



Bimestral, Revista

arte, cultura y ciencia

Edición 64 - 2024



AMOR



Bimestral, Revista

**arte, cultura y ciencia**



# Índice

---

## **Carta del editor .....1**

### **Ciencia**

- Nutrición y biología del desarrollo prenatal.....4
- Capacitaciones.....8

### **Arte**

- Tipos de amor.....12
- Tony DeBlois.....18
- Álbum fotográfico: Amor, inspiración y arte.....20

### **Cultura**

- Expresiones del amor en diferentes culturas.....26
- El amor en el Judaísmo.....28
- El amor desde tiempos remotos.....32

### **Trastornos del Neurodesarrollo**

- ¡Cómo quiero a mi hijo adolescente!.....40
- Especialista.....45
- Cineclub..... 46
- Conexiones invisibles: La neurobiología detrás de los  
vínculos humanos.....47
- Investigación sobre el movimiento ocular  
en el autismo.....50





# Carta del editor

---

El amor es el principal motor, pero ya la mencionaba Erich Fromm, el amor es un arte que requiere ser aprendido. En esta edición damos un espacio al amor, este noble sentimiento presente no solo entre dos individuos, sino en aquello que nos interesa y nos mueve este noble sentimiento.

En la sección de ciencia, se presentamos nuestra primera muestra de amor, la materna, con un artículo sobre la alimentación y nutrición en el desarrollo prenatal. En la sección de arte, cambiamos un poco el foco de la fotografía a las letras, aquellas que estimularan tu imaginación con unas lindas escenas.

Continuamos el recorrido por la Cultura mostramos diversas expresiones del amor. Y en Neurodesarrollo finalizamos con una reflexión de nuestros especialistas sobre ¡Como se quiere a un hijo adolescente! y La neurobiología detrás de los vínculos humanos; cerrando con una investigación sobre los Movimientos oculares en el Trastorno del Espectro Autista.

Que esta edición sea un recordatorio de aquello a lo que amamos y de por quienes somos amados.



**Psict. Guadalupe Andrade Flores**  
**Director en jefe**  
[guadalupeandrade@bimestral.org](mailto:guadalupeandrade@bimestral.org)





**“SOMOS LO QUE  
COMEMOS”**

**ANTHELME BRILLAT-  
SAVARIN**



# Ciencia



# Nutrición y biología del desarrollo prenatal humano: nunca olviden tomar ácido fólico.

Texto: Mónica A. Torres Ramos, Doctora en Neurobiología por la UNAM.  
Especialidad en envejecimiento.

Anthelme Brillat-Savarin (1755 - 1826). Fue un gastrónomo de origen francés que resaltó la importancia de la alimentación en relación con la salud física y mental a través de su obra *Fisiología del gusto* publicada en 1825.

En la primera clase de la escuela de medicina el profesor de la materia sobre biología del desarrollo preguntó: ¿Quién de ustedes piensa reproducirse? ¡¡Guau!!, todos nos volteamos a ver y no pocas caras tenía las mejillas sonrosadas. El profesor continuó diciendo: A ver, no ahora, quiero decir que si piensan tener hijos en

algún momento de su vida, porque si es así, deben estar bien preparados, tanto mujeres como hombres.

A partir de que el espermatozoide entra al óvulo se lleva a cabo una maravillosa transformación biológica, desde dos células se forma una persona pequeña, para que esto se llegue a buen término son bien importantes muchos factores internos y externos, previos y durante el embarazo, ¡y lo que comemos influye mucho!







**El manejo nutricional para evitar enfermedades debe considerarse desde antes de la concepción,** esta aseveración se conoce ahora bastante bien, después de los estudios realizados en pacientes con enfermedades realmente impactantes como lo son la *espin* *bí* *fida*, *anencefalia* y algunas enfermedades cardíacas.

Afortunadamente **el consumo de ácido fólico puede evitar los defectos graves relacionados con la**

**formación adecuada del tubo neural (TBN).**

La espina bífida es una malformación del sistema nervioso que ocurre durante el desarrollo embrionario, cuando la columna vertebral no se cierra adecuadamente. Esta condición puede afectar la médula espinal y las estructuras circundantes, provocando diversos grados de discapacidad en las funciones motoras y sensoriales.

La anencefalia es la ausencia parcial o total del cerebro y la bóveda craneal. Este trastorno suele manifestarse en las primeras etapas del embarazo. Los bebés afectados por anencefalia, en la mayoría de los casos, no sobreviven mucho tiempo después del nacimiento.

El TBN es una estructura que se forma en las primeras etapas del desarrollo embrionario y que, con el tiempo, dará lugar al sistema nervioso central, es decir, al cerebro y a la médula espinal, ¡imagínate si el TBN no se forma bien! Por esto es importante estar preparados cuando nos queremos reproducir, como decía el profesor.

Podemos tomar el ácido fólico como suplemento, y también en nuestra dieta si comemos, **frutos cítricos como limones y naranjas, además, aguacate, melón, mango; legumbres como lentejas, garbanzos y guisantes o chícharos; además hortalizas de hojas verdes como espinacas y acelgas, incluso hígado de ternera,** así que ¡a prepararse una deliciosa ensalada! Y a reproducirse si así lo desean.







## Referencias

Ordoñez VA; Suarez-Obando F. Defectos del tubo neural y del ácido fólico: recorrido histórico de una intervención preventiva altamente efectiva. *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*, Rio de Janeiro. 2015, Vol. 22 (4) 1157-1172. DOI: 10.1590/S0104-59702015005000002.

Wald N.J. Folic acid and neural tube defects: Discovery, debate and the need for policy change. *J Med Screen*. 2022, Vol. 29(3) 138–146. DOI: 10.1177/09691413221102321.

# Próximas capacitaciones

La gestión emocional es una habilidad del ser humano para regular su comportamiento y ser más consciente de las dificultades presentes. Inscríbete y aprende acerca de los procesos cognitivos así como de sus estrategias de apoyo.

## Diplomado en línea **Neurología básica**

Impartido por:  
Md. David Grunstein

Del 07 de enero al  
24 de junio 2024



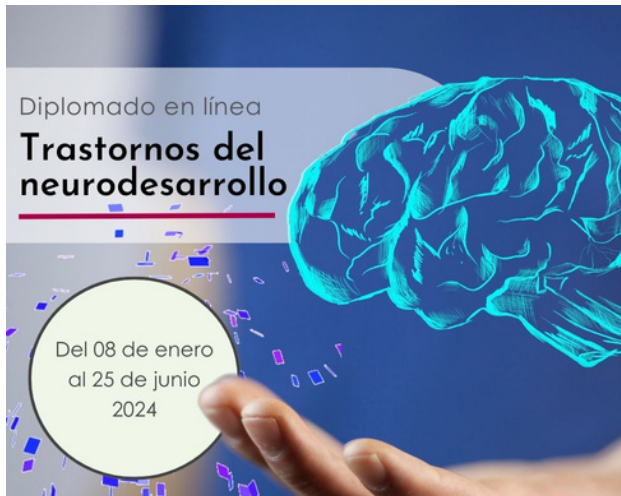
✉ Informes e inscripciones: [inscripciones@infanciaesarrollopleno](mailto:inscripciones@infanciaesarrollopleno)

Propuesta de capacitación avalada por:



# Próximos cursos

¿Conoces la relación entre la gestión de las emociones y los trastornos del neurodesarrollo? Los chicos con trastornos del neurodesarrollo sufren dificultades en estos procesos, lo que se hace visible en su vida cotidiana. Únete y conoce más.



Diplomado en línea  
**Trastornos del neurodesarrollo**

Del 08 de enero al 25 de junio 2024



Curso en línea  
**Discapacidad intelectual**

Impartido por:  
Mtra. Gabriela Vargas

Del 10 al 31 de enero 2024

Más información sobre nuestra propuesta de capacitación en redes sociales y sitio web.



Curso en línea  
**Trastorno del lenguaje**

Impartido por:  
Gabriela Vargas

Del 8 de Febrero al 1 de Marzo 2024



*¡Inscríbete!*

difusiónidp@bimestral.org



**“AMAR ES  
ENCONTRAR EN  
LA FELICIDAD DE  
OTRO LA PROPIA  
FELICIDAD”**

**GOTTFRIED  
WILHELM  
LEIBNIZ**





Arte



Tres...

# Tipos de amor

Texto e imágenes: Lady Mantequilla

Gottfried Wilhelm Leibniz (1646 - 1716). Filósofo, matemático y teólogo de origen Alemán. Sus aportaciones fueron mayormente relacionadas a temas acerca de lógica y filosofía.

----- **Uno**  -----

-- Hoy hay "noche de mujeres" ¿vienes? -- me pregunta mi vecina.

-- Gracias, pero no puedo -- respondo de inmediato sin perder el gesto diplomático que me requiere la invitación.

-- ¿Por qué no? Va a ser muy divertido... -- insiste mi vecina intentando convencerme.



-- Pues...-- intento pensar rápido -- mira, estoy en medio de una cita romántica -- contesto señalando a mi compañero que se ha distanciado de nosotras unos pasos.

Me despido de la dama, me reúno con mi pareja, que escuchó la conversación y me pregunta de inmediato:

- ¿Por qué no aceptaste la invitación? ¿Te gustaría ir con ellas?

-- ¡De ninguna manera! Me gusta mucho salir a caminar contigo...

Además, ya me conoces, no soy tan fan de todas las personas, a veces me gusta sólo estar conmigo... Y contigo... Y ya.

Mi compañero sonrío.

-- Ya somos dos. -- agrega.

Todo el mundo tiene que aprender en algún momento.



----- Dos 🌹 🌹 -----

F. llega a la escuela.

H. lo mira a lo lejos y corre a su encuentro. Lo abraza y F. se muestra feliz por el recibimiento de su amiga.

Más tarde, en clase F. parece distraído. Finalmente dice:

-- Quiero estar con ella...

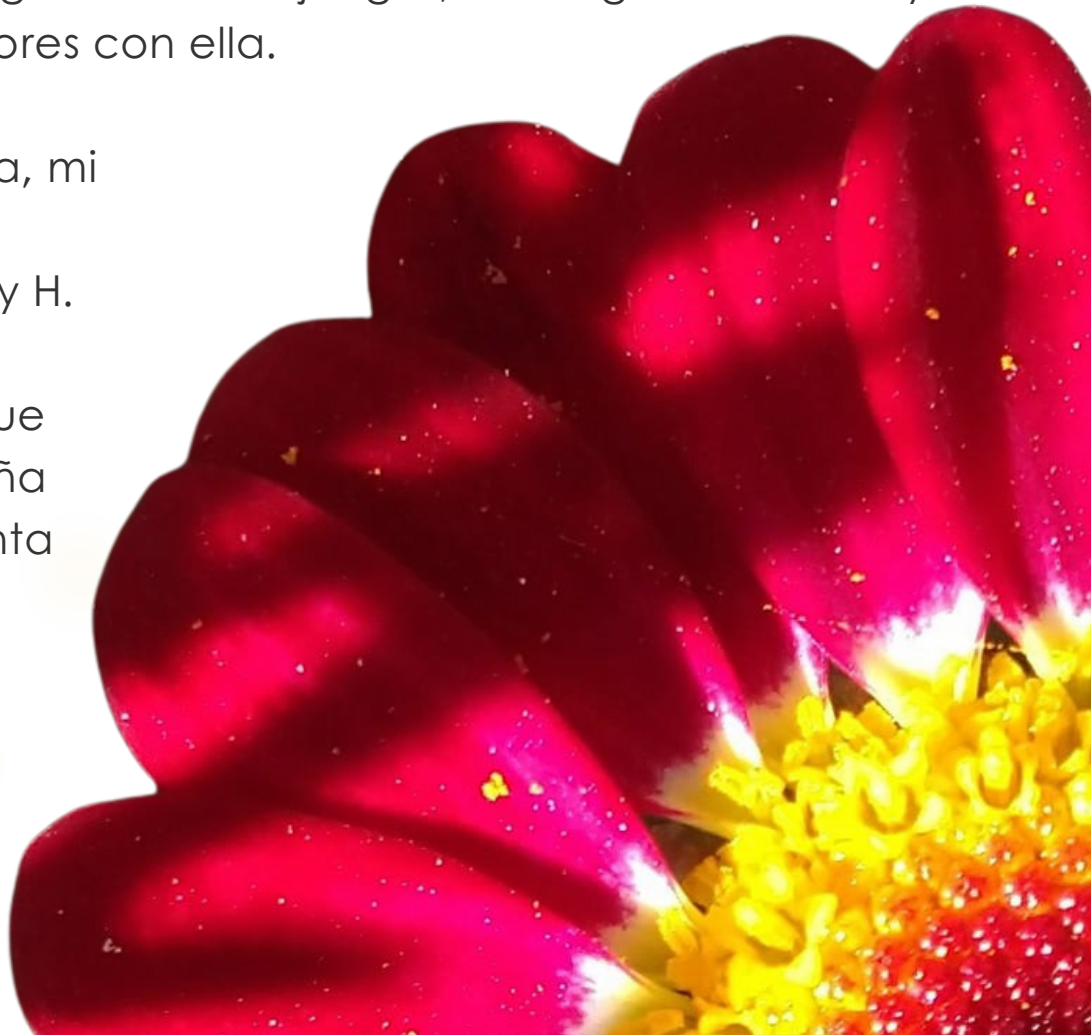
-- ¿Con quién? -- pregunto intuyendo la respuesta.

-- Con H...

H. no es una niña especialmente bonita. Pero es muy alegre, ocurrente, cariñosa y en lo que va del año se ha vuelto la mejor amiga de F.

Comparten su comida, juegan juntos, él se esfuerza por explicarle las reglas de los juegos, le regala dulces y comparte sus colores con ella.

Hace una semana, mi compañera me comunicó que F. y H. debían dejar de jugar juntos porque la mamá de la niña no estaba contenta con su relación.





Y es que a la señora le molesta "la condición del niño".

-- ¿Y esta señora sabe que es ilegal lo que pide? Porque yo no pienso prohibirle a ningún niño jugar con otro niño-- contesté francamente molesta.

Mi compañera únicamente se encogió de hombros.

Al día siguiente platico con mi amiga, comparto con ella el malestar y la nausea que me generó ese acontecimiento:

-- Observando a F. me pregunto

¿Cómo tanta obscuridad puede ocurrir a su lado?

¡Simplemente no lo entiendo!

-- Hay oscuridad al lado de

una luz muy grande -- contesta serenamente

-- La oscuridad es la ignorancia de esa señora pero la luz, es el amor que

esos niños sienten el uno

por el otro... Los niños

también se enamoran.

“

**El niño no se convierte  
en ser humano:**

**ya lo es.**

Janusz Korczak

”



----- Tres 🌹🌹🌹 -----

-- ¿A quién le gustan las aves? -- Pregunta M, de seis años, tras echar un breve vistazo a la casa.

-- A mi compañero... -- respondo mientras doy vuelta a los hot-cakes del desayuno.

-- ¿Y las mariposas?-- Pregunta nuevamente.

-- A mí - respondo con una sonrisa de satisfacción.

-- ¿Y por qué hay más mariposas que aves en tu casa? -- Pregunta la hermana menor de M., a lo que su hermano se apresura a responder:

-- Pues porque A. se la pasa trabajando todo el día ¿A qué hora te imaginas que va a tener tiempo de comprar aves? (No encuentro fallas en su lógica 🤔 ).

....  
Antes de regresar a casa M. dejó listo un dibujo lleno de aves para alegrar a mi compañero. Lo colocamos detrás de la puerta, en medio de nuestra colección de mariposas.





----- Cuatro 🌹🌹🌹🌹 -----



-- Te la regalo-- Dice la nena tras sacar de su bolsillo una conchita de mar.

Un niño no tiene su propio dinero para comprar un regalo. Nosotras vivimos en el desierto, muy lejos del mar.

Ella no puede decidir por sí misma cuando ir al mar, no puede subirse al auto y conducir, no puede simplemente tomar un autobús...

Así que entiendo el valor tan alto que esta conchita de mar tiene para ella, es no menos que un tesoro.

-- ¡Qué linda! ¿Estás segura?

T. asiente con un ligero movimiento de cabeza.

-- Gracias -- le digo en verdad conmovida-- voy a guardarla y siempre que la vea pensaré en ti.

"Cada pequeño objeto tiene su historia.

Estos pueden ser recuerdos de cosas pasadas, así como anhelos de cosas por venir:

Una concha puede representar un sueño de un viaje al mar.

Un tornillo y algunos trozos de cable: un avión y sueños de volar.

Un ojo de muñeca, roto hace mucho tiempo, el único recuerdo de un amor perdido."

*La música no conoce barreras*

## Tony DeBlois

Tony DeBlois nació el 22 de enero de 1974.

Al momento de nacer, pesaba menos de dos libras, era prematuro por lo que hubo que suministrarle grandes cantidades de oxígeno.

Grandes cantidades de oxígeno causan ceguera y los médicos de aquella época no lo sabían.

En consecuencia, Tony quedó ciego a los pocos días de nacer.

Comenzó a tocar el piano a los dos años. Al principio, DeBlois estudió en la Escuela para Ciegos de Texas en Austin, Texas, luego en la Escuela para Ciegos Perkins en Boston, Massachusetts, pero en 1989 recibió una beca de verano en Berklee College of Music en Boston, Massachusetts. ...





Posteriormente, fue admitido como estudiante de tiempo completo y se graduó *Magna cum laude* en 1996.

DeBlois se especializa en jazz, pero también puede tocar casi cualquier otro tipo de música. Un sabio, toca 20 instrumentos musicales y ha realizado conciertos en todo el mundo, pero también tiene su propia banda, *Goodnuf*. Puede tocar unas 8.000 piezas de memoria.

Se hizo una película para televisión sobre la vida de Tony DeBlois, titulada *Journey of the Heart* (1997), protagonizada por Cybill Shepherd como Janice DeBlois, Jeremy Lelliott / Chris Demetral (como el joven Tony), Blake Heron como el hermano menor de Tony, Ray, y con una apariencia del propio Tony DeBlois tocando el piano al final de la película. Fue producido por Ronnie D. Clemmer y Richard P. Kughn.



Álbum fotográfico

# Amor, inspiración y arte



Arte







Autor: Mireya García



Autor: Cecilia Ledesma.

*El amor es el LIENZO donde  
la creatividad yace y da paso al arte.*

Autor: Oscar Omar Soto.



Autor: Lizi García.



Escucha 

Tony Deblois singing Amazing Grace at The 1910 Inn in Tarpon Springs, FL



Título: *El hombre y la mujer en la naturaleza.* Autor: Luis Elfico



Título: *La fuerza de la fe.* David Pons Comas



*En cada espacio del exterior se  
descubre BELLEZA y amor.*



**“EL AMOR NO ES  
SOLO UN  
SENTIMIENTO, ES  
UN ARTE. Y,  
COMO  
CUALQUIER  
ARTE, SE  
APRENDE Y SE  
PERFECCIONA A  
LO LARGO DEL  
TIEMPO”**

**ERICH FROMM**





# Cultura





## Expresión del amor en diferentes culturas

El amor no solo es cariño, sino también es cuidado, respeto y responsabilidad. He de ahí que es imposible encasillar su significado en una sola definición pero si entenderse en todas sus formas.

En hebreo el valor numérico de la palabra "amor" es trece y es el mismo número de la palabra "uno". Entre las muchas explicaciones posibles, pienso que una de ellas es que el amor te vuelve uno con el ser amado...

Erich Fromm (1900 - 1980).  
Fue un psicoanalista de origen Judío-Alemán que brindó aportaciones a la psicología humanista. Abordó temas como el amor, la naturaleza, la sociedad, el arte, el miedo, la libertad y la esperanza.





“

Amar significa comprometerse sin garantías, darse completamente en la esperanza de que nuestra entrega producirá amor en la persona amada.

Erich Fromm

”

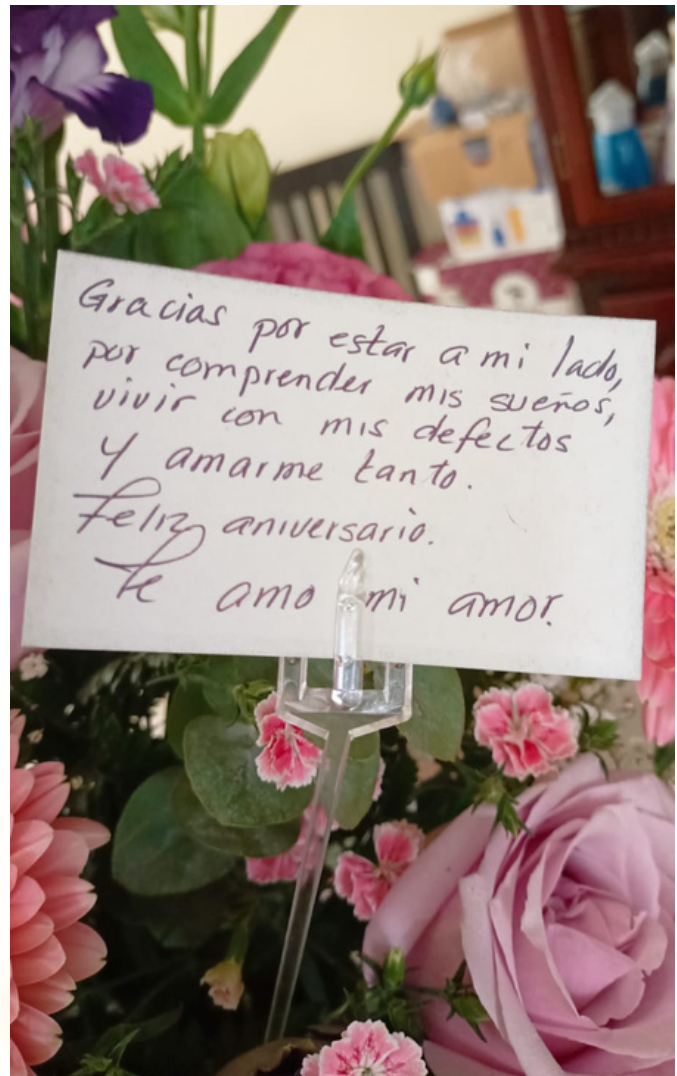
Un espacio  
para  
compartir  
experiencias...

### Dios te bendiga

En Venezuela, a los padres, tíos, abuelos cuando se saludan se les dice "Bendición" y ellos responden "Dios te bendiga"... Me parece una muestra de amor muy bonito, que pasa de generación en generación.  
- María Valentina Peña.

### El detalle de dar flores

El amor es, compartir sueños, vivir con los desafíos que implica tener defectos humanos y amar conscientemente.  
- Dulce Barrón.



Israel

# El amor en el judaísmo

Texto: Rivka Grunstein

Antes de iniciar éste texto, me gustaría puntualizar dos cosas: La primera. No nací en Israel y tampoco en una familia judía. Mi aproximación al judaísmo ha sido a lo largo de muchos años, estudiando y viviendo en una comunidad en la que hay tanto judíos seculares, conservadores y ortodoxos modernos.

“Y la trajo Isaac a la tienda de su madre Sara, y tomó a Rebeca por mujer, y la amó”.  
Génesis 24:67



Foto tomada de [https://www.chabad.org/library/article\\_cdo/aid/476757/jewish/Jewish-Wedding-Ceremony-Traditions.htm](https://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/476757/jewish/Jewish-Wedding-Ceremony-Traditions.htm)

La segunda. Para el judaísmo la sociedad se cimenta en la relación de pareja de la que procede la familia. El cine y la televisión han contribuido a crear mitos y e información errónea acerca de la relaciones de pareja mostrando a los judíos ortodoxos (quienes guardan más estrictamente las leyes del judaísmo).

¡Mira!



Familia: Los padres de Tamara





A continuación comparto tres principios que en mi opinión son pilares de la relación matrimonial y que tienen su fundamento en la Torá, Libro de Génesis 24:67.

Tras la muerte de la madre del patriarca Isaac, llega Rivka para contraer matrimonio con él.

**“Y la trajo Isaac a la tienda de su madre Sara, y tomó a Rebeca por mujer, y la amó”**

y los sabios preguntan ¿Acaso el orden no sería: la amó, la tomó por mujer y la trajo a la tienda de su madre? ¿No es acaso ese el orden en el cual las parejas contraen matrimonio? ¿Qué nos quiere decir el texto cuando nos plantea de ésta forma el orden de los acontecimientos?

El hecho de que el Patriarca Isaac lleve a Rivka



en primer lugar a la tienda de su madre, nos enseña que antes de elegir a una pareja es necesario conocer a su familia, verlo en su entorno familiar y conocer los valores familiares, pero también ver si estos son compatibles con los nuestros.

Desde un punto de vista antropológico es comprensible ya que, la unión de una pareja implica necesariamente la unión de dos tribus.

Tener información sobre el entorno de un prospecto de pareja brinda la posibilidad de elegir adecuadamente a quien será nuestro compañero o compañera de vida. Ésta no es una decisión que deba tomarse a la ligera, pues las consecuencias de una mala

decisión pueden ser catastróficas a largo plazo.

Por ello, antes de que intervengan factores como la atracción física es necesario pensar con cabeza fría y decidir si continuar dando pasos adelante con esa persona o no.

**“...y tomó a Rebeca por mujer...”**

Para el judaísmo es muy importante la relación de pareja y por ello promueve la unión en matrimonio.

Una de las primeras cosas que me llamaron la atención en Israel fue la cantidad de familias donde madre y padre se encuentran presentes, tanto en familias religiosas como seculares. Aún si el matrimonio está en desuso en occidente, para el

judaísmo la unión en matrimonio es necesaria pues implica comprometerse con otro ser humano; **tomar la decisión consciente y voluntaria de ser responsable de uno mismo frente al otro pero también ser responsable del otro, cuidarlo, respetarlo y con todo ello, volvernos mejores seres humanos.**

**“... y la amó”**

**¿Y qué? ¿El amor al final?**



Foto tomada de <https://aishlatino.com/el-significado-de-las-bendiciones-en-una-boda-judia/>

**¡Escucha!**



**Aniversario**



¿Qué clase de tradición pone al final un sentimiento tan importante como el amor? ¿No debiera ser acaso el primer elemento para contraer matrimonio?

Pues bien, **el amor es el último elemento porque es un sentimiento que nace después de convivir y conocer a una persona y eso requiere tiempo, dedicación y trabajo.**

En su libro *El arte de amar*, Erich Fromm describe 4 elementos clave del amor: cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento.



Foto tomada de [https://www.chabad.org/library/article\\_cdo/aid/476757/jewish/Jewish-Wedding-Ceremony-Traditions.htm](https://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/476757/jewish/Jewish-Wedding-Ceremony-Traditions.htm)

**Cuidar** implica un trabajo diario. Se ama aquello por lo que se trabaja y se trabaja por lo que se ama. La **responsabilidad** es un acto voluntario de dar respuesta a las necesidades de otro ser humano. El **respeto** es ver a la otra persona tal cual es y preocuparse por que crezca y se desarrolle, por lo que respetar a una persona implica **conocerla**. No en vano Fromm fue judío.

Ojalá que las reflexiones vertidas en éste texto permitan elegir con sensatez a quienes aún no contraen matrimonio, a repensar su matrimonio a quienes están casados y a tener esperanza a quienes han vivido una ruptura amorosa porque **para todos es posible aprender el arte de amar.**



## Ancestros

# El amor desde tiempos remotos

Desde la antigüedad el amor se ha manifestado en diferentes formas. Por ejemplo en distintas zonas de México existe diversidad cultural como afectiva a través de sus costumbres, valores y lenguas nativas.

### NÁHUATL

**“Ni mitz tlazohtla”**

significa: “te amo”/ “te quiero”.

**“Ni mitz tlazohtla nochi noyollo”** quiere decir “Te amo con todo mi corazón”.

### MAYA

“Te amo” es **“in yaakumech”**,  
“Te quiero” **“in k’aatech”**. “Estoy enamorado de ti”, **“Jach utoech tin wich”** .

En riesgo mediano de desaparición. El *Maayat'aan* (Maya), es la segunda lengua indígena nacional que reporta 795,499 hablantes, distribuidos en 9 municipios de Campeche, 106 de Yucatán y 6 de Quintana Roo (DOF citado en INALI, s.f).



## MIXTECA

“**Lo kuniuchu**” significa “te quiero”. “Kuni jairchun’ “ es “te amo”. “Kuaan mani” quiere decir “ **amar** ” o “querer”.

En grado de riesgo no inmediato, el *Tu'un Savi* (Mixteco), es la tercera lengua indígena nacional más hablada en México con 496,038 hablantes, ubicados en 23 municipios de Guerrero, 141 de Oaxaca y 8 de Puebla (DOF citado en INALI, s.f).

## OTOMÍ

“Te amo” es “**hmädi**”. “**Ñadi**” es pedir a una muchacha para casarse. “**Hmäte**” es “ amor ”.

El Otomi tiene nueve variantes lingüísticas. El *Hñähñu* (Otomí del Valle del Mezquital), es una de las nueve variantes lingüísticas otomíes. Se encuentran reportaron en el 2008 87, 488 hablantes, ubicados en 36 municipios en el estado de Hidalgo (DOF citado en INALI, s.f).

## ZAPOTECO

“Te quiero o “te amo” es “**nadxieelii**” o “**xamigua**”. “ Amor ” es “**guenda ranaxhii**”.

El zapoteco cuenta con 62 variantes lingüísticas zapotecanas (DOF citado en INALI, s.f).

## CHINANTECO

“Te quiero” es “ 'nanaa 'nO”, mientras que “te amo” es “bii 'nanaa 'nO”. “ Amor ” es “dxein”.

En grado de riesgo no inmediato, el *Juú Jmii* (Chinanteco), tiene 11 variantes lingüísticas y es hablada por 137,413 personas, en el estado de Oaxaca y Veracruz (DOF citado en INALI, s.f).

### EL AMOR ES UNIVERSAL

Castellano: amor.

Catalán: amor.

Euskera: maitea.

Gallego: amor.

Ruso: liubof.

Serbio: ljubav.

Polaco: miłós.

Quechua: khuyay.

Guaraní: mborayhu.

Aymara: lrpasiri.



Italiano: amore.

Francés: amour.

Portugués: amor.

Griego: agápē

Inglés: love.

Alemán: liebe.

Holandés: Liefde.

Hebreo: אהבה (ahava)

Arabe: houb.

Japonés: 「心」 (se pronuncia Ai).

Chino: 亲爱的

## Referencias

Zannie, M. (14 febrero 2020). Cómo expresar tu amor en 6 lenguas indígenas: Aprende a decir te amo en náhuatl, maya o mixteco. El Universal. <https://www.eluniversal.com.mx/destinos/como-expresar-tu-amor-en-6-lenguas-indigenas/>

INALI. (s.f). Prontuario de frases de cortesía en Lenguas Indígenas. INALI.

<https://site.inali.gob.mx/Micrositios/Prontuarios/maya.html>

<https://site.inali.gob.mx/Micrositios/Prontuarios/mixteco.html>

<https://site.inali.gob.mx/Micrositios/Prontuarios/zapoteco.html>

<https://site.inali.gob.mx/Micrositios/Prontuarios/otomi.html>

<https://site.inali.gob.mx/Micrositios/Prontuarios/chinanteco.html>



# Riqueza cultural y riqueza del corazón humano



Autor: Ángeles Álvarez Soriano.



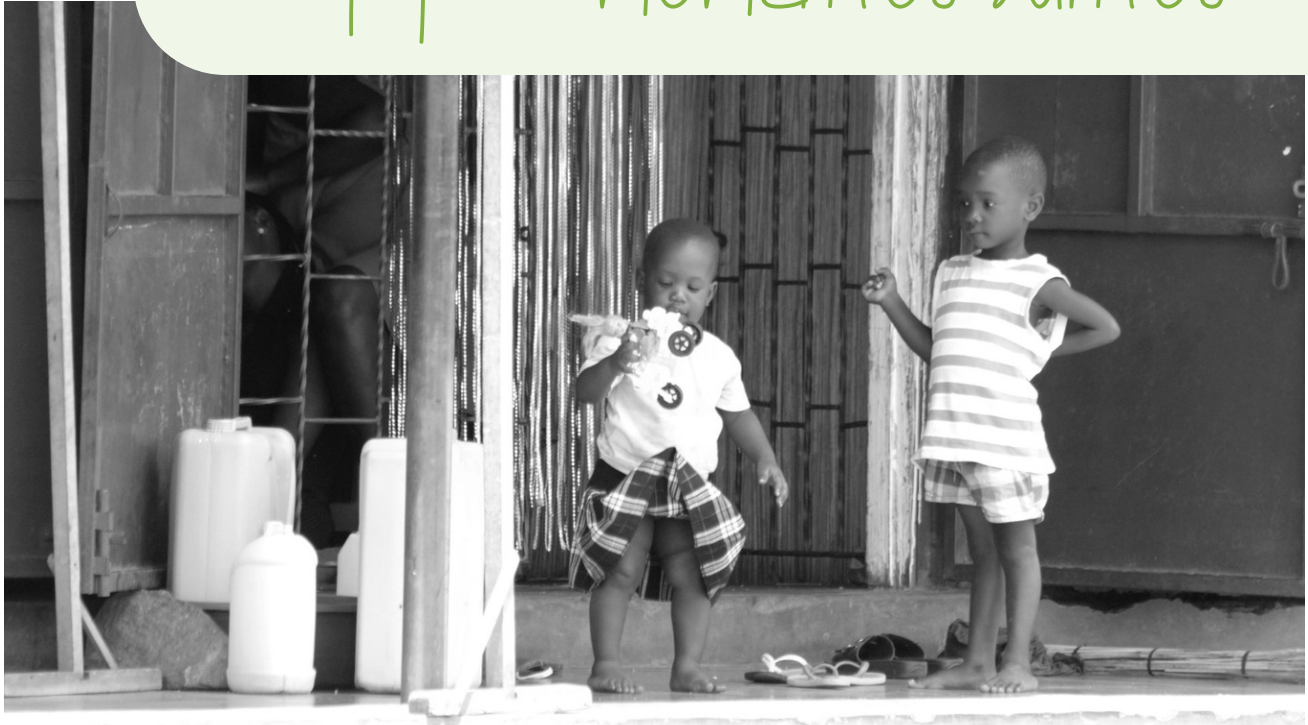
Autor: Arye Trahtenberg.



Autor: Óscar Omar Soto.



Amar también es brindar y disfrutar de los pequeños MOMENTOS JUNTOS



Autor: Debbie Strauss.



Título: *Don Juan y su familia*. Autor: Rafael Manzano Buendía.



Título: *Captando la naturaleza.* Autor: Lizi García.



Título: *El hombre y la naturaleza.* Autor: Carolina Díaz.



Título: *Caminando por las calles de Oaxaca.*  
Autor: Viany Dominisqui.

Autor: Francisco Muñoz.



*La MAGIA de apreciar las cosas cotidianas, hace la vida extraordinaria.*



**“ LA  
DIFERENCIACIÓN  
NO ES ALGO MALO.  
ES ALGO BUENO.  
LAS DIFERENCIAS  
DEBEN SER  
CELEBRADAS, NO  
TEMIDAS”**

**TEMPLE GRANDIN**



# Trastornos del Neurodesarrollo



# ¡Cómo quiero a mi hijo adolescente!

Texto: Rigel Ramírez Ruiz. Psicóloga por la UNAM. Maestría en Terapia Cognitivo Conductual.

**En un entorno sano y de protección, es muy sencillo - cuando los hijos e hijas son pequeños - las muestras de afecto fluyan de manera natural.** Los abrazos, besos, los juegos, las risas y cualquier forma de cariño se dan en todo momento e incluso buscamos que se den tantas veces como sea posible. **A medida que crecen y comienzan a dar más peso a su vida fuera del núcleo familiar; y los amigos toman el primer plano en la vida de nuestros hijos e hijas, estas muestras de afecto comienzan a ser menos frecuentes, incluso a ser rechazadas o negadas.**





“

**Amar no es solamente  
querer, es sobre todo  
comprender.**

Erich Fromm

”

Esa primera vez en la cual quisiste despedirte de beso en el colegio y tu hijo o hija te dijo “ay no pa... no inventes” seguro fue un momento doloroso en el que dudaste y quizá pasó por tu mente “¿qué está pasando? ¿estará molesto conmigo? ¿será que algo pasa en el colegio?” Y llueven en nuestra cabeza una serie de preocupaciones y posibles explicaciones para esa sensación de rechazo que nos dio esa experiencia.

En ocasiones los padres y madres nos lo podemos explicar pensando... “Ah... seguro es porque ya está en la adolescente”, “quizá ya

trae a alguien que le gusta y no quiere que lo avergüence”, “seguro está enojado porque no le di el permiso que pidió”, “¿lo estarán molestando en el colegio?”.

Si nos adentramos un poco más, este es el comienzo de un proceso de independencia, de emancipación de las figuras paternas y la identificación con ellas... inicia la búsqueda de “Quién soy yo sin mis padres”



La adolescencia y sus cambios son un proceso natural que les permite iniciar un camino hacia la vida adulta, y si bien nos van a seguir necesitando unos años más, son esos primeros intentos de lograr su independencia los que caracterizan esta etapa, como cuando comenzaron a caminar y no querían que los sostuvieran de la mano.

Esto no quiere decir que ya no nos tengan afecto o que no necesiten cariño, significa que tenemos que aprender un nuevo lenguaje. En este punto sólo te pido que recuerdes lo siguiente: Tu adolescente necesita igual o más afecto que cuando era pequeño o pequeña.

En la búsqueda de esta identidad se pueden topar con la idea de que no son lo

suficientemente guapos, inteligentes, fuertes, altos, cool, románticos, atractivo. Pueden tener fuertes sentimientos de enojo, tristeza, frustración, decepción y tu cariño y acercamiento es el elemento necesario para **que ellos recuerden que son amados tal y como son.**

Te dejo algunos tips que pueden servirte para mantener un contacto afectivo con tu adolescente:





- Escúchalos activamente cuando te hablen de su vida, intereses, amistades. Sin dar consejos o juicios.
- Negocia con tu adolescente, algunas reglas no están a discusión, pero otras pueden ser flexibles.
- Evita aplicar la “Ley del Hielo”, puede sentirse totalmente nulificado y devaluado.
- Busca momentos para platicar, compartir cosas en común, salir a eventos recreativos, hacer ejercicio.
- Dile que lo/la quieres y que siempre estás ahí para él/ella.





La adolescencia es una etapa llena de cambios y retos en los que el acompañamiento de los adultos significativos resulta esencial. El deseo de independencia, la búsqueda de identidad y la iniciación en la vida adulta se viven mejor si tenemos quienes nos apoyen, orienten y amen a lo largo de dicho proceso. Ama a tu adolescente.

## Referencias

Aberastury, A., & Knobel, M. (1984). *La adolescencia normal*. Ediciones Paidós Iberica.

Borbolla Rivera, J. (2004). *Profesión: Mamá de Un (A) Adolescente*. La Maestría. Diana.

Schmill, V. (2010). *Disciplina Inteligente: Manual de estrategias actuales para una educación en el hogar basada en valores*. Producciones Educacion Aplicada.





## Sobre Rigel Ramírez Ruiz

Psicóloga egresada de la Universidad Nacional Autónoma de México con Maestría en Terapia Cognitivo Conductual.

Cuenta con 20 años de experiencia como psicóloga escolar de educación básica a secundaria; 10 años como docente de la asignatura de Psicología; y colaboradora docente en Bimestral.

En el ámbito educativo ha brindado seguimiento y orientación a alumnos, padres de familia, maestros y equipos directivos, así como a organización e implementación de proyectos enfocados en la prevención y psicoeducación.

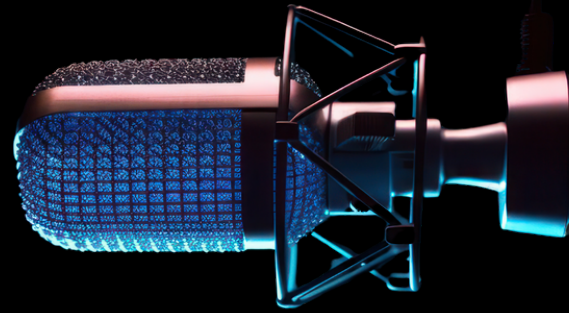
Su experiencia en el área clínica comenzó apoyando el aprendizaje de niños y niñas en edad escolar y actualmente brinda apoyo terapéutico a adolescentes y adultos desde una perspectiva cognitivo conductual y diseña intervenciones psicoeducativas en grupos de familiares en temas relacionados a la crianza y el desarrollo psicológico.



*¡Conoce a Rigel!*

*Pasión y música*

Cineclub



# TEA en la Música: Un Dúo Inspirador.

**Música que Rompe Barreras. 10 Estudio de Grabación.**

Roi es un joven con el diagnóstico de Trastorno del Espectro Autista (TEA) mientras que Oshra supera la Tartamudez. Aunque estos dos diagnósticos los diferencian, comparten una misma pasión en la cual logran expresarse: la música.

Su amor por la música ha trascendido abriendo puertas y motivando a otros para promover la aceptación e inclusión.

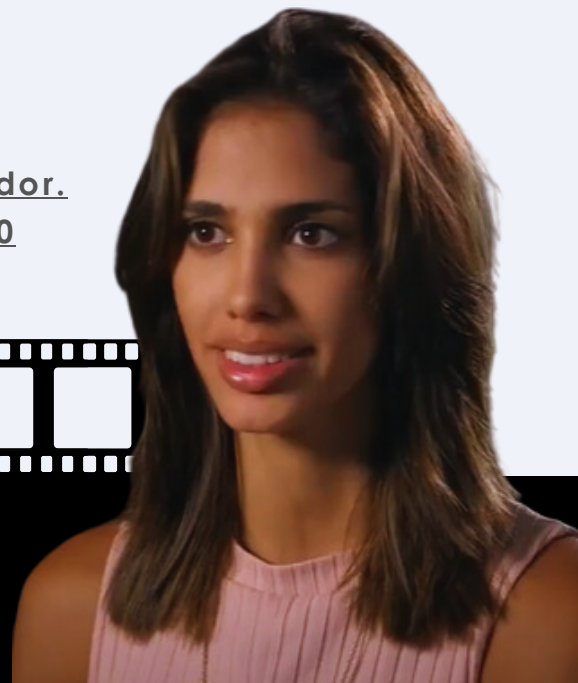


*¡Conócelos!*

TEA en la Música: Un Dúo Inspirador.

Música que Rompe Barreras.10

Estudio de Grabación





# Conexiones invisibles: La neurobiología detrás de los vínculos humanos

Texto: M. en C. Alan Hipólito Juárez Solano

Temple Grandin (76 años).  
Es una renombrada científica estadounidense defensora de los animales pero también de personas con Trastorno del Espectro Autista (TEA) debido a que ella fue diagnosticada con este trastorno desde temprana edad.

En un tranquilo vecindario, Eufemia encontró su mayor alegría en la presencia de su hijo, Alan. Desde el momento en que lo tuvo en sus brazos por primera vez, sintió una conexión profunda y misteriosa que parecía trascender lo físico. Para Eufemia, su vínculo con Alan era más que amor maternal, era una conexión

esencial que parecía resonar en su interior.

A medida que Alan crecía, Eufemia notaba cómo cada interacción con él moldeaba no solo sus emociones, sino también su perspectiva del mundo. Los abrazos de Alan parecían traer consigo una sensación de paz y alegría que se extendía desde su corazón hasta su mente, como si esos momentos de ternura nutrieran su ser por completo.

“

**No somos máquinas. No somos dispositivos. Los sentimientos son tan importantes como los hechos.**

Oliver Sacks

”

Diversos estudios neurocientíficos arrojaron luz sobre la relación entre Eufemia y Alan. Revelaron que los momentos de cariño entre madre e hijo generaban una sincronización notable en la actividad cerebral, revelando una conexión más profunda de la que incluso ellos eran conscientes.

La liberación de oxitocina durante estos momentos no solo fortalecía su vínculo emocional, sino que también influía en la forma en que sus mentes interactuaban y se moldeaban mutuamente.

La plasticidad cerebral se manifestaba de manera asombrosa en la relación entre Eufemia y Alan. Los lazos afectivos no solo nutrían el corazón, sino que también tenían un impacto visible en sus cerebros, dando forma a sus experiencias y emociones de maneras que los estudios científicos apenas empezaban a comprender.

Oliver Sacks (1933 - 2015). Fue un divulgador científico, neurólogo y escritor de origen Judío. Destacando en él su empatía, compasión y habilidades comunicativas con un enfoque humano.



La historia de Eufemia y Alan no solo ilustra los intrincados mecanismos neuronales detrás del amor materno, sino que también destacaba la belleza y complejidad de los lazos familiares que trascienden lo biológico y penetran en las profundidades del ser humano.

Su historia no solo revelaba la maravilla de los vínculos emocionales entre madre e hijo, sino que también desafiaba la ciencia a seguir explorando la riqueza de estas conexiones.



# Investigación sobre el movimiento ocular en el Autismo

Texto: Centro Nacional de investigación de Autismo en Israel.

Un síntoma común entre los niños con autismo es la dificultad para hacer contacto visual de forma natural. Muchos niños con autismo evitan mirar a quienes los rodean y este hábito probablemente dificulta que los niños aprendan la comunicación social y perjudique su capacidad para comportarse adecuadamente en diferentes situaciones sociales.

Para medir este fenómeno, investigadores del Centro Nacional siguen los movimientos oculares de niños con autismo mientras ven películas que contienen situaciones sociales como juegos entre niños. La capacidad de medir los hábitos de visualización de los niños permitirá identificar el riesgo de autismo en niños muy pequeños y medir la mejora o el deterioro con el tiempo.

Hasta el momento, más de 300 niños de 1 a 8 años con y sin autismo han participado en un estudio en el que vieron películas en una pantalla de televisión







con una cámara especial debajo, que sabe cómo seguir los movimientos oculares.

Los investigadores están probando diferentes métodos para identificar a los niños con autismo en función de la forma en que ven películas en comparación con los niños con un desarrollo normal.

En un primer estudio, los investigadores encontraron que los niños con un desarrollo normal miraban las películas de manera muy similar.

Es decir, miraron los mismos estímulos en los mismos momentos de la película. Por el contrario, los niños con autismo miraban menos los rostros de las personas que aparecían en la película y, en cambio, miraban las películas de una manera aleatoria y única.

Es decir, cada niño miraba diferentes estímulos en diferentes momentos. Los investigadores desarrollaron un índice especial que refleja la aleatoriedad de la observación y mide cuán diferente es cada niño del grupo con desarrollo normal.

Esta medida permitió a los investigadores identificar con éxito a más del 70% de los niños con autismo en función de sus movimientos oculares mientras veían una película de aproximadamente un minuto y medio.

Más allá de eso, se encontró que este índice atestiguaba la gravedad de los síntomas de los niños según la definición de los médicos que examinaron al

niño en las pruebas ADOS.

Estos importantes resultados muestran que es posible con medios tecnológicos identificar a algunos niños con autismo en función de los movimientos oculares y medir la gravedad de su autismo.

Esperamos que un mayor desarrollo de estas tecnologías permita la identificación rápida de niños pequeños con sospecha de autismo, por lo tanto, acorte el proceso de derivación para diagnóstico médico.





En otro estudio publicado recientemente como parte del Proyecto *Eye Tracking*, los investigadores demostraron que las características básicas (como el tiempo de reacción, la velocidad, la aceleración, la precisión, la cantidad de movimientos oculares por segundo, etc.) de los movimientos oculares de los niños con autismo no son diferentes de los de los niños sin autismo.

Este resultado se repitió tanto en el examen de los movimientos oculares realizados a los objetivos que aparecían en la pantalla como durante el visionado libre de películas que gustan a los niños.

La conclusión importante de este estudio es que los niños con autismo no tienen problemas motores con los

movimientos oculares y los realizan con normalidad.

Parece que los niños simplemente prefieren mirar otras cosas. Estos resultados centran la investigación adicional en tratar de encontrar formas de llamar la atención de los niños con autismo para que miren a las personas y las interacciones sociales para que puedan aprender la comunicación social más fácilmente.





# CONVOCATORIA DE FOTOGRAFÍA

## JUEGOS TRADICIONALES

Conozcamos los juegos de diferentes partes del mundo para valorarlos y preservarlos como un legado cultural.

### BASES:

- Puedes participar desde cualquier parte del mundo.
- La foto debe mostrar un juego tradicional proveniente de tu país con personas jugándolo.
- Tienes hasta el 15 de marzo del 2024.
- Deberás mandar una breve descripción del juego que capturaste en tu fotografía.

Se hará una selección de fotos que aparecerán en la próxima edición 65 de la Revista Bimestral.



*Envíanos tu fotografía*



Convocatoria de  
fotografía: Juegos  
tradicionales 2024



# Créditos de ésta edición

---

## Consejo editorial

- Guadalupe Andrade Flores.
- Alan Hipólito Juárez Solano.
- Anahi García Vázquez.

## Contenido

- Mónica A. Torres Ramo.
- Lady Mantequilla
- Rigel Ramírez Ruiz
- Alan Hipólito Juárez Solano.

## Traducción

- David Grunstein.

## Diseño

- Anahi García Vázquez.
- Miljory Milagros Leal Segura.
- Rivka Grunstein
- Guadalupe Andrade Flores.

## Curaduría fotográfica

- Guadalupe Andrade Flores.
- Anahi García Vázquez.
- Rivka Grunstein

# Créditos de ésta edición

---

## Fotógrafos

- Ángeles Álvarez Soriano.
- Arye Trahtenberg.
- Carolina Díaz.
- Cecilia Ledesma.
- David Pons Comas.
- Debbie Strauss.
- Francisco Muñoz.
- Lizi García.
- Luis Elfico.
- Mireya García
- Óscar Omar Soto.
- Rafael Manzano Buendía.
- Viany Dominisqui.

## Artista musical

- “Amazing Grace” interpretado por Tony Deblois at The 1910 Inn in Tarpon Springs, FL.



¡Síguenos!

# Estamos al alcance de un click

Cada ícono es un enlace



[www.bimestral.org](http://www.bimestral.org)



