

Revista de la Universidad del Valle de Atemajac

90

Año XXXII cuatrimestral Núm. 90 enero-abril 2018



"Saber más, para ser más"

Oferta Académica
de Excelencia

Programa
de Intercambios

Becas y Ayudas
Financieras



DIRECTORIO

Año XXXII, Núm. 90; enero-abril 2018

Rector Fundador

Mons. Dr. Santiago Méndez Bravo (+)

Rector

Pbro. Lic. Francisco Ramírez Yáñez

Directora General Académica

Dra. Ana Leticia Gaspar Bojórquez

Director de Publicaciones

Pbro. Lic. Armando González Escoto

Coordinador Editorial

Lic. Saúl Raymundo López Cervantes

Consejeros Editoriales

Dra. Clelia María García Silva Herrera

Mtro. Jaime Ramírez Ramírez

C. a Dr. Jorge Dionicio Castañeda Torres

Dra. Patricia Sánchez Rivera

Dr. Francisco Ernesto Navarrete Báez

Dr. Manuel Ernesto Becerra Bizarrón

Alumno Guillermo González Mora

Corrección de Estilo

Lic. José de Jesús Saavedra Aviña

Fotografía

Jefatura de Imagen y Comunicación Institucional

Traductores del Centro de Lenguas

Extranjeras (CELE) UNIVA

Mtro. Orlando Díaz Ramírez (Inglés)

Mtro. Vincent Reybet-Degat (Francés)

Diseño

Coordinación de Imagen Corporativa

LDG. Érika Palomino Lemus

Portada:

Coordinación de Imagen
Corporativa

Impresión

Centro Católico de
Comunicaciones

Colaboran en esta edición

Mariana Judith Ceja Vega

Jacqueline Muñoz Ronquillo

Itzel Anahí Trejo Zavala

Lucía Almaraz Cázares

Eliseo Alejandro Macías Zermeño

Iván Josué Canales Gómez

Claudia Marcela Cantú Sánchez

Montserrat Fernández Moya

Gloria Vega Argote

Jaime Ramírez Ramírez

Marco Antonio Quirarte Pérez

La Revista de la Universidad del Valle de Atemajac, año XXXII, no. 90, enero-abril 2018, es una publicación cuatrimestral editada por la Universidad del Valle de Atemajac; avenida Tepeyac No. 4800, fraccionamiento Prados Tepeyac; Zapopan, Jalisco, México. C.P. 45050. Tel. (0133) 31340800, Ext. 1735, www.univa.mx/publicaciones/coleccion.php. Editor responsable: Saúl Raymundo López Cervantes. Reserva de derechos al Uso Exclusivo No. 04 - 2017 - 070311535500 - 102, ISSN. 0187-5981, ambos otorgados por el Instituto Nacional de Derechos de Autor. Licitación de Título y Contenido en trámite, otorgada por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. Impresa por Creator Comunicación, S. de R.L. de C.V.; Isla Flores 3344, Fracc. Jardines de San José; Tlaquepaque, Jal., C.P. 44950. Este número se terminó de imprimir en marzo de 2018, con un tiraje de 1,500 ejemplares.

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 del Valle de Atemajac.

SUMARIO

04

Relevancia de relación entre memoria, emociones y psicología positiva en jóvenes de una universidad privada en la zona metropolitana de Guadalajara

Mariana Judith Ceja Vega, Jacqueline Muñoz Ronquillo, Itzel Anahí Trejo Zavala

10

El Sistema Nacional Anticorrupción: sus retos e impacto social

Lucía Almaraz Cazares

16

Frecuencia de resultados anormales de antígeno prostático específico en varones de 40-75 años sujetos a tamizaje de cáncer de próstata.

Eliseo Alejandro Macías Zermeño, Iván Josué Canales Gómez

28

Autocuidado del adulto mayor: estudio de caso

Claudia Marcela Cantú Sánchez, Monserrat Fernández Moya, Gloria Vega Argote

48

Reflexiones sobre África

Jaime Ramírez Ramírez

62

Criterios de conservación del patrimonio edificado

Marco Antonio Quirarte Pérez

73

Grafógrafos

IDENTIDAD

En un esfuerzo de aproximación para comprender el contexto que nos envuelve por doquier y tratar de explicar los fenómenos y las transformaciones que se suceden de manera vertiginosa en la era digital, distintas colaboraciones que surgen como resultado del ejercicio reflexivo cotidiano, del acercamiento a las realidades del mundo y de la actividad académica forman parte de este número de la Revista de la Universidad del Valle de Atemajac.

Así, una primera colaboración nos habla de la relación entre la evocación de recuerdos en la memoria, exponiendo a la psicología positiva como herramienta y resaltando emociones positivas para tener una visión de la vida más favorable como un apoyo terapéutico.

Inmersos en un contexto social, económico y eminentemente político convulso, se presenta un siguiente artículo que aborda al Sistema Nacional Anticorrupción como una muestra de una política pública en la construcción de consensos y combate al fenómeno de la corrupción, buscando su propia legitimación mediante la integración y participación de académicos, ciudadanos y, en general, de la sociedad civil.

Un artículo más presenta al cáncer de próstata como una enfermedad común a partir de los 50 años y su prevalencia en los hombres conforme se va avanzando en la edad, así como su alta tasa de mortalidad y la importancia de su detección temprana mediante la cuantificación del antígeno prostático.

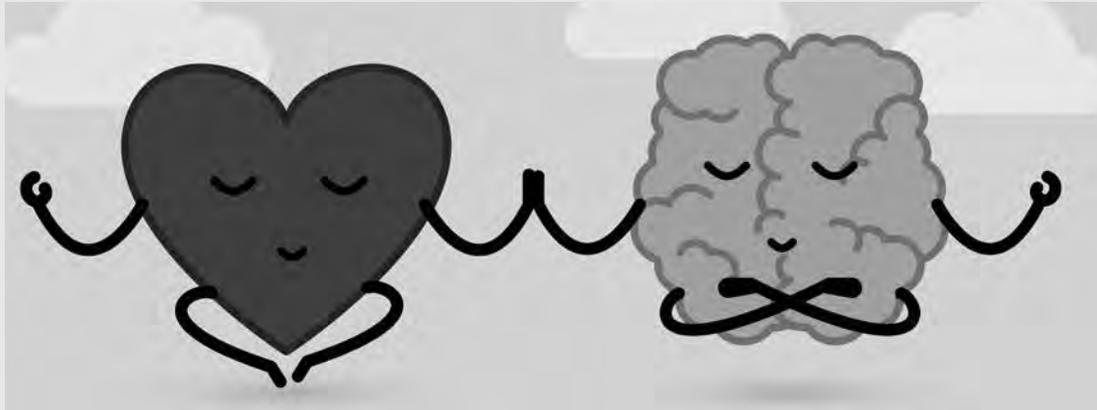
El autocuidado, como una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas hacia sí mismas o hacia el entorno. Esto se aborda en otra colaboración, mediante un estudio de caso en adultos mayores.

El siguiente artículo ofrece algunas reflexiones sobre el continente africano con su historia, sus penas y sus glorias, sus riquezas y sus pobreza, sus pueblos y sus culturas, como una tierra de grandes contrastes, dentro de un marco geográfico común.

El análisis de una serie de criterios y el cómo se deben aplicar para la conservación y restauración de los edificios con valor patrimonial y la importancia del porqué se deben conservar estos, así como de las diversas corrientes de restauración, se presentan en la siguiente colaboración.

La parte literaria se encuentra presente en nuestra revista mediante el suplemento literario que continúa el esfuerzo por plasmar ideas, emociones y sentimientos a través del idioma escrito.

Esperamos que el presente número de esta publicación motive a nuestros asiduos lectores y sea del agrado de aquellos que nos leen por vez primera.



Relevancia de relación entre memoria, emociones y psicología positiva en jóvenes de una universidad privada en la zona metropolitana de Guadalajara

Mariana Judith Ceja Vega

Egresada de Licenciatura de Psicología de la Universidad del Valle de Atemajac.

Jacqueline Muñoz Ronquillo

Pasante de la Licenciatura de Psicología de la Universidad del Valle de Atemajac.

Itzel Anahí Trejo Zavala

Pasante de la Licenciatura de Psicología de la Universidad del Valle de Atemajac.

*...el objetivo concreto de la psicología positiva en el ámbito clínico
consiste en estudiar las fortalezas y las virtudes humanas,
así como los efectos que estas tienen sobre las personas y la sociedad...*

Resumen

En este artículo se habla de la relación entre la evocación de recuerdos en la memoria y las emociones. Se lleva a cabo una revisión de literatura que afirma que las emociones están íntimamente relacionadas con la memoria; es así que los eventos con contenido emocional, ya sean positivos o negativos, se recuerdan en mayor medida que los neutros. Se expone a la psicología positiva como herramienta para resaltar emociones positivas de manera que se pueda tener una visión de los eventos y circunstancias de la vida más favorables. Por consiguiente, se analiza la relación que existe entre los recuerdos contenidos en la memoria, las emociones y la psicología positiva para el apoyo terapéutico, al desarrollar habilidades cuando se recuerdan y se reconocen las emociones en situaciones desfavorables para el sujeto. Entonces, la principal relación que se presenta es la capacidad que un sujeto tiene para adaptarse al medio y ver las cosas desde una perspectiva favorable cuando se es feliz al recordar.

Palabras clave: Emociones | Memoria | Psicología positiva.

Relevance of relationship among memory, emotions and positive psychology in young people of a private university in the metropolitan area of Guadalajara

Summary

This article addresses the relationship between the evocation of memories in memory and emotions. A review of literature that states that emotions are closely related to memory is carried out. This is how events with emotional content, whether positive or negative, are remembered to a greater extent than neutral ones. Positive psychology is exposed as a tool to highlight positive emotions so that one can have a vision of the most favorable events and circumstances of life. Therefore, the relationship among memories contained in memory, emotions and positive psychology for therapeutic support is analyzed when skills are developed when emotions are remembered and recognized in situations unfavorable to the subject. So, the main relationship that is presented is the ability that a subject has to adapt to the environment and see things from a favorable perspective when remembering brings happiness.

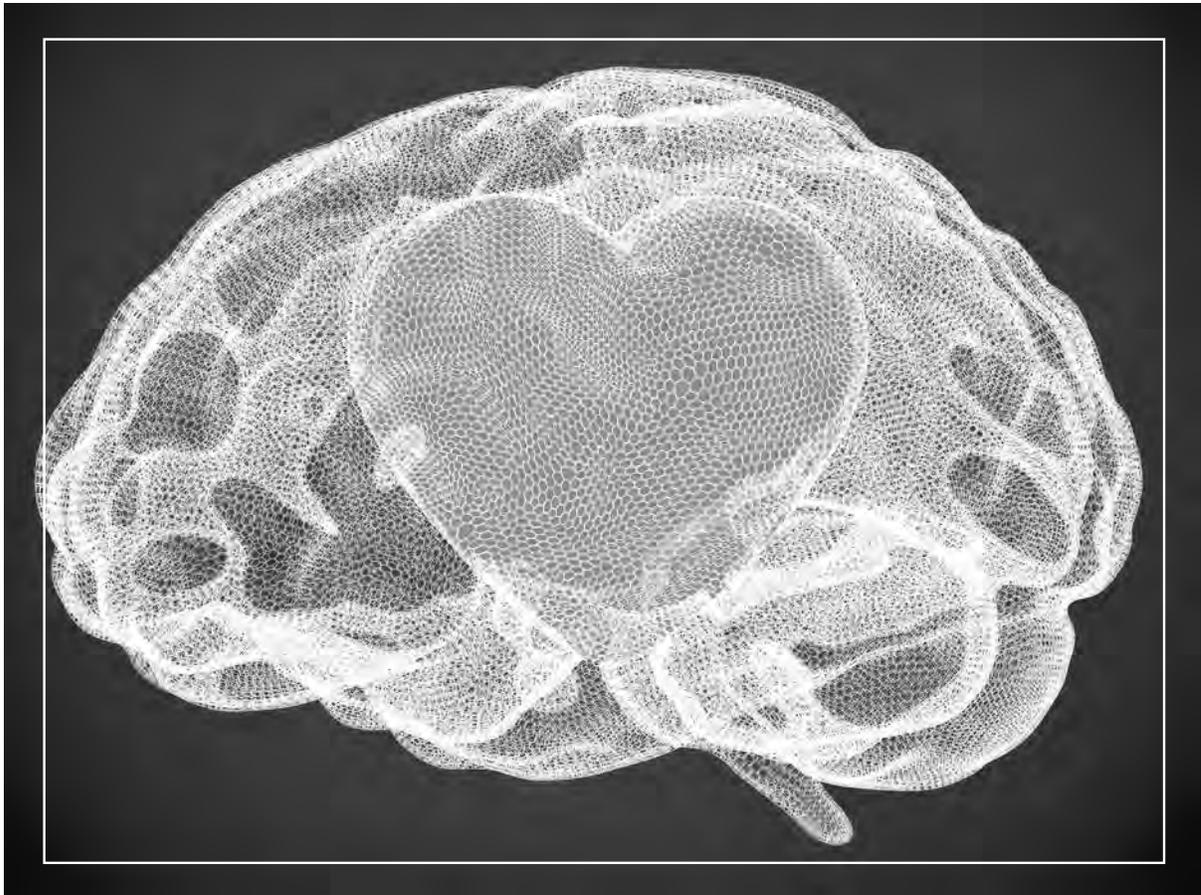
Keywords: Emotions | Memory | Positive psychology.

Pertinence des relations entre mémoire, émotions et psychologie positive chez les jeunes d'une université privée dans la zone métropolitaine de Guadalajara

Résumé

Cet article traite de la relation entre l'évocation de souvenirs dans la mémoire et les émotions. Un examen de la littérature affirme que les émotions sont intimement liées à la mémoire; C'est ainsi que les événements ayant un contenu émotionnel, qu'ils soient positifs ou négatifs, se mémorisent dans une plus large mesure que les neutres. La psychologie positive expose un outil pour faire ressortir les émotions positives de façon à ce que l'on puisse avoir une vision des événements et des circonstances de la vie plus favorables. Par conséquent, on analyse la relation qui existe entre les souvenirs contenus dans la mémoire, les émotions et la psychologie positive pour l'appui thérapeutique, en développant des dispositions qui rappellent et reconnaissent les émotions dans des situations défavorables pour le sujet. Alors, la relation principale que l'on présente est la capacité d'un sujet à s'adapter à son milieu et à voir les choses depuis une perspective favorable quand il est heureux après une mémorisation.

Mots clés: Emotions | Mémoire | Psychologie positive .



La memoria y las emociones se han convertido en aspectos relevantes dentro del campo de la investigación en los últimos años, por la función tan importante de la memoria autobiográfica dentro de la vida del ser humano, que “se caracteriza porque incluye los recuerdos de especial importancia para la historia vital de los individuos, conlleva una elevada implicación emocional y larga duración” (Boyano, 2012, párr. 1).

En los últimos años se ha venido produciendo más importancia en el trabajo de los aspectos positivos de la experiencia humana, entendiendo y fortaleciendo los aspectos que permiten prosperar a los individuos, comunidades y sociedades, para mejorar la calidad de vida y prevenir patologías (Contreras y Esguerra, 2006).

La psicología positiva se ha convertido en una herramienta de psicoterapia para resaltar las emociones positivas, influyendo en el bienestar de los sujetos, de manera que puedan tener una visión de los eventos y circunstancias de la vida más favorables, y con un afrontamiento adecuado. De esta manera se potencializa un cambio en la salud psicológica, permitiendo una mejor calidad de vida.

La memoria y las emociones toman un papel importante dentro la aplicación de técnicas positivas, ya que al registrar emociones placenteras dentro de la memoria desencadenan sensaciones que incluyen la felicidad y otros sentimientos que proporcionan bienestar. Estas sensaciones son típicamente experimentadas cuando sucede algo que es significativo para la persona, permitiendo a su vez sentimientos de esperanza y optimismo (Contreras y Esguerra, 2006).

El objetivo de este artículo es analizar la relación que existe entre los recuerdos contenidos en la memoria, las emociones y la psicología positiva, además de la implicación en el bienestar psicológico de los jóvenes universitarios, para el apoyo terapéutico al desarrollar habilidades cuando se recuerdan y se reconocen las emociones que en situaciones desfavorables se les presentaron.

Desarrollo

Cuando se piensa en las experiencias personales del pasado, no todas las memorias se recuerdan con igual facilidad ni con el mismo nivel de detalle. Si el evento pasado se acompaña de emoción, este se rememora más vívidamente y por más tiempo (Berntsen y Ru-

bin, 2002) (citados por Justel, Psyrdellis y Ruetti, 2013).

...los eventos emocionales se olvidan más lentamente que otros sucesos

En un estudio realizado por (Bernstein y Rubin, 2002) (citados por González y Ruetti, 2014, p. 262) se menciona que hay evidencia de que las memorias emocionales pueden mantenerse consistentemente, inclusive después de muchos años, cuando estuvieron presentes distintas emociones en el evento. Así mismo, los eventos emocionales se olvidan más lentamente que otros sucesos.

De acuerdo con Colom y Flores Mendoza (2001), la memoria constituye un atributo humano basado en el hecho de que las personas son capaces de almacenar información para utilizarla posteriormente (p. 37). Hace referencia a un sistema que mantiene y manipula la información de manera temporal. Es por eso que, cuando se necesita traer algún concepto, evento o suceso a la mente, solamente es cuestión de volver a traer la información previamente almacenada al presente.

Smith (1996), citado por Colom y Flores Mendoza (2001), habló acerca de que existen distintas etapas de la memoria, que incluye la *Teoría sobre las etapas de la memoria*; se refiere a la fase de codi-

ficación, almacenamiento y recuperación. La *Teoría de los sistemas de memoria*, y en ella se distingue la memoria de corto y largo plazo, además de la memoria sensorial. Finalmente, las *Teorías basadas en los recursos cognitivos*, que tratan de explicar en qué consisten los procesos mentales de memorización.

Los recuerdos más valiosos que el ser humano posee se encuentran en la memoria, por lo que gran parte de su desarrollo y su recuerdo se puede ver influenciado por las emociones experimentadas por el sujeto en el momento de la creación del recuerdo. Por lo tanto, estos recuerdos han cobrado especial importancia, ya que son partícipes en la configuración de conceptos centrales en psicología, como lo es la identidad personal y el auto concepto (Boyano, 2012).

“Las emociones con las que se procesan los eventos funcionan como un sistema de filtro, seleccionando los hechos que van a ser guardados en la memoria de forma más duradera” (Rodríguez, Schafé y LeDoux, 2004) (Referidos por Justel, Psyrdellis y Ruetti, 2013, p. 165).

La experiencia de una emoción tiende a involucrar un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, que se utilizan para valorar una situación concreta y, por tanto, influyen en el modo en el que se percibe dicha situación. Las emociones indican estados internos personales, motivaciones, deseos, necesidades e, incluso, objetivos (Schachter y Singer, 1962) (citado por Guerrero, Meilán, Carpi y Palmero, 2014).



La relación que existe entre las emociones y la memoria permite la creación de sucesos que posteriormente se convertirán en recuerdos. Dependerá entonces de las emociones experimentadas por el sujeto, si la situación fue favorable o desfavorable. Es en este proceso de relación donde se puede aunar el enfoque terapéutico denominado psicología positiva (Justel, Psyrdellis y Ruetti, 2013).

Se cree que las personas tienden a ser selectivas con los recuerdos, basándose en las emociones que se vivieron más intensamente. No importa si el evento fue placentero o displacentero, los individuos traen a su memoria el recuerdo, junto con la emoción.

El término psicología positiva fue propuesto por Martin Seligman, “quien tras dedicar gran parte de su carrera al estudio de la indefensión aprendida y a la psicopatología, dio un giro radical al estudio de lo que él llamó fortalezas y virtudes humanas. No obstante, las primeras aproximaciones hacia la psicología positiva se remontan a finales de los años 20, con los escritos de Watson sobre el cuidado psicológico de los infantes” (Contreras y Esguerra, 2006, p. 313).

La psicología positiva “estudia científicamente el funcionamiento óptimo de las personas y se propone descubrir y promover los factores que les permiten a los individuos y a las comunidades vivir plenamente” (Tarragona, 2013, párr.1). Este movimiento psicológico se dedica a incorporar sucesos como la

felicidad, el bienestar y la orientación metafísica, con el propósito de enriquecer la vida del sujeto con base en lo que es favorable y agradable para cada persona.

La psicología tradicional actualmente cuenta con conocimientos sólidos sobre los efectos de las emociones negativas y los trastornos de salud mental y física. Sin embargo, el objetivo concreto de la psicología positiva en el ámbito clínico consiste en estudiar las fortalezas y las virtudes humanas, así como los efectos que estas tienen sobre las personas y la sociedad (Contreras y Esguerra, 2006).

Lyubomirshy (2001) (citado por Contreras y Esguerra, 2006) promovió la idea de que “las personas felices tienen mayor probabilidad de ver los eventos y circunstancias de la vida de manera que refuerzan y promueven su bienestar, esperan resultados positivos en el futuro, tienen un sentido de control sobre el resultado de sus acciones y confían más en sus habilidades o destrezas” (p. 314).

La psicología positiva se propone como una nueva perspectiva para el desarrollo y abordaje de esta ciencia

La psicología positiva se propone como una nueva perspectiva para el desarrollo y abordaje de



esta ciencia, ya que tiene un amplio campo de aplicación y múltiples alternativas de intervención, debido a que es capaz de integrar distintas perspectivas dentro del mismo enfoque, lo que permite al sujeto una mayor integración acerca de sus procesos cognitivos, incluyendo la memoria y las emociones.

Al tener presentes las emociones que en momentos no fueron del agrado del individuo y quizá en algún momento se pensó que estuvieran fuera de su control, se podrá trabajar con ellas para desarrollar habilidades que ayuden a que la persona se desenvuelva sin mayor problema en las circunstancias ya experimentadas.

Cuando se habla de desarrollo de habilidades se hace referencia a hablar en público, resolución de problemas, comunicación asertiva y socializar, entre otras. Reconociendo las emociones que ciertas situaciones hayan producido, se dará el apoyo terapéutico para convertirlas en fortalezas.

Discusión

A partir de los elementos teóricos presentados, se reconoce la influencia que tienen las emociones en la consolidación de la memoria. De acuerdo con Justel, Psyrdellis y Ruetti (2013), de manera general puede decirse que los eventos con alto contenido emocional se recuerdan en mayor medida que aquellos que fueron neutros, ya que al existir hormonas que intervienen en situaciones de alto contenido emocional, la memoria y el aprendizaje se hacen presentes para almacenar de manera más específica estos recuerdos.

Lyubomirshy (2001) (citado por Contreras y Esguerra, 2006) habla acerca de la capacidad que tiene una persona de adaptarse al medio y ver las cosas desde una perspectiva favorable cuando se es feliz. Porque esto amerita que esperen resultados positivos de la vida, lo que significa que irán construyendo experiencias con base en su bienestar, que favorezca su adaptación al medio y, con ello, la formación de recuerdos duraderos.

Además, se reafirma que la relación que existe entre la memoria y las emociones es bastante estrecha; por eso, cuando se recuerda algún suceso que fue significativo en la vida también se vuelve a experimentar la emoción, aunque en menor medida, a diferencia de un recuerdo que es neutral. Incluso se vuelve más difícil el recordar.

Es aquí donde se liga a la psicología positiva, dado que este enfoque puede enseñar a la persona a trabajar con las emociones a su favor y de esta mane-

ra crear sucesos positivos, en lugar de desfavorables promoviendo un bienestar psicológico.

Gracias a los resultados obtenidos, se demuestra la importancia que tienen los procesos emocionales sobre los procesos cognitivos y el estado anímico final que esto produce en las personas. Aparte de revivir la experiencia, coexisten varios elementos que permiten al sujeto experimentar dentro del recuerdo su estado emocional, resignificando la experiencia.

Bibliografía

- 1.- Boyano, J. (2012). Bases neuropsicológicas de la memoria autobiográfica. *Revista chilena Neuropsicología*, 7(3), 98-101. Recuperado el 22 de mayo de 2017 de file:///C:/Users/Maria/Downloads/Dialnet-AlgunosAntecedentesHistoricosDelConceptoDeMemoriaA-5450098.pdf
- 2.- Colom, R. y Flores Mendoza, C. (2001). Inteligencia y memoria de trabajo: La relación entre factor G, complejidad cognitiva y capacidad de procesamiento. *Scielo*, 17 (1), 037-047. Recuperado el 31 de julio de 2017 de <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v17n1/5404>
- 3.- Contreras, F., y Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Scielo*, 2 (2), 311- 319. Recuperado el 30 de mayo de 2017 de <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v2n2/v2n2a11.pdf>
- 4.- González, J. M. y Ruetti, E. (2014). Memoria autobiográfica emocional: Papel de las emociones sobre la evocación. *Anuario de Investigaciones*, XXI () 261-265. Recuperado el 22 de mayo de 2017 de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369139994073>
- 5.- Guerrero, C., Meilán, J. G., Carpi, A. y Palmero, F. (2014). Emoción y memoria: influencia del estado afectivo en el proceso de reconocimiento de palabras. *Researchgate*. Recuperado el 26 de julio de 2017 de https://www.researchgate.net/publication/267506326_EMOCION_Y_MEMORIA_INFLUENCIA_DEL_ESTADO_AFFECTIVO_EN_EL_PROCESO
- 6.- Justel, N., Psyrdellis, M. y Ruetti, E. (2013). Modulación de la memoria emocional: una revisión de los principales factores que afectan los recuerdos. *Suma psicológica*, 20 (2). Recuperado el 22 de mayo de 2017 de <http://publicaciones.konradlorenz.edu.co/index.php/sumapsi/article/view/1276/913>
- 7.- Tarragona, M. (2013). Psicología positiva y terapias constructivas: una propuesta integradora. *Scielo*, 31 (1). Recuperado el 27 de Julio de 2017 de http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082013000100011&script=sci_arttext



El Sistema Nacional Anticorrupción: sus retos e impacto social

Lucía Almaraz Cázarez

Doctora en Derecho. Docente de la Universidad del Valle de Atemajac.

La sociedad tiene altas expectativas en el Sistema Nacional Anticorrupción; es por ello que los resultados deben proyectarse a corto plazo...

*“La corrupción de una cosa
corresponde necesariamente
a la generación de otra”:*

Aristóteles.

Resumen

En el año 2015 se reformó el artículo 113 constitucional; esto fue el inicio del camino a la integración del Sistema Nacional Anticorrupción, como muestra de una política pública en la construcción de consensos y combate al fenómeno de la corrupción. Con la conformación del sistema se abre un espacio que busca dar legitimidad a este, mediante la integración y participación de ciudadanos, académicos y miembros de la sociedad civil.

Palabras Clave: Sistema Nacional Anticorrupción | Ley Nacional del Sistema Nacional Anticorrupción | Faltas Administrativas | Comité de Participación Ciudadana.

The National Anti-corruption System: its challenges and social impact

Summary

In 2015, the constitutional article 113 was reformed. This was the beginning of the road to the implementation of the National Anti-corruption System, as a sign of a public policy in the construction of consensus and fight against the phenomenon of corruption. The formation of the system opens a space that seeks to provide such system with legitimacy, through the integration and participation of citizens, academics and members of civil society.

Keywords: National Anti-corruption System | National Act of the National Anti-corruption System | Administrative Faults | Citizen Participation Committee.

Le Système National Anti-corruption : ses défis et son impact social

Résumé

En 2015 l'article 113 de la constitution a été modifié; cela a été le commencement du chemin à l'intégration du Système National Anti-corruption, comme preuve d'une politique publique dans la construction de consensus et de combat face au phénomène de la corruption. Avec la conformation du système s'ouvre un espace qui cherche à donner une légitimité à celui-ci, par l'intégration et la participation de citoyens, d'universitaires et de membres de la société civile.

Mots clés: Système National Anti-corruption | Loi Nationale du Système National Anti-corruption | Fautes Administratives | Comité de Participation Citoyenne.

SNA

SISTEMA NACIONAL ANTICORRUPCIÓN

¿Qué es el Sistema Nacional Anticorrupción?

Es una instancia de coordinación entre distintas autoridades federales y locales, encargadas de la prevención, detección y sanción de responsabilidades administrativas y hechos de corrupción, así como de fiscalización y control de recursos públicos, en el cual participa la ciudadanía a través de un comité.

La intención es combatir de manera eficaz al fenómeno de la corrupción en el servicio público y que incluye mecanismos de colaboración, intercambio de información y diseño de políticas integrales en la materia, aplicables a las autoridades que lo integran.

Las reformas constitucionales en materia anticorrupción se publicaron en el Diario Oficial de la Federación (DOF) el 27 de mayo de 2015, y son la base que da sustento a toda la legislación secundaria en la materia. El 18 de julio de 2016 fueron publicadas en el DOF las leyes secundarias que dan vida al Sistema Nacional Anticorrupción.

Dichas leyes secundarias son:

- Ley General del Sistema Nacional Anticorrupción
- Ley General de Responsabilidades Administrativas
- Ley Orgánica del Tribunal Federal de Justicia Administrativa
- Ley Orgánica de la Administración Pública Federal
- Ley Orgánica de la Procuraduría General de la República

- Código Penal Federal y
- Ley de Fiscalización y Rendición de Cuentas de la Federación

Conformación del Sistema Nacional Anticorrupción

El Sistema contará con un Comité Coordinador que estará integrado por los titulares de la Auditoría Superior de la Federación; de la Fiscalía Especializada en Combate a la Corrupción; de la secretaría del Ejecutivo Federal responsable del control interno; por el Presidente del Tribunal Federal de Justicia Administrativa; el Presidente del organismo garante que establece el artículo 60. de esta Constitución, así como por un representante del Consejo de la Judicatura Federal y otro del Comité de Participación Ciudadana.

De acuerdo con la Ley Nacional del Sistema Nacional Anticorrupción, en su artículo 7, el sistema nacional se integra por:

- Los miembros del Comité Coordinador
- El Comité de Participación Ciudadana
- El Comité Rector del Sistema Nacional de Fiscalización, y
- Los Sistemas Locales, quienes concurrirán a través de sus representantes.¹

Algunas de las atribuciones más importantes del Comité Coordinador son:

- Dar seguimiento a los acuerdos del Comité Coordinador, a través de la Secretaría Ejecutiva
- Presidir el órgano de gobierno de la Secretaría Ejecutiva
- Proponer al órgano de gobierno de la Secretaría Ejecutiva el nombramiento del Secretario Técnico
- Informar a los integrantes del Comité Coordinador sobre el seguimiento de los acuerdos y recomendaciones adoptados en las sesiones
- Presentar para su aprobación, y publicar, el informe anual de resultados del Comité Coordinador
- Presentar para su aprobación las recomendaciones en materia de combate a la corrupción

En lo que respecta al Comité de Participación Ciudadana, tiene como objetivo coadyuvar al cumplimiento de los objetivos del Comité Coordinador, así como ser la instancia de vinculación con las organizaciones sociales y académicas relacionadas con las materias del Sistema Nacional.

El Comité de Participación Ciudadana estará integrado por cinco ciudadanos de probidad y prestigio

El Comité de Participación Ciudadana estará integrado por cinco ciudadanos de probidad y prestigio que se hayan destacado por su contribución a la transparencia, la rendición de cuentas o el combate a la corrupción.



Las conductas que se sancionarán son faltas administrativas graves en que puede incurrir un servidor público, previstas en los artículos 52 a 64 de la Ley General de Responsabilidades Administrativas, y son:

- Cohecho
- Peculado
- Desvío de recursos públicos
- Actuación bajo conflicto de interés
- Contratación indebida
- Encubrimiento²

La Secretaría de la Función Pública ha puesto en marcha la totalidad de ocho acciones ejecutivas, para prevenir la corrupción y evitar posibles conflictos de interés:



SEMÁFORO ANTICORRUPCIÓN

MONITOREO DE LOS SISTEMAS LOCALES ANTICORRUPCIÓN



IMCO.org.mx



#SemáforoAnticorrupción

- Declaración patrimonial y de posible conflicto de interés
- Unidad Especializada en Ética y Prevención de Conflictos de Interés
- Código de Ética y Reglas de Integridad
- Propuesta de protocolo de actuación de los servidores públicos en contrataciones públicas
- Registro de servidores públicos que intervienen en contrataciones
- Ventanilla Única Nacional
- Lista de proveedores sancionados por el Gobierno Federal y sus causas
- Mecanismos de colaboración con el sector privado³

A manera de conclusión

La institucionalización del sistema anticorrupción, su naturaleza y estructura ciudadana obedecen al incremento de hechos de corrupción en las tres esferas de gobierno; de acuerdo con el INEGI, el 88% de la ciudadanía considera que la corrupción es frecuente o muy frecuente en sus Estados, además de ser un grave problema que tiene altos costos sociales.⁴

La sociedad tiene altas expectativas en el Sistema Nacional Anticorrupción; es por ello que los resultados deben proyectarse a corto plazo, a fin de que la ciudadanía perciba que la creación del sistema no es una estructura burocrática inoperable y poco





productiva, como otros órganos de creación que poco o nada han abonado al combate y la disminución de faltas administrativas y hechos de corrupción.

En los últimos tres años se reformó nuestra Constitución, se aprobaron y modificaron siete leyes que en su conjunto buscan articular y hacer más eficientes los esfuerzos para combatir la corrupción.

Otro avance es que en algunos Estados se han aprobado reformas legales para crear sistemas locales anticorrupción que estructurarán los esfuerzos sobre esta materia a nivel local. De acuerdo con el Semáforo Anticorrupción (creado por IMCO, Transparencia Mexicana y Coparmex), 22 entidades habían reformado su Constitución y 11 ya contaban con leyes locales anticorrupción. Esto significa que próximamente el modelo nacional se replicará en los Estados, y agencias públicas y comités ciudadanos comenzarán a trazar una ruta y estrategias para combatir la corrupción.⁵

Notas

- ¹ Ley General del Sistema Nacional de Seguridad Pública, disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGSNA.pdf>
- ² Ley General de Responsabilidades Administrativas, disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGRA.pdf>
- ³ Acciones ejecutivas para prevenir la corrupción y evitar posibilidades conflictos de interés, disponible en: <https://www.gob.mx/sfp/acciones-y-programas/acciones-ejecutivas-para-prevenir-la-corrupcion-y-evitar-posibles-conflictos-de-interes-67846>
- ⁴ Encuesta Nacional de Calidad e Impacto Gubernamental 2015, disponible en: <http://www.beta.inegi.org.mx/proyectos/enchogares/regulares/encig/2015/>
- ⁵ http://imco.org.mx/politica_buen_gobierno/semaforo-anticorrupcion-como-van-los-estados/

Webgrafía

- <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGSNA.pdf>
<http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGRA.pdf>
<https://www.gob.mx/sfp/acciones-y-programas/acciones-ejecutivas-para-prevenir-la-corrupcion-y-evitar-posibles-conflictos-de-interes-67846>
http://imco.org.mx/politica_buen_gobierno/semaforo-anticorrupcion-como-van-los-estados/





Frecuencia de resultados anormales de antígeno prostático específico en varones de 40-75 años sujetos a tamizaje de cáncer de próstata.

Eliseo Alejandro Macías Zermeño

Médico Cirujano por la Universidad del Valle de Atemajac. Miembro de la Sociedad de Médicos de Tlajomulco, Jalisco, México. Docente de la licenciatura en Nutrición, Universidad del Valle de Atemajac, plantel Guadalajara.

Iván Josué Canales Gómez

Maestro en Nutrición Clínica, Universidad del Valle de Atemajac. Docente de la carrera Médico Cirujano de la Universidad del Valle de Atemajac, plantel Guadalajara

Aunque todavía se desconocen las causas específicas que determinan el inicio y la progresión del cáncer de próstata, abundan las evidencias que sugieren un papel preponderante de los factores genéticos y ambientales en la evolución de esta enfermedad.

Resumen

El cáncer de próstata (CP) es una enfermedad común a partir de los 50 años y su pico máximo es después de los 65 años. En México, la mortalidad por CP es 11.3/100 mil hombres y representa la primera causa de cáncer y de mortalidad por cáncer en hombres. La cuantificación del antígeno prostático específico (APE) ha sido extensamente utilizada para la detección temprana del cáncer de próstata desde 1990.

Palabras Clave: Cáncer de próstata | Próstata | Antígeno prostático específico | Tamizaje.

Frequency of abnormal prostate-specific antigen results in men aged 40-75 years who are screened for prostate cancer

Summary

Prostate cancer (PC) is a disease common from the age of 50, and its peak is after the age of 65. In Mexico, PC mortality is 11.3/100 thousand men and represents the leading cause of cancer and cancer mortality in men. The quantification of prostate-specific antigen (PSA) has been widely used for the early detection of prostate cancer since 1990.

Keywords: Prostate cancer | Prostate | Prostate Specific Antigen | Screening.

Fréquence de résultats anormaux de l'antigène prostatique spécifique chez des hommes de 40-75 ans sujets à un dépistage du cancer de la prostate

Résumé

Le cancer de la prostate (CP) est une maladie commune à partir de 50 ans, et son pic maximal est après 65 ans. Au Mexique, la mortalité pour le CP est 11.3/100 mille hommes et représente la première cause de cancer et de mortalité par cancer chez les hommes. La quantification de l'antigène prostatique spécifique (APE) a été longuement utilisée pour la détection précoce du cancer de la prostate dès 1990.

Mots clés: Cancer de la prostate | Prostate | Antigène prostatique spécifique | Dépistage.



Próstata

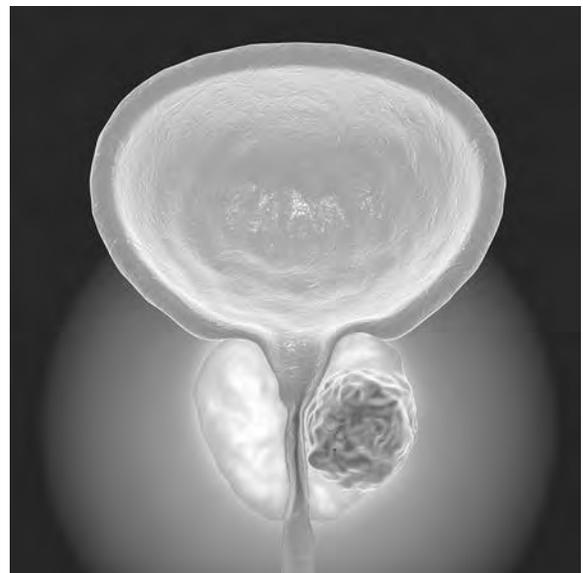
La próstata es una glándula que pertenece al sistema urinario y aparato reproductor masculino; está localizada en la cavidad pélvica del hombre, detrás del pubis, debajo de la vejiga y delante del recto, tiene estructura fibrosa, muscular y glandular con forma de pirámide invertida. Produce una secreción líquida que forma parte del semen y proporciona nutrientes y un medio adecuado para la supervivencia de los espermatozoides.

En condiciones normales, su tamaño es parecido al de una nuez, con un peso aproximado de 20g y de consistencia suave “acojinada”. A partir de los 40 años, la glándula crece y bloquea la uretra o la vejiga, causando múltiples dificultades al orinar e interferencia con las funciones sexuales que con el tiempo pueden dar lugar a un crecimiento benigno denominado hiperplasia prostática benigna (HPB).

Histológicamente, la próstata se divide en tres zonas, aunque anatómicamente se divide en cuatro: zona anterior, zona periférica (la más importante, es el sitio donde se desarrollan hasta 85% de los cánceres de próstata), zona central y la zona transicional (lugar característico del desarrollo de la HPB).

Panorama general del cáncer de próstata

El cáncer de próstata (CP) es reconocido como el tumor maligno más frecuente del varón mayor de 50 años; sin embargo, es altamente curable cuando se detecta a tiempo. Más del 65% de los casos se diagnostican en hombres mayores de 65 años, con una edad promedio de diagnóstico a los 67 años.



El CP es el segundo más común en los hombres mayores de 55 años en Estados Unidos, después del cáncer de piel, y es la segunda causa de muerte por cáncer en los hombres, después del cáncer de pulmón. En México, 87.6% de las defunciones por cáncer de próstata se registraron entre la población mayor a 65 años.

El Instituto Nacional de Salud Pública reporta en México una incidencia tres veces menor que en Estados Unidos, una tasa de mortalidad de 11.3 muertes por cada 100,000 habitantes, además de ser la primera causa de cáncer y mortalidad por cáncer en hombres.

A nivel global, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) refiere una prevalencia del CP mayor en países desarrollados (70%) y 6 de cada 10 casos se diagnostican en mayores de 65 años.

Según la estimación del cáncer en cifras (GLOBOCAN 2012), mundialmente el CP es la segunda causa de cáncer y la quinta causa de muerte por cáncer en hombres. La tasa de incidencia y mortalidad en México es de 19.5-32.4 por cada 100 mil habitantes y 10-13.9 por cada 100mil habitantes, respectivamente. Incidencia más alta: Austria y América del Norte; incidencia más baja: países asiáticos; mortalidad más alta: África del Sur y el Caribe.

La prevalencia de síntomas urinarios en los hombres mayores es alta y creciente, por lo que es un motivo frecuente de consulta en este grupo etario

Manifestaciones clínicas

La prevalencia de síntomas urinarios en los hombres mayores es alta y creciente, por lo que es un motivo frecuente de consulta en este grupo etario. A pesar de ello, también un grupo muy importante de pacientes sufre de este tipo de problemas en silencio, lo que causa un importante deterioro en su calidad de vida.

Tradicionalmente se ha asociado la presencia de síntomas urinarios bajos en el hombre (denominados según la International Continence Society <ICS> como *Lower Urinary Tract Symptoms* “LUTS”) a la obstrucción en el tracto de salida secundaria al crecimiento prostático. Estos síntomas se agruparon como de “fase de llenado o de acumulación”, consistentes en polaquiuria, nicturia, urgencia, incontinencia por

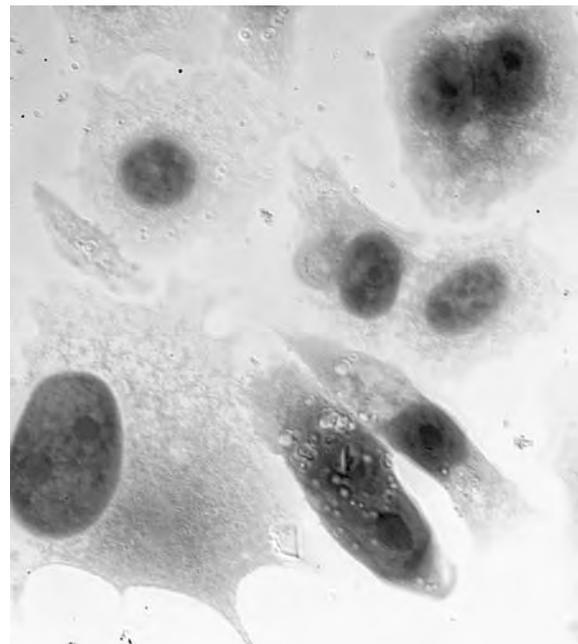
urgencia y dolor vesical al llenado y de “fase de vaciado o miccional”, consistentes en chorro miccional débil, micción interrumpida, esfuerzo para iniciar la micción, goteo terminal o retención urinaria. Esta situación afecta al 40% de los hombres de 40 años y 90% de hombres mayores de 80 años.

Por otro lado, estos síntomas también pueden ser secundarios a una alteración del sistema nervioso central o periférico, enfermedades cardíacas, respiratorias o renales.

Genética y cáncer de próstata

Durante los últimos diez años, los científicos han logrado grandes avances en la comprensión de ciertos cambios en el *Ácido Desoxirribonucleico* (ADN) de las células prostáticas que les permiten crecer anormalmente y desarrollar cáncer.

Los genes que promueven el crecimiento de las células se llaman oncogenes, los genes que inhiben la división celular y causan la muerte celular programada (apoptosis) se llaman genes supresores. Los cánceres suelen producirse por mutaciones en diversas regiones de la estructura del ADN que activan a los oncogenes e inhiben a los genes supresores. Las investigaciones han descubierto cambios genéticos que pueden causar alrededor del 5 al 10% de los cánceres de próstata, y estos genes son los siguientes: HPC1 (*Hereditary Prostate Cancer Gene 1*), HPC2 (*Histone Promoter Control protein 2*), HPCX (*Hereditary Prostate Cancer, X-Linked*), BCL-2., AMACR (x-metilacil-CoAracemasa) y EZH2.



Con respecto a la historia familiar de cáncer de próstata, se ha comprobado que si el padre o un hermano lo tienen, el riesgo de desarrollar la enfermedad se duplica. El riesgo es aún más alto para los hombres que tienen varios familiares afectados, particularmente si los familiares eran jóvenes cuando se les diagnosticó la enfermedad.

Factores de riesgo

Aunque todavía se desconocen las causas específicas que determinan el inicio y la progresión del cáncer de próstata, abundan las evidencias que sugieren un papel preponderante de los factores genéticos y ambientales en la evolución de esta enfermedad.

La *American Cancer Society* ha identificado y descrito los siguientes factores potenciales de riesgo en asociación con el desarrollo de cáncer de próstata:

- Edad: Particularmente, en los hombres de 50 años de edad o mayores.
- Raza: 60% más frecuente entre los hombres afroamericanos.
- Dieta: Dietas de alto contenido en grasas (triglicéridos, principalmente) parecen incrementar las probabilidades de desarrollar cáncer de próstata.
- Obesidad: Se ha asociado con algunos cánceres comunes, incluyendo los tumores dependientes de hormonas como los cánceres de próstata.
- Exposición ambiental: Mayor probabilidad de padecer cáncer de próstata en agricultores o en hombres expuestos al metal cadmio.
- Vasectomía, hiperplasia prostática benigna (HPB) o enfermedades de transmisión sexual.

existen estudios que sugieren una reducción de la incidencia del cáncer de próstata en pacientes que consumen aspirina o ibuprofeno desde los 50 años

Factores protectores

El consumo de ácido alfa linoleico (Omega 6) y crucíferos (brócoli), dieta baja en grasas trans y saturadas, ejercicio, vitamina D, se han asociado a una protección para el desarrollo de cáncer de próstata.

- Fitoterapia: el consumo de licopenos, pigmento liposoluble presente especialmente en jitomates, reduce de la incidencia del cáncer de próstata; sin embargo, si bien los primeros estudios resultaron prometedores, la evidencia actual ha presentado resultados decepcionantes.
- Fibra: influye en los niveles circulantes de testosterona y estradiol, los cuales, a su vez, pueden disminuir el progreso del cáncer de próstata.
- Proteína de soya: contiene isoflavonas, y varios estudios han demostrado que estos inhiben el crecimiento del cáncer de próstata.
- Vitamina E y selenio: Antioxidantes que, combinados inhiben el crecimiento de tumores en animales en el laboratorio.
- Carotenoides: inhiben el crecimiento de las células cancerosas prostáticas humanas en cultivos de tejidos (células cultivadas en el laboratorio).
- Antiinflamatorios no esteroideos: existen estudios que sugieren una reducción de la incidencia del cáncer de próstata en pacientes que consumen aspirina o ibuprofeno desde los 50 años.





Métodos diagnósticos

- Tacto rectal.
- Exámenes de laboratorio: Cociente APE libre/total. Velocidad APE. Tiempo de duplicación APE. Biomarcadores (Pro-APE, PCA3, TMPRSS-2).
- Exámenes de gabinete: Ultrasonido Transrectal. Ultrasonido + Tomografía axial computarizada pélvica. Tomografía axial computarizada de pelvis. Resonancia magnética de próstata.
- Biopsia y biopsia de repetición.

Tratamiento

- Cirugía: Prostatectomía radical.
- Radioterapia y braquiterapia con yodo 125 radioactivo.
- Ultrasonido alta intensidad focalizado (Hi-Fu).
- Criocirugía.
- Hormonoterapia: Orquiectomía bilateral, análogos LhRh, antiandrógenos
- Quimioterapia, ketoconazol, zoledronato, estramustina, ciclofosfamida, carboplatino.

Antígeno prostático específico

El antígeno prostático específico (APE) es una proteína perteneciente al grupo de las serinas (ácido amino-3- hidroxipropanoico, polar <separa cargas eléctricas>, aa no esencial) de 237 aminoácidos, presente en fluido seminal sintetizado en el epitelio ductal y los acinos prostáticos, que produce la licuefacción del

coágulo seminal mediante la proteólisis y libera los espermatozoides.

El APE es indudablemente el marcador más valioso en la evaluación de las patologías tumorales de la próstata. Sin embargo, no es 100% fiable, no hay valores de referencia internacionales y no es específico para cáncer de próstata, se eleva en situaciones fisiológicas como relaciones sexuales, ejercicio intenso, o en enfermedades como prostatitis o infecciones de vías urinarias. Pese a esto, la mayoría de los cánceres detectados con APE son *in situ* y altamente curables, además de ser útil en detección de persistencia, recurrencia o recidiva postquirúrgica.

Objetivos

General: determinar la frecuencia de resultados anormales (>4 ng/ml) de APE en varones de 40-75 años sujetos a tamizaje de cáncer de próstata.

Específicos:

- Registrar variables sociodemográficas.
- Describir la presencia de comorbilidades, factores de riesgo: genéticos y ambientales mediante interrogatorio dirigido.
- Identificar la presencia de síntomas prostáticos a través del instrumento I-PSS.
- Clasificar el estado nutricional del sujeto con base en su IMC.
- Detectar un alto consumo de hidratos de carbono y proteínas en la dieta del sujeto mediante recordatorio

- de 24 horas y frecuencia de alimentos.
- Categorizar el nivel de actividad física.
- Medir el APE en sangre total mediante punción digital.

*Se clasificaron en 4 grupos etarios:
40-50 años, 51-60 años,
61-70 años y >70 años.*

Variables

- Antígeno prostático específico: se utilizó una prueba semicuantitativa de diagnóstico *in vitro* (SERATEC®) en sangre total, obtenida por punción digital, bajo consentimiento informado y sin transgredir la integridad física y moral de los sujetos de estudio. Sensibilidad: 90.0%, Especificidad: 88.7%, Valor predictivo positivo: 83.3%, Valor predictivo negativo: 96.5%.
- Antecedente heredofamiliar de cáncer, antecedente heredofamiliar de cáncer de próstata, comorbilidades, hábito tabáquico, consumo de alcohol: se registró en el instrumento de recolección de datos diseñado para esta investigación.
- Obesidad: Se obtuvo su índice de masa corporal utilizando báscula y estadímetro.
- Síntomas prostáticos. Se aplicó la escala I-PSS adaptada por la Secretaría de Salud.
- Dieta hiperproteica: Se realizó un recordatorio de 24 horas y frecuencia de alimentos para determinar el consumo proteico y definir la dieta hiperproteica como aquella que supere la ingesta de 1.2g/kg de peso/día de proteínas
- Sedentarismo: Se clasificó la actividad física de acuerdo con los MET obtenidos (MET= índice de consumo energético que corresponde a la proporción entre la tasa de energía consumida durante una actividad y la tasa de energía consumida en reposo).
- Edad. Se clasificaron en 4 grupos etarios: 40-50 años, 51-60 años, 61-70 años y >70 años.

Metodología

Diseño de la investigación: observacional, descriptivo, transversal y prospectivo.

De agosto de 2015 a diciembre de 2016, con previa autorización y habiendo fijado fechas de realización en conformidad con las autoridades pertinentes, se incluyeron trabajadores masculinos de SCH mensajería, S.A. de C.V.; Afibra de México, S. de R.L. de C.V., y pacientes del Centro de Salud No.3 de la Secretaría de Salud Jalisco, de 40 a 75 años,

con o sin factores de riesgo para cáncer de próstata, sin diagnóstico de patologías prostáticas y que cumplieran las siguientes indicaciones: 1. Ausencia de infección urinaria activa, 2. Ausencia de eyaculado en las últimas 48 horas, 3. No realizar ejercicio intenso en las últimas 48 horas, 4. No haberse realizado una biopsia en las últimas 6 semanas, 5. No tener registro de una exploración por tacto rectal en la última semana. Fueron eliminados quienes no acudieron a la toma de muestra sanguínea.

Se llenaron los formularios pertinentes, mediante interrogatorio directo, se aplicaron las pruebas de detección de APE bajo consentimiento informado y apegado a la Ley General de Salud y a la Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial. A todos los sujetos de estudio se les otorgó un tríptico informativo como material de promoción de la salud y orientación médico-nutricional. Quienes obtuvieron un resultado positivo en la prueba fueron referidos al Servicio de Urología del Hospital Civil de Guadalajara para el abordaje clínico y complementación diagnóstica.



Finalmente, se recopiló la información obtenida; el análisis estadístico y la emisión de resultados requirieron un semestre, incluyendo la discusión e interpretación.

Resultados

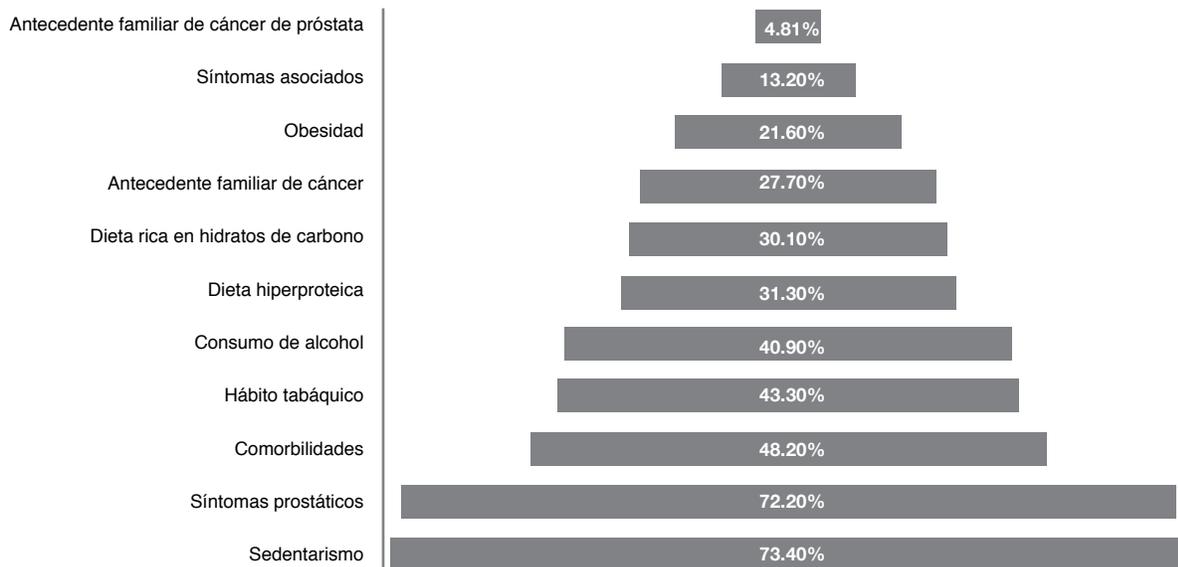
Se recolectaron datos de 83 trabajadores masculinos de las empresas SCH Mensajería, S.A. de C.V., y Afibra de México, S. de R.L. de C.V., y pacientes masculinos del Centro de Salud No. 3 de la Secretaría de Salud Jalisco, clasificándolos en sus grupos etarios correspondientes.

Del total de las características generales evaluadas, 72.2% resultó con presencia de síntomas prostáticos, únicamente superado por 73.4% correspondiente al sedentarismo, situación explicada por la situación laboral de los varones estudiados, quienes pasan gran parte del tiempo sobre vehículos motorizados y frente a mesas de trabajo.

El 21.6% padece obesidad, situación que aunada al 30.1% correspondiente a la dieta rica en hidratos de carbono, favorece el desarrollo de enfermedades crónico-degenerativas, presentes en 48.2% de la población.



Figura No. 1 Características generales de la población evaluada.



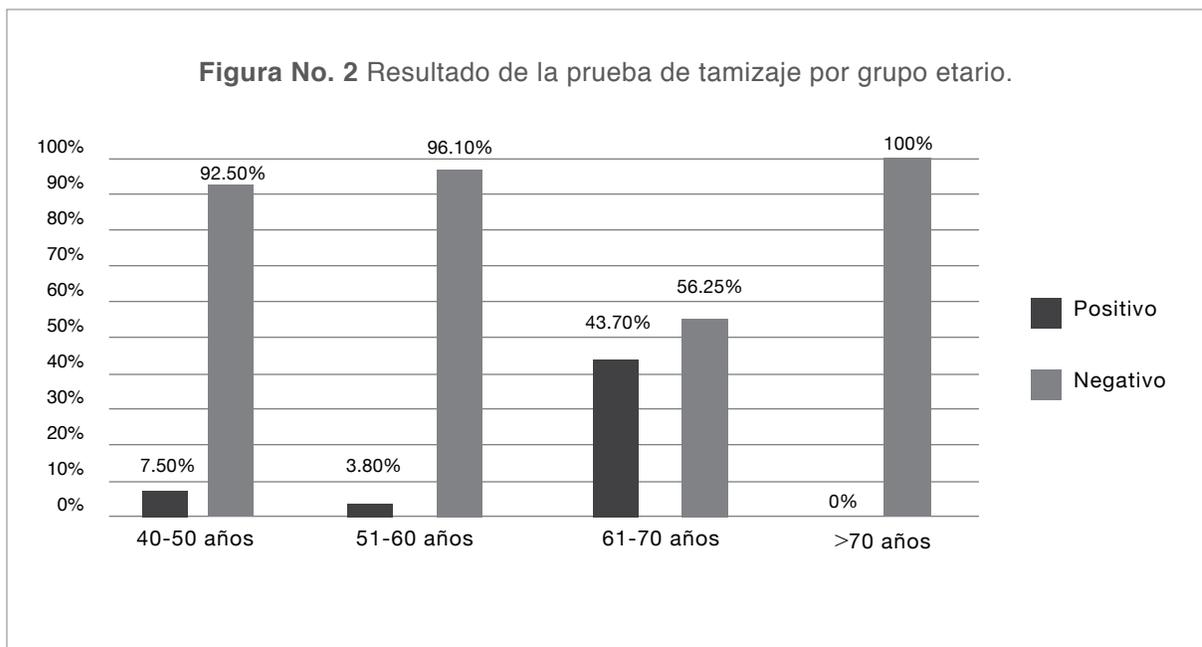
Se aplicó la prueba semicuantitativa SERA-TEC® para la obtención del APE en sangre total obtenida por punción digital, encontrando una frecuencia de resultados positivos en 13.3% (n=11) de la población estudiada.

Se dividieron las características evaluadas según el resultado de la prueba de tamizaje y la presencia/ausencia de cada una de ellas. La presencia de síntomas prostáticos reportó un riesgo relativo (RR) de 18.33 (8.54-28.12) y una p=0.02, siendo la característica de mayor impacto en el resultado de la

prueba y que se constituyó como punto crucial en la elaboración de las conclusiones.

Discusión

Durante la emisión de resultados se observó la prevalencia de las variables estudiadas en el grupo etario de 40-50 años, lo que determina un área de oportunidad para el desarrollo de campañas preventivas e intervención sanitaria en la promoción y conservación de la salud.



Cuadro No.1 Resultado de la prueba de tamizaje (APE) de acuerdo a características evaluadas (CE).

Característica	APE (+) CE (+)	APE (+) CE (-)	APE (-) CE (+)	APE (-) CE (-)	RR	p
AHF de cáncer	36.3% (n=4)	63.3% (n=7)	26.3% (n=19)	73.6% (n=53)	1.49 (0.48-4.61)	0.49
AHF de cáncer de próstata	9.09% (n=1)	90.9% (n=10)	4.1% (n=3)	95.8% (n=69)	1.97 (0.32-11.87)	0.47
Obesidad	27.2% (n=3)	72.7% (n=8)	20.8% (n=15)	79.1% (n=57)	1.35 (0.39-4.58)	0.62
Sedentarismo	72.7% (n=8)	27.2% (n=3)	73.6% (n=53)	26.3% (n=19)	0.96 (0.27-3.30)	0.95
Dieta rica en carbohidratos	18.1% (n=2)	81.8% (n=9)	31.9% (n=23)	68.05% (n=49)	0.51(0.11-2.21)	0.35
Dieta hiperproteica	54.5% (n=6)	45.4% (n=5)	27.7% (n=20)	72.2% (n=52)	2.63 (0.88-7.84)	0.07
Hábito tabáquico	45.4% (n=5)	54.5% (n=6)	43.05% (n=31)	56.9% (n=41)	1.08 (0.36-3.28)	0.88
Consumo de alcohol	18.1% (n=2)	81.8% (n=9)	44.4% (n=32)	55.5% (n=40)	0.32 (0.07-1.39)	0.09
Síntomas prostáticos	100% (n=11)	0% (n=0)	68.05% (n=49)	31.9% (n=23)	18.33 (8.54-28.12)	0.02
Comorbilidades	72.7% (n=8)	27.2% (n=3)	44.4% (n=32)	55.5% (n=40)	2.86 (0.81-10.05)	0.08



Respecto al antecedente familiar de cáncer, se visualiza un panorama oscuro...

Respecto al antecedente familiar de cáncer, se visualiza un panorama oscuro, con un alarmante 27.7% del total de la población estudiada, donde 36.3% generó un resultado positivo en la prueba de detección de APE. En cuanto al antecedente familiar de cáncer de próstata, se obtuvo solo un 7% del total de los sujetos de estudio, de los cuales únicamente 9.09% resultó positivo en la prueba de detección, dato que sugiere un bajo riesgo de padecer cáncer prostático en 93% restante. Esto último, según un estudio realizado por Carter H., Col. y la Guía de Práctica Clínica de la *American Urological Association*, (2013), respecto a la detección oportuna de cáncer, donde refieren que la historia familiar de cáncer de próstata (padre y/o hermano) duplica el riesgo de padecerlo.

La obesidad es una enfermedad que predispone al desarrollo de múltiples desórdenes y enfermedades crónico-degenerativas, y está presente en 22.8% de la población, según esta investigación. En un estudio de cohorte realizado por Hayashi N. y Matusushima M. (2011), donde analizaron 905 pacientes y correlacionaron niveles altos de triglicéridos con características

de cáncer de próstata detectado por biopsia, concluyen que pacientes mayores de 60 años con cifras elevadas de triglicéridos se asociaron con puntajes de Gleason >8pts. Si bien la hipertrigliceridemia puede presentarse en personas con cifras de IMC en la normalidad, la mayoría de las personas con sobrepeso y obesidad sufren algún tipo de dislipidemia.

El prostatismo, síntomas prostáticos, o actualmente llamados síntomas urinarios bajos <LUTS>, se presentaron en 100% de los pacientes con resultado positivo y en 59% de los que tuvieron resultado negativo; además, mostró una $p=0.02$ y un $RR=18.33$ (8.54-28.12), y se contemplan como síntomas pivote en el abordaje de la patología prostática, no asociándose exclusivamente a cáncer de próstata. Tal y como menciona Chiang H. y col. (2014) en su publicación *Síntomas urinarios bajos, prostatismo, hiperplasia prostática, uropatía obstructiva baja, ¿todo una misma cosa?*, asegurando que los mismos síntomas causados por el crecimiento benigno de la próstata pueden ser originados por otras causas.

El cáncer es una enfermedad multifactorial asociada en muchas ocasiones a enfermedades crónico-degenerativas, tal y como sucede con la diabetes mellitus (DM). Los mecanismos que mantienen el vínculo entre estas patologías no han sido del todo precisados, aunque la mayoría de los autores destacan el papel del hiperinsulinismo y la insulinoresistencia presente en las personas con DM tipo 2.



La insulina constituye un factor de crecimiento para muchos tumores del tipo epitelial, y el hiperinsulinismo produce un incremento secundario en la disponibilidad del IGF-1, teniendo este último efectos mitogénicos y antiapoptóticos. Esto apoya la relación entre DM y desarrollo de cáncer. En contraste, el peruano Francisco Gárciga publicó un artículo de revisión en la Revista Peruana de Epidemiología (2012), donde analizó la relación entre la DM y el cáncer, y reportó que existe una asociación negativa entre el cáncer de próstata y la DM, lo que se ha tratado de explicar por la disminución comprobada de los niveles séricos de testosterona.

El 15% de los sujetos estudiados en esta investigación padecen DM tipo 2, y 100% reciben metformina como terapia hipoglucemiante. Esto impacta positivamente en la disminución del riesgo de desarrollar cáncer, pues inhibe el crecimiento de las células cancerígenas *in vivo e in vitro*, además de incrementar los niveles de adiponectina. Fueron Hirsch y Col. (2010) quienes demostraron el carácter selectivamente tóxico de la metformina para determinadas líneas celulares en las neoplasias.

La frecuencia de valores anormales ($>4\text{ng/dl}$) de APE en los sujetos de estudio fue del 13.3% del total de la población. Jonas Hugosson (2010) realizó un seguimiento a pacientes de un estudio de casos y controles, a quienes se les realizó tamizaje de APE con resultados anormales, encontró la reducción del 20% de la mortalidad en un seguimiento de 9 años. Dos años más tarde, F.H. Schroder y Col. reafirmaron la reducción en el riesgo de morir por cáncer de próstata del 21% en el grupo tamizado, en un seguimiento a 11 años.

Mientras que la investigadora Mercè Marzo publicó en contra del tamizaje para cáncer de próstata, de acuerdo con recomendaciones de la US *Preventive*

Services Task Force, argumentando que el cribado con APE produce una pequeña o nula reducción de la mortalidad y conlleva riesgos asociados al diagnóstico y al tratamiento.

Por otro lado, Alberts A., Roobol M., Schoots I. publicaron en el año de 2015 en su artículo: "*Prostate-specific antigen-based prostate cancer screening: Past and future*" un vistazo a las guías que implementan detección de APE variando su periodicidad. Dentro de esta publicación exalta la postura del *American College of Preventive Medicine*, que sostiene el nulo tamizaje a cualquier edad.

Lo anterior, en contraste con la *National Comprehensive Cancer Network*, que recomienda la medición de APE a todo varón a partir de los 40 años, o la *American Urological Association* que indica los estudios de APE en varones a partir de los 55 años con alto riesgo.

En adición, se dio seguimiento de 3 meses a los pacientes que presentaron resultado positivo en la prueba de tamizaje. De los 11 pacientes positivos, 7 fueron diagnosticados con hiperplasia prostática benigna y fueron internados en el Hospital Civil de Guadalajara *Fray Antonio Alcalde* con fines terapéuticos; fueron 2 pacientes pertenecientes al grupo de 40-50 años (44 y 46 años), 1 paciente de 51-60 años (53 años) y 4 pacientes de 61-70 años (63, 65, 67 y 69 años); 1 paciente del grupo de 51-60 años (57 años) resultó con biopsia prostática sospechosa con una escala de Gleason 6 (2-4), actualmente en vigilancia y proceso diagnóstico confirmatorio.

Conclusiones

La frecuencia de alteraciones del APE es baja y existe influencia de factores internos y externos de la población trabajadora estudiada.

Como se mencionó en renglones superiores, el grupo más frágil, pero con mayor oportunidad de prevención y promoción de la salud, fue el de 40-50 años. Esta situación es inquietante y obliga a fijar las medidas preventivas en edades más tempranas, sobre todo porque, en los últimos años, cerca del 10% de nuevos diagnósticos de cáncer de próstata se realizan en menores de 55 años. Son poblaciones económicamente activas y, en la gran mayoría, padres de familia, en quienes la detección oportuna de patología prostática repercute positivamente en la calidad de vida.

La sintomatología prostática debe imperar y convertirse en el punto de partida para la meticulosa e inmediata evaluación de la próstata en varones a partir de los 40 años, con o sin factores de riesgo.

Las medidas preventivas se deben adaptar a la población mexicana, teniendo en cuenta factores dietéticos, étnicos, enfermedades previas y comorbilidades actuales, antecedentes laborales y personales, generalmente no contemplados para el tamizaje de cáncer de próstata.

Se deben ponderar campañas publicitarias en la prevención de cáncer de próstata que favorezcan y motiven a la población masculina a realizarse revisiones prostáticas periódicas, así como promover el uso del material disponible para convertir la medición de antígeno prostático en un proceso rutinario que responda positivamente a la detección oportuna de cáncer de próstata y, con ello, a la disminución de la tasa de mortalidad.

Recomendaciones

A todo varón, a partir de los 40 años con presencia de cualquier síntoma prostático, se le debe realizar un abordaje clínico exhaustivo y medición de antígeno prostático, independientemente de los factores de riesgo.

Representa la mayor área de oportunidad en el tamizaje de cáncer de próstata y enfatiza la importancia de un correcto abordaje diagnóstico y terapéutico.

Bibliografía

Alberts A., Roobol M., Schoots I. (2015). *Prostate-specific antigen-based prostate cancer screening: Past and future*. International Journal of Urology; 22: 524-532.

Carter H. et al. (2013). *Early detection of prostate cancer: AUA Guideline*. American Urological Association (AUA) Guideline.

Chiang H., Susaeta R., Finsterbusch C. (2014). *Síntomas urinarios bajos, prostatismo, hiperplasia prostática, uropatía obstructiva baja, ¿Todo una misma cosa?* Rev. Med. Clin. Condes -; 25(1) 149-157.

Dahiana D. (2016). *Cáncer de próstata, etiología, diagnóstico y tratamiento*. Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica LXXIII (620) 707 - 710.

De-Censi A, Puntoni M, Goodwin P. (2010). *Metformin and cancer risk in diabetic patients: A systematic review and meta-analysis*. Cancer Prev. res. 33:1071- 6.

Gárciga F. (2012). *Relationship between diabetes mellitus and cancer*. Rev. peru. epidemiol. Vol16Pg2

GLOBOCAN (2012). *Prostate Cancer Estimated Incidence, Mortality and Prevalence Worldwide-in-2012*. Recuperado-de: <http://globocan.iarc.fr/old/FactSheets/cancers/prostate-new.asp#INCIDENCE>

Hayashi N, Matusushima M. (2011). *The impact of hypertriglyceridemia on prostate cancer development in patients aged >60 years*. BJU Int. 109, 515-519.

Hugosson, J., et al. (2010). *Mortality results from the Goteborg randomised population-based prostate-cancer screening trial*. Lancet Oncol. 11(8): p. 725-32.

Instituto Nacional de Salud Pública (INSP). 2017. *Mortalidad por cáncer de próstata en México a lo largo de tres décadas*. Secretaría de Salud. México. Última actualización Datos encontrados en: <https://www.insp.mx/avisos/4189-cancer-prostata-mx.html>

Landman G, Kornelis J, Van-Hateren K, Rijko, Henk J. (2010). *Metformin associated with lower Cancer mortality in type 2 diabetes*. Diabetes Care.; 33:322-6.

Marzo M., Nuin M., Vela C. (2012). *Recomendaciones en contra del cribado de cáncer de próstata con antígeno prostático específico*. Rev.Aten. Primaria.; 44(7):377-378.

Owell U. (1991). *Insulin inhibits transcription of the human gene for insulin like growth factor binding protein*. BIOL QUEM.; 266:18868-76.

Preventive Services Task Force Recommendation Statement. (2008). *Clinical Guidelines. Screening for Prostate Cancer: U.S. Ann Intern Med*. 149:3.

Schroder, F.H., et al. (2009). *Screening and prostate-cancer mortality in a randomized European study*. N Engl J Med, 360 (13), pp. 1320–1328

Schroder, F.H., et al. (2012). *Prostate-cancer mortality at 11 years of follow-up*. N Engl J Med, 366 (11), pp. 981–990

Secretaría de Salud. (2001). *Programa de Acción: cáncer de próstata*. México. Recuperado-de: http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/cancer_prostata.pdf

Seng R. (1992). *Insulin rapidly decreases insulin like growth factor-binding protein gene transcription in streptozotocin diabetic in rats*. MOL.ENDOC; 6:2219-28



Autocuidado del adulto mayor: estudio de caso

Claudia Marcela Cantú Sánchez

Maestra en Terapia Familiar Sistémica. Docente del Departamento de Enfermería y Obstetricia de Irapuato, División Ciencias de la Vida. Universidad de Guanajuato. Alumna del Doctorado en Ciencias del Desarrollo Humano, UNIVA León.

Montserrat Fernández Moya

Maestra en Epidemiología y Administración en Servicios de Salud. Docente del Departamento de Enfermería y Obstetricia de Irapuato, División Ciencias de la Vida. Universidad de Guanajuato.

Gloria Vega Argote

Doctora en Ciencias de Enfermería. Docente del Departamento de Enfermería y Obstetricia de Irapuato, División Ciencias de la Vida. Universidad de Guanajuato.

*Para hablar de autocuidado se hace referencia a Dorothea Orem
y a la teoría del autocuidado, definida como el cuidado de uno
mismo, dado por uno mismo y para uno mismo.*

Resumen

El autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas hacia sí mismas o hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento, en beneficio de su vida, salud o bienestar.

Palabras Clave: Adulto Mayor | Autocuidado.

Self-care of the elderly: case study

Summary

Self-care is a target-oriented activity learned by individuals. It is a behavior that exists in concrete situations of life, directed by people towards themselves or towards the environment to regulate the factors that affect their own development and functioning for the benefit of their life, health or well-being.

Keywords: Elderly | Self-Care.

Auto-soin des personnes âgées : étude de cas

Résumé

L'auto-soin est une activité apprise par les individus, orientée vers un objectif. C'est une conduite qui existe dans des situations concrètes de la vie, dirigée par les personnes sur elles-mêmes ou sur leur environnement, pour réguler les facteurs qui touchent à leur propre développement et fonctionnement, au bénéfice de leur vie, santé ou bien-être.

Mots clés: Personnes Agées Auto-soin.



MÉTODO: Se entrevistó a una paciente, adulto mayor de 65 años; se realizó un estudio de caso que consiste en investigaciones a profundidad de una sola entidad o una serie reducida de entidades. Normalmente, la entidad es un individuo, pero también puede tratarse de familias, grupos, instituciones u otras unidades sociales. Se estudió para comprender a detalle el estado de salud actual de una persona y cuáles son las actividades de autocuidado que realiza; una de las principales ventajas de realizar este estudio de caso es la profundidad a la que se puede llegar, debido al número reducido de individuos, instituciones o grupos, aunque una de sus desventajas es que no puede generalizarse.

Uno de los problemas de salud de los adultos mayores como grupo poblacional serán las enfermedades crónicas con mayor prevalencia que ocurren por múltiples factores; es por esto que familia y sociedad tienen la responsabilidad de ofrecer las oportunidades para que el adulto mayor tenga las habilidades para lograr un autocuidado satisfactorio a través de intervenciones de enfermería.

Se pretende que la investigación aporte conocimientos sobre cómo el adulto mayor realiza y aplica las prácticas de autocuidado, con la participación de las personas que le rodean, y así lograr mejorar la calidad de vida. Con los últimos avances en medicina y salud pública aumentó el promedio de vida de las personas, y aunque la muerte no se evita, es de vital importancia llegar a una adultez con calidad; este cambio demográfico creará consecuencias a nivel social, demográfico, familiar y económico.

Actualmente, México es un país global, ya que ha abierto sus fronteras a la libre importación de mer-

cancías, servicios e inversión en el ámbito industrial; hubo reajustes en el mercado laboral que favorecieron el empleo informal, afectando las exportaciones de la manufactura; además, se facilitó el ingreso de trabajadores extranjeros, quienes administran estas empresas agroindustriales, automotrices, etcétera, donde México ha facilitado este mercado sin restricciones, aunado a la migración de los jóvenes para buscar una mejor calidad de vida en otro país, dejando a estos padres adultos mayores sin el apoyo cercano que necesitan. Algo con lo que tiene que trabajar el gobierno es con el crecimiento económico, enfocándose en los sectores más vulnerables de nuestro país, pero también estamos sufriendo una revolución de la longevidad, debido al aumento de personas adultas mayores, de 60 años y más, lo que implica que el ser humano tiene una mayor edad en todo el mundo. Se tiene previsto que para el año 2050, comparado con la década de 1950, la población de adultos mayores se cuadruplicará, lo que provocará que, al aumentar

el envejecimiento global, los sistemas sociales, económicos, asistenciales y servicios de salud lleguen a una gran crisis de insolvencia por la incapacidad de cumplir las actividades primarias como la prevención y atención a las personas envejecidas. Los países en desarrollo todavía están resistentes al envejecimiento de su población, ya que no se cuenta con el personal que se haga cargo; además, no hay una infraestructura adecuada para su atención, ya que esta población se caracterizará por la múltiple atención en primer, segundo y tercer nivel de atención. Dada la información recolectada, surge la primera pregunta de investigación: ¿Qué prácticas de autocuidado realiza una mujer adulto mayor?

OBJETIVO: Determinar las prácticas de autocuidado que realiza una mujer adulto mayor.

El envejecimiento es el conjunto de transformaciones y/o cambios que aparecen en el individuo a lo largo de la vida

MARCO TEÓRICO

Capítulo 1. Envejecimiento

El envejecimiento es el conjunto de transformaciones y/o cambios que aparecen en el individuo a lo largo de la vida; es la consecuencia de la acción del tiempo

sobre los seres vivos. Estos cambios son: bioquímicos, fisiológicos, morfológicos, sociales, psicológicos y funcionales (Sociedad Española de Enfermería Geriátrica, 1999).

1.1. El significado de geriatría es la medicina de los ancianos. Esta definición incluye, en un sentido moderno, la asistencia médica; es decir, prevención y tratamiento de enfermedades de la vejez y asistencia psicológica y socioeconómica. (Nicola, 1985).

1.2. La gerontología se define como la ciencia que estudia el envejecimiento y todos los fenómenos asociados a este, dividiéndose en tres ramas, de acuerdo con los aspectos que recoge: la gerontología social, cuyo objetivo es el estudio de todos los aspectos socioeconómicos y culturales que influyen en el envejecimiento; la gerontología experimental, referida a los aspectos de investigación que nos permitirían avanzar en el conocimiento del envejecimiento y, por último, la gerontología clínica, que se referiría a todo lo que tiene que ver con la enfermedad, su prevención, su diagnóstico y la intervención y readaptación social. En este sentido, la gerontología clínica incluiría todas las actuaciones que hay que realizar en la cabecera del enfermo por los diferentes profesionales del ámbito de la salud. (Calenti, 2011).

1.3. Aspectos psicosociales del envejecimiento

Para analizar los cambios psicosociales que se presentan en las personas mayores se ha de tener



en cuenta, no solo su situación en el momento actual, sino toda una serie de circunstancias que han influido y van a influir en los mismos, junto con su proceso de envejecimiento.

1.3.1. Tiempo de reacción: con el envejecimiento, la repuesta a estímulos es más lenta.

Por ello, al cuidar a personas ancianas hemos de partir de la base de que su ritmo va a ser más lento y evidentemente les tenemos que hacer comprender que no pueden realizar las actividades de una forma más rápida, ya que ello conllevaría un riesgo importante de carácter físico y por ello no deben sentirse incapaces de realizar dichas tareas, minimizando de esta forma el impacto psicológico que representa el sentirse incapaz de realizar algo, ya que el tema es solo una cuestión de tiempo.

1.3.2. Capacidad de acción: la lentitud es más notoria a medida que pasan los años, algo fácilmente observable en las personas ancianas, siendo esta una de las características más destacadas del envejecimiento.

Esta lentificación de las acciones está influenciada por la pérdida de eficacia de los procesos sensoriales, pues el sistema nervioso central procesa los estímulos con menos eficacia y da lugar a un tiempo de respuesta mayor, alterando evidentemente también la precisión. Por ello, no debe-

mos apresurar al anciano en la realización de una actividad; hay que darle tiempo al tiempo.

Agudeza sensorial

1.3.3. Inteligencia: Eisdofer (1977) la define como “la capacidad de comunicar, comprender y cuidar de uno mismo”.

La persona mayor anciana media, física y mentalmente sana, no presenta disminución en su capacidad de inteligencia. Por lo general, el déficit de inteligencia se suele relacionar con el estado de salud, específicamente con las patologías vasculares que afectan a la corteza cerebral, causando una disminución en la capacidad del cerebro para almacenar información.

1.3.4. Aprendizaje: en las etapas finales de la vida, tanto la memoria como el aprendizaje disminuyen, aunque no se temporice esta función, es decir, que se le permita utilizar el tiempo que necesite.

También se debe tener presente que el aprendizaje está relacionado con toda una serie de factores complejos que influyen en él, como la salud, el tiempo de reacción y la motivación, entre otros. La verdad es que las personas mayores tienen una motivación alta en el aprendizaje, cuando el tema o actividad tienen un sentido para ellos.





...ante retos nuevos, para los que no tienen experiencias anteriores propias, presentan un alto grado de dificultad para solucionarlos

Lo que es cierto es que aprenden con mayor facilidad cuando la información se da a un ritmo más lento y en ausencia de factores distorsionantes, o sea que el entorno no distraiga y a la vez sea facilitador o favorable.

- 1.3.5. Resolución de problemas: ante estos, las personas ancianas intentan buscar su solución a través de sus experiencias previas. Parece ser que ante retos nuevos, para los que no tienen experiencias anteriores propias, presentan un alto grado de dificultad para solucionarlos. Les es difícil llegar a realizar una discriminación precisa frente a los estímulos múltiples para organizar una información o material que sea complejo y evidentemente también por la ineficacia de su memoria a corto plazo.
- 1.3.6. Memoria: el proceso de envejecimiento produce un deterioro mínimo en la memoria. La memoria se divide en inmediata, reciente y remota.
- 1.3.6.1. La memoria inmediata la medimos pidiendo a las personas que repitan

una serie de números; por lo tanto, implica un recuerdo durante unos segundos. Es una función que raramente se ve dañada significativamente en las personas ancianas.

1.3.6.2. La memoria reciente consiste en recordar información suministrada hace unos minutos. Se caracteriza por estar disminuida en las personas ancianas. Este tipo de memoria se puede ver afectada por factores fisiológicos y/o psicológicos. Esto último puede suceder en una persona que puede ser independiente, aun teniendo una ligera afectación de este tipo de memoria; el hecho de que se presente un problema fisiológico (hipoxia) o psicológico (el fallecimiento de una persona allegada) puede desencadenar una descompensación o pérdida de capacidad importante o grave en este tipo de memoria.

1.3.6.3. La memoria remota es la que permite recordar lo sucedido o aprendido hace muchos años. Su función se ve poco afectada por el envejecimiento normal.

- 1.3.7. Motivación: los cambios en la motivación para la realización de unas determinadas actividades en los ancianos suelen estar enmarcados por la utilidad que ellos les ven. Si tiene una percepción positiva sobre la misma, el grado de motivación será alto y, si no es así, todo lo contrario.



1.3.8. Actitudes, intereses y valores. El autoconcepto positivo de las personas mayores es uno de los valores más importantes. La persona que tiene un buen autoconcepto de sí misma tendrá más recursos para luchar contra los problemas diarios, pues la autoestima tiene un profundo efecto sobre los procesos de pensamiento, emociones, deseos, valores, objetivos y comportamiento. Los ancianos presentan alteraciones de la autoestima con frecuencia, causados por procesos patológicos agudos o crónicos; por cambios en el entorno físico, social o económico, como pérdidas de seres queridos, etcétera. Ante estas circunstancias existen alternativas como el voluntariado o los animales de compañía, etcétera, que servirán para incrementar la autoestima.

1.3.9. Personalidad: Se considera que es un rasgo que heredamos y en el que influye el entorno. Es la forma como la persona percibe, piensa, actúa y siente.

Se puede decir que hay dos personalidades: una interna, donde encontramos la motivación, la autoestima y los valores, y otra externa, que es la que la persona muestra a los demás.

La personalidad en el anciano no suele alterarse por el proceso de envejecimiento, y es clave para determinar cómo se va a comportar ante un determinado proceso, es decir, cuáles van a ser sus reacciones. Esto significa que una persona anciana actuará frente a las pérdidas de la misma manera en que lo ha hecho a lo largo de toda su vida.

Los cambios acentuados que se presenten estarán relacionados con el miedo a las pérdidas y a los procesos de duelo.

1.3.10. Jubilación: la jubilación se establece de forma administrativa al llegar a una determinada edad y lleva consigo asociada toda una serie de cambios, que fuerzan a la naturaleza humana a renovaciones de conducta y comportamientos a partir de un momento cronológico determinado, con lo que crea toda una serie de problemas físicos, sociales y psicológicos. Muchos jubilados no resisten, y desarrollan cuadros de ansiedad o angustia con repercusiones físicas y psicológicas (Quintanilla, 2006).

1.4. El paciente gerontológico como persona: autonomía y dependencia.

Nuestras sociedades envejecidas plantean desafíos económicos, sociales, familiares, personales y también éticos. El tránsito a la madurez y el logro de autonomía significan convertirse en razonadores prácticos independientes; la dependencia y su conversión en oportunidad o capacidad de vida es la clave de la independencia y la autonomía.

1.4.1. Las tres dimensiones de la autonomía

Para identificar y comprender cuáles son las necesidades de salud de un paciente gerontológico y las respuestas clínicas y éticas más adecuadas, es necesario distinguir tres dimensiones de la autonomía, aunque no como realidades aisladas, sino como un continuum: la autonomía decisoria, la autonomía informativa y la autonomía funcional:

1.4.1.1. La autonomía decisoria refiere a la libertad de elección; esto es, a la capacidad del paciente para deliberar y decidir (se) por un curso de acción. Es la dimensión ética y jurídicamente más desarrollada, a partir de la teoría del consentimiento informado.

1.4.1.2. La autonomía informativa se centra en la definición, la protección y el control de la información de carácter personal

y de la documentación asistencial, bien con mecanismos tradicionales como el secreto profesional, la confidencialidad y el derecho a la intimidad, bien con otros más recientes como el derecho fundamental a la protección de datos personales, garantizados al paciente anciano, igual que al resto de los ciudadanos.

La autonomía funcional alude a la libertad de acción

1.4.1.3. La autonomía funcional alude a la libertad de acción (actuación o abstención) y la capacidad de realizar por uno mismo las decisiones adoptadas (Calenti, 2011).

1.4.1.3.1. Análisis de la actividad: diversas investigaciones centradas en el grupo de población de personas mayores concluyen que la actividad física, psicológica y social aumenta de forma significativa la calidad de vida y el bienestar en las personas que lo realizan de manera asidua. Así pues, el profesional de la salud puede utilizar las actividades para evaluar las destrezas y el déficit de cada persona y para identificar las subsecuentes razones para la planificación de la intervención terapéutica basada en diversas actividades.

1.4.1.3.2. Desempeño ocupacional: el objetivo de la terapia ocupacional es convertir estas ocupaciones humanas que son habituales en estado de salud (comer, caminar, etcétera.) en actividades que adquieren circunstancialmente valor terapéutico.

Las categorías de la función se encuentran bien diferenciadas: por un lado, las áreas del desempeño ocupacional y, por otro, los componentes del desempeño ocupacional. Según el Marco de Trabajo de la Práctica de la Terapia Ocupacional, en su segunda edición (2008), las áreas del desempeño son:

1.4.1.3.2.1. Las actividades básicas de la vida diaria son aquellas orientadas al cuidado de uno mismo, e incluyen el nivel más básico de la ocupación. Incluyen alimentación, vestido, higiene menor (lavado de manos, lavado de cara, cepillado de pelo y cepillado de dientes), higiene mayor (uso del baño), esfínteres, movilidad funcional (en la cama, silla de ruedas y transferencias) y cuidado de dispositivos personales (gafas, audífonos, lentes, dentadura postiza, equipamiento adaptado y dispositivos sexuales y contraceptivos).

1.4.1.3.2.2. Las actividades instrumentales de la vida diaria son aquellas que están orientadas hacia la interacción con el medio y que son a menudo más complejas. Incluye cuidado de otros y de mascotas, uso de sistemas de comunicación (teléfono e internet), uso de transporte público, manejo de dinero, cuidados del hogar, preparación de comidas, medidas de mantenimiento y seguridad en el hogar, e ir de compras.

1.5. Estancias

Una de las opciones de vida para los ancianos que son dependientes es que los adultos mayores tienen riesgo de institucionalizarse, aunque son minoría los que realizan varios gastos al sistema



de salud requiriendo cuidados por personal que en muchos de los casos no están bien preparados, y aunque muchos carecen de seguridad social, no cuentan con un apoyo familiar adecuado y tienen enfermedades crónicas con requerimientos médicos, se encuentran con aislamiento social y bajos recursos económicos. La calidad de vida es un aspecto difícil de abordar en cuanto a la asistencia, ya que un buen servicio depende de la atención y la percepción del atendido, con base en dos factores básicos: la descripción subjetiva personal, interna, del paciente y, en segundo lugar, la determinación objetiva de los parámetros externos (Gutiérrez, 1996).

- 1.6. Educación del Adulto Mayor: se empezó a considerar el aprendizaje en la tercera edad, a partir de los años 70, al desaparecer la formación permanente y en la aparición de la educación permanente. Pierre Vellas, un profesor de la Universidad de Ciencias Sociales de Toulouse, Francia, para el año de 1973 propone el funcionamiento de la primera universidad de la tercera edad, facilitando el conocimiento y la cultura del adulto mayor; es a partir de ahí donde se crean nuevas universidades con programas destinados a adultos mayores para formarlos reconociendo las necesidades de ellos (Gómez, 2008).



Con un mundo en constante cambio, el ser humano necesita ser educado y formado de por vida, por lo que la educación de adultos es un punto vital de importancia para el logro de los avances educativos; la educación para adultos es aquella que inicia, continúa y termina el proceso educativo, y es que en México, 34% de la población presenta rezagos educativos como el no saber leer o escribir; los objetivos en alfabetización no se han alcanzado y la visión del gobierno es que la educación de los adultos mayores es para subsanar las metas no alcanzadas por el sistema escolarizado (Ramírez, et al, 2010).

*el aprendizaje de la tercera edad
presenta rasgos distintivos
que lo hacen peculiar*

En las últimas décadas, diferentes organizaciones e instituciones nacionales e internacionales organizan eventos relacionados con la tercera edad, con el fin de concientizar a la sociedad en general sobre su vulnerabilidad; otros ayudan a reintegrarlos con actividades encaminadas a formar su independencia, capacitándolos en actividades para obtener un ingreso, además de integrarlos con otros adultos mayores con actividades lúdicas y recreativas. La imagen de la vejez es de la disminución de las capacidades intelectuales y cognitivas, llamada declive de la inteligencia por desgaste en este ciclo vital, pero el aprendizaje de la tercera edad presenta rasgos distintivos que lo hacen peculiar, por lo que deben ser tomados en cuenta en los programas educativos (Gómez, 2008).

En el área educativa se da por hecho que el adulto mayor es un cliente difícil, debido a que es lento y pasivo y no tiene la capacidad de retención para un proceso de aprendizaje. Es importante basarse en los aspectos que son positivos en el proceso de envejecimiento, como la participación, experiencias y el potencial para vivir plenamente apoyando el envejecimiento activo y próspero. El adulto mayor posee un conjunto de aprendizajes de experiencias previas; es activo y motivado como la gente joven. Los programas de alfabetización para adultos mayores demuestran que los participantes son activos en su aprendizaje y, en



relación con los jóvenes, obtienen el mismo éxito, por lo que las personas de edad no deben marginarse. En Australia, el gobierno puso su atención en los adultos mayores con una ley para protegerlos de la discriminación.

Las computadoras y el manejo de las técnicas en computación actualmente son de interés del adulto mayor. El Programa de la Universidad de Bilan en el área de Gerontología Aplicada posee un programa para la enseñanza de la tercera edad, con más de 3,000 jubilados que aprendieron a trabajar con computadoras (UNESCO, 1999).

1.7. Teorías sobre el aprendizaje

1.7.1. Conductismo: sus principales autores son Skinner, Pavlov o Thorndike; su teoría se centra en el aprendizaje del patrón estímulo-respuesta que se presenta en todos los individuos. El aprendizaje se da por la imitación y repetición de estímulos observados, siendo resultado de las conexiones entre estímulos y experiencias.

1.7.2. Cognitivism: algunos autores son Carril y Cagné, afirman que el aprendizaje se da por la captación del cerebro a múltiples estímulos que se convierten en conocimiento por la interacción entre la información que procede del sujeto y la información del medio. En la enseñanza, entran en juego la motivación, la percepción, la atención, la memoria, el pensamiento y el lenguaje; el profesor debe favorecer la transmisión del conocimiento.

1.7.3. Constructivismo: su principal autor es Piaget; el aprendizaje es una construcción personal del individuo a partir de estructuras cognitivas internas, las cuales se transforman cuando el individuo interactúa con el entorno. El profesor es un mediador que anima al estudiante a investigar y fundamentar sus decisiones; el error es la base del aprendizaje.

1.7.4. Constructivismo social: Vigotsky, autor de esta teoría, considera que el aprendizaje es una construcción del individuo por su experiencia pasada; la situación y la interacción con otras personas son los factores que permiten dar significado a la experiencia, el conocimiento se va creando con el contexto y la socialización, la enseñanza se da en el aprendizaje colaborativo.

1.7.5. Aprendizaje situado y aprendizaje colaborativo, basados en el constructivismo social; el aprendizaje colaborativo plantea que cada individuo es responsable de su aprendizaje, se desarrolla a través de tecnologías y estrategias que facilitan el intercambio de significados, desarrollando habilidades individuales y grupales, intercambiando ideas, experiencias pasadas y esquemas; en el aprendizaje situado, el conocimiento depende del contexto y la comunidad en la que se usa.

1.7.6. Humanismo: se basó en los postulados de Paolo Freire, donde el aprendizaje es la interacción entre el individuo y el medio,

el aprendizaje se da por la interacción. El papel del profesor es el de un facilitador; por lo tanto, la relación entre profesor y estudiante es horizontal, ya que el profesor brinda las herramientas al estudiante para que este transforme la realidad, creando una identidad individual y social en el individuo (Gómez, 2008).

2. La familia

2.1. Definición de familia: es la unidad básica de la sociedad alrededor de la cual se mueven todos los individuos de una forma u otra (Novel, 1991). Según Zurro, 1990: “Por familia se entiende la unidad biopsicosocial, integrada por un número variable de personas, ligadas por vínculos de consanguinidad, matrimonio y/o unión estable y que viven en un mismo hogar”.

...entre las funciones que se deben llevar a cabo en una familia, está el desarrollo de los roles de los miembros, la comunicación, y las transacciones múltiples

2.2. Funciones de la familia: entre las funciones que se deben llevar a cabo en una familia, está el desarrollo de los roles de los miembros, la comunicación, y las transacciones múltiples. (Medalie, en Novel 1991).

2.2.1. La función afectiva: incluye las relaciones sexuales, las cuales son aprobadas socialmente en el marco del matrimonio. Además, incluye otros aspectos, tales como mutuo cuidado y apoyo, sensación de identificación mutua, cuidado de los hijos e identificación de los padres con aquellos y, en definitiva, sensación de seguridad frente a los <<otros>>, es decir, frente a los posibles peligros externos al grupo familiar.

2.2.2. La función de socialización: la formación de la personalidad en el niño se desarrolla fundamentalmente a través de la interacción que establece el seno familiar.

2.3. Tipologías

Según Osorio y Álvarez (2004), la tipología familiar se compone:

2.3.1. Familia extensa. Está constituida por más de dos generaciones en el hogar de los abuelos.

2.3.2. Familia nuclear íntegra. Son matrimonios casados en primeras nupcias y con hijos biológicos.

2.3.3. Familia nuclear ampliada. Familias en que se incluye a otras personas, que pueden tener algún tipo de vínculo consanguíneo (madre, tíos, sobrinos); no tener vínculo de consanguinidad alguno, como es en el caso de las empleadas domésticas o de alguna persona que esté de visita en casa. Pero son importantes, ya que pueden ser causa de conflictos o problemas familiares o, en algunas ocasiones, de apoyo positivo o recurso familiar.

2.3.4. Familia monoparental. Es aquella en que un solo cónyuge esta con la responsabilidad total de la crianza y convivencia de los hijos.

2.3.5. Familia reconstituida. Es una familia en la que dos personas deciden tener una relación formal de pareja y forman una nueva familia, pero como requisito al menos uno de ellos incorpora un hijo de una relación anterior.

3. Enfermería

3.1. Enfermería y el adulto mayor: el objetivo de la enfermería se ha ampliado desde la atención al individuo enfermo hasta su cuidado, tanto en salud como en enfermedad, y desde la atención del individuo de forma aislada hasta el cuidado de la familia, e incluso, de toda una comunidad. En el pasado, la principal actividad de la enfermera era ocuparse del individuo enfermo, estando la atención sanitaria orientada hacia la enfermedad. Hoy en día, el objetivo principal es el conocimiento de las necesidades, aun en situaciones de salud y la independencia de la enfermera.

Es necesaria la prestación de servicios de cuidado de los adultos mayores en el hogar, ya que 27.8% de las mujeres y 22.5% de los hombres, en el año 2009, tuvieron que recurrir a algún apoyo de un miembro de la familia, y uno de cinco adultos mayores necesitan ayuda en el rango de edad de 60 a 69 años, y uno de tres adultos mayores de 80 años solicitará apoyo familiar; en nuestro país todavía tenemos estructuras familiares extensas. Esto crea cambios en la estructura familiar, modificando cambios en el rol, aunado a las pérdidas físicas, emocionales y de salud; el adulto mayor



pierde su rol que fue asumido a lo largo de la vida modificando su autoimagen y autoconcepto, siendo el adulto mayor parte importante; en contraste, en Corea del Sur, Estados Unidos y Alemania este cuidado es una responsabilidad individual. En México, gracias a los programas de salud, el 23% de los adultos mayores que ingresan a hospital pudieron haber sido atendidos en un nivel preventivo de salud, ya que 2% de esta población fallece. En el sistema de salud, de las 13,336 unidades hospitalarias, solo 176 camas son destinadas para la atención de pacientes geriátricos, siendo 77% de ellas destinadas por la Secretaría de Salud, y 18% se encuentran en el Instituto Mexicano del Seguro Social; es de considerar que actualmente es insuficiente el número de geriatras, pues son 197 registrados por la Secretaría de Salud. En México, solo 7 universidades cuentan con un posgrado en Geriátrica: la Universidad Autónoma de Nuevo León, la Universidad Nacional Autónoma de México, la Universidad Autónoma del Estado de México, la Universidad Autónoma de San Luis Potosí, el Instituto Mexicano de Estudios Superiores de Monterrey, la Universidad Autónoma de Guadalajara y el Instituto Politécnico Nacional (ING, 2016).

3.2. Tecnología y Enfermería: La tecnología se aplicará en el área de la salud, sobre todo en el área de cuidados intensivos o unidades coronarias, por lo que la Enfermería debe aprender a utilizar nuevas técnicas e instrumentos para el tratamiento de la población demandante, obligando a la enfermera

la población de adultos mayores continuará creciendo, y cada vez la cantidad será mayor, por lo que es un reto para nuestro sistema de salud

a adaptarse con los nuevos y complejos equipos. El personal de enfermería debe ser profesional capacitado, que prestará los servicios en los centros de educación geriátrica para mejorar y brindar una atención de calidad, sobre todo a los adultos mayores minoritarios, multiétnicos, de bajos recursos y de abandono, por lo que requiere que el personal a cargo tenga conocimientos y entrenamiento, para brindar liderazgo de profesores universitarios y trabajar de forma inter y multidisciplinaria en estas instancias prestadoras de servicios sanitarios que trabajan con adultos mayores. Según las expectativas, la población de adultos mayores continuará creciendo, y cada vez la cantidad será mayor, por lo que es un reto para nuestro sistema de salud, ya que las demandas de servicios serán sobrepasadas por el costo en la atención de este grupo de edad, por lo que aparecerán nuevas formas en la prestación de estos. Aparecerán casas en grupo, casas de vivienda asistida o instalaciones para el retiro, nuevas y diferentes casas de asistencia con diferentes formas de pago y múltiples servicios que pueden ofrecer. Se espera que estos

adultos mayores tengan una casa propia, pudiendo elegir dónde vivir, y probablemente la tendencia sea envejecer en su propio hogar (Burque y Walsh, 1998).

3.3. Teoría del Autocuidado de Orem

Para hablar de autocuidado se hace referencia a Dorothea Orem y a la teoría del autocuidado, definida como el cuidado de uno mismo, dado por uno mismo y para uno mismo. Esta definición contiene un componente intencional que tiene las acciones a cuidar, haciendo diferencia entre las acciones instintivas que tienen un carácter automático (Novel, 1991).

El autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas hacia sí mismas o hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento, en beneficio de su vida, salud o bienestar. Es la práctica de actividades que los individuos hacen y realizan para mantener su propia vida, la salud y el bienestar; los adultos cuidan de sí mismos de forma voluntaria, pero los lactantes y niños requieren cuidado de otras personas porque se encuentran en etapas tempranas de su desarrollo



físico, psicológico y psicosocial; en el caso de ancianos enfermos e incapacitados, necesitan cuidados completos o ayuda en las actividades que implican el autocuidado, que es una contribución continua del adulto ayudando a su propia existencia, bienestar y salud (Orem, 1993).

3.4. Los requisitos del autocuidado, según Orem, son tres:

3.4.1. Universales: que son comunes para todo el mundo y pueden ser variables en función de algunos factores, ya sea internos o externos.

3.4.2. De desarrollo, que son determinados en etapas evolutivas de la persona.

3.4.3. De alteración de la salud, que son los que se derivan de alguna enfermedad.

Los requisitos del autocuidado son generalizaciones sobre los objetivos que los individuos deberían tener al realizar su autocuidado; estos son conceptualizados y validados por su utilización en la ayuda a individuos para manejar su salud y bienestar, y se han convertido en elementos de la cultura general de los profesionales al cuidado de la salud.

3.5. Objetivos del autocuidado.

Las actividades dirigidas al autocuidado de la persona vienen determinadas por objetivos tales como:

1. Incrementar el nivel de salud actual de la persona, incluso en aquellas situaciones en las que la salud está disminuida por cualquier causa.

2. Mantener al máximo el nivel de bienestar de la persona, identificando los cambios necesarios en el propio estilo de vida.

3. Implicar a la persona en el cuidado de la propia salud desde un punto de vista que debe ser integral, mejorando el autoconcepto y potenciando la autoestima y la autoimagen.

4. Incrementar las capacidades de ayuda a los demás a través del equilibrio físico y emocional.

3.6. Factores que influyen en el autocuidado

Las personas, a lo largo de la vida, aprenden múltiples habilidades y conocimientos, así como el desarrollar capacidades para las cuestiones más diversas (el oficio de albañil, cocina, mantenimiento del hogar, etcétera.). Pero los elementos que pueden ser descritos como elementos influyentes, tanto en la cantidad como en la calidad, son los siguientes:

- 3.6.1. Factor sociocultural, como edad, sexo, origen, educación, nivel de ingresos; estos mediatizan la concepción, y la capacidad y motivación para incrementar los conocimientos sobre habilidades de autocuidado.
- 3.6.2. Patrones familiares, tales como formas de comunicación, formas de afrontamiento al estrés, la educación en hábitos de salud, la filosofía de vida, el concepto de salud y cuidado.
- 3.6.3. Experiencias previas como la propia enfermedad o la de una persona significativa, así como las que el entorno mismo proporciona, son elementos que constituyen un importante aprendizaje en las habilidades necesarias para el cuidado de la salud, tanto física como mental.
- 3.6.4. Percepciones individuales, como el concepto de salud y control de la misma, nivel de conocimiento de uno mismo y autoestima, la capacidad de percepción del cuidado de uno mismo que aumenta la motivación para aprender habilidades que incrementen el autocuidado.

*Filosofía de vida optimista,
con fuentes variadas de intereses*

Por lo tanto, una persona que sabe cuidarse posee una serie de características que la distinguen:

- a) Conocimiento de las propias necesidades, limitaciones, carencias y habilidades.
- b) Autoconcepto positivo y elevada autoestima.
- c) Filosofía de vida optimista, con fuentes variadas de intereses.
- d) Capacidad de adaptación con dominio de múltiples alternativas de respuesta para afrontar situaciones de estrés.
- e) Respeto hacia los demás y aceptación de las diferencias individuales (Novel, 1991).

METODOLOGÍA

Se realizó una entrevista a una paciente geriátrica que llamaré Esther, de 63 años de edad; vive en la ciudad

de Irapuato, este es un estudio de caso que consiste en investigaciones a profundidad de una sola entidad o una serie reducida de entidades. Normalmente, la entidad es un individuo, pero también puede tratarse de familias, grupos, instituciones u otras unidades sociales. Se estudió para comprender a detalle el estado de salud actual de una persona y cuáles son las actividades de autocuidado que realiza; una de las principales ventajas de realizar este estudio de caso es la profundidad a la que se puede llegar, debido al número reducido de individuos, instituciones o grupos, aunque una de sus desventajas es que no puede generalizarse.



RESULTADO

1. SUEÑO/DESCANSO

De hecho, es muy raro que yo me acueste en el día; yo, desde que me levanto, es estar levantada; entro a mi casa, voy, salgo, o sea trato de estar en movimiento normalmente; yo me voy a la cama media hora antes de dormirme, porque tampoco puedo, por el problema que tengo yo me contracturo, yo amanezco contracturada con lo que me pase.

Sí intento con mis posibilidades lo que se puede, yo siempre tuve una bicicleta, este me canso, trabajo, no tengo tiempo, pero yo buscaba mi tiempo para caminar y hasta la fecha lo sigo haciendo.

Yo era una persona que pesaba 104 kilos y no lo bajé de golpe, te estoy hablando de como 3 años, bajé a 56 kilos sola, nada más con la alimentación y el ejercicio.

Hacíamos en la calle; sacabas la cuerda, sacabas la pelota, sacabas el resorte, o jugabas beisbol, futbol, corrías o sea todo era en la calle.

En mi tiempo se usaban mucho los aeróbics, yo empezaba con los aeróbics.

Las actividades instrumentales de la vida diaria son aquellas que están orientadas hacia la interacción con el medio y que son a menudo más complejas. Incluyen cuidado de otros, cuidado de mascotas, uso de

sistemas de comunicación (teléfono e internet), uso de transporte público, manejo de dinero, cuidados del hogar, preparación de comidas, medidas de mantenimiento y seguridad en el hogar, e ir de compras (Gutiérrez, 1996).

Interpretación: La entrevistada realiza sus actividades diarias de la vida; normalmente no tiene problemas para la realización de estas, solo toma un reposo antes de dormir; la paciente es consciente de que debe mantener una actividad física constante para evitar tener una degeneración, además de que el permanecer mucho tiempo sin actividad le provoca contracturas musculares; se recomienda mantener horarios regulares para el descanso.

Las actividades básicas de la vida diaria son aquellas orientadas al cuidado de uno mismo, e incluyen el nivel más básico de la ocupación, la alimentación, el vestido, higiene menor (lavado de manos, lavado de cara, cepillado de pelo y cepillado de dientes), higiene mayor (uso del baño), esfínteres, movilidad funcional (en la cama, silla de ruedas y transferencias) y cuidado de dispositivos personales (gafas, audífonos, lentillas, dentadura postiza, equipamiento adaptado y dispositivos sexuales y contraceptivos) (Gutiérrez, 1996).

Interpretación: De acuerdo con Gutiérrez (1996), la paciente realiza actividades sobre el cuidado de ella misma desde la niñez, adolescencia y edad adulta, actualmente realiza las actividades de nivel básico de ocupación por sí misma.

2. CHEQUEOS

Exactamente, y ya de ahí ya las demás enfermedades que se me han detectado han sido precisamente por el chequeo y he tenido la oportunidad de atendérmelas.

El problema es que yo no tengo cartilago; entonces sí debo; por eso también no dejo mi rutina de caminar, porque yo debo fortalecer mis huesos, y esa es la manera en que se deben fortalecer, moviéndolos y así fortalecer; entonces todo lo que un doctor me dice, yo sí hago caso; vamos, a mí yo me acuerdo perfectamente cuando vamos, cuando el doctor me estaba valorando para una cirugía de columna, porque tengo problemas en cervical y lumbar, este que me dijo que no era necesario la cirugía, casi brincaba de gusto y sí me dijo, pero de la osteoartritis, sí tuve miedo y me dijo: 'usted no se siente, porque si usted se sienta, ya al rato no se va a poder parar', trato de estar en movimiento lo más posible. De hecho, yo es muy raro que me acueste en el día, yo desde que me levanto es estar levantada; entro a mi casa, voy, salgo, o sea trato de estar en movimiento normalmente; yo me voy a la cama media hora antes de dormirme, porque tampoco puedo, por el problema que tengo yo me contracturo, yo amanezco contracturada con lo que me pase.

Ya las demás enfermedades que se me han detectado han sido precisamente por el chequeo y he tenido la oportunidad de atendérmelas.

Los cambios en la motivación para la realización de unas determinadas actividades en los ancianos



suelen estar enmarcados por la utilidad que ellos les den. Si tiene una percepción positiva sobre la misma, el grado de motivación será alto, pero si no es así, será todo lo contrario (Quintanilla, 2006).

*la principal motivación
pareciera ser que la utilidad
de estar activa le da una sensación
de independencia*

Interpretación: La paciente es consciente de sus padecimientos, es consciente del padecimiento de sus huesos y de la importancia de salir a caminar; incluso, el no permanecer mucho tiempo sin realizar actividades, le da un gran significado a lo que el médico le recomienda (“dijo: ‘usted no se siente, porque si usted se sienta, ya al rato no se va a poder parar’”), la principal motivación pareciera ser que la utilidad de estar activa le da una sensación de independencia.

3. HÁBITOS Y COSTUMBRES

Esto no fue algo que yo aprendí en mi familia porque mi padre trabajaba todo el día, porque mi madre se dedicaba al hogar todo el día, esto lo vas aprendiendo con el paso del tiempo, este, cuando tienes edad de que te conozcan los chamacos.

Yo creo que somos personas de hábitos, yo creo que para mí es un hábito, así como lavarte los dientes, bañarte, no sé, eh; para mí, es esto algo cotidiano.

Pero entonces normalmente ella dice: ‘me haces una sopita de fideo con pollo’, pero sí sé, le gusta que la cuide, que la atienda.

Que es un vicio muy feo que no he podido dejar, que empecé a fumar a los 14 años.

Y cuando acuerdas, pues ya fumas, y si aparte de que ya te gustó fumar, tienes con qué comprarlo, o sea no era un dinero que yo ganaba, estás de acuerdo, pero mi papá siempre nos dio dinero, o sea siempre traíamos dinero, o sea había dinero para comprar la cajetilla de cigarros.

La alimentación, yo cuando era adolescente, tuve problemas de obesidad; este, mi papá estaba muy preocupado por mí porque yo era la única persona en casa que era gordita, entonces tomó a bien llevarme con una persona que me checara; el error más grande de ese doctor es que me diera pastillas para adelgazar, pero yo nunca fui de mucho comer, sino que lo que comía, todo se me hacía grasa, entonces yo duré con ese doctor como mes y me-

dio porque yo me desmayaba, porque yo en un mes bajé mucho, bajé y a raíz de eso todo se me vino abajo.

Aquí en esta casa no se toma agua de sobrecito ni mucho menos, vas a tomarte un vaso de fruta.



El autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas hacia sí mismas o hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento, en beneficio de su vida, salud o bienestar. Es la práctica de actividades que los individuos hacen y realizan para mantener su propia vida, la salud y el bienestar; los adultos cuidan de sí mismos de forma voluntaria, pero los lactantes y niños requieren cuidado de otras personas porque se encuentran en etapas tempranas de su desarrollo físico, psicológico y psicosocial; en el caso de ancianos enfermos e incapacitados, necesitan cuidados completos o ayuda en las actividades que implican el autocuidado, que es una contribución continua del adulto ayudando a su propia existencia, bienestar y salud (Orem, 1993).

Orem señala tres tipos requisitos de autocuidado:

1. Universales, que son comunes para todo el mundo y pueden ser variables en función de algunos factores, ya sea internos o externos.
2. De desarrollo, que son determinados en etapas evolutivas de la persona.
3. De alteración de la salud, que son los que se derivan de alguna enfermedad.

Los requisitos del autocuidado son generalizaciones sobre los objetivos que los individuos deberían tener al realizar su autocuidado, estos son conceptualizados y validados por su utilización en la ayuda a

individuos para manejar su salud y bienestar, y se han convertido en elementos de la cultura general de los profesionales al cuidado de la salud (Orem, 1991).

Por lo tanto, una persona que sabe cuidarse posee una serie de características que la distinguen:

- a) Conocimiento de las propias necesidades, limitaciones, carencias y habilidades.
- b) Autoconcepto positivo y elevada autoestima.
- c) Filosofía de vida optimista, con fuentes variadas de intereses.
- d) Capacidad de adaptación con dominio de múltiples alternativas de respuesta para afrontar situaciones de estrés.

Respeto hacia los demás y aceptación de las diferencias individuales (Novel, 1991).

Interpretación: La paciente, a pesar de que realiza muchas actividades para el cuidado de su salud, pareciera ser contradictoria en cuanto al hábito tabáquico. Aun así, es la única actividad que es contradictoria en el autocuidado, debido a que Orem señala los tres requisitos de autocuidado, en este caso, en cuanto al requisito de desarrollo, la persona entrevistada, su edad es en el extremo al ser adulto mayor; además, el de alteración de la salud, que son los que derivan de alguna enfermedad, en este caso, la paciente padeció un cáncer, y el tabaco es factor de riesgo para múltiples enfermedades.



4. DINÁMICA FAMILIAR

La paciente, respecto a su padre, expresó que “estaba muy orgulloso de sus hijas, de sus mujeres, porque siempre fuimos muy entronas para todo, porque realmente no te obligaban, o sea tú hacías lo que tenías que hacer”.

Yo tenía que apoyar a mi mamá, en todo a mamá le tuvieron que hacer, mi mamá tenía varices y a mi mamá le tuvieron que vaciar sus dos piernas desde la ingle hasta los pies, mi mamá siempre tuvo problemas de salud severos porque tuvo 11 embarazos, tenemos hermanos, hay, tengo

hermanas que casi son del mismo año, o sea los embarazos de mi mamá fueron pegados, mi mamá estaba muy desgastada, ¿qué hacía yo?, volvemos con el novio, tenía el novio, yo tenía mi entretenimiento con él, pero era una casa muy grande la de mis papás, pero nunca tuvo, nunca tuvo quién la apoyara, siempre hacía todo; entonces, cuando yo me quedo, pues yo le echo la mano, me hago cargo de la limpieza de la casa, me hago cargo de la cocina, de apoyarla con la plancha de todo lo que yo podía apoyarla, porque afortunadamente así nos educó mi mamá: cuando eran vacaciones, todas apoyábamos en casa.

Entre las funciones que se deben llevar a cabo en una familia, está el desarrollo de los roles de los miembros, la comunicación y las transacciones múltiples. Medalie, en Novel (1991).

La función afectiva: incluye las relaciones sexuales, las cuales son aprobadas socialmente en el marco del matrimonio. Además, incluye otros aspectos, tales como mutuo cuidado y apoyo, sensación de identificación mutua, cuidado de los hijos e identificación de los padres con aquellos y, en definitiva, sensación de seguridad frente a los “otros”, es decir, frente a los posibles peligros externos al grupo familiar.

Familia nuclear íntegra. Son matrimonios casados en primeras nupcias y con hijos biológicos. Medalie, en Novel (1991).

Interpretación: familia nuclear, con lazos fuertes de apoyo; se observan buenas interacciones con los miembros de la misma, tradicionalista, jugaban bien sus roles. Su familia cumplió una función afectiva, debido a que menciona que su padre estaba muy orgulloso de sus hijas.

5. COMUNICACIÓN

Normalmente, cuando hay algún problema familiar todos tratamos de acercarnos hacia la persona que tiene un problema, aunque no coincidamos todos, como cada quien va teniendo su tiempo se acerca, eso lo seguimos haciendo.

Entre las funciones que se deben llevar a cabo en una familia están el desarrollo de los roles de los miembros, la comunicación y las transacciones múltiples

Entre las funciones que se deben llevar a cabo en una familia están el desarrollo de los roles de los miembros, la comunicación y las transacciones múltiples. Medalie, en Novel (1991).

Se observa dentro del diálogo que la comunicación entre la paciente y su familia es buena, y ha seguido manteniendo esta comunicación con cada uno de los integrantes de su familia, en este caso sus hermanos y hermanas, así como de su hija, no se menciona a profundidad la relación que tuvo con su ex-esposo.

Conclusiones

Según el discurso de la entrevista de la paciente, ha realizado prácticas de autocuidado de su salud a edades muy tempranas, haciendo énfasis en el ejercicio y la alimentación. Sin embargo, persiste el hábito tabáquico, se hace una conexión con lo que implica el autocuidado, como si pareciera que tiene pleno conocimiento sobre esta práctica; al realizar el análisis con el programa ATLAS ti, se observa que hay relación del autocuidado con el tipo de familia, así como la dinámica familiar y la comunicación, y esta relación con el tabaco pareciera más un hábito que se adquirió desde la infancia; pareciera ser que hay un fuerte nexo entre una buena relación familiar y la capacidad de autocuidado.

El adulto mayor que vive con la familia extensa tiene la oportunidad de seguir siendo parte fundamental en la transmisión de conocimientos y experiencias a las generaciones más jóvenes, siempre y cuando sea integrado adecuadamente a la familia, además; pero, también, ante estos datos del crecimiento de la población de adultos mayores, se espera que realicen acciones encaminadas a un autocuidado, haciendo referencia a Dorothea Orem y su teoría del autocuidado que se define como el cuidado de uno mismo, dado por uno mismo y para uno mismo, que es una función inherente a los profesionales de la salud, involucrando a la familia y su entorno, incorporándolo a actividades de la vida diaria para aumentar la calidad de vida, es una actividad aprendida por los individuos para lograr un beneficio de su vida, salud o bienestar.

Es un derecho del adulto mayor que participe en los programas de salud públicos y privados, para lograr el autocuidado a través de la consecución de objetivos, ya que mejoran los conocimientos sobre aspectos de salud, factores de riesgo y promoción de la salud; además, si la persona es sensible a sus sentimientos, sensaciones corporales y respuestas, va-

lorará las necesidades personales y aumentará la capacidad de auto cuidarse y lograremos tratar con una población adulta más saludable (Orem, 1995).

Con la globalización debemos retomar el concepto de “cuidar”, que es una actividad humana que se define como una relación y un proceso, cuyo objetivo va más allá de la enfermedad [15]; debido al aumento en la esperanza de vida y a la disminución de la tasa de natalidad, la población de adultos mayores está creciendo más rápido, en comparación con otro grupo de edad, lo que indica que la población mundial está envejeciendo a pasos acelerados, pero eso también habla de que existen programas exitosos en salud pública y desarrollo socioeconómico, haciendo a los adultos mayores funcionales; se prevé que la mayoría de los adultos mayores tendrán convivencia con alguno de sus padres vivos, y muchos jóvenes conocerán a sus bisabuelos, esto ya es cotidiano en nuestros tiempos.

La percepción hacia la persona adulta mayor ha ido variando, antes era importante que estuviera inmersa en la familia; sin embargo, ahora los familiares ya consideran el ingreso de ellas en centros geriátricos. Una de las propuestas es que los cuidados que se realizan en un centro residencial los lleve a cabo el personal de enfermería, ya que se basan en la planeación asistida de personas ancianas que no pueden permanecer al cuidado de familiares en su propio domicilio; estos deben cumplir con criterios de calidad en la estructura y el funcionamiento, sobre todo porque este será su hogar y debe brindar seguridad, especialmente para la prevención de caídas.

El personal de enfermería, por su formación, es el único que debe estar capacitado para la realización de determinadas técnicas como la administración de medicamentos, aplicación de sondas nasogástricas y valoración biopsicosocial para que el equipo interdisciplinario realice las medidas terapéuticas pertinentes de acuerdo con las necesidades del paciente. Pero además encontramos situaciones en emergencia como accidentes cerebrovasculares, caídas, glaucoma, asfixia, por lo que se requiere una valoración integral para realizar intervenciones inmediatas de manera adecuada; debemos tomar en cuenta también los factores de riesgo para aplicar programas preventivos, de tratamiento y rehabilitación (Quintanilla, 2006).

Otro dato importante que considera Vanegas (2009) es que los adultos mayores que necesitan cuidados se deben sentir confiados y seguros si conocen a las personas que les brindan cuidados, aplicando los conocimientos en el manejo de técnicas y procedimientos,

ya que su seguridad es muy importante, pues si el cuidado se realiza de forma no satisfactoria, tardarán más en llegar al bienestar; además, los apoyos psíquicos y emocionales tienen un gran impacto en su salud mental, fortaleciendo la experiencia como parte del crecimiento personal.

El aumento de los adultos mayores los coloca en una posición de vulnerabilidad en su salud, y protección, por lo que deben aplicarse sus derechos humanos y del adulto mayor en las instituciones geriátricas con profesionales disponibles, resaltando la importancia del personal de enfermería profesional y capacitado para brindar atención en el cuidado de la salud, seguridad, alimentación, abrigo y trato digno, ya que el objetivo de los centros geriátricos es lograr la mayor autonomía y la valía en actividades de la vida diaria.

Es un derecho del adulto mayor que participe en los programas de salud públicos y privados

Ante estos datos del crecimiento de la población de adultos mayores, se espera que se realicen acciones encaminadas a un autocuidado, haciendo referencia a Dorothea Orem y su teoría del autocuidado, que se define como el cuidado de uno mismo, dado por uno mismo y para uno mismo, que es una función inherente a los profesionales de la salud, involucrando a la familia y su entorno, incorporándolo a actividades de la vida diaria para aumentar la calidad de vida; es una actividad aprendida por los individuos para lograr un beneficio de su vida, salud o bienestar. Es un derecho del adulto mayor que participe en los programas de salud públicos y privados, para lograr el autocuidado a través de la consecución de objetivos, ya que al mejorar los conocimientos sobre aspectos de salud, factores de riesgo y promoción de la salud, y además, si la persona es sensible a sus sentimientos, sensaciones corporales y respuestas, valorará las necesidades personales y aumentará la capacidad de auto cuidarse y lograremos tratar con una población adulta más saludable.

La capacidad de realizar el autocuidado aumenta la independencia percibida por las personas mayores, incrementando la independencia, mejora la autoestima y la autoconfianza para un mayor bienestar emocional de las personas; la familia es un factor im-

portante para que se realice el autocuidado, así como el personal sanitario a cargo.

En un estudio, los resultados encontrados fueron que en el género femenino se considera tener mayor autocuidado, en comparación de los hombres, ya que ellas son más dedicadas a buscar el bienestar familiar, aprenden por generaciones realizando el cuidado maternal, y el sexo masculino, considerado como el fuerte, es el grupo que tiene menos cuidados en su salud, debido a que se dedican más al área laboral, ejerciendo esfuerzos físicos, y la salud queda de lado, por ser un acto más femenino y no es considerado en sus actividades de la vida diaria.

En Buenos Aires, Argentina, se propuso un programa nacional de cuidados domiciliarios, que apoya principalmente a las personas o servicios sanitarios, como lo es la formación de cuidadores y servicios de cuidados; los contenidos y materiales son los mismos para todo el territorio por ser un programa federal. Este proyecto busca identificar y caracterizar los aprendizajes desarrollados del Programa Nacional de Cuidados Domiciliarios; los capacitan 386 horas durante 5 o 6 meses divididos en módulos, incluyendo actividades grupales y de evaluación, y los participantes son adultos de 25 a 50 años, para trabajar con adultos mayores, cuyo objetivo es formación de los cuidadores en conocimientos teóricos sobre fortalecimiento de autoevaluación y autocuidado a través de aprendizajes, en la administración de alimentos y apoyo a servicios y que puedan realizar estas actividades aprendiendo y formando aprendizajes nuevos para detener un poco el ingreso de estos adultos mayores a estancias o asilos, permaneciendo así más tiempo en el hogar; 50% de las organizaciones eran públicas,



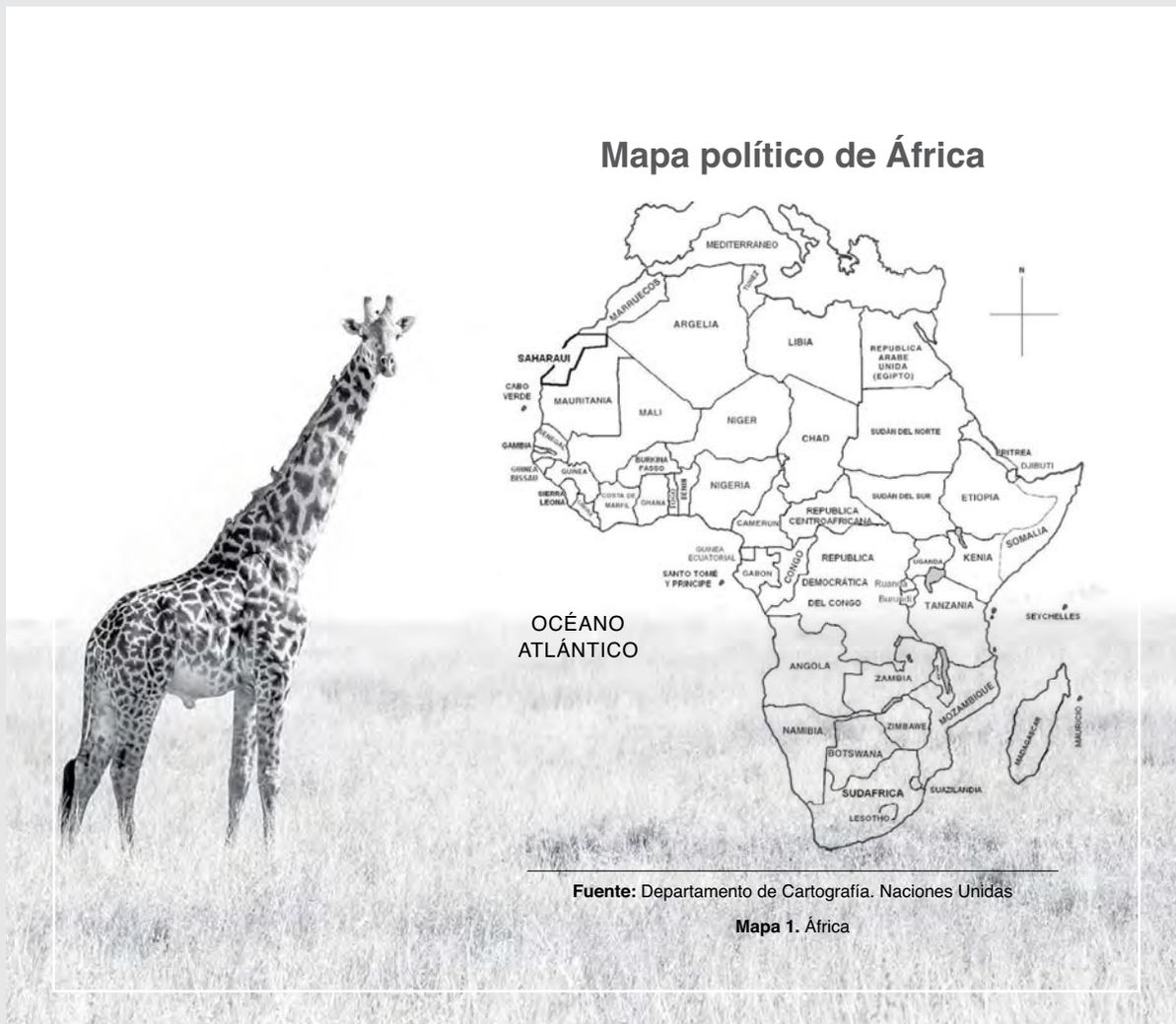
el 30% eran de organizaciones no gubernamentales y 11% de organismos públicos; en nuestro país se podría aplicar un proyecto así con los adultos mayores, ya que se ha trabajado con la población que padece enfermedades crónico degenerativas y este proyecto aporta a mi investigación sobre cómo en otros países trabajan con estas nuevas perspectivas de atención al adulto mayor (Fasio, 2015).

De acuerdo con el panorama de envejecimiento, es importante que el personal de enfermería sea clave en la atención de los adultos mayores; es evidente la necesidad de crear instituciones geriátricas donde se atiendan de manera multidisciplinaria para lograr una atención integral; la teleasistencia sería una de las opciones de apoyo al adulto mayor y a sus familiares, sin la necesidad de desplazarse a una institución de salud, brindando apoyo a domicilio por el personal de enfermería, como personal capacitado para brindar los cuidados necesarios de salud en casa.

Actualmente, la percepción del rol de enfermería en muchas instituciones aún no está determinada; se debe basar, sobre todo, en los tipos de apoyo que pueden brindar como el instrumental que es proporcionarles los elementos para que comprenda los fenómenos del envejecimiento por los que está pasando, todo esto para la comprensión de los cambios y que pueda ejecutar acciones adaptativas y el tipo de apoyo emocional que consiste en brindar atención emocional, sobre todo a los pacientes que tengan ansiedad, miedo, angustia, para la realización de actividades encaminadas para el bienestar psicológico; enfermería es punto clave de apoyo (García 2012).

Bibliografía

- Bergland A, Kirkevold M. (2006). *Thriving in nursing homes in Norway: Contributing aspects described by residents*. International Journal of Nursing Studies; 43(6): 681-91.
- Burke Mary M, Walsh Mary B. (1998). *Enfermería gerontológica, cuidados integrales del adulto mayor*. Madrid, España: Edit Elsevier Mosby, Segunda Edición, pág. 602.
- Calenti Millán, (2011). *Gerontología y Geriátrica. Valoración en intervención*. España: Edit. Panamericana.
- Fassio Adriana, Ruty María Gabriela; Ortíz-Rojas Yenny Patricia; Aijenbon, Gisela. (2015). *Innovación Social, Políticas Públicas y Aprendizaje Organizacional: El Programa Nacional de Cuidados Domiciliarios* [revista en la Internet]. Jul [Citado 2016 Nov 02]; 7(13): 9-24. Disponible en: <http://itmojs.itm.edu.co/index.php/trilogia/article/view/810/765>
- García-López, M.V.; Rodríguez-Ponce, C.; Toronjo Gómez, A.M. (2012). *Enfermería geriátrica*, España.
- Giraldo-Rodríguez, Liliana; Torres-Castro, Sara; Martínez-Ramírez, David; Gutiérrez-Robledo, Luis Miguel; Pérez-Cuevas, Ricardo. *Teleasistencia y tele-alarma para adultos mayores, experiencias preliminares en México*. Rev. Saúde Pública. [Internet] 2013 [cited 2016 Nov 08] 47(4) 711-717 Available from http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102013000600711&lng=en
- Gómez Bedoya María, (2008). *El Aprendizaje en la tercera edad. Una aproximación en la clase de Ele: Los aprendientes mayores japoneses en el Instituto Cervantes de Tokio*.
- Gutiérrez, Luis Miguel, López, José, Reyes, Guillermo, Rocabado, Fernando, Evaluación de instituciones de cuidados prolongados para ancianos en el Distrito Federal. Una visión crítica Salud Pública de México [en línea] 1996, 38 (noviembre-diciembre): [Fecha de consulta: 28 de octubre de 2016] Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10638611> > ISSN 0036-3634
- Navarro Elías, María de Guadalupe, et. al. *Cuidado de enfermería y la calidad de vida en el adulto mayor*. Universidad de Guanajuato, Universidad Nacional de Trujillo-Perú. ALTARES COSTA-AMIC Editores.
- Nicola, Pietro de. (1985). *Geriátrica*, México, D.F.: Edit. El Manual Moderno.
- Novel Martí Gloria. (1991). *Enfermería Psicosocial*, Barcelona, España: Edit. Salvat, pág. 5.
- Orem, E. Dorothea. (1993). *Modelo de Orem. Conceptos de enfermería en la práctica*. Barcelona: Edit. Masson- Salvat.
- Osorio Adriana y Dr. Alejandro Álvarez Mora.- *Introducción a la Salud Familiar*/editado por 1 ed. - San José, Costa Rica, 2004. Obtenido el día 26 de agosto de 2016
- Quintanilla-Martínez M, *Cuidados Integrales de Enfermería Gerontogeriatricos*, 2006, Tomo II 2ª. Ed. Editorial Monsa Prayma, Barcelona.
- Ramírez, Liberio Victorino; Víctor Ramírez, Ana Cecilia; (2010). *Educación para adultos en el siglo XXI: análisis del modelo de educación para la vida y el trabajo en México ¿avances o retrocesos?*. Tiempo de Educar, Enero-Junio, 59-78. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31116163004>. Consultado el 25 de Julio de 2015.
- Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontológica (1999). *Temas de enfermería gerontológica*. Editado por la Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología.
- Vanegas C., Blanca Cecilia; Vargas R., Emily; Abella M., Luisa Fernanda; et al. (2009). *Roles que desempeñan profesionales de enfermería en instituciones geriátricas de Bogotá*. Revista Colombiana de Enfermería, 5(5).



Reflexiones sobre África

Jaime Ramírez Ramírez

Maestro. Docente del Departamento de Ciencias Económico Administrativas y Negocios Internacionales, Universidad del Valle de Atemajac, campus Guadalajara.

*...lo que es bueno para África es bueno para el mundo. Ban Ki-moon.
Secretario de la Organización de las Naciones Unidas, 2007 - 2016.*

Resumen

Probablemente el mapa de África es muy conocido, pero pocos se atribuyen identificar su historia, penas y glorias; riquezas y pobrezas; sus pueblos y culturas. El norte es muy diferente al centro o al sur, pero tienen un común denominador: sus tierras fueron completamente invadidas por “extraños”, europeos y americanos (ver mapa 1.) Este documento se encamina a unas reflexiones que nos llevan un poco a conocer uno de los continentes donde siempre hay pobreza, guerra, saqueos y cultura; es un territorio de contrastes en su entorno geográfico: hay países pobres y ricos; religiones diferentes; Estados que entre sí liberan luchas civiles; líderes eternizados en el poder; pueblos llenos de colorido, pero opacados por la hambruna; el problema de los que no tienen nada, llegando incluso a la escasez y, por consiguiente, problemas de salud; continente vapuleado por intereses propios y de países que solo buscaron beneficio y los recursos del suelo africano. Un continente donde “la prensa que fue traída por los europeos no solo sirvió ‘para educar’ a la población, era un signo de poder de los que llegaban de fuera y ofrecer a zonas de mayor movimiento comercial las riquezas que no eran suyas” (ACNUR 2010).

Palabras Clave: Europa | Pobreza | Guerra | Cultura.

Insights on Africa

Summary

Probably the map of Africa is well known, but few are capable of identifying its history, its sorrows and its glories, its riches and poverty, its people and cultures. The north is very different from the center or the south, but they have a common denominator: their lands were completely invaded by, European and American “strangers”. (See map 1.) This document is aimed at some reflections that attempt to lead us to know a continent where there is always *poverty*, *war*, *looting* and *culture*. This is a territory of contrasts in its geographical environment; there are both poor and rich countries, different religions; states that engage civil strife among themselves; leaders eternalized in power, colorful communities, but overshadowed by famine, the problem of those who have nothing, reaching even the *scarcity* and consequently, health problems. It is a continent beaten by its own interests and those from countries that only sought benefits and resources from African soil. A continent where the press that was brought by Europeans, not only served “to educate” the population; it was a sign of power of those who came from outside the continent and it offered areas of greater commercial movement, wealth that did not belong to it. (ACNUR 2010).

Keywords: Europe | Poverty | War | Culture.

Réflexions sur l’Afrique

Résumé

Probablement la carte de l’Afrique est très connue, mais peu de personnes essaient d’identifier son histoire, ses peines et ses gloires, ses richesses et ses pauvretés, ses peuples et ses cultures. Le nord est très différent du centre ou du sud, mais avec un dénominateur commun : ses terres ont été complètement envahies par «des étrangers», européens et américains (voir carte 1). Le présent document tente quelques réflexions qui nous amènent à connaître un peu l’un des continents où il y a toujours la pauvreté, la guerre, les pillages et la culture; c’est un territoire de contrastes dans son environnement géographique. Il y a des pays pauvres comme des riches, différentes religions, des États qui entre eux fomentent des luttes civiles, des leaders accrochés au pouvoir, des peuples hauts en couleurs, mais accablés par la famine, le problème de ceux qui n’ont rien, en arrivant même à des manques et par conséquent, des problèmes de santé; frappés brutalement par leurs propres intérêts et des pays qui ont seulement cherché un bénéfice et les ressources du sol africain. Un continent où la presse qui a été introduite par les européens a non seulement servi « à éduquer » la population mais a constitué aussi un des signes de pouvoir de ceux qui arrivaient de l’extérieur du continent et des espaces d’activité commerciale, les richesses n’étant pas les leurs (ACNUR 2010).

Mots clés: Europe | Pauvreté | Guerre | Culture.

En esta pequeña radiografía veremos de lo que han padecido y padecen sus 54 países, de los cuales 17 están en manos de Francia, Portugal y España; por otro lado, los que buscan separarse, como el caso de los territorios de Ambazia, de Camerún; Casamanza, de Senegal; dos territorios de Somalia: Puntlandia y Somalilandia; los de la República Democrática Árabe Saharaui de Marruecos, y la región de Cabinda, que busca separarse de Angola, no han logrado esa independencia que están buscando, pero eso conlleva guerrilla de por medio; en África, se calcula que se hablan más de mil lenguas; la celebración de ceremonias y costumbres poco conocidas de algunos de sus pueblos y tribus da cuenta de la importancia y el papel que juega este continente en un contexto general; se podría decir que algunos países africanos todavía esbozan las políticas del fracaso (caso Ghana); la sociedad africana ya no ve a sus propios políticos como una solución a sus problemas, ya que buscan sus propios intereses (Taylor-Colin 2000).

A la llegada de los europeos, [...los africanos descubrieron que eran salvajes, que ¡vivían en África!, que estaban desnudos, descubrieron que debían obediencia a gente extraña y que debían trabajar para los de “fuera” y que separaban a sus familias y mataban a sus animales y les quitaban su madera y, al pasar los años, también sus recursos; descubrieron que tenían que rendir culto a una reina de un lugar desconocido, cuando ellos tenían los suyos, siendo esto el comien-

zo de saqueos y discriminación] (Ecured 2017). Estos cambios en la vida de los africanos se parecían mucho a lo que hicieron los europeos al llegar a tierras de América y a lo que hicieron los romanos como una forma de colonialismo que les facilitara la invasión.

...la cartografía de este artículo fue elaboración propia con datos de fuentes oficiales.

África en perspectiva

La composición geográfica del continente abarca cinco regiones (ver mapa 2. Regiones de África). Esta regionalización la componen: África del Norte, Occidental, Central, Oriental y del Sur. Algunos países africanos dependen de los mismos europeos que los subyugaron en cuanto a lo económico y que siguen orillando a entrar en conflictos a muchos de ellos; hoy, varios territorios son zonas de refugiados (ACNUR). Pero también está la parte de la belleza africana, esa que se conoce más por las costumbres que vienen desde el norte hasta el sur, donde se ve la diferencia entre la África musulmana y la África negra, que si bien viven en un mismo continente, sus ceremonias y tradiciones son muy propias, donde en el norte sahariano la mujer viste el tradicional *barracano*, una vestimenta que la cubre toda, excepto la cara; o el acuerdo entre familias para ceder una hija a cambio de una dote y que debe ser bastante atractiva para la familia de la novia. [...Una causa probable de la propagación de enfermedades de transmisión sexual es que en mu-



de la belleza en sus mujeres es la utilización de colores llamativos en sus vestimentas. De los Zulús se puede decir todo, grupo diseminado a lo largo de Mozambique, Zimbawe, Zambia y parte de Sudáfrica, población bastante grande (10 millones), donde la práctica de magia les da fuerza para enfrentar grandes guerras. Los Himba de Namibia, tribu que conserva sus tradiciones y ceremonias ancestrales; cubren su cuerpo con lo que les da la madre naturaleza (arcilla).

Cosas que pasan en África, como cuando Cuba llega a este continente, con el fin de apoyar militarmente la liberación o independencia de varios países, como El Congo, Argelia, Siria, Angola y Etiopía. A lo largo de la historia africana, sucesos han marcado un lado oscuro, como el de la esclavitud, las guerrillas, el derecho de las mujeres a ejercer su libre albedrío, donde el Índice de Desarrollo Humano (IDH) no es de los mejores; por ejemplo, las Islas Seychelles, que a pesar de que son 115 islas, solo una de ellas tiene tanta demanda en materia turística que la sitúan como un lugar con crecimiento y desarrollo, pero aun así, su población sigue siendo pobre, ya que el costo de vida es muy alto y el poder adquisitivo es desigual. La demanda turística vino a cambiar la vida de sus habitantes. Un continente lleno de recursos, desde los más nobles hasta los que se pueden transformar en peligrosos. Empresas europeas (ver mapa 3) se encuentran en gran parte de los países, donde se genera un mayor



porcentaje en la extracción de oro de casi 11 toneladas al año, siendo las encargadas de hacer la explotación [...pagan un cierto porcentaje a cada Estado africano por el servicio, sabiendo el nivel de pobreza de sus trabajadores]. Este es el continente de la mano de obra infantil [...pequeños que rondan los ocho años trabajan en minas de oro en Tanzania, Mali, Sierra Leona, etcétera, lo que supone graves riesgos para su salud e incluso sus vidas] (Human Rights Watch, HRW, 2016). Un ejemplo: en los límites del Delta, entre Níger y Nigeria (en la frontera de estos dos países, en

Mapa político de África

FRANCIA

Actividad militar en el continente africano

-  Presencia de tropas francesas
-  Base militar francesa permanente

CHINA

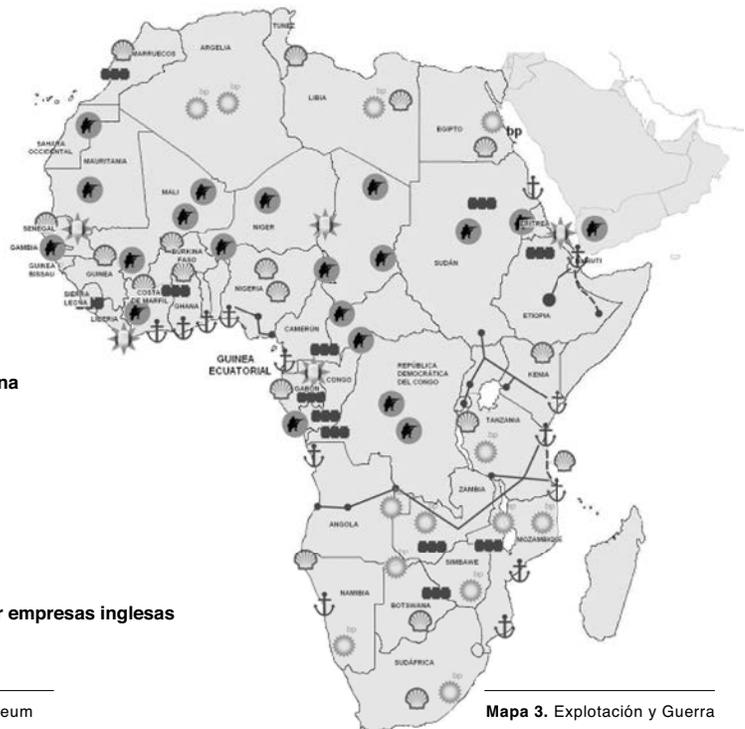
Principal infraestructura financiadas por China

-  Conexiones ferroviarias
-  Oleoductos
-  Puertos marítimos
-  Centrales hidroeléctricas

REINO UNIDO

Campos petrolíferos y de gas explotados por empresas inglesas

-  Shell
-  bb BP



Fuente: Petronas-PC Mauritania 1 PTY y Sphere Petroleum

Mapa 3. Explotación y Guerra

el 2017 murieron dos militares norteamericanos por la guerrilla), el primero desértico con pocos recursos como el petróleo, pero esa riqueza no salpica a toda la población, y del segundo, sus recursos son explotados con *invitación a la inversión* y su población vive con menos de un dólar al día; ahí se encuentran las petroleras como la californiana Chevron, la anglo-holandesa Royal Dutch Shell y las texanas Mobil-Exxon, (CIA. 2015) y algunas en proyecto para entrar y aceptar la *inversión*. Buscando la estabilidad, los norteamericanos cuentan con 6,000 efectivos en 20 países africanos (Estudios de Política Exterior, 2017), ya que se tienen localizados un poco más de veinte conflictos y hoy día el continente tiene cerca de 1,200 millones de personas, y se calcula que en unos treinta o cuarenta años más, posiblemente, rebasen los dos mil millones, pero aquí podría suceder que esa nueva generación que viene empujando sea la de los guerrilleros del futuro, puesto que hoy día se carece de lo más indispensable, será previsible lo que viene o habremos de pensar en los *límites del crecimiento* (Meadows 2004); por ello, el 29 de noviembre de 2017 se llevó a cabo la 5ª Cumbre Unión Africana-Unión Europea, pero dirigida a jóvenes africanos que puedan tener propuestas para ser grandes emprendedores; después de todo, algo se está haciendo (Consejo Europeo. Consejo de la Unión Europea. Octubre 2017).

*dividieron pueblos y lucharon entre sí
y solamente así lograron los objetivos
por los que iban a África*

La razón de África

En el pasado, en Europa se pensaba, o al menos había la creencia, que en este continente *solo había leones y caníbales*; tierras poco conocidas, que lo primero que vieron en ellas fueron fieras, hombres raros con vestimentas llamativas, vastos recursos con las que se podrían saciar sus instintos de poder y riqueza, y la forma que más capitalizaron fue la mano de obra esclavizante. No fue fácil para los europeos llegar a un continente desconocido, y quien se arriesgara a ello ya sabía lo que le podría suceder, pero encontraron la fórmula, que fue la de la esclavitud, siendo la clave para su expansión; de hecho, dividieron pueblos y lucharon entre sí y solamente así lograron los objetivos por los que iban a África (ver mapa 4); una historia interesante es en la forma en la que nace Camerún como

A la conquista de África



Fuente: Departamento de Cartografía. Naciones Unidas

Mapa 4. La Conquista

nación, 150 tribus, con dialectos diferentes, batallas cotidianas, entran los europeos y nace un gran país. Con sus grandezas y con sus problemas que enfrenta, en lo político, en lo social y en lo económico, cada uno de los países tiene su propia historia. En el mapa de la conquista europea, bien se puede observar la voracidad con la que se apoderaron de esos territorios, llevando *prosperidad a los pueblos*; lo que más sorprende es que fueron solo algunos los que invadieron, y la riqueza fue enorme para pocos y los que se quedaron; hoy día viven sus triunfos y frustraciones, ya que no han logrado prácticamente nada, pero mucho, los que se han servido de ellos. Se podría decir que algunos países europeos deben indemnizar a África por el saqueo de que han sido objeto durante años, y que hoy sigue acumulándose.



África fue colonizada por los europeos por medio de sus ejércitos, y lo único que tenían para defenderse era lo más primitivo contra las armas de los invasores. Cada nación africana ha luchado conforme a sus circunstancias, aquellas que le dan identidad, la fotografía que retrata su propia vida, naciones que han sabido reír y que sufren destrucción, grandes desastres y tratos inhumanos. Aquellos países de donde los invasores poblaron sus campos con esclavos de esas tierras extraídos a la fuerza, donde al final llegaron a los campos norteamericanos que es otra historia de los *negros esclavos*, aquellos países donde hay diamantes y sus habitantes ponen las manos de la extracción, y si “intentan tomar” una pieza, por pequeña que sea, se les mutila algún miembro. Cuentan algunos países con zonas marítimas y miles de millas náuticas, pero cosa curiosa, no tienen puertos e instalaciones marítimas donde ellos puedan desarrollar esta actividad, tanto pesquera como comercial; fueron obligados a cambiar a la siembra de palma de coco para fabricar aceite, y esa riqueza jamás la han visto. Sus habitantes poco conocen de la democracia; a algunos países les llegó un movimiento *civil* conocido como “la primavera árabe”, obligando a algunos presidentes a que dejaran el poder, ya que se habían eternizado y algunos salieron; otros siguen ahí, esperando al pueblo que se desespere para poder *mirar* otras alternativas de liderazgo. Caso Zimbabue, un presidente con 37 años en el poder y que por fin *renuncia a sus derechos* en noviembre de 2017.

En fin, África ha sido y sigue siendo utilizado en el saqueo enorme por parte de naciones extranjeras y en ello han sustentado su riqueza: en el robo a los africanos. Historias que narran cómo fueron utilizados sus gobernantes, a partir de su colonización. Para que ellos promovieran su desarrollo, tuvieron que luchar con fuerzas económicas demasiado poderosas que hoy día predominan. El caso de la explotación de caucho en El Congo, una historia de horror en el siglo pasado provocada por los reinados belgas.

En África, [...aún no se acaba la esclavitud, en Libia en el 2017, hay subastas que se venden como esclavos inmigrantes a la luz de las autoridades francesas; esto es horrible”, “insoportable”, “repugnante”]. (Max Mathiasin, diputado de color francés 2017). *Francia es el país que reconoció la esclavitud como un crimen de lesa humanidad en 2001* (Mediaphore.com. 21 de noviembre de 2017).

África del Norte

Esta porción del planeta comprende regiones importantes conformadas en su mayoría por el desierto del Sahara, una región tan inhóspita como rica, donde las reservas de hidrocarburos la mantienen en una posición envidiable, lugar de países musulmanes, un territorio donde las cosas son posibles (ver mapa 5-Norte), incluso guerras civiles; un lugar donde a Sudán lo dividen en norte y sur, azotado por la violencia, la pobreza y el hambre, caso concreto la región de Darfúr (Sudán), uno de los campos de refugiados con





Mapa político de África



ÁFRICA DEL NORTE

Fuente: Departamento de Cartografía. Naciones Unidas

Mapa 5. Norte

mayor población infantil con cuadros de desnutrición imposibles de controlar. Según el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR 2016), viven de la *bondad* de las naciones, quitándole ese privilegio a Somalia. Un Egipto que no conocía la democracia en 30 años, pero tiene uno de los mayores canales de tráfico marítimo con el canal de Suez o la Libia de -el Gadafi-, derrocado por fuerzas muy confusas de intervención que lo mantuvieron cerca de 40 años en el poder y una nación muy rica en petróleo.

Hoy día se trabaja en el proyecto Sahel, una comunidad de Estados llamados Sahelo-Saharianos (G-5-CEN-SAD), que es la Unión Económica entre los Estados del Sahel y del Sahara (Burkina Faso, Chad, Malí, Mauritania y Níger), y los objetivos son el trabajo sobre agricultura, aspectos sociales y culturales, comercio exterior, energía, industria, inversión extranjera directa (IED), donde se producen cerca de 270 millones de toneladas de petróleo al año (solo se

explota 3%), trabajan en el sector agrícola, que aporta entre el 20 y 40% del Producto Interno Bruto de la región y emplea del 70 al 80% de la población activa; el sector del transporte alcanza cerca del 80% del valor de las exportaciones, frente al 40% en los países asiáticos o 33% para los países de América Latina y el Caribe; de ahí, la importancia de la región del Sahel (EENI 2017).

*la misma pobreza orilla
a la formación de grupos
que se dedican al narcotráfico*

África Occidental

Región famosa por el *boom* minero que se ha dado con los años, que por ahí hay una cuenta pendiente con los “niños mineros” o “niños soldados” (UNICEF 2016); por sus diamantes y por su pobreza, Naciones Unidas tiene identificada a esta zona como una de mayor agresividad hacia la población rural; Francia se encuentra presente en Mali, sin pasaporte de entrada, pero sí para *asesorar* la explotación de recursos, como el uranio, el titanio y el fósforo, un recurso que es demandado para la elaboración de las “bombas de fósforo” o “bombas de plutonio” y uno que otro recurso con valor agregado militar, o el plan fallido sobre la reforestación, que los incendios y la tala descontrolada con fines agrícolas han provocado el desastre en el medio ambiente; según datos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO 2016), estos han sido un impedimento para el desarrollo de la agricultura y, por lo tanto, para generar riqueza por la venta de estos recursos. No solo tienen problemas de crecimiento y desarrollo, Mali también está tratando de combatir al

Mapa político de África



ÁFRICA OCCIDENTAL

Fuente: Departamento de Cartografía. Naciones Unidas

Mapa 6. Occidental

terrorismo, ya que la misma pobreza orilla a la formación de grupos que se dedican al narcotráfico, al robo con características de piratería. Esta región está organizada en un Consejo Común al que Mauritania también pertenece, y eso está generando divisiones políticas del grupo (ver mapa 6. Occidental). Los países costeros de esta región tienen que soportar la explotación de sus recursos pesqueros, puesto que carecen no solamente de una infraestructura portuaria, sino de vigilancia en su zona marítima, considerando que son países demasiado pequeños que en muchos de los casos no pasan de 60 kilómetros de costa y eso los vuelve más vulnerables ante empresas pesqueras que llegan de otros países no africanos. Aquí se encuentra la comunidad de los saharauis, un pueblo prácticamente hundido entre la pobreza, la salud, el abandono de instancias internacionales y la impotencia de su independencia, persistiendo en una república democrática, libre de intervención extranjera. En el mundo existen 16 millones de mujeres que son portadoras del Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH); 80% de ellas vive en África y una de cada cuatro vive al sur del Sahara; incluso, los saharauis son portadores de esta enfermedad (ONUSIDA 2016, concordando cifras con ONU-Mujeres). Según este organismo, tiene su causa en las desigualdades económicas y educativas y de género, y que en ello se explican las razones, ya que no necesariamente la responsabilidad es fisiológica, hay otras razones. El 9 de junio de 2016, el Embajador de la República Árabe Saharaui Democrática, Ahmed Mulay Ali Hamadi,



dictó una conferencia en instalaciones de la Universidad del Valle de Atemajac, donde habló sobre las costumbres con las que viven, como el que no existen las bebidas alcohólicas ni las drogas, que los medios de transporte son los camellos y que una temperatura climática normal es de 50 grados. Una región que mantiene a los saharauis en una lucha libertaria que viven entre muros de Marruecos y Mauritania, siendo amurallados, una región demasiado pobre; esa, de la que España mantiene soberanía en territorios marroquíes y que están en disputa un conjunto de islas que se encuentran dentro de su zona marítima y que con ello se abre más el espacio pesquero para los ibéricos, en el Mediterráneo de África.

Mapa político de África



ÁFRICA CENTRAL

Fuente: Departamento de Cartografía. Naciones Unidas

Mapa 7. Central

También, esta región es una zona dinámica, mas no rica, donde se encuentra el único puerto marítimo (Mauritania) que sirve a la exportación de los pocos recursos que quedan en los países a la redonda, a los cuales Francia, por razones obvias, *apoya* en las técnicas de extracción de esos minerales.

Digno de mencionar en esta región, en la zona atlántica se localiza Benin, un país con contrastes en su economía, pero en lo que se refiere a costumbres y tradiciones de su pueblo, hay algunas zonas de este país donde se permite el matrimonio entre dos mujeres, como relación económica. ONU-mujeres les llama “matrimonios forzados”.

África Central

Región con contrastes, aun si es en el mismo país; ejemplo de ello sería Camerún, donde su población cuenta con más de doscientos grupos étnicos y cada uno de ellos habla un dialecto diferente, por lo que los



europeos se encargaron de ello y, hoy día, las lenguas oficiales son el francés y el inglés (ver mapa 7-Central).

Esta región es conocida como “África negra”, esa que le llamaban la selva salvaje, aquella que habitaban grandes animales y que servía de diversión para los europeos, aquella de los gorilas y fieras extrañas, de ríos y grandes cascadas, que el cine logra vender como tierras inexploradas con la existencia de un metal amarillo y piedras preciosas, sueño de los europeos y americanos, porque de ahí se podía ser rico y poderoso, aquella que las imágenes de la NASA retratan de un color verde y que dicen que ahí se encuentra la riqueza en medio de países pobres, donde no hay desarrollo y menos crecimiento, porque así lo definen las grandes potencias, donde la mundialización la han conocido por sus armas y la globalización por su hambre.

Un poco más de la mitad de esta región comprende zonas boscosas y, contrario a otras regiones, hay un control en su explotación; en un momento de su historia vivieron, no solo la extracción de sus recursos, sino la de especies de animales que solo eran considerados endémicos; de ahí su interés y riqueza.

Otro factor negativo para esta región es la explotación infantil, “...se ha demostrado que la venta del cobalto, usado en las baterías de iones de litio, se extrae de minas en donde trabajan, bajo condiciones de alto riesgo, niños desde los siete años de edad; empresas electrónicas que están haciendo uso del trabajo infantil forzado serían Apple, Samsung y Sony, a las que se les ha demostrado que no tienen programas de inspección para asegurarse de que sus productos no usen cobalto extraído de la mano de obra infantil. En el informe *Esto es por lo que morimos (This is what*

we die for), Human Rights abuses in the Democratic Republic of The Congo power the global trade in Cobalt.” “...de acuerdo con el informe, el cobalto viciado se vende a *Congo Dongfang Mining (CDM)*, una filial en propiedad de la empresa china de minerales *Hejiang Huayou Cobalt Ltd (Huayou Cobalt)*. Esta empresa procesa el cobalto [...antes de venderlo a tres fabricantes de componentes de baterías chinas y surcoreanas, los venden a fabricantes de baterías que aseguran abastecer a empresas de tecnología y automóviles] (Amnistía Internacional 2016).

La población rural ha representado cerca del 75 por ciento, y se concentra en Burundi y Ruanda, siendo muy bajo su desarrollo, por debajo de la línea de sobrevivencia que dice Amnistía Internacional, que es lo que no debe existir y no tener ese nivel de desarrollo países con este rango.

África Oriental



Mapa político de África



ÁFRICA ORIENTAL

Fuente: Departamento de Cartografía. Naciones Unidas
Mapa 8. África Oriental

*Cada nación de este mapa
tiene su propia historia*

Esta región la componen países con ciertos contrastes (ver mapa 8. África oriental); Nairobi, capital de Kenia, es una de las ciudades plenipotenciarias de la región; ahí se concentran una gran cantidad de embajadas de países desarrollados, incluida la de México. Cada nación de este mapa tiene su propia historia; una de ellas es la del pueblo de Somalia, sometida a presiones que lo llevaron a una guerra civil, dejándolos

en la más completa pobreza y orillándolos a convertirse en *salteadores* o *piratas* en el estrecho de Aden, paso obligado para barcos petroleros que entran y salen al y del Mediterráneo por el Mar Rojo hacia el Canal de Suez, y donde encontraron la mejor forma de asaltarlos; las naciones reaccionan y hoy día los tienen sometidos a presiones económicas que los han orillado incluso a cometer asaltos contra sus vecinos kenianos (enfrentan conflictos militares en la frontera con Kenia); el pueblo somalí soporta temperaturas de 45 grados o más, con un sol que les penetra hasta los huesos; aquella en las que a la mujer hoy día todavía se le hace la *ablación porque es una tradición*, en donde más de la mitad de la población está con VIH y otra más con sida; en esta región hay pequeños países que son monarquías absolutas en medio de la pobreza, aquellos de los que los ingleses salieron, no por necesidad, sino por obligación, como los sucedidos en Uganda y que derivaron en la conocida como “Operación Entebbe”. Esta misma región es compartida por Etiopía, donde tienen su propio idioma, pero con más de 280 lenguas diferentes; ahí se vivió en los años setenta el fenómeno de la hambruna, salieron con ayuda internacional, pero hoy día, el 70 por ciento de la población (cien millones de habitantes) vive por debajo de la línea de la pobreza (ACNUR 2016). También viven la historia de algunos países donde el





matrimonio entre mujeres es con fines económicos, pero a diferencia de otras tribus, el estatus económico es menos relevante, ya que hay familias que cuentan con dote basada en ganadería y territorio. El caso de Tanzania tiene uno de los grandes ecosistemas del mundo, llamado “Parque Nacional del Serengueti”, así como el “gran Kilimanjaro”, pero también, por un caso muy raro, nacen los niños albinos [...conviven más de 100 tribus y 120 idiomas diferentes, donde no hay conflictos entre tribus, pero ahí se cuentan más asesinatos y mutilaciones contra los *niños albinos*, ya que muchos les atribuyen a sus cuerpos propiedades mágicas, capaces de atraer riquezas y buena suerte] (Hidalgo 2014). La producción de café que se da en Tanzania y otros países de la región, desde la siembra, el trabajo pesado de conservar en buenas condiciones la planta del cafeto, hasta su recolección, lo hacen las mujeres, y el hombre solo recibe la ganancia (todo un caso).

África del Sur

Mapa político de África



ÁFRICA DEL SUR

Fuente: Departamento de Cartografía. Naciones Unidas
Mapa 9. África del Sur

Una huella que marca la historia de esta región (ver mapa 9. África del Sur) es la forma en que los europeos le dieron un trato a sus habitantes; así como la Corona de Bélgica entró a El Congo para explotar los recursos, los ingleses lo hicieron en esta parte del continente, pero a diferencia de los primeros, masacraron a la población; sin embargo, en el sur, implantaron la separación *blancos y negros*; a pesar de ser una región pequeña, cumplió la expectativa de los poderosos, la voracidad es la que marcó la diferencia; la implementación de un sistema de segregación (*apartheid*) principalmente entre la población negra de Namibia y Sudáfrica.

...en algunos lugares, estudiantes negros protestan por tener que usar el lenguaje afrikaans en la escuela; un caso que llamó la atención fue en la ciudad de Soweto, agosto de 1976. Comisión de la Verdad en Sudáfrica (Restrepo 2015).

Los portugueses vieron, actuaron y no colonizaron, pero los holandeses sí lo hicieron y fueron literalmente *sacados* por los ingleses y desde ahí se escribe la historia de ellos, de saqueos y discriminación. En estos momentos, Sudáfrica se encuentra gobernada por la mayoría negra, la cual constituye 80% de la población. A pesar de la eliminación del *apartheid*, millones de sudafricanos negros continúan viviendo en la miseria, y la tasa de desempleo oficial ronda en 40%.

Otra historia es lo de hoy y es algo que vino a dejar con más deuda a Sudáfrica; contrario a lo que diga la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA), los sudafricanos pagan altos impuestos para sufragar el alto costo que implicó la infraestructura



del Mundial Sudáfrica 2010 (lainformacion.com).

En esta vasta extensión de la región se localiza un país tan pequeño, que se calcula que ahí se encuentran las minas de diamantes más grandes del mundo: el Reino de Suazilandia [...En la cultura suazi se pueden tener cuantas esposas se quieran, siempre y cuando se logre mantenerlas. Si una mujer es virgen, se puede comprar por 17 vacas; si no, se puede negociar]. La práctica de pagar con vacas por una esposa es conocida como “lobola”, y es común en algunas culturas del sur de África (CNN 2013); este país alcanzó un valor agregado en su economía, basado en el turismo; el territorio es bastante pequeño, pero ya prácticamente se ha occidentalizado, debido al proyecto turístico del país.

Esta región cuenta con una Unión Aduanera, y eso le ha permitido que sus exportaciones se concentren en la Unión Europea; esto se entiende, ya que cuenta con recursos que la mayoría de los países africanos tiene, pero pocos tienen la capacidad de explotación; en el caso de esta región está Namibia, que cuenta con diamantes, energía hidroeléctrica, estaño, litio, oro, pescado, plata, plomo, sal, tungsteno, uranio, zinc, sin contar con estudios recientes que se calcula que han encontrado petróleo, carbón y mineral de hierro; hay interés de muchas corporaciones por esta región; podríamos hablar de un conflicto que hubo

entre Sudáfrica y Namibia, que involucró a varias naciones, hoy solo hay un pequeño conflicto por un límite marítimo y ahí se encuentra uno de los puertos marítimos más importantes de la región.

*África se encuentra hoy día metida
en una gran crisis y un problema*

Una conclusión no terminada

África se encuentra hoy día metida en una gran crisis y un problema, donde la salud es un tesoro, la riqueza no es de ella, pero la guerra sí les pertenece, junto con la hambruna, corporaciones que utilizan a varios países africanos de laboratorio a estas naciones, políticos que se han eternizado en el poder; el valor del diamante pone y dicta las leyes en los países que la explotan donde incluyen la mano de obra, tanto de jóvenes como de niños, los llamados *mineros pequeños*, donde ellos ponen las manos y *los demás* las armas por si se atreven a robar solo una miniatura de diamante, porque son severamente castigados. El papel de la mujer es fundamental en ciertos países, pero en otros no tanto: son utilizadas como objetos, donde el castigo corporal es cosa de todos los días. Existe la

historia de los niños *albinos africanos*, que viven en reservas para cuidarlos de las supersticiones. La otra cara de África son sus pueblos y tribus con una riqueza cultural por sus ceremonias y tradiciones; grupos que llenan de colorido a sus clanes, donde una simple ceremonia matrimonial se vuelve un acontecimiento, que más que unión de dos personas, es la importancia de la *dote*, porque pasa una familia a otro nivel social; de ahí que ya desde pequeñas, sean *apartadas para matrimonio*; cosas de los hombres, pero no de las mujeres; África no es solo animales salvajes o los *permitidos safaris*, para la caza de esas *fieras* que, gracias a ellas, la población de ciertas especies están en su punto más delicado de extinción; se suponía que había ya cierres a los permisos de cacería y que la presión de prestadores de servicios hoy han vuelto a abrirla, con las consecuencias de peligro de desaparición de especies como el rinoceronte por su valor en su marfil. África, olvidada pero necesaria por los recursos naturales con que cuenta y que en algunos casos han sido orillados a crearse guerrillas que nada tienen que ver con su situación social, protagonistas de las más increíbles historias inventadas por Occidente; con una de las mayores riquezas a la que puede aspirar un país: la diversidad de fauna, contando con las mayores reservas de parques para la preservación de especies en peligro de desaparecer, por culpa de la venta de *turismo de safari*; el descubrimiento del valor agregado del marfil, con regiones en que se hace trueque con especies endémicas; países africanos que están en la abundancia de recursos naturales, pero con sus pueblos pobres; transnacionales que han llegado para quedarse por la nobleza de sus conocimientos y promesas incumplidas. África es un abanico de hechos que hoy lo mantienen en un *apartheid* que aún no termina y una diáspora obligada a huir de sus países hacia Europa y, si lo logran, comienza otro episodio de su vida aún más crudo.

África, un conjunto de países que viven, se desarrollan, crecen con culturas diferentes, pero tienen algo en común, siguen siendo objeto de países poderosos, no por su cultura, sino por la riqueza que poseen.

Bibliografía

- Carol Beckwith & Angela Fisher. (2012). *African Ceremonies Photos African*.
- Amnistía Internacional. Informe (2016). <https://www.amnesty.org/es/documents/afr62/3183/2016/en/>
- Banco Mundial. (2017). <http://www.bancomundial.org/es/region/afr/overview>
- Boletín *Petronas-PC Mauritania 1 PTY y Sphere Petroleum Casa África*. (2017). http://www.casafrica.es/organismos_africanos.jsp
- CNN © (2013). Cable News Network. Turner Broadcasting System, Inc.
- Costumbres y tradiciones africanas*. (2012). <http://www.blogitravel.com/2012/08/costumbres-y-tradiciones-africanas/>
- Copyright © lainformacion.com
- Central Intelligence Agency. (2015). <https://www.cia.gov/index.html>
- Día de África. Ban Ki-moon. (2016). <http://www.un.org/es/sg/messages/2016/africaday2016.shtml>
- Estudios de Política Exterior. España (2017). Eured. (2017). https://www.eured.cu/Culturas_africanas
- EENI. Escuela Superior de Negocios Internacionales. Miembro de la Comisión de Educación a Distancia de las Naciones Unidas. (2017).
- Estados Unidos en África. (2016). theintercept.com
- El orden mundial del siglo XXI (2017). <http://elordenmundial.com/2016/03/16/la-colonizacion-de-africa-1815-2015/>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (United Nations International Children's Emergency Fund). UNICEF.
- Hidalgo, Jesús. (2014). Agencia Reuters.
- Human Rights Watch (2016). (HRW).
- Pueblos de África. (2017)
- Ikuska. Copyright 1997-2013. <http://www.ikuska.com/Africa/Etnologia/Pueblos/index.htm>
- Joint United Nations Programme on HIV/AIDS (UNAIDS). (2017).
- Sustainable East Africa Research in Community Health*. (2016). San Francisco. <http://www.searchendaids.com/>
- Tipos de Cultura. (2017). <http://lisethnataliam07.blogspot.mx/p/cultura-africana.html>
- ONU-MUJERES. (2017). <http://www.unwomen.org/es>
- Restrepo. Álvaro. (2015). Comisión de la Verdad en Sudáfrica. El Espectador.
- Meadows. Donella H., Dennis L. Meadows, Jorgen Randers y William W. Behrens. (2004). *Límites del crecimiento. 30 años después*.
- Mediaphore: <https://www.mediaphore.com/2017/11/assemblee-nationale-ovation-depute-mathiasin/>
- Taylor. J. Peter. Flint. Colin. (2000). *Geografía Política*. Trama Editorial. España.



Criterios de conservación del patrimonio edificado

Marco Antonio Quirarte Pérez

Arquitecto por la Universidad Autónoma de Guadalajara y la Universidad de Lincoln, Nebraska, U.S.A. Director General de la empresa MAQPOIN. Catedrático universitario con 10 años de experiencia.

Maestro en Ciencias de la arquitectura, con orientación en conservación del patrimonio edificado.

Es tarea de cada generación reflexionar sobre el pasado de su ciudad y reconocer el valor intrínseco de cada edificio con valor patrimonial...

Resumen

En este trabajo se analiza una serie de criterios que deben ser tomados en cuenta para la conservación y restauración de los edificios con valor patrimonial. Se inicia con una serie de especificaciones conceptuales, resaltando el valor del patrimonio, y tomando en cuenta también los aspectos normativos y arquitectónicos. Se hace énfasis en la importancia del porqué se debe conservar un edificio con valor patrimonial, qué son los criterios de conservación y cómo se deben aplicar. Existen varias corrientes de restauración según el tiempo en el que fueron planteadas; en este trabajo se analizan algunas de ellas, conociendo su función y qué o quiénes fueron los personajes más representativos de dicha teoría.

Palabras Clave: Criterios | Conservación | Patrimonio | Restauración.

Criteria for conservation of built heritage

Summary

This study analyzes a series of criteria that must be taken into account for the conservation and restoration of buildings with heritage value. It begins with a series of conceptual specifications highlighting the value of heritage, also taking into account the regulatory and architectural aspects. Emphasis is placed on the importance of why a building with heritage value should be conserved, what conservation criteria are and how they should be applied. There are several restoration currents according to the time in which they were raised, in this work some of them are analyzed, knowing their function and who or who were the most representative characters of said theory.

Keywords: Criteria | Conservation | Heritage | Restoration.

Critères de conservation du patrimoine édifié

Résumé

Dans ce travail on analyse une série de critères qui doivent être pris en compte pour la conservation et la restauration des édifices ayant une valeur patrimoniale. Il débute par une série de spécifications conceptuelles, en mettant en évidence la valeur du patrimoine, et en prenant en compte aussi les aspects normatifs et architectoniques. Il est mis en évidence l'importance du pourquoi on doit conserver un édifice avec une valeur patrimoniale, quels sont les critères de conservation et comment ils doivent s'appliquer. Il existe plusieurs courants de restauration selon la période où ils ont été instaurés; dans ce travail sont analysés certains d'entre eux, en connaissant leur fonction et qui ont été les personnages les plus représentatifs de ladite théorie.

Mots clés: Critères | Conservation | Patrimoine | Restauration.



Marco conceptual

La arquitectura nace junto con las primeras manifestaciones de vida. Desde la era de las cavernas, en que se buscaban cuevas para resguardarse de las inclemencias del tiempo, hasta que la arquitectura fue evolucionando y convirtiéndose, tanto en un arte como en una técnica de diseño y construcción, con la finalidad de crear espacios dignos y adecuados a todas las necesidades del ser humano.

La arquitectura actual pertenece ya a la historia del futuro y, de esta misma manera, existe arquitectura del pasado que forma parte ya de nuestro patrimonio cultural, y al mismo tiempo, es fiel testigo del acontecer histórico.

Según la Carta de Cracovia, patrimonio es el conjunto de obras humanas en las cuales una comunidad reconoce los valores específicos y particulares con los cuales se identifica.

Para comprender mejor a qué nos referimos con “patrimonio cultural”, es conveniente conocer la etimología de la palabra patrimonio y cuál sería su significado: viene del latín *patri*, que significa padre, y *monium*, que significa recibido; de acuerdo con lo establecido en la convención de la UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura) en París, en 1972, el patrimonio cultural se compone de aquello que a lo largo de la

historia han creado los hombres de una nación y que, en el momento presente, seguimos creando los que vivimos en la actualidad. Patrimonio cultural tangible e intangible es el conjunto de bienes culturales que una sociedad recibe y “(...) hereda de sus antepasados con la obligación de conservarlo para transmitirlo a las siguientes generaciones”.

¹Y por patrimonio edificado, las construcciones que son representativas de una sociedad, de su forma de vida, etcétera., y de un momento histórico determinado y que, además, cuenta con un valor agregado: el tiempo.

Existe una organización internacional de monumentos y sitios, a la que por sus siglas en inglés se le conoce como ICOMOS (*International Council On Monuments and Sites*); para ellos, patrimonio cultural se refiere al sitio como un lugar, un paisaje cultural, un complejo arquitectónico, un yacimiento arqueológico o una estructura existente, que cuenta con un reconocimiento como sitio histórico, cultural y, generalmente, con protección legal, según la carta para interpretación y presentación de sitios de patrimonio cultural ratificada por la 16ª Asamblea General del ICOMOS, en Québec, Canadá, el 4 de octubre de 2008.

Para Chanfón Olmos, patrimonio cultural debe (...) cumplir una función social o científica, estar ligados a nuestro pasado cultural, por su diseño, así como

por sus valores intrínsecos, arquitectónicos, funcionales, espaciales, tecnológicos y estéticos, entre otros.²

Anteriormente, a las edificaciones con valor patrimonial se les llamaba monumentos; sin embargo, ahora para no confundirlo con lo que se podría entender algo muy grande físicamente, se le llama “elemento”, definición que seguiremos utilizando en este artículo cuando nos queramos referir al monumento edificado con valor patrimonial.

El patrimonio arquitectónico está conformado por dos aspectos coexistentes: el primero corresponde a la materia física, o sea el conjunto de materiales constructivos que lo constituyen y, el segundo, al espacio arquitectónico (con todos sus valores que implican: el valor histórico, el estético (...) su estilo, el simbólico, el valor que tiene para la comunidad en que está inmerso, el arquitectónico, etc.), mismo que está delimitado por dichos materiales constructivos y teniendo en cuenta que la interrelación de dichos espacios es la que le dará el carácter o sentido a cada género arquitectónico.³

Es necesario comprender que los elementos patrimoniales son parte de la cultura de una sociedad y son reflejos vivos de su historia, por lo que es fundamental remarcar su importancia, preservándolos y



manteniendo su relación con el medio ambiente social y cultural, que puede ser determinado mediante adecuados criterios de conservación, entendiendo por criterios “el conservar al patrimonio edificado de una sociedad”; es una obligación moral que nos permite conocer el pasado, que será lo que dejaremos como herencia a las futuras generaciones. Siegfried Giedion se ha referido al “presente eterno”⁴, considerando que pasado y futuro confluyen aquí y ahora, al mismo tiempo con sus limitaciones, alternativas y estímulos.

Los materiales y aglutinantes con los que están contruidos estos elementos patrimoniales pueden llegar a tener enfermedades, o ser atrapados por la incuria; el propio desconocimiento puede incluso causar daños; pongo un ejemplo: la fachada de un templo se encuentra sucia por estar ubicada en un lugar donde existe demasiada polución, al quererla limpiar y no contar con los conocimientos adecuados, o bien, no pedir la asesoría de un profesional, se corre el riesgo de llevarse en la limpieza también la pátina; por ello, es indispensable distinguir la diferencia entre suciedad y pátina; esta última es una protección natural que el tiempo otorga a los materiales para la conservación de los edificios, con el fin de heredarlos a futuras generaciones.

Las obras arquitectónicas son legados históricos que nos han dejado nuestros antepasados y constituyen nuestro patrimonio arquitectónico

¿Por qué conservar?

Las obras arquitectónicas son legados históricos que nos han dejado nuestros antepasados y constituyen nuestro patrimonio arquitectónico. Debemos conocerlas, estudiarlas y conservarlas para trasmitirlas a las generaciones futuras. Además, su estudio ayuda a la comprensión de la sociedad que lo produjo, a entender el porqué de algunas de nuestras formas de vida, a valorar lo que tenemos y a planear nuestro futuro.⁵

La Carta de Venecia de 1964, en su artículo 14, dice: “Los sitios monumentales deben ser objeto de cuidados especiales con el fin de salvaguardar su integridad y asegurar su saneamiento, su tratamiento y su realce (...)”

Conservar viene del latín *cum* y *severe*, que quiere decir *con* y *guardar*; según la RAE (Real Academia Española), es mantener una cosa o cuidar de

su permanencia; según Bernard Feilden, conservación es la acción realizada para prevenir el deterioro y la gestión dinámica de la variación, comprendiendo todos los actos que prolongan la vida del patrimonio edificado.

No solo debemos conservar por ser patrimonio edificado, sino por mantener la historia del inmueble y con esto la historia del lugar; debemos conservarlo también porque ha existido a través de varias generaciones, las cuales pasan, y el elemento patrimonial sigue existiendo, y seguirá hasta que nosotros lo permitamos; debemos procurar que se conserve a través de la herencia generacional con el fin de preservar la memoria colectiva.

Existen elementos patrimoniales que pueden conservar aún su uso y lugar original; otros tantos pueden estar activos, tener un uso y cumplir con una función, siendo esta diferente a la original; algunos otros, puede ser que solo conserven una parte de lo que llegaron a ser en un principio; sin embargo, en todos estos casos y, posiblemente en otros más, es necesario conservarlos. De otra manera, la historia de ese lugar se irá perdiendo a través del tiempo, deteriorándose y perdiendo su identidad por la que en un momento fue construido.

Debemos conservar para mantener el aspecto estético del elemento, por lo que se convierte en obra de arte de valor patrimonial; debemos conservar por la instancia histórica, como la llama Cesare Brandi, por un lado, el tiempo y lugar donde fue creado, y

por otro lado, el tiempo y lugar donde se encuentra en este momento; el lugar puede ser el mismo, pero definitivamente el tiempo cambia. El tiempo nunca para, así que “el periodo intermedio entre el tiempo en que la obra fue creada y el tiempo presente puede haber dejado huella en la obra de arte”⁶.

Los elementos patrimoniales son importantes para una ciudad; parte de su vida, de su historia, gracias a la conservación y mantenimiento de esos monumentos patrimoniales, tanto los habitantes como los turistas pueden imaginarse lo que ha sucedido en esa ciudad a través del tiempo y cómo ha sido su evolución; actualmente, la iluminación artificial juega un papel importante para su admiración nocturna, siendo un atractivo turístico de la misma ciudad.

En algunos casos es mejor rehabilitar al edificio que dejarlo caer en abandono. Rehabilitar es cambiarle su uso original según sus nuevas necesidades, poderle integrar nuevos materiales y tecnologías, siempre y cuando sean reversibles, para que se puedan retirar en cualquier momento y el edificio conserve su forma original sin haber sido maltratado, respetando su estructura principal y aprovechando sus elementos más distintivos, recuperando su relación y vida con el entorno en el que se encuentra ubicado, resaltando los detalles significativos del edificio, sin borrar las huellas del pasado y dejando la puerta abierta al futuro.

No solo se debe conservar por ser un edificio con valor patrimonial legalmente protegido, o bien, encontrarse dentro de un catálogo de inmuebles va-



liosos; se debe conservar también, por el deseo de mantener ese vínculo social entre la ciudadanía, el visitante y el edificio, desarrollando vida en su entorno a través de él, y con esto la historia del elemento patrimonial y de la ciudad donde se encuentra.

Es tarea de cada generación reflexionar sobre el pasado de su ciudad y reconocer el valor intrínseco de cada edificio con valor patrimonial, adentrarse a las páginas de la historia del lugar, tomando en cuenta, además, que cada vez tendrá más valor patrimonial por su propia antigüedad.

Hoy en día, el mundo de la arquitectura está motivado por la conservación y equilibrio en la ecología, basado en la sustentabilidad y actividades que sean amigables con el medio ambiente; sin embargo, mirando al pasado podemos aprender e inspirarnos sobre estos temas. Un ejemplo aún palpable en México de perfecta ingeniería en captación de agua pluvial es el ex convento del desierto de los Leones, antiguamente llamado “El desierto de nuestra señora del Carmen en los montes de Santa Fe”; surge en el siglo XVII ante la necesidad que tenían los monjes de la orden de los Carmelitas Descalzos de encontrar un lugar que estuviera alejado del ruido y la civilización para que pudieran dedicarse al retiro y a la meditación cristiana, llamándole desierto como a todas las fundaciones que establecían fuera de las ciudades.

En el año de 1604, el Virrey Marqués de Montesclaros expidió la Cédula Real que otorga de manera definitiva la propiedad de los montes de Santa Fe y Tacubaya (sitio donde se ubica el parque) a la Orden de los Carmelitas Descalzos. El 23 de enero de 1606 fue colocada la primera piedra por el Virrey de la Nueva España, Juan de Mendoza y Luna, Marqués de Montesclaros, para la construcción del convento, las 10 ermitas (El Portón, La Soledad, San José, San Elías, San Juan, Magdalena, Trinidad, Getsemaní, San Alberto y San Miguel) y la muralla que rodearía al área. Estas obras fueron terminadas el 12 de julio de 1611. Los miembros de esta orden ocuparon el lugar durante más de 200 años, etapa durante la cual el bosque permaneció sin explotación y, en general, bien conservado.

En el año de 1814, los carmelitas abandonaron el lugar a causa de la guerra de independencia, por lo que la provincia San Alberto de Carmelitas Descalzos cedió al gobierno de la Ciudad de México el monte, el convento y las demás construcciones. En 1845, el gobierno de la república utilizó al bosque como campo de maniobras y lugar de acuartelamiento del cuerpo nacional de artillería. En ese mismo año fue destruida la



capilla principal para instalar una supuesta fábrica de vidrio, en la que en realidad se acuñaba moneda falsa y alimentaba sus hornos con madera del propio bosque, continuando así por varios años. Después fue completamente abandonado durante un siglo. El olvido y la vegetación hicieron estragos en el antiguo convento.

Actualmente es un museo y está al cuidado del municipio; los techos son en forma de cúpulas, con la intención de no retener agua y desahogarla a unos canales por medio de gárgolas, canales que van dirigidos todos a una cisterna de gran tamaño donde se almacenaba toda el agua de la lluvia y del mismo rocío provocado por el frío clima del lugar; hoy se puede, incluso, acceder a los grandes túneles subterráneos que llevaban el agua a las cisternas. Obra de ingeniería hidráulica digna de ser copiada y, sin embargo, en las grandes ciudades actuales de asfalto, el agua de la lluvia se desperdicia al revolverla con el drenaje de la ciudad, muy poca en porcentaje es la que llega al manto freático y menos aún la que se puede reutilizar.

Gracias a que se conserva el ex convento de los monjes de la orden de los Carmelitas Descalzos, se puede apreciar que el tema de la sustentabilidad utilizada frecuentemente en la arquitectura de nuestros días no es de hoy. Ese es un ejemplo, como hay muchos más, del porqué se deben conservar los monumentos con valor patrimonial.

Debemos ver la conservación como algo innovador, del elemento arquitectónico y del de su entorno

Debemos ver la conservación como algo innovador, del elemento arquitectónico y del de su entorno; como una herramienta que nos permite, no solo conocer su historia, sino aprovechar sus cualidades, cuyos beneficios se pueden ver reflejados en toda la sociedad, dentro de un marco de correcta sustentabilidad de los recursos culturales, ambientales y naturales.

Los criterios, ¿qué son?

Un criterio de conservación es la consolidación que significa la existencia de una debilidad, es decir, de una patología, hablando en términos médicos; cuando algo así nos sucede a las personas, recurrimos de inmediato al especialista y/o al hospital para quitarnos ese malestar, lo mismo les sucede a los elementos patrimoniales, solo que en ellos deben ser tratadas esas patologías, en su gran mayoría *in situ* y bajo los adecuados criterios de conservación.

Criterio viene del latín tardío *critérium*, que significa juzgar. Según la RAE, es aquello que nos permite establecer las pautas o principios a partir de los cuales podremos distinguir una cosa de la otra, de ahí concluimos entonces en que criterio es: el juicio o discernimiento que proporciona una herramienta adecuada de diagnóstico del valor patrimonial edificado para la elaboración de propuestas concretas de conservación.



La arquitectura es creada para una sociedad y en un tiempo determinado de la historia; de alguna manera, es el resultado de una serie de situaciones y condiciones tan características de ese momento que influyeron en su creación. El valor y la autenticidad del patrimonio arquitectónico no pueden fundamentarse en criterios predeterminados; es como si se construyera en el tiempo, y cada época es diferente, porque el respeto que merecen todas las culturas requiere que el patrimonio material de cada una de ellas sea considerado dentro del contexto cultural al que pertenece. Así lo estipula uno de los principios oficialmente aprobado y ratificado por ICOMOS.⁷

En el largo proceso de estudio sobre la conservación se ha llegado a concluir que esta se basa en criterios, y no sobre alguna teoría específica que depende mucho del tiempo en el que se está analizando, los criterios son varios y los mismos pueden ser utilizados en diferentes monumentos, pero no de igual manera, ya que depende del estado físico en el que se encuentre y del entorno. Carlos Chanfón Olmos asegura que: “Antes de restaurar, pero en vistas a restaurar, es necesario investigar. Muchos especialistas pueden investigar, pero solo el restaurador sabrá buscar los datos necesarios para programar su trabajo específico”⁸; esto se puede aplicar perfectamente bien a los criterios; muchos pueden conocer los criterios de conservación, pero hay que saber cuál y cómo aplicar en cada caso. En primer lugar se debe respetar la autenticidad del lugar y su cultura; los criterios están determinados por una valoración que ponen en énfasis, tanto la importancia del valor documental de los edificios con valor patrimonial como sus propios significados.

El criterio, entonces, responde al conocimiento de una cultura y a sus normas implícitas y explícitas, destinadas a conocer y actuar en la verdad, así como la determinación de un juicio que, basado en esa verdad, actúa sobre la edificación. Actuar con des-criterio sobre la identidad arquitectónica significaría simplemente afectar el juicio de actuación, impidiendo arribar a la conservación de la autenticidad del bien arquitectónico intervenido.⁹

Tomando en cuenta lo anterior, podemos considerar las siguientes etapas de conservación antes de intervenir un patrimonio edificado:

1. Criterio de identificación
2. Criterio de definición
3. Criterio legal
4. Criterio de intervención

- El criterio de identificación sirve como reconocimiento del patrimonio edificado, ya sea de modo testimonial o documental, vistos a través de valores objetivos, ya que no solo depende de la estética, sino de la sociedad y la cultura del lugar. Este es el primer paso para analizar el objeto, tanto en el aspecto arquitectónico mediante levantamientos y planos arquitectónicos, plantas, cortes y alzados, como en el cultural, estructural, social, urbano, semiótico, etc.

Identificar cuando se debe conservar; cuando se han deteriorado, falseado y destruido, las características de los monumentos de cualquier tipo (simbólico, espacial, formal, material, etc.). Cuando se ha modificado el contexto urbano donde el monumento está inmerso. También cuando ha perdido su identidad socialmente y es necesario recuperarle.

- Criterio de definición; esta parte es para identificar los elementos distintivos del patrimonio edificado, su valor por el tiempo transcurrido, sus daños y deterioros *in situ*.
- En el aspecto legal se deben tomar en cuenta las cartas, normas y reglamentos que tengan que ver con el caso a intervenir, ya sean de ICOMOS, INAH, municipales, etcétera.
- Criterios de intervención son el actuar, definir qué se va a intervenir, con cuáles criterios y cómo estos deben ser aplicados.

Establecer criterios de conservación adecuados para cada caso, al uso y valor del patrimonio edificado, contribuirá a preservar el edificio como espacio patrimonial e identitario.

Existen otros criterios de conservación que deben ser tomados en cuenta como principales:

- **Mínima intervención:** se trata de que lo que se tenga que intervenir sea lo menos notorio posible, sin protagonismos, con humildad, que no se note.
- **Reversibilidad:** significa que las adecuaciones, sobre todo aquellas realizadas con materiales y tecnología que no corresponden a la época del edificio patrimonial, se coloquen sin molestar al edificio, de tal manera que cuando se quieran retirar, se pueda hacer y el edificio quede tal cual se encontraba antes de ser intervenido.
- **Distinguibilidad:** cuando tenemos que colocar alguna piedra nueva, aunque sea de cantera, pero no del mismo banco de la original, o se tiene que completar alguna parte de la edificación; en esos casos y en otros más, es necesario dejar alguna marca que identifique que esa piedra o esa parte de la construcción no correspon-



de a la original; puede ser mediante la fecha en que se realizó la intervención, o bien separar el área nueva de la original mediante una greca de piedra de otro color que separe ambas etapas.

- **Autenticidad expresiva:** el Manual para el Manejo de los Sitios del Patrimonio Cultural Mundial fue publicado por ICCROM, UNESCO, Centro del Patrimonio Mundial e ICOMOS, 2003. Plantea que en cuanto un monumento o sitio histórico concebido como una obra de arte, el ser auténtico puede interpretarse en relación con el proceso creativo que lo produjo como algo genuino de su época, e incluye los efectos del paso del tiempo histórico. Varios aspectos del bien cultural deben ser analizados para poder definir los grados de autenticidad, de acuerdo con las normas operativas que reflejan aspectos del bien cultural que deben ser analizados para poder definir los grados de autenticidad según el ICCROM, la UNESCO, el Centro del Patrimonio Mundial e ICOMOS. Deben considerarse los siguientes cuatro aspectos:

- Autenticidad del diseño
- Autenticidad de los materiales
- Autenticidad de la arquitectura y
- Autenticidad del entorno.

Si el monumento original se destruye y se pierde su material, lo intervenido no cumple con los criterios

Para poder mantener el nombramiento de patrimonio edificado, es necesario conservar su integridad conforme a los cuatro puntos anteriores. Si el monumento original se destruye y se pierde su material, lo intervenido no cumple con los criterios; la autenticidad de los materiales es un criterio básico de la originalidad de las edificaciones, las cuales, junto con la autenticidad del entorno, definen al patrimonio edificado. La autenticidad podrá mantenerse si se:

- Permite que la mayoría del material histórico existente se conserve (autenticidad en los materiales).
- Asegura la armonía con los diseños originales (color, tono, textura, forma, escala).

TIPOS DE RESTAURACIONES

Los tipos de restauraciones surgen debido a la ampliación de los alcances en las intervenciones a los edificios con valor patrimonial. Existen varias tendencias, sin embargo; en este artículo analizaremos los conceptos referentes al restauro arqueológico, restauro de estilo, restauro romántico, restauro histórico, restauro filológico, restauro científico y restauro crítico.

Restauración arqueológica

La restauración arqueológica, considerada la primera teoría científica de restauración, busca la consolidación de ruinas arqueológicas. Además, pretende la conservación de los edificios una vez estudiados científicamente, para reconstruir el monumento con partes originales, siempre y cuando sea posible, llevando a cabo la *anastilosis*, estableciendo la diferencia entre las partes nuevas y las antiguas, respetando así la autenticidad.

León XII fue elegido Papa el 20 de febrero de 1878. Y murió el 2 de marzo de 1903. En sus primeros años de su pontificado creó una serie de iniciativas académicas y se abrieron los archivos del Vaticano, tanto a los estudiosos católicos como a los no católicos. Este Papa fue un gran defensor del patrimonio edificado religioso romano, dando la orden para la reconstrucción de San Pedro de Roma, dando indicaciones para no innovar nada, sino excluir aquellos elementos que en un tiempo posterior a su construcción fueron introducidos por capricho de la época siguiente.

Aplicada a principios del siglo XIX por los arquitectos italianos Rafael Stern, nacido en Roma en 1774 y muerto en la misma ciudad en el año de 1820, y Giuseppe Valadier, nacido también en Roma en el año de 1762 y muerto en la misma ciudad en 1839. Entre sus obras se encuentra la restauración del Arco de Tito y el Coliseo Romano.



Restauración estilística

Nace en Francia, a raíz de la Revolución Francesa (1789), ya que es en ese momento cuando el Estado se responsabiliza de los edificios en ruinas o expropiados. El despegue del romanticismo había alumbrado en Francia un temprano interés crítico hacia el patrimonio histórico. Además, será en ese momento cuando Francia vuelva sus ojos hacia la época medieval, sobre todo hacia el gótico.

El mayor exponente de esta práctica fue Viollet-le-Duc (1814-1879): “Devolver al edificio el estado que pudo haber tenido”, se basa en una restauración casi histórica en la que se acepta la reconstrucción y la integración de partes faltantes, siempre y cuando sigan con el estilo original, esto es solo posible llevando a cabo la conjunción de los análisis arqueológico e histórico. Un ejemplo puede ser el caso de algunos relieves de los muros de la gran plaza de ceremonias del palacio de Tschudi, en Chan Chan, Perú, las cuales fueron reconstruidas con base en vestigios de la misma naturaleza.¹⁰

Restauración romántica

Esta teoría está asociada a la nostalgia conceptual de John Ruskin, quien nació en Londres el 8 de febrero de 1819 y murió en el año de 1900. La restauración

romántica se centraliza en el sentido estricto de la conservación, condenando cualquier práctica de reconstrucción. No obstante, Ruskin admite la consolidación de los monumentos, su esfuerzo estructural en caso de riesgo y las reparaciones puntuales desde que no sean perceptibles por el visitante.

Restauración histórica

Surge en Milán a mediados del siglo XIX, a raíz del debate donde se establece la diferencia entre lo antiguo y lo moderno. Se basa en el trabajo del arquitecto italiano Luca Beltrami (1854-1933), quien defendía la reconstrucción arquitectónica, contrariamente a Viollet-le-Duc, que aceptaba la reconstrucción hipotética estilística.¹¹

Beltrami se plantea un método para lograr que la restauración fuera objetiva y rigurosamente documentada:

- Criterios específicos y unitarios para cada intervención: se buscaba la realidad histórica y original del monumento
- Conocimiento documental; archivos, planos, dibujos, pinturas, trazos, descripciones orales y escritas.
- Análisis profundo del edificio: fases constructivas, materiales utilizados, estilo.
- Recuperación del valor patrimonial; significado artístico, simbólico, documental, urbano, cultural, arquitectónico, referencial.

Una de las principales obras de Luca Beltrami es el campanario de la plaza y la basílica de San Marcos en Venecia.



Restauración filológica

Su principal impulsador fue Camilo Boito, italiano nacido en 1836 en Roma, quien murió en Milán en 1914; él defendía la conservación integral, en oposición a la teoría de la reconstitución del objeto. El monumento tiene valor en cuanto es testimonio y documento histórico de determinada época, pero en caso de riesgo para el edificio, era preferible consolidar que reparar; igualmente, era preferible reparar que restaurar, evitando cualquier agregado o renovación innecesarios.¹²

Restauración científica

La restauración científica surge en Italia y fue liderada por Gustavo Giovannoni (1873-1947): la restauración es considerada una actividad científica que consiste en hacer coincidir de manera oportuna conocimientos alcanzados en otras ciencias, constituyendo, a su vez, un campo de estudio y aplicación para esas otras ciencias.¹³

Defendía el principio de actuación mínima, valorizando el máximo de autenticidad del monumento y siguiendo metodologías de rigor científico, Giovannoni realizó una clasificación de cinco técnicas de intervención:

- Restauración de consolidación
- Restauración de reconstrucción (*anastilosis*)
- Restauración de liberación (remoción de partes no originales)
- Restauración de renovación (recuperar la imagen del monumento)
- Restauración de innovación

Las aportaciones que nos deja son:

- Recoge y desarrolla las teorías de Camilo Boito
- Sus teorías se reflejan en dos documentos de gran importancia que marcan el paso de una restauración concebida como reintegración
- La Carta de Atenas de 1931
- La Carta Italiana del Restauo en 1932
- Su punto de partida está ligado a un concepto moderno del monumento

Obras intervenidas:

- Basílica de Santa Sabina en Roma
- Templo de Vesta Foro Romano
- Conjunto arqueológico de Uyo Uyo

Restauración crítica

Roberto Pane (1897-1987), junto con Renato Bonelli (1911-2004), ambos Italianos, sientan las bases del restauro crítico desde la inmediata posguerra. El napolitano Roberto Pane publica un texto crucial, *Restauro del monumento*, en 1944, en el que afirma la inexcusable necesidad de mantener un juicio crítico responsable como soporte de la restauración.

El restauro crítico surge como una corriente que contribuye en gran medida a la construcción teórica de los conceptos de restauración y conservación en la primera mitad del siglo XX.

Conclusión

El patrimonio edificado tiene un valor intrínseco por su naturaleza, el conservarlo es una obligación para poderlo dejar como herencia a futuras generaciones; de él se pueden aprender sistemas constructivos, arquitectura sustentable de captación de agua pluvial, etcétera. Escuchándolo la historia se derrama por sus paredes, y podemos conocer de nuestro pasado que es hoy nuestro presente.

Es importante crear conciencia en la conservación del patrimonio edificado, para que cada vez seamos más a los que nos interese mantener viva la historia y el esfuerzo de nuestras generaciones pasadas.

Los criterios de conservación se deben aplicar en cada caso en particular; de ahí la necesidad de conocer cuáles son, y cómo y cuándo debemos aplicarlos.

Notas

- 1 Chanfon Olmos, Carlos. (1996). *Fundamentos teóricos de la restauración*. México: UNAM, Colección de Arquitectura No. 10, 47.
- 2 Terán Bonilla, José. (2001). *Consideraciones respecto a la reutilización de la arquitectura industrial mexicana. Ponencia presentada en el II Encuentro Nacional sobre Conservación del Patrimonio Industrial Mexicano. El patrimonio industrial mexicano frente al nuevo milenio y la experiencia latinoamericana* México: en prensa de Aguascalientes.
- 3 Terán Bonilla, José Antonio. (2004). *Consideraciones que deben tomarse en cuenta para la restauración arquitectónica*. Chile: Revista Conserva No. 8, 102.
- 4 Giedion, Siegfried. (1995). *El presente eterno: los comienzos del arte*. Madrid: Alianza Editorial, 5.
- 5 Op.cit. *Consideraciones que deben de tomarse en cuenta para la restauración arquitectónica* p. 102
- 6 Cesari Brandi. (1963). *Teoría de la restauración*. Madrid: Alianza forma.
- 7 Principios para el análisis, conservación y restauración de las estructuras del patrimonio arquitectónico. (2003). *14° asamblea general, en Victoria Falls, Zimbabue* Zimbabue: ICOMOS.
- 8 Carlos, Chanfón Olmos, (1979). *Problemas teóricos en la restauración*. México: INAH, 2.
- 9 Mario Ferrada y Paz Undurraga. (2009). *Patrimonio arquitectónico de Valparaíso. Del descriptorio a la innovación criteriosa*. Chile: revista Colegio de arquitectos de Chile No. 142, 35.
- 10 Jukka, Jokilehto. (2004). *A history of architectural conservation*. Oxford: Elsevier Butterworth, 307.
- 11 J. Aguiar, (2002). *Cor e cidade histórica. Estudos cromáticos e conservacao do patrimonio*. Portugal: Faup publicacoes, 46.
- 12 Ibidem, p46.
- 13 Op. Cit. *A history of architectural conservation* p.222.

Bibliografía

- Chanfón Olmos, Carlos. (1979). *Problemas teóricos en la restauración*. México: INAH.
- _____ (1996). *Fundamentos teóricos de la restauración*. México: UNAM, Colección de arquitectura No. 10
- Terán Bonilla, José. (2001). *Consideraciones respecto a la reutilización de la arquitectura industrial mexicana*. México: En prensa de Aguascalientes,
- Terán Bonilla, José Antonio. (2004). *Consideraciones que deben tomarse en cuenta para la restauración arquitectónica*. Chile: Revista Conserva No. 8.
- Siegfried Giedion. (1995). *El presente eterno*. Madrid: Alianza editorial.
- Brandi, Cesari, *Teoría de la restauración*. Madrid: Alianza forma, 1963
- Principios para el análisis, conservación y restauración de las estructuras del patrimonio arquitectónico. (2003). *14° asamblea general, en Victoria Falls, Zimbabue* (Zimbabue: ICOMOS).
- Ferrada Mario y Undurraga Paz. (2009). *Patrimonio arquitectónico de Valparaíso. Del descriptorio a la innovación criteriosa*. Chile: revista Colegio de Arquitectos de Chile No. 142.
- Jokilehto, Jukka. (2004). *A history of architectural conservation*. Oxford: Elsevier Butterworth.
- Aguiar, J. (2002). *Cor e cidade histórica. Estudos cromáticos e conservacao do patrimonio*. Portugal: Faup publicacoes,

Grafografos

SUPLEMENTO LITERARIO REVISTA UNIVA

No. 2 ENERO - ABRIL 2018



Grafógrafos

SUPLEMENTO LITERARIO REVISTA UNIVA

SUMARIO

Grafógrafos

Suplemento literario del
Taller de Creación Literaria
de la UNIVA

Coordinación de Arte y Cultura

Voz editorial y compiladora

Mtra. Jazmín Velasco Casas

Colaboradores

Alexis Osvaldo Sánchez Romero
Diego Antonio Calderón Villanueva
Pamela Díaz Villaseñor
Jesús Ramón Bobadilla Araujo
Junueth Ramírez
Pamela Wence
Diego Andrés Joya Flores

ÍNDICE

- III Para mis amigos, los jóvenes escritores
- IV Carta a mi padre
(en donde le escribo todo lo que nunca le pude decir)
- V Póker con las cartas del tarot
- VI Diluvio
- VIII No ha venido nadie
- X Reminiscencia
- XI Cabeza pesada
- XII Alcanza el autobús

VOZ EDITORIAL

El presente número reúne el trabajo de jóvenes escritores que son movidos por la fuerza de la palabra, la cual permite reconocer en sí mismos la transmutación que conlleva la necesidad de comunicar y crear puentes hacia los lectores. Solamente cuando ocurre este diálogo entre escritor e interlocutor, la obra creativa cumple su propósito: hacer palpable la condición humana.

Marzo 2018
Guadalajara, Jalisco, México

Para mis amigos, los jóvenes escritores

Por Alexis Osvaldo Sánchez Romero
Estudiante de la licenciatura en Psicología

Anhelo escuchar a cientos de jóvenes gritando poseídos por un buen poema, derramando lágrimas por haber logrado transformar un puñado de palabras en caricias e imágenes, que por un momento les hicieron olvidar dónde estaban parados y los convirtieron en viajeros del tiempo.

Jóvenes que se vieron desnudados por estas mismas y por un momento se vieron reales y locos, amando en el sentido más puro de la palabra, felices de saberse semillas de la escritura.

Quiero que corran, tropiecen, vivan; que su andar opaque la frialdad del mundo; que los viejos los observen y lloren de felicidad al recordar la sensación de inmortalidad que los acompaña; que los opresores entren en pánico al escuchar su voz protestante y revolucionaria.

¡Amen, malditos, amen!, tan fuerte que las palabras pierdan sentido; que el mundo se tenga que reinventar por parecer obsoleto ante el fuego que arde en nuestras almas, para que ningún imbécil se atreva a decir que la juventud se está perdiendo; somos el elemento insoluble, el negro que devora cualquier color.

Mientras escribo este poema, escucho cada uno de sus corazones acelerados latir, puedo ver sus cicatrices que no son diferentes a las mías, puedo ver en sus ojos el dolor que los acecha.

Les regalo un pedazo de mi alma, esperando que cada palabra sea una inyección de adrenalina, que les dé fuerza para seguir su camino, por más utópico e incoherente que parezca, y sepan que hay un poeta al que inspiran a diario.



Fotografía de Jesús Ramón Bobadilla Araujo

Carta a mi padre

(en donde le escribo todo lo que nunca le pude decir)

Por Diego Antonio Calderón Villanueva
Estudiante de la licenciatura en Psicología.

Mi padre me regaló una pluma,
me la dio sin saber
que he escrito con sangre
desde que se fue,
aunque arregles la casa no voy a volver
le comenté,
ni la sala
ni la cocina
ni él
me han visto crecer
que tiene hijo, se le olvidó a mi parecer
cómo ser padre, no pudo aprender
no lloré, lloro, ni lloraré
me ha hecho poeta
sin saber
en hierro me forjé
lo que siento
lo plasmó
en papel



Fotografía de Henry Cartier-Bresson

Póker con las cartas del tarot

Por Diego Antonio Calderón Villanueva
Estudiante de la licenciatura en Psicología

Una mala mano
y el jóker se ríe de mí,
otra vez
no hay rey que tenga poder,
sobre este caos
la apuesta es una vida
y el precio de perder
es tener que vivirla



Estas imágenes corresponden a las ilustraciones de los arcanos, hechas por Oswald Wirth, reproducidas en el libro *Le Tarot des Imagiers du Moyen Age*, Claude Tchou; París, 1978.

Recuperado el 25 de enero de 2018 de:
http://www.adorinario.com/tarot_40_Oswald_Wirth_libro.php

Diluvio

Por Pamela Díaz Villaseñor

Estudiante de la licenciatura en Ciencias de la Comunicación

Estoy encerrado en estas cuatro paredes, no quiero salir, no quiero hacer nada. A veces dibujo. A veces escribo poesía. A veces bebo alcohol, lo hago para inspirarme, pero no funciona. Nunca termino lo que comienzo.

Soy una especie de lobo estepario: solitario y siempre en conflicto conmigo mismo.

Hace tiempo que dejé de tener familia y amigos. Era de esperarse, nadie quiere a un ermitaño en su vida. Todos se fueron. Todos me dejaron. Todos, excepto ella.

No. No pienso renunciar a él. No voy a dejarlo solo cuando más me necesita y, no lo niego, yo también lo necesito.

Desde el principio de nuestra relación sentí que había una barrera entre nosotros, innumerables puertas impidiéndome ingresar a su vida y a su corazón. Y un día decidió encerrarse detrás de una real.

No supe la razón, todavía evade el tema con esa astucia tan característica. Recuerdo que ese día no contestó mis llamadas y se limitó a enviarme un mensaje donde se leía “No me molestes”. Decidí darle su espacio, sabía que le gustaba estar solo de vez en cuando,

pero al pasar una semana sin novedades, opté por ir a verlo.

Traté de hacer que se alejara, sabía por experiencia que no se podía confiar en las mujeres, era mejor mantenerlas al margen. Pero Lauren tenía algo que las demás chicas no: era obstinada.

Creí que al encerrarme la perdería a ella también, pero volvió a demostrarme su lealtad incondicional al llamar a mi puerta con ímpetu. No era merecedor de esa mujer, esa fue mi conclusión.

Desde entonces, ella me visita, me pone al tanto de lo que sucede en el mundo y me hace la misma pregunta una y otra vez “¿Cuándo volveré a verte?” La cual he sabido desviar. Si soy sincero, también quiero verla, no dejo de imaginarla. Pero no estoy listo, en esta habitación sigue lloviendo cada que abro los ojos.

No quiso verme. No quiere verme. Solo escucha mi voz y acepta la comida que le preparo los fines de semana, la cual no sale a comer hasta que me voy. Lo echo de menos. Lleva casi tres meses así y no dejo de preocuparme.



Fotografía de Edward Honaker

No tiene hermanos. Su madre lo abandonó cuando era niño y de su padre no sé nada. Sus amigos ya no son sus amigos. Soy lo único que tiene. No tengo a quién pedirle ayuda.

Este diluvio tenía mucho tiempo creciendo en mi interior, pero nadie se dio cuenta, o quizá Lauren sí y por eso se empeñó tanto en quedarse cuando le ordené partir. Moría un poco cada que le decía que estaba bien, cuando en realidad, quería decirle que me estaba ahogando.

Escucho sus pasos, otra vez está aquí. Sigo sin comprender por qué hace todo esto; ¿por amor? ¿por qué ama a alguien tan miserable como yo?

Todos los días me detengo delante de esta puerta y temo no volver a escuchar su voz. La toco con los nudillos.

—Dimitri.

La oigo pronunciar mi nombre.

Trago saliva. Me tiemblan las piernas y las manos.

—Feliz cumpleaños.

Mi cumpleaños, lo había olvidado. Hace 23 años que vine a este mundo. Suena a un día importante. Quizá para empezar de nuevo.

Le doy un vistazo a mi entorno, repleto de dibujos de tonalidades como el océano, y me invade el miedo de abandonarlo. Mi cuerpo no responde, se empeña en mantenerse sobre la silla ante mi escritorio. Aquí dentro estoy seguro. Nadie invade mi privacidad. Nadie me molesta. Nadie sale herido.

Inhalo aire, me levanto y camino hasta postrarme delante de la puerta. Lauren está del otro lado, esperándome, aferrándose a este ente tan dañino a quien ni su padre quiere ¿le permitiré entrar a mi vida? ¿dejaré mi egoísmo de una vez por todas?

Al no recibir respuesta, me doy la vuelta para volver sobre mis propios pasos y dejar el pastel en el comedor. Por alguna razón tuve la esperanza de que...

Abro la puerta.

—Espera.

Y los demonios azules se disipan al verla.

No ha venido nadie

Por Jesús Ramón Bobadilla Araujo

Estudiante de intercambio de la licenciatura en Ciencias de la Comunicación de la Universidad de Occidente de Sinaloa.

Es casi media noche y no ha venido nadie. Juego con la lata vacía de cerveza en la mano derecha y me enredo los pelos más largos del catre en los dedos de la izquierda. El hielo se derritió, no queda ni un bote frío y la oscuridad no me deja ver dónde dejé el bastón. Los gatos y mis hijos andan abajo del catre buscando qué morder, pero ella no guarda nada ahí.

Atiendo el negocio solo desde que a la Cristina, mi mujer, se le ocurrió ahogarse en el arroyo cuando lavaba la ropa el mes pasado.



Fotografía de Jesús Ramón Bobadilla Araujo.

Ya no viene nadie a comprar cerveza desde que se corrió el rumor de que yo la empujé de la peña donde remojaba nuestros trapos en el agua revuelta. Pero yo no lo hice, ese día fui al monte a buscar un leño delgado que me sirviera de bastón: no lo uso por viejo, lo uso porque me caí en la zanja que está a un lado del lavadero cuando ella estuvo intranquila. En cuanto llegué al puente, la mujer de don César me vio y pegó la carrera rumbo a la CONASUPO con la noticia de que yo había empujado con una vara a mi señora a la corriente del arroyo.

Hace meses que los niños preferían quedarse con ella en la casa que ir con la Cristina a lavar, la niña por seguridad y el varón por miedo. A lo mejor, por eso la Cristina mejor se dejó seducir por el color chocolate del arroyo, perdido nuestro amor, el de sus hijos y el propio; lo más inteligente era disolverse contra las piedras.

Pero la mujer de don César dice que me vio, al menos asegura que vio a alguien ayudar a mi mujer a terminar con sus penas, y eso es lo que me tiene meditando. No tenemos enemigos, nadie nos envidia nada, ni vecinos muy cercanos que se hartaron de sus escándalos. Ella supo cómo entrar en el corazón de la niña desde que nació, se enfrentó con una Cristina cansada de la batalla y, así, se ganó el respeto del niño, tres años mayor. Ella nunca había ido más allá del portal hasta el día que empujó a Cristina a la corriente. Ya es media noche, las 4 criaturas suben gateando al catre, la niña ríe y el niño abraza a los gatos, busco el bastón con los ojos por última vez y sin soltar la lata me recuesto boca abajo, pues a ella no le gusta que la vean. Ella no habla, no pesa, no duerme, pero todos sentimos su abrazo.



Pintura de Vilhelm Hammershøi "Woman reading in the sunlight"

Reminiscencia

Por Junueth Ramírez

Estudiante de la licenciatura en Relaciones Internacionales.

Escucho el sonido de las gotas caer en el suelo imperfecto. Me gusta intentar distinguir cada una, aunque sé que es imposible. A menudo vengo a este parque, normalmente está solo, pero hoy no es así. Veo a aquellos niños jugando, corriendo sin preocupaciones bajo ese cielo gris lleno de nubes, sin pensar en que mañana seguramente podrían amanecer resfriados, pero no les importa.

Vaya manera de disfrutar la vida, cada pequeña situación que al final del tiempo cobra mucho significado, ¿cuándo la olvidé? ¿en qué momento abandoné mi inocencia y comenzaron los pesares?

Tiré al abismo mis años de juventud. Tal vez desde el principio debí fingir que los problemas no existían, tal vez así hubiese sido feliz.

Mi vida pasó tan rápido, mis primeras palabras, mis primeros pasos, mi primer día de escuela, mi primera cita, mi primer amor, todo se escucha tan perfecto en mi mente, pero solo ahí, porque no lo fue.

Rechazo, inseguridad, que te rompan el corazón.

Si tan solo no me hubiera importado todo aquello, ¿mi destino habría sido diferente?

Creí que lo negativo era mi entorno, pero solo era yo.

Soy cobarde.

Intenté buscar la felicidad en otro lugar, en aquel mundo que creamos en nuestras mentes desde que somos pequeños esperando volar junto a ángeles y encontrar paz.

Muchos dirían que fallé, hasta yo, pero después lo entendí.

Destino no fue, estoy completamente seguro de que nosotros elegimos nuestros caminos, y vaya que este me ayudó a encontrar lo que tanto buscaba.

Cuando sucedió, en el hospital me dijeron que no podría volverlas a mover, pero a quién le importa cuando tienes el privilegio de ver, de ver más allá de lo que otros no hacen.

De disfrutar cada vista, cada sensación, cada situación más que nunca.

Para mí, en realidad sí terminó la vida, porque desde ese justo momento fue como si hubiera vuelto a nacer.

Me gustaría estar corriendo con esos niños, recuperando todo el tiempo que algún día perdí.

Cabeza pesada

Por Pamela Wence

Estudiante de la licenciatura en Producción de Medios Audiovisuales.

Ya me pesaba la cabeza, cargada de enredos inútiles que solo me quitaban el tiempo cuando trataba de resolverlos. Ocupaban un espacio que podría ser mejor aprovechado o más interesante, pero nunca me había atrevido a intentar lo contrario.

No era lo mismo ni yo era la misma, la que prefería los nudos a lo práctico. Todo por este cabello infinito, que cuando notaba mi inconformidad sobre él, sus puntas se abrían del coraje a más de cuatro caminos diferentes, obligándome a recortarlos, pero solo un poco porque en realidad no les gusta ser pequeños.

-- Pues que se aguanten-- me aconsejó Paty, la de la estética.

De todos modos, ya lo había hecho. ¡Aunque me seguía pesando la cabeza! ¿Cómo era posible? Si yo misma vi cómo cortaban los lazos entre aquellos enredos y yo, o al menos eso pensé. Resulta que los tuve conmigo tantos años que hasta sebo me sacaron, les di el tiempo suficiente para desarrollarse más allá de mi cuero cabelludo, según me dicen. No sé ni cómo ni cuándo, lo único que sé es que debo conseguirme otro tipo de Paty.



Ilustración por:
Chiara Attorre

Alcanza el autobús

Por Diego Andrés Joya Flores
Estudiante de la licenciatura en Mercadotecnia.

Lo había visto hace unos días vez frente a mi tienda corriendo para alcanzar el transporte, con los brazos llenos de artículos de despensa. Lo triste fue ver cuando el autobús se iba, pues sin resignación caminó rápido tras él.

Ese día estaba cerrando mi tienda, como siempre, a las nueve de la noche, cuando se acercó casi sin aliento, con una expresión cansada y en tono muy amable me preguntó: “¿Podrías cuidar esta caja? Es muy importante”. “Claro”, le respondí. Me agradeció, tomé la caja y siguió su camino. En ese momento no supe lo que contenía el pequeño paquete de cartón, no sé por qué no indagué, creo que me pareció algo común, sin ninguna particularidad, así que la deslicé por debajo de la cortina de metal.

Al regresar en la mañana, la tomé y la puse en la parte de atrás de la tienda,

fuera de la vista de la gente. Más tarde, cuando estaba por anochecer, llegó aquel hombre, me saludó y me preguntó por mi día. Inmediatamente solicitó su encargo, fui a buscarlo, le quité el poco polvo que se le había acumulado y lo coloqué en el mostrador frente a él.

Tomó la caja y la analizó detenidamente, y en cuestión de segundos, cambió la relajada expresión con la que había llegado y me miró molesto: “Esto... no es mío, te debes haber equivocado”, reclamó. No había razón para cambiar algo así, era ilógico. Suspiró, me miró de nuevo más tranquilo y dio un paso atrás; me agradeció y, al tomar el paquete, noté que sus manos temblaban, especialmente la derecha que tenía una herida en los nudillos, como si se hubiese peleado. Se retiró.

Al abrir la tienda al día siguiente, encontré un pe-

dazo de papel doblado en un borde de la cortina de metal, pero no le di importancia. Como ya tenía prisa por abrir, monté todo para empezar en la ferretería. Siempre he sido puntual en mi trabajo. Después de unas horas me percaté de otro papel bajo el mostrador, me agaché a tomarlo y lo desdoblé. Era un texto escrito a mano, poco legible y sin ninguna estructura, como notas hechas por un niño pequeño. Las únicas palabras que se entendían distribuidas a lo largo de la hoja eran: ella, pero, azul, sí y yo. Pensé en revisarlo con detenimiento más tarde cuando llegara a casa.

Pasando las seis de la tarde, apareció el hombre de la caja, de nuevo corriendo para alcanzar el autobús. Se detuvo frente a la estación y repentinamente me volteó a ver desde lejos, como buscando a alguien. Corrí en dirección a mi tienda, entré y le pregunté:



Fotografía de Krivec Ales

“Hola, ¿estás bien, te puedo ayudar con algo?” “¡Sí, mi esposa está sufriendo! Ven conmigo”. Sin pensarlo demasiado, cerré la puerta y lo seguí.

Cruzamos tres calles y dimos vuelta a la derecha. Entramos a una pequeña casa azul, había un auto blanco estacionado en la cochera. La puerta principal tenía rota la manija y un tremendo olor a comida podrida inundaba el lugar.

La casa era un desorden y lucía como deshabitada de hace meses con ventanas

rotas, muebles sucios y paredes repletas de notas muy similares a las del papel. En el piso vi la caja de cartón abierta con un paquete incompleto de balas.

Subí las escaleras y lo vi desde el pasillo, hincado, llorando, haciendo movimientos de resucitación. Crucé el pasillo y un tremendo frío recorrió mi espalda, el olor no provenía de alimentos putrefactos. Quedé perplejo al entrar a donde él estaba, desconsolado, como si acabara de suceder. Desde el suelo susurraba ayuda repetida-

mente con lágrimas en los ojos abrazando un cuerpo femenino. Entré en pánico, ella tenía una herida en el pecho. No había nadie más, solo nosotros...

Escuché autos deteniéndose, vi luces por la ventana y oí los gritos de alerta. Entraron ustedes minutos después, escuché sus pasos y me tiré al piso.

Eso es lo que pasó, oficial ¿Ya puedo retirarme?

Criterios para publicar

Los artículos que se publiquen en la Revista de la Universidad del Valle de Atemajac deberán cumplir con los siguientes criterios editoriales:

- Tratar los temas para un nivel académico universitario (lenguaje accesible)
- Ser propositivos y analíticos (no deben atacar a personas e instituciones)
- Ser objetivos, ágiles y de relativa actualidad
- Reflejar en sus contenidos la filosofía educativa UNIVA
- Tener suficiente aparato crítico, con fuentes debidamente identificadas y señaladas
- Proceder preferentemente de colaboradores del Sistema UNIVA
- Ser inéditos

Normas para la recepción de artículos

- Los artículos estarán capturados en programa Word, versión 2003
- Los trabajos serán de 2,500 a 5,000 palabras aproximadamente, cuartillas a espacio 1.5, con un breve resumen (60 a 70 palabras aproximadamente)
- El autor puede proveer las imágenes que ilustrarán su artículo de acuerdo con las siguientes especificaciones: en blanco y negro, con 300 dpi y en tamaño real
- Fuente: "Arial"; tamaño 12
- Datos personales del autor: nombre completo, grado académico, puesto(s) que desempeña y opciones de comunicación con él o ella (teléfono, correo electrónico, etcétera)
- Los títulos de los artículos no deben exceder las 20 palabras
- Las gráficas utilizadas deberán ser diseñadas por el autor en escala de grises o texturizadas
- Las notas y referencias bibliográficas deberán aparecer al final del artículo con llamado en el texto, siguiendo los lineamientos de la APA (American Psychological Association)
- No deberán incluirse en la bibliografía obras que no hayan sido referidas en el cuerpo del texto. La bibliografía debe aparecer en párrafo francés
- Los artículos serán entregados vía correo electrónico al Coordinador Editorial o por medio de algún miembro del Consejo Editorial
- Todos los trabajos serán sometidos a corrección de estilo y ortográfica
- Incluir Palabras Clave: (4 o 5)

De los dictámenes

- Solo se aceptarán artículos que cumplan con los requisitos antes mencionados
- Los resultados del dictamen serán: Publicable, No Publicable o Publicable con Modificaciones
- La revista se apoyará en la dictaminación de pares conocedores de la materia. Este proceso será anónimo
- En caso de resultados contrarios, se pedirá la votación de un tercer dictaminador
- El Consejo Editorial se reserva el derecho de hacer los cambios editoriales que considere convenientes, sin que ello implique alterar los contenidos de los mismos, que son responsabilidad única de los autores
- La sola recepción de un artículo no garantiza su publicación
- La publicación de los artículos estará sujeta a la disponibilidad de espacio



Enviar el artículo al Consejo de la Revista:

Coordinador Editorial Lic. Saúl Raymundo López Cervantes. • saul.lopez@univa.mx Ext. 1735

El mundo es tuyo
cuando hablas

idiomas



**Cursos de idiomas presenciales
para niños, adolescentes y adultos**

*Cursos para Empresas
"In Company"*

*Aplicación de Certificaciones
Internacionales Oficiales*

Cursos on-line

*Inglés con fines específicos
para el Área de la Salud*

*Diplomado en Enseñanza del Inglés
"Teacher Training"*

Traducciones

*Asesorías personalizadas
[regularización]*

Cursos semanales y sabatinos

Inglés • Francés • Alemán • Italiano • Portugués • Chino • Japonés • LSM

www.univa.mx/cele
  **CELE Escuela de Idiomas**
Tels. 3628 7919 / 3628 2684





Sé fiel a tus anhelos.

El poder está en ti.

☎ 01 (33) 3134 0800

✉ informacion.univa@univa.mx



www.univa.mx