



**Consejo Editorial**

Raúl Murrieta Cummings  
 Mario Alberto Quezada Aranda  
 Gerardo Alejandro Ruiz Martínez  
 Celia Gabriela de la Colina Alva  
 Demetrio Castañeda Pacheco

**Editor**

Arturo Hurtado Ayala

**Reportajes y Fotografía**

María del Carmen Nava Gamboa  
 Víctor Orozco Garciamoreno

**Diseño**

Francisco Javier Mondragón Álvarez

**Distribución**

Víctor Ángeles Rodríguez

Reconocer: Órgano informativo de los servidores públicos del Poder Ejecutivo, es editado por la Dirección General de Innovación y se terminó de imprimir en julio de 2012. Distribución gratuita. Tiraje: 12,000 ejemplares. Domicilio de la publicación: Lerdo poniente 101, Edificio Plaza Toluca, 1er. piso, Col. Centro, Toluca, México, C.P. 50000. Teléfono: (722) 1.67. 81.82. Correo electrónico: [reconocer@edomex.gob.mx](mailto:reconocer@edomex.gob.mx). Número de autorización del Consejo Editorial de la Administración Pública Estatal: CE:203/5/09/11-1. Esta revista fue impresa en los talleres de Jano S.A. de C.V., Lerdo poniente 864, Col. Electricistas, C.P. 50040, Toluca, México.

**CONTENIDO**



**Editorial**



4

**Gobierno Progresista**

Trabajo y progreso para los mexicanos



12

**Entrevista**

Oro para la fuerza y el coraje  
 Norma Alicia Torres Pérez,  
 atleta paralímpica



16

**Rincones y Tradiciones**

Ingenio en madera



22

**Vida y Salud**

Mente sana en cuerpo sano



28

**Entorno**

Un descuido puede provocar un incendio forestal



32

**Por Tu Seguridad**

Mantente alerta en vacaciones



**“Reitero la visión del Gobierno del Estado de México de trabajar y redoblar esfuerzos para proteger el medio ambiente y que esta política pública se pueda traducir en mejoras y en elevar el nivel de competitividad de nuestra entidad”.**

Gobernador Constitucional del Estado de México

Se benefician 132 mil campesinos mexiquenses

# El gobierno estatal pone en marcha los programas de fomento agrícola

*Incluyen la entrega de subsidios para la adquisición de semilla mejorada, fertilizantes, diesel e infraestructura para riego y centros de acopio con una inversión global superior a los 386 millones de pesos*

**E**l Gobernador del Estado de México puso en marcha los **Programas de Fomento Agrícola**, con una inversión global superior a 386 millones de pesos y un padrón de 132 mil productores agropecuarios beneficiados. Los programas incluyen subsidios para la adquisición de semilla mejorada, fertilizantes, diesel e infraestructura para riego y centros de acopio, entre otros.

Al iniciar la entrega de 219 millones de pesos en apoyos directos a 57 mil productores agrícolas y de ganado, con 207 mil 525 hectáreas cubiertas, lo que significa un incremento del 20% en comparación con el año pasado, el mandatario estatal aseguró que su administración realiza una planeación a largo plazo con una visión global, para lograr el Estado Progresista al que aspiran los mexiquenses. Asimismo, detalló los programas puestos en marcha:

- 1.** Apoyo para la Adquisición de Insumos Agrícolas: se otorgarán subsidios para la adquisición de semilla mejorada y fertilizantes, en beneficio de 46 mil productores y 147 mil hectáreas sembradas.
- 2.** Alta Productividad del Maíz: se darán subsidios para la adquisición de semilla

mejorada, fertilizantes, infraestructura para riego y centros de acopio, en beneficio de mil 300 campesinos y tres mil hectáreas cultivadas. La meta de este programa es que para el año 2015, se siembren más de 200 mil hectáreas, con una producción de dos millones de toneladas anuales de maíz.

- 3.** Apoyo para la Adquisición de Diesel para la Producción Agrícola: por medio de una tarjeta denominada "Efectidiesel" los 9 mil 500 productores beneficiados podrán comprar combustible, como apoyo ante el encarecimiento de la gasolina.
- 4.** Fomento Ganadero: permitirá mejorar las especies ovinas y porcinas, sustituyendo la totalidad de los sementales ovinos, en cuatro años, con mejores perfiles genéticos, en beneficio de más de 11 mil productores.

El mandatario estatal destacó que a través de la asignación de subsidios diferenciados para insumos, infraestructura, equipamiento, riego y asistencia técnica se pretenden incorporar a este sistema

productivo 200 mil hectáreas al término de la actual administración estatal.

En el evento realizado en Atlacomulco, el Gobernador atestiguó la firma de dos convenios entre la Secretaría de Desarrollo Agropecuario y proveedores de insumos participantes en los programas, así como con la empresa Impulsora Agrícola, para el cultivo de cebada.

**Fuente:** Coordinación General de Comunicación Social.





Pensar en grande para fortalecer el empleo en el Estado de México

# Trabajo y progreso para los mexiquenses

**E**l Gobierno del Estado de México trabaja por alentar el desarrollo económico de la entidad, por lo que a través de la Secretaría del Trabajo, proporciona los recursos económicos, físicos y educativos para que los mexiquenses encuentren un empleo digno.

Por este motivo, la Secretaría del Trabajo pone a disposición las siguientes herramientas para un mejor desarrollo profesional:

- **Cursos al Sector Empresarial en temas como:** Manejo de Conflictos, Relaciones Humanas, Formación de Equipos de Trabajo, entre otros.
- **Cursos a Comunidades:** dirigidos a sectores sociales y desprotegidos (discapacitados) que requieren capacitación para autoemplearse o bien incorporarse al mercado laboral en forma rápida.

## 1. Ofertas Educativas

- **Talleres para buscadores de empleo:** plática orientada a adquirir técnicas y habilidades esenciales para enfrentar con éxito una entrevista de trabajo.
- **Becas de capacitación para el trabajo:** cursos cortos para desarrollar la productividad de manera personal o aplicada a una empresa.
- **Maestría en Seguridad e Higiene Ocupacional.**
- **Diplomado en Seguridad en el Trabajo y Salud Ocupacional.**







## 2. Capacitación

El Departamento de Capacitación Externa del Instituto de Capacitación y Adiestramiento para el Trabajo Industrial (ICATI), junto con el **Programa de Apoyo a la Capacitación**, conduce sus enseñanzas a la capacitación que se otorga, dirigida a empresas, organizaciones y comunidades con el fin de mejorar sus condiciones laborales. Esta capacitación se brinda:

- **En el Trabajo**  
Enfocado a comunidades y empresas.
- **Para el Trabajo**  
Dirigido a la adquisición de nuevas habilidades y conocimientos que eleven el desempeño laboral.

- **Para las Empresas**  
Orientación a ciertos grupos o sectores que requieren preparación específica.

- **Para Comunidades y Organizaciones**  
Enseñanza de oficios.

## 3. Herramientas de apoyo

- **Bolsa de Trabajo**  
Facilita el contacto entre el buscador de empleo y las empresas, orientando las vacantes disponibles de acuerdo al perfil laboral del solicitante; este servicio es totalmente gratuito y se puede solicitar en las oficinas regionales de empleo y los servicios municipales de empleo ubicados en el territorio estatal.

- **Portal del Empleo**  
Vincula, capacita y orienta oportunamente por medio del portal electrónico [www.empleo.gob.mx](http://www.empleo.gob.mx) con servicios y apoyos en la búsqueda de empleo.

- **Ferias de Empleo**  
Espacios en donde se concentran buscadores y empresas con el fin de generar opciones de empleo en un mismo día.

- **Centro de Intermediación Laboral**  
Espacios en donde se les permite a todos aquellos que busquen ofertas de empleo el uso de computadoras con acceso a Internet, impresora, fotocopidora, teléfono y asesoría para realizar un currículum vitae de manera gratuita.

Otra estrategia implementada por la Secretaría del Trabajo son las herramientas de autoempleo, dirigidas a:

- **Grupos vulnerables**  
Promover, facilitar, apoyar y lograr la actividad productiva de los adultos mayores y personas con capacidades diferentes.
- **Programa de Trabajadores Agrícolas**  
Ofertas de trabajo temporal para campesinos en el extranjero (Canadá).



● **Constitución Legal de Sociedades Cooperativas**

Asesoría para la organización de grupos de personas físicas que mediante actividades económicas de producción, distribución y consumo de bienes y servicios buscan el autoempleo.

#### **4. Otras herramientas para el desarrollo profesional**

● **Ofertas de Empleo**

Periódico quincenal donde se exponen vacantes de todos los niveles educativos y diversas actividades económicas.

● **Empleo y Capacitación, Estado de México**

Revista trimestral que contiene información en materia laboral.

● **Asesoría y representación a trabajadores y sindicatos**

Ayuda jurídica para resolver conflictos laborales de distinta índole.

Estas herramientas están a tu disposición en el momento que lo necesites. Para mayor información acude a la Secretaría del Trabajo, Rafael M. Hidalgo Núm. 301, Col. Cuautémoc, Toluca o comunícate al teléfono (722) 2760900. Visita la página de la Secretaría del Trabajo en [www.edomex.gob.mx/trabajo](http://www.edomex.gob.mx/trabajo)

# Mujeres emprendedoras

El gobierno mexiquense, por medio del Fondo de Solidaridad Empresarial del Estado de México (FOSEEM), impulsa el **Programa Compromiso con Emprendedoras** que promueve la participación femenina a través de apoyos económicos a aquellas mujeres que ya tengan un negocio en marcha, como estéticas, papelerías, farmacias, entre otros y que no son sujetos de crédito de la banca.

#### **Perfil de las candidatas:**

- Mujeres que radiquen en el Estado de México con una edad mínima de 18 y máxima de 69 años 11 meses que cuenten con un negocio propio establecido en la entidad.
- Reunir un grupo solidario (conjunto de cinco personas que se organizan para solicitar un crédito).

#### **Acerca del negocio:**

- Tener actividad económica con al menos seis meses de antigüedad.
- Para acreditar la existencia se presentan notas de proveedores, licencia municipal o RFC, alta y últimas tres declaraciones. O bien, presentando recibos de pagos de proveedores o servicios.
- Fotografías del negocio (interior y exterior).

#### **Requisitos obligatorios:**

- 1.** Llenar los formatos de Solicitud, Carta Consulta y Carta Declaratoria. (se encuentran disponibles en la página web del Instituto Mexiquense del Emprendedor <http://www.edomex.gob.mx/ime>).
- 2.** Asistencia al curso de capacitación impartido por el Instituto Mexiquense del Emprendedor.
- 3.** No tener otros créditos vigentes otorgados por el Gobierno del Estado (se realiza

una investigación con casas de financiamiento autorizada por el solicitante a través del formato Carta Declaratoria).

Juan Carlos Gómez Fabela, Jefe del Departamento de Financiamiento a la Pequeña y Mediana Empresa, del Instituto Mexiquense del Emprendedor, señala que esta herramienta de financiamiento tiene el propósito de fortalecer a las microempresas, conservar el autoempleo y dar continuidad a la productividad de los negocios, por lo que el dinero otorgado puede ser utilizado para la adquisición de maquinaria, remodelación del negocio, compra de materia prima, insumos, mercancía o pago de sueldos.



El monto del apoyo económico otorgado, depende principalmente del tamaño del negocio y cuánto puede pagar, con una cantidad inicial de 2 mil 500 pesos, que en razón de la puntualidad y el buen comportamiento crediticio del grupo podrá

incrementar hasta los 20 mil 300 pesos, con condiciones preferenciales y una tasa del 12% anual sobre saldos insolutos, realizando un pago semanal en plazos que van de 12 hasta 32 semanas, dependiendo del apoyo otorgado.

### Curso de Inducción y Finanzas

La Dirección de Innovación y Competitividad del Instituto Mexiquense del Emprendedor, brinda capacitación a aquellas personas que obtienen el crédito financiero en donde orienta de forma administrativa a los nuevos emprendedores.

Con una correcta aplicación del crédito dentro de la microempresa, incrementará de forma óptima sus ganancias, ya que no necesitan ser contadores o administradores, ofreciendo la oportunidad de desarrollar un sistema administrativo básico dentro de su negocio.

### Capacitación del Personal

El Instituto Mexiquense del Emprendedor, gracias a los convenios con universidades e institutos, puede orientar y canalizar al personal del empresario con algún consultor, especialista o institución para llevar a cabo la capacitación de su personal, si es que así lo requiere. En un promedio anual se entregan alrededor de mil 500 apoyos financieros en toda la entidad.

Todos los ayuntamientos del Estado de México, la Secretaría de Desarrollo Económico e Institutos de la Mujer, difunden este programa que puede marcar la diferencia para convertirse en una mujer emprendedora.

#### Fuentes:

- Secretaría del Trabajo.
- Instituto de Capacitación y Adiestramiento para el Trabajo Industrial (<http://www.edomex.gob.mx/icati>).
- C.P. Juan Carlos Gómez Fabela, Jefe del Departamento de Financiamiento a la Pequeña y Mediana Empresa (para mayores informes consultar: [jcgomez@edomex.com](mailto:jcgomez@edomex.com)) del Instituto Mexiquense del Emprendedor (<http://www.edomex.gob.mx/ime>).

*Servidores públicos compiten con autos a escala*

# Amos de las pistas

Este tipo de actividades involucran no sólo la convivencia familiar, sino que reafirman valores como la responsabilidad, la superación y el respeto



Gracias a la unión y convivencia diaria de varios servidores públicos adscritos a la Subdirección de Control de Bienes Muebles e Inmuebles de la Dirección General de Recursos Materiales del Gobierno del Estado de México se crea una agrupación que comparte su gusto por las carreras de autos a escala.

La historia de este peculiar grupo se remonta cuando Antonio Gómez encuentra en el periódico un reportaje sobre carreras de autos a escala que se llevaba a cabo en el Distrito Federal, por lo que decide reunir a familiares y amigos de la infancia para competir en el Campeonato Metropolitano de Autos a Escala, donde la rivalidad entre el DF y toluqueños cada vez se hizo más reñida.

De esta forma, y con el propósito de agrupar el talento y la habilidad de los mexiquenses en esta actividad, se creó el Club de Automóviles de Carreras a Escala y Empujones de Toluca (CACEET).

El Club actualmente cuenta con 30 miembros activos, entre los que se

encuentran niños, jóvenes y adultos, quienes afirman que por su sangre corre el espíritu de un piloto de carreras. Cada miembro arma su propio vehículo de plástico, el cual debe cumplir con el Reglamento Técnico, con especificaciones para los autos que incluyen tamaño, material, tipos de modificaciones, llantas, ejes, rines, suspensión, peso y decoración.

Asimismo, en el Reglamento Técnico se regulan las convocatorias para las competencias, da a conocer el autódromo, la hora de revisión, entrenamiento e inicio de la carrera, curvas y ancho de la pista, orden de salida, turnos, número de tiros y por supuesto forma de tirar.

También se cuenta con un Comité Organizador quien designa a un director de carrera que conjuntamente con los participantes vigilan el buen desarrollo de la competencia, tomando especial atención en la legalidad de los tiros, posición







de los autos dentro y fuera del circuito y las curvas, orden del turno, repetición del tiro, sustitución de auto así como penalizaciones a pilotos.

Desde el momento de la inscripción se verifica que los vehículos participantes cumplan con el Reglamento Técnico, al tiempo que se lleva a cabo un sorteo para determinar la pole position. El organizador de la carrera es el encargado de limpiar y pintar el circuito de la pista, así como de los premios que se le otorgan a los tres primeros lugares de cada carrera, que van de acuerdo a la creatividad e ingenio con el que presentan cada auto, constan de un reconocimiento, un trofeo y un incentivo económico.

## Tiempo y dedicación

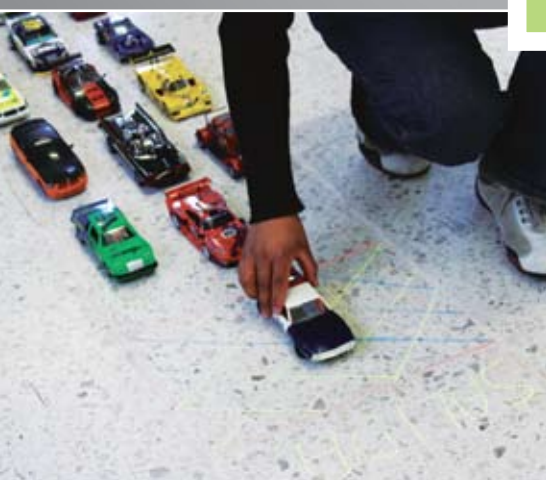
Audi, BMW, Mustang, Camaro y Ferrari son algunas de las marcas que se ven circular por la pista de carreras, autos tan detallados que se consideran piezas artísticas, por lo que realizarlos implica invertir no sólo dinero, sino también tiempo y mucha dedicación.

Armar rápidamente un ejemplar no siempre depende de la cantidad de piezas y decoraciones que contiene, si es necesario se mandan a diseñar calcomanías de patrocinadores y aditamentos que le añaden un plus al vehículo, para lograr réplicas idénticas de modelos antiguos que corrieron en temporadas específicas o ejemplares únicos que demuestran la personalidad del competidor.

Juan Carlos Salgado, considerado entre el gremio como uno de los mejores armadores, explica que el tiempo es relativo cuando se trata de armar autos, puesto que todos trabajan durante el día y en ocasiones los tiempos libres son por la noche.

El costo aproximado de este tipo de autos es de 300 pesos y pueden construirse de entre 15 días o hasta un mes, dependiendo del tipo de vehículo, pues existen algunos con 400 piezas. Dentro del instructivo del auto se menciona el tipo de pegamento, pintura, herramienta, cortes para desprender las piezas y





nombres de cada una de las piezas que permite conocer la mecánica del auto.

Sin embargo la decoración y hacerlos correr es un tema aparte, porque los modelos originales y antiguos requieren tiempo para elegir el color de la pintura, empapelarlo si es que lleva más de un tono, lijar para conseguir un mejor acabado en la pintura, tiempo de secado, montar las piezas, pruebas de desplazamiento, dependiendo las condiciones del terreno en el que se corra.

### Mi auto soy yo

Cada carro es importante porque refleja la precisión, destreza, dedicación y paciencia de su dueño, aspectos que harán lucir el esfuerzo invertido al momento de competir, combinando la apariencia y rendimiento en las distintas modalidades. Personalizar el auto depende de cada piloto, pintar el motor, la banda, el acumulador, colocar los cables de la bujía, limpiar parabrisas movibles, guantera, bomba de aceite, palanca de velocidades entre otras características que exigen más de un mes de trabajo.

En algunas ocasiones compran los vehículos y los amigos o compañeros ayudan a darle ese extra que los hará

sobresalir en la pista de carreras. La pista de carrera es marcada con gis o tiza, mide 30 cm de ancho con un circuito que va de 15 a 20 curvas, consiguiendo dar de dos a tres vueltas, máximo, por competidor.

Puentes, desniveles, curvas, rebasar, calcular la velocidad de los tiros y aplicar ciertas técnicas para eliminar a la competencia proporciona mayor adrenalina y emoción al momento de recorrerla, Sergio Cienfuegos afirma que durante las carreras han ocurrido todo tipo de anécdotas que van desde autos que chocan, se desarman y hasta vuelan, el ambiente que se vive es de una sana convivencia en donde también existe una rivalidad, lo que lo hace aún más divertido.

Cuando se realizan este tipo de actividades que involucran la convivencia familiar, compañerismo y competitividad no sólo se reafirman valores como la responsabilidad, superación, dedicación y respeto, sino de manera personal quien construye su vehículo tiene una forma de entretenimiento que relaja, promueve la creatividad, imaginación y a los pequeños les ayuda a desarrollar estrategias de aprendizaje.

Antonio Gómez, Jorge Salgado, Antonio San Juan, Vicente Salgado,





Antonio Hernández, Juan Carlos Salgado, Vicente Salgado García, Roberto Martín, Carlos Martín, Israel Quintanar, Fernando Chávez, Irvin Monroy, Irvin Quintanar, Iván Salgado, Javier Martínez, Joel Quintanar, Juan José Carbajal, Alejandro Chávez, Raúl López, Raulito López, Sebastián Salgado, Sergio Hernández y Sergio Cienfuegos son CACEET y este año realizan el Campeonato Estatal de Autos a Escala 1-2-3 que consta de 12 carreras en el Circuito Torres Bicentenario, ubicado en la pista de patinaje que esta bajo los puentes de la Avenida Toluca, frente a un centro comercial, en la ciudad de Toluca, cada tercer sábado del mes, en punto de las 10 de la mañana. Se convoca de forma personal o a través de redes sociales a los familiares, amigos y todos aquellos que les interese pasar un gran rato ya sea observando la carrera o corriendo un auto.

Si deseas participar comunícate con Sergio Martín Cienfuegos Torres al (722) 276 8550 ext. 6712 o al correo sergio\_cienfuegos@yahoo.com y en facebook encuéntralos como "Caceet Carreteritas Toluca"

**Fuente:**  
Club de Automóviles de Carreras a Escala y Empujones de Toluca CACCET



# Los mejores

Su historia de triunfos y la calidad en su armado han permitido que estos autos se destaquen:

## 1. "El toluco mayor"

**Modelo: Chevelle, 1969**

**Propietario: Antonio Gómez Martínez**



## 2. "El Arquí"

**Modelo: AudiTT, 2010**

**Propietario: Xavier Martínez Duarth**



## 3. "Coco"

**Modelo: Ford 34. 1934**

**Propietario: Jorge Salgado San Juan**



## 4. "Robert"

**Modelo: Porsche 997, 2009**

**Propietario: Roberto Martín Del Campo**



## 5. "El negro"

**Modelo: Ford 36, 1936**

**Propietario: Vicente Salgado San Juan**



Norma Alicia Torres Pérez, atleta paralímpica

# Oro para la fuerza y el coraje

*Esta pequeña de 14 años es el vivo ejemplo de que en la competencia de la vida se necesita aprecio por lo que se hace y dedicación para triunfar*



Cuando Norma Alicia Torres Pérez cumplió un año de vida, su familia notó que tenía una pequeña “bolita” en la espalda que le causaba una curvatura prolongada en la columna vertebral.

Al acudir al médico, éste sólo les informó que era un “problema” de la columna y que para corregirlo Norma tenía que utilizar un corset, pero su uso implicaba el riesgo de asfixia.

Ante este panorama, su familia, preocupada, no se resignó y decidió buscar otras alternativas. Después de cuatro intervenciones quirúrgicas sin mostrar alguna mejoría e incluso perdiendo ya la capacidad de caminar, Norma Alicia tuvo

que pasar por otra pérdida: la separación de sus padres, quienes decidieron dejar su custodia –y la de su hermano, Miguel Alejandro– en manos de sus abuelos, Rafael Torres y su esposa María Alberta Martínez, quienes continuaron con la búsqueda de mejores condiciones para su niña.

Los ahora tutores acudieron al Centro de Rehabilitación Infantil Teletón (CRIT), pero debido a la demanda tan alta de servicios que tenía este Centro, debían inscribirla en una lista de espera, lo que prolongaría más el dolor físico de Norma. Sus nuevos padres decidieron entonces asistir al Centro de Rehabilitación y Educación Especial (CREE) en Toluca, donde Norma,

con ya dos años de edad, fue diagnosticada con escoliosis congénita.

La escoliosis congénita es una condición médica en la que la columna vertebral de la persona se curva, debido a malformaciones vertebrales de nacimiento.

Norma ha tenido que enfrentar dicha enfermedad por 14 años; sin embargo, esto no le ha impedido lograr sus objetivos y desenvolverse como una gran deportista. Ella encontró la oportunidad de explotar al máximo su potencial y alcanzar sus metas.

En 2009 Norma y su abuelo Rafael, durante un festival del Día de Reyes conocieron a Ricardo Robles de la Torre, campeón paralímpico, quien la invitó a formar





parte de un grupo de jóvenes deportistas; a ella le entusiasmó la idea de practicar algún deporte y sobre todo participar en una competencia formal en lanzamiento de jabalina.

Fue así que inició sus primeros entrenamientos en la Ciudad Deportiva “Juan Fernández Albarrán”, en Toluca. Después de algún tiempo, Ricardo Robles tuvo que dejar las prácticas, por lo que el abuelo de Norma continuó con la labor.

Con el cambio, el entrenamiento deportivo implicó adaptarse a artículos rústicos y tubos de fierro viejos que cumplieran con el peso requerido. Con el préstamo de una jabalina por parte de Ricardo Robles y más tarde una propia proporcionada por el diputado federal José Luis Velasco Lino y otra más por parte del municipio de Toluca, Norma completó un escaso entrenamiento y por primera vez, sin compañía de su familia pero con todo el apoyo de la Asociación de Deportes sobre Silla de Ruedas del Estado de México, acudió a la Paralimpiada Nacional 2009, realizada en Hermosillo, Sonora, obteniendo medalla de bronce en lanzamiento de jabalina.

Gracias a su esfuerzo y talento, Norma fue reconocida por el Ayuntamiento de Toluca en una ceremonia que se realizó en su escuela, la Telesecundaria Oficial Número 442 “Héroes de la Independencia”.

Ese mismo año, participó en la carrera atlética “De la Independencia a la Revolución” en la ciudad de México en la categoría de 5 kilómetros, donde ganó medalla de bronce y un incentivo.

### Sin límites

Para 2010 el entrenamiento de Norma no sólo incluía el lanzamiento de jabalina, sino también el lanzamiento de bala y el de disco, como una forma de complementar su rutina física.

Los resultados no se hicieron esperar en la paralympiada de Morelia, Michoacán en 2010, obtuvo medalla de oro en lanzamiento de bala; medalla de plata en lanzamiento de jabalina, y de bronce en lanzamiento de disco. Además, para cerrar el año, Norma participó en la "Carrera Atlética del Bicentenario" en Toluca, en la que ganó medalla de bronce.



Para 2011 la pequeña deportista se preparó para la Paralympiada Nacional, en el Distrito Federal; la competencia fue dura, pero confirmó su calidad y ganó medalla de oro en lanzamiento de bala y bronce en lanzamiento de jabalina.

Norma relata que haber participado en estas competencias no sólo le han dado la oportunidad de representar a su Estado sino también le han brindado la satisfacción de ver cómo su familia se une para formar un gran equipo.

"Soy muy feliz compitiendo, es algo que me gusta y es un orgullo poder participar. Cuando gano una medalla me da mucha emoción, pero sobre todo estoy agradecida con todos los que me han apoyado; hemos hecho muchos sacrificios para poder llegar a donde estamos y ganar las medallas me hace pensar que todavía falta para lograr mi meta, pero que la voy alcanzar. Quiero llegar a unos Juegos Paralímpicos, ser seleccionada nacional para conseguir todas las medallas que me sean posibles".



### Atleta de oro

- Medalla de bronce, lanzamiento de jabalina. Paralympiada Nacional 2009 en Hermosillo, Sonora.
- Medalla de oro, lanzamiento de bala; medalla de plata, lanzamiento de jabalina; medalla de bronce, lanzamiento de disco. Paralympiada Nacional 2010 en Morelia, Michoacán.
- Medalla de bronce. Carrera Atlética del Bicentenario en Toluca, México. 2010
- Medalla de oro, lanzamiento de bala; medalla de bronce, lanzamiento de jabalina. Paralympiada Nacional 2011 en el Distrito Federal.
- Relevo número 33 en el Recorrido de la Antorcha Olímpica de los Juegos Panamericanos de Guadalajara 2011.
- Medalla de oro, categoría de deporte con capacidades diferentes. Premio Municipal de la Juventud 2011 en Toluca.







# Cumple el gobierno mexiquense la meta de un médico por cada mil habitantes

*En la entidad se ha incrementado el personal médico, construido y modernizado hospitales, además de consolidarse el Sistema Estatal de Trasplantes*

**E**n el Estado de México se cumple con el promedio de un médico por cada mil habitantes, de acuerdo con lo recomendado por la Organización Panamericana de la Salud, dio a conocer el Gobernador de la entidad mexiquense, al inaugurar la XXI Reunión del Consejo Nacional de Salud en Valle de Bravo, en donde reiteró su propuesta de facilitar la donación de órganos en el país, a través de una reforma legal.

“El Estado de México es síntesis de los retos del país: somos el Estado de

las grandes cifras, así que muchos de los retos se ven magnificados ante los casi 15 millones de habitantes; sin embargo, eso es lo que nos compromete aún más a trabajar por el bienestar de nuestros niños, de nuestros jóvenes, de las madres, de los adultos mayores”, señaló.

Por ello, expresó que se ha incrementado la cantidad de personal para brindar atención médica, construido y modernizado hospitales, además de consolidarse el Sistema Estatal de Trasplantes, con lo que se atiende el gran reto de la salud presente en la entidad.

Dijo que es una prioridad fomentar la cultura de donación de órganos, por lo que en el Estado fueron creadas agencias de procuración de tejidos y el banco de éstos, que han posicionado al Estado de México en el primer lugar en materia de donación de órganos, con el 26% nacional; además de haber suministrado 620 tejidos a siete entidades federativas y efectuado 2 mil 200 trasplantes en los últimos años, lo que se logró a través de una red hospitalaria conformada por 15 nosocomios mexiquenses.

**Fuente:** Coordinación General de Comunicación Social.

*Tradicionales molinillos mexiquenses*


# Ingenio en madera



**P**roveniente de una familia humilde, don Juan Alonso Rodríguez, originario de Santa María Rayón, desde pequeño se dedicó a crear artesanías para hacerse cargo de su familia y proveer el sustento mediante su trabajo.

Durante un tiempo expuso sus productos en la Casa de las Artesanías de la ciudad de Toluca, en donde regalaba sus creaciones en madera a los visitantes. Más tarde se independizó, pero continuó realizando arte en madera, aunque esta vez enfocándose a construir molinillos con diseños originales y exclusivos para gente del espectáculo y la política nacional e internacional.





Ha participado con el Museo de Artes Populares, en el Centro Cultural Mexiquense, en los “Talleres Gremiales de la Nueva España”, con la donación de una colección de molinillos de madera.

A sus 58 años la vida le ha enseñado que no es fácil dar a conocer el talento, pues ha enfrentado todo tipo de obstáculos, como padecer problemas de presión arterial a causa de la diabetes.

“Doy gracias a Dios por permitirme seguir viviendo y haciendo lo que me apasiona”, señala don Juan.



Con solo dos tornos, es capaz de improvisar el trabajo que se realiza con una sierra, un taladro y una lijadora. Los molinillos nacen de una mezcla entre madera de pino y aile, se tornean a gran velocidad para que el quemado sea uniforme, después se desmonta con la intención de hacer la decoración a mano y finalmente se hacen los cortes, colocando el nombre del propietario para personalizar la artesanía.

Los molinillos tienen un costo que va de los 50 pesos hasta los 2 mil pesos, dependiendo el tamaño y el número de detalles que se le coloquen; don Juan tarda hasta dos días en terminar una pieza grande. Cada trozo de madera, se aprovecha al máximo, incluso de pequeños tramos ha conseguido crear baleros, plumas y hasta botones que forman parte de su nuevo proyecto como artesano.







Gracias a su ingenio, don Juan ha destacado su trabajo, una muestra de ello es la colaboración que realiza desde septiembre de 2011 con la diseñadora mexicana Carla Fernández, para crear brazaletes, pulseras, anillos, botones, tacones para zapatos y otros artículos que ya forman parte de la industria de la moda, incursionando con exportaciones al mercado de Inglaterra, a donde jamás imaginó llegar.



Sin embargo, a don Juan le preocupa que su actividad se extinga debido a que ningún miembro de su familia desea continuar con el oficio, por lo que tiene el deseo de impartir cursos para que su conocimiento trascienda.

Después de 43 años de experiencia, su reto sigue siendo mejorar el trabajo y parte de ello es lograr registrar su trabajo a través de una marca que evitaría el plagio de sus obras y diseños, así como poder tomar un curso para perfeccionar su técnica en el trabajo con madera.

“Uno de mis mayores sueños es que se obsequien molinillos de madera hechos por mí a mandatarios que puedan apoyar el trabajo que realizan los artesanos”.



# El gobierno estatal firma convenios con la UAEM

*Se impulsa la modernización de la infraestructura vial, así como la capacitación de servidores públicos*

**E**l Gobernador del Estado de México atestiguó la firma de un convenio de colaboración entre la Secretaría de Comunicaciones y la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM), para contribuir a modernizar la infraestructura carretera y vial en la entidad, y otro entre el Instituto Hacendario estatal (IHAEM) y la UAEM, para capacitar y actualizar a servidores públicos estatales y municipales en hacienda pública y desarrollo.

El mandatario estatal precisó que con el acuerdo entre la UAEM y la Secretaría de Comunicaciones se implementará un Plan de Reordenamiento Vial, en beneficio de la población de 22 municipios.

Reunidos en el Salón del Pueblo del Palacio del Poder Ejecutivo, el mandatario mexiquense puntualizó que el propósito del convenio entre el IHAEM y la UAEM es capacitar a más de 5 mil servidores públicos estatales, además de presidentes municipales, síndicos y tesoreros, con el propósito de brindar un mejor servicio a la población.

Para ello se impartirán la maestría en hacienda pública, diplomados en el ámbito municipal y en cooperación internacional, así como en gestión de proyectos para el desarrollo local.

El Titular del Ejecutivo mexiquense destacó, por otro lado, que se tienen listos recursos tanto de la administración estatal como de la Máxima Casa de Estudios de la entidad, para iniciar la construcción de una Facultad de Medicina en Chimalhuacán, así como planteles universitarios en Acolman y Tlalnepantla.

En presencia de los secretarios de Comunicaciones y Finanzas, Apolinar Mena Vargas y Raúl Murrieta Cummings, respectivamente, informó que también se construirá el edificio



de la Universidad Mexiquense del Bicentenario de Ecatepec, ya que por el momento esta institución ofrece sus servicios en una sede alterna.

Raúl Murrieta destacó que el Consejo Nacional de Armonización Contable ubica al Estado de México como la única entidad en el país que ha avanzado en la Armonización Contable en los tres ámbitos de gobierno, lo que significa transparencia en el manejo de información.

Eduardo Gasca, Rector de la UAEM, agradeció la disposición del gobierno estatal para que esa universidad participe de forma activa en la solución de los problemas más sentidos de los mexiquenses.

**Fuente:** Coordinación General de Comunicación Social.



Con el objetivo de erradicar el trabajo infantil, el Gobierno del Estado de México signó un convenio de colaboración con la Fundación Telefónica México Asociación Civil, a través del cual se creará la Comisión Mixta para la Instrumentación de Políticas Públicas, cuya misión es generar acciones de protección a los derechos humanos de los niños y adolescentes de la entidad, además de dar atención a 5 mil infantes mexiquenses que trabajan, mediante un modelo socio-educativo.

Cruz Juvenal Roa Sánchez, Secretario del Trabajo, indicó que esta problemática es la mayor expresión de la injusticia social y que por ello la presente administración estatal ve en la educación y atención de la niñez una responsabilidad fundamental, que busca consolidar un gobierno solidario con la población. Por tal motivo, agregó, se promueve:

- Una mayor cobertura de programas de becas para alumnos de escasos recursos, para propiciar la permanencia escolar.
- Entrega de útiles escolares y apoyos para cubrir necesidades básicas alimentarias y de salud.
- Programas de inserción y desarrollo laboral para padres de familia.
- Alianzas estratégicas con los sectores público, social y privado.

En el Salón del Pueblo del Palacio del Poder Ejecutivo, Cruz Roa señaló que el gobierno estatal implementa una política social que focaliza sus programas a sectores de la población, que por sus características requieren una mayor atención para facilitar su acceso a las oportunidades que generan desarrollo humano, como los niños y jóvenes en situación de vulnerabilidad.

Giovanna Bruni, Directora Ejecutiva de Fundación Telefónica México Asociación Civil, detalló que dicha institución centra su labor social en el acceso a la educación de los menores, a fin de erradicar la problemática del trabajo infantil, vinculando a su vez, el desarrollo integral de los infantes a través de talleres, becas y atención psicopedagógica, así como del uso de tecnologías de la información y comunicación como herramientas para el aprendizaje.

**Fuente:** Coordinación General de Comunicación Social.

## Firma convenio para erradicar el trabajo infantil Promueve el gobierno estatal la protección de los niños mexiquenses



### Menores en riesgo

- En el mundo existen 215 millones de niños que trabajan para sobrevivir.
- La Fundación Telefónica tiene presencia en 13 países de América Latina y en México ayuda a 30 mil niños de 16 estados, en 179 escuelas públicas, dos campos jornaleros agrícolas y un Centro de Atención.



Yoga, equilibrio para la paz y la salud

# Mente sana en cuerpo sano

*Realizar actividades complementarias que ayuden al desarrollo físico y mental parece que se ha convertido en una moda, pero para los expertos no es algo pasajero sino un estilo de vida*

La Organización Mundial de la Salud (OMS) dio a conocer que el 80% de las enfermedades provienen de nuestro estilo de vida, considerando que un gran número de personas trabaja largas jornadas dentro de oficinas, en donde la mayor parte del día permanecen sentados, bajo una carga de estrés y presión que afecta su vida laboral y personal.

Actualmente realizar actividades complementarias que ayuden al desarrollo físico y mental del individuo tal parece que se ha convertido en una moda, pero para los expertos no se trata de algo pasajero sino de un estilo de vida.

El yoga es el conjunto de técnicas que están hechas para alcanzar el desarrollo

dirigido a tres puntos fundamentales del ser humano: cuerpo, mente y espíritu. Por medio de la práctica se pretende, a nivel físico, buscar que el cuerpo se fortalezca y sea más flexible, al trabajar todos los sistemas: digestivo, respiratorio, circulatorio, entre otros, para que tengan un funcionamiento óptimo.

La maestra de yoga Milene Flores, cuenta que ha ocurrido un movimiento muy interesante en donde las personas se han acercado a esta disciplina por curiosidad y que al final la han adoptado como un modo de vida.

Es importante aclarar que el yoga no es una religión, pero con el desarrollo de ejercicios puede ser que se despierte

el interés espiritual. “Te comienzas a preguntar ¿quién eres tú?, ¿qué rol desempeñas en la sociedad? y ¿qué haces aquí?”, señala.

En tanto, el maestro de yoga Seva Sing afirma que la base de esta disciplina es la unión por medio del desarrollo espiritual, en donde adquirimos paz en la mente y salud en nuestro cuerpo, apoyado en un proceso interno que da el resultado requerido. “No son sólo posturas complicadas, ya que si fuera así los acróbatas de circos serían grandes yoguis. La postura es sólo un medio para alcanzar un estado, es el camino para sanarte en donde se confrontan tu ego y tú para depurar la parte negativa”, explica.





### **El poder de las endorfinas**

En la opinión del doctor Óscar Vivanco Dávila, Jefe de Servicios de Ortopedia y Traumatología de la Policlínica “Juan Fernández Albarrán”, del Instituto de Seguridad Social del Estado de México y Municipios, el yoga es una disciplina y deporte de bajo impacto, el cual beneficia el tono muscular, ayuda a fortalecer músculos en zonas como espalda, cuello, brazos y piernas sin someter a estrés postraumático a las articulaciones.

Para Seva Sing, el yoga se resume a un trabajo interno con tu Yo interior, el enfrentamiento entre la mente y el espíritu en donde encuentras que tú eres ese espíritu y la mente es sólo una herramienta que te puede ayudar a lograr el equilibrio con el poder de cambiar tu vida.

De igual forma, el doctor Vivanco asegura que no importa la edad, condición física e incluso restricciones motrices, como la falta de una pierna para hacer este ejercicio, ya que durante su desarrollo se producen endorfinas, que a nivel cerebral son el mejor analgésico. Asimismo, al fortalecer el músculo hay equilibrio de las bandas de tensión en las articulaciones.





Cabe añadir que mucha gente cree que entre más tiempo realiza un ejercicio más rápido obtendrá resultados, aunque para obtener un beneficio a largo plazo lo que realmente importa es la constancia con la que se práctica la actividad, aparte de individualizar el ejercicio, porque en algunas posturas en las que se sostiene el peso del cuerpo con la espalda o cuello se puede perder el control o exagerar la posición provocando lesiones temporales.

Sin embargo, los efectos en su gran mayoría son positivos, declara el doctor Vivanco, realizarlo a diario depende del estado físico de quien lo práctica, ya que podría provocar fatiga muscular.

Por ejemplo, una sesión de Kundalini Yoga consiste en una entonación, respiración controlada, calentamiento, serie de posturas, relajación y meditación.

## Conceptos básicos

### Pranayama (control de la respiración):

es la energía que viaja en el aire, lo que tomamos cuando respiramos, una herramienta para controlar tu mente; ayuda a quitarte cargas y problemas acumulados a lo largo del día o las semanas, quita cargas emocionales negativas.

**Manejo de energía:** se obtiene combinando ejercicios y respiración, posturas de manos y piernas con el manejo de chakras.

**Meditación:** se lleva a cabo en postura firme a través de mantras, que son palabras en un idioma especial para comunicarse con el infinito.

### Al practicar yoga por primera vez debes considerar:

**Maestro/Guía:** debe ser una persona seria, averiguar qué tipo de yoga hace, dónde estudió y si cuenta con experiencia.

**Tipo de yoga:** investigar que sea una línea de yoga tradicional con varios años de estar establecida y que funcione, porque las nuevas tendencias no siempre tienen buenos resultados y atentan contra el bienestar de la persona, informarte permitirá saber si es para ti o no.

**Asanas (posturas):** hacer las posturas que indique el maestro lo mejor posible, respetando tu condición física y tomando en cuenta las limitaciones físicas del cuerpo; escuchar tu cuerpo, sufrir una lesión es responsabilidad del maestro y del alumno.

### En qué aspectos te beneficia hacer yoga:

- Neutraliza las emociones, lo que te permite vivir el día a día y cada momento.
- Es la técnica que te mantiene sano física, mental y espiritualmente.
- Revitaliza el cuerpo y equilibra conductas.
- Reafirma valores humanos.

### En tanto, el llamado yoga empresarial te ayuda de la siguiente forma:

- Se aprende a manejar los síntomas de estrés.
- Mejora la postura corporal y mental.
- Motiva la productividad, concentración, creatividad, energía y eficiencia.
- Disminuye y previene enfermedades, reduciendo el ausentismo.
- Mejora el clima laboral, la actitud y motivación en el trabajo.
- Ayuda a disminuir el insomnio, la ansiedad, colitis, gastritis, entre otros.

### Fuentes:

Dr. Oscar Gabriel Vivanco Dávila, Jefe de Servicios de Ortopedia y Traumatología de la Policlínica "Juan Fernández Albarrán".  
Instituto Mexicano del Yoga: [www.yoga.com.mx](http://www.yoga.com.mx).



## Ejercicios para manejo de emociones en el trabajo

**Sitali Pranayama:** Inhalar profundamente a través de la boca con la lengua en forma de taquito y exhalar a través de la nariz, continuar por tres minutos. Esta respiración es muy efectiva en casos de indigestión, náusea, mareo, enojo y calor.

Levanta los hombros mientras inhala por nariz y exhala cuando bajas los hombros.

Realizar amplios círculos con la cabeza; hacia delante la barbilla toca el pecho, con las orejas se tocan hombros y hacia atrás se deja caer la nuca.

Con las yemas de los dedos se tocan los hombros, inhala girando a la izquierda únicamente el tronco y se exhala girando el tronco a la derecha durante tres minutos.

**El martillo:** Se estiran los brazos al frente y entrelazan las manos subiendo y bajando los brazos simulando el movimiento de un martillo; es ideal para sacar el enojo.

**NOTA:** Todos los ejercicios se hacen sentados, con la columna derecha y pies bien apoyados en el piso.

**Relajación profunda de la columna vertebral:** Sentado en la orilla de la silla, mantén las piernas abiertas y los pies bien plantados en el piso. Realiza una inhalación profunda y cuando soltemos el aire dejamos caer todo el tronco hacia el suelo de tal forma que la cabeza queda entre las piernas y las manos alcanzan a rozar los talones de los pies, en esta posición extendemos toda la columna, la relajamos, aflojamos los hombros y abrimos un nuevo espacio entre la base de la nuca y el cuello. Esta postura masajea profundamente el vientre y nos ayuda a respirar desde el fondo del abdomen. Mantener el tiempo que uno guste, pero con un mínimo de 30 segundos de duración.

**Descanso con extensión de la columna:** Procuraremos colocar la frente apoyada en los brazos entrelazados. Respirar muy lentamente y con toda profundidad. También es muy recomendable en cualquier momento del día en el que nos sintamos fatigados y en especial cuando nos sentimos con dolor de cabeza. Practica estas dos ásanas antes de la comida. Te ayudan a liberar aire de los intestinos, a mejorar la digestión y le dan un poco de tono muscular a las paredes abdominales. Esto te ayudará a moderar tu ingestión de comida.

**Ustrasana o postura de camello:** Esta es una versión modificada, siéntate en la orilla de tu silla. Alarga tu abdomen y espalda. Junta tus pies y rodillas. Si puedes quítate los zapatos. Si eres hombre desabróchate la corbata y aflójala. Abre el pecho llevándolo hacia adelante y echando los hombros hacia atrás. Estira tus brazos al frente y pon tus manos con las palmas hacia abajo sobre tu escritorio o sobre tus muslos y de ahí llévalos en un largo círculo hacia arriba y hacia atrás hasta que lleguen al respaldo de tu silla. Al tomarte del respaldo jala con tus brazos para que los hombros se estiren, tu pecho se abra y tus omóplatos se acerquen. Lleva tu vista hacia arriba e inhala y exhala lento y profundo. Relaja tu cuello y tu músculo trapecio. Haz esta ásana por 9 o 18 respiraciones completas.

### Fuentes:

Maestro Seva Sing, Certificado por la Asociación Internacional de Maestros de Kundalini Yoga (IKYTA) Centro de Yoga Baba Siri Chand ([www.yogametepec.weds.com](http://www.yogametepec.weds.com)) [722]599 3569.  
Maestra Milene Flores, Narayan Yoga Studio ([info@narayan.com.mx](mailto:info@narayan.com.mx)) [722]280 4898.



# Colabora la UNAM en la capacitación de servidores públicos mexiquenses



**E**n presencia de servidores públicos de la Secretaría de Educación del Gobierno del Estado de México se llevó a cabo el inicio del **Programa de Profesionalización y Fomento a la Vinculación Efectiva entre la Academia y los Sectores Productivo y Social 2012**, para Servidores Públicos de la Secretaría de Educación.

El programa pretende que los servidores públicos de las instituciones de educación media superior y superior, mediante una capacitación eficaz, logren vincular, crear y fortalecer las alianzas entre los sectores educativo, productivo y social de forma exitosa, con temas como tecnología e innovación y la aplicación de un sistema dual en el servicio social que beneficiará a estudiantes y empresas.

Este programa forma parte del convenio de apoyo y colaboración que la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y el Gobierno del Estado de México suscribieron en 2008 en materia de enseñanza, capacitación, investigación y asistencia técnica y administrativa.

Mario Alberto Quezada Aranda, Subsecretario de Administración, destacó que el sentido de pertenencia y compromiso del servidor público permite fortalecer la profesionalización

para construir un Estado Progresista, por lo que el conocimiento que se adquiera con este programa será en beneficio de un mejor desempeño profesional aunado a los aspectos relacionados con la eficiencia, la eficacia para mejorar la calidad de vida de los mexiquenses.

En tanto, Ernesto Millán Juárez, Subsecretario de Educación Media Superior y Superior, explicó que el sistema dual busca que los jóvenes involucrados en temas de ingeniería puedan colaborar con las empresas a través de becas que les permitirán aprender de forma práctica y teórica, así como contar con un apoyo económico con la posibilidad de colocarse dentro de la empresa.

Arámburo de la Hoz, Coordinador de Investigación Científica de la UNAM, informó que esa casa de estudios impartirá un coloquio que incluirá diplomados en gestión de la vinculación de las instituciones de educación con el sector productivo y con el sector social. Además de cursos-taller sobre administración de proyectos.

Juan Carlos Garduño Gamboa, Director General del Instituto de Profesionalización de los Servidores Públicos del Poder Ejecutivo del Gobierno del Estado de México, comentó que la profesionalización de los servidores públicos es incluyente de conocimientos y valores humanos, ya que son elementos fundamentales para fortalecer el capital humano con que cuenta la administración pública.

Al acto realizado en el Instituto de Profesionalización de los Servidores Públicos del Poder Ejecutivo del Gobierno del Estado de México, acudieron también José Luis Solleiro Rebolledo, Coordinador del Programa de Profesionalización 2012 de la UNAM, Elías Micha Zaga, Director General del Consejo Mexiquense de Ciencia y Tecnología, Cristina Gaytán Vargas, Coordinadora Estatal de Vinculación y Servicio Social de la Secretaría de Educación, Héctor Osvaldo Muñoz Oscos, Director General de Educación Superior, Jorge Alejandro Neyra González, Director General de Educación Media Superior y Carlos Alberto Acra Alva, Vocal Ejecutivo del Instituto Hacendario del Estado de México.

**Fuente:**

Instituto de Profesionalización de los Servidores Públicos del Poder Ejecutivo del Estado de México.





# Acciones para prevenir inundaciones en el Estado de México

El Gobernador del Estado de México puso en operación los equipos de trabajo de los **Programas Tláloc y Permanente Contra Inundaciones 2012**, que fueron reforzados con 93 millones de pesos invertidos en la adquisición y mantenimiento de maquinaria, para prevenir o atender problemas por las lluvias en la entidad.

- El Grupo Tláloc, conformado por 494 personas, cuenta con 273 equipos para enfrentar inundaciones o encharcamientos, se compraron 32 más y se contrató personal operativo adicional.
- Y a los equipos que se tenían se agregaron dos retroexcavadoras, cuatro camiones presión-succión (tipo vector), 18 camiones cisterna y ocho malacates motorizados.
- La maquinaria utilizada en los **Programas Tláloc y Permanente Contra Inundaciones 2012** está integrado por camiones de volteo, tipo vector, cisternas, retroexcavadoras, mini cargadores, montacargas, equipos de bombeo y motocicletas, entre otros.
- Al Grupo Tláloc se suman dos contingentes: el de Supervisión, Vigilancia, Información y Alerta Temprana, integrado por 60 personas, y el de Atención a la Ciudadanía, en el que participan 434 elementos (entre personal técnico y operativo), distribuidos en cinco Centros de Atención a Emergencias y tres Centros de Atención y Vigilancia, en toda la entidad.
- Se instalaron 17 campamentos (seis en Ecatepec y 11 en Nezahualcóyotl) para atender contingencias en los 219 sitios detectados en los que se presentan problemas de inundación o encharcamientos importantes.
- Previo a la temporada de lluvias, y para permitir el adecuado desalojo de aguas residuales y pluviales, la Comisión del Agua del Estado de México (CAEM) desazolvó mil 447 kilómetros de atarjeas y colectores (equivalente a la distancia entre la Ciudad de México y Guatemala), y limpió 12 kilómetros de canales a cielo abierto y barrancas.
- Se instaló un Sistema de Regletas Automatizado en seis cauces de ríos y vasos para detectar el incremento en los niveles de agua, información que permite al Grupo Tláloc y a las autoridades estatales y municipales de prevención, activar los protocolos establecidos para este tipo de casos, la CAEM genera alarmas clasificadas para la atención inmediata de las contingencias.
- Los puntos donde se colocaron estos sistemas de monitoreo son: en Ecatepec, la confluencia del Gran Canal y Río de los Remedios y en el Dren General del Valle y Río de los Remedios, en la planta de bombeo Casa Colorada; en Nezahualcóyotl, en el Dren Xochiaca, donde descarga la planta de bombeo Maravillas, frente a la colonia El Sol; en el Vaso del Cristo, en el Río San Javier y Emisor Poniente, en Tlalnepantla, y en el Canal General, en las inmediaciones de la Planta Bombeo No. 2, en Valle de Chalco.

Fuente: Coordinación General de Comunicación Social.



# Un descuido puede provocar un incendio forestal

**E**n lo que va del año en el Estado de México se han registrado 866 incendios forestales, con una superficie afectada de 2,306 hectáreas (has), de las cuales 2,119 (91.9%) son de arbusto y pastizal, 167.45 (7.3%) renuevo de pino y solamente 19.30 (0.8%) de arbolado adulto.

Cabe señalar que en 2011, durante la época de estiaje, la entidad mexiquense registró un total de 2,419 incendios forestales, de los cuales 895.73 fueron de renuevo de pino, 100 has de arbolado adulto, 4,960.24 has de arbusto y 3,327.88 has de pasto, en total 9,283.85 has, con un índice de afectación de 3.84 por has, muy por debajo de la media nacional, que es de 19 has afectadas por incendio.

Gracias a las acciones coordinadas que lleva a cabo el Comité de Protección Forestal en los meses previos a la época de secas, integrado por organismos estatales, federales y municipales, el porcentaje de superficie afectada por hectárea es menor comparada con el número de incendios registrados.

Durante las reuniones del Comité se establecen diversas estrategias preventivas, tales como una campaña de sensibilización ciudadana, la participación de los ayuntamientos en acciones de protección contra incendios forestales, de acuerdo con la Ley General de Desarrollo Forestal Sustentable, así como la capacitación e integración de grupos voluntarios para la prevención, detección y combate de incendios forestales.

*Es importante que la sociedad tome conciencia del daño ambiental que produce el fuego en los bosques, el cual se refleja en la disminución de las recargas en los mantos freáticos*



En este 2012 se ha registrado un 50% menos de daños a las áreas forestales, respecto a otros años, ya que en esta misma fecha en 2009 hubo una afectación de 5,163 hectáreas; en 2008, 5,101 has y en 2006, 6,878 has afectadas, por mencionar algunos, mientras que en 2012 existe una afectación de 2,056 has.

En cuanto al tiempo de arribo al incendio, la entidad mexicana tiene un tiempo promedio de 32 minutos mientras la media nacional es de más de una hora; el tiempo de combate es de 2 horas con 46 minutos y la media nacional es de 10 horas; lo cual refleja la infraestructura con que cuenta la entidad para combatir los incendios forestales.

Previo al inicio de la temporada de estiaje, las brigadas de combatientes se preparan a través de cursos de capacitación para atender los incendios forestales que pudieran presentarse.

Estas prácticas son una de las principales causas de un importante número de incendios forestales, ya que quienes

quemar los pastizales no establecen ningún mecanismo de control y, en algunos casos, el fuego se extiende invadiendo zonas boscosas, mermando los servicios ambientales que benefician tanto a la población del Estado de México como a la del Distrito Federal.

Es importante que la sociedad tome conciencia del daño ambiental que produce el fuego en los bosques, el cual se refleja en la disminución de las recargas en los mantos freáticos que dejan de captar agua debido a un mayor escurrimiento por las lluvias que al buscar un cauce, terminan por provocar severas inundaciones.

Para reportar incendios forestales la Secretaría del Medio Ambiente, a través de la Protectora de Bosques del Estado de México, pone a disposición de la ciudadanía la línea gratuita 01 800 590 17 00, que funciona las 24 horas, los 365 días del año.

**Fuente:** Protectora de Bosques del Estado de México.





# Especies en peligro de extinción en México

*La presencia del hombre y sus actividades no han respetado las leyes básicas de convivencia que la naturaleza impone a sus inquilinos, esto modifica sus hábitats y causa la extinción de numerosas especies*

- En la República Mexicana son más de 600 especies que están en “categoría de riesgo”, es decir en peligro de extinción o se ven amenazadas en desaparecer en el mediano o corto plazo si siguen operando los factores que inciden negativamente en su viabilidad, al ocasionar el deterioro o modificación de su hábitat.
- En la última década, las especies en peligro de extinción en México han aumentado un 25%, lo que sitúa al país en segundo lugar mundial con especies en riesgo latente.
- El 10% de todas las especies vivas del mundo pueden encontrarse en México, convirtiéndose en uno de los países con mayor biodiversidad en el mundo. Cuenta con 64,878 especies conocidas y más de 900 especies endémicas; es decir, exclusivas del territorio nacional,
- Con la publicación de la Norma Oficial Mexicana 059 de la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales para 2010, el gobierno mexicano reconoció que hay 71 nuevas especies y subespecies en “categoría de riesgo”.
- La NOM son las regulaciones técnicas que contienen la información, requisitos, especificaciones, procedimientos que permiten a las instancias de gobierno fijar parámetros evaluables para evitar



riesgos a la población, a los animales y al medio ambiente.

- Hace 10 años, en México se consideraban a 41 especies como “posiblemente extintas”, pero para 2010, esa cifra aumentó a 49.
- Las áreas con más especies amenazadas son la Sierra de Juárez con 22 y los volcanes de Veracruz con 16.
- De la gran diversidad de especies que hay en México éstas son algunas de las que corren riesgo: águila real, ajolote, armadillo de cola desnuda, cocodrilo americano, guacamayo verde, hurón de pies negros, jaguar, lobo gris mexicano, lobo rojo, mapache de Cozumel, liebre de Tehuantepec, mapache de las Tres Marías, perrito llanero mexicano, tapir, tiburón ballena, entre otras.
- También es el caso del mono araña, el cual se le localiza en los bosques tropicales, selvas altas y medianas de Veracruz, los manglares de Chiapas y parte de Yucatán.

**Fuentes:**

Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales.  
Norma Oficial Mexicana NOM-059-SEMARNAT-2010,  
Protección ambiental-Especies nativas de México de  
flora y fauna silvestres.  
Instituto de Ecología de la Universidad Nacional  
Autónoma de México.



# Mantente alerta en vacaciones

**M**uchas veces, por estar en un ambiente más relajado, en período vacacional bajamos la guardia en cuestión de prevención y nos convertimos en blanco perfecto de la delincuencia.

Por consiguiente en esta ocasión, queremos proporcionarte información que estamos seguros contribuirá a que tu experiencia de viaje sea tal cual la planeaste.

## En todo momento:

- Procura no utilizar ropa ni joyería ostentosas.
- No dejes solos a tus hijos.
- Guarda tu pasaporte cuidadosamente, evita llevarlo en maletas o mochilas.
- En caso de perder tu pasaporte, ponte en contacto con la Embajada o el Consulado más cercano.

## En el hotel:

- Identifica dónde se encuentran las salidas de emergencias y la ruta más corta para llegar a las escaleras o los elevadores.
- Utiliza la mirilla de la puerta de la habitación para identificar a las personas que tocan.
- Siempre pon todos los seguros que están en las puertas de las habitaciones.

- Si recibes una llamada informando que debes salir de tu habitación de emergencia, cuelga y marca el número de la recepción para verificar.
- Si eres una mujer que viaja sola, evita alojarte en los pisos inferiores.
- Si no has hecho alguna solicitud a los miembros del hotel y alguien toca a tu habitación argumentando que es un empleado antes de abrir, habla a recepción para verificar el motivo de la visita.
- Reporta cualquier actividad sospechosa en la recepción del hotel.

## En el auto:

- No dejes a la vista mapas o información del destino turístico ya que se puede dar por hecho que no conoces la zona.
- Si te pierdes manejando, detente, ubícate y planea la ruta; en caso de que debas preguntar procura hacerlo en lugares bien iluminados.

## En terminales de autobuses y aeroportuarias:

- No dejes desatendido tu equipaje.
- No aceptes transportar bultos de personas desconocidas.

- Si necesitas acudir a una casa de cambio dentro de estos espacios, de preferencia hazlo acompañado y trata de observar que alrededor no haya personas sospechosas hablando por celular; de ser así, acude al módulo de seguridad a dar parte.
- Si una persona se acerca y te comenta que se acaba de encontrar un rollo con billetes y te lo muestra, aléjate y denúncialo es muy probable que se trate de una estafa.
- Si necesitas abordar un taxi, hazlo en los autorizados por el aeropuerto o la terminal.

Esperamos que con estos consejos, tus vacaciones se conviertan en inolvidables por los gratos momentos que pasaste.

**PGJEM: 01 800 70 28 770**

**01 800 39 80 77 406 (Denuncia exprés)**

**Atención a Víctimas del Delito:**

**(722) 1 99 72 84 y 1 99 72 85**

**Instituto de Prevención del Delito del**

**Estado de México:**

**(722) 1 99 56 32 y 1 99 53 41**

**[www.edomex.gob.mx/ipd](http://www.edomex.gob.mx/ipd)**

**[ipd@edomex.gob.mx](mailto:ipd@edomex.gob.mx)**

**Fuente:** Instituto de Prevención del Delito del Estado de México.

