secretaría de Educación Pública

### ***No me preguntes cómo pasa el tiempo***

de José Emilio Pacheco

¿Dónde puedes localizar estos libros?

¡En dónde más!

**En tu Plaza comunitaria**





# Dos experiencias diferentes o ¿iguales?

Bernardo Yáñez

**¡La investigación!** Es algo que llevamos a cabo todos los días y, sin embargo, es difícil de explicar...

Fue lo que pensé cuando mi hermanita Andrea me pidió ayuda para hacer su tarea, y al tratar de explicarle como me lo habían enseñado a mí hace mucho tiempo, lo único que lograba era generarle más y más dudas, lo veía claramente en los gestos que hacía mientras yo le hablaba.

Fue entonces cuando decidí hacer un experimento que quizás llevaría algo de tiempo, pero valdría la pena. Se me ocurrió hacerles una entrevista a dos perso-

nas, que aunque parece que hacen cosas completamente distintas y tienen diferentes estudios, podían ayudar a explicarle con detalle a mi hermana: ¿qué es la investigación y en qué consiste?

Aproveché que ese fin de semana acudiría al pueblo en el que nacieron mis abuelos y fui a visitar a Juan Reyes; él es un campesino que vive en el municipio de Ayutla de los libres en Guerrero.

Él andaba caminando por el monte donde trabaja, me acerqué y le pregunté si me recordaba, a lo que él respondió que sí, le pedí que me ayudara contestando unas preguntas; de entrada él se espantó y me dijo que no sabía las res-

puestas porque no había ido a la escuela. Yo le dije entonces que sería una plática y no un examen; así, me dijo que sí:

**¿A qué se dedica?**

—Al campo —me respondió con una voz llena de orgullo.

**¿Cuánto tiempo lleva trabajando la tierra?**

—¡¡Uuy!! Toda mi vida.

**¿Y quién le enseñó a trabajar la tierra, don Juan?**

—Pues mi papá me enseñó trabajando. Desde chamaco me llevaba con él al monte para que le ayudara y él me decía cómo hacerle y es lo que hago hasta ahora.

**Para que usted tenga una buena cosecha, ¿a qué le debe poner especial atención?**

—Se deben abrir bien los surcos, echar la semilla y poner la tierra sin presionar mucho, y tener bien alineados los surcos.

**Usted ¿qué siembra?**

—¡Pues depende!, ¿verdad? Aquí nos dedicamos al puro temporal porque no tenemos riego, por ejemplo, el maíz necesita agua, pero si no llueve, pues no se da, y pues se siembra algo que no necesite tanta agua; puede ser frijol o el chile.

**¿Y cómo sabe cuándo sembrar cada cosa?**

—¡Ah, pues uno ya sabe que las lluvias comienzan en julio! —se quedó pensando un minuto—. Antes empezaban desde mayo y ahora van terminando ahí por noviembre y, pues eso uno lo ve.

**¿Dónde siembra?**

—Pues puede ser cerca del río si se ve que no va a llover mucho; y si están fuertes las lluvias, pues nos alejamos del río para no perder la cosecha tan fácilmente, eso ya lo sabemos, porque así le hacía el abuelo de mi padre, mi abuelo, mi papá también y así lo hace ahora Jorge, mi hijo. Eso no te lo enseñan los maestros en la escuela, pero de eso comemos nosotros aquí.

**¿Cómo puede saber si va a llover o no?**

—Pues eso se ve, se siente en el olor de la tierra... ¡aquí ya sabemos!, desde chamacos observamos el viento, las nubes y así ya sabemos; te digo que desde niño lo veía en mi familia.





### **¿Cuándo cosecha?**

—A finales de agosto, ya que la milpa rompe la espiga, uno ve que los elotes ya están tiernitos, pero si se pasan ya por ahí de finales de agosto, principios de septiembre, ya la mazorca es para los animales. Cuando se llega esa fecha y si tienes mazorca todavía, se mete en el silo para que se conserve.

### **Todo esto, ¿quién se lo dijo?**

—Pues mi papá y pues yo lo veo, ya tengo mucho tiempo trabajando la tierra y a mis hijos se los he enseñado yo.

### **¿Cuál es el proceso de siembra?**

—Ah, pues primero se escoge el plano (la tierra) donde se va a sembrar, que sea cerca de donde hay agua, si no, tiene que ser buena tierra; el plano debe tener una inclinación, pero no mucha, luego se limpia el terreno y se abre el surco, pue-

de ser con animales o si se tiene dinero se renta el tractor o la pura yunta ahí con mi compadre.

Ya que está abierto se siembra, yo me llevo a mis chamacos para que me ayuden; Jorge ya le sabe bien el modo, los demás apenas están aprendiendo y luego los regaño, porque no tienen cuidado y pisan las semillas por jugar.

### **¿Cómo lo ayudan?**

—Pues yo camino adelante con la barreta abriendo y los chamacos atrás echando el maíz y con el pie le van tapando —hace una pausa y sonriendo dice—: eso sí, a media tarde nos echamos “el chilate” que nos lleva mi mujer, y todos le entran aunque los regañe... o les jale la oreja. Se siembra cuando va a caer el porrazo de agua, eso se ve en el cielo...







**¿Cómo? —le pregunté muy insistente.**

—Las nubes se ven muy gruesas y huele la humedad en el aire, se calienta la tierra y uno puede sentir más calientes los pies. Después viene la fertilizada (¡claro!, si hay dinero), a las 2 o 3 semanas nitrato de amonio y granulado, lo mezclo y ahí voy con los chamacos otra vez. Se le pone al lado de la milpita del lado de la pendiente hacia abajo...pero hay que tener cuidado porque el nitrato es medio “agarrazo” y puede quemar.

**¿Le ha pasado? ¿Se ha quemado con el nitrato?**

—¡Sí, cómo no! Es que se mezcla con el sudor, pero el cuero se acostumbra y luego ni lo sentimos tanto —dijo sonriendo.

Esto es cuando sabes que va a caer otro “porrazo” de agua para que se filtre y llegue a la raíz y no al tallo; eso sí, la tierra se tiene que cuidar limpiando el terreno para que no se llene de hierba.

Al mes se fertiliza otra vez, se debe ver verde, pero esta vez es solo con el nitrato ya el granulado no, porque la

hoja sale rayada, el maíz sabe diferente y sale más chiquito, y luego no lo quieren comprar. Para la segunda fertilizada, la milpa está así de alta —dijo, mientras con su mano marcaba más allá de su propia altura—, ¡ya te cubre!, y se siente uno rete contento, porque habrá monedas. Y esperamos a que siga lloviendo —dijo esto suspirando con anhelo—. Ya a los dos meses y medio, ya está para cosechar.

### **¿Y si no llueve?**

—Pues no se da y se siembra algo más, como frijol, calabaza o chile.

### **¿Y si llueve mucho?**

—Se pierde la cosecha y es ahí donde debemos sembrar “lejecitos” del río, porque si no el río crece y hace pedazos la milpa. Me pasó con el huracán de 1999, sí, ese Paulina nos dejó “fregados” y todo lo perdimos, pasaron varios días antes de que el agua bajara.

### **¿Ha necesitado de algún curso o libro para saber cómo sembrar y cómo decidir en qué lugar y en qué momento?**

—No, esto se aprende solito... ¡trabajando! —dijo esto soltando una carcajada.

### **¿Hasta qué año estudió?**

—Segundo de primaria, sé leer, pero poquito.

### **¿Le gustaría aprender a leer bien?**

—Sí, como no, luego veo a los niños haciendo tareas; ha de ser bonito saber qué dicen los libros, ¿verdad?

**—Pues muchas gracias, don Juan —me despedí al terminar la entrevista,**

**pero claro que no me podía ir sin antes probar “el chilate”.**

Por lo que puedo ver, don Juan utiliza mucho la observación, y a lo largo de su vida, incluso de la vida de su padre y de otros campesinos, al utilizar la observación se han planteado preguntas y posibles respuestas a fin de explicarse lo que observan, como por ejemplo, ¿qué pasaba cuando no llovía y se sembraba cerca del río?, o ¿qué ha pasado con el clima?, ¿qué sembrar según el clima?

Hasta este momento mi hermana no había entendido qué relación tenía un campesino con su tarea, le pedí que no se desesperara, ya que a partir de una actividad tan común y tan antigua iba a ser más fácil explicarle “qué es investigar”, y para reafirmar y continuar con mi experimento busqué el lunes siguiente a un experto; acudí a una maestra que impartía la clase de Metodología de la Investigación en mi vieja universidad.

La Maestra Leticia Moreno da clases de Metodología de la Investigación desde hace 15 años.

### **Profesora Moreno, ¿para qué se imparte la Clase de Metodología de la Investigación?**

—Es una clase en donde los estudiantes aprenden a diseñar proyectos de investigación documental a través de:

- La observación
- El planteamiento de las hipótesis

- La experimentación
- La comprobación
- La conclusión

Son pasos que nos llevan a obtener un conocimiento práctico (en la mayoría de las ocasiones) y nos permite tomar decisiones.

**¿Considera que las investigaciones pueden ser parte de la vida cotidiana?**

—Por supuesto que sí, todo el tiempo los seres humanos estamos preguntándonos por qué pasa tal o cual cosa, estamos constantemente tratando de explicarlo y terminamos por experimentar y comprobar nuestras propias hipótesis.

Claro que no hay que olvidar que existen diferentes niveles en los que se

pueden aplicar dichos pasos. Para un científico son sus herramientas base de trabajo; para un niño pueden ser simplemente un juego; y para todos pueden ser una forma de resolver nuestros problemas del día a día.

**¿En su vida cotidiana cómo realiza investigaciones?**

—Pues verás, por ejemplo, para preparar mis clases he tenido que observar a diferentes grupos de estudiantes para ver cómo se comportan (observación); a través de mi experiencia puedo llegar a suponer cuál es la mejor forma de dar mi clase a un grupo determinado (planteamiento de hipótesis); la imparto (experimentación); y de ahí puedo verificar si es la forma adecuada (comprobación), y de ahí parto para realizar mis programas de trabajo (conclusiones).

Como puedes ver, a mayor o menor escala siempre estamos tratando de buscar el conocimiento que nos dé resultados prácticos y nos brinde posibilidades para desempeñarnos mejor en lo laboral o simplemente en nuestra vida.

**¿Quién le enseñó a preparar y a impartir clases?**

—Verás, en la universidad aprendí muchas cosas teóricas que por supuesto me han servido, pero la experiencia es la mejor “arma” que nos da el tiempo para desempeñar cada día mejor nuestro trabajo, ya que es la práctica y el tiempo lo que nos permite observar, experimentar y tomar las mejores decisiones para realizar mejor nuestro trabajo.





**¿Usted cree que las personas que trabajan en el campo y que no saben leer muy bien lleven a cabo investigaciones?**

—¡Claro!, como había comentado, hay diferentes niveles, pero si bien es cierto, las personas que viven en el campo son los mejores observadores —en ese momento recordé cómo don Juan constantemente está observando el clima— y constantemente están experimentando —continuó la maestra mientras yo me imaginaba cómo en el campo experimentan con el clima, incluso con los químicos que utilizan para las plagas—, llegando a verdades prácticas para su trabajo, como cuál es la mejor forma de sembrar, en qué época del año sembrar ciertas cosas y cuáles no... —“es lo que cada año hace don Juan”, pensé.

Al llegar a este punto me despedí de mi antigua maestra.

**¡LOTERÍA!**

Juan utiliza algunos de los pasos del Método Científico para decidir qué sembrar, dónde y cuándo...

Al leer estas dos entrevistas mi pequeña hermana sacó sus conclusiones de lo que es la investigación y entendió que todos la podemos utilizar en diferentes momentos y a diferentes niveles para conocer más acerca de la vida y de nosotros mismos.

—¡Hasta tú lo utilizaste para explicarme! —dijo con un grito de sorpresa mi hermana Andrea. ■

**¡Acércate a tu Plaza comunitaria!**

**Y viaja por todo el mundo:**  
conoce costumbres, idiomas, obras arquitectónicas,  
lugares, paisajes, entre otras cosas.

**Tu plaza te espera con videos, libros y módulos del MEVyT para enriquecer tu aprendizaje.**

# Una ventana abierta al conocimiento

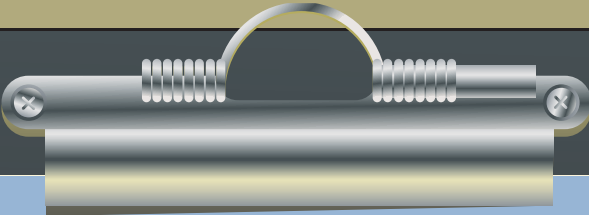


## ¡Experimentando!

### ¿Cómo realizar una investigación?

Para llevar a cabo una investigación es necesario establecer un conjunto de pasos y técnicas que nos permitan obtener información para adquirir nuevos conocimientos, así como para corregir o solucionar un problema. Dependiendo de la situación, el procedimiento puede variar. Aquí mostraremos el método más utilizado en la biología, la física, la química, entre otras ciencias exactas.

Existen diferentes versiones de los pasos que componen un proceso de investigación; sin embargo, en este artículo se señalan los que se consideran más indispensables para llevar a cabo una investigación científica y confiable.



Cuando se ha detectado un problema o se quieren conocer y analizar las causas y consecuencias de algún hecho, es necesario realizar una investigación con cierto orden que facilite la obtención de información, para lo cual te recomendamos revisar la siguiente propuesta.

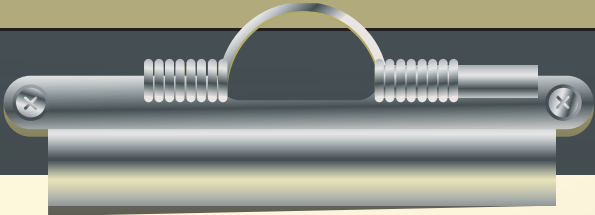
**Observación.** Es un medio e instrumento que te permite recabar mucha información. Significa hacer un examen crítico y cuidadoso acerca de la situación a investigar tomando en cuenta los elementos que influyen en esta y registrando lo que se observe de las situaciones que se presentan para determinar con mayor precisión los factores y circunstancias que parecen influir en dicha situación.

**Planteamiento del problema.** Consiste en formular y ordenar lo observado con la finalidad de acercarse a la situación o hecho que se desea investigar.

**Búsqueda de información.** Se refiere a buscar información sobresaliente acerca del problema que se investiga; esta puede ser obtenida mediante la observación directa, búsqueda bibliográfica (revistas, internet, libros) o de campo, es decir, mediante una encuesta, entrevista, entre otros recursos.

**Hipótesis.** La elaboración de una hipótesis debe enfocarse a la búsqueda de las posibles causas y explicaciones del fenómeno o problema a investigar. Es una tentativa de explicación mediante una suposición destinada a ser probada por la comprobación de los hechos. Es muy útil plantearse varias preguntas o cuestionamientos relacionados con la situación a investigar; ayuda a aclarar cuál es el verdadero problema, qué investigar, qué aspectos se deben tomar en cuenta y cómo se debe plantear la hipótesis.





**Experimentación.** Consiste en comprobar si la hipótesis es cierta. En este paso o momento de la investigación se debe tomar en cuenta lo que se registró en la observación realizada, la información bibliográfica obtenida y lo que arroje el proceso de experimentación.

**Recolección y análisis de la información.** La investigación va arrojando información desde el inicio, lo importante es que se registre objetivamente en los instrumentos diseñados para ello. Dicha información será revisada y clasificada para que su análisis permita ir descubriendo los resultados de la investigación.

**Conclusión.** Se refiere a la presentación de los resultados obtenidos en la investigación de acuerdo con la hipótesis planteada, las soluciones posibles que se proponen y las sugerencias que se obtengan en la difusión de los resultados.

### **Interpretar y graficar información.**

Una vez analizada la información que se recabó en la investigación y teniendo ya una serie de resultados y datos, se corrobora el grado de veracidad de la hipótesis planteada. Debe considerarse que una hipótesis no necesariamente tiene que ser aceptada o rechazada totalmente. Puede ser que solo algunos de los resultados obtenidos se consideren, porque son los factores que inciden directamente en el fenómeno o situación investigada. Cuando algunos de los resultados obtenidos permiten ser presentados en gráficas, se pueden observar con mayor precisión las causas y consecuencias del problema investigado, así como contrastar esta información con las soluciones que se proponen.

**Difundir o dar a conocer resultados.** Toda investigación debe proporcionar un beneficio, en este caso, puede ser a los mismos educandos, a la comunidad, a un sector de la población en particular, etcétera. Por lo que es necesario difundir cuál fue el resultado del problema que se investigó, cuáles son las posibles soluciones, así como considerar las aportaciones que otras personas realicen con la finalidad de enriquecer las propuestas de solución.



# Consejos para mamás que trabajan

Por: Ana Ma. Castillo y Janet García

A finales del siglo XX e inicios del siglo XXI, el papel de la mujer ha tenido un gran giro en relación con sus actividades, hoy en día cubre diversas facetas como: ser hija, hermana, esposa, madre, amiga, ama de casa, trabajadora, profesionista.

La vida cambia continuamente, estos cambios hacen que el ser humano vaya modificando y adaptándose. Las mujeres han aprendido a combinar la maternidad y el trabajo fuera de casa.

Ser madre no es un impedimento para que las mujeres puedan desarrollarse profesional y laboralmente, sólo hay que aprender a combinar el tiempo y espacio que tienen, por lo que a continuación se sugieren algunos consejos que pueden ayudar a lograr esa versatilidad.

- **Evita el sentimiento de culpa:** el sentimiento de culpa se genera por dividir las horas del día entre el trabajo, los hijos y la pareja; a veces, el primero absorbe más de su tiempo, por lo que dejan de lado o posponen actividades de convivencia con la familia. Este sentimiento podrá disminuir cuando estemos conscientes de que la cantidad de tiempo que se le dedique a la familia o en especial a los hijos, debe ser de calidad: darse tiempo para platicar de lo sucedido en el día; jugar al menos quince minutos; leer juntos un libro, entre otras actividades. El tiempo que pases con ellos demuéstrelas, con cariño, que son importantes para ti.
- **Comparte responsabilidades:** es importante que las tareas del hogar no solo sean compromiso tuyo, propicia la colaboración de los integrantes de tu familia como parte de la educación que recibirán para complementarse, apoyarse y consolidarse como personas responsables.
- **Planea y organízate:** administrar tu tiempo es una cualidad que te ayudará a cumplir con tus tareas; evita involucrar lo laboral, lo familiar y lo social, ya que cada actividad tiene su propio espacio y lugar. Es recomendable que utilices una agenda para que organices tu tiempo libre y compromisos.



- **Comunícate:** expresa tus ideas, los acuerdos, desacuerdos, pensamientos y sentimientos para generar armonía, respeto, confianza, solidaridad y apoyo tanto en la familia como en el trabajo.
- **Reconóctete:** empieza por reconocerte y valorarte a ti misma, conoce todas tus capacidades y habilidades como madre y trabajadora. La mujer debe sentirse valiosa por el esfuerzo, dedicación y responsabilidad que asume y proyecta en todos los roles o papeles que juega en la vida.
- **Comparte en la casa y en el trabajo:** comparte con tus hijos, esposo y compañeros de trabajo momentos donde intercambien ideas, sentimientos y proyectos, así como instantes de recreación y de responsabilidad, esto te facilitará las actividades a realizar y las metas a lograr.
- **Trabaja en lo que te gusta:** cuando trabajamos en lo que nos gusta, “ni trabajo cuesta hacerlo”. A veces no es fácil encontrar un empleo que nos agrade. Por ello, es muy importante que observes y valores los beneficios que te brinda el trabajo que realizas fuera de casa. Esto te permitirá desempeñarlo con gusto, con eficiencia, y sentir satisfacción por lo que haces.
- **Dedícate tiempo:** contar con tiempo libre es tener momentos dedicados a las cosas que más nos gusta hacer (cuidar nuestro cuerpo, nuestra salud, hacer ejercicio, leer, ir al cine, tomar un café con las amigas, entre otras cosas) o bien, resolver situaciones familiares, realizar trámites importantes, llevar a cabo una revisión médica. El tiempo libre es darte un descanso después de concluir tus tareas más urgentes. Es fundamental para tu salud mental y física.

¡Mujeres!, valoremos las características que nos hacen diferentes, responsables, consecuentes, eficientes y afectuosas; ello nos permite cumplir con cada uno de nuestros roles. ¡Ser madre y trabajadora es un doble esfuerzo que podemos cumplir satisfactoriamente!

### ¿Sabías que...?

En México el 5% de los presidentes municipales, el 28% de los diputados y el 19.5% de los senadores han sido mujeres y casi el 47% de las micro empresas son propiedad de mujeres empeñosas.



**Elena Poniatowska.** Ha escrito cuentos, novelas, teatro y poesía. En sus obras se encuentra la presencia de la mujer y su visión del mundo.

### María del Carmen Aristegui

**Flores.** Periodista mexicana, egresada de la Facultad de Ciencias Políticas de la UNAM, ha sido merecedora de varios reconocimientos como el Premio Nacional de Periodismo en la categoría de Crónica en Radio, el Premio de Imagen Pública como mejor comunicadora a nivel nacional, entre otros.



Mujeres que han gobernado algún estado de la República:

- Griselda Álvarez Ponce de León (1979-1985) en Colima.
- Beatriz Paredes (1987-1992) en Tlaxcala.
- Dulce María Sauri (1992-1994) en Yucatán.
- Rosario Robles (1999-2000) en el Distrito Federal.





# Ser padre es...

**Pensar en la posibilidad de la PATERNIDAD**, incluso cuando tenemos relaciones sexuales no previstas o sin las precauciones debidas, es saber asumir el riesgo de provocar un embarazo y lo que resulta de él.

La experiencia de ser padres la podemos convertir en una gran oportunidad, si logramos descubrir que nuestro hijo o hija nos permite, de muchas formas, ser más humanos y expresar sentimientos que bajo ninguna otra circunstancia podríamos adquirir, pues ser padre significa, entre otras cosas, estar a cargo de la vida (durante algunos años) de ese nuevo ser.

Por ello, es importante que los hombres nos demos la oportunidad de pensar de qué forma queremos vivir o vivimos nuestra paternidad; si somos responsables, afectivos, comprometidos, ausentes, cariñosos, apegados, o lo contrario de todo esto.

No olvidemos que la vida plena y satisfactoria de un gran número de personas es producto de la responsabilidad que los hombres tenemos como PADRES para con nuestros hijos e hijas.

Muchos hombres han abierto su sensibilidad y logrado sentir el embarazo de sus compañeras; aunque la mayoría no nos damos cuenta de lo que significa la PATERNIDAD hasta cuando un nuevo ser nos reclama protección y cariño. Así que nosotros decidimos desde qué momento vivimos nuestra paternidad.

Porque ser padre no es cualquier cosa, podemos decir que:

*"Hijo que haz de traer  
debes poder querer  
y también mantener."*

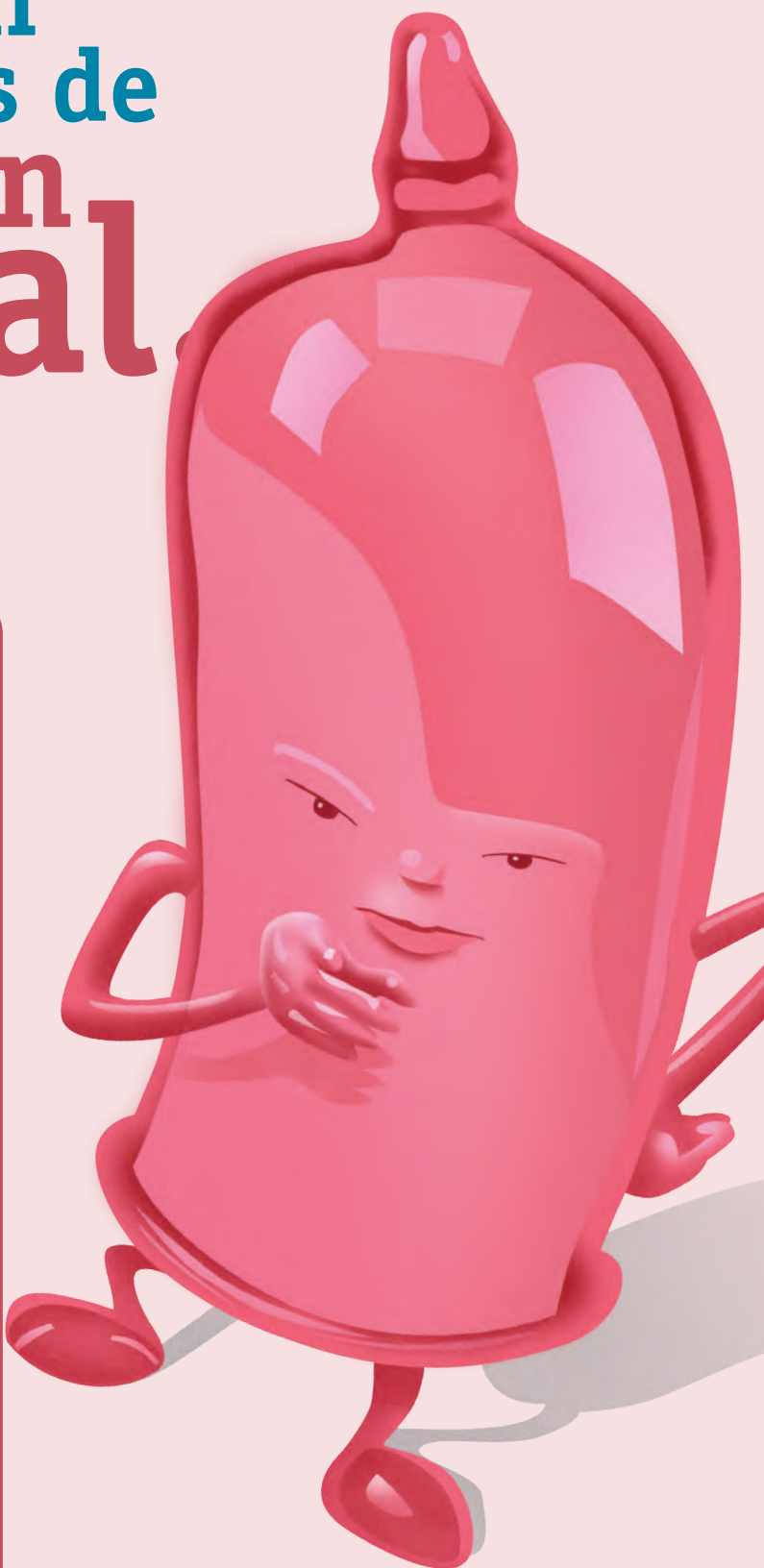


La salud, divino tesoro. ¿Qué no haríamos los seres humanos por mantenernos sanos?

# Para prevenir infecciones de transmisión sexual

En estas lecturas encontrarás información y algunas sugerencias prácticas para cuidarte de posibles infecciones de transmisión sexual.

1. Es necesario tener seguridad absoluta de que tú o tu pareja no tienen una infección de transmisión sexual. Esto solo puede saberse a través de la revisión médica y análisis de laboratorio.
2. Lleva siempre un condón por si existe la posibilidad de alguna relación sexual, pero no te olvides de que también es importante actuar con responsabilidad.
3. La higiene del cuerpo es importante para prevenir algunas infecciones. Cuando te bañes, lava con agua y jabón tus órganos sexuales.
4. Si tienes relaciones sexuales con una persona y no estás seguro de que esté sana, USA CONDÓN, y recuerda: la mejor protección para evitar que te contagies de una infección de transmisión sexual es el sexo seguro, es decir, hacerlo solo con tu pareja.





# EL SIDA, sí da miedo

El **S**índrome de **I**nmuno **D**eficiencia **A**dquirida (SIDA) es la infección de transmisión sexual más grave que hay en la actualidad. Se ha extendido a casi todo el mundo y existen millones de personas infectadas. Es una enfermedad contagiosa, incurable y mortal, pero podemos evitarla.

## Sífilis

Los síntomas son iguales en hombres y mujeres. La primera señal de contagio es la aparición de un grano pequeño llamado chancro en los genitales, boca o ano. Esta úlcera no duele ni segrega pus. Posteriormente, aparecen unas pequeñas ronchas rojizas en el cuerpo, de las que sale un líquido que puede llegar a infectar a otras personas. Puede llegar a producir la muerte si no se atiende, ya que origina lesiones en el corazón, venas, arterias, cerebro y médula espinal, entre otras.

## Herpes genital

De 3 a 20 días después de que la persona entra en contacto con el virus, aparecen en el área infectada (ano, pene, vagina, ojos) una serie de vesículas que, posteriormente, se revientan y se convierten en llagas dolorosas en extremo. Los síntomas empiezan con comezón o ardor y después aparecen pequeñas ampollas que, al romperse, forman lesiones húmedas que contienen grandes cantidades de virus.

**¡Aguas, no pierdas la brújula!**

Infórmate y actúa con responsabilidad.  
En tu Plaza comunitaria encontrarás videos,  
libros y módulos del MEVYT  
que te pueden orientar.

Te recomendamos el Cuaderno de trabajo para  
estudiantes: **Educación sexual** y valores de  
Conalep - SEP





# La rabia\*

La rabia es una enfermedad mortal causada por un virus que afecta el sistema nervioso. La rabia afecta a muchos mamíferos que son mantenidos en casa como mascotas, por ejemplo, perros, gatos y monos. Esta enfermedad se transmite al hombre principalmente por la saliva de animales infectados, a partir de una mordedura, rasguño o lamedura sobre piel o mucosa.

La rabia se manifiesta de dos maneras, la urbana y la silvestre. La primera se desencadena a partir de la mordida de un perro o gato enfermo, y la segunda, más conocida como rabia paralítica o paresiante, es causada por la mordida de un murciélago, que por lo general ataca a vacas, caballos y otros animales del campo.

En ocasiones puede ocurrir que un murciélago salga del ecosistema al que pertenece y por alguna razón irrumpa en una ciudad o poblado y ataque a humanos, lo que también constituye un factor de riesgo.

Las mascotas o animales enfermos de rabia presentan cambios de conducta, lo que se conoce como “estado prodrómico”, fotofobia (rechazo a la luz) e inapetencia (rechazo de comida).

La enfermedad no tiene tratamiento; una vez que se desencadena, tanto en las mascotas como en los grandes animales o humanos, no tiene cura.

\* Texto hecho especialmente para la revista.



## Medidas de prevención

- Vacunar cada año a nuestras mascotas y animales que vivan cerca de nosotros, también a aquellos que, sin ser domésticos, se movilen por el barrio.
- Observar, alejarse e informar a las autoridades correspondientes cuando se detecte un cambio de conducta como los antes señalados en los animales que viven a nuestro alrededor.
- En el caso de personas mordidas por animales que se sospeche que pueden tener rabia, se debe hacer la denuncia a las autoridades correspondientes para que, de ser posible, se capture al animal a fin de ser observado. Además, el herido debe acudir al centro de salud para iniciar un esquema inmediato de vacunación.
- Promover constantemente campañas de vacunación por parte de los centros de salud y autoridades correspondientes.
- Contar con vacunas antirrábicas suficientes de acuerdo con las necesidades y demanda de la localidad.

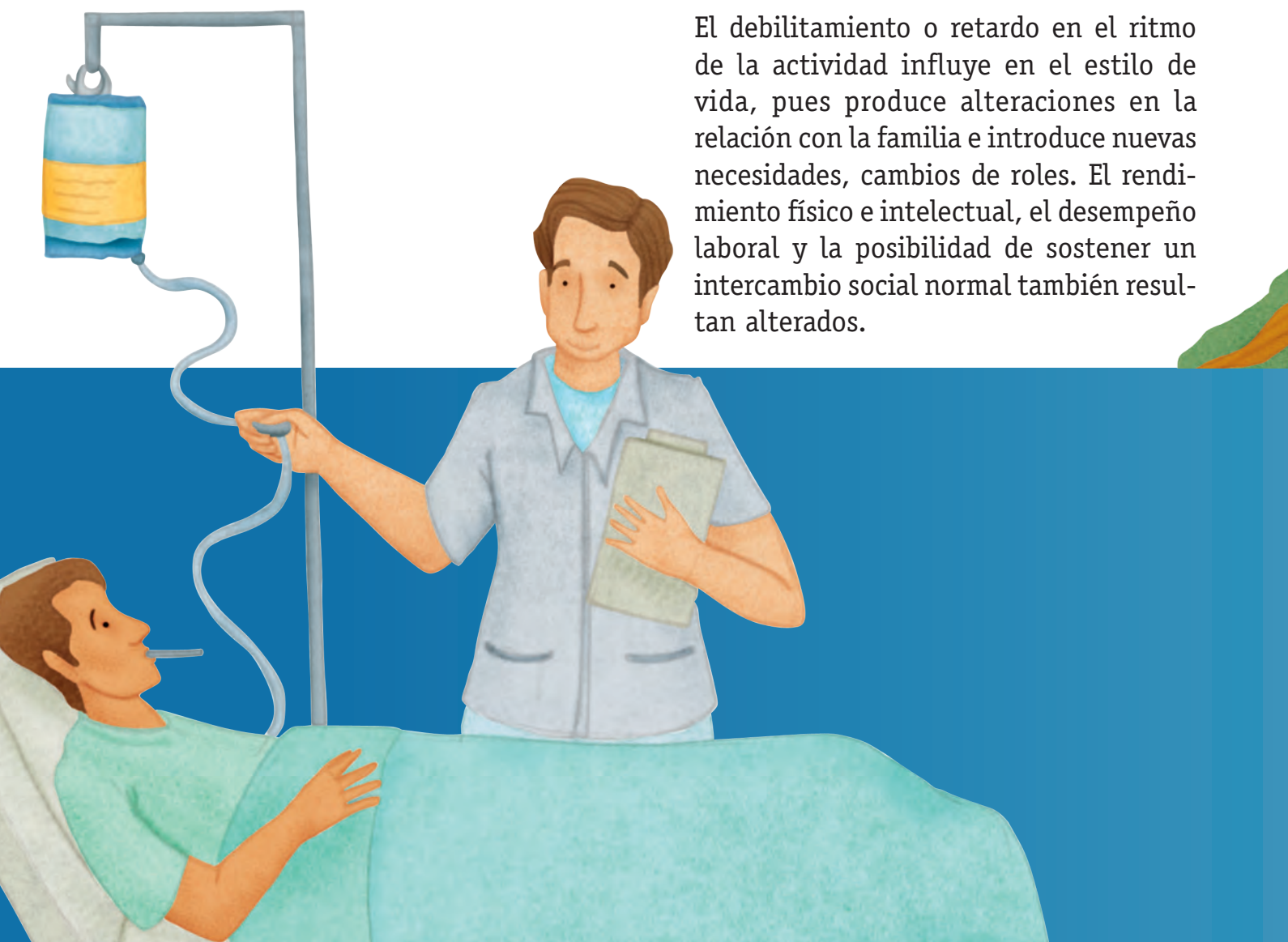
# ¿Qué son las enfermedades sociales?

Las enfermedades crónicas adquieren el carácter de “enfermedad social” cuando incapacitan a las personas para seguir cumpliendo con sus responsabilidades familiares, laborales y sociales. El paciente convive con una disfunción crónica que le impide llevar el ritmo de vida al

que estaba acostumbrado, lo que compromete su posibilidad de “hacer” y de “interactuar socialmente”.

La persona no puede alcanzar un satisfactorio nivel de funcionalidad, y diversos aspectos de su vida se ven afectados.

El debilitamiento o retardo en el ritmo de la actividad influye en el estilo de vida, pues produce alteraciones en la relación con la familia e introduce nuevas necesidades, cambios de roles. El rendimiento físico e intelectual, el desempeño laboral y la posibilidad de sostener un intercambio social normal también resultan alterados.





## Tipo de enfermedades sociales



- Derivadas del estrés, como la hipertensión o los trastornos de ansiedad.
- Provocadas por la influencia social, como la adicción al juego.
- Motivadas por la contaminación del medio ambiente, como el aumento de las alergias.
- Enfermedades ocupacionales derivadas de ciertas profesiones que implican la exposición a sustancias nocivas para la salud.
- Trastornos psicológicos, como la depresión o la baja autoestima, a consecuencia de la falta de bienestar y felicidad.
- Trastornos alimenticios provocados por la influencia de las modas.
- Brotes de violencia y agresividad, como el acoso escolar, laboral, etcétera.

Estas enfermedades son producto de la crisis que vive una sociedad. En la actualidad, nos encontramos con una sociedad materialista, consumista e individualista en la que se han trastocado los valores. Esta “era del vacío” es la generadora de enfermedades, en donde el sujeto no encuentra salidas sanas y busca válvulas de escape en el alcohol, las drogas y muchas otras formas de autoagresión.

Entre las enfermedades sociales descubriremos el alcoholismo, el tabaquismo, la drogadicción, infecciones de transmisión sexual (ITS), sida, bulimia, anorexia y mal de Chagas.





# La publicidad ayuda a crear enfermedades sociales

**E**l cineasta Simón Bross dice que la anorexia y la bulimia no respetan clase social, ni edad, y la publicidad es una de las causantes de que existan, al crear patrones estéticos que “se pueden convertir en enfermedades sociales críticas”.

Simón Bross comenta: “Cuando comencé a investigar sobre el problema, pensaba que solo les pasaba a jóvenes de 14 a 25 años de clase media o media alta, y no, desde niñas de siete años hasta gente anciana pueden pa-



decerlas, y toca desde los más humildes hasta los más ricos”.

Esta enfermedad también empieza a dejar huella en la población masculina, donde ser delgado y guapo es parte del estilo de vida de los jóvenes que buscan ser aceptados por un determinado núcleo social.

**Parece mentira, en gran parte del mundo la gente se muere de hambre y otras se mueren por hacer dietas para estar delgadas.**

En la actualidad, se ha tomado conciencia de la situación; las mismas casas de moda, como las grandes firmas de perfumes que requieren de modelos, se han abocado a dejar de lado las tallas cero de las modelos que contratan para exhibir sus productos, es decir, que sus modelos ya son de tallas más grandes con la finalidad de evitar que este campo de la publicidad propague que la figura ideal se obtiene con bulimia o anorexia.

Se desconocen a ciencia cierta las causas de estas enfermedades; lo que se ha descubierto es que originan trastornos alimenticios (dejar de comer, vomitar lo que se come después de hacerlo compulsivamente) que, al parecer, se asocian con problemas emocionales serios que pueden llegar a ser letales.

La anorexia se presenta en personas o adolescentes procedentes de familias que encuentran difícil resolver sus problemas de forma apropiada, son demasiado estrictas, excesivamente críticas, entrometidas y protectoras. A su vez, las personas que tienen anorexia pueden ser dependientes, inmaduras en su desarrollo emocional, y es probable que se aíslen de los demás.



La bulimia se considera que tiene relación con una serie de factores biológicos, psicológicos y sociales.

Diversos estudios han asociado la bulimia nerviosa con alteraciones en diversos neurotransmisores cerebrales (son sustancias mensajeras que usan las neuronas

para comunicarse entre sí).

A menudo estos pacientes presentan baja autoestima. La bulimia aparece con mayor frecuencia en personas con trastornos depresivos.

**El que busca encuentra**  
No dejes de aprender sobre los temas que son de tu interés: drogadicción, tabaquismo, alcoholismo y otros en:

<http://net.taringa.net/posts/info/15266826/Enfermedadessociales-lo-que-hay-que-saber...>

## Consecuencias de la anorexia y de la bulimia

Inanición (debilidad)	Vomitar	Laxantes
Insomnio.	El ácido del estómago disuelve el esmalte de los dientes.	Dolores intestinales persistentes.
Estreñimiento.	Cara hinchada (debido al agrandamiento de las glándulas salivales).	Dedos hinchados.
Dificultad para concentrarse o pensar de forma clara.	Latidos cardíacos irregulares.	Lesiones en los músculos intestinales que pueden conducir a estreñimiento crónico.
Depresión.	Debilidad muscular.	
Sentimiento de frío.	Daño renal.	
Huesos frágiles que se rompen fácilmente, los músculos se debilitan y cuesta trabajo hacer cualquier cosa.	Convulsiones epilépticas.	
Muerte.		





# Cápsulas de interés para la humanidad

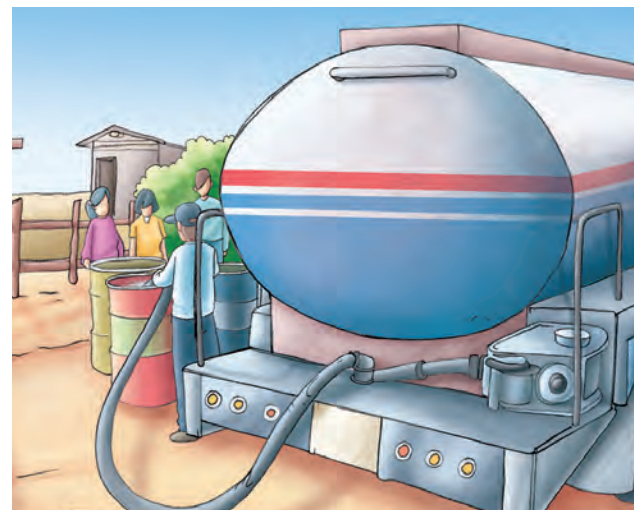
¿Qué significa estar al día?, ¿qué se gana con saber más? Los sucesos y conocimientos del mundo superan nuestra capacidad. ¡Ponte al día!

## SE SECA LA CIUDAD

Se advierte que solo queda agua para 13 años.

La indiscriminada extracción de agua en la ciudad de México supera la capacidad de caudal entre 50 y 80 %, lo que agotará el suministro local en 2020. Un factor que agudizará la crisis del líquido en el país es el aumento de la población en las grandes ciudades, como el Distrito Federal y Guadalajara.

Solucionar el problema requiere de un análisis integral de la situación y no solo medidas radicales, como aumentar las tarifas.



## ¿SOLO EL COSTO DEL AGUA ES LA SOLUCIÓN?

“Eleva el costo del agua sin un trabajo integral no tendrá beneficio a largo plazo”, por lo que un ajuste en las tarifas del agua que incremente el precio del abastecimiento del líquido en 18 %, como está propuesto, no es la única solución que se requiere.

## IMPLICACIONES DE SER PADRE...

Muchas personas no piensan en los gastos económicos que implica para una pareja la llegada de un hijo; algunos gastos son el parto o la cesárea, ropa, entre otros.



## DEL FUEGO LABIAL...

¿Sabías que no hay remedio contra el fuego labial?

Ni la pasta de dientes, el enjuague bucal, el hielo, mucho menos colocar algún irritante funciona contra ello.

Se le denomina “fogazo” a un tipo de herpes que, cuando se adquiere, permanece en el cuerpo para siempre, pero solo se activa cuando las defensas del cuerpo están bajas o se está mucho tiempo bajo el sol o, en el caso de las mujeres, durante su periodo menstrual.

## RATAS HEROICAS

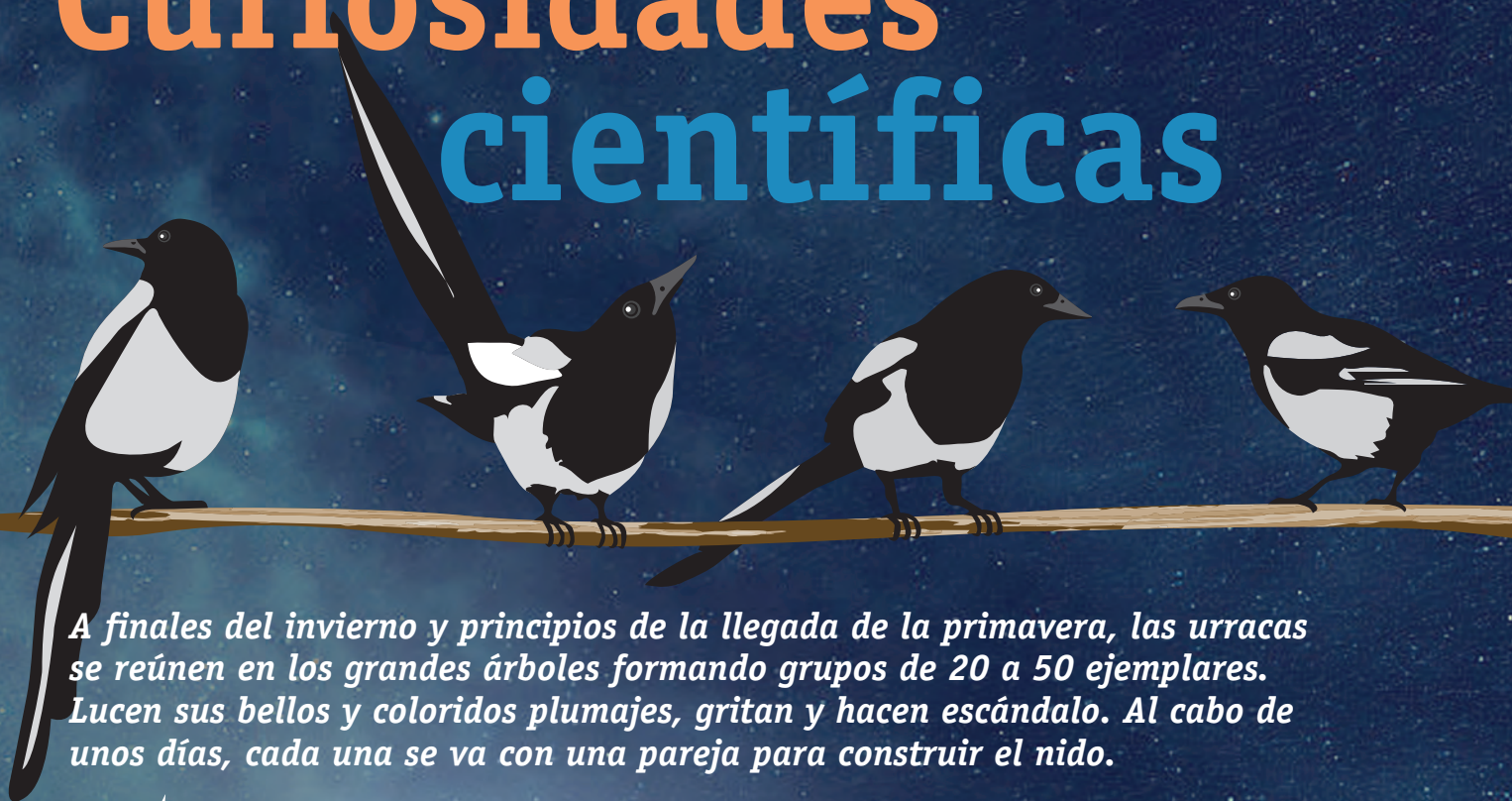
Hay gente que se horroriza si ve una rata, pero Bart Weetjens sonríe. Este diseñador de productos belga concibió un modo para que estos roedores, tan a menudo injuriados, ayuden a resolver un problema global: localizar minas terrestres, 60 millones de las cuales permanecen enterradas en 69 países. Es habitual emplear perros que, con ayuda de su olfato, las encuentran, “pero yo sabía que las ratas eran más fácil de entrenar”, dice Weetjens, quien desde niño las criaba.

Las ratas además son ligeras, por lo que no detonan las minas que encuentran; se mantienen saludables en zonas tropicales, es barato criarlas y reproducirlas.





# Curiosidades científicas



*A finales del invierno y principios de la llegada de la primavera, las urracas se reúnen en los grandes árboles formando grupos de 20 a 50 ejemplares. Lucen sus bellos y coloridos plumajes, gritan y hacen escándalo. Al cabo de unos días, cada una se va con una pareja para construir el nido.*



*La región del cerebro ligada a la memoria se llama hipocampo (igual que el caballito de mar). Investigadores afirman que masticar chicle activa el hipocampo, por lo que puede ser de utilidad cargar un chicle para activar la memoria.*

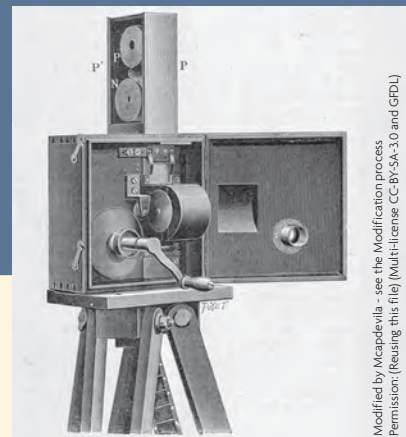
*Unos astrónomos estadounidenses han descubierto que hay un astro en nuestro sistema solar que mide 1800 kilómetros de diámetro y gira a 13000 millones de kilómetros del Sol. Lo llamaron Sedna y es el objeto más grande que han detectado en el Sistema solar desde Plutón.*





*El 17 de diciembre de 1903 fue el primer vuelo de los hermanos Wright. Su avión, el Flyer, llevaba un motorcito y dos hélices; no pudo superar los 3 metros de altura y duró solo 12 segundos en el aire.*

*¿Sabías que el científico inglés Isaac Newton iba a ser granjero? Su madre lo preparó para desempeñar esta labor hasta que por fin se dio cuenta de su inteligencia cuando entró a la universidad.*



Modified by Mapdevila - see the Modification process Permission; (Reusing this file) (Multi-license CC-BY-SA-3.0 and GFDL)

*Los hermanos Lumière son considerados históricamente los padres del cine. Inventaron el cinematógrafo (considerado el primer aparato de cine) basados en el kinetoscopio de Thomas A. Edison. Ellos fueron los primeros en dar propiamente una función de cine el 28 de diciembre de 1895.*

# Fra- ses interesantes

No basta con hablar de paz.  
Uno debe creer en ella y  
trabajar para conseguirla.

**Eleanor Roosevelt**

Defensora de los derechos sociales

Lo que con mucho trabajo se  
adquiere, más se ama.

**Aristóteles**

Filósofo griego

En un beso, sabrás todo  
lo que he callado.

**Pablo Neruda**

Poeta chileno

Por una mirada, un mundo;  
Por una sonrisa, un cielo;  
Por un beso... yo no sé  
qué te diera por un beso tuyo.

**Gustavo Adolfo Bécquer**

Poeta español

Que nadie se haga ilusiones de  
que la simple ausencia de  
guerra, aun siendo tan deseada,  
sea sinónimo de una paz  
verdadera. No hay verdadera  
paz si no viene acompañada  
de equidad, verdad, justicia  
y solidaridad.

**Juan Pablo II**

Papa de la Iglesia católica

Los hombres construimos  
demasiados muros y no  
suficientes puentes.

**Isaac Newton**

Matemático y físico británico

Si no estamos en paz con  
nosotros mismos, no podemos  
guiar a otros en la búsqueda  
de la paz.

**Confucio**

Filósofo chino





# El cambio climático





**E**s importante que todas las personas estén al tanto de uno de los motivos que más influyen en el cambio climático.

El calentamiento global es el aumento de la temperatura promedio mundial, como consecuencia de la retención de una elevada proporción de energía derivada de la radiación solar en las capas superiores de la atmósfera, por la acumulación de los gases de efecto invernadero, que al condensarse impiden la salida hacia la estratosfera y el espacio exterior de la energía solar reflejada por la superficie terrestre.

Los gases de efecto invernadero destruyen la capa de ozono, que es una capa de un gas que se forma en los límites de la atmósfera y la troposfera, cuya característica más benéfica para la humanidad es que filtra los rayos ultravioleta, evitando que la radiación solar llegue en toda su plenitud a la superficie terrestre y dañe la piel y los ojos de los seres humanos y de los animales, incrementa la evaporación de las masas de agua, aumenta la sequía y reduce la disponibilidad de pastos para el ganado, así como la producción alimenticia.

Esta capa está siendo destruida por los gases de efecto invernadero que resultan de la quema de combustibles fósiles, principalmente de los derivados del petróleo, lo que implica que otros gases nocivos se acumulen e impidan la salida de la radia-

ción solar excedente no absorbida por la superficie terrestre.

Como resultado de la formación de esta capa de gases de efecto invernadero, se llegan a presentar temperaturas extremas, por lo que en algunas regiones del planeta ya hay cambios de temperatura de hasta 8 grados más de frío o de calor. Este cambio climático genera nuevas plagas y enfermedades y afecta el desarrollo de la vida.

En el caso de México, se ha definido una serie de acciones que incluyen dos tipos de estrategias encaminadas a establecer controles sobre las emisiones de contaminantes.

- **La estrategia nacional de cambio climático.** Busca contribuir a establecer consensos nacionales, gubernamentales, corporativos y sociales para identificar oportunidades para la reducción de emisiones y desarrollar proyectos de mitigación al respecto.
- **Acciones que parten de la sociedad civil.** Se organiza, y de alguna forma se implica a cada uno de nosotros para concientizarnos de las cosas que hacemos y que pueden dañar el medio ambiente.

Es indispensable que, más allá de lo que se pueda hacer desde la política de un país, cada una de las personas, en nuestra vida cotidiana, sepa qué hacer en favor de la conservación de la Tierra.

# Agua

## El agua y su problemática



Empezar este tema con la conocida frase “El agua es vida” te puede parecer falta de imaginación, pero déjanos decirte que fue con pleno conocimiento de lo que significaba. Sin esta sustancia, aparentemente simple, no sería posible la existencia de la vida como la conocemos; de hecho, tan importante es, que la presencia de agua en otros planetas o en la Luna sería considerada la primera evidencia de la posible existencia de vida en esos lugares.

Según una de las teorías sobre el origen de la vida en nuestro planeta, fue en un ambiente acuoso donde se formaron los primeros organismos hace unos 3 mil 500 millones de años y, durante muchos años, los organismos habitaron únicamente ambientes acuáticos. Hoy en día, el agua sigue formando parte importante

de las plantas y los animales, aun de aquellos que viven en ambientes donde el agua es un recurso muy escaso, como los desiertos.

El agua constituye parte importante de la materia que forma los vegetales, los animales y el ser humano. El cuerpo de un bebé tiene 83 % de agua y el de un hombre adulto 60 %. En los animales, el contenido de agua varía entre 60 y 90 %, con casos extremos como el de la medusa de mar, con 95 %. En las plantas también hay una alta variación, pero sigue siendo un componente muy importante; el agua constituye cerca de 98 % del peso del melón o la uva; en la papa representa el 80 % y, en un árbol, incluido su tronco leñoso, puede representar alrededor de 50 %. Sin agua no podrían realizarse funciones vitales de los organismos

\* ¿Y el medio ambiente? Problemas en México y en el mundo. Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales, (Semarnat) - Secretaría de Educación Pública (SEP).



como la alimentación y la eliminación de desechos y las plantas no podrían realizar la fotosíntesis, que permite la generación de alimentos para los niveles superiores de la cadena alimenticia.



Por si nos faltaran más evidencias para comprobar que el agua es muy importante, van algunas más, relacionadas con la salud humana. Aunque una persona puede sobrevivir sin consumir alimentos por un largo período, sólo podrá vivir sin beber agua alrededor de una semana. Ante la falta de agua el cuerpo humano se deteriora rápidamente: al perder alrededor de 5 a 6 % del total de agua comenzaríamos a mostrar síntomas como somnolencia, dolor de cabeza, náuseas y hormigueo en brazos o piernas; si la pérdida es mayor, por ejemplo entre 10 y 15 %, se pierde parcialmente el control muscular, la piel se seca y se arruga, comienzan los problemas con la vista e, incluso, las personas pueden empezar a delirar; si la pérdida rebasa 15 % es muy posible que la persona muera.





## El agua, componente esencial de los seres vivos

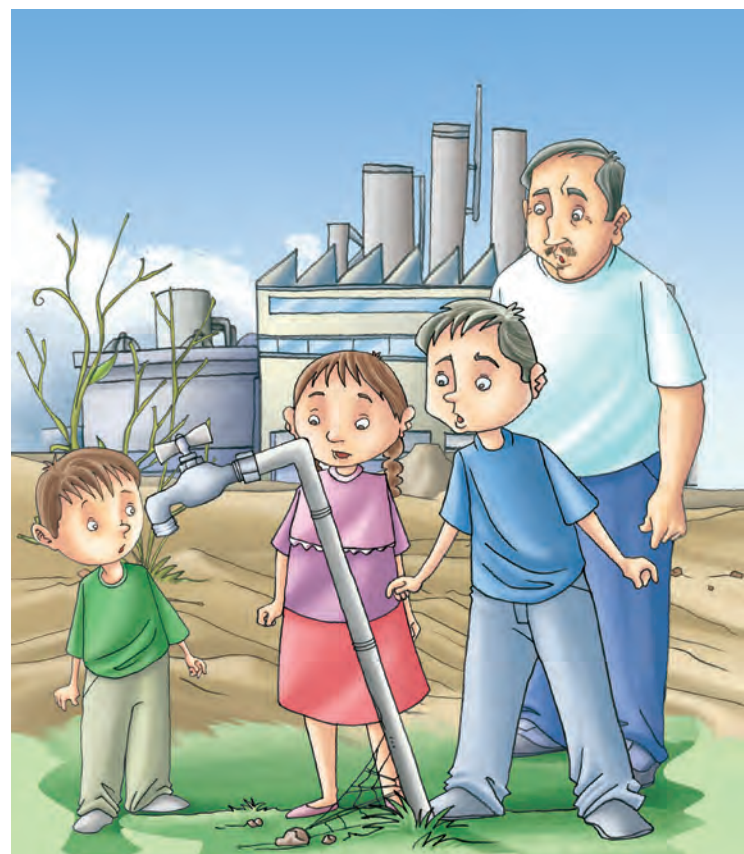
Además de ser indispensable para la vida, nosotros empleamos el agua en nuestras actividades diarias, por ejemplo, cuando nos bañamos, cocinamos y regamos las plantas. También la usamos en la agricultura; en la actividad minera que utiliza enormes volúmenes para sus procesos de separación y purificación de productos; en la industria textil y la peletera; en fin, podemos seguir añadiendo más actividades y llegaríamos a la misma conclusión: el agua es un elemento indispensable para el funcionamiento y desarrollo de nuestras sociedades.

No solo nosotros dependemos del agua para subsistir, también en los bosques, selvas y otras comunidades naturales, el agua es indispensable tanto para la supervivencia de las plantas y los animales como para que puedan darse los flujos de nutrientes que mantienen a los ecosistemas.

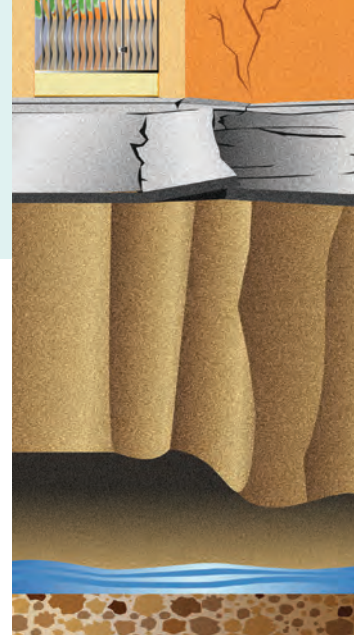
La descomposición de la hojarasca y los restos de plantas y animales es un proceso fundamental para incorporar al suelo nutrientes esenciales que son utilizados por las plantas, y este proceso se hace muy lento si no hay suficiente agua. Algunos ecosistemas están muy relacionados con el agua aunque esta sea muy escasa. En los desiertos, la temporada de

crecimiento y reproducción de plantas y animales frecuentemente se da en un periodo de apenas unas pocas semanas al año, cuando tienen la fortuna de que llueva.

Algunas especies de sapos que viven en estos sitios pasan la mayor parte de la temporada seca enterrados en estado de sopor, esperando las lluvias, y muchas especies de plantas pierden sus hojas o “subsisten” durante la temporada seca del año en forma de semillas. Es realmente impresionante ver las diferencias en una zona árida de las muchas que tenemos en el país entre la temporada seca del año, donde prácticamente todas las plantas están sin hojas y se ve poca actividad de los animales, y la lluviosa, con las plantas con hojas y flores, y un cúmulo de especies de insectos, aves y otros animales en plena actividad.



## El agua en AGUASCALIENTES\*



### Un problema que surgió por la sobreexplotación de los recursos naturales

La familia Ruiz Sandoval vive en la ciudad de Aguascalientes. Hace tres años apareció una grieta en una de las paredes de su casa. Un año después, tuvieron que cambiarse porque la casa podía caerse de tantas grietas que tenía.

Las autoridades municipales explicaron que esas grietas estaban apareciendo en varios lugares de la ciudad y que se debían a la extracción abundante de agua de los pozos, lo cual estaba provocando el hundimiento del suelo. Esa era la causa de las grietas.

\* Tomado de: María Enriqueta Medellín Legorreta. El agua en Aguascalientes. Revista *Por un mejor ambiente* del módulo diversificado con el mismo nombre. Modelo de Educación para la Vida y el Trabajo, INEA, México, 2003, pp. 4 y 5.





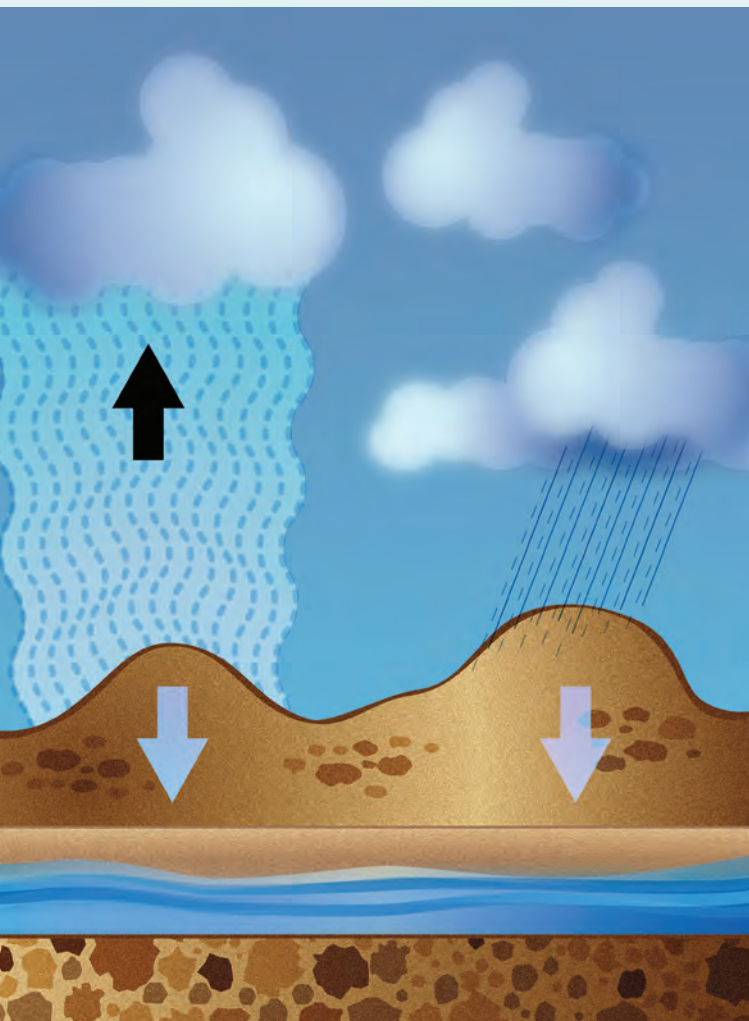
La mayor parte del agua de que se dispone en el estado de Aguascalientes se encuentra almacenada en los **acuíferos**, que son sitios debajo de la tierra en los que se acumula el agua.

Hace cuarenta años el agua se podía extraer a un metro de profundidad; hoy se tiene que bombear a más de quinientos metros. A través de los pozos se saca más agua del acuífero, la cual la naturaleza es capaz de reponer por medio de la escasa lluvia que cae en esta región.

Esta situación también fue provocada porque se ha acabado con muchos árboles y plantas cuyas raíces mantenían la tierra floja, lo que ayudaba a que el agua de lluvia penetrara, llegara al acuífero y lo recargara.

Los habitantes de Aguascalientes enfrentan problemas serios, porque cada día es más costoso extraer agua. Además, las grietas han destruido calles, casas y tuberías.

Los aguascalentenses se empeñan en aprender a cuidar el agua, porque saben que se pueden quedar sin ella.





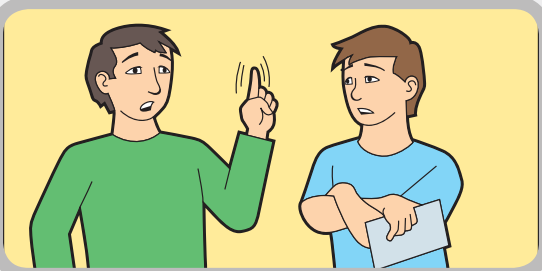
# ¿Es verdad?



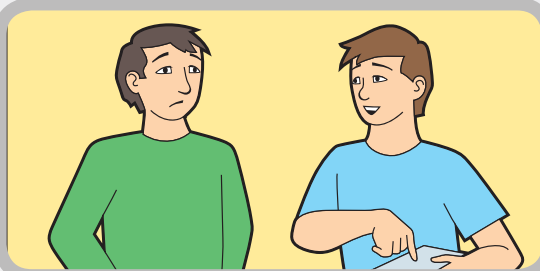
Miguel: ¡Hola, Pablo!, al parecer estás muy ocupado leyendo esa revista de vaqueros.



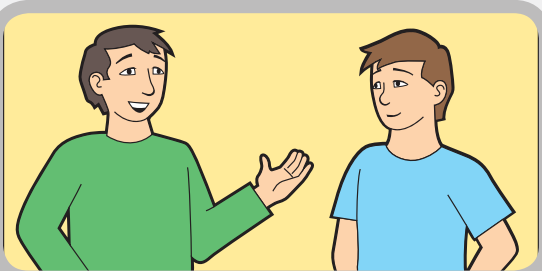
Pablo: ¡De verdad! Si está en una revista es que es cierto, ¿no crees?



Pablo: Sí, ¡está muy interesante!, aquí dice que los indios matan a las personas; y les arrancan el cabello!



Miguel: ¡Cuántas tonterías nos podemos creer si no nos ponemos buzos! ¿Sabes qué es ponerse buzo o te piensas ir a cambiar?



Miguel: ¿Qué? ¡Eso no es posible!



Pablo: Ja, ja, ja, tienes razón, hay que investigar qué tanta verdad hay en lo que leemos, porque a veces nos pueden estar tomando el pelo, aunque seamos muy buzos, ja, ja, ja.

# Agudiza tu observación

Este reto está hecho especialmente para ti. ¿Te atreves?

Observa detenidamente las dos imágenes que se presentan, descubre y señala las diferencias que se encuentran en la imagen número 2. Si quieres cotejar las diferencias, consulta la parte de respuestas de la revista.



# ¿Eres un buen testigo?

Pon a prueba tu capacidad de observación.

**¡Ahora es contrarreloj!**

Examina la ilustración durante dos minutos. Trata de recordar lo más que puedas. Al final de los dos minutos detente y da vuelta a la hoja. Tendrás cuatro minutos para contestar veinte preguntas sobre la escena representada.

Ten cuidado en observar el tiempo límite. Tienes dos minutos para examinar la ilustración.





Registra lo que observaste. Tiempo límite: 4 minutos.

**No hagas trampa, responde sin regresar a la imagen:**

- \_\_\_\_\_ 1. ¿En qué piso está el fuego?
- \_\_\_\_\_ 2. ¿En qué calle?
- \_\_\_\_\_ 3. ¿A qué hora sucedió el incendio?
- \_\_\_\_\_ 4. ¿Están los bomberos echando agua dentro del edificio?
- \_\_\_\_\_ 5. ¿Tiene un niño en sus manos la mujer parada junto a la ventana?
- \_\_\_\_\_ 6. ¿Cuál es el número de la pastelería?
- \_\_\_\_\_ 7. ¿El policía está utilizando su silbato?
- \_\_\_\_\_ 8. ¿Qué tendero usa una bicicleta para hacer sus repartos?
- \_\_\_\_\_ 9. ¿Cuántos bomberos están trabajando?
- \_\_\_\_\_ 10. ¿Hay más de 15 personas en la escena?
- \_\_\_\_\_ 11. ¿El primer nombre del joyero es Juan?
- \_\_\_\_\_ 12. ¿Hay alguna ventana enfrente de la calle Luna?
- \_\_\_\_\_ 13. ¿De qué estado de la República Mexicana es el auto?
- \_\_\_\_\_ 14. ¿El auto es convertible?
- \_\_\_\_\_ 15. ¿Cuántos carros de bomberos hay?
- \_\_\_\_\_ 16. ¿Hay una salida a la calle Luna?
- \_\_\_\_\_ 17. ¿El carnicero es calvo?
- \_\_\_\_\_ 18. ¿Hay algún perro?
- \_\_\_\_\_ 19. ¿Hay algún departamento en renta en el edificio  
incendiado?
- \_\_\_\_\_ 20. ¿Es invierno?

# Inevitable. Hay que verificar

## Califícate tú mismo

Tienes dos opciones:

- Regresar a la imagen y revisar cada pregunta.
- Ver las respuestas en la página que aparece al final de esta revista.

## Analiza tus resultados

- Si contestas de 18 a 20 preguntas acertadamente, eres muy buen observador(a).
- Si contestas de 10 a 15 preguntas correctamente, eres buen observador(a).
- Si contestas de 5 a 9 preguntas correctamente, apenas te inicias en el proceso de la observación.
- Si contestas de 1 a 3 preguntas acertadamente, es necesario que te preocupes más por lo que te rodea. Ponte a practicar.



## ¿Miras, observas o ves?

Aguza tus ojos, tus oídos y tu mente mediante ejercicios como el que acabas de resolver; si lo haces constantemente pronto descubrirás en ti nuevas habilidades. Este tipo de actividades fortalece la atención y la capacidad de retención.

Busca en un puesto de periódicos y revistas unos cuadernillos que contienen crucigramas, sopas de letras y ejercicios de atención.

# Aprendiendo a observar

En un rancho no muy lejano se encontraban Damián y Roberto platicando acerca de todo lo que veían a su alrededor. Estaban descansando recostados en el pasto a la sombra de un gran roble que les cobijaba del sol radiante que en ese momento estaba en todo su esplendor. Los dos amigos sostenían la siguiente conversación:

**Damián.** Oye, compadre, ¿qué crees?, que al observar el camino, mi vista recorre la arboleda, los corrales, el río, los sembradíos de maíz y frijol, y experimento una sensación de nostalgia y de alegría al mismo tiempo; cómo ves, Roberto, ¿crees que esté loco?

**Roberto.** ¡Amigo, amigo! ¿Por qué dices que estás loco? ¿Qué tus ojos están fuera de tu cuerpo? No, amigo, tu vista forma parte de tus sentidos y esa es la diferencia entre observar y ver.

**Damián.** ¡A ver, a ver!, barájamela más despacio, ¿cómo que esa es la diferencia entre observar y ver?, ¿qué no es lo mismo?

**Roberto.** No amigo, no es lo mismo. ¿Cuántas veces has pasado en tu troca o montado en tu caballo y solo ves el camino por donde vas y no todo lo que rodea a este? Llegas a tu casa y reaccionas y tú mismo te preguntas, ¡ah caramba!, ¿a qué hora pasé por el río que no me di cuenta? ¿Y sabes por qué? Porque

tus ojos veían el camino, pero venías pensando en otra cosa, seguramente en las chamacas que conociste el otro día. ¿O no, hermano?

**Damián.** Ah, pues sí, tienes razón, ¡ahora entiendo! Cuando uno observa, uno puede percibir cómo se ondean los árboles con el roce del viento, la siembra, con solo observarla, uno sabe si tiene plaga o no, ¡y no se diga en los corrales! Al observar a los animales uno percibe si están inquietos o algo les pasa. ¡Ya entendí, Roberto! **Observar es poner a funcionar todos tus sentidos para que puedas captar todo lo que tu vista percibe y la sensación que te produce lo que observas.**

**Roberto.** La observación se logra gracias a la ayuda de los sentidos: tacto, gusto, vista, olfato, oído. En su conjunto acumulan información de hechos, fenómenos o de situaciones determinadas, y cuando requerimos de esa información ya está registrada en nuestra memoria.



Hay que tomar en cuenta, al observar, los siguientes factores:

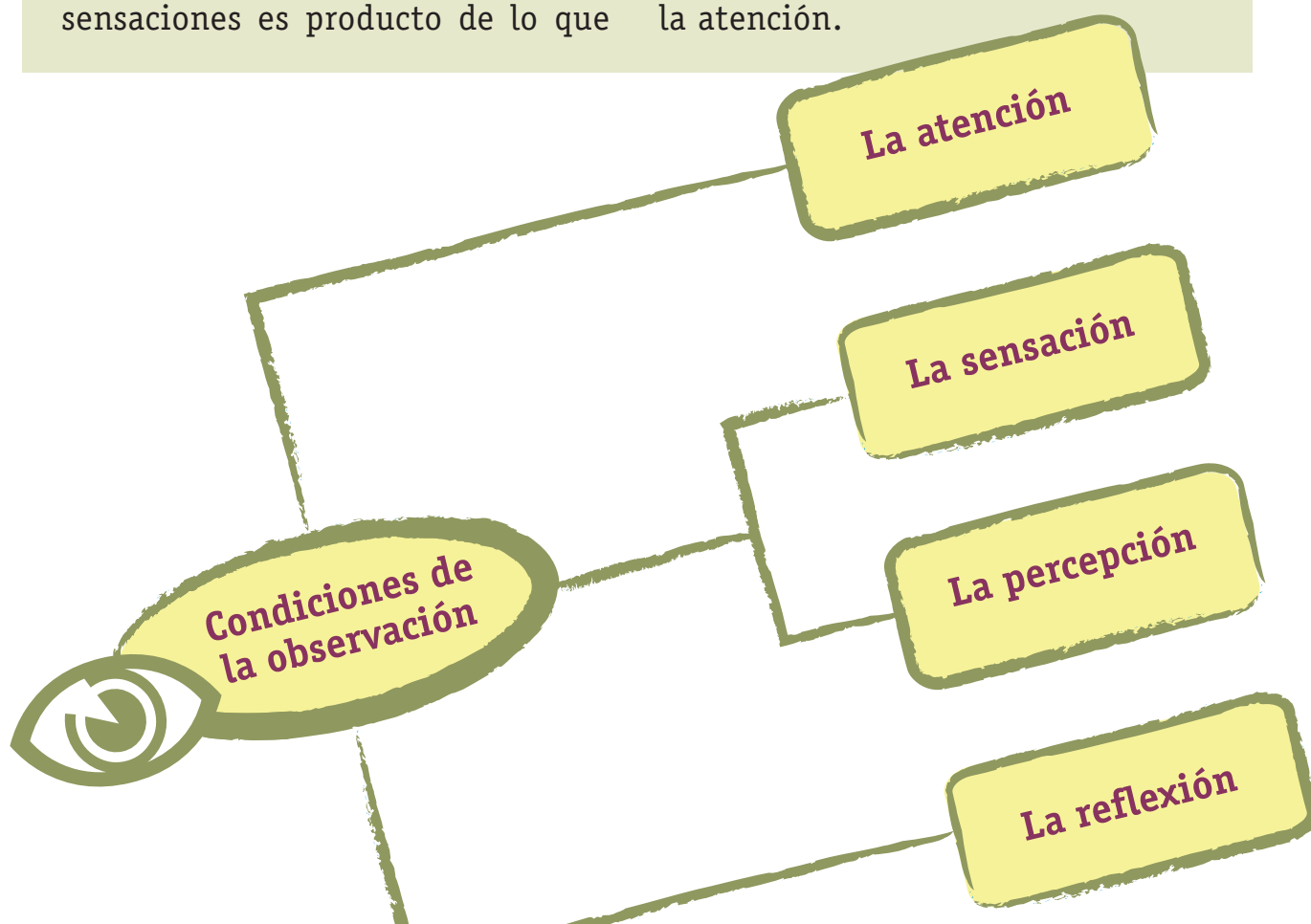
**La atención:** es el estado mental que, en conjunto con los sentidos, nos permite sentir o percibir los sucesos que ocurren durante la observación de un hecho, fenómeno o situación determinada.

**La sensación:** son los sentimientos que se generan al observar una situación, es decir, podemos sentir tristeza cuando observamos la deforestación de un cerro por lo que implica; también podemos sentir alegría cuando observamos la sonrisa de un niño o la emoción de un adulto al recibir su certificado del nivel avanzado de su educación básica. El experimentar esas sensaciones es producto de lo que

observamos, y podríamos llegar hasta las lágrimas o sentir una inmensa felicidad o tristeza si es algo que nos conmueve mucho.

**La percepción:** a diferencia de la sensación, esta sirve para unir y dar sentido y razón a lo que sentimos (alegría, tristeza, dolor, preocupación, ilusión, etcétera).

**La reflexión:** trata de proporcionar una explicación objetiva o dar solución a un problema, al analizar el porqué de las sensaciones que nos produce una situación determinada, y está vinculada estrechamente con la atención.





# Biografías

## de hombres que dejaron huella

**John Kenneth  
Turner**  
(1879-1948)



Fue un periodista nacido en Estados Unidos de América, preocupado por los procesos sociales y revolucionarios en diversos países. Durante sus viajes, a finales del siglo **xix** y principios del siglo **xx**, hizo una gran recopilación de experiencias por medio de observaciones directas, registro de discursos y entrevistas con personajes de la época, con las que dio a conocer al mundo la opresión de los pueblos por parte de gobiernos y poderosos empresarios, así como de sus luchas de emancipación.

En *México Bárbaro*, publicado en el año de 1911, John Kenneth Turner desenmascara el carácter tiránico de la dictadura de Porfirio Díaz entre 1876 y 1910, quien, lejos de ser el gran impulsor de la era industrial de México, al amparo de un régimen corrupto y arbitrario entrega las riquezas nacionales a la burguesía nacional y extranjera, a costa de la despiadada opresión, asesinato y esclavitud de diferentes grupos indígenas mexicanos, hasta su casi total exterminio.

La lectura de *México Bárbaro* es obligada para aquellos interesados en la comprensión de la histórica lucha de los pueblos originarios de México, desde la invasión española hasta nuestros días.

# Galileo Galilei

## (1564-1642)

Galileo Galilei nació en Pisa, Italia, el 15 de febrero de 1564. En 1581 Galileo ingresó en la universidad de Pisa como estudiante de medicina; cuatro años más tarde, abandonó la universidad sin titularse. De vuelta en Florencia en 1585, Galileo se dedicó al estudio de las matemáticas, aunque estaba interesado también en la filosofía y la literatura. Fue el principal exponente del método experimental entre los científicos del renacimiento.

Fue profesor de matemáticas en Pisa en el año de 1589 y en Padua en 1592; se esforzó en demostrar experimentalmente que es la densidad o el peso específico del cuerpo, y no su forma, lo que determina que se hunda o flote. También en Pisa confirmó que cuerpos con distinto peso tardan el mismo tiempo en cubrir una determinada distancia de caída. Estaba convencido de que la naturaleza es esencialmente matemática y que, en consecuencia, en condiciones ideales una ley ideal tiene que ser "obedecida". Impulsó el progreso técnico con sus proyectos de un reloj de péndulo y con su invención del termómetro.

Galileo falleció en la madrugada del 9 de enero de 1642.



Fuente/fotografía: prepared by Adrian Pingstone in December 2003  
<http://www.nmimac.uk/mag/pages/minuExplore/ViewLargeImage.cfm?ID=BHC2700>



# Charles Darwin

## (1809-1882)

Este eminente biólogo nació en la ciudad inglesa de Shrewsbury en 1809 y murió en Downe, Kent, Inglaterra en 1882.

Su vocación quedó manifiesta desde su temprana juventud pues, como naturalista, se dedicó a viajar a lo largo y ancho del mundo a bordo de un buque llamado "Beagle". Se recuerda una expedición que duró cinco años, durante la cual este científico realizó estudios hidrográficos que lo llevaron a acumular mucho material e información. Pasado el tiempo, en 1859, toda esa información le sirvió para escribir y fundamentar su obra más importante: ***El origen de las especies por medio de la selección natural***. Esta obra, por su contenido, provocó grandes polémicas y enormes controversias.

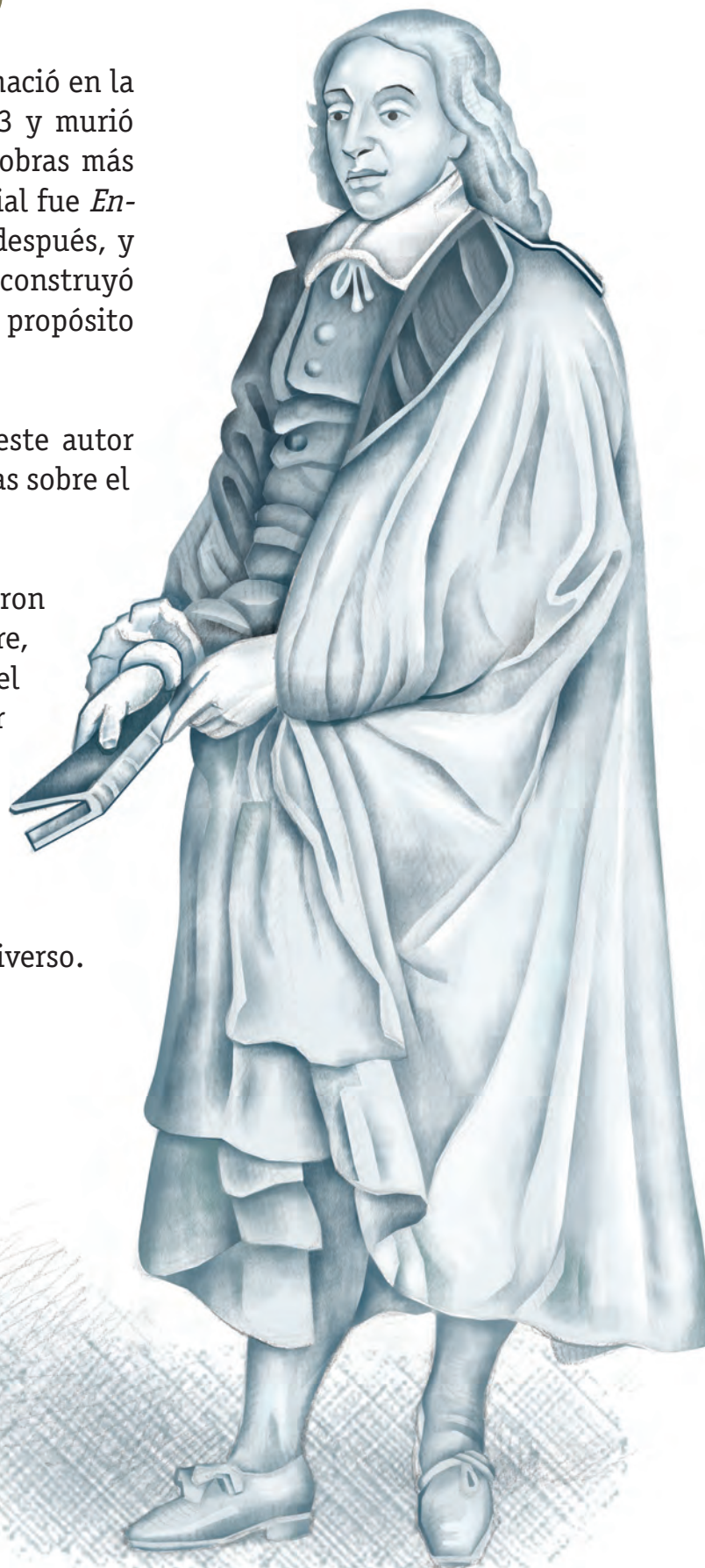


## Blas Pascal (1623-1662)

Este ilustre personaje francés nació en la localidad de Clermont en 1623 y murió en París en 1662. Una de las obras más importantes de este autor genial fue *Ensayos*, en 1639. Poco tiempo después, y gracias a su labor matemática, construyó una máquina aritmética con el propósito de ayudar a su padre.

Para 1647, estando en París, este autor publicó sus propias experiencias sobre el “vacío”.

Algunos de sus amigos reunieron sus escritos sueltos y, a la postre, publicaron un libro que, con el paso del tiempo, terminó por volverse el libro fundamental de Pascal, que se conoce como *Pensamientos* y tiene un gran valor porque, entre otras cosas, habla del lugar que ocupa el hombre en el universo.



## Louis Pasteur (1822-1895)

Este eminente físico y químico nació en Francia en 1822, en la ciudad de Dole. Gracias a sus estudios pudo describir un proceso por medio del cual muchos productos, entre ellos la leche, podrían durar más y no echarse a perder. Al proceso que descubrió Pasteur se le llama “pasteurización”; sin embargo, a lo largo de su exitosa carrera científica, este gran hombre tuvo otros logros. Por ejemplo, erradicó una plaga que estaba acabando con los gusanos de seda. Con ello, la industria francesa no decayó.

Presentó una tesis en la que estableció una comparación entre la forma exterior de un cristal, su composición molecular y su forma de reflejar la luz.

Pero además de su labor como investigador y científico, Pasteur también desarrolló la actividad de profesor. Louis Pasteur murió en 1895 en Villeneuve-l'Étang.



## Isaac Newton (1642-1727)



Isaac Newton nació el día de navidad del antiguo calendario en 1642 (correspondiente al 4 de enero de 1643 del calendario gregoriano).

En junio de 1661, a los dieciocho años, era alumno del Trinity College de Cambridge; la institución le brindó hospitalidad, libertad y una atmósfera amistosa que le permitieron acercarse al campo de la ciencia.

Al inicio se interesó por la química, pero en el primer año de estudio leyó una obra de matemáticas sobre la geometría de Euclides, lo que despertó en él el deseo de leer otras obras.

En 1672 publicó una obra sobre la luz con una exposición de su filosofía de las ciencias. Desde 1673 hasta 1683 Newton enseñó álgebra y teoría de ecuaciones; descubrió los principios de su cálculo diferencial e integral hacia 1665-1666.

Después de una larga y atroz enfermedad, Newton murió durante la noche del 20 de marzo de 1727, y fue enterrado en la abadía de Westminster, en medio de los grandes hombres de Inglaterra.

# Grandes autores del **misterio**, el **suspenso** y la **novela policiaca**

**Agatha Christie**  
(1890-1976)



La novelista inglesa Agatha Mary Clarissa Miller nació el 15 de septiembre de 1890 en el pueblo de Torquay, en Devon, Inglaterra.

Se le conoció mundialmente como escritora de novelas y cuentos policiales y detectivescos, con el nombre de Agatha Christie. Durante sus dos matrimonios tuvo ocasión de recorrer lugares del mundo y usarlos como escenarios de sus escritos.

Sus obras se caracterizan por sus desenlaces inesperados. Hay personajes de su creación que han sido muy conocidos por sus lectores y seguidores: Hércules Poirot y Miss Marple.

**¿Quieres leer otra de sus obras?**

Te recomendamos:

El secreto de Chimneys  
El misterioso Mr. Quin  
Muerte en el Nilo  
Cita con la muerte  
Los trabajos de Hércules  
El misterio del tren azul  
Telón  
Testigo de cargo  
(que además, fue llevada al cine)

**¡Y hay muchas más!**



## Edgar Allan Poe (1809-1849)

Poeta, cuentista y crítico estadounidense. Sus padres murieron cuando él era todavía un niño. Edgar Allan Poe fue educado por John Allan, un acaudalado hombre de negocios de Richmond.

Fue en Boston donde publicó anónimamente su primer libro, ***Tamerlán y otros poemas*** (*Tamerlane and Other Poems*, 1827).

En 1829 apareció su segundo libro de poemas, ***Al Aaraf***. En 1832, y después de la publicación de su tercer libro, ***Poemas*** (*Poems by Edgar Allan Poe*, 1831), se casó con su prima Virginia Clem, de 14 años de edad.

Su labor como crítico literario incisivo, y a menudo escandaloso, le granjeó cierta notoriedad, y sus originales apreciaciones acerca del cuento y de la naturaleza de la poesía no dejarían de ganar influencia con el tiempo.

Pero la genialidad y la originalidad de Edgar Allan Poe encuentran quizás su mejor expresión en los cuentos, que, según sus propias apreciaciones críticas, son la segunda forma literaria, pues permiten una lectura sin interrupciones y por tanto la unidad de efecto, que resulta imposible en la novela.



¿Quieres leer otra  
de sus obras?

Te recomendamos:

**El escarabajo de oro**

(The Gold Bug)

**El gato negro**

**La caída de la casa Usher**

**Manuscrito hallado en una  
botella**

**La cita**

¡Y hay muchas más!





## Arthur Conan Doyle (1859-1930)

Nació en Edimburgo en 1859. Terminada su carrera, ejerció la medicina entre 1882 y 1890 en Portsmouth y comenzó a escribir, creando el famoso personaje de Sherlock Holmes y a su ayudante, el doctor Watson, con lo que inició una serie de obras que continuarían hasta el final de su vida.

Pero la literatura no le hizo abandonar su profesión de médico y, como tal, participó en la campaña del Sudán (1898) y en la guerra de los boers (1899-1902) en el ejército británico. Precisamente por la defensa de la política inglesa en Sudáfrica recibió el título de *sir*.

Hay escritores que llegan a ser anulados por sus propios personajes; este fue el caso de Sherlock Holmes, que adquirió tanta popularidad que se llegó a convertir en un mito literario, un personaje de ficción que

¿Quieres leer otra  
de sus obras?

Te recomendamos:

Estudio en escarlata  
El regreso de Sherlock Holmes  
El signo de los cuatro  
Su último saludo desde  
el escenario  
La mano parda  
Jugando con fuego

¡Y hay muchas más!

oscureció a su propio creador; un Sherlock Holmes cada vez más real, y para algunos lectores, personaje verídico. Cansado de esta popularidad, que anulaba sus otras obras literarias y hasta su propia personalidad, Arthur Conan Doyle decidió matar al detective, pero pronto comprendió que no le iba a resultar tan fácil, pues tuvo que devolverle la vida, debido a la multitud de cartas que recibía con quejas por la muerte del famoso detective. En el relato **La aventura de la casa vacía** se cuenta la célebre resurrección.

Murió el 7 de julio de 1930.

**¡Tú también puedes!**

Sí, tú también puedes escribir tu biografía, será interesante que recuerdes cosas que viviste en tu infancia, adolescencia y lo que has hecho ahora que ya eres un adulto.

**¡ANÍMATE!**





La literatura no podía dejar de estar presente en esta revista. Te mostramos un cuento producto de la imaginación y la creatividad humanas.

# Las aventuras de los nuevos AMIGOS

Ganador del certamen infantil  
Autor: Meztli, 8 años.

**H**ace muchos años, en el fondo del mar, vivía un delfín que tenía poderes mágicos; era más fuerte cuando en el horizonte del mar salía la luna llena, que era su amiga.

Con sus poderes, el delfín Sebastián podía ayudar a los demás animalitos que vivían en las profundidades del mar y a la princesa de los océanos, que era una sirena muy bonita e inteligente de nombre Mariana; la sirena tenía dos hermanas (Lluvia y Ana) con las que jugaba y cantaba. Durante sus juegos se arreglaban con tesoros de un barco hundido, como telas, collares de diamantes, anillos de oro y diademas de colores hechas de algas y estrellas de mar.

El barco, además, resultaba un excelente lugar para jugar también con el delfín Sebastián, porque había un auditorio grande, por donde se filtraban





los rayos de sol o la luz de la luna, lo que ellos imaginaban que eran las luces del auditorio.

En el auditorio, el delfín saltaba y la sirena bailaba, pero cuando caían fuertes tormentas se movía tanto el barco que Sebastián y Mariana salían nadando a toda velocidad para ir a su refugio, donde podían jugar contentos y sin que nada los asustara.

Generalmente, después de mucho juego en el auditorio del barco, el delfín se iba a jugar a otros lugares y Mariana regresaba a su casa con sus hermanas para irse a dormir, y ver a su gran amigo al día siguiente.

Una mañana soleada, mientras ellos jugaban, cayó una gran tormenta. Cuando salió el sol, un hermoso arcoíris atravesó el cielo; la sirena y el delfín saltaban cerca de él, se divertían mucho, luego jugaron en los arrecifes de coral, donde había corales de muchos colores brillantes: rojo, negro, salmón; sus risas se escuchaban como eco en las islas cercanas.

En una de las islas cercanas había un tesoro encantado, tenía perlas, anillos de oro, diamantes, collares de diamantes con perlas y varias cosas más, pero todavía no sabían eso Mariana y Sebastián.

El tesoro encantado de esa isla había sido escondido por unos piratas que vivían en Campeche. Estos piratas, aunque les parezca raro, eran protectores del océano, ellos cuidaban que sus aguas no estuvieran contaminadas con basura. Su barco era grande y tenía un enorme letrero de muchos colores que decía su nombre: "Destello en el mar". Pero los piratas que viajaban en ese hermoso y veloz barco también tenían como misión cuidar a la princesa de los océanos y a su familia.

Cuando los piratas estaban en sus casas en Campeche, se dedicaban a contarles historias a los niños; una vez les platicaron que la sirena Mariana y el delfín Sebastián eran sus amigos. Los niños no creían que las sirenas existieran y Fernando, el pirata más risueño, volteó a ver a Juan y le pidió que les platicara su última aventura con esos personajes.

Juan les contó entonces que una noche de luna llena, mientras él buscaba con sus catalejos barcos para quitarles sus pertenencias, vio una enorme ballena que estaba varada en la playa y necesitaba ayuda, era claro que ni entre todos los piratas que iban en ese barco podrían ayudarla, por ello le gritaron y le gritaron y le volvieron a gritar a Mariana.

Mariana no escuchó porque estaba cantando muy fuerte en el auditorio del barco hundido; su hermana Ana fue a ver a los piratas, y al enterarse del enorme problema nadó lo más rápido que pudo para contárselo a Mariana y a Sebastián, entonces ellos dos juntaron sus poderes mágicos y lograron llamar a muchos animales marinos y entre todos salvaron a la ballena.

Después de haber escuchado a Juan, los niños se convencieron de que sí existían las sirenas, por lo que Jesús y Paco les pidieron a los piratas Fernando y Juan que en su próximo viaje los llevaran con ellos en su barco.

Tenían ganas de montarse en el delfín y conocer a las sirenas. Los piratas dijeron que sí, pero que tendrían que tener mucho respeto por la naturaleza porque algunos de los animales del océano estaban en peligro de desaparecer.

Entonces Meztli, una niña que también estaba escuchando a los piratas, saltó de su silla y les dijo que sí era cierto, que en sus últimas vacaciones, cuando fue a Mazatlán con sus papás, fueron



a una playa que se llama La Tambora, y que al atardecer, cuando el sol se ocultaba y las nubes se ponían de muchos colores, se metió al mar a jugar, y que descubrió por primera vez las estrellas de mar vivas, pero en lo que regresaba hacia donde estaba su papito vio a unas niñas que estaban jugando y quiso jugar con ellas y les preguntó si podía jugar y dijeron que sí.

Meztli quería compartir su descubrimiento y las llevó a donde había muchas estrellas de mar. La mayor de las niñas, que era alta y morena, sacó del agua una de las estrellas y se la quería llevar a su casa para tenerla ahí, y aunque Meztli le decía que no y que no, ella no hacía caso, la sacó, le quitó uno de sus bracitos y con esto hizo llorar a Meztli, pues aunque ella sabía que los brazos o picos de las estrellas de mar les vuelven a crecer en una situación así, también sabía que la estrella de mar sufría.

Después de que Meztli les contó a todos su experiencia en Mazatlán, los piratas les dijeron a los niños que estaban allí que en muchos lugares del planeta suceden cosas parecidas: se mueren los animales porque las personas no cuidan el océano, derraman petróleo, echan basura, sacan a los animales de su medio ambiente, los venden, se los llevan de adorno a sus casas, no los cuidan; por lo que se vuelve urgente decirles a todas las personas que cuando vayan a las playas cuiden a los animales.

Bernardo el pirata les propuso a los niños que se organizaran para hacer una campaña que ayudara al océano, la campaña se llamaría: "Rayo de naturaleza".

Meztli les dijo que se podrían organizar haciendo carteles que pidieran clasificar la basura, no tirar comida ni basura en el mar, y no lavar ropa en los ríos porque el jabón se va después al mar.



Se les ocurrió que además de hacer los carteles podrían escribir canciones que fueran alrededor del mundo para que todos los niños se las cantaran a todas las personas, para que reflexionaran y, a futuro, se pudiera cambiar al mundo.

Fernando el pirata le preguntó a Meztli cómo se imaginaba que podría ser un mundo mejor. Ella le contestó que sería más bonito.

Bernardo dijo que en un mundo limpio los niños serían más felices porque podrían jugar a hacer castillos de arena, a salpicarse con el agua y nadarían mucho.

Mientras los piratas platicaban con los niños, la sirena Mariana y el delfín Sebastián jugaban con una tortuga y un cangrejo, en esta ocasión verían quién era el más rápido para nadar y luego irían a comer a la casa del cangrejo, pues su mamá había preparado una piñata y jícama con chilito piquín.

Y como Mariana es una sirena, ella ganó, porque las sirenas tienen la aleta más larga.

Después de la comida fueron al barco hundido y se dedicaron a hacer bromas, contar chistes y a salir de repente para ver cómo el sol se escondía entre las nubes.

Al mismo tiempo, los piratas se preparaban para poner en marcha la campaña “Rayo de naturaleza” por todo el mundo, los niños se ponían de acuerdo para que la playa donde iban a ver a la sirena Mariana fuera la primera en la que hicieran la lucha.

Pero los niños también se imaginaban cómo sería la sirena Mariana y cómo iban a pedir permiso para irse con los piratas mar adentro. Lue-



go fueron a comer a un restaurante cerca del mar y se pusieron de acuerdo para decirles a sus papás que irían a conocer amigos nuevos.

Después de una semana embarcaron los piratas con los niños en el “Destello en el mar”, los niños estaban muy emocionados preparando algunos juguetes para jugar con sus nuevos amigos. Se subieron al barco saltando, bromeando y cantando. También metieron en su maleta trajes de buzo, porque donde viven las sirenas hay lindos arrecifes de coral y viven muchos animales marinos; hay maravillosos tipos de corales de muchos colores, perlas en ostras y hermosas flores marinas.

Después de ir un rato en el barco vieron saltar a la sirena, la saludaron y ella les contó que sabía de la lucha que estaban haciendo y que se los agradecía mucho y que, como muestra de ello, los invitaba a la isla en la que le gustaba jugar con Sebastián.

Cuando se pusieron a jugar la sirena y los niños, descubrieron que esa era la isla del tesoro encantado, ya que ahí se encontraba un tesoro. Cuando los piratas no encontraban barcos para robarles dinero para mantener el océano limpio, sacaban dinero de ahí.





# ¿Cómo organizar nuestras actividades?

## Instrucciones

Debes salir de tu casa a las 9:15, hacer una serie de tareas, y estar de regreso a las 13:00 (1 p.m.). Recorrer el camino de tu casa a la estación te lleva 30 minutos. La oficina donde debes pagar los impuestos cierra a las 10 horas. Los comercios y el correo cierran a las 12 horas y la panadería abre después de las 11 horas. El recorrido debes hacerlo a pie.

### Las tareas son las siguientes:

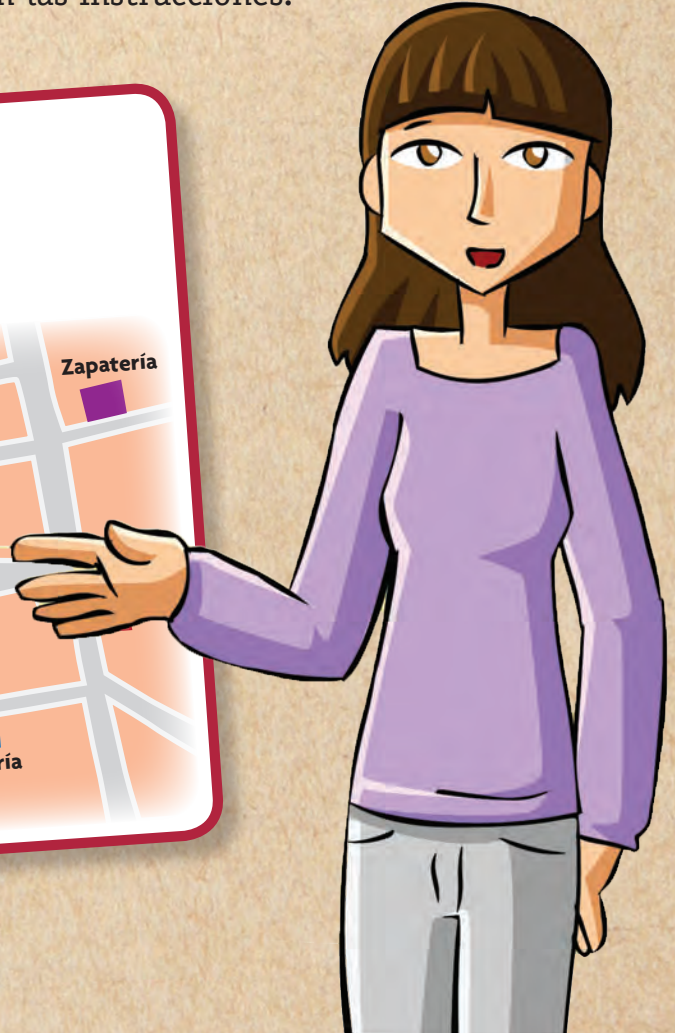
1. Llevar unos zapatos al zapatero.
2. Recoger una máquina de escribir en el taller.
3. Llevar un saco al sastre.
4. Mandar por correo un paquete de 10 kg.
5. Pagar los impuestos en la oficina.
6. Comprar pan.
7. Comprar 1/2 kilo de café.
8. Esperar a unos amigos.
9. Comprar un libro.
10. Comprar 1/4 de kilo de mantequilla en la lechería.





A continuación se presenta un plano de los lugares a visitar para que te ayudes en la realización de todas las tareas que debes llevar a cabo. Marca en él con números

progresivos (1, 2, 3, 4, etcétera) el orden de las actividades que realizarás de acuerdo con los horarios que se indican en las instrucciones.



## ¡Qué desorden!

Ayúdate a ti mismo, ser ordenado y disciplinado te permitirá ser previsor.

Consulta las siguientes páginas en internet:

<http://www.educar.org/articulos/disciplina.asp> y <http://www.organizateya.com>

# Conóciate a ti mismo

¿Qué beneficios tiene conocerse a sí mismo?

- Conocer nuestros gustos.
- Saber qué queremos hacer en la vida.
- Valorar nuestras áreas de oportunidad o crecimiento.
- Conocer nuestras competencias.
- Determinar nuestra forma de ser, pensar, actuar, es decir, nuestra personalidad.
- Tener claro cuáles son nuestras metas a corto, mediano y largo plazo.

## ¿Cuánto te conoces a ti mismo?

**E**n este artículo encontrarás algunos consejos para que conozcas algunos aspectos de ti mismo que te parecerán interesantes.

Muchas de las cosas que decides en la vida **están determinadas por lo que te gusta**, ello te lleva a realizar acciones, actividades y tareas que te acercan o te ponen en el centro de lo que te interesa; por lo tanto, lo que te propongas llevar a cabo lo harás motivado, con actitud positiva, te dará gusto aprender y no habrá barre-

ra que te lo impida; sin embargo, este aspecto está conectado con **tener claro cuáles son tus metas y en qué tiempo las quieres lograr**, por ello debes ser muy realista en el tiempo que determines el cumplimiento de dichas metas.

Realiza un pequeño ejercicio para que conozcas aspectos interesantes de ti mismo, como persona joven o adulta que estás en un proceso de aprendizaje en tu Círculo de estudio o de manera individual en tu casa.

Te has preguntado alguna vez:

*¿Cuál es la verdadera razón por la que te interesa concluir tu educación básica?*

Sabes que lograr esa meta está únicamente en tus manos, que depende de tu interés, voluntad y del tiempo que le dediques al estudio.

Para ello, tú mismo puedes facilitarte el camino. Es importante que analices y realices las siguientes tareas y descubras parte del potencial que tienes.

**Primer momento.** Contesta las siguientes preguntas de acuerdo con los indicadores que se señalan, anota una **X** en la columna que corresponda a tu respuesta.

Preguntas	Indicadores		
	Mucho	Regular	Poco
1. ¿Te gusta estudiar los módulos del MEVYT?			
2. ¿Consideras que puedes enfrentar los retos de la vida con más posibilidades de éxito si concluyes tu educación básica?			
3. ¿Cuánto es tu interés por concluir el nivel avanzado; solo porque necesitas el certificado?			
4. ¿Lo que has aprendido te ha permitido ampliar tus saberes?			
5. ¿Te gusta comprender lo que estudias?			
6. ¿Te satisface solo memorizar lo que lees para presentar un examen?			
7. ¿Cuánto te interesa resolver de manera inmediata las dudas que surgen cuando estudias tus módulos, con el fin de que puedas seguir avanzando?			
8. ¿Te gusta leer?			
9. ¿Cuánto te agrada escribir?			
10. ¿Aprender cosas nuevas fortalece tu actitud de seguir estudiando?			
11. ¿Con qué frecuencia detienes tu aprendizaje por no tener claros tus propósitos de estudio?			
12. ¿Te han funcionado en tu aprendizaje las técnicas de estudio que has aplicado?			
13. ¿Algunos de los módulos del MEVYT que ya estudiaste han contribuido para que se genere un cambio en tu forma de pensar o actuar?			
14. ¿El estudiar tu educación básica te ha hecho sentirte más seguro de lo que dices y haces?			
15. ¿Consideras que tu gusto por la lectura se ha incrementado a partir de que estudias los módulos del MEVYT?			



**Segundo momento.** Revisa los resultados que obtuviste, observa en la tabla el puntaje que corresponda a tu respuesta y escríbela en la columna de la derecha. Al finalizar suma el puntaje que obtuviste.



Pregunta	Mucho	Regular	Poco	Mi puntaje
1	3	2	1	
2	3	2	1	
3	1	2	3	
4	3	2	1	
5	3	1	1	
6	1	2	3	
7	3	2	1	
8	3	2	1	
9	3	2	1	
10	3	2	1	
11	1	2	3	
12	3	2	1	
13	3	2	1	
14	3	2	1	
15	3	2	1	

**Tercer momento.** Busca el rango que te corresponde de acuerdo con el puntaje que obtuviste.

**Rango de 38 a 34 puntos.** Se puede decir que eres una persona emprendedora, con ganas de salir adelante y tener una mejor calidad de vida, que eres decidido, buscas resolver los problemas antes de que se conviertan en una bola de nieve, te interesa aprender para comprender lo que pasa a tu alrededor pero, sobre todo, tienes un gran interés de trascender, es decir, de ser una persona productiva, y eso te hace sentirte orgulloso.

**Rango de 33 a 29 puntos.** Indica que eres una persona que lucha por conseguir lo que quiere, confías en que el estudio de los módulos te dará algunas herramientas para enfrentar diversas situaciones, te cuesta trabajo tomar algunas decisiones porque no estás seguro de hacer lo correcto; sin embargo, sabes que el conocimiento te brinda la posibilidad de incorporar saberes importantes para seguir creciendo como un ser humano capaz de aprender y progresar.

**Rango de 28 o menos.** Si te encuentras en este rango es probable que no estés muy motivado para estudiar, que haya otras cosas que ocupan tu atención, o bien que aún no te has dado cuenta de que el tener completa tu educación básica es una inversión. ¿Qué es una inversión?, te preguntarás. Hay cosas que aprendes y las puedes

aplicar de manera inmediata en tu vida cotidiana, habrá otros conocimientos que te van preparando para comprender y asimilar saberes más complejos. Esta situación te permite ir escalando en los niveles educativos que tenemos en nuestro país. Es una inversión porque inviertes, entre otras cosas, tiempo, esfuerzo, dedicación, entusiasmo, lo cual te va a generar una gran fortuna en el sentido en que a la larga, cuando apliques esos saberes en un trabajo, recibirás una felicitación porque sabrás realizar bien lo que se te pida; con tu familia porque te permitirá planearla, orientar a los hijos, comunicarte y expresar tus opiniones o ideas claramente; en tu comunidad porque puede ayudarte a resolver los problemas proponiendo proyectos que benefician a todos; en suma, te permitirá construir un proyecto de vida más amplio, más ambicioso, más cercano a lo que tú quieres en realidad, por eso la educación es una inversión para ti y para cualquiera que desea progresar y tener un mejor futuro y mejor calidad de vida.

## Reflexiona

- ¿Qué deseas lograr en la vida?
- ¿Hasta dónde quieres llegar?
- ¿Cuáles son tus metas?

# Sácale jugo a tu tiempo

A veces pareciera que el tiempo es corto y no nos rinde; sin embargo, hay maneras de organizarnos para sacar un mejor provecho de él. En este artículo revisaremos algunas de ellas.



## Consejos para organizarte

Para organizarte mejor es necesario que tomes en cuenta el **tiempo**:

- Si tienes claro qué actividades debes realizar y en cuánto tiempo realizarlas, establece un horario para poder desahogaras. Recuerda que es mejor hacerlo poco a poco, que intentar sacarlo todo en un momento.
- Haz un calendario donde incluyas las actividades y un horario, ponlo en un lugar visible para ti, esto te ayudará a tenerlo presente en todo momento.
- Sé claro con tus límites de tiempo, respétalos y comenta con tus familiares y amigos la conveniencia de cumplirlos. Destina un tiempo para trabajar, para descansar y para estudiar.
- Identifica tus horas de mayor energía y organiza tus actividades de acuerdo con ellas.



También debes considerar las **tareas**, para ello:

- Divide las que sean muy complicadas en fases o etapas para que no sean tan pesadas.
  - Establece prioridades para cada una de ellas.
  - Evalúa los avances que tengas en cada una.
  - Cuando surjan problemas, revísalos y resuélvelos.
- Si las dificultades son muchas, analiza la posibilidad de posponer el trabajo para otra fecha.

Estar siempre corriendo para realizar las actividades que tienes que realizar, habla por lo menos de dos elementos: el primero, que organizas mal tu tiempo, y el segundo, que estás aceptando más actividades de las que realmente puedes hacer. Revísalo.

Al planificar tus actividades incluye tiempos de descanso, comida, relajación, vida social y obligaciones para ser un ser humano más integral.

**¡Sácale jugo a tu tiempo y hazlo rendir con estos sencillos consejos!**



## Hoja de respuestas

### Agudiza tu observación

1. Los zapatos sin agujetas.
2. No hay pañuelo en la bolsa trasera del pantalón.
3. En el casco hay una franja negra (enfrente hacia atrás).
4. Solo el primer botón de la camisa está desabotonado.
5. Los guantes son negros.
6. El cinturón no tiene hebilla.
7. A la pala le falta la base de la cuchara.
8. Polvo levantado en el montón de arena.
9. No sale humo del escape del camión.
10. En lugar de un desarmador hay un tubo.

### ¿Eres un buen testigo?

- |                  |   |
|------------------|---|
| <u>2º</u>        | 1. ¿En qué piso está el fuego?                                      |
| <u>Sol</u>       | 2. ¿En qué calle?   |
| <u>15:00</u>     | 3. ¿A qué hora sucedió el incendio?                                 |
| <u>NO</u>        | 4. ¿Están los bomberos echando agua dentro del edificio?            |
| <u>NO</u>        | 5. ¿Tiene un niño en los brazos la mujer parada junto a la ventana? |
| <u>364</u>       | 6. ¿Cuál es el número de la panadería?                              |
| <u>Sí</u>        | 7. ¿El policía está utilizando su silbato?                          |
| <u>Carnicero</u> | 8. ¿Qué tendero usa una bicicleta para hacer sus repartos?          |
| <u>3</u>         | 9. ¿Cuántos bomberos están trabajando?                              |
| <u>NO</u>        | 10. ¿Hay más de 15 personas en la escena?                           |
| <u>NO</u>        | 11. ¿El primer nombre del joyero es Juan?                           |

Quién sabe 12. ¿Hay alguna ventana enfrente de la calle Luna?  
Jalisco 13. ¿De qué estado de la República Mexicana  
es el auto?

NO 14. ¿El auto es convertible?

Dos 15. ¿Cuántos carros de bomberos hay?

Sí 16. ¿Hay una salida a la calle Luna?

Sí 17. ¿El carnicero es calvo?

NO 18. ¿Hay algún perro?

Sí 19. ¿Hay algún departamento en renta en el  
edificio incendiado?

NO 20. ¿Es invierno?



¿Conoces a alguien que  
no sepa leer y escribir?



Háblale del  **INEA**, con  
**La palabra** entrará a una  
nueva vida y escribirá  
el cambio.



**E**n todas las etapas de la vida de una persona, surgen cuestionamientos a los cuales se les busca respuesta; encontrar la respuesta más adecuada requiere de investigar o buscar en distintas fuentes de información.

Leyendo, seleccionando diversas fuentes de información, recabando datos, analizándolos, haciendo encuestas o entrevistas, etcétera, se localiza información valiosa que nos permite ampliar nuestros conocimientos, a cada instante. Esta información posibilita contar con evidencias y argumentos sólidos para enfrentar una situación personal, familiar o de la comunidad, y, de ser el caso, nos facilita tomar la mejor decisión. En este módulo, encontrarás procedimientos y sugerencias que te permitirán, a cada paso que des, seguir aprendiendo.



DISTRIBUCIÓN GRATUITA

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político.  
Queda prohibido su uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

