

Año 32, Marzo, 2019
No. 638
Costo \$10.00

Revista Plural hecha por Periodistas Singulares

AGORA

mexiquense



COVID-19
NUEVO JINETE DEL APOCALIPSIS
¿COMO PODEMOS DERROTARLO?

DIÁLOGO
CAMINO PARA RESOLVER CONFLICTO EN LA UAEM

¿Cómo proteger a los adultos mayores del coronavirus?



Las personas mayores de 60 años son más vulnerables al Covid-19, es por eso que:

- No deben realizar viajes no esenciales.
- Deben evitar las multitudes.
- Desinfecta los objetos que utilizan.
- Si convives a diario con ellos, usa cubrebocas y lávate las manos.
- Si viven solos, llévalos provisiones para evitar que salgan a la calle.
- Si viven en una residencia para adultos mayores, no los visites, pero llámalos por teléfono.
- Si tienen una enfermedad crónica, hay que ponerse en contacto con su médico.

Contenido

FELISABELL HOLTEN
LA NORMALIZACIÓN DE LA VIOLENCIA 4

MARY CRUZ GONZÁLEZ MACEDO
REVELACIÓN: 4 JINETES,
VERDAD DE PESADILLA... 8

EDUARDO GARDUÑO CAMPA
CANALES DE DIÁLOGO. EL CAMINO PARA
SOLUCIONAR LA CRISIS UNIVERSITARIA 11

EL PARTENÓN
PANDEMIA: QUÉ ES Y QUÉ DEBES HACER
ANTE EL CORONAVIRUS COVID-19 I

RAÚL TIRADO ORTEGA
GILBERTO NAVARRO CAMACHO
EL RINCÓN DE LAS MUSAS 18

JORGE HERNÁNDEZ OCHOA
LOS PROBLEMAS DE LAS MUJERES...
SON COSAS DE HOMBRES 20

EDICIÓN
637

Marzo 31, 2020



¡Adquiera su revista en puestos de periódicos!

Directorio

Lic. Felipe Pérez Ávila

Director Editor

(Miembro activo de la Asociación de Periodistas del Valle de Toluca)

Lic. Eder Pérez Hernández

Director Adjunto

Ing. Fabricio Pérez Hernández

Director

Diseño: L.D.G. José Antonio Vega Salazar

Responsables de impresión y acabados: Rafael Ayala / Fernando González M./ Luis I. Conrado Sánchez

Oficinas y talleres: Priv. de Hidalgo No. 6, Santiago Miltepec, Toluca, México. Tel.: 272 74 30 / 918 39 15
Correo electrónico: ahora_revista@yahoo.com.mx

Registrada ante la Dirección General del Derecho de Autor, según consta en el número de oficio 206/98.352.
Renovación de la Reserva de Derechos al uso Exclusivo No. 04-2007-020614502500-102. Certificado de
Licitud de Título 4258, Certificado de Licitud de Contenido 3469, Expediente 1/4 32°89°/6222.

La normalización de la violencia

Por Felisabell Holten



Bienvenido a otra edición de *Ágora*. Hoy daré continuidad a mi artículo anterior sobre la normalidad, puntualmente, a en lo que se refiere a la normalización y a los peligros que encierra caer en esta práctica de pensamiento y acción.

Ya hemos apuntado anteriormente que la normalidad depende, entre otros aspectos, de la continuidad con que un hecho sucede. La fuerza de la repetición nos hace creer que algo es normal, al grado de pensarlo como natural e incluso (y aquí vale la pena ser muy cuidadosos) benigno, deseable.

Toca pues el momento de hablar de uno de los sucesos más cotidianos, pero no por ello menos lamentables: la violencia.

El instinto de muerte y destrucción es inherente al ser humano, como ya hace varias décadas lo había escrito el gran Sigmund Freud, en cuya teoría de la personalidad el elemento de thanatos nos inclina hacia el lado oscuro del ser humano.

En nuestros días, las fuerzas de thanatos se han vuelto el pan de cada día, y la sangre corre por noticieros, lo mismo que por redes sociales,

videojuegos y, por supuesto, la poderosa y lucrativa industria del cine. Estamos acostumbrados a la violencia.

En los libros de Cívica de Educación Básica se hallan montones de páginas sobre pequeñas teorías sobre la violencia y su clasificación, que pretenden adiestrar a las nuevas generaciones sobre los tipos de agresiones y sus consecuencias físicas y psicológicas.

Hay, también, una súper abundancia de instituciones contra la violencia, especial y persistentemente dedicadas a mujeres, donde el feminicidio se ha vuelto el centro de atención, descuidando, me parece, otros crímenes igualmente importantes contra humanos en general.

Vivimos, pues entre balazos y descuartizados, y ya no resulta novedoso (menos aún indignante) escuchar los detalles amarillistas de los más groseros crímenes. Y creo que la expansión de esta oleada roja se debe, en muy buena medida, al papel de los medios de comunicación, que lucran constantemente con el morbo de las personas y, con sus reportajes melodramáticos, hacen de historias singulares dramas generales. Por supuesto, el cine también colabora a la normalización de la violencia, con su oferta cinematográfica plagada de combates, guerras, crímenes, persecuciones. Todo vende. Y el problema es que ya no nos crispa la piel escuchar atrocidades. La repetición está creando desensibilización.

¿Y dónde está la raíz de la violencia? Considero que en la desintegración familiar, la indignante repartición de la riqueza con su desigualdad de oportunidades, la educación. Y esos, precisamente, deberían ser los temas más analizados por la población y por los medios. Nos estamos acostumbrando a la violencia, y no hay cosa más peligrosa que esa.



UAEM denunciará también a nivel federal hechos violentos de marcha

- *El abogado general de la UAEM, Luis Raúl Ortiz Ramírez, destacó que no es una denuncia contra de los paristas, que no creemos que hayan sido quienes hicieron esto, pero sí contra quienes deliberadamente causaron daños personales y materiales*

La Universidad Autónoma del Estado de México denunció ante la Fiscalía General de Justicia de la entidad (FGJEM), y lo hará ante el Ministerio Público Federal, los hechos violentos ocurridos durante la marcha de paristas del pasado 19 de marzo, cuando algunos participantes en ella ejercieron violencia contra trabajadores universitarios que se encontraban en los edificios de Rectoría y Administrativo y ocasionaron cuantiosos daños en estos y otros espacios de la institución.

El abogado general de la UAEM, Luis Raúl Ortiz Ramírez, informó que con el aval del H. Consejo Universitario, máximo órgano de gobierno de la institución, ante la FGJEM ya se presentó la denuncia por daño en bienes, que se ampliará por daño a la integridad física, psicológica y emocional de los trabajadores que se encontraban laborando al interior de los espacios universitarios en el momento de la agresión.

La Fiscalía, precisó, ya realizó las diligencias correspondientes, a través de sus peritos, para valuar los daños materiales y se contará con un dictamen final la próxima semana.

“Se realizó un trabajo conjunto con la Fiscalía, a través de las secretarías de Difusión Cultural y Administración de la UAEM, con la finalidad de tener en breve una evaluación precisa y objetiva de los daños materiales”.

Son montos considerables, advirtió, sobre todo si se considera que el edificio es parte del Catálogo Nacional de Monumentos Históricos Inmuebles del Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH), lo cual es una agravante y por lo que quizá sea necesario denunciar ante el ministerio





público federal.

Aunado a ello, dijo, tenemos denuncias por violencia psicológica y emocional por parte de algunos universitarios, las cuales, en los próximos días, sumaremos a la denuncia que ya hicimos, a través de un mecanismo de ley que se llama ampliación de declaración; incluso, hay universitarios que denunciaron daño físico, que presentaron crisis nerviosa. Todo esto se va a documentar y presentar ante la Fiscalía en los próximos días.

“También en vía de ampliación de declaración, en un acto posterior identificaremos a las personas que participaron en los actos de violencia contra la institución y las personas que trabajamos en ella”.

La identificación de los personajes que participaron en los desmanes, indicó, se realiza mediante los señalamientos que

hace la propia comunidad universitaria, así como las imágenes de cámaras de la institución, videos tomados por la gente en la calle y representantes de los medios de comunicación, que incluso, realizaron transmisiones en vivo de los hechos.

El servidor universitario manifestó que con las identificaciones específicas y el daño total, la Fiscalía General de Justicia de la entidad tendrá los elementos para establecer las responsabilidades que conforme a derecho correspondan.

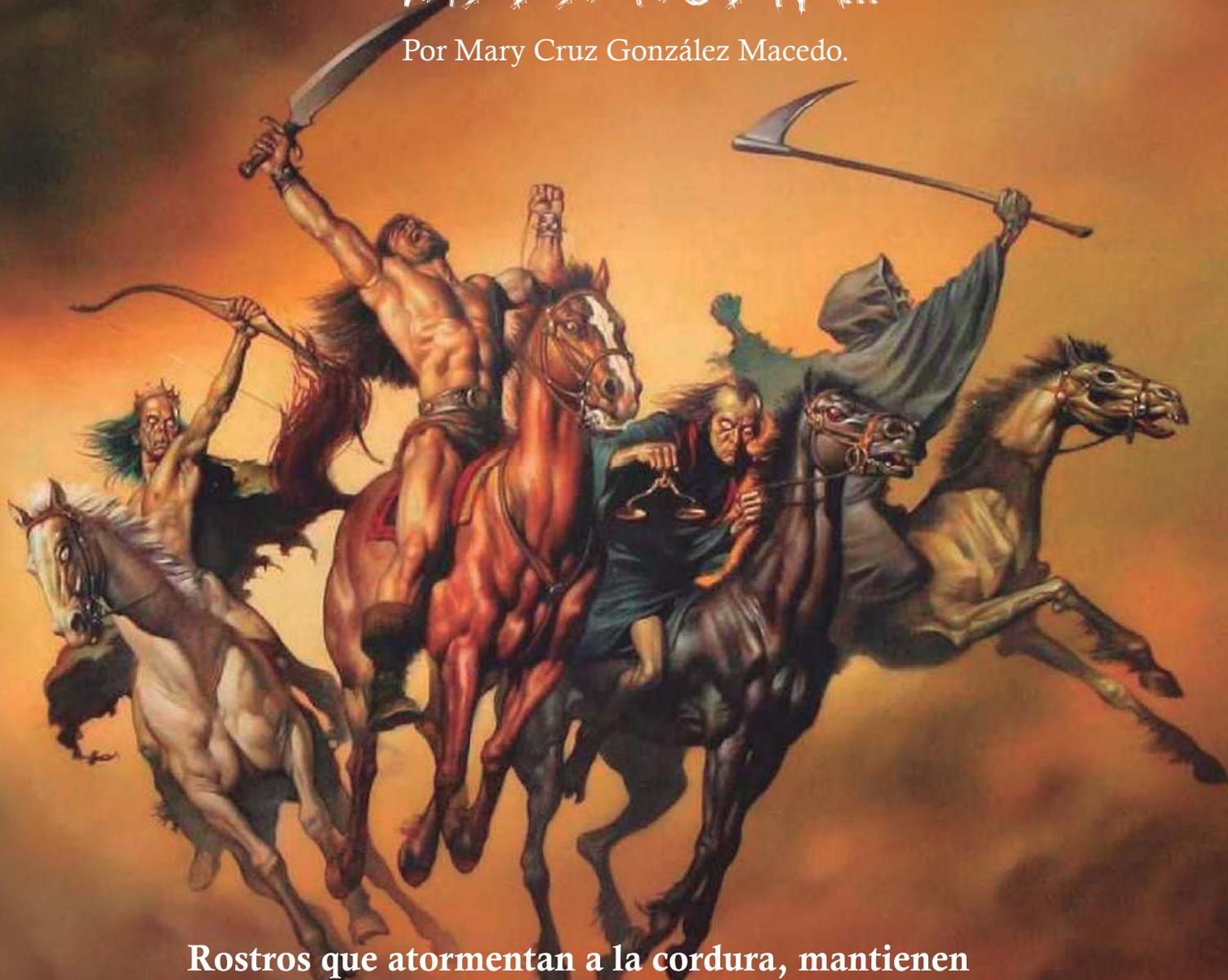
En este sentido, Luis Raúl Ortiz Ramírez subrayó que no es una denuncia contra de los paristas, que no creemos que hayan sido quienes hicieron esto, pero sí contra quienes deliberadamente causaron daños personales y materiales.

Finalmente, puntualizó que “los universitarios somos tolerantes ante cualquier manifestación, creemos profundamente en la legitimidad de la causa feminista, pero es distinto cuando se atenta contra la gente y, por eso, es necesario proceder de manera legal”.



REVELACIÓN: 4 JINETES, VERDAD DE PESADILLA...

Por Mary Cruz González Macedo.



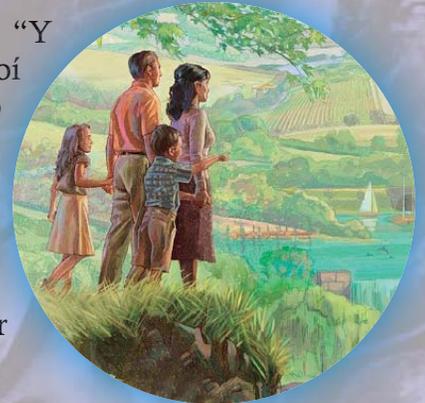
Rostros que atormentan a la cordura, mantienen entretenidos a aquellos solitarios que se atormentan bajo el llanto de la lluvia; estáticas siluetas que han perdido el sentido de la realidad; irónicos entes que ahora mendigan el amor de ese ser extraordinario, quien arroja migajas de cariño cuando la ausencia se hace presente...

Ambrose Bierce en su libro El diccionario del diablo (2007), define el término revelación, como: "... , s. Libro famoso donde el divino San Juan ocultó todo lo que sabía. La revelación corre por cuenta de los comentaristas, que no saben nada." Efectivamente lo desesperante es lo incierto del futuro, la amenaza que nos hacemos constantemente de atentar el uno contra otro, pasa la factura azotando a todos por igual, ya que el mundo se convierte en un escenario amante del caos, que restringe el tiempo por el miedo a no tenerlo más. Ahora el anuncio de lo que podría pasar, se efectúa; concluyendo a este mundo con una era de purificación, gracias a medios horribles y confusos. Este pensamiento ha perseguido al hombre como parte de todas las principales

religiones y creencias a lo largo de los siglos. Lo que aquí nos convoca es la profecía descrita en el Nuevo Testamento, la segunda parte de la Biblia, y en su último libro, llamado Apocalipsis, escrito por el profeta Juan, en el se relata la historia de una revelación del fin del mundo, la de "Los Cuatro Jinetes del Apocalipsis" que descienden sobre la tierra para dañar a la población: en el capítulo sexto de la Revelación narra cómo el Cordero de Dios tiene un libro que contiene siete sellos; estos dan inicio al período de tribulación en la tierra. El Cordero de Dios o Jesucristo abre los primeros cuatro sellos para iniciar la liberación de los caballos con los jinetes del Apocalipsis; cada jinete cabalga sobre un caballo diferente. Se liberaron del cielo para que el hombre conociera los juicios apocalípticos a los cuales se enfrentaría la raza humana en la tierra:

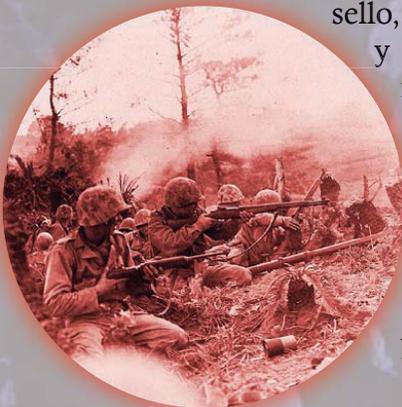
PRIMER JINETE:

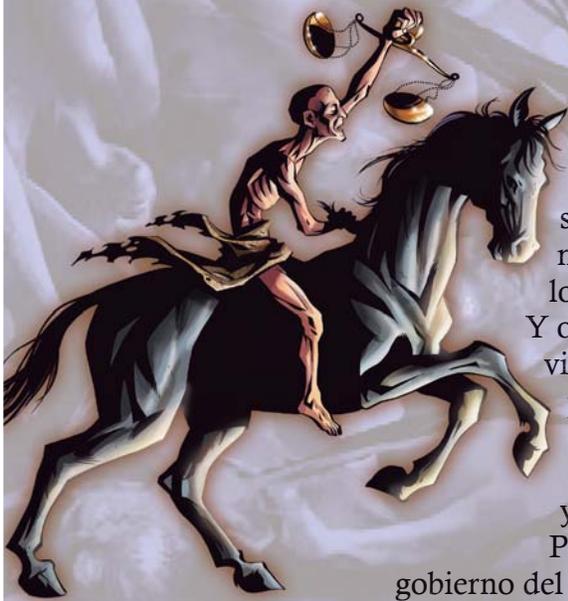
El caballo blanco de la conquista y la victoria: "Y vi cuando el Cordero abrió uno de los sellos, y oí a uno de los cuatro seres vivientes decir como con voz de trueno: ¡Ven y mira! Y miré, y vi un caballo blanco. El que lo montaba tenía un arco, le fue dada una corona, y salió venciendo y para vencer". (Apocalipsis 6, 2). Para la mayoría de los creyentes el jinete del caballo blanco significa la esperanza, ya que ha sido capaz de triunfar ante cualquier adversidad.



SEGUNDO JINETE:

El caballo rojo de la guerra: "Y cuando él abrió el segundo sello, oí al segundo ser viviente que decía: ¡Ven y mira! Y salió otro caballo, rojo; y al que lo montaba, le fue dado poder para quitar la paz de la tierra y para que se matasen unos a otros, y le fue dada una gran espada" (Apocalipsis 6: 4). El mundo ha vivido diversos derramamientos de sangre a lo largo de la historia, y la costumbre cristiana indica que el jinete rojo cabalgará en una última guerra y llegará el fin de la humanidad.





TERCER JINETE:

El caballo negro y la hambruna: “Y cuando él abrió el tercer sello, oí al tercer ser viviente que decía: ¡Ven y mira! Y miré, y he aquí un caballo negro; y el que lo montaba tenía una balanza en la mano. Y oí una voz de en medio de los cuatro seres vivientes que decía: dos medidas de trigo por un denario, y seis medidas de cebada por un denario; pero no dañes el vino ni el aceite”. (Apocalipsis 6: 5-6). Representa el hambre y la escasez de alimentos, lo que trae consigo la llegada de la guerra. Por inferencia, la costumbre cristiana dicta que la hambruna dará pie al gobierno del anticristo.



CUARTO JINETE:

El caballo pálido y la muerte: “Y cuando él abrió el cuarto sello, oí la voz del cuarto ser viviente, que decía: ¡Ven y mira! Y miré, y vi un caballo amarillo; el que lo montaba tenía por nombre Muerte y el Hades lo seguía; y les fue dada potestad sobre la cuarta parte de la tierra para matar con espada, con hambre, con mortandad y con las fieras de la tierra” (Apocalipsis 6,7-8). El cuarto sello se abrió y trajo consigo un caballo de color bayo montado por el jinete de la muerte

o de la pestilencia, nombre que se le adjudica en algunas traducciones (como en la Biblia). Es el único que trajo su nombre explícito, es considerado por la Biblia como uno de los más poderosos, porque de la muerte nadie puede escapar y porque es un dios antiquísimo.



La fecha que se estipula en espacio y tiempo, es la del señor del disfraz, ese que mora en el silencio de un dios, lejos de la descripción humana. Huele a la contradicción de lo que empieza terminando...





Canales de diálogo.

El camino para solucionar la crisis universitaria

Por Eduardo Garduño Campa

Los paros parciales de estudiantes en algunas escuelas y facultades de la Universidad Autónoma del Estado de México, abren el debate en la sociedad y genera por consiguiente múltiples reacciones en los diversos sectores que siguen con atención el movimiento de protesta por los problemas de acoso que se dan en el interior escuelas y facultades y los feminicidios que se han registrado en los últimos años.

Para analistas y académicos de la UAEMex y de otros centros de estudio, el problema y la inconformidad estudiantil viene desde hace muchos años, pero se ha recrudecido a raíz de los feminicidios que se han cometido en contra de universitarias y a las que no se les ha hecho justicia.

A los familiares solo largas y no se ha dado con los responsables de esos crímenes. Aunado a lo anterior viene el movimiento #MeToo -yo también, en español- y a pesar de las denuncias que se hicieron, algunas con evidencias otras sin ellas, no hubo un seguimiento y continuaba el malestar en la comunidad femenina.

No hubo eco a sus protestas. En diciembre asesinan a una maestra en el teatro los Jaguares. La protesta llegó a la sede de rectoría e igualmente no se concretaron acuerdos y continuó la actividad como si nada. Y hubo críticas poco acertadas por el comportamiento de las universitarias en esa ocasión, pero no se les dio respuesta a sus demandas.

La comercialización por parte de alumnos de la FACICO de fotografías y videos íntimos de sus compañeras, llevó a estudiantes de ese espacio académico a realizar un paro hasta que se castigue a los responsables de esas bajezas.

Las protestas continuaron en otros espacios académicos hasta que detonó en la crisis del miércoles 26 y tres facultades se sumaron al paro y ya son seis. Y las reacciones de algunos personajes que acusan los paristas de tener secuestrados los espacios universitarios no abona para nada en la solución del conflicto.

Por el contrario, lo agudiza. No se puede acusar a nadie de secuestro. Lo mejor es buscar los canales de diálogo y compromiso de que las cosas van a cambiar en la universidad. Acusar es en estos momentos de tensión por la crisis que se vive implica polarizar la situación y alejar la solución del conflicto.

Habrà que esperar que el estudiantado en paro abra los cauces del diálogo, acepten un interlocutor o bien un mediador para que se den los canales de negociación y se pueda regresar a la normalidad en la actividad al interior de la universidad.

Pues en menos de una semana, de un espacio académico en paro la semana terminó con cinco y podríamos llegar a más planteles en pausa y el problema va a crecer. Ojalá se busque el diálogo y se evite la crítica visceral hacia los paristas. Porque eso no abona sino aumenta el encono. Hay condiciones para el diálogo, hay que aprovecharlas y que se llegue a una solución.

Es lo que quiere la comunidad estudiantil, la sociedad y las propias autoridades universitarias.

Ya veremos.

Editorial

En la historia de la humanidad hay eventos que dejaron huella y con el paso de los años se vuelven puntos de referencia.

Para no ir tan lejos citaré algunos, por ejemplo el descubrimiento de América, las dos guerras mundiales, el alunizaje realizado por los EE UU con Neil Armstrong al frente.

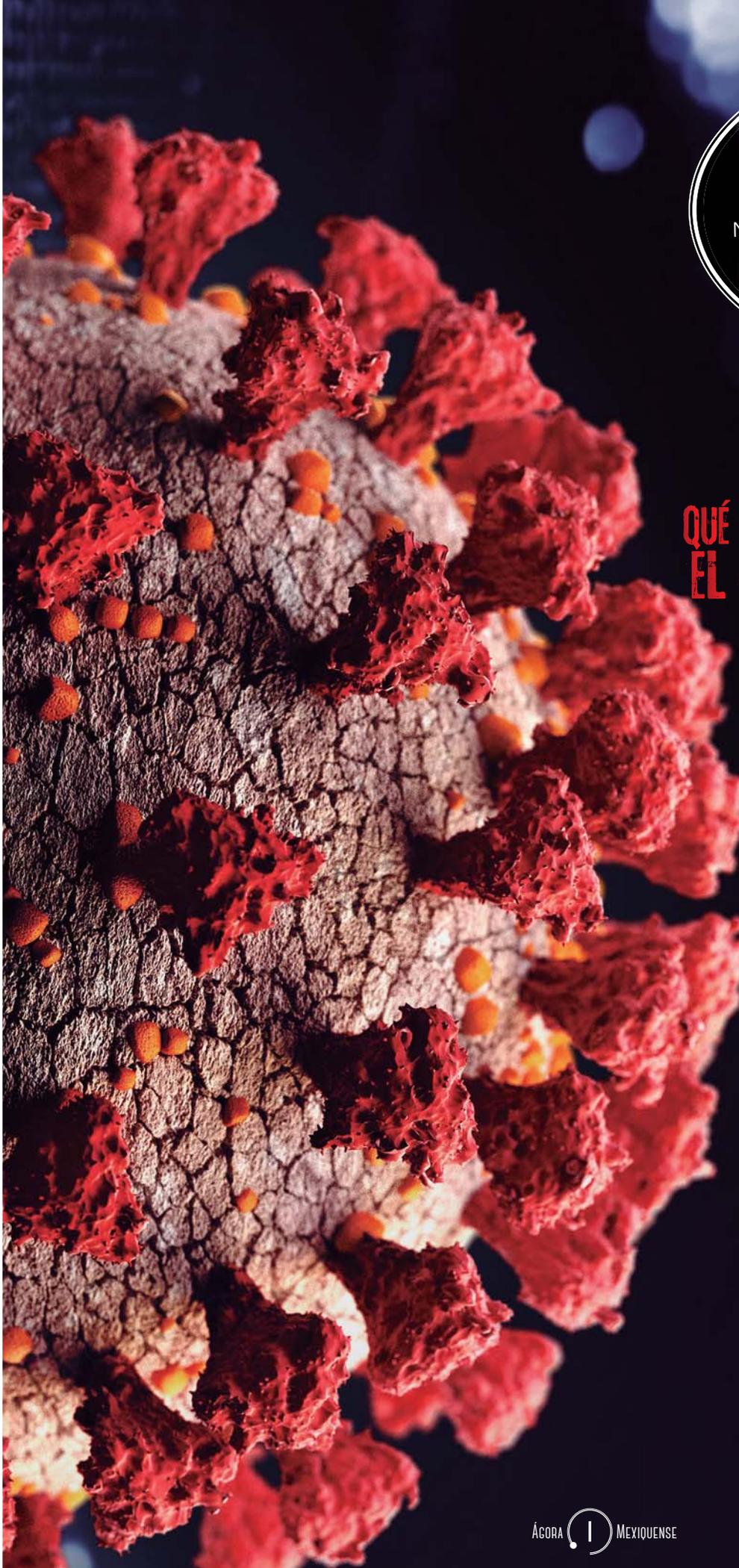
Y qué decir del derribo de las torres gemelas, incluso la caída del muro de Berlín y podríamos seguir hablando de muchas cosas más que dejaron huella en la humanidad.

Por ello y para nuestra desgracia, el COVID-19 también dejará su nefasta huella en el mundo,

de repente este virus letal aparece en China y se vuelve una pandemia y toma por sorpresa al mundo entero.

Aquí la cuestión es que está dejando una secuela de muertes y hasta hoy 25 de marzo fecha en que escribo este editorial no se ha descubierto vacuna alguna que cure este mal.

El corona virus ataca sin distinciones, pero si hay un sector vulnerable somos quienes estamos pasando por lo que se llama tercera edad, bueno esperamos por el bien de todos que éste jinete del apocalipsis sea derrotado lo antes posible. ¡Así sea!



El Partenón
No. 530 Año 33 | Suplemento
Marzo 31 2020 | **Cultural**
Felipe Pérez Ávila / Director Editor

PANDEMIA: QUÉ ES Y QUÉ DEBES HACER ANTE EL CORONAVIRUS COVID-19

Virus y pandemias

Desde hace algunos años, es bien sabido que la salud humana, la salud animal y el comportamiento de los ecosistemas son aspectos que se encuentran estrechamente vinculados, además de que entre el 63-70% de las enfermedades nuevas tienen origen zoonótico, lo que de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud son un grupo de enfermedades infecciosas que se transmiten de forma natural de los animales a los seres humanos.

Mientras que una pandemia es aquella situación que ocurre cuando surge un nuevo virus y existe poca o nula inmunidad en la población humana, lo que provoca una propagación mundial en algún sitio y posteriormente, se propaga fácilmente de persona a persona en todo el mundo.

Ejemplos de virus:

- 2002 - Coronavirus del Síndrome Respiratorio Agudo Grave (SARS-CoV, por sus siglas en inglés)
- 2009 – Gripe A (H1N1)
- 2012 – Síndrome respiratorio por el coronavirus de Oriente Medio (MERS-CoV, por sus siglas en inglés)
- 2019 – Nuevo coronavirus SARS-CoV2 que causa la epidemia COVID-19



¿Qué es el nuevo coronavirus que causa la pandemia COVID-19?

Podemos definir a los coronavirus como una familia de virus, conocidos por causar enfermedades tanto en animales como en humanos, los cuales pueden causar desde un resfrío común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio por coronavirus de Oriente Medio (MERS-CoV), el síndrome respiratorio agudo grave (SARS) y el recientemente descubierto COVID-19.

Por lo que es fundamental que las empresas, organizaciones y todos los niveles de gobierno tomen las medidas adecuadas que permitan a la población protegerse mejor y estos a su vez, saber las medidas que deben tomar en casa para mitigar las consecuencias de estos eventos y minimizar el impacto.



¿Qué tan grave es el COVID-19?

La mayoría de las personas infectadas con el COVID-19 experimentan síntomas leves y se recuperan.

Sin embargo, algunas pueden sufrir gripes moderadas o graves y pueden requerir atención hospitalaria.

El ritmo de contagio del nuevo coronavirus es de entre 1.5 a 3.5, lo que significa que una persona enferma puede contagiar entre 1.5 y 3.5 personas más.

Es muy importante saber que existen diversos factores que pueden aumentar el riesgo de padecer una gripe moderada o grave, entre los cuales se han encontrado los siguientes:

- Mujeres embarazadas
- Personas adultas mayores de 65 años
- Personas con Diabetes
- Personas con Hipertensión
- Personas con sistemas inmunes debilitados, como aquellas con trasplantes o que viven con VIH.



Así mismo, cabe recordar que aún no existen datos suficientes para analizar el comportamiento del COVID-19, pero algunos estudios demuestran hasta el momento que la tasa de incidencia actual es de 186 personas infectadas por cada 1000 personas, tiene una tasa de letalidad de 10 personas fallecidas por cada 1000 infectados a nivel mundial, mientras que en México hasta el momento se ha observado una tasa de letalidad del 6%. Además, cabe destacar que el COVID-19 tiene un periodo de incubación de 14 días.



Anexo. «La cuarentena en Yokohama»

Diamond Princess Cruises
Brote de COVID-19 del 2 al 23 de febrero

Con los datos disponibles llegamos a las siguientes conclusiones:



Mitos del nuevo coronavirus COVID-19

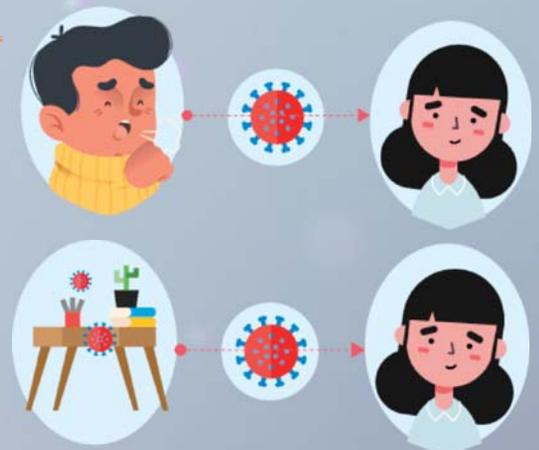
MITO	REALIDAD
¿Los antibióticos pueden prevenir y tratar el nuevo coronavirus?	¡NO!, el COVID-19 es un virus, y los antibióticos no funcionan contra los virus, y por lo tanto, no deben ser usados como medio de prevención o tratamiento.
¿Enjuagarse la nariz con solución salina, o la boca con enjuague bucal puede prevenir el contagio del COVID-19?	¡NO!, no hay evidencia de que estas prácticas protejan a las personas de contraer el nuevo coronavirus.
¿El ajo puede prevenir la infección del COVID-19?	El ajo es un alimento saludable, pero en la actualidad NO hay evidencia de que comer ajo proteja a las personas del nuevo coronavirus.
¿Los perros y gatos pueden contraer e infectar el COVID-19?	No hay evidencia de que los animales como perros o gatos puedan infectarse, aunque más vale prevenirse con una adecuada técnica de lavado de manos con agua y jabón después del contacto con mascotas.
¿El COVID-19 solo afecta a las personas mayores?	El COVID-19 puede contagiar a personas de todas las edades, sin embargo, las personas mayores y aquellas con enfermedades crónicas, pueden ser más susceptibles a enfermarse gravemente.
¿La vacuna contra la Influenza también protege del nuevo coronavirus?	¡FALSO! La vacuna contra la Influenza no brinda protección contra el COVID-19, este es tan nuevo y diferente que necesita su propia vacuna.

¿Cómo se contagia el COVID-19?

- **Persona a persona:** Una persona puede contraer el COVID-19 por contacto con otra que esté infectada con el virus. Esta puede propagarse a través de pequeñas gotas de fluidos procedentes de la nariz o la boca que salen disparadas cuando la persona infectada tose o exhala. Por eso es importante mantenerse a más de 1.5 metros de distancia de una persona que se encuentre enferma.

Objetos y superficies infectados: Las gotículas que expulsan las personas enfermas o portadoras de coronavirus, caen sobre los objetos y superficies que los rodean, de modo que otras personas pueden contraer el virus si tocan estos objetos o superficies y después se tocan los ojos, la nariz o la boca.

Aunque la transmisión por secreción salival es la más común, los coronavirus persisten en superficies inanimadas, incluidas las hechas de metal, vidrio o plástico, durante un período de hasta nueve días si esa superficie no se ha desinfectado.



¿Qué acciones debemos tomar para prevenir la infección?

- A. LAVAR: lavarse las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos sin olvidar la muñeca, posterior al lavado, usar soluciones a base alcohol en el gel al 70%.
- B. CUBRIR: al toser o estornudar, debemos cubrir la boca y nariz con un pañuelo y tirarlo a la basura o bien, utilizar el ángulo interno del brazo.
- C. EVITAR: evite el contacto directo sin protección con cualquier persona que presente síntomas de gripa o resfriado, al menos a 1.5 metros de distancia. Evitar los saludos de beso o manos.
- D. ACUDIR: Acudir al médico si se tiene fiebre, tos y dificultades para respirar. Si se presentan síntomas leves, quedarse en casa. NO AUTOMEDICARSE.
- E. COCINAR: cocinar los alimentos asegurándonos de una adecuada cocción, sobre todo con la carne.
- F. DESINFECTAR: desinfectar las superficies con cloro de uso doméstico por lo menos una vez al día.

Síntomas que hacen sospechar que una persona ha adquirido el COVID-19.

Primero que nada, debemos asegurarnos de que estamos ante un caso sospechoso, el cual es una persona de cualquier edad que presente enfermedad respiratoria aguda leve o grave, y que cuente con los siguientes antecedentes hasta 14 días antes del inicio de los síntomas:

Haber estado en contacto con algún caso sospechoso o confirmado de contagio de COVID-19. Viaje o estancia en países con transmisión local comunitaria del nuevo coronavirus: China, Hong Kong, Corea del Sur, Japón, Italia, Irán y Singapur.

Poner atención en los siguientes síntomas:

► Síntomas comunes:

- Fiebre
- Cansancio
- Tos seca

► Síntomas graves:

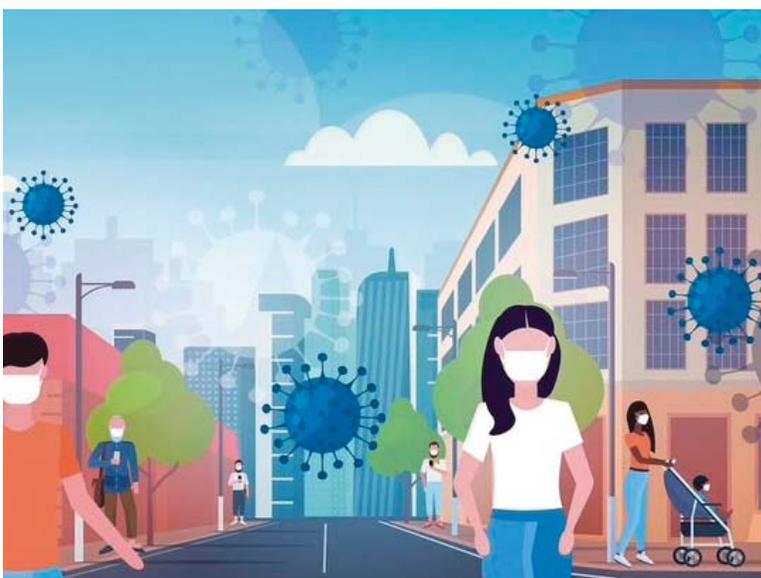
- Fiebre de más de 38°
- Falta de aire
- Dificultad para respirar

► Otros síntomas: algunos pacientes pueden presentar.

- Dolores
- Nariz tapada
- Dolor de garganta
- Diarrea
- Pérdida del sentido de olfato

CONÓCELO.

SÍNTOMAS*



Es importante mantenerse al día con la información brindada por los sistemas de salud y no alarmarnos ante falsas publicaciones. Para ello, te compartimos el siguiente link donde podrás revisar día con día las recomendaciones más actualizadas para enfrentar esta pandemia.

<https://www.gob.mx/salud/documentos/nuevo-coronavirus-poblacion>



Invita Toluca a activarse en línea con IMCUFIDET

Entrenamientos y actividades que promueve el Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte de Toluca (IMCUFIDET), se impartirán en línea a partir de este lunes 23 de marzo, en el marco de la Fase I de la contingencia y evitar la propagación del COVID-19.

Como parte de la Jornada Nacional de Sana Distancia, el alcalde Juan Rodolfo Sánchez Gómez instruyó que diversas actividades, entre ellas las deportivas, puedan implementarse a través de redes sociales para que la población continúe con sus entrenamientos en la campaña denominada #QuédateyActívate hasta el próximo 20 de abril, incluido el periodo vacacional.

En este sentido, el director general del IMCUFIDET, David Gutiérrez Figueroa, explicó que, a través de videos, la población podrá

practicar desde su hogar zumba, entrenamiento funcional, yoga y spinning entre otros, mismos que se transmitirán de lunes a viernes a las 8:00 horas durante el lapso de la contingencia.



De igual forma, por las tardes se publicarán infografías deportivas, consejos de nutrición y pequeñas rutinas de ejercicios. Así que sigan la página de FB: Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte de Toluca (IMCUFIDET); Instagram: IMCUFIDET y Twitter: @Deporte_Toluca.

Cabe recordar que de las prioridades de la administración local es preservar la salud de las y los toluqueños, así como de los servidores públicos, razón por la que se instrumentaron dichas disposiciones y, con ello, contribuir a evitar la propagación del virus.



LUCHA FEMENIL HACE HISTORIA...

Histórico resultado para la gladiadora Alma Jane Valencia Escoto, quien tras conquistar la medalla de oro en los 57 kilogramos, estilo libre, durante su participación en el Preolímpico Continental de Lucha, que se celebró en Ottawa, Canadá, consigue la primera plaza olímpica femenil para México rumbo a Tokio 2020,

Jane Valencia venció a la venezolana Rebeca Sarco Colmenarez y a la puertorriqueña Nes Marie Rodríguez, donde finalmente al enfrentarse y derrotar a la campeona mundial en 2019, la canadiense Linda Morais, logró segunda plaza para México en esta disciplina. En la final, superó a la estadounidense Helen Louise.

Por su parte, Rita Fátima Rojas Chávez se ubicó en el quinto lugar de los 50 kilogramos, al igual que Alejandra Romero Bonilla, en los 62 kilos; Zeltzin Hernández Guerra, fue sexta en los 53 kilos, mientras que en la séptima casilla se ubicaron las gladiadoras Virginia Jaqueline Fernández Salazar, en los 68 kilos y Gabriela Renata Canales Herrera, en 76 kilos.



Ocampo, Va a la Copa Mundial de Clavados.

Luego de obtener el primer lugar en la prueba de trampolín de 3 metros del Control Técnico Nacional de Clavados de Primera Fuerza, el exponente mexiquense Jahir Ocampo aseguró su asistencia a la Copa Mundial de la especialidad en Tokio Japón.

que se realiza en el CNAR,

En el evento organizado por la Federación Mexicana de Natación y celebrado en las instalaciones del Centro Nacional de Alto Rendimiento, el también mexiquense Yahel Castillo obtuvo el tercer lugar en la misma prueba, durante el cierre de actividades del Control Técnico Nacional.

Con un concentrado de 508.35, Ocampo Marroquín logró el primer sitio, mientras el jalisciense Rodrigo Diego López, con una puntuación 467.30 obtenía el segundo puesto, resultados con los que ambos clavadistas aseguraron su asistencia a la Copa Mundial.

Por otra parte, la dupla integrada por Alejandra Orozco Loza y Gabriela Agúndez García, obtuvo el primer lugar en la plataforma 10 metros sincronizados, con una puntuación de 293.10 tantos.



PLATA PARA MÉXICO EN VOLEIBOL PLAYERO...

En el cierre del Tour Mundial de Voleibol de Playa de la Federación Internacional de la disciplina (FIVB), que se realizó en Doha, Qatar, los voleibolistas mexicanos Josué Gastón Gaxiola Leyva y José Luis Rubio Camargo se adjudicaron la medalla de plata.

La dupla nacional sumó su primera presea del circuito mundial fuera de México, durante el mundial que ganaron los polacos Michal Bryl y Grzegorz Fijale, en tanto el bronce fue para los italianos Daniele Lupo y Paolo Nicolai.

En su camino, los mexicanos vencieron en cuartos de final al equipo campeón del mundo, los rusos Oleg Stoyanovskiy y Viacheslav Krasilnikov, para avanzar a semifinales. La siguiente fecha donde participarán Josué Gaxiola y José Luis Rubio, será en el Tour Mundial de Voleibol de Playa que se llevará a cabo en Cancún, Quintana Roo, del 25 al 29 de marzo.

BREVES DEPORTIVAS MEXIQUENSES...



Yoaqui Mejía Mosqueda, consiguió su boleto para el Torneo Clasificatorio por América, rumbo a los Juegos Olímpicos de Tokio. El pugilista mexiquense se impuso en la división de los 52 kilogramos a Erick López García.



Magnífico resultado para la representante del Estado de México Alicia Ibarra Barajas, quien se llevó el segundo lugar del Maratón de los Ángeles en la rama femenil, luego de regresar de una lesión que la marginó de las competencias por más de un año. En tanto los atletas Alfonso Zaragoza Solorio y José Pulido Guerra, terminaron en tercero y sexto lugar respectivamente, en la modalidad de silla de ruedas de dicho Maratón



LISTO EQUIPO MEXICANO PARA PREOLÍMPICO DE CONCACAF...

Del 20 de marzo al 1 de abril, Guadalajara, Jalisco, será sede del Campeonato Preolímpico de Concafa, donde La Dirección General Deportiva de la Federación Mexicana de Fútbol (FMF) dio a conocer la lista definitiva de los 20 jugadores Sub 23 que disputarán dicho torneo.

El conjunto nacional bajo la dirección técnica de Jaime Lozano, buscará uno de los dos boletos a Tokio 2020 que repartirá este Preolímpico, al cual asistirán los representativos de Estados Unidos, Costa Rica, República Dominicana, Honduras, Canadá, El Salvador y Haití.

La selección nacional Sub 23, que se ubica en el grupo A, junto a norteamericanos, costarricenses y dominicanos, inició su concentración en la Perla Tapatía, donde arrancará su presentación ante República Dominicana el 20 de marzo; posteriormente, se medirá a Costa Rica el 23 y cerrará la fase de grupos ante Estados Unidos el 26.

La ronda de semifinales se disputará el 30 de marzo en el Jalisco y la final se llevará a cabo el 1 de abril en el estadio Akron.

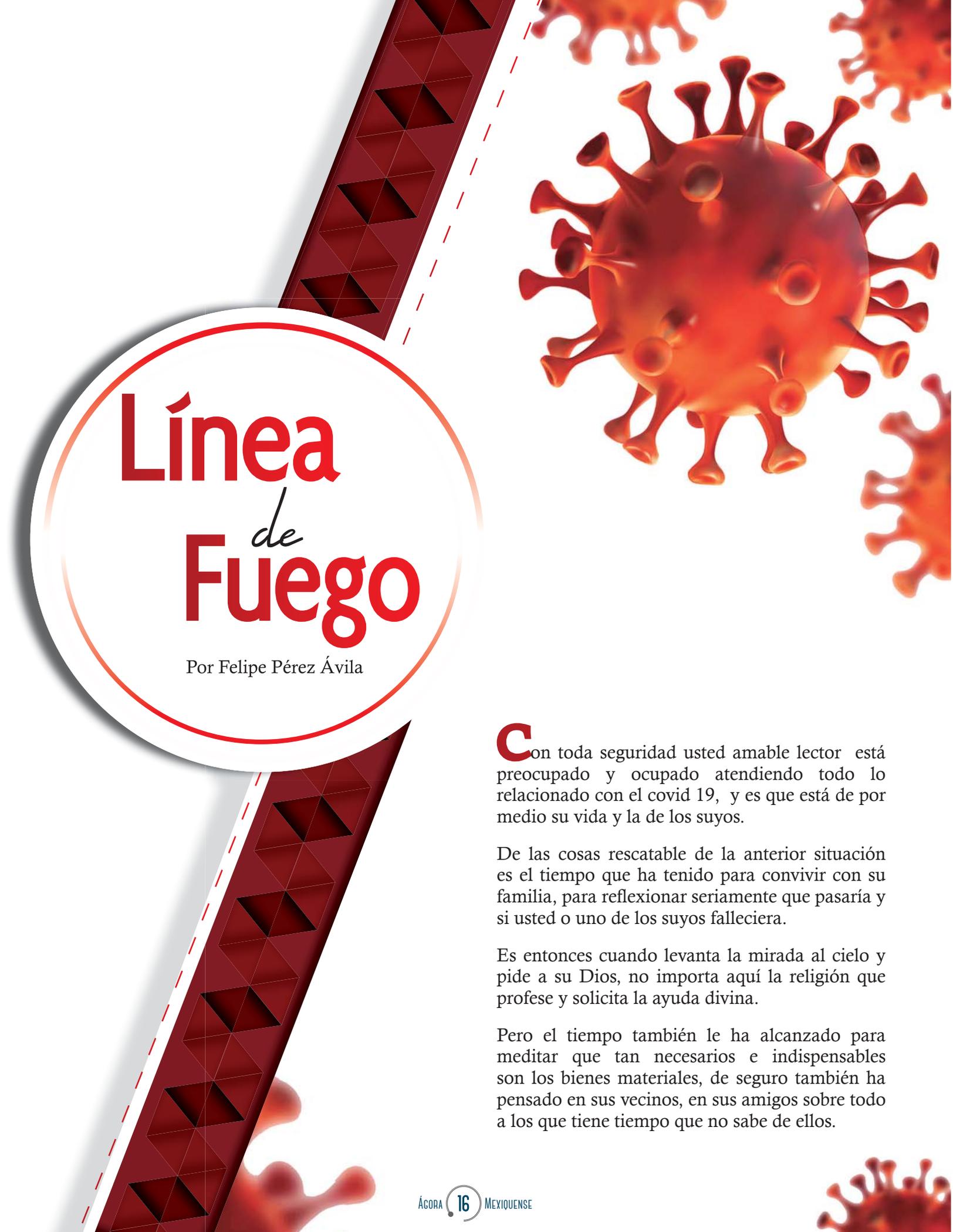


BUSCA GUADALAJARA, SEDE DE CLASIFICATORIO EN BOXEO.

La Federación Mexicana de Boxeo (FMB), buscará ser ratificado como sede del Torneo Clasificatorio de Boxeo rumbo a Tokio 2020, luego de que Buenos Aires, Argentina, declinará a celebrarlo.

Esto con el aval del Comité Olímpico Mexicano (COM) y el apoyo de la Comisión Nacional de Boxeo (CONABOX), mientras que el Consejo Estatal para el Fomento Deportivo CODE Jalisco propuso a la ciudad de Guadalajara como sede alterna para llevar a cabo el evento por considerar que la ciudad jalisciense se encuentra en inmejorable posición estratégica.

Guadalajara espera verse favorecido con dicha solicitud y propone como fecha tentativa antes del 30 de abril, para celebrar el Torneo Clasificatorio.



Línea *de* Fuego

Por Felipe Pérez Ávila

Con toda seguridad usted amable lector está preocupado y ocupado atendiendo todo lo relacionado con el covid 19, y es que está de por medio su vida y la de los suyos.

De las cosas rescatable de la anterior situación es el tiempo que ha tenido para convivir con su familia, para reflexionar seriamente que pasaría y si usted o uno de los suyos falleciera.

Es entonces cuando levanta la mirada al cielo y pide a su Dios, no importa aquí la religión que profese y solicita la ayuda divina.

Pero el tiempo también le ha alcanzado para meditar que tan necesarios e indispensables son los bienes materiales, de seguro también ha pensado en sus vecinos, en sus amigos sobre todo a los que tiene tiempo que no sabe de ellos.

Y si ha tenido tiempo de salir por su pueblo o ciudad se dará cuenta que el cielo es más azul que son lindas las calles limpias y que se puede transitar sin problemas.

También se dará cuenta de los irresponsables que piensan que son inmunes y por tanto no respetan las medidas sanitarias dictadas por las autoridades, Lo peor del caso hay personas que ostentan hasta títulos universitarios y no creen que exista una pandemia.

Ellos los ignorantes piensan que es una medida generada por el gobierno para distraer a la población de otros asuntos y con ello fortalecerse políticamente.

Sin duda es respetable lo que piensan pero habla de una ignorancia que raya en lo sublime y todos los muertos que ha provocado el COVID-19, y todos los infectados y la caída de las bolsas en el mundo y el cierre de fronteras, pero ellos se aferran a sus ideas y piensan que el virus en el caso de que existiera solamente ataca a los ricos y de preferencia de raza blanca.

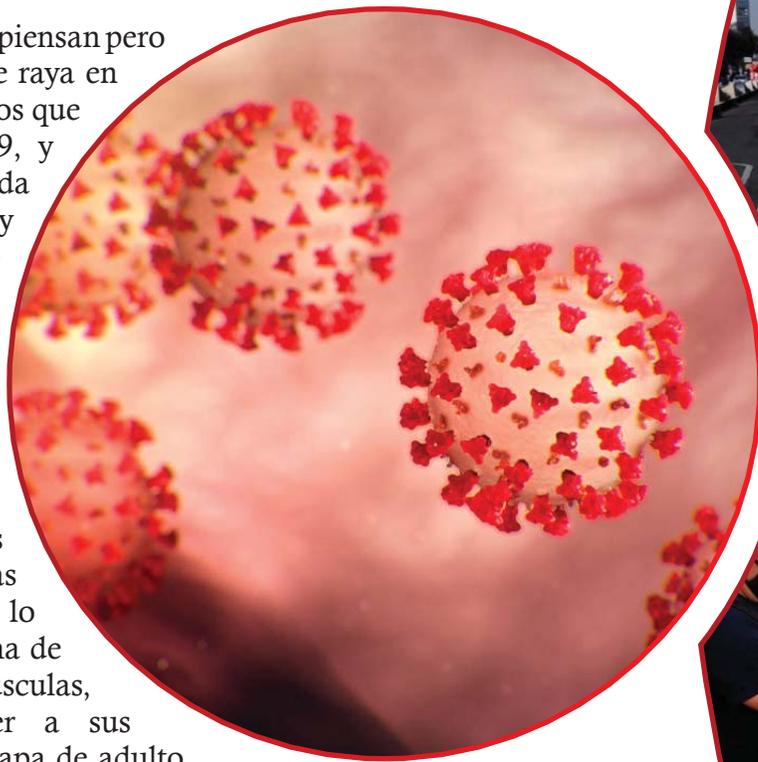
En el mismo orden de ideas pero hablando de cosas positivas hay que destacar lo que está realizando la cadena de tiendas GARIS, sí con mayúsculas, sucede que para proteger a sus trabajadores que viven su etapa de adulto mayor diseñaron la siguiente estrategia.

1,- Los mandan a descansar a su casa con un bono de tres mil pesos y una despensa. Operación que se repetirá cada semana hasta que termine la cuarentena

2.- Por cada peso de compra de cualquier que cualquier cliente, la empresa aporta otro peso.

3,- Además colocó una alcancía en cada caja para que el cliente si lo desea apoye con una propina a los adultos mayores

Que se sepa ni Walmart, ni Soriana, ni la Comer, ni Chedraui han seguido el ejemplo de Garis.



El rincón de las musas

EL DESCUBRIMIENTO MILAGROSO DE “DOLORITAS”

Demasiado tarde se dio cuenta que existían los orgasmos – aunque en realidad ella nunca supo que se llamaban así – cuando en una ocasión a escondidas, decidió utilizar ese raro aparato parecido a un micrófono que en días anteriores había encontrado realizando el aseo en el cuarto de su nieta, que sonrojada le dijo que era un “masajeador” que ella necesitaba para los nervios, porque se ponía muy tensa en los periodos de exámenes...

Ese día que se pusieron de acuerdo sus reumas con su dolor lumbar, “Doloritas” pensó que tal vez ese aparatito eléctrico pudiera servirle, pero descubrió por casualidad que resultó más eficaz y emocionante que para eso...

Desde entonces, a escondidas, aprovechando la ausencia de Carmelita y su esposo Pantaleón, con un terrible sentimiento de culpabilidad utiliza esa “herramienta” como un remedio mágico y milagroso. Ya no se ha ido a confesar por vergüenza y temor de que el sr. Cura la regañe y le vaya a prohibir la utilización de ese tipo de curación adictiva que tanto estimula su vergonzosa imaginación, pero no deja de ir a misa para darle las gracias a la Virgencita de la Salud por haberle otorgado la inspiración en el descubrimiento de ese misterio que siente que la transporta al mismísimo cielo.

Raúl Tirado Ortega

Tarimoro, Guanajuato, México



DESTILAMOS

Hoy destila tu amor por mis venas, amada mía.
Tu fuego me invade, me arde y me consume
devolviendo a mi ser alegrías de antaño.
Ya es un amor invernal casi etéreo y sutil
que invade sereno mi cuerpo como un riachuelo del bosque.
Recorre mis entrañas con sus tibias aguas dulces
calcinando lento mis venas, mi carne y mis huesos,
Luego destilo mi amor salvaje
en tus abismos y montañas de blanca nieve,
tan suave como la seda de oriente o el terciopelo marrón
de finos muebles.
Nieve blanda que enloquece mis demonios,
nieve que me desarma
para caer como ángel en tu regazo.

Nieve que me aniquila y me da vida
para despertar mis deseos depravados y oscuros
en las frescas madrugadas veraniegas,
cuando aún la lluvia cae
y revienta los frutos que los pájaros devoran.

Gilberto Navarro Camacho
Abasolo, Guanajuato, México



LOS PROBLEMAS DE LAS MUJERES... SON COSAS DE HOMBRES

Por Jorge Hernández Ochoa

.- Ni ellas ni nosotros podremos vivir separados: nacimos el uno para la otra.

.- Una cosa es ser mujer y otra muy diferente parecer ser mujer...

.- El "Día Internacional de la Mujer" tiene que ser todos los días del año.

No es bueno
que el hombre
esté solo, le hare
ayuda idónea

(génesis 2:18)

El mismo Dios, creador del universo y todo lo que existe, advirtió que el hombre no debería estar solo y decidió proporcionarle una compañera, entonces, ¿porqué hemos permitido que las cosas lleguen al lugar en que se encuentran ahora, en pleno siglo XXI ?. Por el egoísmo y el afán de competencia que el enemigo puso en nuestro corazón.

Las mujeres saben bien, porque lo saben, cual es el papel que les corresponde, pero han trastocado ese papel y se unen al coro que grita y agrede; que usa de sus "encantos" para agredir y después quejarse de



agresión. Durante los actos para conmemorar el Día Internacional de la Mujer, se han registrado diferentes eventos, en algunos de ellos, se han colado “hombres” para culpar a las mujeres.

Pero más allá de toda consideración propagandística o terrorista debemos tomar en consideración la importancia de la mujer en la vida de la sociedad mundial. Ellas, como los hombres, tienen una responsabilidad ancestral que deben cumplir. No hacerlo en atentar contra la humanidad, contra la misma existencia del ser humano sobre la faz de la tierra.

No debemos olvidar que fueron HOMBRES los que decretaron el Día Internacional de la Mujer y lo hicieron para reivindicar sus derechos, para rescatar a las mujeres que eran explotadas por los empresarios textiles en Nueva York, como también en México, pero fueron las mujeres neoyorkinas las que primero hicieron oír su voz

para protestar por el trato inhumano de que eran víctimas.

De eso, las mujeres que ahora han salido a pintarrajear calles y monumentos no se han enterado. Es natural, no fue en su tiempo. Las que ahora reclaman derechos suponen que es la primera vez que esto sucede; se sienten heroínas porque consiguieron hacer que toda la atención del mundo fuera puesta hacia lo que ellas exigen (con todo derecho), pero la realidad es que mucho antes de eso, en México las mujeres de las fábricas textiles de Rio Blanco y Cacanea lo hacían exigiendo condiciones humanas de trabajo y salarios iguales a trabajo igual. Ciertamente no lo han conseguido.

Pero ya es tiempo. El gobierno tiene la obligación de escuchar su voz y dejar de descalificar toda protesta con el argumento de que “ se trata de los conservadores disfrazados de feministas” o



de que son “los enemigos del gobierno”. Nada de eso. Lo sucedido el lunes 9 de Marzo, debe ser tomado con toda la seriedad que merece.

De lo contrario, esto que ha sido solo una advertencia, puede tornarse en una seria amenaza para la tranquilidad y la paz que, hasta ahora, se sostiene con un hilo cada vez más delgado en el país. El hecho de que casi la mitad del gabinete presidencial esté integrado por mujeres y que las dos cámaras del congreso de la unión estén presididas por una mujer simultáneamente, poco o nada pueden significar, ante los millones de mujeres que padecen explotación y malos tratos en la industria y el comercio.

Hay muchas formas de “feminicidio”. Una las cometen los que viven al lado de ellas, otras las cometen los que permiten que tales conductas pervivan porque la impunidad es la madre de todos los males; autoridades que descalifican las denuncias, que no cumplen con la obligación de integrar debidamente los expedientes y lo hacen mañosamente o por corrupción para evitar el castigo a los delincuentes y otras muchas causas que nos llevan a tener, en primera línea estos asuntos que antes, nunca pasaban por nuestra mente.

Consideramos llegado el tiempo de rectificar el camino. Tanto hombres como mujeres, con absoluto sentido de responsabilidad, asumamos

el compromiso para volver al camino adecuado. Ser el uno para el otro y ambos complementarse, porque eso es lo que conviene, eso es lo que se necesita; eso es lo que ambos necesitamos para poder vivir en armonía y hacer que nuestra familia, base de la sociedad, pueda desarrollarse con tranquilidad y progresar debidamente.

No somos “tu y yo”, somos uno solo los dos. Porque el hombre sin la mujer no puede vivir y la mujer sin el hombre tampoco puede vivir. Por más que algunos piensen lo contrario, amparados en un modernismo a ultranza.

Si pueden ser sinceros, revisen su propio árbol genealógico. Vean como vivieron sus abuelos, para no ir más lejos; vean como fue la vida de sus padres y deténganse a pensar, tan solo un instante, si esa madre que meció su cuna, de



pronto hubiera sido tocada por el demonio y tomara la decisión que ahora muchas toman sin pensarlo, de no ser madres, que hubiera sido de ustedes, hombre y mujeres.

Esperemos que todo lo sucedido durante este Marzo, deje la enseñanza añorada. Que la reconciliación llegue a todos como una ola gigantesca que los envuelva y una para siempre con ese amor que solo las personas escogidas pueden sentir y ese amor sea el bálsamo que sane todas las heridas. Todo lo demás que se ha dado en torno a los acontecimientos, pese a ser una página más del álbum de los recuerdos.

· **Revistas** · **Libretas** · *Agendas* Volantes
Tarjetas de presentación · *Carteles* · Hojas Membretadas
· **Libros** · **Diseño Gráfico** · **Promocionales** · Calendarios ·
Producción Audiovisual Credenciales · **Fólderes** · Etiquetas Vinilonas · **Dípticos** · **Tabloides**



ágora
Medios



01 (722) 272 7430 / 918 3915



www.agoraweb.mx



editora_agora@yahoo.com.mx



Privada de Hidalgo #6, Santiago Miltepec,
Toluca, Edo. de México.



@Agorawebmx



@Agorawebmx



Agora webmx