

# CONTIGO

Revista  
Gratuita  
BIMESTRAL

en tu Comunidad Hidalguense  
Enero - Febrero 2018, Año 5 #29

## PROPÓSITOS de Año Nuevo

Te decimos cómo  
cumplirlos

Pág. 04

## Sistema SINERGIA

Autlán más  
cerca de ti

Pág. 06



## Feliz Año 2018

## Animales en Náhuatl

Aprendamos juntos  
nuevas palabras

Pág. 11

# PRISMAS BASÁLTICOS Huasca de Ocampo



Estado Libre y Soberano  
de Hidalgo

Los prismas son resultado del enfriamiento acelerado de la lava durante un derrame hace millones de años, pero al apreciar sus impactantes formas geométricas, es inevitable cuestionarse cómo la naturaleza pudo formar los prismas basálticos. El flujo de lava es resultado de la actividad volcánica de hace miles de años, este tipo de columnas de piedra volcánica, son únicas en México. Ellas decoran las paredes de la impresionante barranca de Santa María Regla y al mismo tiempo, son bañadas por el agua de cuatro cascadas. Desde el 2007, forma parte de las 13 maravillas de México, ubicadas en el municipio de Huasca de Ocampo, Hidalgo, es el primer pueblo mágico del país cuyo nombre en náhuatl huascalaloyam significa lugar de pájaros, agua, vegetación y alegría. Los gigantes de basalto son testigos mudos del esplendor que enriquece al turismo.

**¡Ven, conoce y disfruta Nuestras Maravillas Naturales!**

# CONTIGO

Sabías Que... 4  
CinemAutlán... 5  
Sobre Autlán... 6  
Taller Agropecuario... 8  
Bolita por favor... 10  
Descubramos juntos el Náhuatl... 11  
Sembrando Valores... 12  
Las Comunidades Dicen.. 13  
Sobre Salud... 14  
La Pizarra Escolar... 15  
Autlán en Segundos... 16  
Cómic... 18  
El Buen Sazón... 20  
Saludos y Felicitaciones... 21  
Un Granito de Ciencia... 22  
Tienes 5 Minutos... 23  
Tradiciones... 24

# Feliz



**Foto: AÑO NUEVO**  
**EL FIN AÑO SIGNIFICA TERMINAR UN CICLO PARA PODER EMPEZAR UNO NUEVO CON ENERGÍAS RENOVADAS PARA SER MEJORES PERSONAS.**

## AMIGOS CONTIGO

### Cuerpo Editorial en Redacción:

Patrick Scheel  
Elsa Saucedo

### Corresponsales en Campo y Distribución:

Alejandro Pérez  
Osmara Galindo  
Salvador Mendoza  
Francisco Castillo  
Alberto Godínez y  
Andrés Ladriere

**Ilustraciones:**  
Armando Garduño

**Editor:**  
Daniel Zebadúa

**Coordinador y Jefe de Redacción:**  
Guillermo Recio

## EDITORIAL

Estimados amigos, estamos iniciando un nuevo año con toda la actitud positiva y con muchos propósitos, ¿estás listo para cumplirlos?, si no aquí te contamos cómo puedes lograrlos.

Se acerca el día en que celebramos a quienes sacaron el muñequito en la rosca de reyes, así que a preparar un rico champurrado en la sección del buen sazón. Esto acompañado de unos deliciosos tamales.

Siempre preocupados por el bienestar de nuestras comunidades, ponemos a tu disposición un sistema de apoyo para los integrantes de las comunidades, en la sección de sobre Autlán te explicamos como funciona.

Por último, nos gustaría dar las gracias al Doctor Ricardo, de la comunidad de Jalpa, quien en esta ocasión en "Descubramos juntos el Náhuatl", nos enseñará cómo decir algunos nombres de animales en Náhuatl... Muchas gracias. Esperamos sinceramente que esta nueva revista sea de su agrado.

**¡Gracias!**

Tus amigos: Revista Contigo

Aviso: Esta revista es gratuita y bajo ninguna circunstancia persigue fines políticos. Sus productores se deslindan de cualquier uso indebido, distinto al objetivo por el cual fue creada.



# Sabías que...



## Propósitos de **AÑO NUEVO**

**A**ño nuevo, vida nueva. Un buen año está por delante. ¿Por qué no sacarle el mejor provecho al 2018 y cumplir con todos nuestros propósitos de año nuevo?

Hay quienes todos los años se proponen nuevas metas y objetivos para mejorar y crecer como persona. Basta con estar dispuesto a hacer pequeños cambios en tu vida diaria para cumplir aquellos propósitos de año nuevo y sentir esa gran satisfacción tanto personal como profesional.

Aunque muchas veces parezca difícil, es posible cumplir con los propósitos de año nuevo que te propongas. Para eso, te compartimos algunos consejos que podrás seguir para lograrlo.

**1. Enfócate en uno o dos propósitos.** En lugar de tener muchos propósitos inalcanzables, es mejor establecer pocos, pero que sean alcanzables y específicos. Define una meta clara para cada propósito, por ejemplo, perder peso es una meta general, pero si te propones perder 10 kilos en dos meses es más preciso y trabajas con convicción.

**2. Haz pequeños progresos.** Muchas personas tienden a abandonar sus propósitos porque sus objetivos son demasiados ambiciosos que requieren de gran esfuerzo y la acción de una sola vez. Así que haz que sean progresivos y disfruta cada uno de los avances hasta alcanzar tu meta.

**3. Busca un apoyo.** Una gran idea es contar con el apoyo de un amigo, pareja, hermanos o papás que te acompañen en este camino. Pídeles que midan tus avances y te pidan una "rendición de cuentas". Tiene que ser alguien cercano en quien confíes para notificar y evaluar tu progreso. Al estar acompañado a lo largo del camino tendrás la motivación de cumplir con tus objetivos, por más difícil que éstos parezcan.

**4. Celebra tus éxitos.** No esperes hasta que tu propósito se cumpla por completo. Por cada

avance otórgate un premio o estímulo que te impulse a seguir con entusiasmo.

**5. Enfoca tus pensamientos.** Adopta nuevos patrones de comportamiento y pensamientos optimistas. Crea conexiones neuronales que te ayuden a cambiar de hábitos, es decir, haz afirmaciones en lugar de negaciones. ¡Piensa positivo para tener resultados positivos!

**6. Sé consciente.** Toma consciencia de tu condición física, emocional y mental. Reconoce para qué quieres lograr tu propósito y qué es lo que buscas conseguir y conviértelo en un ideal.

Ahora no tienes excusa para no cumplir tus propósitos de año nuevo. Solamente necesitas disciplina. Recuerda, sólo existen dos días en el año en que no se puede hacer nada. Uno se llama ayer y otro mañana. Por lo tanto hoy es el día ideal para amar, crecer, hacer y principalmente vivir.

**¡A Vivir el Año 2018!**





# CinemAutlán



## ¡Noches de Cine!

**NUESTROS QUERIDOS AMIGOS DE CinemAutlán SIGUEN ILUMINANDO LA GRAN PANTALLA DEL CINE.**

### IXMOLINTLA

El día 15 de noviembre, visitamos a nuestros amigos de Ixmolintla y nada más y nada menos que con la película del momento "Coco". Una película que nos enseña a valorar nuestras tradiciones como mexicanos y tuvimos la asistencia de aproximadamente 60 personas.

### SAN ANTONIO

Siguiendo nuestra ruta, fuimos hasta San Antonio, nuevamente con la película "Coco", no podíamos dejar a nuestros amiguitos de San Antonio sin que pudieran ver esta increíble cinta. Gracias a todos

los asistentes por permitir que CinemAutlán siga iluminando sus noches en su comunidad.

### SAN SIMÓN

También visitamos la comunidad de San Simón, el 4 de diciembre, donde de nuevo se encendió la gran pantalla para ver "Coco", la asistencia de 200 personas en la comunidad hizo de la función una velada muy agradable donde las familias compartieron unas ricas palomitas y refrescos.





## SISTEMA SINERGIA



la nueva forma de comunicación en las comunidades

Para AUTLÁN tener una relación sustentable con sus comunidades vecinas es de suma importancia, y uno de los elementos claves para que esto suceda es mantener una comunicación clara y efectiva, es por esto que nos hemos dado a la tarea de crear un sistema de comunicación que cumpla con esas características.

Durante los pasados meses, el equipo del área de Comunidades Sustentables ha estado trabajando en la creación de un sistema novedoso de comunicación entre la empresa y sus comunidades vecinas, dando resultado a un eficaz proceso llamado SINERGIA AUTLÁN.

### ¿DE QUÉ SE TRATA?

SINERGIA AUTLÁN es un método por el cual cualquier miembro de alguna de las comunidades vecinas, podrá expresar sus inquietudes, solicitudes, consultas, denuncias y sugerencias hacia esta empresa minera.

### ¿CÓMO FUNCIONA?

Cada coordinador comunitario de AUTLÁN tiene agendado días y horas específicas dentro de las comunidades vecinas de AUTLÁN. Cualquier miembro de la comunidad podrá acercarse al coordinador y plantearle cualquier situación que quiera comunicar a la empresa.

Esta comunicación funciona de la siguiente manera en orden:

1.- La persona interesada presentará por escrito la información al coordinador comunitario AUTLÁN.



2.- El coordinador recopila la información y documentación y llena el formato SINERGIA.



3.- Se entregará un acuse con número de folio y fecha de la respuesta o el avance.



- 4.- El coordinador ingresa el evento social al sistema interno, manejado por AUTLÁN.
- 5.- Se realiza el proceso interno para generar la respuesta formal por escrito del evento social.
- 6.- Se entrega la respuesta o el avance por escrito a la persona interesada en tiempo y forma.
- 7.- Por último se cierra la situación social.



**¿QUÉ DEBEMOS TOMAR EN CUENTA PARA UTILIZAR SINERGIA AUTLÁN?**

- 1.- Las situaciones sociales que comentemos en SINERGIA deberán ser estrictamente temas que involucren a la empresa en relación con la comunidad.
- 2.- En caso de inquietudes o denuncias es muy importante contar con información y evidencias completas.
- 3.- Pueden presentarse situaciones en grupo o de una sola persona.
- 4.- No será permitido utilizar SINERGIA para solicitar beneficios personales.

Este sistema es única y exclusivamente para clarificar situaciones sociales entre comunidad y empresa, así como solucionar problemas de

la comunidad y no beneficios para una sola persona. Con SINERGIA lograremos tener una mejor relación entre TU comunidad y AUTLÁN. ¡Aprovechemos juntos esta oportunidad!

**---- SINERGIA EN ACCIÓN ----**  
Naopa, Molango, Hidalgo

El pasado 16 de diciembre en la comunidad de Naopa en el municipio de Molango, Hidalgo. Se llevó a cabo una de las entregas de apoyo a la comunidad que AUTLÁN realiza cada dos meses en dicha comunidad. Por esto es que se aprovechó el momento para presentar a la comunidad nuestro nuevo sistema SINERGIA. En este evento el Lic. Alejandro Pérez de la Rosa (Gerente de comunidades sustentables), Lic. Andrés Ladriere Noriega (Coordinador Comunitario AUTLAN) y la Lic. Osmara Galindo Melo (Coordinadora de Inversión Social) presentaron y explicaron el funcionamiento de SINERGIA ante un gran grupo de personas miembros de la comunidad.

Con gran aceptación fue recibido por la comunidad, esto crea en AUTLÁN entusiasmo, pero también un fuerte sentido de responsabilidad con las personas que continuamente estarán comunicándose con la empresa.



Logo Oficial del Sistema Sinergia



# CULTIVAR Maralfalfa

UNA ALTERNATIVA AL CULTIVO FORRAJERO

### **Antecedentes:**

El pasto maralfalfa es pasto perenne mejorado de origen colombiano. Crece en macollos, puede alcanzar una altura de 3.5 metros y sus tallos pueden alcanzar un diámetro de 2 a 3 cm. Es un pasto suave y por su sabor dulce y su alto contenido de carbohidratos es muy palatable tanto para bovinos, caprinos, ovinos, equinos y porcinos.

### **CONDICIONES AGROCLIMÁTICAS:**

El pasto maralfalfa crece en suelos pobres en materia orgánica, pero se adapta mejor en suelos con fertilidad media a alta. Se desarrolla bien en alturas que van desde los 0 a hasta los 3000 metros sobre el nivel del mar. Se adapta bien a climas cálidos, semicálidos y templados.

### **Preparación del Terreno:**

Se puede realizar por medio de labranza mínima, pero se recomienda realizar un barbecho profundo y con una distancia entre surcos de 80 cm.

### **Siembra:**

Se realiza en el período de lluvias (junio y julio). La siembra en barbecho consiste en colocar el material vegetativo (cañas o tallos) horizontalmente, en forma continua, cubriendo con azadón con 3 a 4 cm de tierra.

### **Densidad de siembra:**

El material vegetativo debe tener una edad mínima de 6 meses. También se puede utilizar el método de siembra del estacado, donde se seleccionan los pedazos de caña de la parte central y se cortan los pedazos de caña que tengan dos a tres estolones. Posteriormente, con la estaca se hacen perforaciones a una distancia de 20 a 30 cm y se colocan los pedazos de caña para que le salga la raíz. La distancia entre surcos será de 80 cm. Este método ahorra material vegetativo. El brote del material vegetativo aparecerá a los 20 días de haber realizado la siembra.

### **Control de malezas:**

Para el control de malezas, dependiendo de la severidad, se recomienda el control manual o químico.

### **Control de plagas:**

Generalmente no se presentan problemas graves por el ataque de plagas; sin embargo, la mosca pinta



o salivazo y el gusano cogollero pueden presentarse cuando se acumula una gran cantidad de follaje y humedad en el cultivo sin causar daños significativos.

### **FERTILIZACIÓN:**

Se recomienda realizarlo posterior al corte del pasto, utilizando estiércol de ganado bovino, el cual se extiende una capa de 2 a 3 cm en la parcela para incorporar materia orgánica al subsuelo.

### **CORTES Y RENDIMIENTO:**

Después de los primeros 120 días se puede realizar el primer corte, el segundo corte o rebrote a los 45 días, edad en la que la planta alcanza aproximadamente 1.80 m de altura. Las hojas miden más de 1 metro de largo con un ancho de 2.85 cm y a los 60 días alcanza 2.35 metros de altura y el ancho de hoja es de aproximadamente 3.72 cm. Se estima un rendimiento de forraje de 40 toneladas en verde a los 45 días. Con esta edad de corte se pueden obtener más de 7 cortes al año, con un rendimiento aproximado de 300 toneladas por hectárea de forraje verde, con un contenido de proteína cruda de 13 a 16%.

### **FORMAS DE APROVECHAMIENTO:**

- Pastoreo directo.
- Corte en verde y picarlo con una picadora de forraje.
- Ensilado.
- Empacado (henificación).

El pasto maralfalfa es una especie de alto nivel nutricional, de grandes volúmenes de materia seca y su gran adaptabilidad a las condiciones agroclimatológicas de la región (resistente a la sequía), es un forraje que promete ser una alternativa a la problemática forrajera actual en la época de estiaje.



# BOLITA POR FAVOR



**E**l pasado 27 de diciembre del 2017 en la comunidad de Ixtlahuaco, se llevó a cabo su fiesta patronal en honor a San Juan Evangelista, siendo una de las principales actividades deportivas su ya famoso torneo de baloncesto, donde reciben la visita diferentes equipos de toda la región. Este año no fue excepción, pues se disputaron la final los equipos de: Fuerza Mercenaria Regional Molango versus Xochicoatlán quedando como campeón el equipo de Xochicoatlán, y en segundo Molango y en tercer lugar Quetzalongo.

Los organizadores del evento agradecen la participación de todos los equipos y los esperan con los brazos abiertos en el siguiente torneo.





Aprendamos **JUNTOS** el

# NÁHUATL



## Los Animales en Náhuatl

Ahora, en esta ocasión dejaremos atrás los números y colores para darle paso a algo totalmente nuevo. En esta edición, te diremos cómo decir los nombres de los animales más conocidos en Náhuatl.

Español	Náhuatl
Tlacuache	Tlakuakilotl
Zopilote	Tsopilotl
Tordo	Akatsana
Víbora de agua	Akouatl
Garza	Atotot
Armadillo	Ayotochi
Perro	Chichi
Chachalaca	Ajkuetlajti
Cuervo	Kakalot
Venado	Masatl
Gato	Mistoj
Guajolote	Totoli
Gallina	Tenampiyoj
Pájaro	Nonotoj
Pato	Patox
Tejón	Pesojtli
Puerco	Pitso
Tecolote	Tekolotl
Ardilla	Tekomajtli
Araña	Tokatl
Chapulín	Chapolij

¡Sigamos aprendiendo este lenguaje, el Náhuatl es un orgullo para todos los mexicanos!

Es un honor y un deber como mexicanos conservar el lenguaje y la cultura Náhuatl. Sigamos aprendiendo el Náhuatl. Este artículo fue elaborado gracias al apoyo del Doctor Ricardo Valencia de la comunidad de Jalpa.



# Sembrando Valores

## La Princesa de Fuego

Hubo una vez una princesa increíblemente rica, bella y sabia. Cansada de pretendientes falsos que se acercaban a ella para conseguir sus riquezas, hizo publicar que se casaría con quien le llevara el regalo más valioso, tierno, y sincero a la vez.

El palacio se llenó de flores y regalos de todos los tipos y colores, de cartas de amor incomparables y de poetas enamorados. Y entre todos aquellos regalos magníficos, descubrió una piedra; una simple y sucia piedra. Intrigada, hizo llamar a quien se la había regalado.

A pesar de su curiosidad, mostró estar muy ofendida cuando apareció el joven, y este se explicó diciendo: Esta piedra representa lo más valioso que yo puedo regalar: es mi corazón. Y además de valioso, es sincero, pues aún no es tuyo, por lo que es duro como una piedra. Sólo cuando se llene de amor se ablandará y será más tierno que ningún otro.

El joven se marchó tranquilamente, dejando a la princesa sorprendida y atrapada. Quedó tan enamorada que llevaba consigo la piedra a todas partes, y durante meses llenó al joven de regalos y atenciones, pero su corazón seguía siendo duro como la piedra en sus manos.

Desanimada, terminó por arrojar la piedra al fuego; al momento vio cómo se deshacía la arena, y de aquella piedra tosca surgía una bella figura de oro. Entonces comprendió que ella misma tendría que ser como el fuego, y transformar cuanto tocaba separando lo inútil de lo importante.

Durante los meses siguientes, la princesa se propuso cambiar en el reino, y como con la piedra, dedicó su vida, su sabiduría y sus riquezas a separar lo inútil de lo importante.

Acabó con el lujo, las joyas y los excesos, y comenzó a distribuir ante su reino comida y libros para todos. Quienes trataban con la princesa salían encantados por su carácter y cercanía, y su presencia transmitía tal calor humano y pasión, que comenzaron a llamarla cariñosamente "La princesa de fuego".

Y como con la piedra, su fuego deshizo la dura corteza del corazón del joven, que tal y como había prometido, resultó ser tan tierno y bondadoso que hizo feliz a la princesa hasta el fin de sus días.





## Las Comunidades dicen...

# Autlán renueva su equipo de Comunidades

Estamos viviendo una nueva era de toda la industria, la cual no puede ser comprendida sin la constante búsqueda de acciones sustentables y mayores acciones que contribuyan al desarrollo positivo de las personas y sus comunidades.

Estos nuevos tiempos hacen que AUTLÁN adquiera una mayor responsabilidad social para todas aquellas comunidades vecinas que continuamente interactúan con esta gran empresa minera. Ante estos nuevos retos que hoy en día se presentan a toda la industria minera, AUTLÁN en su búsqueda constante de innovar y ser líder le apuesta fuertemente a acciones sustentables, es por eso que hoy renueva y crece su equipo de “Comunidades Sustentables” con grandes profesionistas especializados en áreas de sustentabilidad y desarrollo social.

Aprovechamos esta sección para presentarles al renovado equipo comandado por la maestra en gestión pública; Elsa Saucedo Salazar, con la posición de Gerente de Sustentabilidad y Comunidades.

- Raúl Alejandro Pérez de la Rosa: Gerente de Comunidades Sustentables
- Patrick Scheel: Coordinador de Sustentabilidad
- Esteban Cruz Ballesteros: Super Intendente de Iniciativas de Diálogo
- Osmara Galindo Melo: Supervisora de Inversión Social
- Salvador Mendoza Guzmán: Coordinador Comunitario
- Francisco Castillo Vite: Coordinador Comunitario
- Alberto Godínez Vera: Coordinador Comunitario
- Andrés Ladriere Noriega: Coordinador Comunitario

### ¿QUÉ HACEMOS?

Nuestra principal labor es gestionar una relación sustentable por medio de una comunicación clara y continua con las comunidades vecinas de AUTLÁN, es por eso que, a partir de este cambio, los coordinadores comunitarios tendrán agendados días y horas específicas en cada comunidad, lo cual permite que cada comunidad tenga atención directa. Además el departamento generará esfuerzos para contribuir al desarrollo social de las comunidades vecinas de AUTLÁN

### ¿QUÉ SIGNIFICA PARA AUTLÁN LA SUSTENTABILIDAD?

Radica en la búsqueda del equilibrio tanto en lo ambiental, social y económico. Este equilibrio no puede ser logrado sin la participación y comunicación entre empresa y comunidad. Por esto es que reforzar el acercamiento a todas las personas que interactúan hoy en día con la empresa, es una acción muy importante para AUTLÁN.



## SOBRE SALUD...

# ¿Qué es LA DIABETES?

La diabetes mellitus es una enfermedad metabólica caracterizada por niveles de azúcar (glucosa) en sangre elevados. A la glucosa que circula por la sangre se le llama glucemia. El aumento de glucemia es el resultado de defectos en la secreción de insulina, en su acción o en ambas. La insulina es una hormona que fabrica el páncreas y que permite que las células utilicen la glucosa de la sangre como fuente de energía, es decir, convertir el azúcar, los almidones y otros alimentos en la energía necesaria para la vida diaria.

Un fallo de la producción de insulina, de la acción de la misma, o de ambas cosas, genera un aumento de los niveles de glucosa en la sangre (hiperglucemia). De no controlarse adecuadamente, a largo plazo, la presencia continua de glucosa alta en la sangre puede provocar alteraciones en la función de diversos órganos, especialmente los ojos, los riñones, los nervios, el corazón y los vasos sanguíneos. Existen varios tipos de diabetes, como la gestacional que es durante el embarazo pero las más comunes son la diabetes tipo 1 y tipo 2.

### Diabetes tipo 1:

Generalmente se les diagnostica diabetes tipo 1 a niños y adultos jóvenes. Anteriormente se conocía como diabetes juvenil. En la diabetes tipo 1, el cuerpo pierde la capacidad de producir insulina o sólo puede fabricar una cantidad de insulina muy pequeña.

Con la ayuda de la terapia con insulina y otros tratamientos, incluso los niños con diabetes tipo 1 pueden aprender a controlar su enfermedad y tener una vida larga, sana y feliz.

Si tiene diabetes tipo 1, es muy importante llegar a un equilibrio entre las dosis de insulina, los alimentos que consumes y la actividad que haces.

### Diabetes tipo 2:

La diabetes tipo 2 es el tipo más común de diabetes. Millones de personas han recibido un diagnóstico de diabetes tipo 2, y muchos más desconocen que tienen un alto riesgo de tenerla.

Con la diabetes tipo 2 el cuerpo no produce suficiente insulina o las células no hacen uso de la insulina. Cuando usted come, el cuerpo procesa todos los almidones y azúcares, y los convierte en glucosa, que es el combustible básico para las células del cuerpo. La insulina lleva la glucosa a las células. Cuando la glucosa se acumula en la sangre, en vez de ingresar a las células, puede producir complicaciones de diabetes.

### Síntomas de la diabetes:

A menudo no se diagnostica la diabetes porque muchos de sus síntomas parecen inofensivos. Estudios recientes indican que la detección temprana y el tratamiento de los síntomas pueden disminuir la posibilidad de tener complicaciones.

### Diabetes tipo 1:

- Constante necesidad de orinar, Sed inusual, Hambre extrema, Pérdida inusual de peso, Fatiga e irritabilidad extremas.

### Diabetes tipo 2:

- Cualquiera de los síntomas de la diabetes tipo 1, Infecciones frecuentes, Visión borrosa, Cortes/moretos que tardan en sanar, Hormigueo o entumecimiento en las manos o los pies e Infecciones recurrentes de la piel, encías o vejiga.

Si tienes uno o más de estos síntomas de diabetes, consulte con su médico de inmediato. ¿No tiene síntomas? Es posible que aún así tenga diabetes.

**¡CONSULTA A TU MÉDICO!**



# La Pizarra Escolar

## Semana Estatal Femenil de Ciencias y Tecnología

El pasado 23 de noviembre el COBAEH CEMSAD de Acoxcatlán del Municipio de Tepehuacán de Guerrero Hidalgo, organizó la Semana Estatal Femenil de Ciencias y Tecnología en sus instalaciones.

En donde solicitó el apoyo a la Gerencia de Comunidades Sustentables de Autlán para la impartición de una plática denominada "La mujer en la minería", la cual fue impartida por la Ing. Karla Nicté-Ha Guillén Sánchez, Superintendente de Geología, Mina y Planeación.

Esta plática estuvo dirigida a los alumnos de quinto semestre del CEMSAD y se contó con una asistencia de 70 alumnos y maestros del plantel.



# Unidad Molango

## en segundos



Ligada a la minería del manganeso



Posee el único horno de nodulización en el mundo



Cuida y protege el medio ambiente



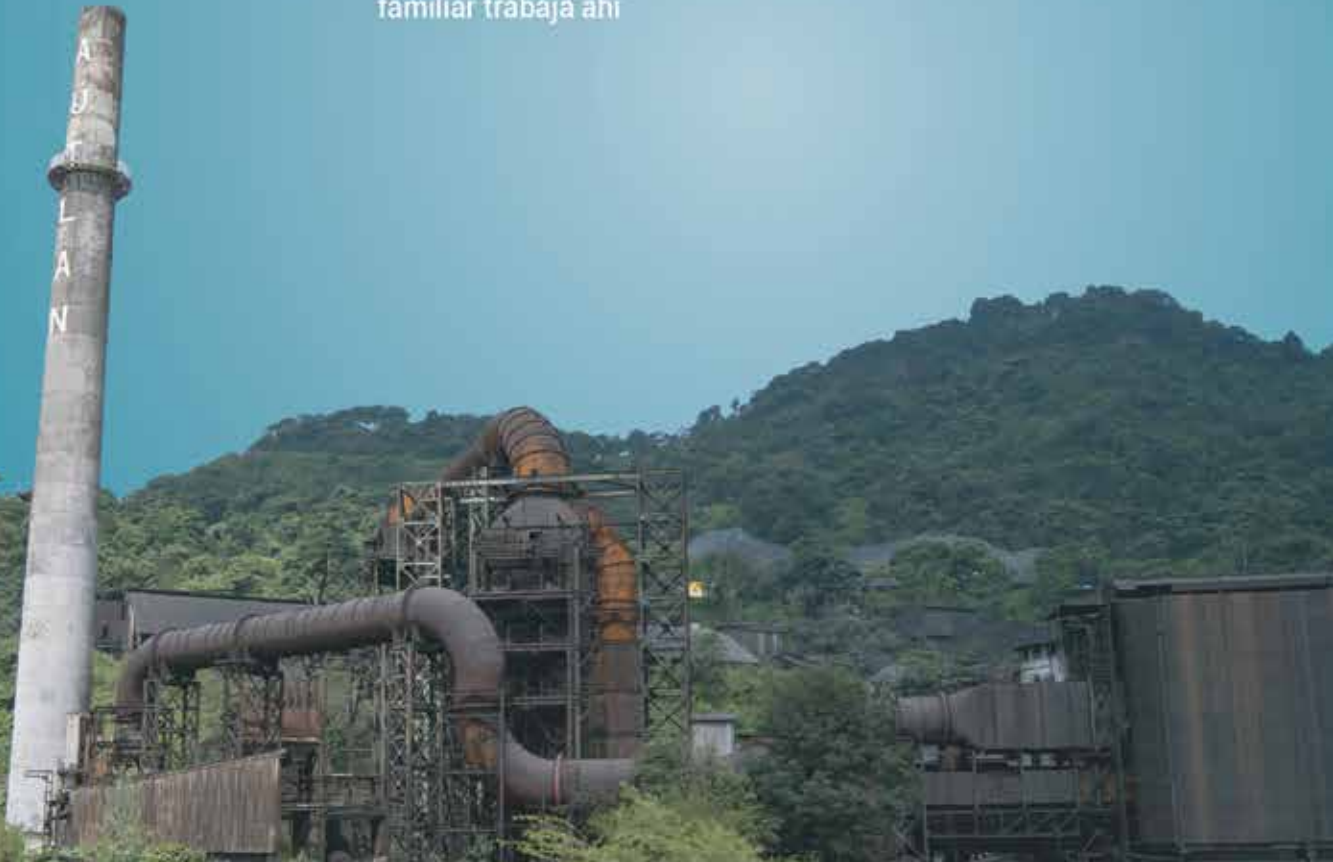
Fomenta la seguridad en sus trabajadores



Forma parte de tu vida, pues algún amigo o familiar trabaja ahí



Autlán y sus unidades son 100% Mexicanas





# LA BUENA NOTICIA

TEPEHUACÁN DE GUERRERO, HIDALGO  
18 DE DICIEMBRE DEL 2017

El pasado 18 de diciembre se llevó a cabo la entrega de obras en la comunidad de Acoxcatlán.

Fue el Lic. Rosendo Hernández Manilla, Presidente Municipal, en compañía del Lic. Alejandro Pérez de la Rosa, Gerente del departamento de comunidades sustentables de Atlán, y autoridades de la comunidad quienes cortaron el listón como símbolo de inauguración de la calle hidráulica de la entrada principal de la comunidad. Esta obra fue realizada con el recurso de fondo minero con el que cuenta el municipio de Tepehuacán de Guerrero, Hidalgo.

El edil agradeció el apoyo financiero de Atlán por la construcción de dicha obra.



# CÓMIC COLORÉALO

1. En Autlán estamos comprometidos con el trabajo eficiente y por ello, te contamos cómo funciona el horno de nodulización que usamos.



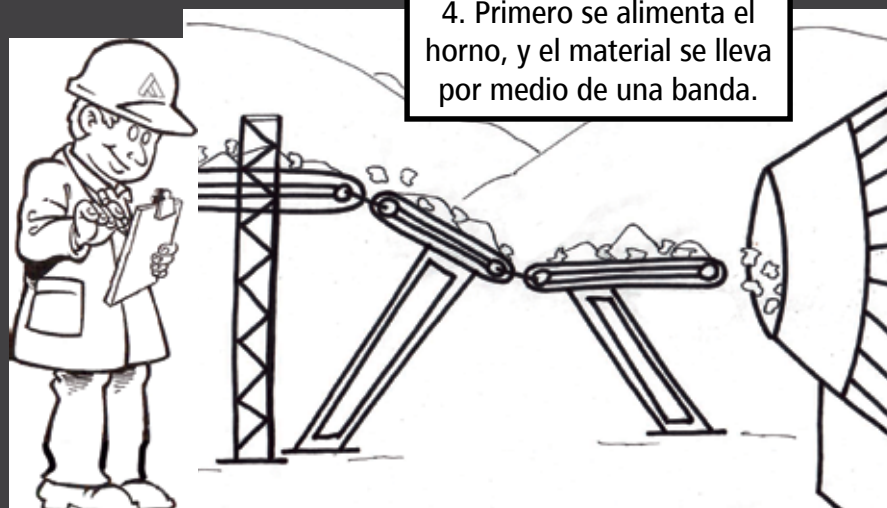
2. El horno rotatorio transforma el material que sale de las minas en Nódulos de Manganeso.



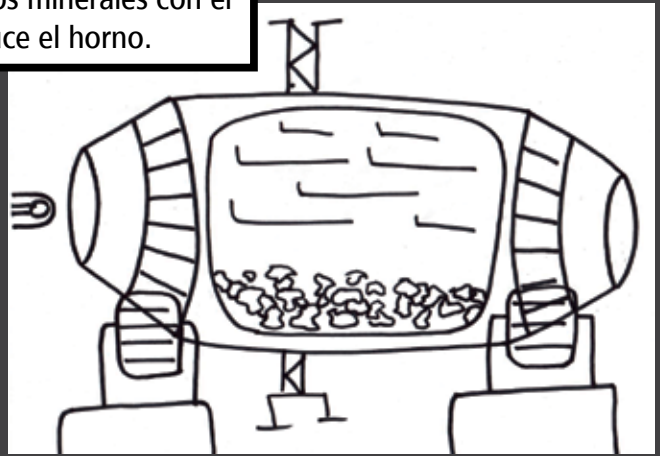
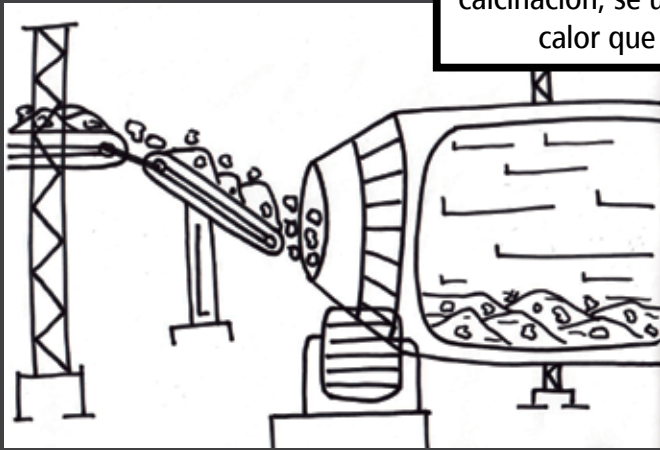
3. El Horno trabaja en varias etapas, al finalizar se obtiene un producto de calidad.



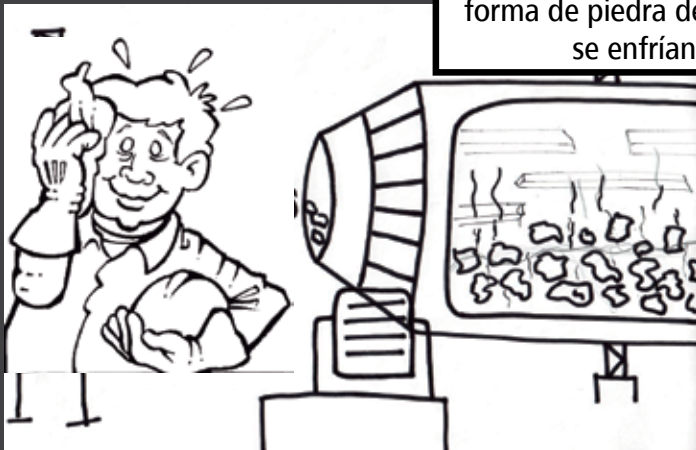
4. Primero se alimenta el horno, y el material se lleva por medio de una banda.



5. Posteriormente comienzan los procesos de secado y calcinación. Durante la calcinación, se unen los minerales con el calor que produce el horno.



6. Luego sigue el proceso de nodulización, por el calor intenso y el girar del horno, el mineral se transforma en forma de piedra de color negro. Al final se enfrían los nódulos.



7. Se hace la selección y se almacenan los nódulos para para producir ferroaleaciones.

8. Gracias al manganeso, Autlán apoya a las comunidades con un mejor trabajo y una mejor calidad de vida.



# CHAMPURRADO

## El Buen Sazón

### INGREDIENTES:

- 1 taza y media de harina de maíz o 125gr de masa de maíz
- 1 taza y media de azúcar morena
- 2 onzas de chocolate para postres (Abuelita o Ibarra)
- Canela
- Agua
- Extracto de vainilla

### MODO DE PREPARACIÓN:

1. En una olla grande vierte unas 8 tazas de agua aproximadamente y añade tres ramas de canela. Pon el recipiente a fuego medio, deja que el agua hierva junto con la canela para que desprenda todo su aroma y su esencia.
2. Mientras el agua está hirviendo, vierte en una licuadora o tazón 7 tazas más de agua y añade la harina de maíz o la masa de maíz. El objetivo es conseguir una mezcla homogénea de ambos ingredientes, así que licua hasta que observes que la masa ha tomado cuerpo.
3. Cuando tengas la mezcla lista, pásala por un colador para eliminar cualquier grumo. Después, introdúcela en la olla que está en el fuego con el agua y la canela.
4. En este punto, deja que la mezcla hierva pero a fuego mínimo. Durante este tiempo (entre 6 y 7 minutos, aproximadamente), no dejes de remover el champurrado con un batidor, eléctrico o manual, hasta que la mezcla esté completamente incorporada y haya tomado más cuerpo.
5. Con la masa ya espesa es hora de añadirle el toque dulce al champurrado. Añade una taza y media de azúcar, dos onzas de chocolate de barra y unas gotas de extracto de vainilla para darle un toque de sabor inolvidable.
6. Con todos los ingredientes ya en la olla, deja que el champurrado se cocine a fuego lento durante unos 5 minutos, asegurándote que el chocolate esté bien derretido e integrado en la masa. Durante este tiempo, no dejes de remover la mezcla para conseguir que los sabores se mezclen y te ofrezcan un resultado delicioso.



# FELIZ Cumpleaños

**LES DESEAMOS TENGAN UN GRAN FESTEJO...**

## **NAOPA**

- 17 de Enero - Alan Azael Mata Otero
- 19 de Enero - Luisa Bautista
- 25 de Enero - Margarito Castillo Céspedes
- 25 de Enero - Alondra Anahí Mata Castillo
- 28 de Enero - Inocente Mata Montiel
- 07 de Febrero - Stephanie Castillo Hernández
- 09 de Febrero - Isai Montiel Mendoza
- 18 de Febrero - Lizandro Isaí Hernández Nájera

## **Acayuca**

- 01 de Enero - Jonas Romero Villegas
- 04 de Enero - Deniss Ivet Ángeles Romero
- 29 de Enero - Eliud Donald Vite Ortega
- 14 de Febrero - Valentín Ortega Céspedes

## **CHICONCOAC**

- 04 de Enero - Zoe López Velasco
- 20 de Enero - Érik Tadeo Velasco Leonardo
- 31 de Enero - Ismael Velasco Rubio
- 02 de Febrero - Erika Leonardo Hernández

- 19 de Febrero - Érik Josué Leonardo Hernández
- 27 de Febrero - Katia Kessare Hernández Leonardo
- 28 de Febrero - Teófila Mendoza

## **OTONGO**

- 03 de Enero - Felipe Carretero
- 08 de Enero - Yeraldin Leonardo Hernández
- 26 de Enero - Ana Gabriela Hernández Martínez
- 02 de Febrero - Sandra Sosa Zarate
- 05 de Febrero - Norma Paredes González
- 08 de Febrero - Yaretzi Carretero Sosa

## **CHIPOCO**

- 11 de Enero - Sandra Soláis Hernández
- 18 de Enero - Diana Rosa Hernández

## **CHACHALA**

- 01 de Enero - Dalila Marellin Medina Osorio



# Un GRANITO de Ciencia... La Vaquita Marina



## ¿Cómo son?

Es el más pequeño de los cetáceos, es decir un mamífero marino. En este orden se encuentran también las ballenas, delfines y marsopas. Miden alrededor de 1.5 metros y pesan 55 kg. Tienen unos círculos negros alrededor de sus ojos y boca, su cara es más clara que el resto de su cuerpo y su aleta dorsal a diferencia de los delfines es rectangular. Son de tamaño pequeño, parecidas a los delfines, su carácter es extremadamente tímido.

## ¿Dónde vive?

Viven en grupos de tres a ocho ejemplares, en las costas altas del Mar de Cortés, entre Sonora y Baja California.

## ¿Por qué la especie está en peligro?

Según datos de la Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat), entre la década de los años sesenta y ochenta se calculaba una población de 200 a 500 vaquitas marinas. El Comité Internacional para la Recuperación de la Vaquita marina (CIRVA) reporta que en los últimos 20 años la población de esta especie ha disminuido considerablemente.

Actualmente se estima la existencia de menos de 30 ejemplares, lo que significa un 72% menos de la población que había en el 2015. Por esta razón está catalogada como especie en peligro inminente de extinción.

## ¿Qué ha hecho que la especie esté en peligro?

La principal amenaza de la vaquita es la pesca ilegal de totoaba. La totoaba es un pez que también está en peligro de extinción. Este animal es buscado por el supuesto uso medicinal de su buche. Las redes de la

pesca ilegal de la totoaba atrapan accidentalmente también a la vaquita marina. A este factor se suma que la vaquita marina no migra, sólo vive en una zona específica, así que lo que suceda en la zona afecta su subsistencia.

## ¿Qué se ha hecho para conservarla?

Actualmente, hay dos sitios importantes para la conservación de estas especies. La primera, es el área natural protegida Delta Río Colorado. La segunda, el área de Refugio de la Vaquita Marina, en donde la pesca está prohibida. El área de refugio, es de 14,000 km<sup>2</sup>, fue determinada por científicos con base en la concentración de vaquitas marinas que había en esa zona cercana al municipio de San Felipe.

En el año 2015, inició el programa Vaquita CPR (Conservación, Protección y Reproducción), que tiene como objetivo evitar la desaparición de esta especie. Este programa de millones de dólares está formado por aproximadamente 100 especialistas de diferentes partes del mundo. Consiste en la búsqueda, captura, evaluación, alejamiento temporal y reproducción de las marsopas. A este equipo humano se suman cuatro delfines del programa de Mamíferos Marinos de la Armada de Estados Unidos, su tarea es localizar a las vaquitas marinas a través de eco localización, en el cual son expertos. Este método de eco localización les permite a los delfines interpretar los ecos de las ondas sonoras, debido a su capacidad del oído direccional bajo el agua.

**Y algo más ...** La Vaquita Marina (*Phocoena sinus*), es el único cetáceo marino endémico de México, es decir, sólo la especie vive en México.

Fuente: Museo del Acero Horno 3

Especie  
endémica  
de Sonora y  
Baja California

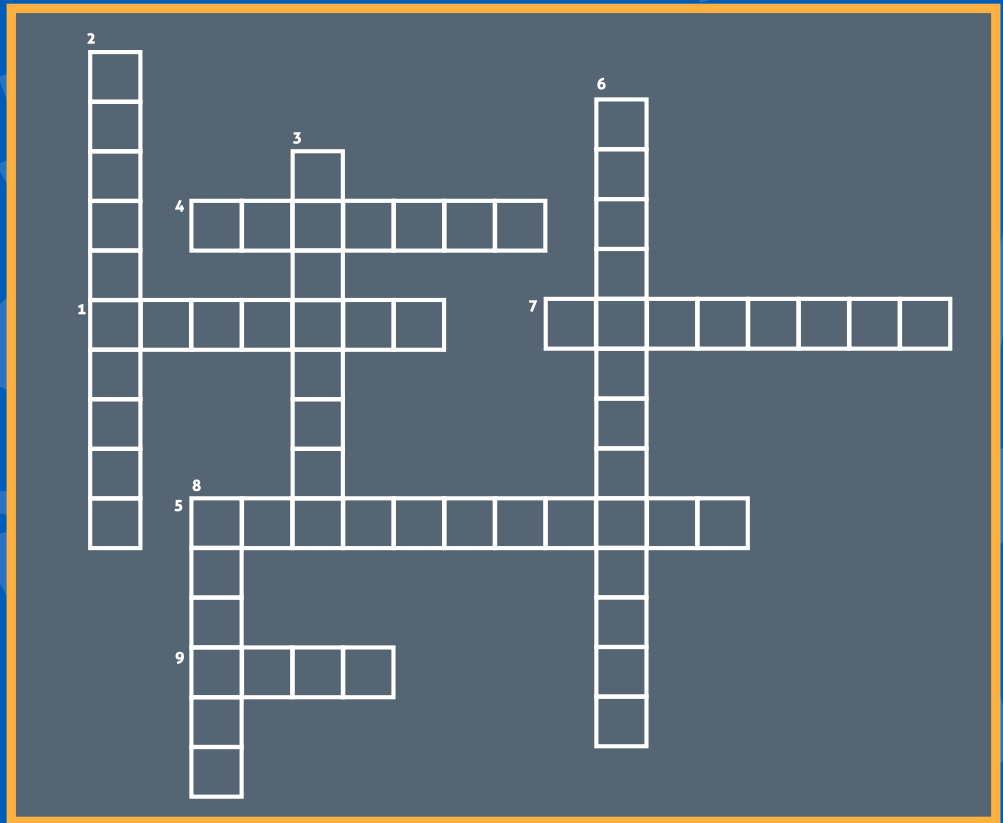


**Tienes 5 min**



**DESCUBRE LA RESPUESTA DENTRO DE TU REVISTA CONTIGO**

1. ¿En qué mes se celebra el día de la candelaria?
2. ¿Cómo se llama la nueva planta que conocimos en el taller agropecuario?
3. ¿Cuál es el nuevo sistema de atención para las comunidades de Autlán?
4. ¿Qué forma tiene la maravilla que conocimos en la sección de turismo?
5. ¿Qué delicia aprendimos a cocinar en el buen sazón?
6. ¿Cómo se llama el animal que vimos en un granito de ciencia?
7. ¿De qué enfermedad platicamos en sobre salud?
8. ¿Cómo se dice perro en Náhuatl?
9. ¿Cuál fue el nombre de la nueva película que vimos en CinemAutlán?



**SOPA DE LETRAS encuentra cada una de ellas**

1. Prismas
2. Maralfalfa
3. Febrero
4. Vaquita Marina
5. Sinergia
6. Diabetes
7. Champurrado
8. Coco



Tradiciones

# DÍA DE LA CANDELARIA



Generalmente el día de la Candelaria siempre lo relacionamos con la deliciosa degustación de tamales. Sin embargo, esta bonita tradición que año con año nos permite en algunos casos romper con el propósito de año nuevo de hacer dieta tiene un interesante origen.

El Día de la Candelaria es de origen religioso y está ligado al ritual de presentación del Niño Jesús y al fin de la cuarentena de la Virgen María. Sin embargo, lo interesante de esta fecha es que coincide también con el inicio del período de siembra en el mundo prehispánico, el cual se encuentra relacionado con el ciclo lunar.

Algunos historiadores señalan que si bien es cierto que este día tiene orígenes netamente religiosos, dicha festividad sufrió un proceso de popularización en el siglo XX y que se consolidó a partir de la época posrevolucionaria hasta nuestros días, debido al fortalecimiento y rescate de tradiciones y valores nacionalistas.

¿Por qué se comen tamales en esta fecha? Para responder a esta pregunta es importante recordar dos cosas, en primer lugar el inicio del periodo de siembra prehispánico (donde existe una relación muy amplia con el cultivo del maíz) y la festividad del 6 de enero donde las familias consumen la "Rosca de Reyes" en la cual se

introducen representaciones pequeñas del "Niño Dios" donde las personas a las cuales "les sale el niño dios" tendrán que ser los padrinos de éste en su presentación el Día de la Candelaria, dicho apadrinamiento consiste en invitar los tamales.

Ahora ya conocemos un poco más sobre esta tradición que sin lugar a dudas nos ofrece la posibilidad de disfrutar un delicioso platillo, que adicionalmente cuenta con diferentes variaciones en los modos de preparación, ingredientes y presentación. (Se sabe que existen aproximadamente 500 tipos diferentes de tamales en todo México).

## Amigo Lector

Si deseas publicar tu negocio, algún servicio, festejos, enviar felicitaciones, historias, qué tema te gustaría ver en la próxima edición, sugerencias, comentarios y/o saludos. ¡Contáctanos! Todo es bienvenido, y sin ningún costo nosotros lo publicaremos. Nuestro correo electrónico es: [revistacontigo@autlan.com.mx](mailto:revistacontigo@autlan.com.mx) y nuestro teléfono es 7712474023, ext. 3822. Si ves en la comunidad a Salvador Mendoza, Francisco Castillo, Alberto Godínez o a Andrés Ladriere: acércate a ellos y con mucho gusto te atenderán. Puedes entregarles lo que necesitas publicar en una hoja, a ellos o a quienes veas repartiendo la revista y ellos nos lo harán llegar a nosotros. Nuestra próxima entrega será en las primeras semanas de marzo, y si no tienes acceso al teléfono o al correo electrónico, ve preparando tu hoja. No olvides ponernos tus datos: Comunidad, tu nombre y edad.

