

Popol Vuh

FRAGMENTOS

¡Hágase así!
¡Que se llene el vacío!
¡Que esta agua se retire y desocupe el espacio, que surja la tierra y que se afirme!
Así dijeron.
¡Que aclare, que amanezca en el cielo y en la tierra!

Primero se formaron la tierra, las montañas y los valles; se dividieron las corrientes de agua, los arroyos se fueron corriendo libremente entre los cerros y las aguas quedaron separadas cuando aparecieron altas montañas.

Síguenos:

Letras para Volar



▲ ILUSTRACIÓN: @_ILUSTRAGE_

¡Hola!

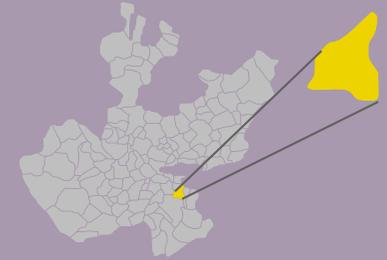
Estamos felices de presentarte la primera Gacetita UdeG del 2021. En esta ocasión, aprovechando que empieza el año, queremos hablar de los inicios, por eso en Dato histórico encontrarás información sobre la primera mujer médica de México; en Cientílocos aprenderás a deshidratar frutas para que incorpores frutos secos a tu alimentación; por otro lado, en Tecnología descubrirás cómo en la Unión Europea están empezando a reglamentar que las empresas te informen si un producto electrónico que compres es reparable, y su tiempo de vida útil.

¡No te quedes sin leer!



Destino Mazamitla

ANDREA CASTAÑÓN



Huellita Viajera

¿Ya escribiste tu lista de propósitos para este nuevo año? ¿Sí? Yo también, y estoy segura de que viajar es uno de esos propósitos, ¿verdad? Viajar a la playa, a otra ciudad ¡o hasta a Disneylandia!

Ir a cualquiera de estos lugares sería genial, pero sabemos que la pandemia todavía no termina, y que debemos ser cuidadosos y responsables cuando salimos a la calle con nuestro cubrebocas bien puesto y nuestras manos limpias, ¿cierto? Pero, como es importante también que pasemos buenos momentos con los que más queremos, te propongo que pensemos en un destino cercano.

¿Qué tal Mazamitla? Este bonito pueblo está a dos horas y media de Guadalajara. Si ya lo has visitado, sabrás que está rodeado de montañas boscosas, y que por eso hace tanto frío. Si nunca has ido, créeme que te llevarás una agradable sorpresa al ver las calles llenas de color, por las flores que adornan los balcones de las casitas blancas con tejados cafés. Si te gusta más la aventura, andar en bicicleta y caminar, te recomiendo visitar la cascada El Salto o el jardín Encantado; ahí verás cabañas de madera, muchos árboles y riachuelos que te harán sentir en un lugar mágico.



<https://bit.ly/3oWXBpl>

¿Has ido al tianguis navideño del Parque Morelos en Guadalajara? Seguramente habrás visto los carritos, yoyos, baleros y trompos hechos con madera. Pues en Mazamitla, dentro de su mercado de artesanías, encontrarás muchos más juguetes hechos con madera de pino: guitarras, cunas, pirinolas, matracas, ábacos, camiones de carga, camitas, tocadores... y muchos más. Vale la pena que veas con tus propios ojos estos juguetes que son un orgullo para los artesanos de México.



Si te gustan los calditos que prepara tu mamá cuando hace frío o te sientes mal, te recomiendo probar el platillo típico de Mazamitla, llamado "el Bote", un caldo muy sabroso que lleva carne de res, pollo y puerco,

además de papa, zanahoria, calabaza y chayote. Pero si te gusta más lo dulce, te invito a probar los deliciosos jamoncillos o dulces de leche, y los de cajeta. ¡Te encantarán!



Jamoncillos



"El bote"

DIRECTORIO: Ricardo Villanueva Lomelí, **Rector General** · Héctor Raúl Solís Gadea, **Vicerrector Ejecutivo** · Carlos Iván Moreno Arellano, **Coordinador General Académico** · Laura Morales Estrada, **Coordinadora General de Comunicación Social** · Patricia Rosas Chávez, **Directora de Letras para Volar y Coordinadora editorial de Gacetita** · **Comité editorial:** Carmen Villoro, Jorge Souza, Alfredo Ortega, Sayri Karp, Jorge Orendáin, Fernando Riveros, Paty Bravo, Mayra Moreno y Matías Romo · **Edición:** Equipo Letras para Volar · **Diseño:** Matías Romo, Alexis Ortíz, Diana Ramírez, Itzel Pérez, Lorena Hernández, Lucía de la Torre y Jero García. Agradecemos en especial al realizador de la portada de este mes, LUCÍA DE LA TORRE (@_ILUSTRAGE_) · **Gacetita UdeG** es un suplemento mensual gratuito de **La gaceta de la Universidad de Guadalajara**.

Gacetita UdeG es un Suplemento Especial de La gaceta de la Universidad de Guadalajara, publicación editada desde 1995, por la Universidad de Guadalajara, a través de la Coordinación General de Comunicación Social. Av. Juárez 975, piso 6, Guadalajara, Jalisco, México. Tel. 3134-2222, ext. 12613. Editor responsable: José Luis Ulloa Luna. *Reservas de derecho al uso exclusivo*: 04-2009-061113265900-109. Número de certificado de Licitud de Título y Contenido: 15449. Ambos otorgados por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización de la Universidad de Guadalajara.



Presenta a:

- Amado Ruíz Sánchez -

MELISSA GABRIELA JIMÉNEZ ARELLANO

Los inicios pueden sucederte a ti y a tu familia, o ser algo importante incluso para todo el país. Ser el primero o la primera en hacer algo puede ser difícil, pero con la motivación, el esfuerzo y el apoyo adecuado, se pueden lograr grandes cosas que ayuden a mucha gente, eso fue lo que hizo el doctor Amado Ruíz Sánchez.

El Dr. Amado Ruíz nació en Guadalajara, Jalisco en 1912, desde que era pequeño le interesó mucho la ciencia. Su mamá Esther se preocupó por que su educación y la de su hermano Francisco nunca se detuviera. Ambos hermanos entraron a estudiar Medicina a la Universidad de Guadalajara, pero a Amado le interesaba la investigación, tanto que antes de graduarse ya había publicado dos libros sobre fisiología.

Para continuar investigando consiguió una beca para estudiar en Estados Unidos en la Universidad Cornell de Nueva York, y en la clínica Trudeau Sanatory en Saranue Lake. Ahí trabajó en varias investigaciones para curar la Tuberculosis, una enfermedad muy grave que ahora es poco común y fácil de curar, pero que en ese entonces cobraba muchas vidas.

Amado se especializó en el estudio de los antibióticos, que son medicamentos que se utilizan para curar enfermedades producidas por bacterias (como la amigdalitis, la tuberculosis y otras infecciones), en esa época el uso de esta medicina apenas iniciaba en Estados Unidos y todavía no llegaba a México.



Cuando regresó a su país, el Dr. Ruíz Sánchez trabajó en el Hospital Civil de Guadalajara junto con su hermano, fue jefe de residentes y subdirector del mismo hospital, además fue profesor en la Facultad de Medicina de la UdeG. Pronto se dio cuenta de que si quería curar a las personas tenía que utilizar antibióticos, y se puso en contacto con el Dr. McDermott, a quién conoció en Nueva York, y lo convenció de hacer una investigación sobre medicamentos contra la tuberculosis en el Hospital Civil, gracias a esta investigación llegaron a México los primeros diez tipos de antibióticos, con su aplicación se curaron muchas enfermedades y se salvó la vida de muchísimas personas. El doctor Amado fue también el primer médico jalisciense que ingresó a la Academia Nacional de Medicina, y siguió recibiendo premios y reconocimientos hasta que falleció en 1984.

Palabra clave: A _ _ _ _ _ ó _ _ _

Referencias:

Ruíz Sánchez, Amado, Jaliscienses Distinguidos, Gobierno del estado de Jalisco.
Recuperado de: <https://www.jalisco.gob.mx/es/jalisco/jaliscienses%20distinguidos/ruiz-sanchez-francisco>



Optimistas pero realistas

JOSUÉ CHÁVEZ

Cuando iniciamos un año nuevo hay dos sentimientos que comúnmente nos invaden, la nostalgia del año que se ha ido, y la esperanza de que el nuevo ciclo que empieza sea mejor que el anterior. Sin embargo, este año tal vez te puedas sentir un tanto diferente, pues el término del año 2020, lejos de darnos nostalgia, nos trae un sentimiento de alivio que las personas alrededor del mundo compartimos; con noticias sobre vacunas para enfrentar esta pandemia, el mundo volviéndose a mover, y las personas intentando salir de esta crisis mundial al unísono, pareciera que por fin estamos dejando atrás un año lleno de sorpresas desagradables.

El año 2021 parece prometernos un borrón y cuenta nueva, y el usual sentimiento de esperanza no hace más que crecer y crecer. Pero no podemos dejar al cambio de año la responsabilidad de resolver los problemas que tenemos pendientes, si bien el tiempo ayuda a que las cosas puedan avanzar, tenemos que hacernos responsables de lo que nos toca resolver, pero no te preocupes, esto no significa que pasemos todo el año angustiados por la crisis global, y tampoco es necesario que vivamos con la incertidumbre de cuándo saldremos de este bache.

La mejor manera de decidir tus propósitos de Año Nuevo, en un año repleto de retos como el 2021, es ser optimista pero realista: primero tienes que saber cuáles serán los retos que tendrás este año, seguramente hay cosas que sabes que tendrás que enfrentar, como el regreso a clases presenciales; luego tienes que ponerte metas que te ayuden a superar tus retos, recuerda que seguimos viviendo en circunstancias extraordinarias y todos estamos haciendo lo mejor que podemos, las metas que te pongas tienen que ser alcanzables en tu vida cotidiana, y dejar un impacto positivo en tu vida, de esta manera, al finalizar el año te sentirás contento de ver tus metas cumplidas. ¿Se te ocurre alguna meta que podrías cumplir este año?

Palabras clave: I _____

Palabras clave: O _____



PALABRAS NUEVAS

INCERTIDUMBRE:
desconocimiento acerca de lo que sucederá en el futuro.

OPTIMISMO: disposición positiva frente a una circunstancia.

Que no te lo cuenten

ERIC TONATIUH TELLO



Nuevos amigos

Constantemente nos enfrentamos a cosas nuevas, pero, ¿te imaginas cómo sería iniciar una nueva vida? Así le pasó a Rafi Bamoko, cuando su familia se tuvo que mudar a un lugar completamente desconocido para él. Dejó atrás a sus amigos, su escuela y sus costumbres, pero este cambio representó una oportunidad para realizar nuevas actividades y conocer nuevos amigos.

Descubre la historia de Rafi y su nueva amiga Ki, en el libro *Nuevos amigos*, escrito e ilustrado por Tomi Ungerer.



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

Taller infantil
Sigue el camino amarillo
Título: El mago de Oz
Presenta: Jorge Aguilera y equipo.
Miércoles 13 a las 16:00 horas

Taller infantil
El día más divertido
Título: Roro el rugidos
Presenta: Jorge Aguilera y equipo.
Miércoles 27 a las 16:00 horas



“Fruta en el desecador”

Aquí en *Cientílocos* queremos desearte lo mejor en este nuevo inicio de año, e invitarte a empezar con el pie derecho. Una buena manera de hacerlo es comiendo más frutas, que son ricas en muchos nutrientes, pero suelen durar muy poco ¿no crees? Un día las pones en tu frutero y a la semana ya están cambiando de color y oliendo mal.

Uno de los métodos que se han utilizado desde tiempos antiguos es deshidratar la fruta, lo cual ayuda a que ésta dure mucho más. Lo mejor es que este método es fácil, barato y utiliza

energías renovables, como el sol, por lo que es amigable con el medio ambiente.

El único problema es que al poner a secar la fruta bajo el sol, queda expuesta a la intemperie por lo que es necesario construir un desecador. Al utilizarlo se evita que a la fruta le caiga polvo o que los insectos las dañen y ensucien. Aquí te explicamos como hacer un desecador, y por qué secar la fruta sirve para preservarla.

Necesitarás



Pasos

1. Cubre el interior de la caja con el papel negro y asegúralo con la cinta adhesiva.
2. Forra el lado interior de la tapa de la caja con papel aluminio y pégalo con la cinta adhesiva.
3. Pon la fruta de tu preferencia dentro de la caja, pueden ser uvas si quieres hacer pasas. En el caso de plátanos, peras, manzanas o duraznos te recomendamos cortarlos en rebanadas delgadas.
4. Ahora cubre la fruta con el plástico transparente para proteger la fruta, y asegúralo de ser necesario con cinta adhesiva.
5. Ahora pon tu desecador al sol, tienes que poner la tapa cubierta con papel aluminio de tal manera que refleje la luz hacia la fruta, asegúrala en su posición con el palo de madera usando la cinta adhesiva.
6. Ahora sólo tienes que esperar a que tu fruta se seque. Si puedes ajustar la posición de la tapa conforme pasa el día harás más rápido el secado. Que la fruta se seque puede tomar varios días y dependerá del clima.

¿Por qué el secado de fruta ayuda a preservarla?

Durante el secado, el calor hace que el agua y otros componentes de la fruta se evaporen. Sin agua, los microorganismos no pueden crecer en la fruta y tampoco pueden ocurrir las reacciones químicas que causan la putrefacción.

Fuentes:

Chang, S. K., Alasalvar, C., & Shahidi, F. (2016). Review of dried fruits: Phytochemicals, antioxidant efficacies, and health benefits. *Journal of Functional Foods*, 21, 113-132.
Nelson, M. R. (2010). Food Preservation. In K. Krapp (Ed.), *Experiment Central: Understanding Scientific Principles Through Projects* (2nd ed.). UXL. <https://link.gale.com/apps/doc/CV2644200085/SCIC?u=udgsems&sid=SCIC&xid=2a88a539&sid=SCIC&xid=a666758f>



DATO INTERESANTE

La fruta seca es una gran fuente de potasio, fibra, carbohidratos, entre otros nutrientes. Existen evidencias que sugieren que dietas altas en fruta seca disminuyen el riesgo de obesidad, ciertos tipos de cáncer, diabetes tipo 2 y también osteoporosis. Por esto, y por su sabor delicioso, las frutas secas son un bocadillo perfecto.



Iniciando el debate por el derecho a reparar

EDGARD FLORES

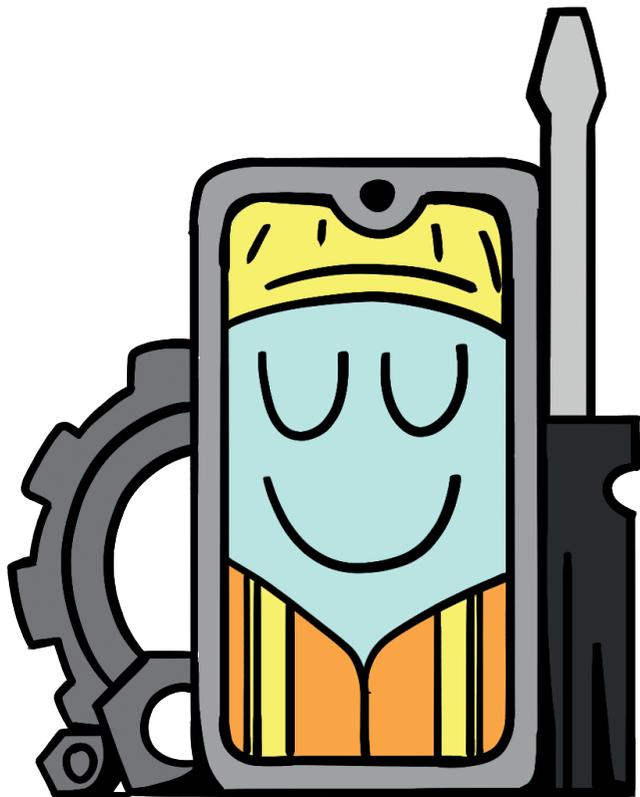


ILUSTRACIÓN: @RICMATICO

Es cada vez más común en la industria de la tecnología, que cuando un aparato se daña debe ser reemplazado en su totalidad, pues dependiendo del modelo, puede ser muy difícil (o incluso imposible) conseguir las refacciones, las herramientas o la información necesaria para realizar la reparación. La empresa Apple, incluso utiliza tornillos especiales para que sus clientes no puedan abrir sus productos.

Cuando compras un aparato, el fabricante no debería decirte cómo usarlo. Tú deberías ser capaz de abrirlo, repararlo o mejorarlo. O al menos eso es lo que piensan los diputados de la Unión Europea, que en noviembre de 2020 acaban de aprobar una ley que obligará a los fabricantes a agregar dos etiquetas en el empaquetado de sus productos: una que indique cuál es la calificación del producto del 1 al 10 en cuanto a su "reparabilidad", y otra en que diga la vida útil esperada del dispositivo electrónico. El nuevo etiquetado entrará en vigor en el 2021 para lavadoras, laptops, celulares, televisiones y cortadoras de césped.

La idea, además de ayudar a los consumidores a ahorrar, es que generemos menos desperdicios electrónicos, que son una gran fuente de contaminación, no solo por los elementos tóxicos que contienen, sino también por las emisiones contaminantes de las minas y fábricas involucradas en su producción. Actualmente, se sigue debatiendo para llevar más allá la ley en el futuro, por ejemplo, se discuten iniciativas para obligar a los fabricantes a usar baterías removibles en los teléfonos celulares, y un solo tipo de cargador para todas las marcas y modelos.



Disciplina y esfuerzo

ISABEL JUÁREZ VALLARTA

Dar primero un paso, y luego, despacio y con precaución, empezar a caminar a un ritmo determinado, al menos eso aprendimos de pequeños, muy pequeños. Una vez que sabemos caminar, pronto echamos a correr, y a veces nos podemos caer, tropezar con nuestros propios pies, por no atarnos bien las agujetas, por ejemplo.

Jugar al fútbol en la calle con nuestros amigos, o en el patio de la escuela, lo hacemos por diversión, por pasar un buen rato. Pero esa diversión se puede convertir en una profesión, ese anhelo nos lleva a buscar un lugar donde entrenar el deporte que nos gusta, quizá el fútbol, la natación o el atletismo, lo importante es dar ese primer paso.

El motor de los grandes deportistas, es la diversión. Ellos decidieron comprometerse al practicar un deporte; entrenan, se esfuerzan, madrugan, comen bien, todo con el objetivo de cumplir un sueño, y los sueños requieren dedicación y mucha disciplina.

Si te gusta algún deporte, practícalo, esfuérate, busca un lugar donde puedas entrenar ... Quien sabe, quizá un día cargues la bandera de México en los Juegos Olímpicos.



ILUSTRACIÓN: MAY_WTCH



ECOLOGÍA

Recortes para relajarse

MATÍAS ROMO

Inicio otro año. ¿Recuerdas que el año anterior tenías toda la motivación por los nuevos proyectos que venían?, pero no sabías lo que nos esperaba con la pandemia; clases en línea, no poder salir de casa y el estrés que todo eso generó.

¡Ojalá ahora tuvieras algún hobby, que sea rápido, que no requiera pensar tanto, y sobre todo, que sea ecológicamente sustentable! Algo como un Scrapbook.

¿Sabes lo que es?

En español se le conoce como "libro de recortes" y se trata de un cuaderno en el que, como una forma de diario, pegues fotos, dibujos y recuerdos que te hagan feliz, y los decore como más te guste.

Lo más divertido es que no es necesario comprar un cuaderno nuevo, ni materiales para decorar. ¡Puedes reciclar los que tienes!

Para eso, reutiliza un cuaderno de años pasados, que te haya quedado con muchas hojas sin usar, o uno usado, y usa tus apuntes como textura de fondo. ¡Se va a ver increíble! En él puedes pegar recuerdos. Si quieres imprimir una foto puedes hacerlo al reverso de una hoja usada, o dibujarla. Recortala y pégala. Luego, para decorar, puedes usar texturas de papeles como etiquetas, envolturas de dulces, boletos o flores y hojas secas.

¡Lo mejor del Scrapbook es que no hay reglas! Pega todo lo que quieras en el orden que desees, esto te va a ayudar a liberar tensiones, concentrarte, y comenzar un nuevo proyecto para este 2021 que no requiera salir de casa, y que ayude a generar menos residuos.



ILUSTRACIÓN: @UN_MATY

Palabra clave: S _ _ _ _ _ k

dato HISTÓRICO

Matilde Montoya, más que una partera

ISABEL JUÁREZ VALLARTA

Palabra clave: P _ _ _ _ _

ILUSTRACIÓN: JOTA.VERDEJA



Imagina una época en la que no existen las televisiones, los celulares, los viajes espaciales, los tenis, y mucho menos la penicilina, la medicina que suelen darte cuando te enfermas. Nada de eso existe, sólo personas curiosas con instrumentos extraños para curar a las personas enfermas. Entonces, un día de marzo, nace en la Ciudad de México; Matilde Petra Montoya Lafragua, lo sé, es largo su nombre, pero ella se convertiría en la primera mujer médico de nuestro país.

Es frecuente que una doctora te atienda y te revise la garganta cuando te duele, pero recuerda que Matilde nació hace más de 160 años, y como seguro sabes, no es sencillo ser la primera en hacer algo. Antes de obtener el título de médico, fue partera, y acompañaba a médicos en su labor, pues era lo único que una mujer podía hacer, pero ella luchó para lograr sus objetivos. Imagina como rompen las olas en la playa, bueno, algo similar pasó con Matilde al ingresar en la facultad de medicina, sí, sólo iban hombres. Matilde hizo un gran trabajo apoyando a otras mujeres, que también luchaban contra esas olas de mar.

El 26 de enero recordamos el aniversario luctuoso de Matilde Montoya, una mujer que hizo Historia en nuestro país, en el área de la salud.

SOBRE LA RAYA



Joaquino y sus amigos

Empezar a ahorrar UN MATY



Palabra clave: A_____



Pasatiempo: un crucigrama

MAYRA MORENO

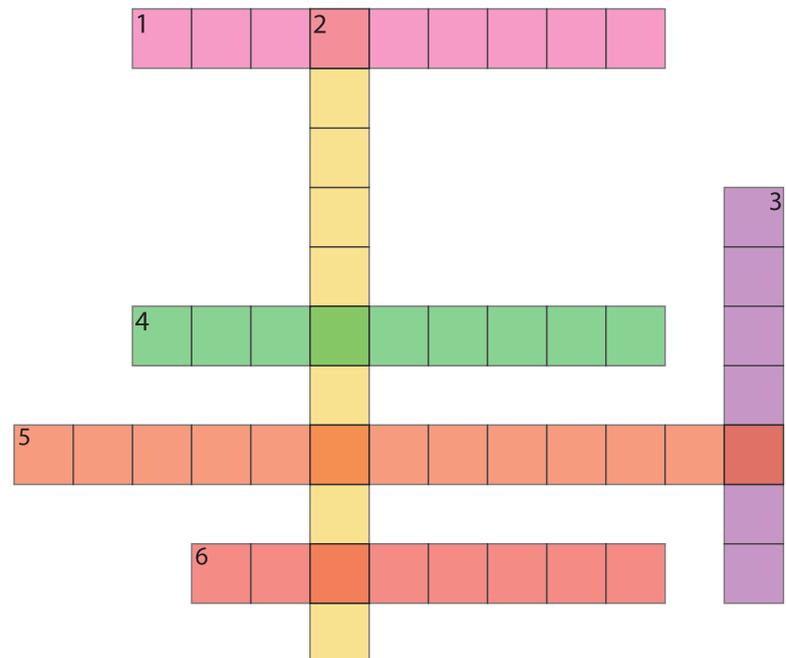
Instrucciones: el crucigrama se completa con la palabra clave que aparece al final de cada sección; si hubo alguna que no descifraste, no te preocupes, aquí te damos más pistas:

HORIZONTALES:

1. Cuaderno en el que a forma de diario pegues fotos, dibujos y recuerdos.
4. Disposición positiva frente a una circunstancia.
5. Desconocimiento acerca de lo que sucederá en el futuro.
6. Recipiente con una ranura para guardar dinero y ahorrar.

VERTICALES:

2. Medicamento que sirve para curar enfermedades producidas por bacterias.
3. Persona que asiste a una mujer en un parto.



¡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