

Quimati

PSICOLOGÍA, DESARROLLO HUMANO Y CIENCIAS SOCIALES

NOVIEMBRE DICIEMBRE DEL 2025 AÑO I NÚMERO 2, EDICIÓN DIGITAL \$65.00



Sentido de vida, sentido de historicidad

Espiritualidad responsable

Discapacidad auditiva

Impacto de los desastres naturales



2025 1002

ACÉRCATE
A TUS CLIENTES

ENCUENTRA
ATRACTIVOS PLANES PUBLICITARIOS

EN

Quimati

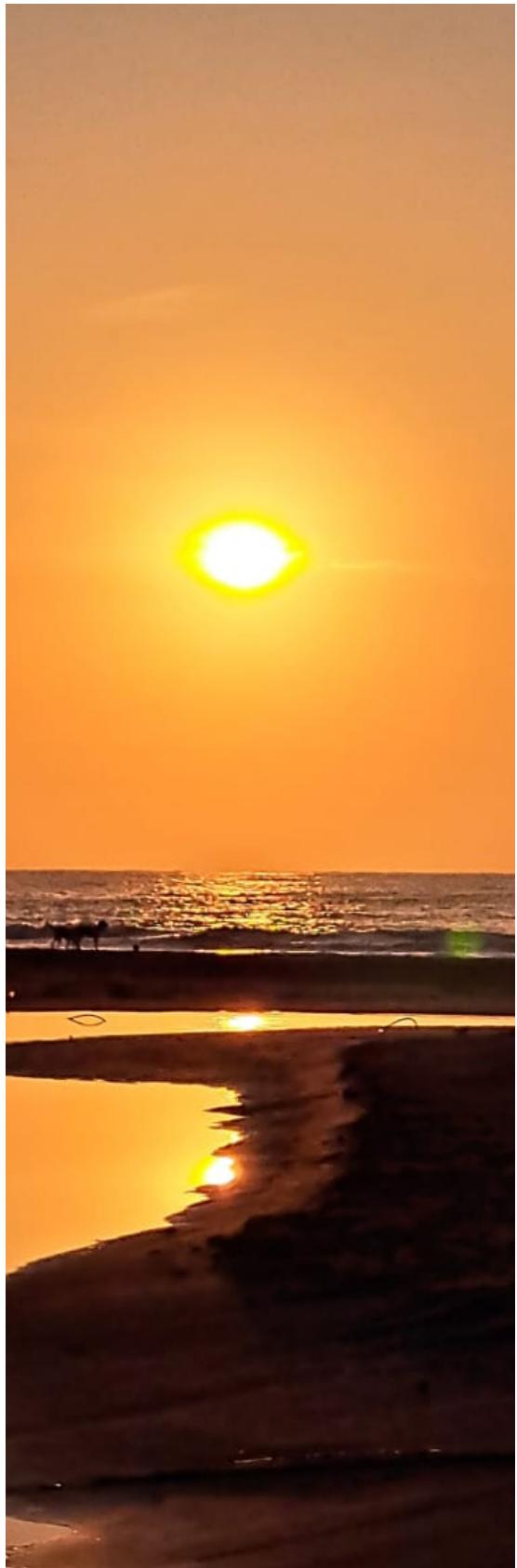
UN OCÉANO
DE POSIBILIDADES

contacto.quimati@gmail.com



55-9164-6396

EDITORIAL



Nuestra casa editorial está de plácemes en virtud del número dos de Quimati de la mano con el ocaso de este 2025.

En esta edición colabora el doctor Eduardo Herrasti Aguirre con un interesante texto relativo al sentido de la vida y el sentido de la historicidad en el que plantea reflexiones de suma relevancia en torno al desarrollo humano.

Alejandra Ríos concluye su artículo sobre el cuerpo censurado en un mundo erótico, haciendo un recorrido sobre la expresión del cuerpo desnudo en el arte, la pintura y la ciencia.

Jessica Gómez, mediante su colaboración espiritualidad responsable expone que cualquier padecimiento mental o emocional hace más que necesario un profundo y verdadero trabajo de autoconocimiento, que no pasa por cursos exprés ni frases motivacionales vacías.

Ana Melisa García Sánchez, nos llama la atención sobre la discapacidad auditiva, particularmente sobre la comprensión contemporánea de esta problemática, actualmente una persona sorda no es vista como enferma, débil mental o sujetos incapaces, sino como personas con plenos derechos y capacidades para interactuar con el entorno a través de la Lengua de Señas.

Lizbeth Zanella, en su artículo ritual y tradición de la muerte, nos comparte la tradición sobre el día de muertos en México, la cual ha alcanzado tal relevancia que ha sido distinguida como Obra Maestra del Patrimonio Oral e Intangible de la Humanidad por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. UNESCO.

Desde una perspectiva psicoanalítica, Carlos Jiménez expone cuál es el trabajo del psicoterapeuta con personas que han sufrido un impacto emocional derivado de experimentar desastres naturales.

La doctora Consuelo Ruelas en una importante y educativa colaboración expone sobre las múltiples posibilidades de que se presenten accidentes en el hogar y qué hacer si suceden, particularmente con niños pequeños como actores, quienes, dada su natural conducta exploradora, eventualmente pueden consumir sustancias u objetos nocivos que atenten contra su salud.

En literaria Gretel Canseco para nuestro disfrute escribe boceto, mientras Leonel Puente nos comparte la segunda parte de su cuento Eya. Desde el equipo editorial de Coincide, no podría faltar nuestra tradicional calaverita.

Para cerrar el número 2 de Quimati, José Elías Suárez Jiménez nos comparte su experiencia sobre su participación por 9 años como Marshal en el gran premio de la Fórmula Uno en México. Puedes seguir la entrevista realizada con el autor en el canal de YouTube Psiluetas, psicología a tu alcance: <https://www.youtube.com/live/3K8PSCFnCsQ?si=QgbGoNECb0TpFmZa>

En esta ocasión nos resta desearles a todos nuestros queridos lectores, que esta Navidad y Año Nuevo sea de dicha, salud, bienestar y prosperidad.

DIRECTORIO

DIRECTOR GENERAL Y EDITOR

Juan Carlos Pantoja Martínez
jcarlospantoja@coincide.mx

CONSEJO EDITORIAL

Francisco Juárez García
Daniel Alberto Miguel Juárez
Gretel Canseco

ASISTENCIA EDITORIAL

Leonel Puente Colín
Juan Manuel Romero Aranzolo

DISEÑO GRÁFICO

Coincide Editorial con asistencia
de
Leonardo Romero Gómez

PUBLICIDAD

contacto.quimati@gmail.com

REDES

Fátima Pantoja Guzmán

COINCIDE

Miriam Guzmán Hernández
Dirección de políticas

Francisco Juárez García
Dirección de investigación

COLABORADORES

Eduardo Herrasti Aguirre
Alejandra Ríos Silva
Jessica Gómez
Ana Melisa García Sánchez
Lizbeth Zanella Pedrera
Carlos Jiménez
Consuelo Ruelas Vargas
Gretel Canseco
Leonel Puente
José Elías Suárez Jímenez



Fotografía de portada: Juan Carlos Pantoja Martínez

Imagen capturada en la tienda del mezcal michoacano. Morelia Michoacán

¿A dónde van los que se van cuando se van? al Mictlán.

Morada para el eterno descanso de aquellas almas que se nos adelantaron, con la puerta siempre abierta; lugar al que se llega después de un viaje de 4 años atravesando diversos obstáculos. Desde la cosmovisión prehispánica, el tiempo de este viaje es el que tarda la descomposición del cuerpo. En esta travesía se mide la fortaleza de nuestro espíritu, aquí será donde nos reciban el señor de la muerte Mictlantecuhtli y la diosa Mictlanchihuatl.

En memoria de nuestros difuntos, que tengan un buen viaje y eterno descanso.

Quimati Revista Digital de Psicología, Desarrollo Humano y Ciencias Sociales. Año 1 núm. 2. Noviembre - Diciembre del 2025. Es una publicación bimestral editada por Juan Carlos Pantoja Martínez, con domicilio en 2a Cda Hidalgo #14 E-301, Col. Santa Úrsula Coapa, Alcaldía Coyoacan, C.P. 04650, CDMX. Tel. 55-9154-9369. www.quimati.net. Editor responsable: Juan Carlos Pantoja Martínez.. RESERVA DE DERECHOS AL USO EXCLUSIVO: 04-2025-050210503800-102. ISSN: En trámite. Licitud de título y contenido: en trámite. Responsable de la última actualización de este número, Coincide editorial 2a Cda Hidalgo #14 E-301, Col. Santa Úrsula Coapa, Alcaldía Coyoacan, C.P. 04650, CDMX. El contenido de los artículos publicados es responsabilidad exclusiva de sus autores y no reflejan necesariamente el punto de vista editorial. Los contenidos publicitarios, sus productos y ofertas son responsabilidad exclusiva del anunciante. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización.

CONTENIDO

DESARROLLO HUMANO

6

SENTIDO DE VIDA Y SENTIDO DE
HISTORICIDAD

EDUARDO HERRASTI AGUIRRE

9

EL CUERPO CENSURADO EN UN
MUNDO ERÓTICO

ALEJANDRA RÍOS SILVA

PSICOLOGÍA

12

ESPIRITUALIDAD RESPONSABLE
JESSICA GÓMEZ

14

SOCIALIZANDO CON LA
DISCAPACIDAD AUDITIVA
ANA MELISA GARCÍA SÁNCHEZ

ESTA BOCA ES MÍA

16

RITUAL Y TRADICIÓN DE LA MUERTE
DÍA DE MUERTOS EN MÉXICO
LIZBETH ZANELLA PEDRERA

PSICOANÁLISIS

20

EL IMPACTO DE LOS DESASTRES
NATURALES

CARLOS JIMÉNEZ

SALUD

24

ACCIDENTES EN EL HOGAR
CONSUELO RUELAS VARGAS

LITERARIA

26

BOCETO
GRETTEL CANSECO

28

EYA
LEONEL PUENTE

31

CALAVERITA QUIMATI

OPINIÓN DEPORTIVA

34

UNA VIDA DE PASIÓN POR LA F1
JOSÉ ELÍAS SUÁREZ JIMÉNEZ

Créditos fotográficos

- 3 Miguel Loredo
6 https://www.freepik.es/foto-gratis/vista-lateral-mano-pulsera_31842933.htm# fromView=search&page=2&position=9&uuid=dde16ec0-bf3f-4909-84f9-79c537aa2445&query=sentido+de+vida+
7 https://www.freepik.es/foto-gratis/vista-lateral-mano-sosteniendo-trigo_29300939.htm# fromView=search&page=1&position=34&uuid=f41a09c7-dbe3-408f-8752-272650694f3e&query=brazo+de+mujer+con+pulsera+en+el+campo
8 https://www.freepik.es/foto-gratis/chica-tiro-medio-madre-haciendo-deberes_20082016.htm# fromView=search&page=1&position=6&uuid=4f5100d3-7130-4978-8b0e-f23db689d49f&query=educaci%C3%B3n+con+valores+
13 https://www.freepik.es/foto-gratis/efecto-lluvia-fondo-natural_4223445.htm# fromView=search&page=1&position=13&uuid=c12abbb9-bd8b-4c13-9878-a0669979a582&query=gotas+de+lluvia+en+ventana+y+mujer
15 https://www.freepik.es/foto-gratis/siluetas-manos-atterradoras-estudio_60407930.htm# fromView=search&page=2&position=0&uuid=698cfb71-fc15-4387-a9d9-8a00ac37367a&query=silueta+erotica+
16 https://www.freepik.es/foto-gratis/mujer-sentada-cerca-costa-mar-mirando-puesta-sol_7822789.htm# fromView=search&page=3&position=10&uuid=c2d37b04-0d48-4045-a0dc-ed4958e30901&query=mujer+a-tardecer+
20 https://www.freepik.es/foto-gratis/mujer-lado-meditando-playa_10423963.htm# fromView=search&page=5&position=45&uuid=7242b77b-a2f9-44c2-a825-c7b9edce9d2&query=espiritualidad+responsable
23 https://www.freepik.es/foto-gratis/bebe-escucha-ponerle-mano-oreja_3337173.htm# fromView=search&page=18&position=0&uuid=a223ca5-59fe-4dd8-8422-1e13d64196f&query=Bebe+con+mano+en+la+oreja
29 https://www.freepik.es/foto-gratis/nina-junto-casa-destruida-guerra-ucrania_375757457.htm# fromView=search&page=1&position=20&uuid=aadb96c-edde-4222-8a5-93b5f235e9a6&query=desastre+por+sismo
30 <https://quierotv.mx/2024/10/04/veracruz-las-impactantes-imagenes-de-la-inundacion-por-desbordamiento-de-rio>
32 https://www.freepik.es/foto-gratis/vista-frontal-botella-abrilucion-guante_8923265.htm# fromView=search&page=1&position=8&uuid=c4b9a017-afe9-450a-b992-8f0d89d8851c&query=frasco+de+productos+de+limpieza
33 https://www.freepik.es/foto-gratis/nina-cosas-bebe_1238229.htm# fromView=search&page=1&position=0&uuid=855f96f6-a145-429f-81a7-a80be1dd6a78&query=beb%C3%A9s+con+sustancias+de+limpieza
34 https://www.freepik.es/foto-gratis/hermoso-arreglo-poinesettia-rojo_19534988.htm# fromView=search&page=1&position=4&uuid=eaa5506a-26f8-40a2-abfa-e8a9b4be2a3&query=flor+de+noche+buena+
36 https://www.freepik.es/foto-gratis/mujer-que-sostiene-taza-cafe-vista-larga_8134560.htm# fromView=search&page=1&position=1&uuid=a29b87e1-16b0-4cb7-8776-6f099fe697c1&query=PIERNAS+EN+LAS+VENTANAS
37 https://www.freepik.es/foto-gratis/vista-lateral-pareja-romantica-fondo-pantalla-astral_30591597.htm

SENTIDO DE VIDA Y SENTIDO DE HISTORICIDAD

Vías sobre las que se construye el desarrollo humano

Dr. Eduardo Herrasti Aguirre

“el desarrollo humano es y será posible mientras no se sofoque o matemos lo humano que existe en cada uno”

SENTIDO DE VIDA, SENTIDO DE HISTORICIDAD, VÍAS CONCOMITANTES

Una de estas vías. La de sentido de vida, representada por la vida de cada uno de nosotros con nuestra historia personal, con nuestra individualidad, con el sentido propio que le venimos dando a nuestra existencia, con nuestro propio proyecto de vida. Acción que transcurre entre el momento de nuestro nacimiento y hasta que morimos.

La otra vía. El sentido de historicidad, representado por nuestra participación social, por nuestra historia colectiva a través de las organizaciones y agrupaciones que hemos construido como humanidad, que seguimos construyendo y, que seguiremos haciendo en sus distintas modalidades y manifestaciones mientras existamos como especie.

Esta última vía, la del sentido de historicidad, hoy día debido a la explosión de las comunicaciones, basadas en la tecnología y acompañadas de la mercadotecnia de lo social, se han ampliado e impuesto de tal forma, que parecieran ser las que dan sentido al significado de vida, dictando o queriendo imponer un concepto de lo que somos y se ha de expresar como colectividad, cuando en verdad la historicidad, es el escenario temporal en el que la vida individual se desenvuelve de manera conjunta.

De ahí, en muy buena medida, que el reto que tenemos de cara al siglo XXI ha de mirar obligadamente al desarrollo humano. Es un reto que indiscutiblemente ha de estar comprometido con lo ético tanto en lo individual como en lo colectivo. Para poder asumir el reto, hemos de mirar al pasado individual como al pasado histórico, no como retorno o regresión infructuosa que lo ve con nostalgia de pérdida, porque aquí no hay regreso, la vida es hacia delante, sino que como aprendizaje para rescatar de la mejor manera el significado de lo que es, pueda decirse, llegar a establecerse, definirse, como referencia e indicadores claros y consistentes para el avance en el desarrollo de lo humano de manera individual y como sociedad.

El sentido de la vida y el sentido de historicidad, están representados en este espacio y en este momento de la historia de cada uno y de nosotros en la cronología en que nos tocó vivir y coincidir. Esta experiencia individual y de todos, habremos de hacerla extensiva y reconocible a cuantos más nos sea posible como aspiración legítima de desarrollo humano.

Bajo este sentir y conceptos, es que quiero reflexionar al lado cada uno de ustedes en torno a lo que hoy nos atañe de manera individual y de forma conjunta como tarea comprometida a desarrollar y llegar a consolidar como un nuevo

orden de bienestar integral dentro de un mundo, que a todos consta, ha sido acaparado por los intereses de tipo económico y de control que ya no aportan, ni satisfacen y que si han dejando vacío individual y social.

En este nuestro siglo XXI, joven aún, es en el que hemos de adentrarnos para restaurar el sentido de satisfacción de vida mediante la reconstrucción y ampliación de la dignidad humana. Esto es: enriquecerlo con un sentido de lo ético que sea de todos y para todos, hasta que conjuntamente lo estemos viviendo y promoviendo con significado de bienestar comunitario por estar en nuestra mente, en nuestro corazón, en nuestras acciones comprometidas individuales y comunitarias en lo cotidiano del día a día.

Me parece entonces que el reto que tenemos, es el de visualizar, para construir y recrear los caminos que permitan a todos apoderarnos de esa visión y compromiso, ya de manera individual, ya de manera colectiva, hasta comprender, entender y encarnar lo que significa promover **el desarrollo humano** de manera integral e integrada.

Soy un convencido de que el cambio con esa orientación ha iniciado a darse ya, aunque de manera forzada porque ha comenzado a imponerse por propia necesidad. Hay urgencia de sentido de vida debido al vacío que se siente, se denota y se manifiesta en lo individual y en las expresiones sociales ampliamente reconocidas. Los estilos de vida sociales se han tornado para las mayorías, en diversas partes del mundo, como algo no sostenible. El mundo de lo



humano reclama un cambio que quizá aún no está plenamente diferenciado, pero que está en el anhelo y aspiración de las mayorías también. Se reclama algo diferente y con un significado incluyente.

UN BREVE RECUENTO

Hemos pasado y estamos a punto de haber superado el cuestionamiento sistemático de todo. Todo ha sido motivo de cuestionamiento. Hemos visto y estamos viendo el derrumbe del sistema productivo institucional con sus postulados, hasta llegar a desconocerlo casi por completo. Hoy se habla de **ingobernabilidad** para referir este fenómeno, que a la par ha quebrantado la confianza y credibilidad, cayendo en la indiferencia, el aburrimiento ante la vida, la incertidumbre, el desempleo masivo, la desesperanza, la desesperación, la violencia, el ilícito enriquecimiento de unos pocos, la pobreza económica y material de muchos millones de personas por todo el mundo, los *nini*. Sin embargo, a pesar de estos signos innegables que padecemos

de manera individual y social, me parece, y quiero creer, que ya pasamos del mero cuestionamiento como síntoma, de la zozobra desestabilizadora y el desconcierto generalizado, a la indignación social. Afortunadamente, la dignidad de lo humano no nos ha permitido quedarnos estancados. Estamos caminando y buscando para encontrar y generar nuevas alternativas. Necesitamos reinventarnos y rescatarnos a partir de nuestra dignidad humana.

Decía que aunque el desequilibrio llegó y se ha hecho altamente manifiesto, lo estamos superando porque el espíritu de confianza y esperanza nos ha mantenido arraigados a la vida a pesar de hechos que parecieran desdecirlo. Este espíritu se está renovando e imponiendo, una vez más, como imperativo de lo humano. Hemos sobrevivido a la soberbia de lo científico y el pretendido olvido de querer vivir sin los valores fundamentales y ética que ataña a todos por igual.

**SUSCRÍBETE A QUIMATI EN
WWW.QUIMATI.NET**



Tienes derecho a una vida plena, armónica, relaciones libres de conflicto

**Contacta con la red de psicoterapeutas de COINCIDE.
Somos una red de profesionales comprometidos
con la salud emocional y el bienestar humano**

Agenda tu cita vía WhatsApp* a los siguientes números

**55-9164-6396
55-1935-0878**

EL CUERPO CENSURADO EN UN MUNDO ERÓTICO

Alejandra Ríos Silva*

Segunda y última parte

La exploración científico artística del cuerpo humano hizo aparecer un desnudo con mayor rigor de detalle, con más información, debido al interés en la anatomía científica, notable en el trabajo de Leonardo Da Vinci y de Miguel Ángel. El enigma de un cuerpo de carne como celda del alma, propició una exploración intensa por parte del arte, incluso en la imagen del dios humano cristiano, quien se mantenía cubriendo discretamente genitales, excepto por el controvertido Cristo desnudo de Miguel Ángel. El virtuosismo resaltado por el dominio técnico para encarnar al cuerpo humano, no para imitar sino para perfeccionar, debía ser evidencia del dominio de la razón humana por sobre todas las cosas, así como prueba de que el trabajo del artista era pensante y no exclusivamente manual. Lo contrario a éstos objetivos era motivo de censura.

Hay varias anécdotas en el siglo XV sobre la censura, como la del mandato por la máxima autoridad eclesiástica de *vestir* a los desnudos pintados de Miguel Ángel, en la Capilla Sixtina, así como a algunas esculturas, a las que tuvo que añadírseles un elemento extra, también de mármol.

Por otra parte, también hubo gran producción, mucha de alta calidad, de imágenes pictóricas sexualmente sugerentes y explícitas de desnudos para el goce privado de su poseedor, quienes tenían habitaciones exclusivas para su contemplación. Paralelamente, con la aparición de la imprenta, hubo una especie de subcultura clandestina pornográfica, pero sin mérito artístico, de mala calidad técnica e improvisada para fines comerciales, que llegaba a denigrar al concepto de desnudez y al de cuerpo humano.

Más adelante se agregan temas profanos en los que el desnudo sigue la línea del exhibicionismo, principalmente para el gusto de los que encargaban desnudos femeninos; con la ventaja del nuevo formato de la pintura de caballete y del empleo de la técnica al óleo que permitía efectos más realistas. La piel junto con la vaporosidad de las telas casi también encarnadas, eran recurrentes al final del Renacimiento, durante el manierismo y en la llamada época Barroca, cuando nace el culto por el buen vestir, y donde aparecen corsés, polizones, y demás elementos resaltadores de ciertos rasgos corporales.

Señala Kenneth Clark, que el desnudo conserva aún hoy su categoría como ejercicio académico y demostración de maestría, principalmente de la tradición heredada de aquella "época más grande de la pintura". El término Desnudo, distinguido del Desnudez, fue incorporado por los críticos ingleses de principios del siglo XVIII, para convencer a los habitantes de los países donde se cultivaba y valoraba el arte de la pintura y la escultura, que el tema central del arte era el cuerpo humano desnudo.

Entrado el siglo XIX, durante el Romanticismo, además de las espléndidas bañistas de Ingres, el desnudo cumplió una función simbólica nacionalista. Por ejemplo, el pecho semidesnudo de La Libertad guiando al Pueblo de Delacroix, que ocupa el centro de la atención, a pesar de la profusión de elementos; en otras palabras, era natural el desnudo artístico por su esencia simbólica, pero sólo se justificaba como tradición artística. Sin embargo,

*Alejandra Ríos Silva es artista visual, diseñadora y académico en la Universidad Nacional Autónoma de México. risa063@yahoo.com.mx



comenta Berger, que en la pintura europea de aquella época el desnudo cumplía adicionalmente una función particular: la de satisfacer la mirada juiciosa de los hombres poderosos, de negocios y estadistas, sobre la capacidad seductora de uno u otro desnudo femenino.

En adelante, cuando entra a escena, la fotografía compite ventajosamente con la pintura en el atractamiento del capricho voyerista de la floreciente burguesía, y genera un desnudo de *estudio*, si bien no plenamente pornográfico, sí de espíritu exhibicionista. Pero los fotógrafos de desnudo no han deseado reproducir el cuerpo desnudo, sino imitar la concepción del arte de la pintura del cuerpo desnudo.

La fotografía y el cine de desnudo artístico -censurado por el pensamiento victoriano-, hace las veces de pornografía. El cine erótico clandestino era un hecho a principios del siglo XX en Europa y, puesto que Porfirio Díaz facilitó la tecnología, también en México; hasta hace pocas décadas, algunos legendarios modelos de la Academia de San Carlos contaban sus experiencias en estas producciones, más bien grotescas y acartonadas.

Al entrar el siglo XX, las vanguardias artísticas en la búsqueda de la síntesis de la forma no abandonan al desnudo, por el contrario, las nuevas

manifestaciones de tipo conceptual no han pasado por alto la carga emotiva de un desnudo. Además, el dibujo del desnudo sigue siendo un reto al adiestramiento de las técnicas de observación y expresión de las artes visuales porque exige un canon de perfección estricto. Es un reto en la búsqueda de alguna base de construcción expresaible en términos de medida, en la que encontrar algún sistema sigue siendo una meta a alcanzar.

Volviendo al afán de la censura, el ocultamiento de las señales sexuales ha sido en todas las culturas humanas una práctica llevada a sus más altos niveles de refinamiento, en la que una vez más el juicio estético está en juego. El vestido, por ejemplo, resalta las señales sexuales, pero disfrazadas civilizadamente; además de ayudar a atenuar algunos inconvenientes físicos como la gordura, la falta de carnes, o la desproporción. En las relaciones sociales, la indumentaria, el idioma, las creencias religiosas, entre otras, son formas de comportamiento social que refuerzan la identidad. En otras palabras, son mecanismos que crean la ilusión de que vivimos en una comunidad unificada y de relaciones personales, de acuerdo a la naturaleza biológica de nuestra especie.

SUSCRÍBETE A QUIMATI EN WWW.QUIMATI.NET



COLEGIO IBEROAMERICANO
DE ESTUDIOS EXISTENCIALES Y HUMANÍSTICOS

RVOE SEP DESAFIO N° 20150314

DOCTORADO

DESARROLLO DEL POTENCIAL HUMANO

Duración: 4 semestres

Horario: Viernes 4:00 - 9:00 pm, sábado y domingo de 9:00 - 2:00 pm

Inicio: 24 de octubre

Modalidad: Online*

www.cieexh.edu.mx



55 55 12 77 41 / 55 55 18 29 55



56 10 45 34 79 / 56 10 45 34 53



ESPIRITUALIDAD RESPONSABLE

Jessica Gómez*

Cuando algo deja un espacio, otra cosa ocupa su lugar.

El sistema económico y social en el que vivimos ha generado un creciente alejamiento de las personas tanto de la religión como de las disciplinas espirituales profundas. Sin embargo, en este vacío han surgido nuevas formas de espiritualidad que, lejos de recuperar su profundidad original, han sido transformadas en herramientas de autoayuda rápida o métodos de sanación superficial.

Por ejemplo, hoy en día existen cursos exprés en donde se promete una formación como terapeuta holístico en 24 sesiones o menos, donde enseñan supuestos métodos de sanación que son extraídos de culturas ancestrales. Estos métodos, aunque pueden tener cierta interconexión simbólica, suelen presentarse de manera aislada, descontextualizados de su tradición y despojados de su mística original. Se ofrecen como soluciones rápidas a problemas complejos, sin abordar su verdadera raíz o mística original. En estos cursos se ofrecen soluciones parciales para problemáticas complejas.

Un caso claro de esta

tendencia es el tratamiento de la depresión y la ansiedad.

Históricamente, estos padecimientos se han tratado desde la psiquiatría con medicamentos, desde la psicología con terapia de largo plazo y desde la medicina y la nutrición mediante cambios en los hábitos alimenticios. En contraste, las terapias alternativas la tratan a través de la "armonización" de los chakras o el aura, por ejemplo. Eso puede generar una sensación momentánea de bienestar, pero no existen pruebas científicas, cualitativas o cuantitativas, que respalden su efectividad en la sanación real cuando se acude a un par de sesiones o cuando sólo se participa en un curso. Esto nos lleva a una reflexión más profunda: enfrentar cualquier padecimiento mental o emocional requiere un verdadero trabajo de autoconocimiento. Este proceso puede abordarse a través de la terapia psicológica, de la participación de una escuela espiritual, el estudio autodidacta profundo y responsable o el acercamiento serio a conocimientos ancestrales. Si bien las terapias alternativas pueden servir como

un punto de partida, no son una solución mágica ni un atajo hacia el equilibrio interior.

Al ver el otro lado de la moneda, es cierto que la psicología ha avanzado en metodologías, diagnósticos y tratamientos, pero su progreso en la comprensión del funcionamiento profundo del cerebro sigue siendo lento. Resulta interesante que, cada vez que los científicos modernos comienzan a descubrir ciertos patrones energéticos y cognitivos, se encuentran con que los Vedas—los textos sagrados de la India—ya habían hablado de estas energías y dinamismos hace miles de años. Esta brecha entre el conocimiento ancestral y la ciencia moderna es la que ha llevado a muchos a buscar respuestas en disciplinas espirituales.

Por esta razón, surgió la psicología transpersonal, que intenta integrar conocimientos ancestrales y espirituales dentro de la comprensión del ser humano.

*Psicóloga social
Resolución no violenta de conflictos
Creación literaria
Por el arte y la Cultura de Ser
55-8128-2910

Mi generación vivió esa transición: sentimos las limitaciones de la psicología convencional y vimos cómo poco a poco se incorporan elementos de Carl Gustav Jung, Jacobo Grinberg y otras corrientes que antes eran temas de nicho. Sin embargo, aunque esta integración ha abierto nuevas perspectivas, en esta disciplina se está en el camino de establecer protocolos claros que regulen estas terapias para garantizar el bienestar del paciente.

Otro desafío en este camino de la construcción de la espiritualidad es que los maestros con conocimiento directo son difíciles de encontrar. La sabiduría profunda tradicionalmente se ha transmitido a través del linaje, en procesos de iniciación rigurosos. No cualquiera puede ser guía espiritual, pero hoy en día muchos se autoproclaman sanadores sin haber pasado por estos procesos. Esto se ve claramente en la musicoterapia: un arte serio y poderoso, pero que ahora cualquiera con un cuenco tibetano cree dominar sin saber de cimática y teoría de cuerdas, por ejemplo. Lo mismo ocurre con la meditación: las técnicas de respiración diseñadas por los yoguis no pueden aplicarse de la misma manera hoy en día, ya que la calidad del aire ha cambiado drásticamente y aun así se siguen realizando en centros de yoga deportiva.

A lo largo de la historia, las escuelas espirituales han desarrollado rituales con significados profundos, diseñados para generar una transformación real en quienes los practican. Estos



Enfrentar cualquier padecimiento mental o emocional requiere un verdadero trabajo de autoconocimiento

rituales no son simples ejercicios simbólicos, sino expresiones de una mística viva que se manifiesta en rutinas, escrituras, manifestaciones artísticas y patrones culturales específicos. Además, están profundamente ligados a las condiciones geográficas y astronómicas en las que surgieron. Un ejemplo de esto se puede ver es la escena inicial de la película *Encuentro con hombres notables* de G. I. Gurdjieff,² donde se muestra el poder del arte profundo, auténtico y refinado, que resuena en la montaña y cuyo sonido vibra en ella gracias a sus cualidades específicas, pudiendo demostrar, sólo cada 20 años, la evolución del artista, su espíritu y su arte.

El conocimiento místico ha sido transmitido principalmente a través de la oralidad, lo que hace necesaria una iniciación directa para acceder a sus enseñanzas más profundas. Aunque existen documentos y libros sa-

grados que contienen esta sabiduría, comprender sus secretos no depende solo de la lectura, sino de una disposición mental, emocional y corporal adecuada. Esta comprensión se desarrolla a través de la inmersión en un estilo de vida y en rituales específicos.

Los sufíes, por ejemplo, son místicos musulmanes que buscan la unión con lo divino a través de la danza, la música y la devoción. Para ellos, la experiencia directa es clave: leen el Corán y escuchan a sus maestros de manera completamente distinta antes y después de participar en una ceremonia de dhikr (remembranza), donde combinan movimientos, respiraciones y meditaciones específicas².

² Se ha registrado que ciertos iniciados alcanzan frecuencias neuronales excepcionalmente altas. Investigaciones como las de Jacobo Grinberg sugieren que estos individuos, en estados avanzados de meditación o ritual, podrían estar accediendo a realidades más allá de lo comúnmente perceptible. Se les considera puentes entre dimensiones y, en muchas tradiciones, se cree que están asistidos por entidades espirituales. Curiosamente, casi ninguno de estos iniciados cobra por curar, pues su labor es vista como un servicio sagrado.

SUSCRÍBETE A QUIMATI EN
WWW.QUIMATI.NET

SOCIALIZANDO CON LA DISCAPACIDAD AUDITIVA

Ana Melisa García Sánchez*

"La falta de la vista me separa de las cosas,

la falta del oído me separa de las personas"

Hellen Keller.

Con esta frase, Hellen Keller, escritora sordo-ciega, nos describe en pocas palabras, lo que para ella fue carecer de ambos sentidos y al referirse a su discapacidad auditiva o sordera es inevitable pensar en las palabras: soledad, rechazo, incapacidad para comunicarse, relacionarse...

Según datos de la Organización Mundial de la Salud, en México se cuenta con alrededor de 2.3 millones de personas que tienen algún tipo o grado de discapacidad auditiva. Es considerada una de las discapacidades con mayor impacto social y vista también como sinónimo de aislamiento.

A lo largo del tiempo, la sordera ha sido estudiada con diversos marcos referenciales como: el médico, educativo, lingüístico, psicológico, rehabilitatorio, antropológico, social, entre muchos otros.

Desde el punto de vista social, una persona sorda es aquella con un lenguaje diferenciado, una sensibilidad y una cultura propias.

Este enfoque ha permitido ver a los sordos ya no como enfermos, débiles mentales, o sujetos incapaces de

comunicar sus necesidades o de socializar con sus semejantes dada su carencia de lenguaje.

Es por medio de la Lengua de Señas, la lengua natural de los Sordos, que tienen la oportunidad de interactuar entre ellos y con las personas oyentes; tienen acceso a escuelas, a trabajos remunerados, a una vida digna, es el medio por el cual luchan todos los días por mejores condiciones de vida, así como por el reconocimiento y aceptación de su lengua por la sociedad.

Educación inclusiva. Habilidades cognitivas.
Discapacidad auditiva Lengua de señas mexicana
melygasa77@gmail.com



Las personas sordas al igual que los oyentes van a la escuela, se casan, se reúnen en iglesias, asisten al teatro, al cine, destacan en los deportes, entre muchas otras actividades sociales.

Los sordos no son seres diferentes a nosotros, ¿en qué radica nuestra diferencia?, ¿quién es realmente el discapacitado?, ¿ellos o nosotros que no entendemos su lengua?, ¿ellos o nosotros que no los integramos a nuestra sociedad?, ¿ellos o nosotros por nuestra incapacidad o miedo a lo desconocido?, ¿ellos o nosotros con nuestras viejas creencias?, ¿ellos o nosotros con nuestras actitudes de discriminación?

Por fortuna, actualmente existe una mayor difusión y aceptación acerca de temas relacionados con la Discapacidad Auditiva, Lengua de Señas, Comunidad de Sordos.

Como cada 28 de noviembre, en México se conmemora el Día del Sordo, la inclusión empieza por ti, sé parte de los festejos aprendiendo a saludar, a decir gracias, mucho gusto en conocerte, en lengua de señas mexicana (LSM).

SUSCRÍBETE A QUIMATI EN WWW.QUIMATI.NET

Tienes derecho a la salud mental, a gozar de una vida plena, armónica, relaciones libres de conflicto.

Agenda tu cita con la red de psicoterapeutas de COINCIDE.

55-9164-6396 y 55-1935-0878

RITUAL Y TRADICIÓN DE LA MUERTE: DÍA DE MUERTOS EN MÉXICO

Lizbeth Zanella Pedrera*

*No para siempre en la tierra .. Sólo un poco aquí.
Nezahualcóyotl*

Estamos en el último bimestre del año, durante el cual tiene lugar una de mis festividades favoritas: el Día de Muertos. Enigmática, paradójica, siniestra e incomprendible para los extranjeros, la fiesta que celebra a nuestros difuntos es una de las más ricas tradiciones que poseemos como mexicanos. La celebración del Día de Muertos es tan importante a nivel cultural, que la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, por sus siglas en inglés), la distinguió como Obra Maestra del Patrimonio Oral e Intangible de la Humanidad.²

México es el único país del mundo que se da el lujo de burlarse de la muerte por un par de días; eso si, con todo respeto.

² Las obras maestras del Patrimonio Oral e Intangible de la Humanidad integran una lista mantenida por la UNESCO de elementos del patrimonio cultural inmaterial que dicho organismo considera relevantes. Fuente: http://es.wikipedia.org/wiki/Obras_Maestras_del_Patrimonio_Oral_e_Intangible_de_la_Humanidad

TRADICIÓN MILENARIA

Los antiguos mexicanos veneraban a los muertos, según la forma en que habían fallecido; la muerte era una transición importante a cuatro sitios sagrados:

Tlalocan o paraíso de Tláloc, dios de la lluvia, que era el lugar sagrado de los que morían en circunstancias relacionadas con el agua: inundaciones, ahogamientos, sacrificios al dios. Este lugar era considerado de reposo y abundancia.

Omejocán, o paraíso del sol, donde habitaba Huitzilopochtli, dios de la guerra. A este sitio llegaban los guerreros muertos en el campo de batalla, y las mujeres que morían en el parto, quienes eran comparadas con guerreros, por la batalla librada. Habitar el Omejocán era un

privilegio dentro de las culturas mesoamericanas. Después de cierto tiempo de vivir en el Omejocán, se podía reencarnar en hermosas aves de plumas multicolores, y trascender con el nacimiento diario del sol.

Mictlán, que era el sitio sagrado para quienes morían de causas naturales. Los señores de este sitio eran Mictlantecuhtli y Mictecacíhuatl, señor y señora de la muerte. Para llegar al Mictlán, era necesario ser acompañado por un Xoloitzcuintle, que ayuda a las almas a cruzar el río de la muerte.

Y **Chichihuacuauhco**, o lugar donde habitan los niños muertos. En este sitio existe un árbol de cuyas ramas goteaba leche, para alimentar a los niños. Estos vuelven a la tierra después de un tiempo, como la promesa del inicio de una nueva vida.

*Lizbeth Zanella Pedrera, es licenciada en ciencias de la comunicación por la Universidad Nacional Autónoma de México. UNAM.
Correo electrónico: panthera7@yahoo.com

EL RITUAL DE LA MUERTE

Para los mexicanos, la muerte es objeto de fiesta; es adorno y juguete. Ubica lo sagrado dentro de lo profano, y obtiene su contexto en la imaginería, en el rito y en lo lúdico.

Los españoles se horrorizaron al ver las costumbres prehispánicas respecto a la muerte; implantaron la ideología sustentada en el catolicismo, y modificaron la cosmovisión del rito.

No hay un rincón en la República Mexicana que no conmemore a los muertos en las fechas establecidas por el calendario cristiano; por supuesto, cada región con sus costumbres más locales, se une a la festividad que hace de la muerte la principal invitada.

La fiesta es popular y pertenece a todos y cada uno de nosotros: no hay distingo entre pobres, ricos, campesinos, citadinos, sureños o costeños. A todos, tarde o temprano, nos va a llevar la huesuda.

Y es una fiesta llena de color; no por nada, a los extranjeros les sorprende y fascina el ritual que conlleva el día de muertos en nuestro país. Habla de la irreverencia del mexicano, que se burla de todo, hasta de la muerte. Es pues, el sincretismo entre dos culturas que crean un nuevo lenguaje con su respectivo significado.

LA OFRENDA

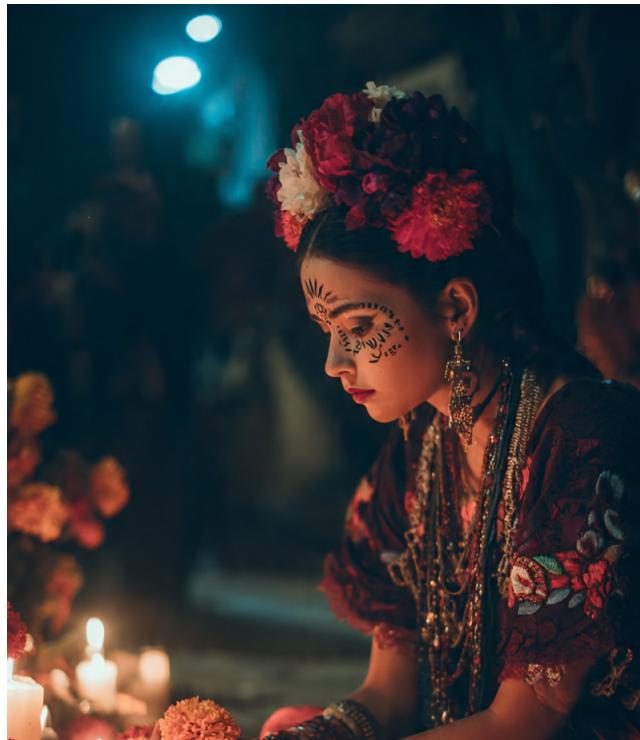
La forma en que alguien moría determina el sitio sagrado al que debía retirarse. Pero también vivimos de cierta manera; cada objeto significativo que poseemos determina quiénes somos y como vivimos. La ofrenda de Día de Muertos es una de las costumbres más arraigadas de la celebración; cada uno de los objetos que la conforman tiene un significado y una función específica. Revisemos:

Agua: El agua es fuente de vida, y se pone en la ofrenda para que el difunto beba y recupere fuerza y pueda volver a su morada sagrada.

Sal: Evita que el cuerpo se corrompa, y pueda volver a su casa terrena al año siguiente.

Velas: el fuego significa fe y esperanza, y sirven para iluminar el camino de regreso a la morada del difunto; se ponen tantas velas como difuntos se honran.

Incienso: Limpia el espacio de los malos espíritus para que las almas de los difuntos puedan entrar sin ningún peligro a su casa terrena.



Flores de cempasúchil (Zempoalxóchitl, el original): son el camino que traza la ruta de los muertos; representa el carácter festivo de la celebración.

Pan: Es la ofrenda a compartir entre vivos y muertos; representa el cuerpo desmembrado de los difuntos.

Calaverita de azúcar: Son una alusión a la muerte, que siempre está presente aún entre los vivos. Y como nadie tiene la vida comprada, las dulces calaveritas con el nombre de los vivos se incluyen en la ofrenda, como un recordatorio del breve paso que tenemos en este mundo.

Por supuesto, también son importantes los objetos que favoritos del difunto: sus fotografías, los platillos que le gustaban cuando vivía, el licor que prefería, los cigarros que fumaba; si el muerto es un niño, es importante poner los juguetes consentidos del pequeño, para que juegue con ellos mientras nos visita. No pueden faltar los manteles de papel picado, que son parte de la colorida escenografía para el día de muertos.

PÁTZCUARO Y MIXQUIC

Entre las numerosas celebraciones que hay en México, hay dos que me gustaría mencionar por la belleza ritual que representan.

En Pátzcuaro, Michoacán, en la región Purépecha de nuestro país, las calles se visten de amarillo para recibir a los muertos los días 1 y 2 de noviembre; el

***"La muerte es democrática,
ya que a fin de cuentas,
güera, morena, rica o pobre,
toda la gente acaba siendo
calavera."***

José Guadalupe Posada

ritual de este lugar es famoso en el mundo entero: el lago de Pátzcuaro se cubre de embarcaciones llenas de flores de cempasúchil y velas; el espectáculo ilumina el espejo de agua, y existe una leyenda al respecto:

"Según la leyenda, Mintzita era hija del Rey Tzintzicha e Itzihuapa era hijo de Taré y príncipe heredero de Janitzio. Su gran amor se vio frustrado por la llegada de los españoles conquistadores, quienes tomaron prisionero al padre de Mintzita. Itzihuapa intentó extraer el tesoro que se encuentra en el fondo del lago para intercambiarlo por la libertad del Rey Tzintzicha, pero fue sumergido y atrapado por las almas de los veinte remeros que resguardan el tesoro en las profundidades, convirtiéndose en el vigésimo primer guardián. En la Noche de Muertos, todos los guardianes del tesoro despiertan y suben la cuesta de la isla. Los Príncipes Mintzita e Itzihuapa van al panteón para recibir las ofrendas de los vivos."

Los habitantes de la isla gustan de compartir con los fuereños sus costumbres; la mejor forma de corresponder a tales atenciones es llevando una ofrenda a los altares.

Por otra parte, en Mixquic el culto a los muertos tiene una trascendencia sin precedentes, pues es un barrio mágico con tradiciones casi intactas, que pertenece a la Ciudad de México, cuyo trajín cotidiano va dejando caer en el olvido las tradiciones centenarias para sustituirlas con festividades más bien desecharables.

Estuve hace años en Mixquic, y puedo decir que brilla con luz propia por sus tradiciones. El Día de Muertos es único, y comienza una semana antes, cuando los habitantes del barrio van a limpiar las tumbas de sus difuntos, y hacen lo propio con sus casas. En la entrada de la casa colocan estrellas de carrizo, alumbradas con velas que indican el camino a los difuntos de la casa; hay moradas donde de plano hacen fogata. A las doce del día del 1º de noviembre, suenan doce campanadas que anuncian la llegada de los niños difuntos; enseguida, se anuncian las almas adultas.

Se terminan de poner las ofrendas y a las tres de la tarde se ofrecen oraciones por los muertos olvidados. A eso de las siete de la tarde, los niños salen a pedir "calaverita", pero no como la conocemos actualmente. Ellos ofrecen oraciones a cambio de pan o frutas.

El 2 de noviembre al mediodía, suena de nuevo las campanas para anunciar la partida de los muertos. A partir de las seis de la tarde, comienzan las Alumbradas, que reúnen en el cementerio a los miembros de la familia del difunto; éstos encienden velas en la tumba, para indicar a sus muertos el camino de regreso al inframundo.

LA CATRINA

No puedo dejar de escribir sobre la reina y señora de esta festividad: La Catrina.

SUSCRIBETE A QUIMATI EN WWW.QUIMATI.NET



Psiluetas

Psicología a tu alcance

Suscríbete en YouTube al canal Psiluetas, Psicología a tu alcance.

Encontrarás diversas temáticas psicosociales, del desarrollo humano, ciencias sociales, así como charlas y entrevistas con los colaboradores de Quimati



EL IMPACTO DE LOS DESASTRES NATURALES EN LA VIDA DE LAS PERSONAS,

El trabajo del terapeuta

Carlos Jiménez*

Los desastres naturales son hechos fácticos y materiales a los que estamos expuestos todos los seres vivos y los humanos no somos la excepción. Estos hechos se refieren a explosiones volcánicas, inundaciones, deslaves, huracanes, terremotos, etc., son eventos que no se pueden prevenir y somos muy vulnerables ante ellos. Tanto víctimas como testigos de los desastres naturales no quedan ilesos, muchos pierden su casa, bienes, empleo o algún ser querido. La vida cotidiana se altera considerablemente al quedar dañada la infraestructura urbana, sin luz, agua, y medios de comunicación. Es de esperarse que también la vida emocional quede afectada en mayor o menor medida con casos agudos de insomnio, terrores nocturnos, ansiedad o angustia generalizada, tristeza, depresión, entre otros síntomas.

Para Sigmund Freud (1856-1939) la realidad psíquica no

sólo lo que hay afuera, si no lo que el sujeto le imprime, un valor personal y especial, en otras palabras "valor de realidad". Lo que una persona siente y piensa es más valioso que el evento en sí mismo, ya que cualquier situación está rodeada y relacionada con todas sus fantasías, la realidad material o fáctica pierde su valor ante la realidad psíquica. Este autor nos ayuda mucho a entender por qué cualquier persona queda afectada en mayor o menor grado en una situación de esta índole. Nadie queda librado de sentir el sismo, la inundación, el incendio, etcétera. Así como nadie quedará sin estar alterado por su realidad psíquica y su vida emocional.

La vida emocional se alimenta de nuestra realidad psíquica y viceversa. Nuestros miedos, anhelos, deseos y fantasías son dinámicos, tienen una interacción dentro y fuera de cada sujeto, se alimentan de los vínculos que hacemos en la vida cotidiana y

de las experiencias que tenemos.

Freud piensa que cuando un bebé nace, la realidad psíquica se va construyendo por medio de la relación que hay con los padres, particularmente con la madre y las primeras experiencias, como: la alimentación, la forma en que una madre mira y toca al bebé. Si bien Freud no era ambientalista, sí creía que las experiencias en la realidad material influyen en la realidad psíquica. Como resultado, un adulto es mucho de lo que vivió en sus primeros años de vida, infancia, no necesariamente es destino, pero quedan muchos remanentes y vestigios de ello.

Melanie Klein (1882-1960) retoma la investigación de Freud, sin embargo, gracias a su trabajo clínico con niños, mediante técnicas de juego, se da cuenta

* Carlos Jiménez
Psicoterapeuta Psicoanalítico



que lo manifestado por los menores era más complejo y complicado de lo que aquel pensaba. Infirió que desde el primer minuto en el que el bebé está en el mundo, tiene una vida emocional llena de angustia, la cual vive como aniquilante, por lo que entonces, quiere depositarla en alguna parte. Klein entendió que desde muy pequeño el niño va introyectando las figuras externas y que juegan con ellas como lo hace con sus juguetes, con la finalidad de tener más confianza en ellos mismos. Está presente la angustia, pero también la creatividad. Considera que la forma en que cuidamos nuestros órganos es igual a la manera en que cuidamos a las personas externas, con la diferencia que los órganos están dentro de nosotros y la experiencia no es consciente.

Las partes del cuerpo y la relación con ellos son objetos en nuestra mente y se toman de una forma muy particular. A modo de ejemplo: Yair, un adolescente de 15 años que había tratado de suicidarse cortán

dose las venas de la mano izquierda, decía: esta mano se portó mal por eso está vendada, como si la mano fuera ajena a él, pero estuviera dentro de su mente como un objeto dañino y malo.

Wilfred Bion (1897-1979) sigue la línea de pensamiento de Klein y continúa desarrollando sus planteamientos. Propone el concepto de reviere materno. El bebé física y psíquicamente no puede lidiar solo con la angustia, así que, lo que la madre hace es recibir esa angustia, trata de tratarla y se la regresa en una experiencia diferente. De esta forma es como la mente del bebé se va poblando de una madre gratificadora, que ayuda, que contiene, que entiende, que mitiga el dolor, que responde a la demanda de lo incomprendible.

En caso contrario, si la madre corresponde a esa angustia con agresión y frustración, dentro del bebé habría una serie de objetos malos que en vez de ayudar lo seguirían perjudicando, dañando, lo contaminarían por dentro y lo perseguirían por todas partes, todo ello apun-

talado por el odio y destrucción interna del bebé. De acuerdo con estas experiencias tan tempranas y primarias, será la forma de reaccionar a los eventos de la vida cotidiana presente y futura. Con el paso del tiempo y con el contacto que hay con la realidad material irá confirmando o modificando su vida emocional y sus relaciones *objetales* internas.

En otras palabras, nuestra mente se va poblando de objetos buenos (personas que nos cuidan, que ayudan, que representan esas primeras relaciones de vida) y de objetos malos (personas que frustran, que dañan, que destruyen, así como lo que sentimos en nuestras primeras experiencias de vida), todos esos objetos se introyectan, se meten en nuestra mente y hace que la vida se vea y se viva de una forma muy especial. Estos objetos están en constante juego con la realidad externa y material, se van confirmando o también se pueden modificar.

**SUSCRIBETE A QUIMATI EN
WWW.QUIMATI.NET**

T - CUIDO

ENFERMERIA A DOMICILIO

Servicios

- Asesor en lactancia materna
- Instalación de Suero Terapia
- Administración de medicamentos intravenosos, intramusculares y subcutáneos
- Toma de Glucosa
- Aseo y limpieza del paciente (baño de esponja)
- Cambio de sonda foley
- Control de signos vitales, peso y talla
- Curación y desinfección de heridas: pie diabético, lesiones por presión, estomas, quemaduras...
- Toma de muestras, electrocardiogramas
- Nebulizaciones

Tels: 56-1096-4785

55-8348-1696

SOLUCIONES PARA TU EMPRESA

- CURSOS Y TALLERES DE CAPACITACIÓN
- ATENCIÓN PSICOLÓGICA *ON LINE* PARA EL CAPITAL HUMANO
- EVALUACIÓN DE CLIMA Y ENTORNO LABORAL
- DETECCIÓN DE NECESIDADES DE CAPACITACIÓN
- IDENTIFICACIÓN DE FACTORES DE RIESGOS PSICOSOCIALES (NOM-035)



contacto.quimati@gmail.com

Tel. 55-9164-6396

ACCIDENTES EN EL HOGAR

*Consuelo Ruelas Vargas **

Los niños son exploradores por naturaleza: les gusta investigar, tocar, desarmar y probar, no tienen miedo de lo que puede representar *peligro*; desafortunadamente los hogares propios o ajenos son campos minados donde se pueden encontrar objetos o sustancias que ponen en riesgo su integridad física o incluso, su vida. También suceden accidentes en las escuelas primarias o secundarias, aun más en guarderías.

En general esto ocurre por descuido y exceso de confianza de las personas que están al cuidado de los menores, sean padres, familiares, profesores, cuidadores, vecinos, etcétera. Una particularidad que hemos observado es que la mayoría de los afectados son niños sanos: no han presentado ninguna enfermedad ni hospitalización previa a la ingestión, pero que por un momento o instante de distracción presentan síntomas de ingestión causados por objetos o sustancias que ocasionan daño temporal o permanente, que deja secuelas o hasta la pérdida de la vida.

Debido a las dificultades económicas que se presentan en la mayoría de los hogares, las

personas recurren a la compra de sustancias de limpieza en expendios de dudosa fabricación o en *carritos* que venden dichas sustancias, colocándolas en envases que no tienen ninguna advertencia, es decir, representan un peligro mortal, ya que reutilizan botellas de agua, refrescos, yogurt, jugos o bebidas energéticas. ¿Para qué sirven?, ¿qué contienen?, ¿qué se hace en caso de ingestión?, o bien, ¿cuáles son los números telefónicos a los que se puede hablar para tener alguna orientación?

La mayoría de estos accidentes se presentan en niños de entre 2 y 3 años, aunque puede variar desde lactantes (meses de nacido) hasta escolares y adolescentes.

Los profesionales de la salud teníamos conocimiento de que si la ingestión ocurría en adolescentes la causa más probable era el intento de suicidio, pero en la actualidad esto también ha cambiado porque hemos encontrado adolescentes con ingestión accidental, y lamentablemente, hemos encontrado el intento de suicidio ahora en escolares; este fenómeno se ha incrementado dada la problemática actual en los hogares,



Existe un desconocimiento muy importante con respecto a lo que se debe hacer después de una ingestión de este tipo, es decir, tanto en el público general como en las personas que están relacionadas con la atención médica, y aunque se han dado pláticas en congresos, cursos de primeros auxilios, escuelas para padres, etcétera, se sigue ofreciendo información inadecuada, que lejos de ayudar a evitar una mayor lesión, aumentan el riesgo de un daño permanente.

Hablamos de la falta de regulación en la venta de sustancias que pueden dañar diferentes órganos, pero también hemos observado que por el descuido

*Consuelo Ruelas Vargas
es cirujana pédrica
y endoscopista pediatrica
cony.1905@gmail.com



de los adultos; los niños han ingerido sustancias u objetos que en las especificaciones de los productos sugeridos está mencionado el contenido y las edades en las que pueden ofrecerlo a los pequeñitos, pero que por falta de interés y exceso de confianza no toman las precauciones adecuadas para vigilar que se lleven a cabo de manera adecuada. Cabe mencionar que también algunos juguetes refieren el contenido de hidróxido de sodio en un porcentaje significativo, y además mencionan que son sustancias cáusticas y que deben hacerlos vomitar o darles leche o huevo, lo que genera mayor daño en los tejidos, ya que al pasar una segunda vez por el órgano afectado lo lesionan más. Dichos juguetes se relacionan con juegos científicos.

En la actualidad, hay muchos cursos de primeros auxilios donde hacen referencia a los accidentes que ocurren, cómo prevenirlos y qué hacer en caso de que sucedan, lo cual es de suma importancia, ya que de ello depende que logremos evitar complicaciones, un mayor daño o hasta la pérdida de la vida.

Sabemos que los niños menores de 5 años no deben jugar con objetos menores a 5 centímetros de diámetro, esto evita que al ingerirlos se vayan al aparato respiratorio o al tubo digestivo y lo

obstruyan. Es muy frecuente que los padres les den a sus hijos monedas para que se "entretengan", artículos que contengan pilas u objetos pequeños que no estén debidamente cerrados, éstos fácilmente se desprenden y se los llevan a la boca, lo cual ocasiona que se vayan ya sea al aparato respiratorio o digestivo.

La urgencia de extraerlo dependerá del tipo de cuerpo extraño que haya ingerido, del sitio donde se aloje, del tiempo que haya transcurrido desde la ingesta, de la edad del paciente, de las molestias (síntomas) que presente y de los antecedentes de enfermedades previas.

Una urgencia verdadera es cuando un objeto está alojado en el aparato respiratorio y tiene dificultad para respirar; sensación de falta de aire, aspecto morado (cianótico) o pérdida de conocimiento.

También es una urgencia cuando se ingiere una pila y ésta se aloja en el esófago, ya que las pilas contienen sustancias alcalinas que "queman" y pueden perforarlo, lo cual los llevará a la muerte si no se actúa inmediatamente.

**SUSCRÍBETE A QUIMATI
EN WWW.QUIMATI.NET**

BOCETO

*Gretel Canseco**

Un par de largas piernas enrosadas junto a la ventana, un rostro perfilado a contraluz por ella, la eterna Luna. Los senos desnudos, medio cubiertos por el chal negro que estuvo tejiendo toda la tarde. Taciturna, sombría cabellera que, extrañamente suelta sobre los hombros, se enrosca y desenrosca sin conciencia entre sus dedos.

No me ve, no se ve, nunca ha sabido verse, ese es uno de sus más grandes superpoderes. Le permite reinventarse, dice, cuando la acorralo con mis argumentos. Pero no es así, sus breves reinvenciones se resquebrajan rápido y siempre vuelve a mis brazos.



*Gretel Canseco es Psicóloga por la Universidad Nacional Autónoma de México
Madre, psicoterapeuta, consteladora familiar, locutora de radio y artesana

A veces herida, salvaje, me monta con esa violencia de la rabia contenida, me enreda en sus piernas indomables, me acorrala en sus sueños, dormida gime mi nombre mientras pega sus pechos en mi espalda. Yo siento su piel ardiente y pegajosa que me prende, pero no despierta, sigue perdida en sus pesadillas.

Me acerco a la ventana y estiro mi mano sin atreverme a tocarla, no sea que se esfume esa magia, como otras veces. Me intuye y sonríe, me abraza mientras el chal cae y nos sirve de tapete, me busca mimosa, susurra tonterías en mi oído, me lleva a la cama y se abandona. Sus ojos vuelven brevemente a la ventana, a esa Luna que no la suelta, que no la deja ser mía completamente.

Yo quiero poseerla, hacer gritar esa boca pequeña que se pierde entre mis besos, quiero sus uñas encajadas en mi espalda, bocetandoen arañosazos infinitos la pasión más impía. Quiero morder sus hombros y su cuello, que el mundo vea en marcas purpúreas mi paso por su piel. Recorrerla por dentro a donde no ha llegado nadie y hacer míos cada uno de esos caminos húmedos, rojos y sangrantes.



Sembrarme, arraigarme en ese corazón que palpita a destiempo, desgarrar sus entrañas con el ritmo irrefrenable que me provoca su mirada perdida en no sé qué extraño universo. Hacerla olvidar la luna y el sol y las constelaciones que inspiran sus horóscopos tontos de la mañana. Habitar cada uno de sus pensamientos, que no resuene otra palabra en su mente que no sea mi nombre.

Pero no me deja, esas otras veces, las más, regresa serena y callada, dócil y dulce. Se derrite en mi pecho, me moja con algunas lágrimas, no con ese deseo febril e inconsciente que aflora con un mal sueño. Toma mi mano y hace mil nudos chinos con sus dedos y noto esa ausencia. Sonríe con una sonrisa triste y regresa a la ventana bañada de Luna a donde la siguen mis ojos.

Es entonces cuando resignadamente tomo un par de hojas y el carboncillo y me concentro en hacer un boceto más.

**SUSCRÍBETE A QUIMATI
EN WWW.QUIMATI.NET**

EYA

Pienso en bisontes y ángeles, en el secreto de los pigmentos perdurables, en los sonetos proféticos, en el refugio del arte. Y esa es la única inmortalidad que podemos compartir, tú y yo, Lolita.

Leonel Puente

Lolita.
Vladimir Nabokov

Segunda Parte

XL. Pase lo que pase

En todo caso, ahora acepto que ya no es mía (si es que algún día, fantásticamente lo fue). Ahora la descubro en su desbordante abandono y en su delirante perfidia como jamás quise o pude verla. Yo sólo era y soy un instrumento de sus juegos glamorosos. Quedé agotado y con una sensación de desengaño y desencanto hacia los cielos luminosos. Y todavía cometí otra imprudencia. ¿Cómo pude vivir tantos años con Eya y, luego, al separarnos, prometerle que seguiríamos encontrándonos al comienzo de cada estación bajo cualquier circunstancia y pasara lo que pasara?

-Pase lo que pase -propuso.

-Pase lo que pase -acepté, al repetir.

¿O fui yo quién lo propuso?

XLI. Propuestas desorbitadas

¡Y qué no se dice en esos momentos de éxtasis compartido! Segundos por los que se paga muy caro. A lo mucho algunos minutos en días o noches gloriosas.

Pasara lo que pasara, fue la consigna. Y no miento al decir que quizá fui yo quien la propuso; pero es más fácil echarle a alguien la culpa; especialmente cuando las propuestas son desorbitadas.

XLII. Llanuras del romance

Llanuras del romance para un cachorro de león. En realidad un interminable desierto, árido y estéril. Pero algo hay que inventar cuando se tiene sed. El hambre se puede dominar. Hasta las piedras pueden ser nutritivas si las sabes escoger. Pero la sed es cruel. La sed hay que saciarla tarde o temprano. Y si el oasis que tienes enfrente es imaginario, lo mismo da si no hay otro. Bendito ha de ser quien encuentra oasis verdaderos.

XLIII. Bebiendo ilusiones

Sueño hermoso. Pero como dijo un poeta maldito: "por hermoso, efímero". La cita. La cita es exacta. Antes o después ya no tiene sentido. Y ningún reloj es capaz de marcar con exactitud los ciclos del espíritu. Allí no se habla de horas, se habla de siglos (y eso es nada más para dar una vaga idea de lo que se trata). Por eso es que dije aquello de que da lo mismo que el oasis sea imaginario. Cuando se tiene sed durante siglos, no se puede seguir esperando. De todas formas continuarán siglos y más siglos. Y si no llega el oasis verdadero, hay que beber ilusiones.

XLIV. De fantasías a FANTASÍAS

Eya llama por teléfono. Hace una cita para el día siguiente. ¿Quién?

Quizá un amigo. Quizá otra víctima. Quizá nadie en especial o es una llamada falsa. Si la conozco un poco, Eya es más dada a fantasear que yo. Por eso me enamoré. Creí enamorarme porque imaginé que nos comprenderíamos. Pero también hay de fantasías a FANTASÍAS. Cualquiera puede entender eso.

XLV. Centinela adormesido

Eya me mira con interés mientras llama. Precisamente por eso no hago pregunta alguna. Nada hay para inflamar un deseo como el hecho de reprimirlo o mostrarse indiferente. Si algo quería provocar en mí, con esa llamada; la que resultó provocada fue Eya por causa de mi silencio. Sin duda, en otros tiempos, habría comenzado un ácido interrogatorio. Ahora que ya no nos une un lazo legal, sería estúpido el celo. Aunque, más bien, no sé qué es más estúpido: si la Ley o el celo.

Es cómoda la seguridad, pero con el tiempo se adormece el centinela y quien quiere escapar o entrar a la fortaleza, de que entra, entra, o de que sale, sale (según sea el caso), pues ya hay un plan fraguado de antemano y, mientras más sea el lapso de espera, más eficaz ha de resultar. Entonces la fortaleza se derrumba si no era FORTALEZA.



Solamente quien no quiere irse no se va. La saliva se le vuelve ponzoña a quien se le obliga a permanecer. ¡Si lo sabré yo y mi espejo!

XLVI. Cachorros juguetones

Eya se lanza sobre mí con una rabia inusual. Una emocionante sorpresa, la verdad. Por lo general, quien perdía los estribos era otro.

Todo mundo sabe que los cachorros son juguetones, no podía yo ser muy distinto, aunque me empeñara en permanecer casi impasible. Ese "casi" me costó muchos años de desesperación. Los doctores le llaman adolescencia.

Yo hacía dibujos de cavernas y allí encerraba al leoncito tierno para cuidarlo. Según yo. El resultado único fue que le prohibí divertirse y se enojó. Todavía lo retuve otro poco. Fue cuando llegó EYA. Pero he dicho que EYA murió, que está muerta, que ya no está aquí y me salí del tema. Pido una disculpa, pero es que las emociones fuertes desordenan mis ideas.

XLVII. Cachorro de león

Eya se lanza sobre mí con una rabia inusual. Por lo general quien perdía los estribos era el cachorro de león (o sea, yo) por falta de agua y por haber vivido mucho tiempo en oscuras cavernas. Otra disculpa. Por andar haciendo experimentos, el animalito aquél agarró varios vicios. Fuma y bebe y es amigo de las serpientes. Hasta piensa que son hermosas y que hablan maravillas.

Les digo que cuando las emociones son fuertes ya no sé ni lo que digo ni lo que hago.

XLVIII. Rabia inusual

Eya se lanza sobre mí con una rabia inusual. Por lo general, quien perdía los estribos era yo. Sé cómo hacer para que Eya los pierda también, pero a su lado siempre me resultó difícil contenerme, darle rodeos; demasiada fascinación me causaba y ese era su mayor poder. Un poder concedido, no ganado por medio de un esfuerzo propio. Pero poder al fin. Y quien ostenta un dominio (de quién sea o de lo que sea), no lo cede y busca que sea absoluto.

Les digo que yo emocionado ya no sé ni lo que digo ni lo que hago ni mucho menos lo que escribo.

XLIX. Otros planos existenciales

Siento una especie de miedo cuando Eya se comporta con esa extremada desenvoltura voluptuosa. Me parece una total extraña, un ser inalcanzable aunque estemos profundamente entrelazados. Hasta envidio su placer, pues parece que, por unos instantes, no está en este mundo sino que transita otro tipo de planos existenciales a los que únicamente Eya puede acceder. Yo solo soy una puerta que se abre y se cierra para que pase.

**SUSCRÍBETE A QUIMATI
EN WWW.QUIMATI.NET**

Quimati agradece a Raymundo Hernández López, la ilustración insertada. Es originario de Guadalajara, Jalisco.

Artista plástico emergente, participante activo en diferentes foros locales y estatales.

Raymundo HL Hernández López

Compra y Venta de Libros

Raros, Descatalogados, Descontinuados



Visita nuestro extenso catálogo



mostro_voluble@yahoo.com.mx

<https://eshops.mercadolibre.com.mx/leocratesO>

UNA VIDA DE PASIÓN POR LA FÓRMULA UNO



José Elías Suárez Jiménez

Dedicado a ti Cuate...hasta dónde estés

El pasado 26 de octubre celebré mi noveno Gran Premio de Fórmula 1 en la Ciudad de México. Viví nuevamente una experiencia fantástica.

Hace algunos años, en la revista Ixmati Mati, tuve la oportunidad de expresar la pasión que me ha generado la Máxima Categoría del Automovilismo Deportivo, así como la enorme dicha a partir de mi designación y participación como Marshall en Grandes Premios de Fórmula 1 a celebrarse en México.

Es increíble pensar que han pasado 10 años desde que este sueño inició; he tenido el honor de participar en 6 carreras de Fórmula E, 2 competencias del World Endurance Championship, las 12 horas de la Ciudad de México 2024, y 9 carreras de Fórmula 1.

En este recorrido he conocido a algunos de mis mejores amigos y personas muy valiosas. He sentido lo que es la presión, he padecido malestares físicos, he soportado regaños, he aguantado el cansancio y tolerado las inclemencias del clima, no obstante, puedo presumir que en la pista he vivido los mejores momentos y las más grandes alegrías de mi vida.

El crecimiento de la afición por la Fórmula 1 en México ha sido mayúsculo. Muchos jóvenes han adoptado a la Máxima Categoría como su hobby y pasión. Cada vez más personas de cualquier estrato social se identifican con la Fórmula 1, dejando de lado el estigma de que este deporte y esta categoría solamente es para las élites. Sin duda alguna, mucho

mucho se lo debemos a Sergio "Checo" Pérez; nuestro gran piloto, el mejor que ha tenido México en la historia de nuestro deporte. Los avances en la tecnología, durante los últimos años, han provocado muchos cambios en la Fórmula 1. El Gran Circo siempre ha sido la punta de lanza de los progresos en la industria automotriz. Y no necesariamente estos adelantos son bien vistos por quienes seguimos a la Máxima Categoría.

Me considero un purista de este deporte, añoro esos motores V12, V10 y V8 con ese ruido endemoniado y esas 19,000 revoluciones por minuto llevadas al límite. Extraño el manejo limpio de un monoplaza sin ayudas tecnológicas. Soy un seguidor de la vieja escuela que se entusiasma con pistas como Spa Francorchamps, Monza, Silverstone, Suzuka. Sin embargo, la Fórmula 1 es más grande que la tecnología voraz y la electrificación. El romanticismo de este deporte es lo que nos hace sentir esa pasión desbordante.

He tenido el privilegio de vivir la Fórmula 1 desde adentro. En carne propia he sentido ese momento álgido cuando se apaga el semáforo y se larga un Gran Premio. He visto los autos y sobre todo a las Ferrari's a escasos metros de distancia, he conocido los Pits y garajes de los todos equipos. Y puedo decir que pese a los cambios mencionados, la Fórmula Uno sigue siendo ÚNICA, GRANDIOSA y EXCEPCIONAL. 10 años, 18 carreras...

LIMOSNEROS DE AMOR

TEATRO

LUNES 3, 10 Y 24 DE NOVIEMBRE

Lunes de Teatro • 20 h

¿Amas, dependes o idealizas?

BRUCO TEATRO,
con Jacqueline Rodríguez,
Ana Jazz Robles,
Ashanti Gadar,
Edna Carballido,
Adam Castillo
y Liz Trueba.



Entrada Libre
Adolfo Prieto 133,
Col. Del Valle,
cerca del metrobús Amores



CALAVERITA PARA QUIMATÍ

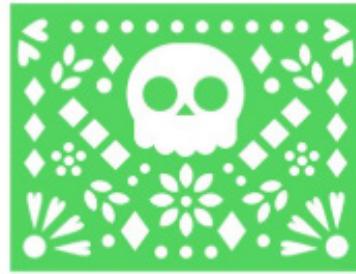


Título: *la cantante*

Técnica: cartonería

Inspirada en el cortometraje "día de muertos con voz de Eugenia León"

Autora: Miriam Guzmán Hernández





*Es menester que dediquemos unas líneas a un personaje
que si bien no es agradable, es parte de nuestro bagaje.*

*Además hay que tenerle respeto, por aquello de que un día
más vale que sea tarde, pero nos llevará a morar a su crujía.
Ven huesuda amiga a echar un vistazo a nuestra travesía
que Quimati viene a rendirte pleitesía.*

*Siendo tú un ícono de la literatura, no podrías faltar ahora
en este proyecto del que eres tan conocedora.*

*-Aquí me tienes, Ilustre e inquieto Dr. Pantoja,
decidme para qué soy buena, ahora qué se os antoja.*

*-Parecieras hija de Cervantes espigada y encantadora
nomás quiero pedirte, que seas mi colaboradora.*

*Ya leí unos ejemplares y está de buen ver
esto de Quimati i... del conocer y saber.*

*Pero disculpe usted, mi erudito colega
que esta catrina le diga
que por ahora no juega.*

*Y es que bien que ya he mirado, la talla de sus colaboradores
Zanella, Pepe Jiménez, Herrasti, De la Fuente, Gretel, Leocrates
Ale Ríos, Melisa, Carlos Jiménez, Jessica Gómez y Usted;
mismísimos doctores*

Y con su filosofía desarrollista... creo que conmigo no van.

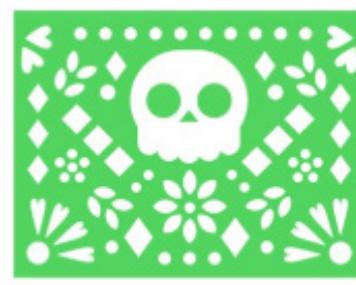
*Mi trabajo es para el hoyo llevarme, a varios terrenales
Y usted con su revista pretende hacerlos inmortales.*

*Ya veo sus negras intenciones, de mi labor me quiere distraer
¡no! Yo sigo cambiando pal campo santo, y usted ¡Al Conocer y Saber!
Solamente me cargaré a mucho baquetón*

Que se hace ojo de hormiga con la compra de la suscripción.

*Y así fue como una vez más nos libramos-de momento- de la "inminente"
y nos hemos de quedar aquí, con nuestros lectores, ilustradísima gente.*

Coincide Editorial



SUSCRIBETE

Quimati

PSICOLOGÍA, DESARROLLO HUMANO Y CIENCIAS SOCIALES

**SUSCRÍBETE A QUIMATI, UNA FORMA DE
APOYAR EL DESARROLLO Y LA EDUCACIÓN**

INGRESA A: WWW.QUIMATI.NET

**\$65 EJEMPLAR
SUSCRIPCIÓN ANUAL \$325.00**

WWW.QUIMATI.NET



ELASADODELCHE



ELASADODELCHE



ASADODELCHE

