



RETOS ACCIONES

NÚMERO

17

FEBRERO 2010

Hace Fesapauv campaña contra la influenza

Se organiza conferencia informativa para académicos; se instalaron módulos de vacunación



Continuando con la campaña de vacunación contra la influenza estacional que año con año se lleva a cabo de manera coordinada entre el Fesapauv y el SAISUV, en el mes de diciembre se instalaron módulos de vacunación en diferentes entidades académicas: Contaduría, Rectoría, Institutos y ex Unidad de Humanidades, así como en el módulo del Servicio Médico, mismo en el que se continúa vacunando.

Durante esta campaña se aplicaron aproximadamente 1400 vacunas. Debido a su importancia se llevó a cabo una conferencia en el auditorio de la Facultad de Contaduría y Administración, por expertos en epidemiología de la Secretaría de Salud, quienes dieron a conocer la sintomatología de la enfermedad, su control y prevención, quedando abierta la posibilidad de extender esta campaña a otras entidades próximamente.

1400
vacunas se
aplicaron en la
campaña.



Revisión de cargas académicas

Durante cuatro días de intenso trabajo, se realizó la revisión de cargas académicas para el período Febrero-Agosto 2010 de 80 entidades académicas de la Universidad Veracruzana. La cita fue en la sala de juntas de las Áreas Académicas de Rectoría, del 17 al 20 de noviembre.

En este proceso participó personal de Recursos Humanos, Áreas Académicas, Director, Secretario Académico y Secretario Seccional de cada entidad, junto con un representante del Comité Regional.

Al inicio de la jornada, la Mtra. Irma Zamora Cortina mencionó

que la presencia de nuestro sindicato es entre otras cosas, para vigilar que la Universidad Veracruzana dé cumplimiento al compromiso de formalizar las proyecciones de cargas académicas por maestro, y evitar los constantes cambios de experiencias y las horas pendientes de reubicar.

Los logros obtenidos fueron: la convocatoria de 30 experiencias educativas para basificar, 20 experiencias que fueron impartidas tres veces en forma consecutiva por el mismo personal académico, y 10 experiencias sin titular para el período Febrero-Agosto 2010.

30
experiencias
educativas se
basificarán.

**Cursos Intersemestrales del
18 de enero al 5 de febrero del 2010**

**Prevenga el
cáncer de mama**

En 2010, Fesapauv seguirá en la lucha

Mtra. Irma Zamora Cortina

El Comité Regional-Xalapa del Fesapauv hace votos para que todos los académicos de la Universidad Veracruzana reciban este 2010 con la satisfacción de haber cumplido sus objetivos y metas del año que se fue, y con la energía y optimismo de que realizarán todo lo que emprendan para este año que inicia.

Sin embargo, los buenos deseos deben ir acompañados de grandes proyectos que permitan materializarlos, puesto que la situación económica por la que está atravesando la educación superior pública en México está anulando no sólo cualquier posibilidad de nuevos proyectos educativos, sino limitando el crecimiento en su matrícula, así como la calidad de las instituciones existentes.

Como ejemplo, hay que tomar en cuenta que en octubre del 2009 el Ejecutivo Federal presentó a la Cámara de Diputados un proyecto de presupuesto con una disminución sustancial de recursos a las instituciones públicas de educación superior.

Se evidencia la ausencia de un proyecto de nación incluyente por parte del actual gobierno.

El Fesapauv, comprometido con la base trabajadora de la Universidad Veracruzana, ha respondido unido a otros sindicatos pertenecientes a la CONTU, con movilizaciones a la ciudad de México en defensa de la universidad pública del país y específicamente para defender el financiamiento que año con año se ve amenazado, resultando finalmente insuficiente para incrementar la matrícula de nuevo ingreso, crear plazas de tiempo completo, y ampliar y mejorar su infraestructura y equipamiento entre otras necesidades.

Nuestro sindicato siempre ha asumido el compromiso de respaldar toda reforma educativa hacia el interior de la Universidad Veracruzana que conlleve fortalecer la planta académica en lo profesional y en lo laboral, por lo que siempre defenderá todo aquello que desvirtúe lo que se ha logrado.

Todo lo contrario ocurre en las universidades privadas, en donde “a pesar de la crisis económica, la matrícula de estas instituciones aumentó siete por ciento en el actual ciclo escolar”, como se señala en el periódico Reforma en su edición del 23 de octubre del 2009.

Por otra parte, en el marco de la inauguración de la asamblea de la Federación de Instituciones Mexicanas Particulares de Educación Superior (Fimpes), el subsecretario Rodolfo Tuiran estableció: “llama la atención el dinamismo que sigue teniendo la educación superior en las instituciones particulares. Son las instituciones con mayor calidad las que crecen con mayor velocidad, pero incluso las de costo intermedio están teniendo un crecimiento vertiginoso”.

Bajo este escenario se evidencia la ausencia de un proyecto de nación incluyente por parte del actual gobierno, pues se prefiere y apoya a las escuelas privadas mediante complicados esquemas financieros, como son la deducción de impuestos a instituciones privadas que hacen aportaciones para becas, o la asignación de contratos para que elaboren los programas de desarrollo de estados o municipios, como ocurre con algunas instituciones particulares.

Finalmente y bajo las condiciones adversas por las que está atravesando la educación pública superior, nuestro sindicato seguirá pugnando por mejorar las condiciones salariales y contractuales de los trabajadores académicos de nuestra universidad.

Exitosa gira de Rondajazz por las 5 regiones de la UV

Entusiasmo y gozo fue el resultado que obtuvieron los espectadores que se dieron cita a los diversos foros en que se presentó el grupo Rondajazz, dependiente de la Dirección de Difusión Cultural de la Universidad Veracruzana, en el sur del estado de Veracruz, concretamente en las ciudades donde la Universidad tiene centros de trabajo.

Los integrantes de este grupo de jazz han captado toda la esencia de los arreglos elaborados por su director, el maestro Miguel “Alci” Rebolledo, por lo que la gente que los escuchan ejecutar de manera magistral sus instrumentos, se emocionan y participan alegremente con sus palmas en cada melodía.



DIRECTORIO



Ing. Enrique Levet Gorozpe
Secretario General del Comité Ejecutivo Estatal

Comité Ejecutivo Regional Fesapauv

Mtra. Irma Zamora Cortina
Secretaria General

Mtro. Miguel Hugo Garizurieta Meza
Secretario de Organización

Ing. Gustavo Lorenzo Leyva Huerta
Secretario de Trabajo y Conflictos

Arqla. Lourdes Beauregard García
Secretaria de Finanzas

Mtro. Fausto García Reyes
Secretario del Interior y Previsión Social

Mtro. Alejandro Pérez Martínez
Secretario del Exterior

Mtro. Patricio Mendoza Morales
Secretario de Actas y Acuerdos

Mtro. J.B. Héctor Escobar Henríquez
Secretario de Mej. Prof. y Acad.

Mtra. Yolanda Sosa Martínez
Secretaria de Acción Política y Capacitación Sindical

Mtro. Víctor M. Méndez Sánchez
Psic. Marcelino Navarro Piedra
Representantes ante el Comité Estatal

RETOS Y ACCIONES

Coordinación
Yolanda Sosa Martínez
Celia Cecilia Acosta Hernández

Diseño editorial
Antonio Sánchez Durán

Retos y acciones es una publicación del Comité Regional Xalapa del FESAPAUV. Todos los permisos en trámite. Consulte RETOS Y ACCIONES en:
www.fesapauvxalapa.org

RETOS Y ACCIONES



EL COMITÉ EJECUTIVO REGIÓN XALAPA, CON EL APOYO DE LA DIRECCIÓN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE LA UNIVERSIDAD VERACRUZANA.

CONVOCA

A todos los miembros del Fesapauv, a participar en la X carrera tradicional por el XXXIV aniversario de la fundación de nuestro sindicato, en la modalidad de 3, 5 y 10 km.

Bajo las siguientes:

BASES

Lugar, fecha y hora: Se llevará a cabo a las 9:00 hrs. del día 12 de marzo de 2010 en un Circuito establecido en la USBI.

Inscripciones: Quedan abiertas a partir de la publicación de la presente, efectuándose en las oficinas del Fesapauv, Región Xalapa o con el Secretario Seccional de cada Entidad Académica, cerrándose el día 11 de marzo a las 20:00 hrs.
NOTA: No se efectuarán registros el día de la carrera sin excepción alguna.

Requisitos: Ser miembro del Fesapauv y correr con la camiseta que se le proporcionará en las oficinas del sindicato. Podrán participar también Jubilados y Funcionarios.

Categorías: Se establecerán 6 categorías divididas de la siguiente manera:
1) libre hasta 39 años, 2) submaster de 40 a 44 años, 3) master de 45 a 49 años, 4) veteranos de 50 a 54 años, 5) subsenior de 55 a 60 años y senior de 60 años en adelante.

Reglamento: El vigente por F.M.A., y el Interno del Fesapauv

Ramas: VARONIL las 6 categorías en 3, 5 y 10 Kms. FEMENIL: las 6 categorías únicamente en 3 y 5 Kms.

Recorrido del Evento: En las oficinas del Sindicato estará disponible un mapa explicando el recorrido.

Premiación: Medallas a los 3 primeros lugares de cada rama y cada categoría, así como diploma de participación a todos los corredores.

Junta Previa: Se llevará a cabo el 11 de marzo a las 18:00 hrs. en las oficinas del Sindicato, donde se les hará entrega de la camiseta y el número de participación, así como la explicación del recorrido

Transitorio: Lo no previsto en la presente convocatoria será resuelto por el comité organizador.

ATENTAMENTE
Xalapa, Ver. 21 de Enero de 2010

Maestra Irma Zamora Cortina
Secretaria General

El Comité Regional Fesapauv-Xalapa propone un 15% de incremento salarial

Con el propósito de nombrar delegados a la Asamblea Estatal y de llevar la propuesta de incremento salarial para este 2010, el Comité Regional-Xalapa del Fesapauv, convocó a Asamblea con carácter de extraordinaria el pasado 19 de noviembre del 2009 en el auditorio de nuestro sindicato, bajo el siguiente orden del día:

1. Lista de asistencia
2. Lectura del acta anterior
3. Elección de delegados efectivos y suplentes a la Asamblea Estatal
4. Propuesta de la Región Xalapa, para la próxima revisión salarial y contractual
5. Asuntos generales

Una vez pasada la lista de asistencia y leída el acta anterior, se procedió a la elección de delegados efectivos y suplentes por cada área académica:

Área Biológico Agropecuaria:
Joaquín Jiménez Huerta como titular, suplente Rubén Ramiro Sandoval

Área de Investigaciones:
Manuel Reyna Muñoz y José Luis Pintos del Valle, titulares y Víctor Hugo Severino Ruiz y José Martínez Gándara, suplentes.

Área de Humanidades:
Ignacio Alberto Barradas Vista y María del Consuelo López Bucio, como titulares y Ana Matilde Chávez Mayo como suplente.

Área de Artes:
Carlos Palacios Aburto, titular y Leonardo Morales Zamorano, suplente.

Área de Divulgación Artística:
Rafael Méndez Garrido y Margarita Chávez Quijano, titulares y Julieta Espinoza Grajales y Julio Peña Macías, suplentes.

Ciencias de la Salud:
Iris Araceli Sarquiz Zarate Y Nora Inés Morales Contreras, titulares y Alfredo Gámez y López

15%
de aumento
salarial
propone la
región Xalapa

y Daniel López Muñoz, suplentes.

Área Económico-Administrativa:
José Vicente Díaz Martínez y Raúl Arano Chávez, titulares y Virginia Carbajal Martínez y Angelina Jasso Mata, suplentes.

Área Técnica:
Evodio Muñoz Aguirre y Alma Lilia González Cortés, titulares y Gustavo Lorenzo Leyva Huerta y Fausto García Reyes, suplentes.

Área S.E.A.
Juana Velázquez Aquino, titular y Héctor García León como suplente.

Los delegados frateros fueron: Rodolfo Solórzano Hernández, Isabel Pérez Lozano, Ce Tochtli Méndez, Guillermo de Jesús Hoyos Rivera, Cecilia Cecilia Acosta Hernández, Gabriel May Mora, Leoncio Colorado Báez, Gildardo Aguilar Castillo, Jerónimo Reyes Hernández, María Dolores Hernández Parra, Francisco Lendechy León,

Posteriormente se puso a consideración de la asamblea el porcentaje de incremento salarial que propone la Región Xalapa, y que por votación fue del 15% para esta próxima negociación salarial y contractual con las autoridades universitarias.

Declarándose a partir de esta fecha como asamblea permanente para que todos los seccionales de las diferentes entidades académicas informen a la asamblea de las violaciones al Contrato Colectivo de Trabajo, de la convocatoria no publicada en los últimos meses del 2009 de plazas de tiempo completo, entre otras violaciones.



**RETOS
ACCIONES**



Cursos Intersemestrales del 18 de enero al 5 de febrero del 2010

La Comisión Mixta de Capacitación y Adiestramiento UV-Fesapauv, informó que la oferta 2010 del programa de Formación de Académicos que comprende diplomados, cursos, y talleres, y que se impartieron en forma presencial, distribuida y virtual, comenzó el 18 de enero en las cinco regiones de la Universidad Veracruzana, finalizando el 5 de febrero del año que inicia.

La oferta para el primer periodo del 2010, contempló:

- a) Los weblogs como medios interactivos de aprendizaje
- b) Introducción a la facilitación en línea
- c) Evaluación aplicada a los aprendizajes.

Estos tres cursos se aplicaron bajo la modalidad distribuida, entendiendo como "Un entorno de aprendizaje distribuido a un planteamiento de la educación centrado en el estudiante, que integra una serie de tecnologías que posibilitan actividades e interacción tanto en tiempo real como asincrónico.

Los cursos que se impartieron en forma presencial son los siguientes:

- a) Fundamentos y estrategias dentro del paradigma del aprendizaje

- b) Aprendizaje colaborativo en el aula
- c) Formación basada en competencias profesionales integrales
- d) Los programas de estudio y la formación integral de los estudiantes

Los diplomados del programa de Formación de Académicos son los siguientes:

1. Diseño de proyectos educativos virtuales y distribuidos, cuya descripción aborda las modalidades virtuales y distribuidas mediante la creación de programas de experiencias educativas bajo el paradigma centrado en el aprendizaje, para promover la incursión de los académicos en nuevas formas de propiciar el aprendizaje.
2. Planeación de los procesos de enseñanza y aprendizaje. Este curso aborda elementos teórico-metodológicos de la planeación didáctica bajo el paradigma centrado en el aprendizaje, mediante el diseño de una propuesta que oriente en la sistematización de los procesos de enseñanza aprendizaje para promover en los académicos, una práctica docente congruente con el modelo educativo institucional.

3. Estrategias de enseñanza y aprendizaje. Aborda elementos teóricos metodológicos de las estrategias de enseñanza y aprendizaje cognitivas metacognitivas y afectivas, mediante su revisión, análisis, discusión, así como su transferencia pertinente en congruencia con las intenciones del aprendizaje.

4. Tecnologías de información y comunicación para el aprendizaje. Aborda elementos teórico metodológico, acerca del uso de tecnologías de información y comunicación para la promoción del aprendizaje, mediante el diseño de propuestas educativas que propicien en el académico la diversificación de estrategias con el apoyo de recursos tecnológicos.

Así también se comunica a la comunidad académica que existe un periodo permanente de cursos talleres y diplomados, y que ya está en línea la oferta para el periodo II/2010 y para mayores informes consultar la página <http://www.uv.mx/dgda/competencias/ofertae.html>.

**RETOS
ACCIONES**

Mtro. Ángel Enrique Núñez Sánchez



Académico desde hace 28 años en la Facultad de Ciencias Agrícolas de la Universidad Veracruzana y agrónomo por la Universidad de Sinaloa, el Ingeniero y M.C. Ángel Enrique Núñez, llegó a Veracruz con el firme propósito de formar ingenieros agrónomos con las mejores tecnologías de punta en la agricultura, y específicamente en el área de la parasitología, que es su especialidad.

La experiencia obtenida por haber manejado un Distrito de Desarrollo Rural en la SAGARPA (Secretaría de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentación) y el haber estado como Coordinador del Rancho la Bandera en el municipio de Actopan, Veracruz, le ha valido ser un conocedor de la problemática socioeconómica y tecnológica del

sector rural, siempre dispuesto a la asesoría técnica del campesino veracruzano, a la vinculación con los sectores productivos y a capacitar a los estudiantes para que sepan enfrentar los retos que les presenta el campo veracruzano.

Lo anterior tiene como resultado, que el Mtro. Ángel Enrique Núñez Sánchez sea un ACADEMICO SIN FRONTERAS.

Núñez Sánchez tiene reconocimiento de perfil PROMEP desde 2004, con una maestría en Biotecnología por la Universidad de Colima, con más de 40 tesis dirigidas, capítulos de libro arbitrados, ponencias a nivel nacional e internacional, asistencia a congresos etc.

Por otra parte y en el afán de contribuir a la propuesta, “Alternativas de desarrollo sustentable para mejorar las condiciones del Trópico Subhúmedo”, ha dictado conferencias magistrales sobre este tema.

Actualmente, trabaja en lo siguiente:

- Con productores cooperantes en la comunidad de los Pescados en el Cofre de Perote, del municipio del mismo nombre.
- En el proyecto “Necrosis y Agrietamiento de la corteza del mango” para el trópico subhúmedo, zona centro del estado de Veracruz.
- Integrante del proyecto “Diversificación de carga académica para los docentes de la Facultad de Ciencias Agrícolas.
- Integrante de la comisión, “Vinculación social con los sectores productivos”.
- Coordinador del proyecto “Conversión del Rancho la Bandera en un Centro de Capacitación” en el municipio de Actopan.
- Integrante de la comisión para organizar los programas de posgrado de la Facultad de Ciencias Agrícolas.
- Integrante de la Academia de Parasitología
- Facilitador del proyecto AULA

Cabe hacer mención el reconocimiento al Mérito Universitario que recibió del ex gobernador Dante Alfonso Delgado Renau-ro, siendo Rector el Licenciado Rafael Hernández Villalpando.

Festejos de fin de año

Las fiestas navideñas son un buen motivo para encontrarse con los amigos, convivir y renovar proyectos, con este propósito los Comités Seccionales de las Facultades de Idiomas, Historia, Ingeniería Química, Químico Farmacobiólogo, Nutrición, Instrumentación Electrónica, Biología, Derecho,

Arquitectura, Antropología, Psicología, Ciencias Administrativas y Sociales, Odontología, Bioanálisis, Pedagogía y Economía, Coro, Economía, Ingeniería Mecánica Eléctrica, SEA, DADDUV, así como los Institutos de Antropología, e Investigaciones Jurídicas, organizaron festejos de fin de año en diferentes

restaurantes de la ciudad, para celebrar y agasajar a sus integrantes.

Los lugares seleccionados para esas celebraciones lucieron en grande, debido a la nutrida asistencia de los académicos, quienes disfrutaron de las atenciones recibidas de parte de cada uno de los comités seccionales y se unieron en un abrazo fraterno y sincero, lleno de buenos deseos, con cada uno de sus compañeros.

A todas las reuniones fue convidado el Comité Regional para celebrar juntos y disfrutar de buenos momentos. A través de este medio, el personal integrante del Comité Regional Fesapauv-Xalapa, encabezado por la Mtra. Irma Zamora Cortina, agradece la invitación y las atenciones recibidas, y les desea que este año esté lleno de prosperidad, bienestar y logro de las metas planteadas.

EL COMITÉ REGIONAL XALAPA DEL FESAPAUV

Felicita a nuestros compañeros que en sus diferentes disciplinas han fortalecido el trabajo de la Universidad Veracruzana y que día a día enaltecen el quehacer de la Academia, la Investigación, la Cultura y las Artes

ENFERMERÍA
6 DE ENERO

NUTRICIÓN
27 DE ENERO

BIOLOGÍA
29 DE ENERO

ODONTOLOGÍA
9 DE FEBRERO

AGRONOMÍA
22 DE FEBRERO

**XXXIV ANIVERSARIO DEL
FESAPAUV**
22 DE FEBRERO

Conozca nuestro Contrato Colectivo

Continuación de las cláusulas que contemplan prestaciones a los deudos de un académico de la Universidad en caso de muerte natural, accidental o colectiva.

CLAUSULA 111.- Se proporcionará a los beneficiarios de los trabajadores académicos sindicalizados que fallezcan, por concepto de gastos de funeral, tres meses de sueldo si su antigüedad es menor de diez años; cinco meses de sueldo si tuviese más de diez años, y hasta veinte años de antigüedad; y seis meses de sueldo si hubiere tenido más de veinte años de antigüedad. En ningún caso, el pago será menor a lo que resulte de tomar como base el importe de quince horas-semana-mes. El pago será realizado dentro de un plazo de quince días a la persona que hubiese sido designada como beneficiaria; en caso de no existir la designación, al cónyuge o cualquiera de los hijos, padres, hermanos o familiares que acrediten haber realizado los gastos de funeral. Este pago se realizará dentro de los quince días siguientes a la presentación a la UV de los documentos relativos.

Se proporcionará a los beneficiarios de los trabajadores académicos sindicalizados que fallezcan, por concepto de gastos de funeral, tres meses de sueldo si su antigüedad es menor de diez años...

CLAUSULA 112.- La Universidad proporcionará a los hijos que hubieran dependido económicamente de un integrante del personal académico que falleciere, una ayuda mensual equivalente al importe del 100% (ciento por ciento) del salario mínimo general que se encuentre vigente, por el tiempo que duren sus estudios de bachillerato, y en Escuelas, Institutos o Facultades de Educación Superior dependientes de la propia Casa de Estudios, condonándoseles además los aranceles de inscripción, subsidiando los valores ajenos, siempre y cuando los interesados conserven su calidad de alumnos regulares.

A la par de estas prestaciones que nos otorga nuestro Contrato Colectivo, en caso del fallecimiento de un trabajador, existe lo que conocemos como "Mutualista" Estatal del Personal Académico de la Universidad Veracruzana, la cual No es una prestación Institucional, sino un acuerdo sindical que permite brindar auxilio a los deudos que el maestro estipula en una "Carta de declaración de beneficiarios". Dicho acuerdo fue establecido por el Fesapauv en su XXXIII Asamblea Estatal Extraordinaria efectuada

en la ciudad de Orizaba, Ver., el 28 de junio de 1992, y entró en vigor el primer día del mes de febrero de 1993.

La Mutualista se forma con el monto recaudado vía nómina, que por este concepto se descuenta directamente del cheque de los trabajadores en activo. La cantidad descontada equivale a un salario mínimo general que se encuentre vigente en el Distrito Federal, por tanto, cuando algún compañero fallece, el monto de la Mutualista que se paga a los beneficiarios designados por el académico, varía según el número de trabajadores en activo contratados en el momento del fallecimiento; el descuento de un salario mínimo vigente en el D.F., se hará general, sin importar el tipo de contratación y/o antigüedad.

La única condición para pertenecer a esta MUTUALISTA-Fesapauv es: que seas trabajador académico de la Universidad Veracruzana, perteneciente a nuestro sindicato y aparecer en nómina, si por razones diferentes a la defunción, te separas laboralmente de la Universidad Veracruzana, no tendrás derecho a solicitar este beneficio. En todo momento se tiene la libertad de determinar por

voluntad propia no pertenecer a la Mutualista, en este caso, es requisito que dirijas un escrito al Comité Estatal, manifestando tu negativa.

El pago de la Mutualista solo procede cuando algún trabajador fallezca y esté activo en el momento del deceso. El pago del monto recaudado se hará de acuerdo a los porcentajes asignados en la Carta de Declaración de Beneficiarios. La declaración de beneficiarios deberá estar debidamente certificada ante Notario Público o ante la autoridad Municipal correspondiente, para que ésta no sea objetada. Si no existiera ésta carta, el pago se otorgará a las personas que designe la H. Junta local de Conciliación y Arbitraje.

El importe total de la cantidad descontada al Personal Académico se entregará en dos exhibiciones: un primer pago parcial que corresponde aproximadamente al 80% del total, y un segundo pago del 20% para efectos de cheques cancelados, el cual será cubierto posteriormente.

Es importante recordar a nuestros compañeros académicos, la necesidad de tener en regla y actualizados, todos los formatos de designación de beneficiarios, tanto contractual como de la mutualista.

La única condición para pertenecer a esta MUTUALISTA-Fesapauv es: que seas trabajador académico de la Universidad Veracruzana.

Prevenga el cáncer de mama

◀ De la página 8

Debido a que el cáncer de mama no puede evitarse, a los múltiples factores de riesgo ya mencionados y a que algunos de estos no pueden ser controlados es importante saber de la existencia de las estrategias que han demostrado ser eficaces en la detección temprana del cáncer de mama que son:

1) La autoexploración de la glándula mamaria, que tiene el propósito de familiarizar a la mujer con la forma, volumen, coloración, movilidad, consistencia y sensibilidad de ambas mamas y poder detectar cualquier cambio para reportarlo a su médico lo antes posible. Se recomienda realizarlo en forma men-

sual a partir de la menarca, (entre el séptimo y décimo día de iniciado el sangrado) y para la mujer postmenopáusica conviene realizarse en un día fijo elegido por ella cada mes.

2) Exploración clínica: este examen clínico de las mamas debe ser realizado cada año por el médico o la enfermera capacitados, a todas las mujeres mayores de 25 años y finalmente,

3) Estudio mastográfico, el cual debe ser solicitado por el médico de acuerdo con una valoración previa. Se debe realizar anualmente o cada dos años a las mujeres de 40 a 49 años con dos o más factores de riesgo y en forma anual a toda mujer de 50 años o más.

Para concluir es importante mencionar que aunque la mayor parte de los factores de riesgo relacionados con las características reproductivas, son difíciles de modificar, es elemental reconocer las medidas que reducen el riesgo de esta enfermedad como son la paridad, la edad temprana de la madre en el primer embarazo de término, incremento en los meses de lactancia, y evitar la exposición a carcinógenos conocidos durante los periodos de desarrollo de la glándula mamaria, pero sin dejar de lado las medidas de detección oportuna, las cuales juegan un papel importante en la disminución de la mortandad entre la población.

XVI Congreso Estatal del Fesapauv

El pasado 26 de noviembre del 2009 se celebró en el Puerto de Veracruz el XVI Congreso Estatal del Fesapauv, en el que estuvieron personas relacionadas con la actividad educativa y sindical de la Universidad Veracruzana y desde luego quienes tienen el peso y responsabilidad de sacar adelante a los jóvenes, que son los académicos de la universidad.

El doctor Víctor Arredondo Álvarez, representante del Gobernador Fidel Herrera Beltrán, inauguró el XVI Congreso del Fesapauv, manifestando que “es un gusto compartir con ustedes este trabajo colectivo, que tiene rumbo, proyectos, acciones y metas” es así como se puede explicar el fortalecimiento del Fesapauv.

Agrego el doctor Arredondo que el Rector de la Universidad Veracruzana Raúl Arias Lovillo, en fecha reciente, asumió la presidencia de

la OUI (Organización Universitaria Interamericana), lo que demuestra que nuestra Universidad proyecta un trabajo serio que garantiza el éxito de cada una de las reformas educativas que se llevan a cabo hacia el interior de nuestra máxima casa de estudios.

Es un gusto compartir con ustedes este trabajo colectivo, que tiene rumbo, proyectos, acciones y metas.

Víctor Arredondo Álvarez
Secretario de Educación

Destacó el funcionario estatal que “el 2010 es el año del máximo desempeño educativo, en el que construyamos el rumbo que debe seguir nuestra universidad en el Bicentenario de nuestra nación”.

El propósito de este Congreso fue que se revisaran las propuestas de cada una de las cinco regiones de la Universidad Veracruzana en cuanto a Sistema Departamental, Productividad, Proyecto Aula, Prestaciones, Contrato Colectivo del Trabajo y organización Social.

El ingeniero Enrique Levet Gorozpe, Secretario General del Fesapauv, se refirió a la importancia de

la pertinencia del sindicalismo para hacer frente a las acciones tomadas por el gobierno federal a través de la Secretaría del Trabajo, como es el caso de la desaparición de la Compañía de Luz y Fuerza del Centro pidiendo que se haga respetar la autonomía de los sindicatos y que se continúe con la lucha para revertir el recorte presupuestal a las universidades públicas.

Se contó con la presencia del doctor Víctor Arredondo Álvarez, Secretario de Educación de Veracruz, en representación del Lic. Fidel Herrera Beltrán, Gobernador del estado de Veracruz; del Lic. Víctor Aguilar Pizarro, representante

Se debe continuar con la lucha para revertir el recorte presupuestal a las universidades públicas.

del Dr. Raúl Arias Lovillo; del Lic. Francisco Palacios Rodríguez, representante del Lic. Américo Zúñiga Martínez, secretario del Trabajo, Previsión y Productividad de Gobierno del Estado; de la C.P. María Antonieta Salvatori Bronca, Secretaria de Finanzas de la U.V. y de la Lic. Liliana Betancourt, Vicerrectora de la Universidad Veracruzana en la región Veracruz.



Prevenga el cáncer de mama

El cáncer de mama es una enfermedad maligna que consiste en la proliferación acelerada, desordenada y no controlada de células pertenecientes a distintos tejidos de la glándula mamaria, que forman un tumor maligno en los tejidos de los senos. Es actualmente el cáncer más frecuente y el de mayor mortalidad entre las mujeres del mundo. Afecta tanto a los países industrializados como a los menos desarrollados. Esta enfermedad se ha incrementado en los últimos años por lo que ha pasado a ser un problema de salud pública.

El riesgo más importante para sufrir cáncer de mama es ser mujer, ya que la relación de cáncer de mama entre mujeres y hombres es aproximadamente de 100 a 1. La incidencia de cáncer de mama se incrementa con la edad; en el caso

de las mujeres mexicanas, el grupo de edad más afectado es el de 40 a 49 años. Sus principales factores de riesgo conocidos están asociados a

los patrones reproductivos como el inicio de la menarca antes de los 12 años de edad, menopausia después de los 50 años de edad, la exposición prolongada a estrógenos, a la ingesta de hormonas contraceptivas, el uso de anticonceptivos, el tiempo de uso, edad a la que se inició la ingesta, la dosis y tipo de hormonas empleadas, la nuliparidad (Mujer que no ha parido), el primer embarazo después de los 30 años de edad, ausen-

cia de lactancia o lactar por periodos muy cortos.

También existen factores de riesgo asociados con la alimentación como la obesidad, ingesta frecuente de alimentos ricos en grasas animales, y grasas saturadas, escasa ingesta de alimentos con alto contenido en fibra (cereales integrales, frutas y verduras) y vitaminas A y C. también se deben tomar en cuenta los factores genéticos los cuales se relacionan con los antecedentes familiares directos ya que el riesgo es de 2 – 3 veces mayor que en la población sin antecedentes familiares. Así mismo, hay que considerar las condiciones ambientales que son los que están vinculados con la exposición a productos químicos o contaminantes ya sea por ingesta, contacto o respiración. Y por último los factores que se relacionan con la calidad de vida, ya que el sedentarismo, el tabaquismo, el alcoholismo y el estrés también son considerados factores de riesgo.



Pasa a la página 7