



Riesgos naturales en Puerto Vallarta

página 3

Foto: Adriana González

Proponen ZM
de Tepatlán
página 5

Tala clandestina:
problema de cultura
página 6

Alivio para la
menopausia temprana
página 7

CIÉNEGA

Hijos del periodismo de investigación

Reportaje de alumnos del CUCI sobre niños luchadores fue publicado en un diario francés, gracias a que en la carrera se busca que los jóvenes realicen periodismo desde las aulas y encuentren espacio en los medios

MIGUEL RAMÍREZ

Un grupo de seis estudiantes de la licenciatura en Periodismo del Centro Universitario de la Ciénega (CUCiénega) realizaron el reportaje “Hijo de la lucha, niños luchadores de Ocotlán”, que recientemente fue publicado por el periódico francés *Report Ouest*, y en el que los estudiantes documentan la lucha libre como modo de vida para algunas familias del municipio.

La idea comenzó en una clase de periodismo de investigación, donde tenían que elegir un tema para desarrollar un reportaje. Mathieu Bajard y Francisco Fabián Rosales Macías (dos integrantes del equipo), fueron quienes propusieron hablar sobre la lucha libre. Al principio querían escribir sobre la participación de las mujeres, pero una vez que comenzaron a investigar sobre el tema descubrieron que había jóvenes luchadores de ocho o nueve años.

“Se podría creer que la lucha libre es un deporte olvidado, pero en algunas familias lo utilizan para educar y hacer que los niños se interesen por actividades recreativas. Cuando vas a una arena te das cuenta que todo lo que pensabas sobre la lucha libre no es cierto, ya que tienen mucha disciplina, los niños saben y son conscientes de lo que están haciendo”, explicó Rosales Macías.

Algo que sorprendió a los jóvenes periodistas, fue lo mal pagada que es la lucha a pesar de que sus protagonistas arriesgan su vida en el cuadrilátero. “Ellos van a hacer su espectáculo y con lo que les pagan sólo les alcanza para la comida, no es un deporte bien remunerado, sin embargo es su pasión y eso es lo que le enseñan a los niños”, agregó Rosales Macías.

Los estudiantes de CUCiénega tardaron aproximadamente cuatro meses en la realización del reportaje: dos de investigación, uno de trabajo de campo y poco más de tres semanas para recopilar toda la información, escribir, editar y publicarlo en un blog.

Clase de periodismo de investigación

Héctor Farina Ojeda, coordinador de la licenciatura en Periodismo del CUCiénega y profesor de la clase de periodismo de investigación, dijo que en su materia los estudiantes de periodismo desarrollan estrategias para encontrar temas, técnicas y formas



En Ocotlán algunas familias utilizan la lucha libre para educar y hacer que los niños se interesen por actividades recreativas. / FOTOS: FABIÁN MACÍAS

de conseguir información importante, y poder llevarle a la gente cuestiones que no se encuentran comúnmente en los medios. “En periodismo de investigación se les enseña a hacer visible lo que está oculto, porque lo quieren esconder o lo que no está en la agenda de los medios”.

El de los niños luchadores no es el primer trabajo de estudiantes de periodismo que se ha publicado en los medios. Farina Ojeda agregó que “es necesario hacer periodismo desde las aulas”, por esa razón cada semestre se genera un producto de investigación y normalmente sus redactores gestionan su publicación en algún medio local. En este último caso, por medio de un alumno de intercambio proveniente de Francia, se logró la publicación en un medio extranjero.

Vinculación e internacionalización

En los últimos cinco años la licenciatura en periodismo es la que más intercambios internacionales tiene del CUCiénega, y durante ese mismo periodo de tiempo en todos los semestres se ha tenido a un estudiante proveniente de otro país. Farina Ojeda indicó que esto ha traído un crecimiento cultural para los estudiantes, tanto para los que se van como para los que comparten el aula con algún extranjero. ♦



Busca
más en la
web

Para leer el reportaje completo
“Hijo de la lucha niños luchadores de Ocotlán”
<http://chriscazarew.wix.com/hijodelalucha>

COSTA

En Puerto Vallarta hay colonias construidas en cauces de arroyos o agazapadas en los cerros, expuestas al peligro de inundaciones, deslaves, sismos y huracanes. Investigador de la UdeG realizó un mapa de los riesgos que corre esta ciudad por su crecimiento descontrolado

MARIANA GONZÁLEZ

Una casa amarilla funciona a la vez como criadero y venta de pollos. La fachada luce como cualquiera otra, pero la parte de atrás sorprende por un pequeño puente que divide a la casa en dos para librar el arroyo que corre justo debajo. Esta morada “suspendida” es un ejemplo de lo que ha sido el crecimiento urbano de Puerto Vallarta en los últimos años: las construcciones se encaminan a zonas naturales que dejan vulnerables a los habitantes ante cualquier desastre.

El investigador del Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades, de la UdeG, Carlos Suárez, realizó un mapa de esa ciudad en el que identifica las áreas en riesgo ante fenómenos naturales, como ciclones, huracanes, sismos y deslaves.

Uno de los problemas a los que está expuesto Puerto Vallarta son las inundaciones en zonas habitacionales que crecen sin ninguna planeación y en lugares cercanos a ríos y arroyos. Tan solo la unidad municipal de Protección Civil tiene identificados 30 lugares en la ciudad con riesgo de inundación.

Es el caso de la colonia La Floresta. Ahí algunas casas fueron construidas sin permiso del ayuntamiento sobre el cauce del arroyo Agua Zarca, que baja del cerro y llega hasta el estero El Salado, la invasión inmobiliaria es nueva en la zona. Lo indica el agua clara, que lleva pequeños peces. Esta ocupación representa un peligro para los habitantes, pues en caso de una fuerte lluvia el agua bajará de la montaña con fuerza y podría tirar las construcciones a su paso, explica Suárez Plascencia durante un recorrido por el lugar.

A unas cuerdas de ahí, un conjunto de residencias son construidas sobre una antigua ciénaga, a la que los cocodrilos aún acuden en busca de descanso. Es común que los habitantes los maten o que llamen a Protección

La ciudad y los riesgos



Cerros y cauces de arroyos han sido invadidos por el crecimiento urbano. / FOTOS: ADRIANA GONZÁLEZ

Civil con el argumento de que estos reptiles están “invadiendo” la zona.

Como esta colonia, muchas otras han ido ocupando áreas naturales y cerros completos con sus construcciones. En los últimos 10 años la zona urbana de Puerto Vallarta creció más del doble, y pronostican que para 2030 habrá 430 mil habitantes, explica el académico.

Lo grave es que las nuevas colonias se asientan en la zona de Las Palmas e Ixtapa, cercanas al río Ameca, identificadas por los académicos como la más susceptible a inundaciones en presencia de un huracán y a los efectos de un eventual tsunami. En estas colonias los habitantes comienzan a construir en las “terrazas” o lechos planos junto al río Ameca, que por ahora están secos, pero que en un caso extremo podrían volver a llenarse de agua.

Parte de los objetivos del mapa de riesgos entregado a principios de junio al ayuntamiento de Puerto Vallarta es ofrecer información para que las autoridades municipales generen estrategias efectivas de prevención y de planificación urbana que no pongan en peligro a los habitantes.

“Tienen que hacerse estudios muy cuidadosos de dónde establecer reservas territoriales y no afectar áreas con peligro de inundación. Científicamente el riesgo se genera con una combinación de peligro y vulnerabilidad por exposición, pero si no acercamos casas a áreas afectables, no hay riesgo; aunque se inunde, hay pérdidas de cosechas, pero no de vidas humanas”, dice Suárez Plascencia.

Invadir los cerros

Las casas se distribuyen sobre los cerros y simulan una escalera de cemento, madera y lámina que sube errante y de forma acelerada. Al sur de Puerto Vallarta, a falta de superficies planas, los habitantes han optado por construir en las montañas.

Colonias como Conchas Chinas, El Caloso, Las Peñas y López Mateos están asentadas en lugares con peligro de deslizamiento de rocas y tierra. Los pobladores suelen cortar los árboles de la cima de los cerros para aprovechar la madera en las construcciones o como combustible. A la larga van erosionando la superficie y ocasionando la caída de trozos de roca o tierra, que no se pueden detener sin el amortiguamiento que representan los árboles, explica el investigador de la UdeG.

Estos asentamientos son identificados también en el mapa de riesgos realizado por Suárez Plascencia, quien advierte que aunque Puerto Vallarta es una zona con sismos constantes de baja intensidad, no descartan que suceda uno de mayor magnitud. En ese caso todas las casas sobre los cerros, incluidas las del fraccionamiento Amapas, de un estrato social más alto, no resistirían el movimiento y caerían al mar, afirma el especialista. ♦

VALLES

KARINA ALATORRE

Analizar datos que sirvan para detectar la fuente de donde provienen los rayos cósmicos que llegan a la Tierra, es el propósito del trabajo que realiza el estudiante del doctorado en ciencias físico-matemáticas, del Centro Universitario de los Valles (CUValles), Juan Carlos Díaz Vélez.

Este proyecto, que el estudiante efectúa para su tesis doctoral, es posible gracias a la colaboración entre el Observatorio de Neutrinos IceCube —operado por la Universidad de Wisconsin, donde previamente trabajaba como programador de simulaciones—, ubicado en la Antártida, y el Observatorio de Rayos Gamma HAWC (High-Altitude Water Cherenkov), en el que participa la Universidad de Guadalajara y que tiene sede en Puebla.

“Hawc cubre el hemisferio norte e IceCube cubre el hemisferio sur. El primero es un observatorio detector de rayos gamma, pero tiene un fondo de rayos cósmicos, que son partículas, protones que caen en la Tierra, y por otra parte IceCube es un observatorio de neutrinos, partículas sin carga eléctrica”.

Para el estudiante del CUValles el tema de los rayos cósmicos siempre ha sido “alucinante”, y trabajar en dos laboratorios de tal importancia es un verdadero honor: “Me siento muy afortunado de estar trabajando con el detector más grande de neutrinos y el detector más grande de rayos gamma. Es ciencia de vanguardia”.

Mapear el cielo

Como parte de su tesis, doctorando del CUValles estudia los rayos cósmicos para entender la estructura de los campos magnéticos en el vecindario del Sol y la Vía Láctea



El Observatorio de rayos gamma HAWC está ubicado en la ladera del volcán Sierra Negra, en Puebla. / FOTO: ARCHIVO

Díaz Vélez explicó que existen ciertas regiones donde se detecta un exceso de rayos cósmicos, por lo que la idea es analizar los datos producidos en ambos laboratorios, ya que al tener una cobertura parcial del cielo, el análisis se limi-

ta y hace difícil detectar el origen de los rayos.

La idea de este proyecto surgió a partir del trabajo del alumno en la Universidad de Wisconsin, Estados Unidos, institución miembro de la red de colaboradores

de Hawc. Por eso decidió buscar al doctor Eduardo de la Fuente, investigador del Centro Universitario de Ciencias Exactas e Ingenierías (CUCEI), quien coordina la colaboración de la UdeG en Hawc, y le presentó la propuesta de hacer

un análisis conjunto de ambos observatorios.

De acuerdo con Juan Carlos Díaz, el trabajo consistirá en un análisis estadístico que no se enfocará a un evento en particular, sino que la acumulación de datos permitirá identificar de qué parte del cielo proviene una mayor cantidad de rayos cósmicos y con ello hacer un mapeo de sus fuentes, y con base en simulaciones tratar de entender la estructura de los campos magnéticos en el vecindario del Sol, en la Vía Láctea.

“Actualmente estoy trabajando en los análisis. Se requería por lo menos un año de datos de Hawc. Ahora ya los tenemos, pero mientras más datos haya, mejor el resultado. Estaremos estudiándolos este verano para sacar una publicación en otoño o en invierno, y volver a repetir el análisis con más datos dentro de un año”.

Para este análisis considerarán varias posibilidades, añadió Juan Carlos Díaz, como la de una supernova que ha explotado hace miles de años y de la que apenas estaremos recibiendo rayos cósmicos.

“También puede ser un fenómeno que resulta de los mismos campos magnéticos, que estos estén produciendo la anisotropía. Esto nos puede revelar datos acerca de la estructura de la heliósfera, de los campos magnéticos producidos por el Sol”.

El estudiante del segundo semestre del doctorado pretende obtener suficientes resultados para concluir su tesis en un año, aunque su objetivo es continuar trabajando en este tema. ♦

Crean dispositivo que incentiva el reciclaje

LUIS ALBERTO ÁVILA / DIFUSIÓN CUVALLES

Los estudiantes del programa educativo de Ingeniería Mecatrónica del Centro Universitario de los Valles (CUValles), José Alfredo Torres Bernal y Jesús Emilio Ramírez Beltrán, trabajan en la creación de un dispositivo para el acopio de envases de plástico, aluminio o vidrio, que otorgará bonificaciones para diferentes servicios del centro.

El proyecto contempla que al depositar un envase en la máquina, el estudiante reciba un abono en su credencial de estudiante para ser utilizada en el pago de alimentos en la cafetería La Estación del CUValles, o bien para el pago de multas por atraso en la entrega de libros en la biblioteca, señaló Ramírez Beltrán.

Actualmente, los estudiantes han elaborado el prototipo del mecanismo de selección del material a reciclar, ya sea vidrio, aluminio o plástico, al igual que por color, lo que per-

mitirá un mejor aprovechamiento del material y un mayor control en los residuos.

De acuerdo a sus creadores, parte del material recaudado será comercializado para hacer sustentable el proyecto y otra parte será enviada al Laboratorio de Investigación y Desarrollo Tecnológico en Reciclado de Plásticos del Centro Universitario de Ciencias Exactas e Ingenierías (CUCEI), para la elaboración de contenedores de basura. ♦

ALTOS

Un área metropolitana para los Altos Sur

Académicos del CUALtos participaron en las gestiones para aglutinar a seis municipios de la región y promover su desarrollo, propuesta presentada en el Congreso del Estado

JULIO RÍOS

La creación de la Zona Metropolitana de Tepatitlán (ZMT), no sólo es viable técnica y jurídicamente, sino que permitirá proyectos intermunicipales de gran alcance, explicaron los académicos del Centro Universitario de los Altos, Jorge Luis Rodríguez Gómez y Pablo Padilla Barragán.

Los investigadores participaron en la elaboración de un estudio técnico que fundamenta la iniciativa presentada en el Congreso del Estado para formalizar esta zona metropolitana, la cual aglutinaría a los municipios de Tepatitlán de Morelos, Arandas, San Ignacio Cerro Gordo, San Miguel el Alto, Acatic y Jesús María, poblaciones que tienen en común la misma identidad cultural, al ser tierra de charrería y haber participado en el conflicto cristero.

No es nueva la idea de fusionar en una zona metropolitana a cinco municipios de la región Altos Sur, cuyo potencial económico es de trascendencia para Jalisco, ya que ocupa el primer lugar nacional en producción de huevo y de carne de cerdo, es sede de la cuenca lechera más importante de la entidad y líder en producción de tequila, con 40 millones de litros al año.

Desde 2011 comenzaron las primeras reuniones y, en 2012, poco faltó para hacer realidad la propuesta. La retomaron en mayo de 2016, cuando 14 de 39 diputados firmaron la solicitud para formalizar la ZMT.

“Uno creyera que una zona metropolitana sólo se integra con ciudades conurbadas, pero ya se creó una zona metropolitana en Ocotlán, con varios municipios que no estaban unidos. Aquí es viable jurídica, técnica y económicamente. Se cumple con los requisitos de ley”, explicó Jorge Luis Rodríguez.

Pablo Padilla Barragán recordó que uno de los fundamentos legales es el Artículo 87 de la Constitución Política del Estado de Jalisco, que establece las características y las acciones para implementar un área metropolitana cuando



Tepatitlán sería la cabecera de la zona metropolitana, que contaría con casi 300 mil pobladores. / FOTO: CORTESÍA CUALTOS

ésta sea declarada por el Congreso, además del Artículo 3 de la Ley de Coordinación Metropolitana, que solicita por su conformación al menos 50 mil habitantes con dos o más municipios. La ZMT rebasa tal cifra, pues cuenta con más de 295 mil pobladores.

“Precisamente es lo que necesitamos para que la región crezca aún más y que algunas de las comunidades que la integren dejen de ser pueblos”, dijo Padilla Barragán, quien añadió que con estos preceptos se han creado las áreas metropolitanas del Sur y de Autlán, y están en análisis en el Congreso la de la Ribera de Chapala, la del Sureste y la de Ameca.

“No podemos negar que la región Altos Sur, cuya cabecera es Tepatitlán, es una zona muy importante para el estado de Jalisco. Hay cosas que nos unen cultural, económica y geográficamente. Si podemos unir esos esfuerzos, accederíamos a un recurso o fondo metropolitano que potencializaría más la zona”, agregó Rodríguez Gómez.

Beneficios por 122 millones

En la propuesta original de la zona metropolitana de Tepatitlán de Morelos incluían proyectos que sumaban una inversión de 122 millones de pesos por recursos del Fondo Metropolitano. Se trata de la modernización de la carretera Arandas-Tepatitlán (63 mdp), la Unidad Regional de Protección Civil con helipuerto (14 mdp), la carretera de Pegueros a Mirandillas (37 mdp), una Academia Intermunicipal de Po-

licía (14.5 mdp), la carretera San Ignacio-San José de Gracia (25 mdp) y el libramiento Acatic-Yahualica (14 mdp).

“Todos estos proyectos podrían resucitarse con la creación de la ZMT. No sólo eso: podría crearse un esquema de transporte metropolitano con el que fuera posible viajar con siete pesos desde Acatic hasta Arandas. Se tendrían mejores patrullas y podría resolverse el tema de la contaminación con un basurero regional. Además de que se podrán crear grandes avenidas que conecten a los municipios. Los fondos metropolitanos tienen recursos para eso”, afirmó Padilla Barragán.

Desde 2011 comenzaron las reuniones entre ayuntamientos, en las cuales participaron los académicos del CUALtos, Jorge Luis Rodríguez —que entonces era síndico de Tepatitlán— y Pablo Padilla Barragán. Aquellas sesiones culminaron con la aprobación en los cabildos y un convenio intermunicipal que reflejaba la voluntad de crear esta zona metropolitana.

A futuro esto podría hacer realidad dos de los grandes sueños de los empresarios de la región: un aeropuerto y un tren. Más aún si es considerado que la zona Altos Sur tiene una posición privilegiada al formar parte del corredor panamericano.

Ambos opinaron que, con la discusión de la iniciativa en el Congreso local, el Centro Universitario de los Altos podría convertirse en un espacio que albergue mesas de trabajo con los distintos actores para nutrir más el proyecto. ♦

COSTA SUR

Tala más allá de lo permitido

En varias zonas del estado se da un aprovechamiento sin control, e incluso clandestino, de los recursos forestales. Investigador de la UdeG opina que la solución del problema consiste en impulsar un buen manejo de los bosques

WENDY ACEVES VELÁZQUEZ

La madera es un recurso cada vez más aprovechado en la construcción, como combustible y para la fabricación de papel, tarimas y muebles. La fuerte demanda de este material ha vuelto común su explotación sin control por distintos sectores.

“Parte de esa demanda de madera la abastecemos de México y otra con la importación de productos forestales. Una parte se produce en bosques donde existen autorizaciones de aprovechamiento y programas de manejo para la producción comercial de madera; otra se explota directamente en comunidades rurales, y otra porción importante es la que se extrae clandestinamente, es decir, sin que exista un permiso. Esto es frecuente en bosques relativamente cercanos a zonas urbanas donde hay demanda de madera”, explicó el investigador del Departamento de Ecología y Recursos Naturales, del Centro Universitario de la Costa Sur (CUCSur), Enrique Jardel Peláez.

El experto, quien ha estudiado el tema por más de 35 años, mencionó que a través de un programa de manejo, las autoridades realizan estudios técnicos para definir o estimar cuánta madera o árboles podrán aprovecharse de una zona en condiciones en que pueda ser reemplazada de manera natural por medio del crecimiento de los árboles, por plantación y por el aumento de la masa forestal. No obstante, reconoció que existen zonas en las que se tala más allá de lo permitido.

Un caso actual es el del ejido Juanacatlán de Tapalpa, que se encuentra a hora y media del centro de Guadalajara. Con alrededor de siete mil hectáreas, los ejidatarios han denunciado que desde hace por lo menos seis meses existe tala de árboles sin marca, es decir, de especies de pino que las autoridades no han autorizado para que pudieran ser aprovechadas forestalmente.

Algunos integrantes del ejido calculan que varios ejidatarios han talado de manera clandestina, en ocasiones de noche y otras de día, por lo menos 200 árboles o 350 metros cúbicos. Preocupados por la situación en la que se encuentra el bosque, a través



Las consecuencias de la tala sin control son pérdida de la estructura del bosque, reducción de la existencia de madera y daño ambiental. / FOTO: JORGE ALBERTO MENDOZA

del comisariado del ejido buscan realizar las denuncias correspondientes ante la Procuraduría Federal de Protección al Ambiente (Profepa) y darle seguimiento al caso.

Los ejidatarios mencionan que otro problema es que los aserraderos de la zona reciben la madera sin la documentación legal, por lo que sospechan que otros ejidos podrían estar enfrentando una situación de tala clandestina similar a la que ellos viven. Indican que insistirán para que en los próximos días las autoridades vigilen los bosques y no continúen dañándolos.

La intensidad del problema varía según “el temporal y zona geográfica. Por ejemplo, en Tapalpa llega a darse este tema, pero a su vez hay ejemplos de buen manejo forestal. En la región de la Costa de Jalisco ha habido clandestinaje de maderas duras tropicales

que tienen alto valor y que incluso salen exportadas clandestinamente. En zonas como Michoacán el clandestinaje se llega a dar por organizaciones que se dedican a otras actividades ilegales, incluido el narco”, dice el investigador.

Refirió que las consecuencias de esta tala sin control pueden ir desde la pérdida de la estructura del bosque, reducción de las existencias de madera y daño ambiental.

Para el investigador de la UdeG, este no es un problema de vigilancia: “El problema es de la forma en cómo se organiza el manejo de los bosques. En los lugares donde hay permisos de aprovechamiento forestal, comunidades indígenas, ejidos o propietarios particulares que están interesados en conservar su bosque y al mismo tiempo aprovecharlo para generar empleo o ingresos,

no son tan frecuentes los problemas de tala clandestina porque los dueños lo protegen”.

Desarrollar buenas prácticas de manejo y sensibilizar sobre el tema es la manera de combatir el problema, a decir de Jardel Peláez, ya que “un bosque manejado provee servicios ambientales y la producción de un recurso con valor económico. Donde hay aprovechamientos forestales persistentes y planificados, no hay un problema de tala clandestina”.

Destacó que los buenos productores forestales y ejidatarios que protegen los bosques, invierten en silvicultura y siguen trámites legales complejos. “Cuando por otro lado llega alguien que no gasta nada en este manejo, simplemente saca la madera. Ahí tenemos un impacto ecológico y en la economía de la producción forestal”. ♦

LAGOS

Antidepresivos contra la MENOPAUSIA TEMPRANA

MARIANA GONZÁLEZ

Investigadores del Centro Universitario de los Lagos (CULagos), han encontrado que el uso de los antidepresivos podría ayudar a mejorar los síntomas de las mujeres que sufren menopausia temprana por extirpación de ovarios o útero debido a la presencia de cáncer.

La investigadora Rosa Isela García Ríos realiza una estancia posdoctoral en el CULagos para llevar a cabo un estudio al respecto en el que administra fluoxetina, uno de los antidepresivos más comunes y recetados en el mundo, con la finalidad de conocer sus efectos en ratas hembras que han sido sometidas a una cirugía.

Además de medir las reacciones emocionales, estudia la relación entre los cambios cerebrales producidos por la falta de hormonas, que suelen provocar diversos niveles de ansiedad y depresión.

García Ríos explica que cuando una mujer es sometida a la extirpación de ovarios (ooforectomía) o del útero (histerectomía), cambia el aporte hormonal en el cuerpo pero también en el cerebro.

“Eso produce cambios no sólo en los receptores hormonales, si no en receptores de otros sistemas de neurotransmisión que están asociados o trabajan en conjunto para que el cerebro se establezca, sobre todo en estructuras cerebrales del sistema emocional, mejor conocido como sistema límbico”, abunda la egresada de la Universidad Veracruzana.

Afirma que en México hay un incremento sustancial en las histerectomías y ooforectomías debido al aumento de casos de cáncer de matriz.

“La menopausia quirúrgica en mujeres con menos de 40 años es algo impactante para ellas, por las consecuencias en su salud mental y otras



Los antidepresivos pueden contrarrestar ansiedad y depresión provocadas por la falta de hormonas. / FOTO: ARCHIVO

Estudio de CULagos ha encontrado que el uso de fluoxetina, en dosis adecuadas, puede ayudar a combatir las consecuencias emocionales de la extirpación de ovario o útero en mujeres con cáncer

como osteoporosis, resequeadad de la piel y vaginal, síntomas que se presentan de manera más temprana, con más intensidad y duración”, afirma.

Experimentos con ratas

César Soria Fregoso, investigador del Departamento de Ciencias de la Tierra y la Vida del CULagos, explica que las ratas que forman parte del estudio son sometidas a pruebas para evaluar qué dosis de medicamento es necesaria para disminuir los efectos

de la menopausia y evitar síntomas depresivos, como la desesperanza y la ansiedad.

A las ratas se les aplican pruebas físicas para saber si presentan estos síntomas depresivos o de locomoción, y también a nivel molecular, para evaluar los cambios en la expresión de los receptores hormonales y su relación con la efectividad que tiene el fármaco.

García Ríos añade que las ratas han respondido al efecto del anti-

depresivo en una dosis menor de 4 miligramos a la que se utiliza de manera clínica en humanos, que es de 10 miligramos. “Por eso es que probablemente algunas personas que toman dosis normales tengan algún efecto contraproducente, que se sientan peor que como se sentían antes, y es que, como aumentan tanto los niveles de serotonina (un neurotransmisor cerebral), siempre debe haber un equilibrio, y ese se mantiene bajando la dosis del fár-

maco”, aseguró la especialista en neuroetología.

García Ríos asevera que a través de los experimentos con animales, se vio que el uso de este tipo de medicamentos es positivo para aminorar tanto los problemas hormonales como emocionales, siempre y cuando en humanos sean recetados por un especialista y en las dosis adecuadas.

“Hay que tratar de desmitificar el uso de los antidepresivos, porque desafortunadamente hay mucha desinformación en la población en general y se piensa que tomarlo son de las cosas que no debemos de hacer, pero sí se puede hacer, sin embargo tiene que tener un buen diagnóstico de la enfermedad y que sea una buena dosificación y planificación del tratamiento”, concluyó.

Tratamientos alternativos

De manera paralela a la investigación, los especialistas estudian el uso de la planta conocida como “muitle” o “muicle”, cuyas hojas son utilizadas por la gente para preparar tés para “limpiar la sangre”, regular el ciclo menstrual o calmar los síntomas pre-menstruales.

Esta planta llamada científicamente *Justicia spicigera* es muy común en los pueblos de la región de los Lagos. “Si la gente la está utilizando queremos saber qué tan seguro es para aminorar este tipo de problemas y en qué dosis es efectiva”, explica Soria Fregoso.

Los especialistas han hecho pruebas en ratas en las que han encontrado que los tés o infusiones de las hojas de esta planta ayudan a alargar los ciclos del diestro, es decir, cuando el endometrio se ensancha y luego es expulsado al no haber fecundación del óvulo.

No obstante, según los primeros resultados del estudio, en dosis distintas la planta también puede generar ansiedad o efectos antidepresivos. ♦

TONALÁ



Es importante unir caminos y fomentar las relaciones entre generaciones diferentes. / FOTO: JORGE ALBERTO MENDOZA

Conocerse para una mejor vejez

MARTHA EVA LOERA

Las relaciones sociales entre personas de las distintas generaciones deben rebasar el ámbito familiar. De ahí la importancia de que haya una mayor difusión sobre su conveniencia y los beneficios que traen para niños, jóvenes, adultos y personas de la tercera edad, afirmó Érika Muñoz Moreno, académica del Centro Universitario de Tonalá (CUTonalá), al hablar sobre la promoción que realiza en torno a las relaciones intergeneracionales entre jóvenes y adolescentes.

Calculó que la cultura en torno a estas relaciones en el país tiene un avance del 40 por ciento, por lo que hay que mejorar al respecto, sobre todo entre jóvenes, adultos y niños que no pertenecen a una misma familia.

Explicó que entre los jóvenes y niños todavía están vi-

gentes muchos estereotipos sobre los adultos mayores y viceversa. Incluso hay estudiantes universitarios que piensan que los adultos mayores son personas que están enfermas, encorvadas, con mal humor y un desagradable olor corporal, lo que no necesariamente es cierto. Existe la tendencia de algunos jóvenes a achacar todos los aspectos negativos a la vejez. Lo importante es romper estos esquemas. Hay personas de la tercera edad que practican deportes, tienen ochenta años y son mejores jugadores que, incluso, muchos jóvenes.

“He invitado a adolescentes de secundaria a jugar cachi-bol con la selección estatal compuesta por personas mayores de sesenta años y las mismas están en mejores condiciones para hacer ejercicio. Hay adultos mayores que siempre han practicado algún deporte y son personas plenas y saludables”.

Propiciar las relaciones entre jóvenes y adultos mayores es una forma para mejorar la calidad de vida de los que ya viven la tercera edad, y a los primeros para prepararse para esa etapa de la vida

Al superar los prejuicios acerca de la tercera edad, los adolescentes dan un paso en el aprendizaje sobre cómo envejecer y ver la vida desde una perspectiva diferente.

Señaló que muchos jóvenes creen que para su vejez tienen que hacer planes cuando están ya en esa etapa de la vida, cuando en realidad la preparación para llegar a esta edad debe empezar con antelación, con actividades en torno a prevención y promoción de la salud y actitudes como una buena alimentación y un estilo de vida saludable.

En el caso de los adultos jóvenes, es decir, personas de 30 a 40 años, también falta sensibilización sobre su cuidado personal. Suelen concentrar la mayor parte de su tiempo en uno, dos y hasta tres trabajos y conviven poco con el resto de la familia.

Si todos los mexicanos desde edad temprana practicaran algún tipo de deporte, cuidaran su salud física y psicológica e hicieran chequeos médicos rutinarios tendrían mejor calidad de vida a esa edad.

En contrapartida, muchos adultos mayores suelen pensar que los jóvenes no saben escuchar, ni tienen intereses, ni respeto, no les gusta pedir opiniones y si alguien les da un consejo no lo toman en cuenta. Hay quienes muestran resistencia a tener interactividad con un joven.

En cuanto a la actitud en torno de los adultos mayores hacia los niños, una de las tendencias es pensar que a estos no les interesa lo que pueda platicar una persona de edad avanzada.

Destacó que los vínculos de las personas mayores con los niños, por ejemplo, puede mejorar su estado psicológico y ello constituye uno de los factores que ayuda a superar problemas como la depresión.

La académica insistió en la importancia de la relación entre personas de distintas generaciones, es decir, entre niños, jóvenes, adultos y personas de la tercera edad, ya que todos se nutren mutuamente, y enfatizó la necesidad de realizar un estudio previo antes de la interacción para tratar de obtener los mejores resultados de esa convivencia.

Recalcó la importancia de sensibilizar y propiciar el conocimiento de los problemas que enfrentan los adultos mayores, pues son los niños y los jóvenes quienes en un futuro generarán políticas sociales a favor de las personas de la tercera edad. ♦



Hay adultos mayores que siempre han practicado algún deporte y son personas plenas y saludables

