

CONTIGO

en tu comunidad Hidalguense

Revista gratuita
Marzo 2021



Impulsar a
nuestras mujeres
es impulsar
el **progreso**
de **nuestro estado**
de *Hidalgo*



ÍNDICE

¿Cómo funcionan las vacunas?	3
Sembrando valores	4, 5
Entrevista	6
Aprendamos Juntos el Náhuatl	7
Mujeres en la minería	8, 9
Colaboraciones que dan frutos	10, 11
Plataforma de Inversión Social	12, 13, 14
Apoyos Autlán	15
Sobre Autlán	16
Mitos y realidades: sobre las vacunas	17
Sopa de letras	18
Actividad recreativa	19



Amigos Contigo

Cuerpo Editorial en redacción:

Elsa Saucedo

Alejandro Pérez

Corresponsables y distribución:

Gabriela Olvera

Kimberlee Pérez

Salvador Mendoza

Francisco Castillo

José Mora

Colaboradores:

Ivonne Sandoval

Isabel Mondragón

Maricarmen Tamayo

Gabriel Martínez

Supervisión:

Guillermo Recio

EDITORIAL CONTIGO

¿Listos para renovarse? Estimados amigos, ya llegó la primavera, estación del año en donde la tierra se renueva y florece, haciéndonos recordar que todo tiene su tiempo. La pandemia de COVID-19 sigue impactando nuestras vidas, pero la vacunación cada vez está más cerca, no bajemos la guardia.

Al igual que la naturaleza, la Plataforma de Inversión Social de Autlán 2020 también cumple su ciclo. Te invitamos a conocer los resultados de este importante esfuerzo entre las comunidades y Autlán, así como la manera como se le dará seguimiento durante el 2021. Nada nos detiene.

En esta edición también ponemos los manteles largos para celebrar el Día de la Mujer, por lo que podrás encontrar el testimonio de una verdadera heroína, quien día a día se ha jugado la vida durante la pandemia para protegernos, además de conocer el papel que desempeñan las mujeres en la minería en México.

Como ya es costumbre, también podrás encontrar diversas actividades, noticias y hechos importantes, para mantenerte entretenido e informado. Conoce todo esto y más en tu revista CONTIGO.

¿Cómo funcionan las vacunas?

Las vacunas salvan millones de vidas cada año. Estas funcionan al entrenar las defensas naturales del cuerpo, conocidas como sistema inmune, para reconocer y combatir los virus y bacterias que ingresan a nuestro interior, cubiertas por un químico que las mantiene dormidas, pero visibles. Si, después, el cuerpo es expuesto a estos gérmenes, sabrá que tiene que destruirlos, previniendo una enfermedad.

Imagina que en tu barrio anda suelto un ladrón, pero nadie sabe quién es, pues el rumor dice que es muy parecido físicamente a tus vecinos (igual que el COVID-19 tiene muchos de los mismos síntomas que la influenza o la gripe común). Pero, si alguien encuentra al ladrón y le toma una fotografía que entonces pega en las paredes de tu casa y de las de los demás, todos podrán reconocerlo y evitar que entre a sus hogares. Más o menos así trabajan las vacunas.



Pero, tal vez te preguntes, ¿cuál es el procedimiento para inventarlas?

Aunque se trata de un proceso largo, lleno de experimentos, errores y suposiciones, podemos resumirlo así:

Primero ocurre la inoculación, que es introducir algo que crecerá y se reproducirá, frecuentemente, una vacuna o una sustancia dentro del cuerpo de un humano. Luego llega el periodo de incubación, que es el tiempo que pasa entre la exposición a la sustancia y la aparición de los signos y síntomas por primera vez. El periodo puede ser tan corto como algunos minutos. Después viene la cosecha (reproducción) la extracción del antígeno, que ayudará a nuestro cuerpo a reconocer el virus en el futuro. Este antígeno es almacenado, formulado, inspeccionado, y su eficacia y seguridad es puesta a prueba en un periodo experimental en animales, y después en humanos.

Fabricación de una vacuna



Luego, es aprobado por instituciones como la Organización Mundial de la Salud o la Secretaría de Salud, en el caso de México, y para cuando ves la vacuna llegar a la farmacia, hospital o escuela, ya es un producto totalmente sano y listo para protegernos del virus.

Sembrando valores

La mujer y la ciencia



Marie Curie fue la primera mujer doctora en Ciencias y profesora en la Universidad de París, además de la primera persona de la historia en recibir dos premios Nobel. Su sencillez y fe altruista en la ciencia la llevaron a descubrir el radio y el polonio y a desarrollar la teoría de la radioactividad por lo que está considerada la mujer más inspiradora de la ciencia moderna.



Marie Curie era una niña apasionada con aprender, le encantaba descubrir cosas nuevas todos los días y compartirlas con sus amiguitas, quienes escuchaban diariamente las historias sobre ciencia que les contaba Marie, asombrándose con las cosas que pueden surgir desde la nada.

A Marie le fascinaba conocer sobre el espacio exterior, los planetas, las constelaciones y el sistema solar. Noche tras noche observaba el cielo con su gran telescopio y se hacía muchas preguntas sobre las estrellas y la luna que la seguían a todos lados donde ella iba.

A la mamá de Marie, Esperanza, le encantaba proporcionarle herramientas para que su hija pudiera aprender cada día más sobre diferentes temas científicos, le regalaba libros, le contaba historias, la llevaba a museos y le contaba grandes historias sobre mujeres que se convirtieron en importantes científicas, las cuales se dedican a investigar sobre las maravillas del mundo.

Su papá, el Doctor Contreras, un gran científico el cual daba clases sobre ciencias naturales a niños de primaria, a diferencia de la mamá de Curie, no apoyaba a Marie en sus sueños de ser una gran científica. El Dr. Contreras le decía que no existían niñas ni mujeres que tuvieran el talento y la oportunidad de convertirse en científicas.

Eso ponía a Marie y a Esperanza muy tristes, ellas sabían que Marie podía convertirse en una gran científica que cumpliera todos sus sueños, incluso el de viajar a la luna para conocer más sobre ella. Marie y Esperanza no hicieron caso a los comentarios del Dr. Contreras y siguieron aprendiendo cada vez más sobre ciencia.

Un día, Marie estaba leyendo sobre Rosalind Franklin, una de las científicas más importantes de la historia, quien logró fotografiar la estructura del ADN, hallazgo que ayudó a muchos médicos a conocer más sobre el cuerpo humano y encontrar mejores soluciones para curarlo. Rosalind se convirtió en una inspiración para Marie, quien leía su historia noche tras noche e imaginaba los grandes descubrimientos que ella realizaría cuando fuera grande.

Una noche el Dr. Contreras entró al cuarto de Marie y la descubrió leyendo lo mismo de todas las noches, la historia de Rosalind Franklin. Muy alterado, le preguntó a Marie ¿por qué estaba leyendo eso? a lo que Marie respondió que había tomado la decisión de ser una gran científica. Su papá enloqueció y le repitió que ese no era un trabajo para una mujer, no existían mujeres en la ciencia y no iba a permitir que eligiera ese camino tan difícil para su vida. Tomó el libro sobre Rosalind y lo rompió en mil pedazos.

Marie Curie lloró durante toda la noche, pero nunca salió de su cabeza su plan de convertirse en una gran científica. El Dr. Contreras al ver el daño que le había ocasionado a su hija y recordar todos aquellos momentos donde no fue apoyado, reflexionó que él tenía que ser el primero en impulsar los sueños de su hija.

El Dr. Contreras fue a disculparse con Marie y le prometió que siempre la iba a apoyar, que iba a enseñarle todo lo que él sabía sobre ciencia y nunca la iba a dejar sola en el camino a cumplir su sueño.

Entrevista el cielo es el límite

La pequeña Zariffe Yamel Céspedes Pelayo, de 11 años, sueña con ser ingeniera matemática y trabajar en la NASA, disfruta pasar su tiempo libre resolviendo problemas matemáticos, jugar con su pequeña hermana y divertirse con su grupo de scouts Crisol 25 de Autlán. Zari, como le dicen la mayoría de sus amigos, es el claro ejemplo de que las metas se cumplen si se tiene disciplina y se trabaja duro por conseguir lo que se propone.



Actualmente cursa el quinto año de primaria en el Colegio Bartolomé de Medina en Otongo, es hija de Alejandra, profesora de sexto de primaria que le ha transmitido su amor por el estudio, sobre todo por las matemáticas y que forma parte de su equipo de entrenadores para las competencias de matemáticas en las que ha participado desde hace dos años; aunque como ella comenta "desde preprimaria descubrí el gusto por las matemáticas. Yo era feliz contestando las páginas del libro de matemáticas y era la materia que menos se me complicaba".

Desde que tenía 9 años ha participado en diversas competencias de matemáticas a nivel estatal, nacional e incluso con niños de otros países, logrando grandes resultados. En el último año, se ha enfrentado a importantes concursos. En febrero de 2020, Zariffe ganó medalla de plata a nivel estatal en la Olimpiada Mexicana de Matemáticas para Educación Básica (OMMEB) y meses después, en la etapa nacional, compitió con aproximadamente 200 niños de manera virtual, en plena pandemia, como parte de la delegación del estado de Hidalgo, logrando la medalla de oro del certamen, siendo ésta una de sus principales satisfacciones a su corta pero fructífera trayectoria de competencias. Como toda una ganadora, el aislamiento social no la detiene y en noviembre de 2020, participó en la Competencia Matemática de Alto Rendimiento que integró a alumnos de Canadá, Estados Unidos, México, Colombia, Bolivia, Chile, Perú y Argentina, logrando la medalla de plata.

La trayectoria ganadora de Zariffe sigue en ascenso y las medallas siguen llegando. En enero de 2021, la brillante estudiante formó parte de la delegación del estado en la Olimpiada Nacional de Matemáticas para alumnos de Primaria y Secundaria (ONMAPS) donde se llevó la medalla de plata.

Para Zari el cielo es el límite y sus planes para seguir compitiendo continúan, tiene muchos sueños y metas por cumplir, así que por el momento está en entrenamientos nacionales para formar parte de la delegación que represente a México en la Olimpiada Internacional de Matemáticas que se realizaría en Indonesia, pero que a causa de la pandemia se llevará a cabo de manera virtual. Y a corto plazo, en abril, Zari nos contó que participará en la Olimpiada Carl Friedrich Gauss del Instituto Politécnico Nacional a nivel nacional, así como en la competencia final de Carma, una Olimpiada Femenil con niñas de México y América Latina y en la final de la Olimpiada Matemática Michoacana.

Como cualquier niña, Zari disfruta de su tiempo libre como parte del grupo scout 25 Crisol de Autlán donde participa activamente con toda su familia desde hace casi dos años en divertidas actividades con niños de diferentes edades, lo cual complementa su formación y es parte fundamental de su disciplina. En los scouts, Zari también es una ganadora ya que con su grupo, en una competencia nacional en 2019, lograron el primer lugar en canto, el segundo en danza y varios premios en ajedrez.

Para Zari, los scouts son el complemento perfecto para sus competencias, ya que como ella menciona "los scouts me han ayudado a desarrollar muchas habilidades y ser independiente". Las matemáticas son muy bonitas, enseñan muchas cosas y si tienes ganas de aprender no se hacen tan complicadas", comentó Zari, aunque sin duda, la disciplina y su enorme pasión por los números son lo que la llevará a lograr todo lo que se proponga y cumplir sus sueños, lo que sin duda la convertirá en una mexicana triunfadora y digna de admiración.



APRENDAMOS JUNTOS EL NÁHUATL

Queremos retomar nuestra sección de visibilidad a la bellísima lengua náhuatl, y ya que esta edición está dedicada a temas de salud, aprenderemos los nombres de partes del cuerpo y cosas relacionadas a la salud.

Náhuatl	Español
Cuaitl	Cabeza
Ixcuaitl	Frente
Yacatl	Nariz
Nacaztli	Oreja
Nenepilli	Lengua
Quechtli	Cuello
Ixtelotli	Ojo
Maitl	Manos
Ixcitl	Pie
Itetl	Vientre
Tlantli	Diente
Chichihualli	Pecho
Camatl	Boca
Ixtli	Cara
Mapilli	Dedo
Acolli	Hombro
Cocotl	Garganta

* Fuente, diccionario Clavijero en Gran Diccionario Náhuatl [en línea]. Universidad Nacional Autónoma de México [Ciudad Universitaria, México D.F.]: 2012 [ref del 12-02-2021]. Disponible en la Web <<http://www.gdn.unam.mx>>

MUJERES DERRIBANDO MITOS EN LA MINERÍA

Desde la época prehispánica, México posee una importante vocación minera y es una de las actividades con mayor tradición, practicada en diversos estados, como Hidalgo, una de las entidades mineras más importantes del país. La minería fue consolidándose hasta convertirse en uno de los motores fundamentales de la economía en la época colonial, por lo que siendo una actividad tan antigua, no es de extrañar que alrededor de ella también existieran mitos sobre esta práctica subterránea, como la famosa creencia de que era prohibida la entrada de mujeres a las minas ya que se pensaba que si una mujer entraba a la mina, el carácter tempestivo de la Madre Tierra podría provocar un derrumbe, al estallar en un mortal ataque de celos, por lo que las mujeres eran sinónimo de mala suerte para los mineros. Y es que, según la leyenda, la competencia femenina y la belleza de las mujeres desataban los celos de la tierra, la cual haría que la mina cerrara su "vientre" -dejando de producir ricos minerales- y sepultando a los trabajadores para siempre con un trágico desplome.

A lo largo de la historia, este mito ha dejado de tener influencia en el pensamiento de las comunidades mineras en todo el mundo gracias a la participación de mujeres que han abierto un camino para las nuevas generaciones como el caso de Pili Hussein, una mujer de Tanzania que se hizo pasar por hombre engañando a sus colegas durante casi una década entrando al interior de túneles calurosos y sucios en búsqueda de piedras preciosas bajo el nombre de "Tío Hussein" y demostrando que las mujeres también podrían ser mineras.

Y es que, la minería se consideraba un trabajo exclusivo de hombres por el trabajo físico y las condiciones en las que se trabaja bajo tierra. Pero actualmente, el papel de la mujer en el sector ha ido tomando cada vez más fuerza e importancia y ganando terreno en un mundo liderado por el género masculino.



Por región:

13.4% trabajan en la región
sur del país **8.8%** en el **norte**
8.4% en el **centro** y
10.4% en otras regiones.

CAMIMEX, (2021). Mujeres en el corazón de la tierra. CDMX: CAMIMEX.



En los últimos años, se han logrado grandes avances en la inclusión de mujeres en el sector minero gracias a la automatización de los procesos en las minas, lo que permite que tanto hombres como mujeres puedan operar maquinaria especializada con el mismo grado de capacitación, sin depender de la fuerza física para poder realizar el trabajo. Y, además de la parte operativa, en el área administrativa, la mujer ahora tiene un papel más relevante. Esto ha llevado a que actualmente 60 mil mujeres trabajen en la industria minera mexicana, según datos de la Asociación de Ingenieros de Minas, Metalurgistas y Geólogos de México.

Actualmente, la industria minera mexicana está cambiando el rumbo hacia una mayor equidad aplicando estrategias eficientes para disminuir la brecha de género en el sector. Y aunque hay cada vez más mujeres trabajando en todos los procesos de operación de un proyecto minero, el área que les resulta más atractiva es la operativa, es decir, manejo de camiones, maquinaria y control de mando, así como la administrativa y corporativa. Esto ha ocasionado que las nuevas generaciones sientan mayor atracción en carreras relacionadas al trabajo minero y hoy en día, del total de la matrícula de los estudiantes de 11 carreras relacionadas con Ciencias de la Tierra, en 53 instituciones educativas, 36% corresponde a mujeres y 9.4% de los profesionistas de la carrera de ingeniería en minas y extracción son mujeres. Actualmente, 10% de los egresados de la carrera de Ciencias de la Tierra son mujeres y la industria también emplea, a la par de ingenieras de minas, a abogadas, ingenieras químicas, especialistas en marketing, profesiones que suman en el desarrollo de la actividad minera.

Pero sin duda, hay mujeres rompiendo paradigmas y estereotipos y muchas de ellas manifiestan su interés por el trabajo en la mina porque les brinda ingresos más estables para sus familias, e incluso algunas han expresado que les gusta realizar trabajos más pesados y no meramente administrativos.

De acuerdo a las cifras del INEGI, casi el 18% del personal ocupado en la minería son mujeres y esta cifra representa un avance de casi 3 puntos con respecto a la cantidad de mujeres que participaban en la minería hace una década. Sin duda, la participación de las mujeres trabajadoras en la minería ha aumentado y actualmente, en las industrias metálicas básicas, 38% son mujeres; en la producción de minerales no metálicos, 45% de la participación corresponde al género femenino; en minerales metálicos, 11%; y en la extracción de minerales no metálicos, 6% son mujeres.

Aunque aún hay un largo camino por recorrer, el futuro de las mujeres en la minería es prometedor, y esto se refleja en el incremento de su participación en la industria. Cada vez hay mayor conciencia de que la inclusión de las mujeres en el mercado laboral minero está dando frutos y las empresas con mayor igualdad de género, como Autlán, tienen niveles más altos de crecimiento y mejor desempeño. Por ello, creemos que el trabajo en equipo y equitativo es lo que nos posiciona como una de las empresas mineras con mayor desarrollo del país.



ALGUNOS DATOS...

Matrícula ciclo 2019-2020
21,730 estudiantes



Titulados **Egresados**



De los y las profesionistas ocupados de la carrera de Ingeniería en minas y extracción (16,245) el 9.4% son mujeres.
(Dato al cuarto trimestre de 2019)

CAMIMEX, (2021). Mujeres en el corazón de la tierra. CDMX: CAMIMEX.

Colaboraciones que dan frutos

AUTLÁN INICIA EL REFINAMIENTO DE CAMINOS RURALES EN LAS COMUNIDADES DE HIDALGO EN ALIANZA CON LOS MUNICIPIOS DE TLANCHINOL, LOLOTLA Y TEPEHUACÁN DE GUERRERO



Hidalgo, 22 de marzo de 2021. Autlán, empresa líder en ferroaleaciones a nivel global, inició en alianza con los Ayuntamientos de Tlanchinol, Lolotla y Tepehuacán de Guerrero, un proyecto de infraestructura que consiste en el refinamiento de caminos rurales dentro de los tres municipios. Se calcula que esta alianza beneficiará a más de 20 comunidades, dando como resultado la mejora y rehabilitación de más de 100 km lineales.

Este refinamiento es muestra de la colaboración activa y voluntaria que tiene Autlán con las comunidades del estado de Hidalgo, en la búsqueda de crear alianzas con el gobierno y la sociedad para generar y compartir oportunidades, dando lugar a proyectos como este, el cual consistirá en dar mantenimiento al camino Atoscalago- Pueblo Nuevo, contemplando que los municipios se sumarán a esta iniciativa con equipos como retroexcavadora y camiones de volteo, Autlán con motoconformadora y las comunidades realizarán las faenas de limpieza correspondientes, poniendo en valor la importancia de la colaboración tripartita para obtener mejores beneficios en pro de los hidalguenses.

La presente actividad se ve alineada a la estrategia de inversión social de Autlán, cuyo eje central son los objetivos de desarrollo sostenible establecidos por la ONU, contribuyendo con esta obra directamente al ODS 11 enfocado en desarrollar ciudades y comunidades sostenibles.



Confiamos en que estos trabajos de refinamiento traerán grandes beneficios a los Hidalguenses que diariamente transitan por estos caminos, agradecemos profundamente la colaboración de los gobiernos municipales y de las comunidades para poder llevar a cabo esta gestión, destacó Alejandro Pérez, Gerente de Comunidades Sustentables.

Gracias a esta gestión, 27 comunidades de los municipios de Tlanchinol, Lolotla y Tepehuacán de Guerrero se verán beneficiadas, entre las cuales destacan Ixtlapala, Hitepec, Comontla, Tenexco, Aquilastec, La Pimienta, La Unión, La Florida, Pueblo Nuevo, Cuatitlanapa, Xuchitlán, Minixtla entre otras.

El Gobierno y la comunidad van de la mano, y si la iniciativa privada colabora activamente poniendo atención a sus necesidades se podrá ser más relevante y tener un mayor impacto positivo. En esta región Autlán juega un papel importante debido a los trabajos directos e indirectos que genera, teniendo un impacto no solo en el municipio sino también en la región, por lo que es muy importante tener una buena colaboración entre todas las partes mencionó durante el evento Ernestino Melo Díaz, Presidente Municipal de Lolotla.

Durante el evento de arranque de obra, se contó con la presencia del Presidente Municipal de Lolotla Ernestino Melo Díaz, el Presidente Municipal de Tepehuacán José Juan Viggiano Austria, y el Tesorero del Municipio de Tlanchinol Said Valdivia Hernández, así como con representantes de la comunidad y Autlán.

Autlán reafirma su compromiso con la sociedad y los hidalguenses, para continuar impulsando proyectos e iniciativas colaborativas a través de alianzas estratégicas que continuen beneficiando a sus comunidades vecinas.



Un año más generando valor compartido. A un año de que Autlán presentara su "Plataforma de Inversión Social 2020", miles de habitantes de 29 comunidades de la sierra de Hidalgo ya forman parte de la primera generación de personas que decidieron sumar esfuerzos y participar para impulsar el desarrollo social, ambiental y económico de la región.

Guiados por los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la agenda 2030 de la Organización de las Naciones Unidas, habitantes de los municipios de Lolotla, Molango de Escamilla, Tepehuacán de Guerrero, Tlanchinol y Xochicoatlán, seleccionaron de manera consensuada sus proyectos para desarrollar durante el año.

AUTLAN[®] PLATAFORMA INVERSIÓN SOCIAL 2020

Uno de los principales objetivos que se seleccionaron fue el nueve de industria, innovación e infraestructura. Entre los proyectos se encuentra el de los más de 500 pobladores de **Ixcuicuilanga**, quienes sumaron esfuerzos para la pavimentación hidráulica de los 300 metros cuadrados de la calle principal.



También bajo el objetivo nueve se encuentra el proyecto de **Molocotlán**, en donde gracias a la participación activa de 41 vecinos se pavimentaron 320 metros cuadrados de calle frente a la iglesia, con una coinversión de 173 faenas para el proyecto.



Otros de los objetivos en donde se alinearon varios proyectos fueron el uno y tres, fin de la pobreza y salud y bienestar, respectivamente.

La Pimienta logró darle continuidad al proyecto de borregos y marranos con el apoyo adicional de una dependencia pública, duplicando la producción para un mejor beneficio de la comunidad, contribuyendo a reducir la pobreza.



Por su parte, en **Chachala** se decidió rehabilitar la cancha de fútbol y así apoyar la salud y bienestar. Su desarrollo no hubiera sido posible sin la participación de los vecinos que se sumaron a las labores para el trazado de la cancha, sacar el agua y darle los toques necesarios para que pueda ser aprovechada por los más de 380 habitantes de la zona.



El desarrollo de los proyectos durante 2020 merece un doble reconocimiento. Las medidas sanitarias para hacer frente a la pandemia por COVID-19 pusieron fuertes limitantes a las comunidades.

Uno de los grandes beneficios que ofrece la Plataforma de Inversión es que se tiene un constante acompañamiento en el desarrollo e implementación por Personal Profesional en Desarrollo Social y Sustentable de Autlán. Esto permitió ajustar muy fácilmente los proyectos y sacarles el mejor provecho a todos los apoyos.

En lugar de darse por vencidos, los habitantes de las comunidades conjunto a Autlán decidieron ver el lado positivo, readaptar los proyectos, sumar esfuerzos de otras áreas, como fiestas patronales, y así lograr un mayor impacto.



La comunidad de **Tentla, municipio de Lolotla**, es un ejemplo de las diversas acciones que se llevaron a cabo de la mano de Autlán. Ante las medidas de confinamiento, la comunidad decidió usar los apoyos de cultura y tradiciones para la compra de material para la construcción de un baño para la iglesia, aportando los vecinos la mano de obra y el albañil para la construcción.



Mientras que su proyecto de la plataforma fue la construcción de un tanque con capacidad de

24 mil litros de agua potable.

Los habitantes también usaron las cubetas de pintura de Manos a la Brocha de Autlán para el pintado de la delegación, con ayuda de voluntarios.

6 AGUA LIMPIA
Y SANEAMIENTO



Como parte del acompañamiento también **se mantuvo un respeto a las medidas sanitarias para prevenir contagios**. En el caso de las asambleas para la participación comunitaria, en lugar de realizar grandes sesiones, se decidió por tener encuentros con menos personas, siempre manteniendo informada a la comunidad.

La donación y promoción del uso de cubrebocas también fue clave. En cada acto en donde participó Autlán se les ofrecía a los asistentes el equipo de protección personal, además de tener gel antibacterial y fomentar la sana distancia. También se le dio preferencia a los espacios abiertos y distribución adecuada.

SEMBRANDO RESULTADOS

Cosechar buenos resultados, sobre todo cuando se trata de desarrollo, toma su tiempo. Conscientes de ello, Autlán continúa su apuesta por seguir sembrando acciones que permitan lograrlo. En 2021 la **"Plataforma de Inversión Social"** se mantiene activa y se refuerza, ya que este año se podrá dar la continuidad a varios de los proyectos emprendidos. De esta forma, se extiende el beneficio y se da un paso más para el cumplimiento de los objetivos de la agenda 2030.

El fin de la pandemia cada vez se ve más cerca; sin embargo, no podemos bajar la guardia. Es por ello por lo que se continúa con todas las medidas para prevenir los contagios, al mismo tiempo que se sigue respetando la toma de decisión consensuada y participativa de las comunidades. Estamos convencidos que haremos de este año uno mejor que el pasado, lo cual será posible por medio de continuar con el diálogo, el trabajo conjunto y, sobre todo, mantener el objetivo común de impulsar el desarrollo social, ambiental y económico de la región.

AUTLAN
PLATAFORMA
INVERSIÓN
SOCIAL
2021


**OBJETIVOS
DE DESARROLLO
SOSTENIBLE**

Apoyos Autlán

Motivados en apoyar y sumar más manos a la lucha diaria del cuerpo médico de Hidalgo, y como parte de su Plataforma de Inversión Social en línea al ODS 3 de salud y bienestar, Autlán, representada por el Lic. Alejandro Pérez, Gerente de Comunidades Sustentables, realizó el donativo de una camioneta de doble cabina para apoyar a la Secretaría de Salud a transportar personal y material a comunidades marginadas, mejorando la eficiencia de las brigadas de salud, sobre todo en un contexto como el que se atraviesa actualmente por el COVID-19.

El Secretario de Salud del estado de Hidalgo, Alejandro Efraín Benítez, quien recibió el donativo a nombre de la Secretaría, destacó que las alianzas entre la iniciativa privada y la iniciativa pública han resultado indispensables para la contención del virus, y compartió algunos consejos para seguir previniendo el COVID-19, tales como el uso de cubrebocas, la sana distancia y el lavado frecuente de manos.

3 SALUD
Y BIENESTAR



SERVICIOS DE SALUD DE HIDALGO

130





Sobre Autlán

¿Qué hace Autlán para apoyar a las comunidades, por el COVID-19?



Desde el inicio oficial de la pandemia, en Autlán iniciamos un amplio plan de acción, no solo en nuestros espacios de trabajo con nuestros colaboradores, si no a lo largo de muchas de las comunidades vecinas a nuestras operaciones, para así, poder ayudar a cada vez más personas.

Distintivo

Seguridad Sanitaria



El Instituto Mexicano de Seguridad Social (IMSS), reconoció a Autlán Metallorum con el "Distintivo de Seguridad Sanitaria" por nuestros protocolos de salud y seguridad. Este premio es otorgado a un grupo pequeño de empresas que voluntariamente cumplen con éxito su papel en la lucha contra el COVID-19, ayudando a evitar cadenas de contagios dentro y fuera de la organización.

Además, a través de Contigo Salud hemos llevado a cabo la distribución de equipo de protección personal e insumos para hacer frente al COVID-19. Las brigadas también se han encargado de distribuir información y apoyar el cumplimiento de las medidas sanitarias.

Los donativos también se han destinado a clínicas y hospitales, incluyendo batas, overoles, termómetros, cubrebocas, así como donaciones de víveres a algunas de las comunidades más afectadas. La contención de la pandemia es trabajo de todas y todos. ¡Juntos saldremos adelante!



La Organización Mundial de la Salud, la Secretaría de Salud Mexicana y la mayoría de los médicos están de acuerdo: las vacunas salvan la vida de millones de personas cada año, por lo que apoyan su distribución para poner fin a la pandemia por COVID-19.

Te contamos algunos mitos y realidades sobre las vacunas

MITO

Con una buena higiene y alimentación, no es necesario vacunarse

REALIDAD



Aunque esto es muy importante, existen enfermedades que solo pueden evitarse por medio de una vacuna.

MITO

Las vacunas pueden tener efectos secundarios a largo plazo, o incluso la muerte

REALIDAD



Cuando una vacuna es aprobada, es porque sus consecuencias negativas son casi inexistentes, por lo que son seguras para casi todas las personas.

MITO

Ponerse más de una vacuna puede sobrecargar nuestro sistema inmune

REALIDAD



Hace más de 30 años, las personas recibían más vacunas que ahora sin ningún problema.

MITO

Después de superar una enfermedad, recibimos anticuerpos más eficaces que una vacuna.

REALIDAD



La protección que brindan las vacunas es superior a la que adquirimos cuando enfermamos, y no deja secuelas como algunos padecimientos.

MITO

Ponerme la vacuna hará que me dé la enfermedad.

REALIDAD



Ninguna vacuna contiene virus vivo, por lo que no te puedes enfermar, sólo se incluyen elementos para que tu cuerpo sepa defenderse.

Sopa de letras

E	O	T	R	M	I	N	E	R	I	A	G	D
F	O	R	T	A	L	E	Z	A	L	M	O	M
J	E	F	A	D	E	F	A	M	I	A	I	A
O	R	A	O	A	N	O	O	E	D	R	E	D
X	T	R	A	B	A	J	O	O	E	Z	X	R
E	A	U	M	O	E	R	T	P	R	O	I	E
P	R	O	F	E	S	I	O	N	I	S	T	A
P	A	O	C	R	E	A	T	I	V	A	O	I
U	D	E	D	I	C	A	C	I	O	N	A	M
C	E	M	P	R	E	N	D	E	D	O	R	A
M	U	J	E	R	H	E	R	M	A	N	A	S

Mujer • Minería • Creativa • Dedicación
Éxito • Fortaleza • Hermana
Madre • Profesionista • Jefa de familia
Líder • Marzo • Trabajo
Emprendedora

Consejos para plantar frutas, verduras y hierbas en el inicio de la primavera

Tener nuestras propias hortalizas en casa no solo es un modo de consumir alimentos más naturales, nutritivos y deliciosos, si no que generan una fuente de ingreso importante. En este artículo te daremos recomendaciones de qué sembrar durante los meses de calor, así como tips para que tus plantas crezcan sanas.

Te recomendamos plantar estas cinco hortalizas o verduras durante la primavera y el verano, todas ellas requieren del sol y las temperaturas de estos meses:

Toma nota de estos consejos prácticos para lograr el máximo rendimiento en tu huerto:

- Debes tener un espacio con suficiente luz y protegido del viento. Si no lo tienes, puedes cultivar verduras que se adapten a menos luz como lechugas, cebolla o ajos.
- Respeta la distancia entre cultivos y el espacio vital de cada planta, tanto en profundidad como en altura, para su correcto desarrollo.
- Aplica composta o fertilizantes orgánicos; el estiércol curado y el humus de lombriz no generan malos olores.
- Mantén la tierra húmeda en todo momento. Una planta puede morir por falta de agua, pero también por exceso.
- Finalizado el ciclo de plantación. Remueve el sustrato y repón la composta.



• **Lechuga:** existen diferentes variedades de esta verdura, pero generalmente se siembran en primavera o principio del verano y estarán listas al cabo de unos dos meses. Existen dos métodos de siembra: siembra directa de la semilla y trasplante del plantón (planta joven) procedente del semillero. En cuanto a cuidados, necesitan sol, no demasiado, y riego abundante.



• **Tomates:** sus semillas se siembran en primavera (marzo/mayo), y la planta dará sus frutos en pleno verano, por lo que estaremos cosechando los tomates en los meses de junio a agosto. Necesitan mucho sol (plena exposición), riego moderado y frecuente.



• **Pimientos:** se siembran en primavera (marzo/abril), los plantones a comienzos de verano. Se recolectan entre julio y septiembre. Esta hortaliza necesita bastantes horas de sol pleno, riego y abono para crecer.



• **Calabacín:** siembra sus semillas antes de la primavera (febrero-marzo) para cosechar alrededor del mes de mayo. Al igual que los tomates y los pimientos, los calabacines necesitan mucho sol (exposición plena), abundante agua y abono adecuado.



• **Berenjenas:** las semillas de berenjenas se siembran en primavera, o antes entre febrero y marzo, y el trasplante se realiza en primavera o inicio del verano. Se recolectan en la temporada de calor. Requieren mucha luz directa y poca sombra. Asegúrate que tenga suficiente espacio para crecer.



Síguenos
en **facebook**

f ContigoHidalgo

Visita nuestra
página web
y sé parte de
la comunidad
Autlán

COMUNIDAD **ES** AUTLAN

comunidadesautlan.com



Compromiso



Innovación
y tecnología



Conoce
Autlán

¡TE ESTAMOS BUSCANDO!
SÚMATE COMO
COLABORADOR VOLUNTARIO

DE LA REVISTA CONTIGO

Mayores informes
con tu coordinador comunitario
y al sinergia@autlan.com.mx

ANUNCIO COMUNITARIO

ALQUILADORA "CUMETACÁN"

Pone a su servicio
renta de:

- Mesas
- Sillas
- Mantelería
- Lonas
- Brincolines

Estampos a sus
órdenes:

- 771322522
- 77122948
- 5516895575

AMIGO LECTOR:

Si deseas publicar tu negocio, algún servicio, festejos, enviar felicitaciones, historias, temas que 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 y nuestro teléfono es el 771 2474-4023, Ext. 3822. Si ves en la comunidad a Salvador Mendoza, Francisco Castillo y a José Mora: acércate a ellos o a quienes veas repartiendo la revista y ellos nos lo harán llegar. Si no cuentas con teléfono o correo electrónico, ve preparando tu hoja y no olvides ponernos tus datos: Comunidad, nombre y edad.



Escanea el código
con tu celular