



Génesis

Cada día, un nuevo comienzo

Revista Mensual, julio 2024



**¡Ruega por nosotros,
Santa Madre de Dios!**

DIRECTORIO

Génesis
Julio 2024

S.E. Mons. Raúl
Gómez González
Arzobispo de Toluca

S.E. Mons. Maximino
Martínez Miranda
Obispo Auxiliar

Pbro. Jorge Rosas Suárez
Responsable de CODICOSOC

Edith Muciño Martínez
Cuidado de la Edición

Isela Castro Serrano
Diseño Gráfico

César A. Zetina Rojas
Ilustrador

Belisario Domínguez No. 103
Col. Centro C.P. 50000
Tels: (722) 2 13 50 78
2 13 01 81

arquidiócesisdetoluca.org.mx
pastoralcomtoluca@live.com

REGISTRO EN TRÁMITE

Las ideas y opiniones expresadas en los artículos son responsabilidad única y exclusiva de Redacción de Génesis, Codicosoc y de quien los escribe.

Editorial

La Providencia de Dios nos permite comenzar el mes de julio con el reto de vivir el Evangelio, desde un encuentro personal con Jesús, Salvador del mundo. Cada fiel cristiano está llamado a ser una luz de amor y esperanza para los hermanos de la comunidad y la gracia que comparte es la que recibe de Cristo, fuente de bendición para la humanidad entera.

El mensaje del Reino de Dios, proclamado por Jesús, es una noticia alegre para los corazones que se encuentran afligidos y con frustraciones, ya que, en ocasiones, experiencias dolorosas en la vida han marcado profundamente la conciencia personal y colectiva, manifestándose un ambiente de convivencia inseguro, temeroso y violento.

Nuestra fe en Jesús, que se proclama en el Evangelio y que la celebramos en los sacramentos tiene que mostrarse en el testimonio de caridad y misericordia con los hermanos. No se trata de buscar un reconocimiento público por la bondad del corazón, sino la evangelización activa y eficaz por medio de la vida misma, porque si la palabra convence, el testimonio arrastra.

Invoquemos la presencia del Espíritu Santo, para que siga iluminando a la Iglesia con sus sagrados dones y que se convierta en un faro de esperanza para los hermanos que viven bajo el peso del sufrimiento. La palabra de Jesús que se anuncia debe ser un bálsamo de fortaleza para todos aquellos que están buscando un nuevo sentido de amor y alegría en su alma.

Que la Virgen María, Madre y Señora del Carmelo, cuya advocación celebramos en el mes de julio y es muy venerada por el pueblo fiel, nos acompañe en nuestra peregrinación de cada día, escuchando con fidelidad la voz de Dios, meditando profundamente su mensaje en el corazón y respondiendo con gozo a la invitación de ser apóstoles de paz y bondad.



Si estuviste en nuestra casa y recibiste algún tipo de apoyo interno o externo nos encantaría escucharte

CUÉNTANOS TU
EXPERIENCIA  **Vifac™**
Celebramos la Vida.



manda un video a redes.mexico@vifac.org
o al WhatsApp: 55 2569 5782

Nuestra Señora del Carmen

Codicoc

La Virgen del Carmen o Nuestra Señora del Carmen es una de las advocaciones de la Virgen María más conocidas y veneradas en la Iglesia católica.

Se le considera patrona de los marineros, pescadores, navegantes y de todos aquellos que se enfrentan a situaciones de peligro en el mar.

A esta advocación mariana, cuyo origen se remonta al siglo XII, generalmente se le representa con el Niño Jesús en brazos y con un escapulario en la mano, como símbolo de la promesa que ha hecho a quienes lo porten. Te contamos más sobre ella.

¿Cuándo es el día de la Virgen del Carmen?

El día de la Virgen del Carmen es el 16 de julio porque, según la tradición, el 16 de julio del año 1251, la Virgen María se le apareció a San Simón Stock, superior de la Orden Carmelita, y en ese momento le entregó el Escapulario del Carmen.

Este hecho marcó el inicio de la devoción mariana bajo la advocación de Nuestra Señora del Carmen o Nuestra Señora del Monte Carmelo.

Significado de la imagen de la Virgen del Carmen

La imagen de la Virgen del Carmen es rica en significado. Estos son algunos elementos que suelen estar presentes en la iconografía de la Virgen del Carmen:

1. La Virgen María: La figura central de la imagen es la Virgen María, madre de Dios y madre nuestra. Es símbolo de amor y protección maternal para quienes acuden a ella en busca de auxilio.

2. El Niño Jesús: La Virgen del Carmen sostiene al Niño Jesús en brazos. Esto simboliza la relación tan estrecha entre María y Jesús, así como su papel como mediadora entre la humanidad y su Hijo.

3. El Escapulario: La Virgen del Carmen es representada con un escapulario en la mano o colocado sobre su hombro. El Escapulario del Carmen es un símbolo y recuerdo de la promesa que la Virgen del Carmen hizo a quienes lo lleven con devoción.

4. El Monte Carmelo: En algunas representaciones se puede ver al fondo el Monte Carmelo, que es el lugar donde se originó la devoción a la Virgen del Carmen. Este monte, ubicado en Tierra Santa, es el lugar donde se estableció la Orden de los Carmelitas y donde tuvo lugar la aparición de la Virgen María a San Simón Stock.

5. Estrella y paisaje marino: La Virgen del Monte Carmelo a veces es representada con una estrella y un paisaje marino, en alusión a que también se le llama Estrella del Mar, por ser patrona de los navegantes.

La imagen, en su conjunto, es un recordatorio del amor maternal de la Virgen María, su papel como intercesora ante Dios y protectora de quienes la invocan con fe y devoción en momentos de peligro.



Escapulario de la Virgen del Carmen

Codicoc

EL escapulario es el símbolo de la devoción mariana, es la consagración a la Virgen María mediante la inscripción en la orden de las carmelitas y en esperanza de su maternal protección.

El escapulario del Carmen es un sacramental, es decir, un símbolo sagrado de acuerdo con el modelo de los sacramentos, que tiene significado más que nada espiritual, obtenidos por la intercesión de la santa Iglesia.

El escapulario es un memorial de las virtudes de la Virgen María, y cuando se lleva puesto es necesario apreciar el significado profundo que éste tiene, y para empezar es como sentirse parte de la Orden del Carmen.

Lo que conlleva, tratar de vivir con su propio carisma y espiritualidad conscientes de la obligación adquirida. Quien viste el escapulario debe tener siempre presente a la Virgen María e imitarla en todos sus aspectos y tal como ella obró... "Heme aquí la esclava del Señor, hágase en mí según su palabra".

El privilegio sabatino es otra de las promesas de salvación para quienes llevan el escapulario el día de su muerte, dice la tradición que la Virgen María se apareció al Cardenal Jaime Duesa, quien era devoto de ella, y le anunció que sería el Papa y que debía llamarse Juan XXII, además dio un mensaje para los Carmelitas.

"Quienes lleven el escapulario puesto, deben guardar conforme a su estado la castidad, y rezarán el oficio divino, se deben de abstener de comer carne los miércoles y sábados aquellos que no saben leer, en caso de que vayan al purgatorio, haré que salgan cuanto antes, sobre todo el próximo sábado después de su muerte y sus almas llevaré al cielo".

En cualquier caso, el simbolismo del escapulario como un signo de consagración a María, la Madre del Carmelo, fue y sigue siendo muy importante. Muchas personas comenzaron a usar una versión en miniatura del escapulario, y se fundaron incluso sociedades en torno a él por toda Europa. Incluso los misioneros han usado el escapulario como un instrumento catequético dondequiera que van. El uso



del escapulario se hizo tan popular que a finales del siglo XVI, lugares como España y Portugal, se describe como "un inmenso Carmelo".

A lo largo de los siglos, muchos Carmelitas han escrito sobre el escapulario. Arnold Bostius (1445-1499) dijo que el uso del escapulario es un compromiso a vivir las virtudes de María. Mathias de San Juan (1681) recopiló numerosos ejemplos bíblicos de cómo Dios ha usado cosas materiales como instrumentos de gracia. El escapulario para él era un objeto que Dios podía usar para el beneficio de la humanidad. Sin embargo, insistió en que el escapulario no era un talismán mágico. Escribió, por ejemplo, que "sería mucho mejor tener la santidad bajo un hábito terrenal que un corazón mundano bajo un santo hábito".

La Virgen María se hace cargo del cuerpo de Cristo: la Iglesia, del mismo modo como cubrió en pañales a su hijo cuando nació. El escapulario es un símbolo que expresa la protección de María para la persona que lo viste. Una madre ayuda al niño a crecer: María nos ayuda a ser lo que Dios sabe que podemos ser, y una madre enseña a su hijo por medio del ejemplo. En Canaán, nos dice: "Hagan lo que él les diga" (Jn 2, 5). Al mirarla aprendemos lo que significa ser un seguidor de Cristo.

El escapulario es un recordatorio del compromiso de María para nosotros y nuestro compromiso con ella. Es un recordatorio de su constante presencia en nuestras vidas y su interés en nosotros. Ella es realmente una madre y una hermana que nos conduce y nos guía a Cristo en el que nos encontramos con la salvación. Está con nosotros en la vida y en la muerte: "Ruega por nosotros ahora y en la hora de nuestra muerte". El Papa Juan Pablo escribió en relación con el escapulario: "Es un signo de la protección continua de la Santísima Virgen, no sólo a lo largo de la vida, sino también en el momento de la transición hacia la plenitud de la gloria eterna".

Hay muchos hijos e hijas que hacen un gran revuelo en el Día de la Madre con flores y chocolates, pero no acuden a ella el resto del año... Los regalos están bien, pero si no hay un contacto regular que los respalde, su significado se diluye. La devoción debe expresarse de alguna manera, y si los signos externos de

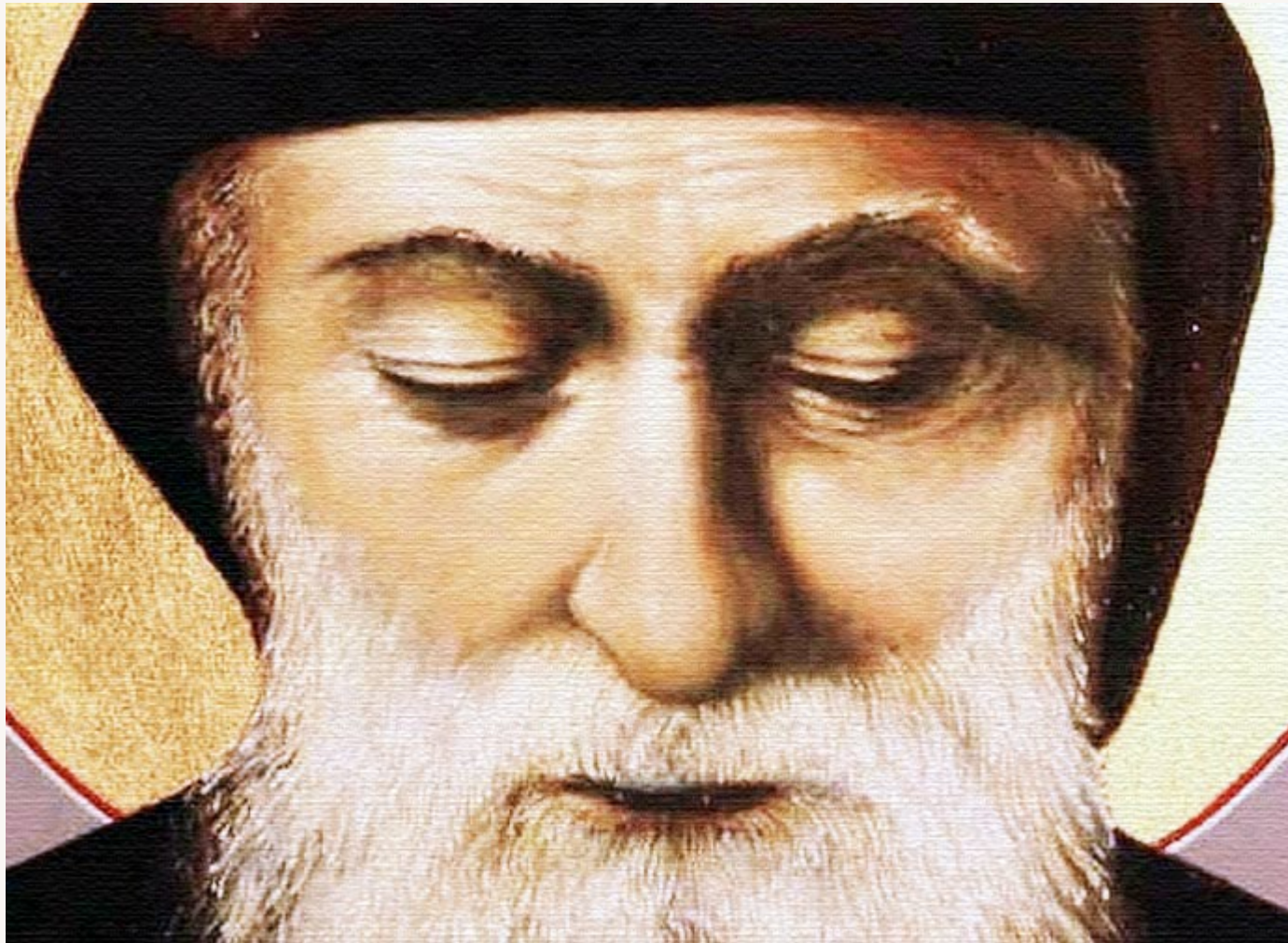
devoción surgen de una relación real con la Virgen, entonces tienen un significado profundo. Pero recordemos que Jesús criticaba a los fariseos debido a sus manifestaciones religiosas externas que carecían de base en la realidad. Si los signos externos son sólo una emoción pasajera, no tendrán ningún impacto duradero en nuestras vidas. ¡Mostremos nuestra devoción a la Virgen viviendo como ella nos ha mostrado!

El escapulario pretende ser un recordatorio hacia el exterior de lo que sucede en nuestro interior. El peligro con cualquier signo externo es que permanezca precisamente sólo como algo externo, sin embargo es crucial que vivamos interiormente lo que el escapulario representa. María es el ejemplo perfecto de lo que significa seguir a Cristo. El significado del escapulario hoy tal vez se puede resumir en una de las oraciones sobre el pueblo al final de la misa de la solemnidad de Nuestra Señora del Monte Carmelo:

"Señor, has que todos los que visten el escapulario con devoción, se vistan también con las virtudes de María para disfrutar de su incansable protección".



San Charbel, el santo de Líbano que trascendió fronteras



Redacción Génesis

Fue el quinto hijo de Antun Makhoulf y Brigitte Chidiac, y desde niño mostró gran interés por la oración y la religión; además comenzó a sentir gran curiosidad e inclinación por la vida monacal.

Incluso los habitantes de su pueblo aseguraban que prácticamente a diario se le veía arrodillarse ante una figura de la Virgen María y que utilizaba el tiempo libre que le quedaba, después de cuidar su rebaño de ovejas en la cercanía de su casa, para retirarse a una cueva y meditar.

A los tres años perdió a su padre, quien fue requerido por el ejército turco cuando se enfrentaban con las tropas egipcias. El padre murió justo cuando volvía a casa, por lo que su madre se encargó de Youssef. Con el tiempo la mujer volvió a contraer matrimonio con un hombre también cercano a la religión.

Además de la influencia religiosa de su madre y padrastro, Youssef tenía dos tíos que pertenecían a la Orden Libanesa Maronita, de la que más adelante formaría parte, y con quienes convivía con frecuencia.

A los 23 años decidió tomar el hábito; así fue como llegó a la puerta del convento de Nuestra Señora de Mayfouq donde fue recibido como postulante y luego como novicio.

Cuando su madre lo fue a buscar, se dice que le advirtió: “Ve a ser un santo o regresa conmigo ahora”.

En el monasterio renunció a su nombre de pila y escogió el de Charbel. Dos años después profesó los votos perpetuos como monje en el Monasterio de San Marón en Annaya, Líbano, y realizó sus estudios de filosofía y teología en el Monasterio de San Cypriano de Kfifan.

Fue ordenado sacerdote el 23 de julio de 1859, y al poco tiempo regresó al Monasterio de Annaya. Su vida transcurrió en la comunidad, pero él anhelaba ser ermitaño. A los 47 años solicitó permiso para vivir en soledad y oración en la ermita de San Pedro y San Pablo. Comía una sola vez al día, y así vivió hasta los 70 años, en que Dios lo llamó a su presencia.

El camino a la santidad luego de su muerte

En vida, Charbel Makhoulf ya tenía fama de santidad. Sus hermanos del monasterio afirmaban que una ocasión prendió una lámpara de aceite que sólo estaba llena con agua; también se decía que bendecía el agua y con ella curaba a personas.

Tras su muerte fue trasladado al monasterio de San Marón, donde fue enterrado en la cueva aledaña que era tumba de la comunidad monacal. Al poco tiempo, lugareños se percataron de que durante las noches una luz salía de ahí.

Por ello, los monjes solicitaron permiso a las autoridades eclesíásticas para abrir la tumba, lo hicieron cuatro meses después de la muerte de Charbel y se percataron de que, pese a que estaba entre el agua

y el lodo, su cuerpo permanecía incorrupto. Además, transpiraba agua con sangre.

A la par, el ermitaño adquiría cada vez más fama entre la gente, que se reunía en mayor número intentando ver sus restos. Por ello, los monjes decidieron colocarlo en un ataúd y trasladarlo a un lugar dentro del monasterio. Su cuerpo no dejaba de transpirar la sustancia.

En 1925, debido al constante culto del pueblo, el Padre Superior de la Orden solicitó al Papa Pío XI la apertura del proceso de beatificación, que ocurrió el 5 de diciembre de 1965 por el Papa Pablo VI.

En ese momento el Pontífice dijo: “Un ermitaño de la montaña libanesa puede hacernos entender, en un mundo fascinado por las comodidades y la riqueza, el gran valor de la pobreza, de la penitencia y del ascetismo, para liberar el alma”.

Durante 67 años el cuerpo permaneció bien conservado; en 1965 dejó de exudar líquido y comenzó a descomponerse. En 1977 fue canonizado. Desde entonces miles de personas visitan el sepulcro de san Charbel.



Santiago Apóstol

Codicoc

Llamado también Santiago el Mayor; uno de los doce apóstoles de Jesucristo. Era hijo de Zebedeo y hermano de San Juan Evangelista. Los dos hermanos eran pescadores del mar de Galilea, donde los reclutó Jesucristo; desde entonces, Santiago formó parte del círculo más cercano al Maestro.

Después de la crucifixión de Jesús, el apóstol Santiago se dedicó a predicar la nueva fe, contribuyendo a la difusión del cristianismo en occidente. Una tradición española no documentada supone que Santiago viajó a Hispania para predicar por encargo del propio Jesucristo y que se le apareció la Virgen María en Zaragoza (en el lugar en donde luego se levantó la basílica del Pilar). Santiago murió decapitado durante las persecuciones contra los cristianos que ordenó el rey de Judea, Herodes Agripa I (es el único apóstol cuyo martirio aparece recogido en los Hechos de los Apóstoles).

Según otra tradición medieval igualmente difícil de comprobar, su cuerpo llegó hasta Galicia y fue enterrado en el Campus Stellae, cerca de Padrón; allí se erigió un templo en el siglo IX, hacia el cual se encaminaron las peregrinaciones del Camino de Santiago; en torno al templo y a las peregrinaciones surgió la ciudad de Santiago de Compostela.

Santiago fue tenido por patrono de la reconquista cristiana de la Península contra el islam (dando nombre a una importante orden militar) y, ya en la época contemporánea, tanto la Virgen del Pilar como el propio Santiago se convirtieron en símbolos nacionales de España. Su festividad se conmemora el 25 de julio.



San Joaquín y santa Ana, Los abuelos de Jesús

Redacción Génesis

Una antigua tradición, data ya en el siglo II, atribuye los nombres de Joaquín y Ana a los padres de la Virgen María. El culto aparece para Santa Ana ya en el siglo VI y para San Joaquín un poco más tarde. La devoción a los abuelos de Jesús es una prolongación natural al cariño y veneración que los cristianos demostraron siempre a la Madre de Dios.

La madre de nuestra Señora, la Virgen María, nació en Belén. El culto de sus padres le está muy unido. El nombre Ana significa "gracia, amor, plegaria". La Sagrada Escritura nada nos dice de la santa. Todo lo que sabemos es legendario y se encuentra en el evangelio apócrifo de Santiago, según el cual a los veinticuatro años de edad se casó con un propietario rural llamado Joaquín, galileo, de la ciudad de Nazaret. Su nombre significa "el hombre a quien Dios levanta", y, según san Epifanio, "preparación del Señor". Descendía de la familia real de David.

Moraban en Nazaret y, según la tradición, dividían sus rentas anuales, una de cuyas partes dedicaban a los gastos de la familia, otra al templo y la tercera a los más necesitados.

Llevaban ya veinte años de matrimonio y el hijo tan ansiado no llegaba. Los hebreos consideraban la esterilidad como algo oprobioso y un castigo del cielo. Se los menospreciaba y en la calle se les negaba el saludo. En el templo, Joaquín oía murmurar sobre ellos, como indignos de entrar en la casa de Dios.

Joaquín, muy dolorido, se retira al desierto, para obtener con penitencias y oraciones la ansiada paternidad Ana intensificó sus ruegos, implorando como

otras veces la gracia de un hijo. Recordó a la otra Ana de las Escrituras, cuya historia se refiere en el libro de los Reyes: habiendo orado tanto al Señor, fue escuchada, y así llegó su hijo Samuel, quien más tarde sería un gran profeta.

Y así también Joaquín y Ana vieron premiada su constante oración con el advenimiento de una hija singular, María. Esta niña, que había sido concebida sin pecado original, estaba destinada a ser la madre de Jesucristo, el Hijo de Dios encarnado.

Desde los primeros tiempos de la Iglesia ambos fueron honrados en Oriente; después se les rindió culto en toda la cristiandad, donde se levantaron templos bajo su advocación.

Aunque el culto a la madre de la santísima Virgen María se había difundido en Occidente, especialmente desde el siglo XII, su fiesta comenzó a celebrarse en el siglo siguiente.





Codicoc

San Ignacio nació probablemente, en 1491, en el castillo de Loyola en Azpeitia, población de Guipúzcoa, cerca de los Pirineos. Su padre, don Bertrán, era señor de Ofiaz y de Loyola, jefe de una de las familias más antiguas y nobles de la región. Y no era menos ilustre el linaje de su madre, Marina Sáenz de Licona y Balda. Iñigo (pues ése fue el nombre que recibió el santo en el bautismo) era el más joven de los ocho hijos y tres hijas de la noble pareja. Iñigo luchó contra los franceses en el norte de Castilla. Pero su breve carrera militar terminó abruptamente el 20 de mayo de 1521, cuando una bala de cañón le rompió la pierna durante la lucha en defensa del castillo de Pamplona. Tras resultar gravemente herido, cambió por completo de orientación: la lectura de libros piadosos durante su convalecencia lo llevó a decidirse por la consagración a la religión.

Se retiró inicialmente a hacer penitencia y oración en Montserrat y Manresa, donde empezó a elaborar el método ascético de los Ejercicios espirituales (1522). Luego peregrinó a los Santos Lugares de Palestina (1523). De regreso a España comenzó a estudiar (ya con 33 años y para poder afrontar mejor su proyecto de apostolado) en las universidades de Alcalá de Henares, Salamanca y París.

En París (1528-1534), donde se graduó como maestro en Artes (aunque no terminó los estudios de Teología), San Ignacio de Loyola consiguió reunir un grupo de seis compañeros a los que comunicó sus ideas y con los que sembró el germen de la Compañía de Jesús, haciendo juntos votos de pobreza y apostolado en la Cueva de Montmartre. Ante la imposibilidad de marchar a hacer vida religiosa en Palestina, por la guerra contra los turcos, se ofrecieron al papa Pablo III, quien les ordenó sacerdotes (1537).

En los años siguientes se dedicaron al apostolado, la enseñanza, el cuidado de enfermos y la definición de una nueva orden religiosa, la Compañía de Jesús, cuyos estatutos aprobó el Papa en 1540; San Ignacio de Loyola, cuyo fervor y energía inspiraban al grupo, fue elegido por unanimidad su primer general.

Aquejado de graves problemas de salud, San Ignacio de Loyola alcanzó a ver, sin embargo, en sus últimos años de vida, la expansión de la Compañía por Europa y América, con una fuerte presencia en la educación de la juventud y en el debate intelectual, en el apostolado y en la actividad misionera (destacando la labor en Asia de San Francisco Javier). Muerto Ignacio, le sucedió como general de los jesuitas su más estrecho colaborador, el castellano Diego Laínez. Fue canonizado en 1622 por Gregorio XV.

¿LOS correos electrónicos CONTAMINAN EL MEDIO AMBIENTE?

Karol Tatiana Vera Olave

La era de Internet ha traído consigo múltiples plataformas de comunicación, entre ellas, el correo electrónico. Pero, aunque esta red facilita el envío y recepción de mensajes, poco se habla acerca de la huella de carbono que tiene y su impacto en el medio ambiente.

Hace un tiempo, tal vez el año pasado, vi un video que hablaba acerca de las emisiones de carbono que generan los correos electrónicos y cómo lo hacen. Si les soy sincera no quedé muy convencida con el tema y aunque lo tuve entre mis pendientes, lo dejé ahí esperando. En estos días, en una cuenta de Instagram llamada @reals_lab publicaron un reto con el hashtag #limpiomicorreo, el cual trajo a mi mente este tema. Por eso, decidí investigarlo un poco más con el fin de encontrar la relación entre el envío de correos electrónicos y el impacto en los ecosistemas.

Resulta que cuando nos hablan de huella de carbono o acciones que impactan el medio ambiente, normalmente pensamos en carros, motos, fábricas o plástico, pero pocas veces nos viene a la cabeza el uso que le damos a la energía, a las redes sociales y a nuestros correos electrónicos. Los datos, especialmente aquellos que se encuentran en los e-mail, deben ser almacenados en centros de datos o servidores; y, aunque se encuentran a kilómetros de nosotros y por ello no es visible el impacto, requieren grandes cantidades de agua y energía para su funcionamiento porque pueden sobrecalentarse y necesitar procesos de enfriamiento.

Así mismo, según un estudio realizado en Reino Unido por la compañía energética Ovo, enviar correos también genera un gasto de energía porque se necesita de ella para que tanto los centros de datos como los dispositivos electrónicos envíen, filtren, lean y entreguen los correos. Para el estudio realizado por esta compañía, llama especialmente la atención aquellos correos que se envían con un único contenido; es decir, mensajes prescindibles como "gracias", "recibido", "saludos". En 2017, un informe de la consultora Two Sides indica que la actual circulación de correos electrónicos llegaría a equivaler a la huella de carbono producida por cerca de 890 millones de automóviles en un año. Por supuesto, es importante señalar que la huella de carbono de los correos electrónicos depende de su contenido: es mayor si tiene archivos adjuntos y se incrementa si el correo se reenvía.

Según el medio *La Vanguardia*, de Barcelona (España), en entrevista con Ana Figaredo, eliminar 30 correos de nuestra cuenta puede ahorrar 222 Watts, que es aproximadamente el gasto de energía de una bombilla ahorradora encendida durante un día. Asimismo, según Ovo, si cada una de las personas de Reino Unido prescindieran de correos que pueden ser considerados innecesarios, no emitirían 16.433 toneladas de dióxido de carbono a la atmósfera en lo corrido de un año.

A partir de mi investigación, yo podría hacerle un par de sugerencias: si usted tiene miles de correos en su cuenta que no usa o no necesita, elimínelos. Recuerde que para que pueda consultarlos en cualquier momento, estos correos deben estar alojados en servidores que requieren energía y agua. También, si puede evitar correos innecesarios como aquellos que tienen un contenido corto y que incluso usted puede comunicar a su compañero de trabajo o amigo de forma personal, hágalo; de esta manera también estará disminuyendo su huella de carbono.

Puede ser que aún leyendo esto, cuando piense en el impacto de un correo electrónico sobre el medio ambiente le parezca poco, pero imagínese las cuentas de e-mail de todo el mundo, quizás ya no sea tan pequeño. Ahora, suponga que todos conocieran esta información y pudieran aportar con un clic al eliminar correos innecesarios o evitar otro clic para no enviar correos innecesarios. Estaríamos haciendo mucho.



¿Por qué es importante sembrar árboles?

Karol Tatiana Vera Olave

En medio de la situación actual, las reflexiones son muchas. Una de ellas, la cual considero muy importante, es el estado actual de nuestro planeta. Pero aún más importante para mí es lo que podemos hacer.

Una de las sugerencias que hemos venido escuchando por muchos años es que debemos sembrar árboles y me gustaría contarles por qué es importante. En mi caso, cuando he visto publicidad con respecto a esta actividad, siempre se refiere a su valor en términos de producción de oxígeno, resultante del proceso de fotosíntesis. Como sabemos, esta molécula es fundamental para la existencia de todos los animales, incluyéndonos.

Sin embargo, para este punto debo hacer una aclaración, sin el objetivo de desanimar: los árboles sí producen oxígeno, por supuesto, pero no son los mayores productores de él en el mundo ¿Se les ocurre en este momento algún otro organismo que tenga este papel? Las plantas producen aproximadamente el 28 % de este gas en la Tierra, pero es el fitoplancton, organismo autótrofo (que se nutre de su propia materia orgánica) que habita en el mar, el que más aporta, liberando entre el 50 % al 85 % de dicha sustancia en el planeta.

Como dije anteriormente, que esto no lo desanime. Que los árboles no sean los mayores productores de oxígeno no quiere decir que no sea fundamental el porcentaje que generan para todos los organismos que requerimos de esta molécula para nuestra existencia. Esta aclaración la hago incluso con el objetivo de que no nos quedemos con este único argumento para decidir sembrarlos.

Ellos son muy importantes por esta y otras razones: la generación de sombra, la regulación bioclimática debido a que absorbe el agua por sus raíces y la devuelve al ecosistema en forma de vapor a través del proceso llamado evapotranspiración, favoreciendo la humedad. Esto contribuye también a la regulación de las temperaturas. Además, canalizan los vientos y enfrían los ambientes de forma pasiva.

Asimismo, los árboles aumentan la fertilidad de los suelos, debido a que la cantidad de materia orgánica se incrementa. Gracias a sus raíces, disminuye la erosión que generan el agua y el viento, reteniendo la tierra y evitando, por ejemplo, los deslizamientos. Con respecto al agua, cumplen un papel fundamental, pues mejoran la infiltración y retención de esta, permitiendo que lleguen a acuíferos subterráneos.

En cuanto a su relación con otros organismos: son usados como alimento por innumerables seres vivos; son el hábitat de animales y de otras plantas; son parte fundamental tanto de la alimentación humana como de nuestra cultura pues se utilizan con fines ornamentales, medicinales, de construcción, obtención de combustibles y fibras. Los árboles se relacionan con el embellecimiento de espacios urbanos y con el bienestar físico y psicológico de los individuos. Estos son solo algunos beneficios.

No puedo dejar de referirme a su importancia en cuanto a la captación de dióxido de carbono o CO_2 , el cual integra a su biomasa (tallos, hojas, ramas y raíces), siendo este compuesto un Gas de Efecto Invernadero (GEI) producido en enormes cantidades diariamente, el cual proviene, en su mayoría, de múltiples actividades humanas.

Es importante que si usted toma la decisión de sembrar un árbol, tenga en cuenta entre sus opciones especies nativas de la región geográfica donde se encuentra.

Después de leer este escrito, espero que se anime a sembrar un árbol y cuando le pregunten por qué lo hace, piense en varias de las razones que le describo aquí. Invite a sus amigos y familiares a plantarlos y, por último, tenga como alternativa uno nativo de su región.





Día Internacional libre de bolsas de plástico

Las condiciones en la que se encuentran los espacios públicos y comunes, reflejan lo que somos como sociedad, los logros o problemáticas que tenemos en las comunidades y nuestra percepción de lo seguro o inseguro que se encuentra el entorno.

Por ello, como ciudadanía es importante que participemos en la mejora y mantenimiento de los espacios que a diario transitamos, en los que compramos bienes básicos o que utilizamos para convivir con nuestros vecinos o familia, lo cual puede llevarse a cabo de diversas formas:

- Conociendo a vecinas y vecinos,
- Barriendo nuestra entrada;
- Organizando o participando en actividades artísticas, deportivas y de esparcimiento,
- Gestionando con las autoridades de seguridad, su presencia y el mantenimiento para la infraestructura urbana,
- Denunciando la violencia comunitaria que se vive en razón de género, como el acoso,
- No pintar ni dibujar mensaje obsceno o que represente una falta cívica en bardas;
- Cuidar los espacios de juegos, canchas de esparcimiento,
- Contribuyendo directamente a la recuperación de un espacio, a través de pinta de bardas con mensajes que fo-

menten los valores o las habilidades para la vida, poda de áreas verdes, limpieza,

- Depositando la basura en los lugares asignados para ella; la mayoría de los residuos pueden provocar grandes daños al ambiente.

Uno de los residuos más dañinos para nuestras comunidades son las bolsas de plástico.

¿Sabías que?

El día 3 de julio, es el día internacional libre de bolsas de plástico, esta fecha tiene como objetivo reducir el uso de las bolsas de plástico, ya que sirven como agente contaminante del medio ambiente, dañando los suelos y mares, además de que afecta el desarrollo de fauna silvestre en el mundo, por lo que es más recomendable reciclarlas y así prevenir cualquier tipo de daño ambiental.

Es imperante mencionar que estas bolsas tardan hasta 150 años en degradarse, impactando de manera drástica al ecosistema, repercutiendo en la imagen urbana o comunitaria, generando así entornos idóneos para la comisión de delitos o violencia.

Al participar todas y todos en la construcción y cuidado de los espacios, fortalecemos la convivencia y la preservación de los ecosistemas, al igual que prevenimos actos de violencia.

Recuerda reciclar, reutilizar y reducir el uso de bolsas de plástico y otros contaminantes.



¡RECUERDA QUE LA PREVENCIÓN LA HACEMOS TODAS Y TODOS!
CENTRO DE PREVENCIÓN DEL DELITO DEL SECRETARIADO EJECUTIVO
DEL SISTEMA ESTATAL DE SEGURIDAD PÚBLICA.

Web: www.edomex.gob.mx/cpd

Twitter: @CPDedomex

Facebook: Centro de Prevención del Delito del Estado de México.

Día Mundial de la Población

El Día Mundial de la Población se conmemora el 11 de julio, y tiene por objeto centrar la acción de los gobiernos en la generación de políticas de población, principalmente para la inversión de recursos en medio ambiente, salud, educación, igualdad de género y seguridad.

Respecto a la igualdad de género, se busca desarrollar alternativas para que la participación de la mujer en la sociedad sea más activa y con ello aumente su calidad de vida.

Actualmente, las mujeres siguen siendo discriminadas por ciertos sectores de la población y esto genera problemas sociales que perjudican su desarrollo; al limitar su autonomía y su capacidad en la toma de decisiones sobre su salud física, sexual y reproductiva.

Es importante brindar herramientas a niñas, adolescentes y mujeres para fortalecer sus capacidades conductuales, sociales, educativas, laborales, y con ello crear sociedades más equitativas y justas.

Referente a la seguridad, debemos contribuir a la construcción de comunidades participativas que consideren a la prevención social de la violencia como una estrategia de desarrollo, a través de:

- La colaboración entre vecinos y organizaciones locales,
- La vigilancia comunitaria,
- La creación de redes de apoyo,
- La mejora del entorno físico, cuidando que éste se encuentre bien iluminado, limpio y con actividades incluyentes,
- La mediación de conflictos.

No podemos avanzar como sociedad, si no tenemos como meta un ambiente armónico, en el que la con-

vivencia se base en la inclusión, el respeto, la empatía, la comunicación asertiva; por ello es necesario inculcar estas habilidades a las nuevas generaciones. En este Día Mundial de la Población, comprometámonos a trabajar unidos en el progreso de nuestras comunidades, previendo desde casa el cuidado del entorno, de las y los habitantes y de las relaciones interpersonales que en él se desarrollan.

Referencias:

Gobierno de México. (11 de julio de 2019). 11 de julio: Día Mundial de la Población. <https://www.gob.mx/salud/seguropopular/es/articulos/11-de-julio-dia-mundial-de-la-poblacion-208330?idiom=es>
Gobierno de México. (11 de julio de 2019). Conmemoramos el Día Mundial de la Población. <https://www.gob.mx/inafed/articulos/conmemoramos-el-dia-mundial-de-la-poblacion>
Naciones Unidas. (2020). Población. <https://www.un.org/es/global-issues/population>

¡RECUERDA QUE LA PREVENCIÓN
LA HACEMOS TODAS Y TODOS ¡
CENTRO DE PREVENCIÓN DEL DELITO DEL
SECRETARIADO EJECUTIVO DEL SISTEMA
ESTATAL DE SEGURIDAD PÚBLICA.

Web: www.edomex.gob.mx/cpd

Twitter: @CPDedomex

Facebook: Centro de Prevención del Delito
del Estado de México.



Día Mundial de las Habilidades de la Juventud

El Día Mundial de las Habilidades de la Juventud es conmemorado el 15 de julio, como una jornada para empoderar a las y los jóvenes con la finalidad de que sean influyentes desde sus comunidades, para así lograr sus objetivos de vida. ¡Sin los jóvenes sería imposible conseguir sociedades justas y sostenibles!

La Organización Mundial de la Salud, reconoce ampliamente las habilidades para la vida, ya que impulsan el óptimo desarrollo del individuo y en materia de prevención social de la violencia y la delincuencia, son grandes aliadas.

Existen diversos tipos de habilidades:

• **Habilidades cognitivas:** Son las aptitudes del ser humano relacionados con el procesamiento de la información, es decir, los que implican el uso de la memoria, la atención, la percepción, la creatividad y el pensamiento abstracto o analógico, como el autoconocimiento, la toma de decisiones, el pensamiento creativo y el pensamiento crítico.



• **Habilidades sociales:** Conjunto de conductas que nos permiten interactuar y relacionarnos con los demás de manera efectiva y satisfactoria, como la comunicación, las relaciones interpersonales, o el manejo de problemas y conflictos.



• **Habilidades emocionales:** Se trata de un conjunto de capacidades y actitudes que nos permiten realizar una buena gestión de las emociones, poner en marcha estrategias de afrontamiento ante el estrés y ser capaces de reaccionar de forma positiva cuando nos encontramos frente a situaciones complicadas, como: la empatía, el manejo de emociones y sentimientos, el manejo de tensiones y estrés.



Una manera de promoverlas es interviniendo en comunidades, escuelas, espacios de esparcimiento, a través de metodologías humanistas, incluyentes y eficaces, dificultades como la baja autoestima, el estrés, la frustración, los conflictos interpersonales, el consumo de alcohol y drogas.

Hoy en día existen muchas técnicas para desarrollar habilidades para la vida, pero una estrategia por excelencia en el sector juvenil es el deporte, ya que ayuda de manera significativa a aumentar las habilidades cognitivas, sociales y emocionales, disminuyendo la probabilidad de incurrir en comportamientos de riesgo.

Pensar en preparar a las y los jóvenes para la vida, contribuye ampliamente en el avance y desarrollo de las sociedades, ya que se convierten en actores clave en la generación no solo de soluciones individuales y comunitarias, también globales, como el cambio climático, el desempleo, la pobreza, la desigualdad de género y la migración.

¡RECUERDA QUE LA PREVENCIÓN LA HACEMOS TODAS Y TODOS!

CENTRO DE PREVENCIÓN DEL DELITO DEL SECRETARIADO EJECUTIVO DEL SISTEMA ESTATAL DE SEGURIDAD PÚBLICA.

Web: www.edomex.gob.mx/cpd

Twitter: @CPDedomex

Facebook: Centro de Prevención del Delito del Estado de México

Referencias:

Gobierno de México. (11 de julio de 2019). 11 de julio: Día Mundial de la Población. <https://www.gob.mx/salud/seguropopular/es/articulos/11-de-julio-dia-mundial-de-la-poblacion-208330?idiom=es>

Gobierno de México. (06 de abril de 2018). La importancia de las habilidades sociales en la población joven. <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/la-importancia-de-las-habilidades-sociales-en-la-poblacion-joven#:~:text=Las%20habilidades%20sociales%20son%20un,de%20manera%20efectiva%20y%20satisfactoria.&text=La%20cultura%20y%20las%20variables,del%20lugar%2C%20los%2>

Habilidades de la Juventud. (2022). Transformando las habilidades de los jóvenes para el futuro. https://edomex.gob.mx/dia_mundial_habilidades_juventud
<https://www.habilidadesparalavida.net/habilidades.php>