

El origen de las enfermedades y la medicina

LEYENDA CHEROKEE

En un inicio los animales y los seres humanos vivían tranquilos y amistosamente, sin embargo, debido a la falta de respeto de los humanos por la vida animal surgió tensión entre ellos, obligando a los animales a desplazarse a otros territorios.

Los humanos cazaban a los animales por sus pieles y para alimentarse de ellos. Así, los animales se enojaron y decidieron castigar a los humanos a través de enfermedades.

Cuando las plantas aprendieron de los castigos de los animales a los humanos, acordaron ayudar a los humanos cuando estos les pidieran ayuda, proporcionándoles curas o alivios a través de ellas mismas para las terribles enfermedades que los animales idearon.

Desde entonces el chamán (médico), es el mediador de la tensión ya que conoce los poderes sagrados de las plantas y restaura la salud con sus remedios herbales.



Síguenos:

Letras para Volar



▲ ILUSTRACIÓN: @ELCHUBI_

¡Bienvenidos!

¡Hola, esperamos te encuentres muy bien! En esta ocasión La gacetita está especialmente dedicada a la pandemia, o sea, una enfermedad que se dispersa por muchos países, justo como la que estamos viviendo actualmente en todo el mundo.

Esta pandemia se debe a un virus llamado SARS CoV-2, mejor conocido como Coronavirus, y a la enfermedad que causa: COVID-19.

Te queremos hablar sobre la pandemia para que te informes y sepas cómo cuidarte. Así, podrás descubrir datos interesantes sobre temas relacionados como los "ventiladores", los murciélagos o por qué se suspendieron las Olimpiadas 2020, además de algunas precauciones que debes tomar para no enfermarte.

¡No te quedes sin leer!



ILUSTRACIÓN: LUCY

PALABRAS NUEVAS

ANGUSTIA: la angustia es un estado de inquietud y nerviosismo muy intenso, producido por algo molesto o por la amenaza de una tragedia o peligro.

PANDEMIA: se llama así a la propagación mundial de una nueva enfermedad a varios países a la vez.



Está bien no estar bien

JOSUÉ CHÁVEZ

¿Alguna vez has tenido pesadillas? Son sueños que te asaltan de repente al dormir y te roban la tranquilidad, pueden llegar a ser muy intimidantes y causarte mucho miedo y angustia. Lo bueno es que al despertar te libras de las pesadillas porque no son reales. La mayoría de las veces, el malestar que te provocan es fugaz y en un par de minutos puedes volver a dormir.

Sin embargo, hay cosas en nuestras cabezas que son reales y la angustia que nos hacen sentir también lo es. Si te preguntas de qué podría estar hablando, me refiero a las emociones que, a diferencia de las pesadillas o los amigos imaginarios, son reales. Las emociones son reacciones a las cosas que nos pasan todos los días y sirven para que aprendamos de nuestras experiencias, si algo te hizo sentir una emoción negativa aprendes a evitar lo que te hizo sentir mal.

El día de hoy, el mundo está viviendo momentos desconocidos para la mayoría, tanto chicos como grandes estamos aprendiendo a lidiar con los cambios que han venido con la pandemia. Estos cambios te pueden hacer sentir triste, confundido, frustrado o incluso enojado, pero tienes que saber que está bien. Es normal que ante momentos difíciles te sientas abrumado por todas las emociones que puedes estar sintiendo, eso no significa que haya algo mal en ti, solo significa que estás aprendiendo a manejar situaciones que son nuevas para todos.

Tener emociones negativas es algo normal en las personas y son tan reales como las cosas que las provocan, pero recuerda que, así como las pesadillas, las emociones son pasajeras. Es importante aprender a identificar cuando nuestras emociones nos superan y recordar que siempre podemos pedir ayuda a las personas cerca de nosotros para sentirnos mejor, porque unidos podemos superar cualquier pesadilla.

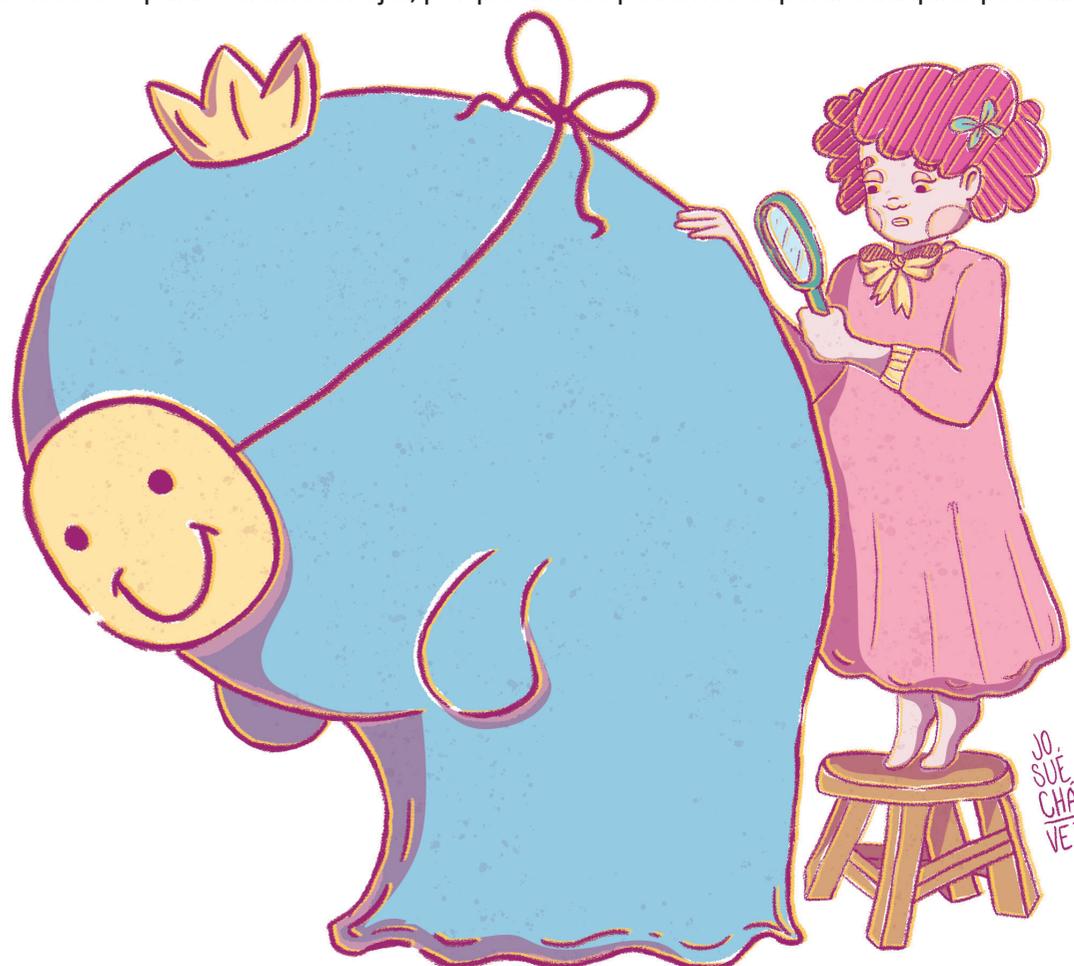


ILUSTRACIÓN: @JOSUECHA.ART



Presenta a:

- Eva Briseño -

MELISSA GABRIELA JIMÉNEZ ARELLANO

En una emergencia sanitaria como la pandemia de COVID-19 que estamos viviendo ahora es muy importante agradecer, apoyar y escuchar a las y los doctores, paramédicos y enfermeros, por su arduo trabajo asegurándose que todas y todos nos encontremos bien.

Así como quienes nos atienden ahora, siempre ha habido personas que dedicaron su vida a atender a los enfermos y necesitados, como la enfermera Evarista Briseño. Ella nació el 25 de octubre de 1860 en la Venta del Astillero, Jalisco. Cuando Eva todavía era muy pequeña toda su familia se mudó a Zapopan a la calle “Solís”.

Eva estudió enfermería en el Hospital que estaba anexo a la parroquia San Pedro Apóstol, con su ternura y familiaridad se ganó el apodo de “la Niña Eva” que era como la llamaban la mayoría de sus pacientes, en especial los niños enfermos de sarampión, viruela y tuberculosis que ella atendía personalmente.

En ese mismo Hospital, Eva enseñó enfermería a muchas mujeres que casi siempre se regresaban a sus pueblos para ayudar a los enfermos; estas mujeres alumnas de Eva fueron las que después atendieron a numerosos heridos durante la Revolución mexicana.

Ese Hospitalito era la única opción de los zapopanos que no podían pagar el traslado hasta Guadalajara para recibir atención médica. Cuando este hospital cerró, Eva sabía que muchas personas con poco dinero no tendrían a dónde ir, así que junto con el único doctor de la zona fundó un orfanatorio y una botica. En el orfanatorio ella misma daba clases de primaria, costura y enfermería para que todas las niñas aprendieran un oficio. Además ayudaba al doctor atendiendo a todos los enfermos que llegaban a la botica cuando él estaba ocupado.

Cuando falleció en 1941, todos los zapopanos la recordaban con mucho cariño, por lo que la calle “Solís” donde vivió Eva cuando era niña, cambió de nombre a “Eva Briseño” en honor a la dedicada enfermera.



ILUSTRACIÓN: JERO GARCÍA

Palabra clave: _ _ _ _ r _ _ _ _

Referencias:

- García Audelo, Miguel (ed). (2018), *Zapopan: una historia entre siglos*. Zapopan, Jal.: Ayuntamiento de Zapopan y Editorial Página Seis.
- Eva Briseño. Jaliscienses distinguidos- Secretaría del Estado de Jalisco. – Dirección de Estudios Municipales. Recuperado de: <https://www.jalisco.gob.mx/es/jalisco/jaliscienses/brisen-eva>



#3emojischallenge

EDUARDO GONZÁLEZ

La cuarentena nos ha llevado a realizar varios cambios en nuestra vida cotidiana, como tomar clases en línea, no poder salir a jugar con nuestros amigos, dejar de ir al cine, entre otras cosas. Puede que todo esto nos parezca difícil, pero recuerda que es momentáneo.

¿Por qué no concentrarnos en las cosas que sí podemos hacer? Podemos ver una película con nuestros papás, jugar videojuegos online con nuestros amigos, aprender a tocar un instrumento, leer nuestros cuentos favoritos o aprovechar el tiempo para dibujar y echar a volar nuestra imaginación. A propósito de eso, ¡te reto a un desafío: el reto de los 3 emojis!

Consiste en elegir 3 emojis al azar y combinarlos para crear un personaje, puedes decirle a tus papás o hermanos que los elijan por ti, o escogerlos tú mismo con los ojos cerrados. Observa sus formas y colores y crea el personaje más divertido que puedas. Dibújalo, tómale una foto y compártela en tus redes sociales, no olvides etiquetar a @letrasparavolar.



ILUSTRACIÓN: @ELCHUBI



(esos son los emojis que usé en mi ilustración)

Palabra clave: _ _ _ r _ _ _ _

Haz tu #3emojischallenge aquí:

Que no te lo cuenten

ERIC TONATIUH TELLO

Mi héroe eres tú



IASC
Inter-Agency Standing Committee

Mi héroe eres tú

¡Algo está pasando! Las personas están encerradas en casa y un enemigo invisible pone en peligro la salud de todos, se trata del COVID-19 mejor conocido como coronavirus. Adultos muy valientes luchan para salvar a las personas y los niños pueden ayudar también.

Sara y Ario realizarán un viaje por todo el mundo para informar a otros niños cómo convertirse en héroes y proteger a sus seres queridos.

Descubre la historia completa en el libro Mi héroe eres tú. Protege a los que te rodean y ayuda a combatir la pandemia.

AGENDA

septiembre 2020

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

¡Visita el Facebook de la Librería Carlos Fuentes! para ver cuentacuentos, cuentiyoga y talleres, con los que te divertirás mientras te quedas en casa.

Cuentiyoga en familia "Mejor no se lo cuento a nadie"
Imparte: Cuentacuentos GDL
Jueves 17 a las 11:00 horas

Taller infantil "La noche de las estrellas"
Imparte: Jorge Aguilera
Viernes 18 a las 16:00 horas

Cuentacuentos "El zorro y el aviador"
Narrado por El pirata cuentacuentos
Miércoles 23 a las 16:00 horas

Cuentiyoga en familia
"La chocolatería de la bruja"
Imparte: Cuentacuentos GDL
Miércoles 30 a las 11:00 horas



ILUSTRACIÓN: LUCY



SAÚL PÉREZ ARANA

¡Todos a lavarnos las manos!

La pandemia actual nos ha obligado a cambiar los hábitos y las formas de trabajar a las que estábamos acostumbrados. Sin embargo, hay un consejo que siempre se nos ha dicho y que ahora ha aumentado su importancia, es el siguiente: lavarnos las manos constantemente.

¿Por qué lavarnos las manos es tan bueno? El motivo es el cómo interactúan las moléculas que componen los virus y bacterias con las moléculas que componen el jabón. Así que pongamos manos a la obra y veamos de qué está hecho el coronavirus.

Necesitarás



un vaso de vidrio

aceite de cocina

agua

jabón líquido para cocina

Procedimiento:

1. Llena el vaso de agua a la mitad con agua de la llave.
2. Agrega aceite suficiente como para cubrir el área superficial del agua.
3. Observa cómo el aceite tiende a formar esferas y a separarse del agua, toca dichas burbujas gentilmente de tal manera que todas se unan entre sí y formen una capa uniforme sobre el agua.
4. Ahora agrega un pequeño chorro de jabón sobre el aceite y agita ligeramente la mezcla de aceite y agua.
5. Observa de nuevo lo que ocurrió con la capa de aceite que antes estaba.

¿Qué ocurre?

En el caso de las grasas, que es de lo que está hecho el aceite, sus moléculas son tan largas que tienen un extremo polar y uno apolar. Las moléculas polares se llevan mejor con moléculas igualmente polares y las moléculas apolares son más afines a moléculas apolares. Es por esto que las grasas tienden a formarse en doble fila, de tal manera que al interior de las filas queda su lado apolar y al exterior su lado polar. Y esto se ve en la capa que se formó al verter el aceite sobre el agua.

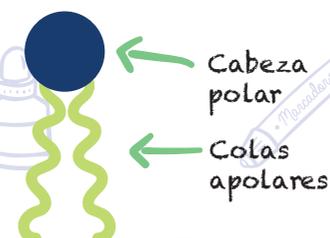
La envoltura del coronavirus está hecha de la misma manera que una capa de grasa. El jabón tiene moléculas que se comportan igual que la grasa por lo que compite para tomar su lugar y rompe la capa de grasa. Al final del experimento puedes ver cómo el jabón toma el lugar del aceite y lo envuelve de tal manera que sólo quedarán burbujas de aceite rodeadas por jabón.

Lo mismo pasa con el coronavirus, una vez que se rompe su capa de grasa el jabón envuelve todo y permite que el agua se lo lleve después para que así deje de ser un peligro para ti.

PALABRAS NUEVAS

MOLÉCULA POLAR: los átomos están hechos de partículas con cargas, los electrones tienen carga negativa y se comparten entre los átomos de una molécula. Si al momento de "compartir" los electrones un átomo los acerca más a sí mismo que los otros átomos, se puede dar una molécula polar (es decir que se comporta como un imán con una zona positiva y una negativa).

MOLÉCULA APOLAR: en este caso todos los átomos comparten por igual los electrones, por lo que esta molécula no tiene un polo negativo y uno positivo.



Palabra clave: _ _ r _ _



▼ ILUSTRACIÓN: @ALX_VIRAMON

¡Dato interesante!

El coronavirus no es el único virus que tiene una envoltura de grasa, también lo tienen el virus de la influenza, el de la hepatitis D, algunos virus que causan herpes, entre muchos otros. Es por eso que lavarse constantemente con jabón reduce bastante el contagio de diversas enfermedades.

Referencias:

- Thordarson, P. (2020). The science of soap—here's how it kills the coronavirus. *The Guardian*, 12.
- Blough, H. A., & Tiffany, J. M. (1973). Lipids in viruses. *Advances in lipid research* (Vol. 11, pp. 267-339). Elsevier.
- Brown, T. L. (2009). *Chemistry: the central science*. Pearson Education.

Tecnología



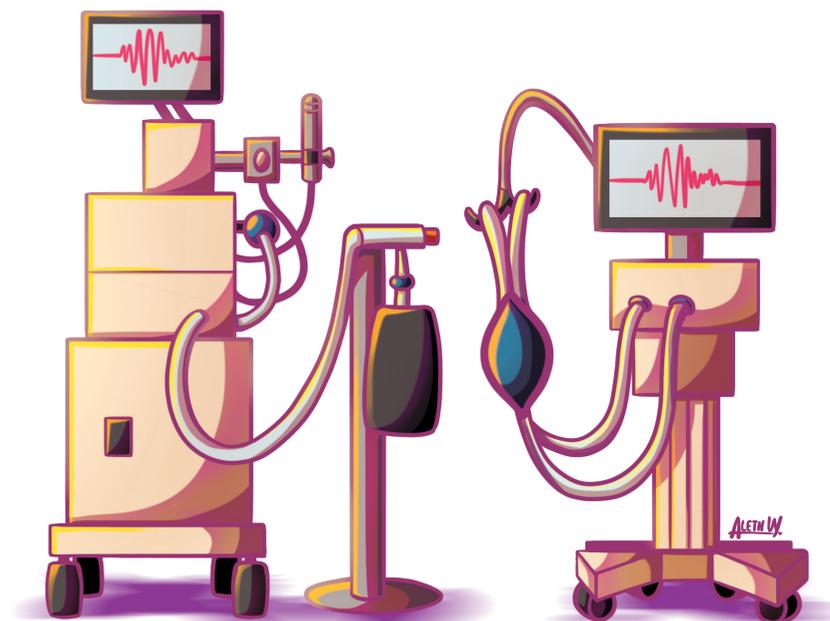
¡Ehecatl 4T y Gätsi al rescate!

EDGARD FLORES

El COVID-19 es la enfermedad provocada por el coronavirus y ataca especialmente a los pulmones, es por eso que muchas de las personas que enferman necesitan aparatos especiales llamados “ventiladores” para que les ayuden a respirar. Estos ventiladores suelen ser muy caros porque no son fáciles de fabricar y deben traerse de otros países.

Con la pandemia, todo el mundo está necesitando de aparatos ventiladores, por eso muchas empresas y universidades ofrecieron sus diseños y planos para que cualquier país pueda fabricarlos. Gracias a estos esfuerzos y a un arduo trabajo, científicos mexicanos del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACyT) lograron diseñar dos nuevos modelos de ventilador. Estos nuevos ventiladores serán fabricados 100% en México y fueron bautizados como “Ehécatl 4T” y “Gätsi”. Sus nombres significan: “dios del viento” en náhuatl y “suspiro” en otomí.

Así, con tecnología y diseños mexicanos podremos fabricar los ventiladores de forma más barata y serán más las personas que puedan beneficiarse. Los primeros estados donde se distribuirán son los que menos ventiladores disponibles tienen, por ahora Veracruz y Oaxaca. Además se está trabajando para comenzar a mandarlos al resto del mundo.



▲ ILUSTRACIÓN: ALETH

Palabra clave: _ _ _ t _ _ _ _ _



Una pausa en el deporte

ISABEL JUÁREZ VALLARTA



▼ ILUSTRACIÓN: MAY_WTCH

¿Alguna vez le has puesto pausa a un juego? Quizá porque tienes que ir a comer o para hacer la tarea. Ese momento es una promesa de regresar una vez termines tus quehaceres, pero te has preguntado ¿qué pasaría si esa pausa se prolonga hasta nuevo aviso?

Algo similar pasó con los Juegos Olímpicos que se celebrarían en el verano de este año, en la ciudad de Tokio, sin embargo, el plan cambió debido a la pandemia que afecta a todo el mundo. Sin demasiada certeza, se decidió poner una pausa hasta el verano del próximo año. Pero no creas que los Juegos Olímpicos fueron los únicos en hacer una pausa de sus actividades, todas las ligas deportivas decidieron hacerlo, ante todo por la seguridad de los atletas.

En nuestro país, poco a poco, se realizan eventos deportivos, con un mínimo de personas y siguiendo muchas reglas, como pruebas clínicas y aislamiento en todos los deportistas, antes y después de un evento. ¿Te imaginas que, en lugar de asistir a un partido de fútbol, pongan una fotografía tuya en el asiento del estadio? Bueno, pues esa fue una alternativa para quitar la pausa en algunos deportes. Mientras todo vuelve poco a poco a la normalidad, sé precavido, guarda distancia y lava tus manos continuamente.

Palabra clave: _ _ _ i _

Las pandemias en la historia

YANIN CORTES

ILUSTRACIÓN: @UN_MATY



¿Sabías que existieron pandemias que transformaron las sociedades y el curso de la historia? Te presentamos algunas pandemias que ha enfrentado la humanidad.

Peste negra: el peor brote se vivió a mediados del siglo XIV, se ignoraban sus causas y esto ayudó a que se propagara a gran velocidad, convirtiéndose en una de las mayores pandemias de la historia. Aún se encuentran brotes activos en la actualidad.

Viruela: se conoce desde hace unos 10,000 años, era una enfermedad grave y extremadamente contagiosa, se expandió cuando los conquistadores cruzaron el océano. Después de casi 100 años, Edward Jenner probó la vacuna científicamente eficaz. El último caso que se tuvo de esta enfermedad fue en 1977.

Gripe española: se registró el primer caso en 1918. Los sistemas de salud se vieron desbordados en todo el mundo y murieron entre 20 o 50 millones de personas.

Gripe de Hong Kong: fue registrada en esta ciudad en 1968 y se expandió por todo el mundo. Un millón de personas fueron víctimas de esta nueva gripe.

Recuerda que las enfermedades siempre nos han acompañado. Entenderlas, atenderlas y sobre todo actuar por un bien común es parte de lo que nos corresponde para poder afrontar estas situaciones. Nuestras vidas se han modificado en este año, si atendemos las indicaciones y las medidas sanitarias saldremos más rápido de la actual pandemia del COVID-19.

Palabra clave: _ _ _ _ _ a

animales Murciélagos

JUDITH GONZÁLEZ

Los murciélagos son los únicos mamíferos con alas capaces de volar. Su visión es muy limitada, pero eso no les impide orientarse porque tienen un sistema de ultrasonido de alta frecuencia, inaudible para los seres humanos, que les permite localizar obstáculos y alimentos.

Son nocturnos y viven alrededor de 20 años. La naturaleza los quiere mucho porque son polinizadores, esto es, transportan semillas de plantas a lugares donde puedan seguir creciendo. Comen insectos y con esto también contribuyen a regular poblaciones de mosquitos y otras plagas, esto ayuda a los humanos porque permiten que los cultivos de verduras crezcan sanos y lleguen a tu mesa.

Han sido constantemente acusados de provocar la pandemia del Covid-19, aun cuando no hay evidencia científica de que esto sea verdad, no son culpables de transmitir la enfermedad. El problema no son los animales sino nuestra relación con ellos ya que el tráfico ilegal de especies y la degradación del medio ambiente son situaciones que nos ponen en contacto con especies salvajes y aumenta la probabilidad de que los virus salten de una especie a otra. Hasta ahora sabemos que los murciélagos no nos contagian, pero las personas sí. Al salir usa siempre cubre bocas.

Palabra clave: _ _ _ _ _ é _ _ _ _ _



ILUSTRACIÓN: @LORELAIN_H



**enciende
tus neuronas**

Qué hacer y qué no hacer ante el coronavirus

COCO MARTÍNEZ

Clasifica en estos tres grupos las siguientes ideas en torno a la pandemia ocasionada por Covid-19:

<p>Síntomas:</p>	<p>Precauciones:</p>	<p>Acciones no informadas:</p>
-------------------------	-----------------------------	---------------------------------------



Quedarse en casa



Temperatura corporal elevada



Uso de cubrebocas



Asistir a lugares concurridos



Realizar compras excesivas



Desinfectar artículos provenientes de la calle



Dolor de cabeza



Debilidad



Lavarnos las manos con frecuencia



Dificultad para respirar



Salir en grupos

Comparte con nosotros: Toma una foto, haz un dibujo o escribe sobre las actividades divertidas que puedes hacer desde casa y envíasalas por mensaje directo al Facebook de Letras para Volar @letrasparavolar.oficial

Respuestas: 2, 7, 8, 10
Precauciones: 1, 3, 6, 9
Acciones no informadas: 4, 5, 11



Pasatiempo: un crucigrama

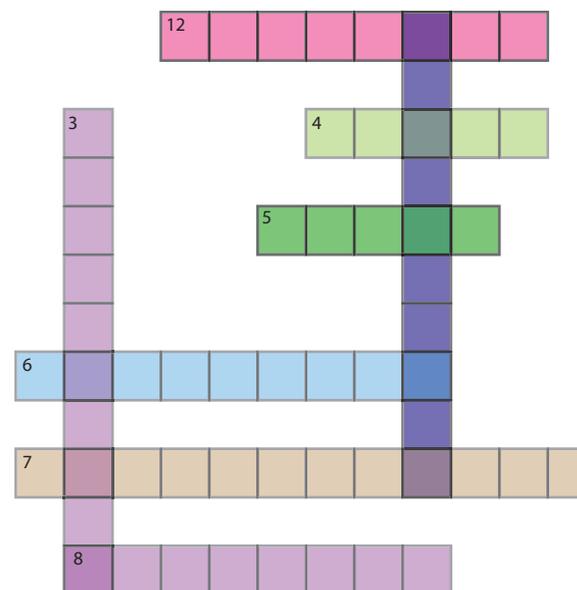
Instrucciones: el crucigrama se completa con la palabra clave que aparece al final de cada sección; si hubo alguna que no descifraste, no te preocupes, aquí te damos más pistas:

VERTICALES:

1. Enfermedad que se extiende por todo el mundo.
4. Algo microscópico que te puede hacer enfermar cuando se introduce en tu cuerpo.

HORIZONTALES:

2. Mamíferos que vuelan y se orientan con un radar.
3. Tiempo de guardar reposo y aislarse de los demás.
5. Ciudad en la que se realizarían los juegos olímpicos 2020.
6. Persona que cuida y ayuda a otras personas a sanar.
7. Aparatos que se utilizan para ayudar a respirar a las personas que se enferman de COVID-19.
8. Cuando una persona se encuentra muy inquieta o nerviosa, algunas veces no tiene claro cuál es su malestar.



¡Descarga la App!



Visítanos: letrasparavolar.org

Sé parte de Gacetita y cuéntanos sobre ti y lo que más te divierte. Envía tu historia a buzonlpv@gmail.com