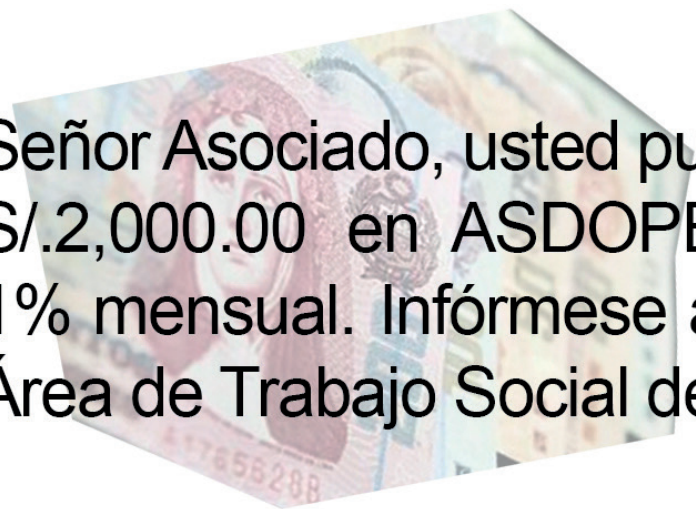
EDITORIAL

Disipados ciertos temores salimos a luz nuevamente con la finalidad de dar a conocer los aportes científicos y culturales de nuestros asociados, siempre preocupados por contribuir de alguna forma en la solución o prevención de algunos de nuestros problemas. En esta perspectiva damos a conocer artículos relacionados al cuidado de los pies, órganos importantes para movernos adecuadamente. Afín a esta preocupación por la salud, el otro artículo está referido a la alimentación relacionada a tres enfermedades: cardiovascular, pulmonar y renal. Este importante tema está abordado por la nutricionista de la Clínica Santa Beatriz con quien ASDOPEN tiene un convenio de cooperación. Cerrando la sección de artículos un socio economista nos muestra los problemas y perspectivas de la agricultura en el Perú. También se incluyen artículos breves, provenientes de la red informática mundial (web), que pueden interesar a los asociados.

De esta manera esta revista, aún en la situación económica austera que se encuentra nuestra institución, continuará publicando las contribuciones de los asociados, sobre todo ahora que la presidencia de ASDOPEN ha sido investida nuevamente con la confianza de la mayoría de los asociados. En la sección de Institucionales, incluimos la Memoria del Presidente para que nuestros asociados estén enterados de la correcta gestión institucional.

EL COMITÉ EDITORIAL

FONDO DE AUXILIOS MUTUOS DE SOLIDARIDAD (FAMSO)



Señor Asociado, usted puede retirar hasta S/.2,000.00 en ASDOPEN, pagando el 1% mensual. Infórmese al respecto en el Área de Trabajo Social de ASDOPEN.

EL CUIDADO DE LOS PIES

Resumen

Todas las actividades de locomoción -moverse en casa, ir al trabajo, jugar o simplemente pararse, etc.,- se hacen principalmente con los pies; estos, pues, además de ser soporte del cuerpo nos permiten desplazarnos. En esta sección se desarrollan dos temas; de un lado el problema del pie plano, originado cuando el arco del mismo va descendiendo, lo cual ocasiona malestar tanto para sostenerse como para caminar. Además del diagnóstico del pie plano se dan a conocer las maneras de corregir esta anomalía. De otro lado, se señalan los riesgos y el respectivo tratamiento de los pies de personas que sufren diabetes.

CASO 1. EL PIE PLANO: PREVENCIÓN Y CORRECCIÓN

Dr. Fernando Falcone León

1.- INTRODUCCIÓN

El pie es un órgano del cuerpo humano que está constituido por 26 huesos y 28 articulaciones, además de múltiples ligamentos que, unidos entre sí, forman una unidad de estructura flexible, resistente, sometida además a movimientos y control por músculos que nacen y terminan en el propio de: la **musculatura intrínseca**; como también de músculos que se originan fuera del mismo, vienen desde la pierna y es la **musculatura extrínseca**. El esfuerzo de estructuras ligamentarias y tendinosas permiten darle al pie una buena estabilidad, adaptándose a las irregularidades del terreno, torceduras, golpes, caídas, etc.

El hombre ha sido definido un mamífero bípedo-plantígrado y pentadactilo, solo necesita de sus extremidades inferiores para poder sostenerse erguido y de pie, para saltar, caminar, salvar obstáculos a diferencia de los otros primates, que tienen que hacerlo sobre sus cuatros extremidades, de tal manera que ahorra energía para permitir dejar libres las manos mientras realiza sus actividades diarias. Sus músculos, especialmente los llamados antigravitarios, es decir aquellos que sostienen al hombre contra la gravedad –como son los músculos glúteos, cuádriceps, gemelos–, le mantienen erguido y enhiesto.

Además de las funciones de soporte, existen otras dos funciones complementarias si no las más importantes y son las funciones de **equilibrio** y la de **coordinación de la marcha**, con las cuales realizamos cotidianamente la actividad de caminar, tan importante durante el desenvolvimiento de nuestras actividades.

Sin embargo actuando como elementos de sostén los pies deben amortiguar el peso del cuerpo y propulsarlos, para lo cual deben estar debidamente protegidos a fin de cumplir su objetivo; lejos de ello se les cubre con calzados inadecuados, fruto que la moda impone a manera de “estuches de tortura” que con resignada protes-

ta se acepta, sin tener en cuenta la constitución anatómica del pie. Los pies requieren resguardarlos y protegerlos para evitar trastornos que los deformen, les produzcan callosidades dolorosas, alteren los ejes normales de los miembros que conduzcan a deformidades estáticas y lo que es más, causen pies dolorosos que se incrementan si el pie tiene ya defectos posturales como pie plano, pie valgos planos, juanetes, hallux valgus, dedos en matillo, etc., que comprometerán seriamente la capacidad funcional de los pies, dejando a la persona en un estado de minusvalía que resulta penoso sobre todo a las personas en las orillas de la ancianidad.

En la consulta diaria de niños portadores de pie plano, constantemente se nos ha solicitado los ejercicios que debe realizar el infante para fortalecer sus pies. Aparte de la larga lista de estos, había que confiarse en la memoria para ser practicados en forma diaria y continua, muchísimas veces en el hogar, lo que resultaba impracticable. Entonces decidimos apuntar aquellos ejercicios de mayor utilidad práctica sencillamente realizables y siguiendo un modelo que sea fácilmente entendible y capaz de efectuarlos sin tanto aparatage innecesario. [Para fotos de ejercicios].

El uso del calzado ortopédico servirá para mantener un control postural que complementará el tratamiento indicado, que es a base de ejercicios ya que uno no puede estar desligado del otro, permitiendo una dualidad inseparable.

Se indican asimismo algunos recursos de fisioterapia que pueden realizarse en casa o en un servicio de **terapia física**, especialmente en pies dolorosos, rígidos y poco funcionales.

Nuestro deseo es llegar a divulgar todo lo cierto sobre del pie plano, desechando ideas erróneas y fantasiosas, que iremos remarcando a lo largo de la exposición y destacando algunos conocimientos anatómicos patológicos de la afección ortopédica, síntomas y clínica de la dolencia, ofreciendo los recursos que contamos sin sofisticados artilugios, al alcance de todos y cultivando una beneficiosa erudición que permitirá a los allegados al niño, ser monitores en casa a fin de que aquellos no adquieran o mejor aún se traten de un pie insuficiente o plano que al incrementarse durante la adolescencia con los trastornos que pueden acarrear molestias, que aparecerán en la adultez o en venerable ancianidad.

El pie plano se define como el descenso del arco interno del pie; es decir, la bóveda plantar se aplana y además el talón se desvía hacia adentro, llamándose a este defecto “valgo del retropié”. De allí que en el pie plano se presente *descenso del arco longitudinal del pie mas valgo del talón.*

Estas deformaciones se miden en grados según el descenso del arco, de menor a mayor: Primero (Fig. 1), Segundo (Fig. 2) y Tercero (Fig.3), como puede apreciarse en los adultos.

En los niños se manifiesta en la tendencia a negarse a caminar, piden que le carguen al poco rato de haber empezado a dar unos pasos; tienen pocos deseos de jugar con sus amigos, se cae con frecuencia cuando corre, salta o camina llevando las puntas hacia adentro o hacia afuera (Figs. 4, 5 y 6) y desgasta sus zapatos hacia la parte interna del taco (Fig. 8).

figura 7

figura 8

2.- ORIGEN DEL PIE PLANO

El pie consta de 26 huesos y de 28 articulaciones unidos entre sí por ligamentos; si estos pierden su resistencia natural esta estructura va cediendo progresivamente y los huesecillos del pie abandonan su contacto correcto. Precisamente el pie plano se origina debido a un problema de *laxitud articular* (aflojamiento de la capacidad elástica articular), cuando el arco va descendiendo en forma progresiva y además va perdiéndose la amortiguación que, a manera de muelle, soporta el peso del cuerpo.

En un comienzo no hay dolor, salvo en los pies planos crónicos o inveterados que se deforman y duelen al caminar.

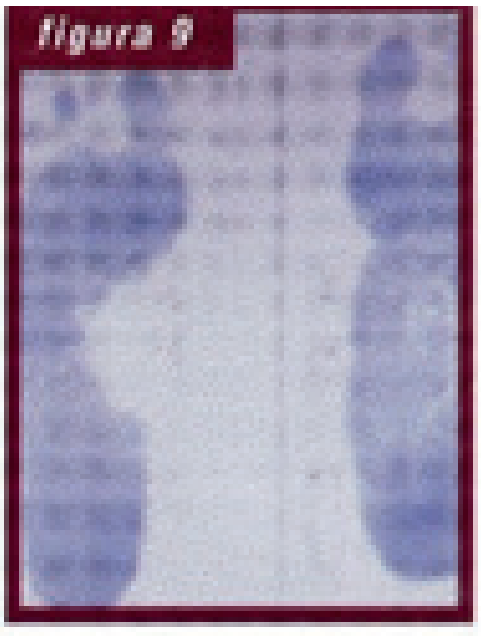


figura 9

3.- DIAGNÓSTICO DEL PIE PLANO

Para saber que una persona está sufriendo de pies planos se siguen los siguientes pasos:

1.- Observación del pie: En posición erecta se observa el pie tanto por delante como por detrás. Se examina el arco longitudinal interno viendo si al caminar el paciente mete las puntas hacia adentro o las lleva hacia afuera.

2.- Examen de la huella plantar, con un plantígrafo (Fig. 9).

3.- Examen clínico de los ejes del muslo y pierna: piernas arqueadas o “chuecas”, abiertas hacia fuera “pata de catre” o rodillas en “recurvatum” llevadas para atrás (Fig. 10 y 11).

figura 10

figura 11

4.- Examen radiológico. En casos congénitos (de nacimiento) es posible corregir el problema con cirugía, para lo cual son necesarias pruebas de rayos X.

4.- CORREGIR PIES PLANOS

Para ello es preciso considerar tres aspectos:

1.- Un buen examen clínico realizado por el especialista, complementando con plantigrafía y esporádicamente realizar un examen radiológico.

2.- Calzado ortopédico confeccionado con receta de un ortopedista; debe ser hecho a medida con las correcciones en horma, taco, almohadillas, etc. ¿A qué edad se debe empezar a usar el calzado ortopédico? Si las piernas no están arqueadas y el niño no mete las puntas al caminar, se puede usar desde los 18 meses o 2 años de edad. En caso contrario cuanto antes.

Los zapatos ortopédicos deben cambiarse cada seis meses debido al crecimiento del pie, salvo que se deterioren antes. Se deben usar diariamente, evitando emplear babuchas, alpargatas, "sayonaras", etc. El tiempo de uso es de 3 a 4 años ininterrumpidamente, como promedio.

3.- Ejercicios terapéuticos. Es un valioso complemento que no puede ir separado del uso del botín ortopédico. En realidad es un adiestramiento a través de una gimnasia que debe realizar el niño. Solo requiere de algunos minutos, se debe hacer sin calzado en una alfombra o piso de madera.

Calzado ortopédico sin ejercicios
RESULTADO INSEGURO,
Calzado ortopédico con ejercicios
RESULTADO SEGURO.

Practicando todos los días los ejercicios que se muestran se PREVIENE y corrige el pie plano

Saltar de puntas alternando los pies

Saltar la soga en punta de pies

Caminar con el borde exterior de los pies

Caminando levantar el pie y tocar la rodilla

Apoyadas las puntas sobre un ladrillo levantar los talones

Caminar con las rodillas dobladas apoyando primero el talón

Caminar sobre una tabla inclinada

Hacer rodar un palo redondo con la planta del pie

Recoger bolitas con los dedos de los pies

Arrugar rápidamente una tela con los dedos de los pies.

CASO 2. EL PIE EN LOS DIABÉTICOS

Dr. Carlos Cruz Garay

1.- INTRODUCCION

El costo emocional es alto para los que padecen de diabetes; la morbilidad, la incapacidad y las limitaciones funcionales y terapéuticas interfieren con la felicidad existencial. Hay que diagnosticar y manejar los riesgos precozmente para disminuir posibilidades de eventos adversos como úlceras, infecciones, dolores que terminan en amputaciones.

El control de la glucosa es primordial, cuanto más tiempo de enfermedad se tenga sin buen control glicémico aparecen los problemas cardiovasculares, renales y/u oculares.

Usar zapatos para diabéticos y cuidar los pies evitarán las hiperpresiones y nunca cirugía de baño. Se pierde la sensibilidad protectora, se altera la biomecánica deformándose el pie con formación de callos y uñeros, no llega sangre distalmente por lo que hay dolor después de caminar.

Hay que examinar y dar atención a toda circunstancia que pueda ocasionar daño. Mejorar los servicios médicos de atención al diabético inválido para evitar úlceras, heridas, infecciones y amputaciones.

Se tiene que exigir atenciones en unidades médicas polivalentes especializadas, mueren mucho más por diabetes que por cáncer o accidentes, además estos pueden ser diabéticos. Para un examen adecuado es necesario tener en cuenta muchos factores como:

- Evaluar debilidad y desbalance muscular, atrofia.
- Verificar si siente o no.
- Qué riesgos pueden provocar las deformaciones.
- Cómo está la piel, hongos.
- Hay pulso o no.
- Cómo está la visión.
- Cómo está la función renal.
- Evaluar otros factores de riesgo y morbilidades.

2.- RIESGOS

Todo diabético debe conocer qué es la biabetes para saber el alto riesgo al que está expuesto. Son necesarias estas enseñanzas y cuidados para tener un poco más de seguridad y tranquilidad.

Hay que tener en cuenta lo siguiente como medios de riesgos

- La polineuropatía distal, el mal uso del calzado y el pésimo cuidado de callos y uñeros.
- El consumo de alcohol y tabaco incrementan la enfermedad vascular periférica.

3.- TRATAMIENTO: Ir al médico

Un diabético más que nadie debe tratarse cualquier mal relacionado a los pies yendo a un especialista como es el médico traumátologo, quien verá la manera indicada para cada caso. Como caso referencial puede observarse lo siguiente:

CASOS	TRATAMIENTO
Metabólico	■ Antidiabéticos ■ Insulina ■ Tratar la dislipidemia ■ Aspirina ■ Clopidegrel ■ Revascularizar ■ Otros
Neuropático	■ Antidepresivos tricíclicos (aminotriptilina) ■ Anticonvulsionantes ■ Analgésicos
Antibacteriano	■ Terapia antibiótica ■ Terapia local ■ Debridamiento ■ Apósitos

4.- EVALUAR CONSTANTEMENTE

Un paciente diabético requiere consultar siempre con el especialista para que le someta a una constante evaluación, teniendo en cuenta varios síntomas como:

Piel: Fría – Caliente – No siente

Hay o no pulsos: Tibial posterior – Pedia

Cambios de color

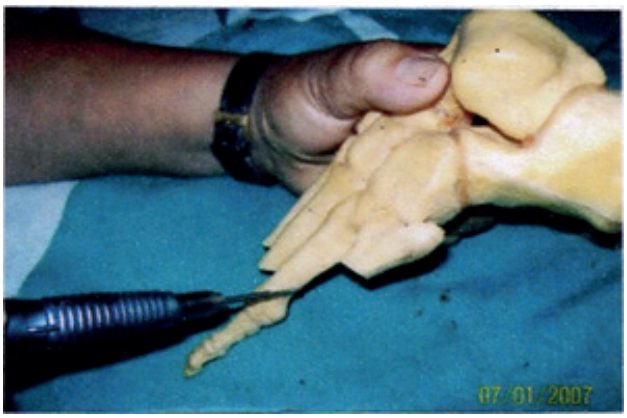
Callos – Uñas encarnadas

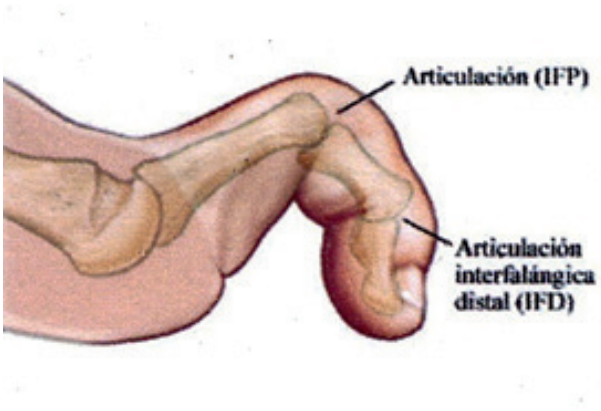
Heridas: Superficiales – Profundas.

Consultar siempre

Pie neuropático

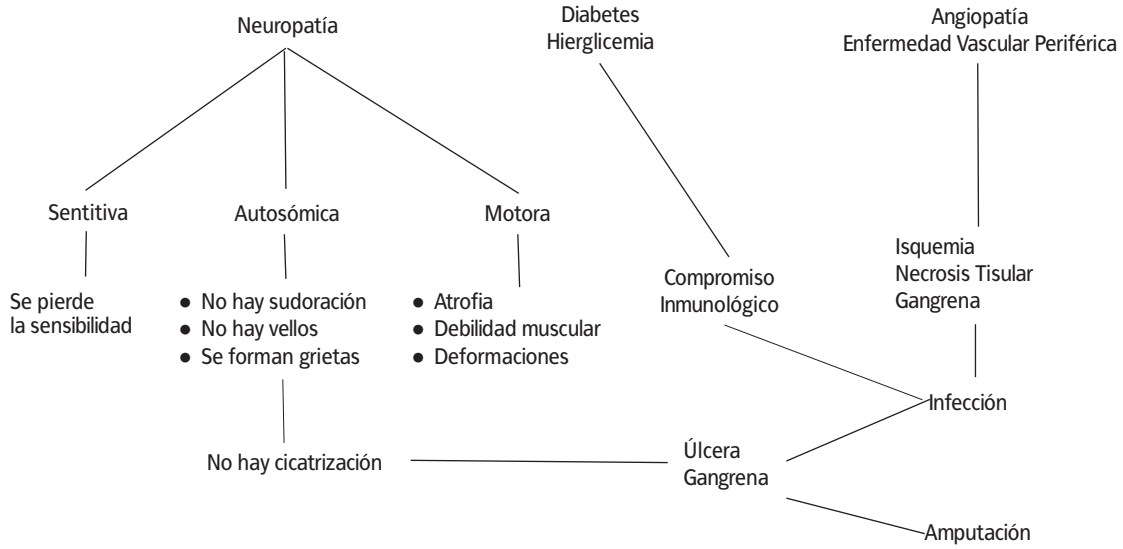
- Pie vascular
- Pie mixto
- Tratamiento





RECURRIR A LA CIRUGÍA PROFILÁCTICA SI FUERA NECESARIO

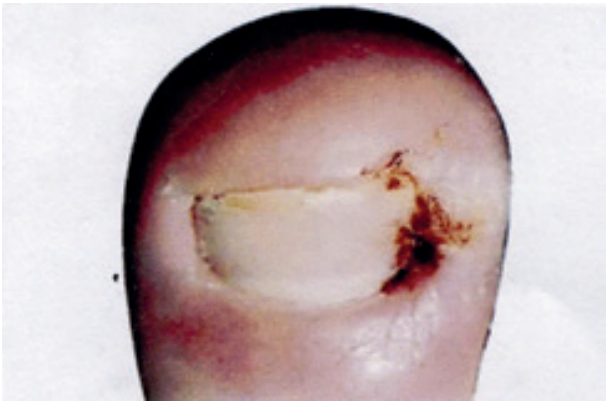
Fisiopatología



5.- UÑERO

Un uñero se forma cuando una parte de la uña se introduce en la piel del dedo causando un malestar especial.

CONTROL METABÓLICO		
	Ideal	**Mal Control**
Presión arterial	130	80
Glicemia en ayunas	80-110	>140 mg/dL
Hemoglobina Glicosilada	<7	>8
Colesterol total	<185	>250
LDL-C	<100	>130
HDL-C	<150	>200



CUIDADOS ALIMENTARIOS EN LOS CASOS DE ENFERMEDAD CARDIACA, PULMONAR Y RENAL

Mg. Magaly Flores Paucar

Resumen

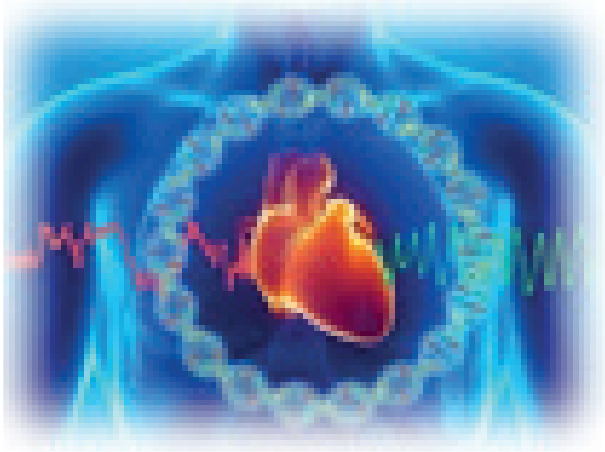
El corazón, los pulmones y los riñones son órganos importantísimos para la vida y su cuidado se hace más necesario cuando se trata de los adultos mayores. La alimentación de personas que padecen de enfermedades relacionadas a estos órganos demanda poner bastante esmero. En este artículo se dan las recomendaciones alimentarias para las personas que padecen enfermedades cardiovasculares, pulmonares y renales y en cada caso se presentan los consejos adecuados referidos a la cantidad y los tipos de productos a consumir ya sean estos de origen animal o de origen vegetal.

INTRODUCCIÓN

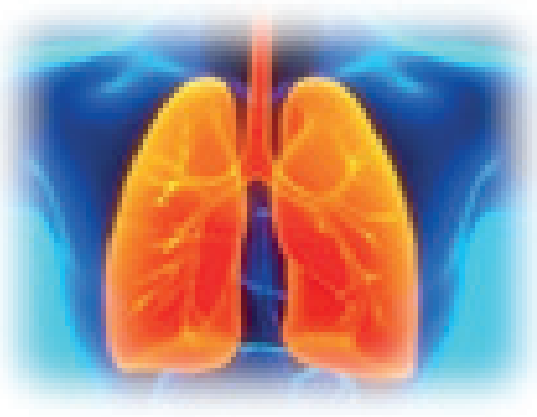
La alimentación de las personas juega un rol importante en cada etapa de vida y más aún si estamos enfrentando alguna enfermedad; hoy compartiremos información sobre los cuidados alimentarios en la enfermedad cardiaca, pulmonar y renal.

LA ALIMENTACIÓN

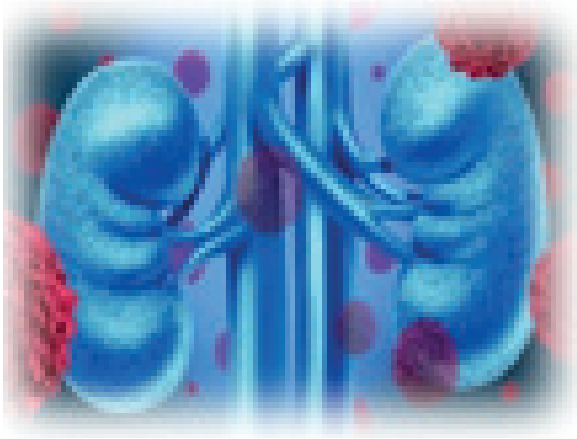
La alimentación es algo que va a variar en cada etapa de vida; nos alimentamos desde que estamos en el vientre de la madre donde nos nutrimos a través del cordón umbilical; cuando nacemos tomamos la leche materna y seguimos alimentándonos hasta llegar a la tercera edad. ¿Qué es lo único que va a variar?: la cantidad de alimentos. Toda alimentación debe ser equilibrada, balanceada y rica en nutrientes; las porciones alimentarias sí pueden ser diferenciadas y más aún en situaciones especiales. ¿Cuáles son



Corazón



Pulmones



Riñones

las situaciones especiales?: las enfermedades.

En esta ocasión trataremos de la alimentación en tres casos especiales: enfermedades cardíacas, pulmonares y renales.

Estos tres órganos el corazón, los pulmones y los riñones son importantes para nuestro existir y su cuidado toma mayor realce cuando se trata de adultos mayores.

Caso I. ENFERMEDAD CARDÍACA

(Fuente: Organización Mundial de la Salud, 2015)

Hay un sinnúmero de enfermedades cardíacas y todas estas enfermedades son desórdenes que afectan al corazón, estos desórdenes pueden deberse de repente a complicaciones a nivel de vasos sanguíneos, por ejemplo las cardiopatías coronarias que es cuando estamos afectando justamente a estas venas que van a irrigar directamente al músculo cardíaco. Cuando hablamos de enfermedades cerebrovasculares estamos hablando de las venas que van a afectar al cerebro y que van a obstruir su funcionamiento; cuando hablamos de arteriopatías periféricas nos referimos a la obstrucción pero ya a nivel de miembros periféricos, por ejemplo manos y pies, normalmente allí es donde atacan y son las más comunes; ahora los ataques al corazón o los accidentes cerebrovasculares, conocidos comúnmente como los “derrames cerebrales” ya son fenómenos agudos, son cuadros que se presentan de improviso, de un momento a otro y que pueden llevar incluso a la muerte; lo que pasa es que hay obstrucciones que van a impedir que la sangre llegue de manera correcta al cerebro. En este caso hay que tener mucho cuidado y estar muy atentos.

¿Y por qué se puede enfermar del corazón?

La alimentación juega un papel importante en la prevención de la enfermedad cardiovascular, con frecuencia se come mal abusando de las grasas y peor aún si agregamos un factor de riesgo como es el alcohol, como se ilustra en esta imagen.

Cuidados alimentarios

Si nuestra alimentación fuese rica en alimentos naturales como frutas, verduras, granos integrales y baja en azúcares, sodio y grasas saturadas, controlaríamos la prevalencia de enfermedades cardiovasculares que actualmente ha aumentado y es una de las causas más grandes de muerte.

Recomendaciones alimentarias

(Fuente: *Rev.. Cubana de Investigación Biomédica,* 2010; 29 (3), 353-363)

-Pescados azules

* *Minimiza el riesgo de padecer arterioesclerosis.*
* *Minimiza la formación de colesterol.*
* *Disminuye los triglicéridos y reduce la presión sanguínea.*
* *Reduce el daño isquémico consecutivo al ataque cardíaco.*

Los pescados como el bonito, caballa, jurel, anchoveta son los principales pescados oscuros y cuyos componentes benéficos, como son los ácidos grasos, están justamente en la parte negra del pescado; grasa polisaturada que es aquella que va a permitir minimizar los riesgos de artereoesclerosis y además minimizar la formación de colesterol, siempre y cuando lo consuma de manera correcta, va a disminuir los triglicéridos y reducir los niveles de presión arterial. Se debe comer pescado tres veces por semana, preferentemente en forma de sudado o a la plancha; cuando se fríe el pescado esos ácidos grasos se pierden y justamente son los nutrientes más valiosos del pescado.

-Aceite de oliva, palta y frutos secos (maní, avellanas, almendras, cashu)

* *Disminuye los niveles de colesterol malo o LDL*

La alimentación debe ser variada, equilibrada y saludable.
Teniendo un alto contenido de *frutas, verduras, pescados azules, legumbres, frutos secos y aceite de oliva.*

* *Disminuye los niveles de los triglicéridos o TGC*
* *No afecta a la disminución del colesterol bueno o HDL*

Estos contienen ácidos grasos monisaturados que son grasas de buena calidad. Se debe consumir en cantidades pequeñas, puñados pequeños, cuidar sobre todo en personas que tienen problemas de peso.

-Cereales integrales

* *Mejoran la salud de las personas con obesidad y TGC altos.*
* *Disminuyen el riesgo de MD2 e HTA*
* *Tienen efectos cardiosaludables.*

Otro de los nutrientes importantes en este rubro son las fibras de los cereales integrales; lastimosamente se acostumbra a consumir arroz blanco y no arroz integral que sería lo ideal porque tiene mayor fibra; aunque demora su cocción pero es más sano. En la fibra de la cáscara del arroz integral es donde encontramos nutrientes importantes.

Por ejemplo la avena es un alimento cardioprotector y su consumo es aconsejable, sin embargo debemos consultar con el especialista la frecuencia de consumo y con qué alimentos podemos combinarlos.

-Menestras

* *Reducen de forma significativa el colesterol y los TGC.*
* *Aumentan los niveles de colesterol HDL.*
* *Tienen efectos beneficiosos en la ECV.*

Las menestras tienen proteínas de origen vegetal y son muy buenas para el corazón; lentejas, arvejas, garbanzo, pallares, frejoles en todas sus variedades (canario, panamito, rojo, negro). La fibra de las menestras son importantes nutrientes y hay que comerlo con todo, no debe colarse para no quitarle la cáscara donde está la fibra. Como generalmente producen gases es recomendable comer de día. A veces se acostumbra a hervir la menestra con un poco de orégano y esto puede reducir la aparición de gases. Una técnica culinaria importante para evitar los gases es hervir la menestra con la tapa de la olla abierta y si esto genera que la cocción demore más se puede remojar la menestra con anticipación, de esta manera estamos facilitando su cocción.

-Frutas y verduras

* *Tienen efectos hipocolesterolémicos.*
* *Disminuyen los niveles de colesterol LDL.*
* *Retardan la absorción de glucosa.*

Las frutas y las verduras son importantes justamente por las fibras que contienen.

Caso II. ENFERMEDAD PULMONAR

(Fuente: Organización Mundial de la Salud, 2016)

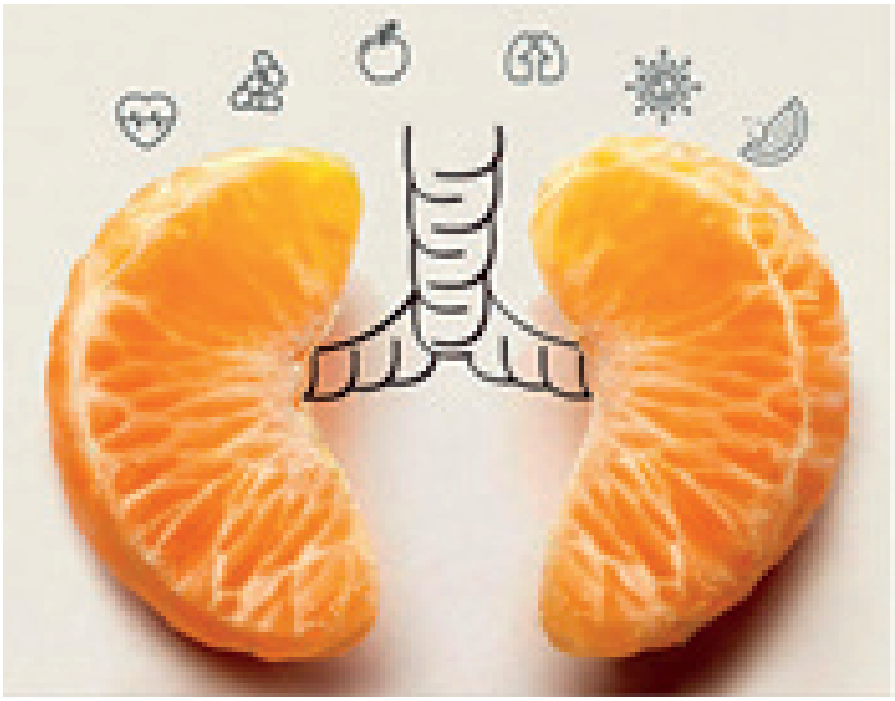
Las obstrucciones pulmonares y respiratorias más comunes son: el EPOC (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica), el asma y la bronquiectasia, todas ellas generan dificultad para respirar.

El EPOC es muy común en adultos mayores, sobretodo en fumadores crónicos, sin embargo no solamente ellos se pueden ver afectados, hay personas que han sido expuestas al humo por mucho tiempo como por ejemplo aquellos que han cocinado con leña, y su exposición también los puede condicionar a sufrir de esta enfermedad. Recordemos que en muchos casos los pacientes con EPOC terminan dependiendo de un balón de oxígeno.

Otra de las enfermedades es la fibrosis pulmonar donde el tejido pulmonar se va endureciendo, lo que evita una buena respiración y el paciente siente una especie de presión en el pecho que le impide respirar correctamente.

Cuidados alimentarios

Una persona con enfermedad pulmonar debe cuidar su alimentación y existen nutrientes básicos en pacientes con enfermedad pulmonar, entre ellos están los antioxidantes,las vitaminas A, C y E, y el Zinc porque tienen efectos positivos a nivel respiratorio. Y además se debe evitar los alimentos mucolíticos como la leche, que tiene componentes que aumentan la mucosidad.



La alimentación debe ser variada, equilibrada y saludable.
Teniendo un alto contenido de antioxidantes y evitando alimentos mucolíticos.

Recomendaciones alimentarias

(Fuente: *Rev. Cubana de Investigación Biomédica* 2010; 29 (3), 353-363)

*** Vitamina A**

Regeneración de las mucosas, muchas de ellas dañadas en los procesos bronquiales.

Esta se puede encontrar en la yema del huevo, en el hígado y como betacarotenos en la zanahoria, camote, zapallo y vegetales de color verde oscuro. Esta vitamina se encuentra en las grasas, como la leche entera; por esto en un paciente pulmonar el especialista tiene que monitorear a detalle su alimentación. En el caso de la yema de huevo esta tiene grasa y nutrientes importantes pero está la controversia del colesterol, sin embargo debemos recordar que solo el 30% del colesterol que uno tiene es producto de la alimentación, el otro 70% es autogenerado por nuestro cuerpo. En el caso de los adultos mayores su consumo debe ser controlado y la recomendación puede ser 2 veces por semana si estamos hablando de una persona sana.

*** Vitamina C**

Función protectora frente a infecciones evitando el deterioro de la función respiratoria.

Es el antioxidante más fácil de encontrar ya que está presente en casi todas las frutas y las verduras; en los cítricos y no cítricos. Por ejemplo el tomate, la papaya, naranjas, piña, fresa, o frutos del bosque como arándanos, camu camu, aguaymanto, etc. Consumir dos o tres porciones de frutas va a satisfacer el requerimiento de esta vitamina.

Existen estudios que van demostrando que la propiedad antioxidante de la vitamina C tiene un efecto protector en enfermedades complejas como el cáncer; recordemos que nuestro cuerpo va formando radicales libres que son sustancias negativas que van dañando nuestro organismo y quien trabaja para atacar estos radicales libres son los antioxidantes, uno de ellos es la vitamina C.

*** Vitamina E**

Función protectora frente a radicales libres (sustancias nocivas).

Es el antioxidante por excelencia. Esta vitamina va a disminuir la cantidad de radicales libres que se producen por la edad de las personas, cuando se fuma, cuando se come mal, cuando se comen frituras. Esta vitamina se encuentra en el hígado, acelgas, espinacas y sobre todo en el brócoli que debe consumirse con el tallito y todo. Hay personas que no gustan del brócoli porque forma gases, para evitar esto se recomienda hervir el brócoli con la tapa de la olla descubierta.

*** Zinc**

Inhibe la proliferación bacteriana, como es el caso del neumococo, causante de severos problemas bronquiales como la neumonía.

El zinc cumple un rol muy importante porque elimina sustancias bacterianas en el cuerpo y la principal bacteria es el neumococo que produce neumonía. Podemos encontrar el zinc en algunos cereales integrales, en la parte fibrosa; pero habría que consumir mucha cantidad de estos cereales para cumplir con los requerimientos de zinc que el cuerpo solicita. Por eso es que se puede recurrir a los suplementos de zinc. Hay zinc de origen animal en todas las carnes pero se debe poner cuidado, sobre todo en las carnes rojas, cuando se trata de la alimentación de personas adultas mayores y sobre todo cuando enfrentan el sobrepeso o alguna cardiopatía.

*** Los Omega 3**

Función antiinflamatoria de las mucosas respiratorias y contribuye a elevar la función de nuestros glóbulos blancos.

Estos ácidos grasos cumplen una función importante a nivel de las mucosas respiratorias lo que va a mejorar también nuestra respuesta autoinmune, va a fortalecer los glóbulos blancos que se encargarán de dar respuesta contra cualquier proceso inflamatorio. Los Omega 3 o ácidos grasos están presentes en los pescados, sobre todo los oscuros. Como se puede apreciar los pescados son recomendables para casi todas las enfermedades.

*** Compuestos azufrados**

Favorecen la expectoración y hacen más fluidas las secreciones; además tienen la propiedad de destruir la mucina.

Los compuestos azufrados son sustancias que

La alimentación debe ser variada, equilibrada y saludable.

Teniendo cuidado con el consumo de alimentos ricos en sodio.

favorecen la expectoración; se encuentran en los alimentos blancos: nabo, cebolla, rabanito y ajos.

*** Alimentos mucolíticos que se deben evitar**

Son aquellos alimentos que contribuyen a generar mayor mucosidad.

Los lácteos en general son los alimentos que provocan mucosidad: leche, queso, yogurt. Cuando se note cierta mucosidad es recomendable evitar estos alimentos y si se elimina la mucosidad recién puede volverse a consumir estos lácteos; en el caso de adultos mayores, se recomienda leche descremada y deslactosada, porque ellos tienen digestión lenta.

Caso III. ENFERMEDAD RENAL

(Fuente: Organización Mundial de la Salud, 2016)

La enfermedad renal como tema es más amplia y compleja; ella ataca usualmente a la nefrona y va disminuyendo el trabajo del riñón. La función del riñón consiste precisamente en filtrar y purificar el cuerpo, botar todo aquello que es nocivo. Es como un colador muy fino y cuando se filtra algo lo que queda en la superficie del colador se bota porque no sirve; es algo similar lo que pasa con los riñones. En la patología renal este colador que es el riñón, si no funciona correctamente, deja pasar los elementos nocivos. Se puede comprobar la presencia de estos elementos nocivos cuando en la sangre hay presencia elevada de úrea o creatinina y además en la orina hay presencia elevada de glucosa. En este caso ya el riñón está dañado y el paciente se da cuenta recién cuando la cuarta parte de uno de los riñones no está funcionando de manera correcta, es en este momento donde se acentúan los síntomas como la retención de agua, hay presencia de picazón continua en el cuerpo o peor aun cuando hay edema. Para prevenir esto es recomendable hacerse un chequeo cada cierto tiempo; con mayor razón en las personas diabéticas o hipertensas ya que la hipertensión y la glucosa alta van dañando los riñones. De esta manera una persona hipertensa o diabética bien controlada no debe terminar con patología renal.

La enfermedad renal crónica está siendo un problema de salud pública a nivel mundial y esta patología puede terminar en diálisis que tiene un altísimo costo en establecimientos públicos y privados; hay personas con este mal que requieren diálisis de manera interdiaria y durante toda su vida.

Cuidados alimentarios

El enemigo número uno de la patología renal es la sal y lamentablemente uno de los elementos infaltable de la mesa es un salero. Casi todas las comidas contienen sal y sobre todo los embolsados o enlatados, por ello es mejor evitarlos. Todos estos productos industriales tienen bastante sodio porque el sodio es un preservante natural, por eso a un paciente renal se le prohíbe las conservas. Recordemos que siempre es mejor revisar la etiqueta de uno de estos productos para conocer su contenido de sodio y si vemos que contienen alta cantidad de sodio mejor es no consumirlo.

Los alimentos con alto sodio son todos los embutidos, salchichas, hasta el jamón de pavita; las sopas instantáneas contienen altísimas cantidades de sodio, la salsa de soya, el glutamato monosódico, pastas de tomate, etc.

Recomendaciones alimentarias

(Fuente: *Rev. Guía del paciente renal*, Madrid, 2009)

*** Proteinas**

Deben ser suministradas bajo prescripción del especialista, su exceso puede aumentar el daño renal.

Debe haber un control adecuado de las proteínas, sobre todo de aquellas provenientes de origen animal; la carne roja eleva la úrea y obliga al riñón a hacer un mayor esfuerzo y hasta lo puede dañar. Una enfermedad renal crónica bien controlada puede tomar mucho tiempo y ni siquiera llegar a diálisis, pero una mal controlada lleva a la diálisis de manera rápida.

Se sugiere el consumo de un gramo de proteína por kilo de peso de una persona con patología renal; si se trata de una persona en estadio 3

de esta patología donde el riñón ya no está funcionando se le puede realizar un reajuste con la evaluación previa.

Debemos insistir que cada patología tiene su tratamiento nutricional especial; el profesional nutricionista puede indicar la alimentación apropiada después de ver los exámenes clínicos del paciente renal: sus niveles de úrea, creatinina, glucosa, insulina, potasio, sodio, cloro, etc.

*** Fósforo**

El exceso de fósforo se relaciona con el deterioro de los huesos y algunos trastornos como el picor.

El picor en una persona puede ser signo de un nivel alto de úrea y fósforo, la persona siente náusea. El fósforo está presente normalmente en los alimentos lácteos (leche, queso, yogurt), además estos contienen proteínas; así, una taza de leche da 10 grs. de proteína aproximadamente. Lo ideal es que al momento de estructurar una dieta para el paciente renal se deben tener en cuenta todos los nutrientes presentes en el alimento.

*** Potasio**

El exceso de potasio está relacionado con el paro cardiaco, recordemos que este nutriente contribuye a la contracción muscular.

Es otro de los nutrientes que se debe dosificar. El potasio está en todas las frutas y las verduras. Se recomienda hervirlos para disminuir su contenido de potasio. Una fruta que tiene poco potasio es la pera y aquella de mayor contenido de potasio es el plátano. Debemos saber que no se trata de prohibir el consumo de un alimento sino de dosificar su consumo adecuadamente; por ejemplo se puede pelar un durazno (en la cáscara está también el potasio) y hervirlo para que consuma el paciente renal, de esta forma hemos disminuido a la mitad del contenido de potasio de la fruta; lo mismo se puede hacer incluso con la papaya para hacer el jugo. Recordemos que si el paciente renal se excede de potasio puede terminar con un paro cardiaco.

*** Sodio**

El exceso de sodio se relaciona con la retención de líquidos y este descontrol puede llevar a una insuficiencia cardíaca y al edema de pulmón con el consiguiente peligro para la vida.

El exceso de sodio está relacionado con la retención de líquidos y el riñón del paciente renal que no está funcionando de manera correcta con la presencia de sodio no va a eliminar la orina con normalidad. Como ya se ha visto, el sodio está presente en todas las conservas y productos alimenticios envasados porque es un buen conservante; por eso las conservas están prohibidas en los pacientes renales.

*** Agua**

El exceso de agua está relacionado con un edema pulmonar.

A veces el paciente renal cree que para limpiar su riñón debe tomar bastante agua, error porque estarían dando mayor trabajo al riñón que ya está dañado. De allí que debe ser controlado tanto la ingesta de agua así como la cantidad de su orina; normalmente puede consumir un litro de agua al día, contrariamente a la persona normal que puede consumir dos litros. En el paciente renal debe evitarse las sopas y cremas en su alimentación por su contenido de líquido.

*** Diálisis de alimentos**

Es la técnica de remojo y recambio de agua, con la cual vamos a disminuir la cantidad de potasio de los alimentos.

La diálisis de alimentos es una técnica culinaria por la cual debe remojarse un día antes los tubérculos pelados, por ej. papa, camote pelados y las menestras para bajar su contenido de potasio y al día siguiente botar el agua. Otra manera de dializar los alimentos es cambiando el agua de los tres primeros hervores. Así se tiene tubérculos y menestras para el consumo del paciente renal y de esta manera no se priva de estos productos y además se varía su alimentación para no hacerla monótona.

LA AGRICULTURA EN EL PERÚ: EXPECTATIVAS PARA SU DESARROLLO

Leoncio Antonio Andía Ramos

RESUMEN

El desarrollo nacional requiere derrotar definitivamente el círculo vicioso del extractivismo, lo que supone iniciar el proceso del desarrollo industrial y agrícola; es decir, desarrollar instituciones económicas inclusivas. Y ello supone la necesidad de apoyar la agricultura familiar y no solo la agroindustria, lo que permitiría satisfacer el mercado interno y también colaborar con la exportación. Pero esto se enfrenta a diversos problemas que se arrastran desde mucho tiempo: asesoramiento técnico, financiamiento e infraestructura rural.

1.- INTRODUCCIÓN

Lo que nuestro país requiere es un nuevo modelo de crecimiento basado en el desarrollo del agro y la industrialización, por las riquezas que tenemos. Esto significa entre otras cosas desarrollar mercados internos, mantener un tipo de cambio estable y competitivo y controlar eficientemente el reflujo de capitales.

La actividad agrícola en el país es una actividad económica que se renueva en el tiempo y además su cadena de producción genera una gran cantidad de puestos de trabajo y que contribuirá a su desarrollo e industrialización con infraestructura de alta tecnología que los gobiernos de turno deben planificar estratégicamente en el mediano y largo plazo como irrigaciones, carreteras de penetración en la costa y en la sierra, vías férreas, electrificación, puertos de embarques con alta tecnología, maquinarias y equipos de última generación para los procesos de la agricultura (preparación del terreno agrícola en la siembra, en el cultivo y en la cosecha) tractores de alta tecnología, arados, rastrilladoras, aplanadoras, surcadoras, sembradoras, abonadoras, fumigadoras, etc. Así también, se requieren centros técnicos de educación especializada en la parte operativa, agrícola y ganadera, administrativa, financiera y comercial en las zonas de producción de productos agrícolas y geográficos que se tiene.

2.- AGRICULTURA DE CONSUMO INTERNO

No puede esperarse una agricultura próspera y competitiva con los niveles educativos predominantes en las áreas rurales ya que la educación formal rural es de muy mala calidad, lo que redunda en la ausencia de competitividad. Por eso, desde el punto de vista demográfico, nuestra agricultura es básicamente una agricultura familiar.

La agricultura familiar es aquella que tiene bajo explotación menos de 10 hectáreas bajo riego y que usa básicamente la mano de obra familiar para realizar las actividades agrícolas. Sin embargo es la principal proveedora de alimentos en el país, tanto de la población rural como de la población urbana. Existe aproximadamente 2.5 millones de predios o unidades agrícolas,

dos tercios de estos predios se encuentran en la sierra, el resto 20 % se encuentran en la región amazónica y el 13% en la costa.

Como se sabe la agricultura familiar es básicamente de autoconsumo; al ser la principal proveedora de alimentos para la población nacional, cerca del 70% y en su mayoría está integrada al mercado de productos agrícolas. Incluso hay agricultores familiares que producen para la exportación, aun sin ningún planeamiento, siendo los casos más destacados el de los cafetaleros que tienen el 94% del volumen producido; y el otro producto que está en incremento es el cacao. En otra escala los productos de exportación agrícola del país son los espárragos y el café.

Las dos terceras partes de los predios o unidades agrícolas, más o menos el 63%, venden una parte de su producción, lo que demuestra un grado alto de integración de la agricultura familiar al mercado nacional. La agricultura familiar es un sector bastante heterogéneo; la mayoría, el 68%, tiene menos de 1.0 Ha.; el 24 % posee entre 1.0 y 5.0 Ha. y un 4% tiene entre 5 y 10 Has.

Cuadro 1

PREDIOS MENORES DE 10 Has. QUE VENDEN SU PRODUCCIÓN (%)

Ambito	Más de 50%	Entre 25 y 50%	Menos de 25%	TOTAL	No venden
Nacional	27	14	22	63	37
Costa	64	12	12	89	11
Sierra	15	12	12	50	50
Selva	42	22	26	90	10

Fuente: *La Revista Agraria,* Lima, marzo 2011.

En las economías agrícolas, básicamente en la sierra, se practica el trueque o sea intercambio no monetario que alcanza más o menos el 16 %.

En lo referente a la agricultura de autoconsumo se destina más del 50% de su producción a ese fin, ello alcanza al 30 % de las unidades agropecuarias familiares del país. Este tipo de agricultura es mucho más importante en la sierra (36%) que en la selva (23%) y en la costa (9%) de las unidades agrícolas.

En síntesis, la agricultura familiar está integrada en un alto grado al mercado de productos agropecuarios, aunque con significativas diferencias según las regiones; en particular en la sierra la integración es bastante menor donde un alto porcentaje de unidades agrícolas de autoconsumo a lo sumo recurren al intercambio mediante el trueque, práctica relevante en nuestra sierra. Finalmente una parte significativa de agricultura familiar que tiene una dependencia del autoconsumo están involucrados en otros mercados de bienes y servicios. Lamentablemente la agricultura familiar carece de un mayor y significativo apoyo de parte de los organismos gubernamentales.

De otro lado los gobiernos de turno en estos últimos años solo favorecen a la gran propiedad agrícola como el caso de la irrigación de Olmos, dejando al margen al pequeño agricultor o agricultura familiar que emplea sistema de producción agrícola desfasadas y quienes necesitan asistencia técnica y financiera para todas las fases de la actividad agrícola, para optimizar la calidad de la producción y proyectar su producción de acuerdo a las necesidades de consumo interno y las exportaciones de acuerdo a la demanda internacional. Asimismo se requiere también desarrollar la agroindustria en las mismas zonas de producción que generaría fuente de trabajo, con el apoyo del Estado, sobre todo a la pequeña y mediana agricultura, se tendría un planeamiento adecuado de producción a nivel nacional para evitar importaciones como el caso del trigo, maíz amarillo, cebada, soya, lácteos, etc. y que en las exportaciones de productos agrícolas, previamente se cubra el consumo interno nacional y generar un círculo virtuoso de crecimiento.

CUADRO 2

AUTOCONSUMO DE LA AGRICULTURA FAMILIAR - 2011

Departamento	Principales cultivos	Autoconsumo (%)
Amazonas	arroz, plátano, yuca, papa, café, maíz, papaya.	22.5
Ancash	papa, arroz, trigo, maíz, camote, espárrago.	12.3
Apurimac	papa, maíz, olluco, oca, trigo, frijol, cebada.	17.6
Arequipa	papa, arroz, trigo, tomate, maíz, aceituna, uva.	1.1
Ayacucho	papa, maíz, cebada, yuca, olluco, plátano, cacao.	15.9
Cajamarca	papa, arroz, maíz, yuca, café, plátano, trigo.	29.8
Cuzco	papa, yuca, maíz, café, plátano, olluco, naranja.	22.4
Huancavelica	papa, cebada, maíz, arveja, olluco, haba, trigo.	32.7
Huánuco	papa, plátano, yuca, maíz, arroz, olluco, trigo.	17.3
Ica	espárrago, uva, maíz, tomate, mandarina, palta, papa.	2.1
Junín	papa, piña, naranja, plátano, café, maíz, yuca.	17.7
La Libertad	papa, arroz, espárrago, maíz, trigo, palta, cebada.	7.1
Lambayeque	arroz, maíz, mango, camote, yuca, tomate, plátano.	6.3
Lima	camote, papa, maíz, tomate, aceituna, palta, manzana.	2.3
Loreto	yuca, plátano, arroz, maíz, piña, papaya, palma.	9.5
Madre de Dios	plátano, yuca, maíz, arroz, papaya, piña, naranja.	22.3
Moquegua	papa, uva, palta, maíz, aceituna, nabo, manzana.	22.5
Pasco	papa, plátano, yuca, café, maíz, olluco, oca.	11.6
Piura	arroz, plátano, mango, maíz, uva, camote, papa.	15.8
Puno	papa, oca, quinua, cebada, yuca, naranja, plátano.	5.9
San Martín	arroz, plátano, palma, maíz, yuca, café, papaya.	8.1
Tacna	aceituna, uva, papa, tomate, maíz, haba, manzana.	0.9
Tumbes	arroz, plátano, maíz, yuca, mango, papaya, cacao.	4.0
Ucayali	plátano, palma, yuca, papaya, arroz, naranja, piña.	12.0

Fuente: *La Revista Agraria,* Lima, Octubre 2013.

2.- IMPORTACIONES AL MERCADO NACIONAL

CUADRO 3

IMPORTACIÓN Y PRODUCCIÓN NACIONAL DE CIERTOS PRODUCTOS

AÑO	Demanda Nacional	Azúcar		Maíz Amarillo duro		Trigo		Soya	
		Importación	Produc. Nacional	Importación	Produc. Nacional	Importación	Produc. Nacional	Importación	Producc. Nacional
2006	100%	26%	74%	59%	41%	89%	11%	91%	9%
2007	100%	22%	78%	58%	42%	89%	11%	91%	6%
2008	100%	18%	82%	53%	47%	89%	11%	97%	3%
2009	100%	13%	87%	54%	46%	87%	13%	96%	4%
2010	100%	19%	81%	60%	40%	88%	12%	98%	2%

Fuente: *Revista Agraria,* nº 127, marzo 2011

El Perú es importador de tres insumos básicos:

- La Soya para la elaboración de aceites vegetales
- El Trigo, para la industria panificadora, de pastas y fideos
- El Maíz Amarillo Duro para alimentos balanceados destinados a la industria avícola.

Los precios en los mercados internacionales han venido incrementándose desde Julio 2010, en el caso del Maíz Amarillo, pasando de US. $ 153 la tonelada a US $ 287.2 la tonelada.

Se debe investigar el comportamiento de los comodities, sobre todo los productos agrícolas, que implican un nivel importante de tecnología para poder superar la competitividad de estos productos; todo esto tiene que ver con el desarrollo de la tecnología desde la preparación del terreno agrícola –siembra, cultivo y cosecha– con equipos de alta tecnología y proyectar en lo posible dar valor agregado a algunas producciones primarias de la agricultura como el cacao entre otros, así también aumentar la producción de productos agrícolas que importamos como es el caso del trigo, maíz amarillo, soya, etc., que cubra al menos la demanda nacional.

Los gobiernos hacen poco o nada por el desarrollo del agro y su industrialización, no apoyan a la pequeña agricultura, ni a la mediana agricultura, en cambio respaldan a la gran propiedad agrícola, no obstante que la pequeña y mediana agricultura son las que abastecen de alimentos a los mercados nacionales, como ya se mencionó. Deberían de apoyar a este sector agrícola con una visión de futuro, porque la población va en aumento y ya se muestra la falta de alimentos y subidas de precio tanto en el país como en los mercados internacionales.

Los gobiernos de turno no tienen un plan de inversiones en infraestructura con una visión del mediano y largo plazo, no obstante que el artículo 88º de la Constitución establece el apoyo para el desarrollo agrícola principalmente ante la situación de posible crisis alimenticia.

Según el Banco Interamericano de Desarrollo (BID), el Perú tiene un déficit en infraestructura de US $ 40 mil millones; lo que requiere de una inversión anual de US $ 9 mil millones con lo cual podría cerrar este déficit en el año 2020. El aumento de la inversión en infraestructura contribuiría al incremento del Producto Bruto Interno (PBI) per cápita de uno por ciento adicional cada año con lo cual el crecimiento del país sería aproximadamente siete por ciento anual.

El país tiene un potencial de 7.6 millones de

CUADRO 4

PRECIOS HISTÓRICOS Y PROYECTADOS DE COMODITY ($ CONSTANTES), POR T/KG.

	Años históricos				Años proyectados		
Comodity	**2000**	**2010**	**2011**	**2012**	**2017**	**2020**	**2025**
Cacao	101.0	277.0	242.0	230.0	183.0	181.0	172.0
Café arábica	214.9	382.6	486.1	425.9	307.8	297.3	276.60
Café robusta	102.2	153.7	195.8	170.4	133.1	129.9	122.00
Azúcar	20.2	41.6	46.6	40.9	31.6	30.6	28.5
Algodón	146.0	202.0	271.0	196.0	183.0	176.0	163.0
Industrial							
Harina de soya	212.0	335.0	324.0	314.0	295.0	295.0	285.0
Aceite de soya	378.0	890.0	1057.0	931.0	749.0	748.0	708.0
Soya	237.0	398.0	440.0	443.0	391.0	390.0	374.0
Maíz	99.0	165.0	237.0	221.0	175.0	174.0	167.0
Trigo EE.UU.	128.0	198.0	267.0	247.0	216.0	216.0	207.0
Dieta equilibrada							
Plátano EE.UU	475.0	769.0	787.0	809.0	749.0	742.0	708.0
Naranja	407.0	915.0	725.0	707.0	749.0	763.0	781.0
Carne de res	216.0	297.0	329.0	332.0	254.0	272.0	285.0
Carne de pollo	147.0	168.0	157.0	165.0	167.0	171.0	175.0

Fuente: Banco Mundial - Grupo de desarrollo de proyectos, 2011.

hectáreas de tierras de cultivo de las cuales solo usamos aproximadamente 4.4 millones de hectáreas, por falta de infraestructura como mencioné líneas arriba. Según la FAO el mundo se encamina hacía una crisis alimentaria y por eso proyectan una tendencia siempre al alza de los precios debido a la mayor demanda mundial; en el mundo se está utilizando el tope de la cantidad de áreas destinadas a la agricultura. El país no tiene un plan de irrigaciones; es necesario considerarlo, hay zonas del país tanto en la Costa como en la Sierra que carecen de irrigaciones, como por ejemplo Ica, donde solo se riega en las épocas de aguas de avenida entre los meses de enero a marzo de cada año, aunque a veces hay sequía.

El Perú, según la FAO, tiene en cultivo aproximadamente 4,4 millones de Hectáreas, o sea el 3,5% de su superficie territorial, el sector agrícola aporta más del 15% del PBI.

Cuadro 5.

TIERRAS AGRÍCOLAS Y SU EXPLOTACIÓN (%)

PAISES	% AGRIC/TOTAL	Ha/Pc
Argentina	11.7	0.78
Paraguay	9.8	0.59
Uruguay	10.9	0.57
Bolivia	3.6	0.39
Brasil	8.1	0.35
Ecuador	10.3	0.17
Perú	3.5	0.15
Venezuela	3.9	0.12
Chile	2.3	0.10
Colombia	3.0	0.07

Fuente: FAO, 2015

Ha. por habitante relación entre el área cultivada y la población. En el Perú por cada Ha. hay 6.6 habitantes, o sea que una Ha. debe alimentar a 6.6 habitantes.

3.- PROBLEMAS FUNDAMENTALES EN EL AGRO

La falta de planificación para aprovechar el ecosistema y la producción se traduce en el hecho que el consumo interno y la comercialización de productos, dependen de la oferta de productos agrícolas en determinadas épocas del año. Esto explica la baja del precio del producto agrícola cuando hay sobreproducción, lo que perjudica a los productores, de lo que se benefician generalmente los comerciantes intermediarios. Los precios de los productos agrarios son consecuencia de la calidad de su producción y que deben ser ofertados organizadamente por los productores.

Principales debilidades en el agro del país:

1.- Falta de asesoramiento técnico y planificado para la producción de productos agrícolas.

2.- Falta de financiamiento.

3.- Falta de infraestructura para la agricultura, irrigaciones, carreteras, electrificación, centros agroindustriales en las zonas de producción, puertos de embarque, etc.

4.- Falta de educación técnica especializada en las zonas de producción agrícola que permita efectuar investigaciones en los procesos de la producción como en los productos agrícolas, para mejorar la calidad de la producción, asimismo técnicas en el asesoramiento administrativo, comercial y financiero, que permita efectuar una buena gestión agrícola.

5.- Falta de educación técnica en lo referente a la crianza de ganado que complementan las labores agrícolas para la producción de leche y lácteos dentro de otros.

Los gobiernos deben dejar las políticas cortoplasistas y actuar como lo está ejecutando China con referencia a su agricultura a largo plazo. Así, en el año 2011 compró 400, mil Hectáreas de cultivo en Sudán (África) y en el año 2013 compró 3 millones de hectáreas de cultivo en Ucrania (Europa) y desde el año 2009 viene comprando terneras y vaquillonas para proyectarse en el predominio de la producción de lácteos en el mundo; así, en el año 2009 compró 250 mil terneras, en el año 2012 compró entre 100 mil terneras y vaquillonas en el Uruguay, Australia y Nueva Zelanda por más de 250 millones de dólares. Estas políticas viene aplicando China por las necesidades de alimentos de su enorme población que tiene de más o menos 1,400 millones de habitantes, y así evitar las importaciones.

El capitalismo en el país devora a quienes no están alineados con el sistema, el Perú ha optado por seguir el camino que siguió Latinoamérica para formar parte de los beneficios que el sistema trae consigo, por eso tenemos una enorme brecha en infraestructura con una visión de mediano y largo plazo dentro del cual se incluye a la agricultura. En los gobiernos regionales, por ejemplo en carreteras, la Panamericana es de un solo carril de ida y vuelta; otro ejemplo es la Carretera Central que sigue igual, no se ha mejorado ni se tiene prevista otras alternativas, solo se acuerdan cuando se producen los huaycos; las redes ferroviarias no se han mejorado ni ampliado, no existen en el país buenas carreteras de penetración de la Costa a la Sierra, ni entre las ciudades de la Sierra que faciliten el traslado de sus producciones en corto tiempo y a bajos costos.

No se producirá transformación en el país si no se plantea el gran desarrollo de la agricultura, hay que fortalecer los mercados domésticos de bienes y de capitales y las instituciones económicas; incluso la minería con responsabilidad social y ambiental debe incorporarse en una estrategia que priorice el desarrollo de la agricultura y la industria en las mismas zonas de producción por las características geográficas y de productos agrícolas que se produce, la misma que minimizará los movimientos migratorios a la ciudad de Lima, generando núcleos de desarrollo en el país por las características de su gestión agrícola.

Urge en el país políticas agrícolas, ganaderas e industriales para pasar del mito de las ventajas de la especialización productiva, del modelo primario exportador a la estrategia de la diversificación productiva que propicie el desarrollo de la agricultura y de la industria. En nuestro país un

prerrequisito para una rápida industrialización y, en particular, para resolver el problema del subempleo y empleos precarios es revolucionar la agricultura.

4.- CONCLUSIONES

Para abandonar el extractivismo e iniciar un círculo virtuoso de instituciones inclusivas se requiere:

1. Que los gremios del agro y de la industria se convenzan de su papel transformador.
2. Que se organice una amplia coalición apoyada por los empresarios del agro y de la industria, los pequeños y medianos empresarios y la diversidad de grupos políticos progresistas y democráticos.
3. Que esta colectividad, mediante el uso de todos los mecanismos legales impida que los gobiernos de turno ejerzan el poder sin control.

Agricultura familiar.

Agricultura de exportación

Andenería de Písac, Cusco.

Andenería china.

EXPLORANDO LA WEB

¿QUÉ ES Y DÓNDE ESTÁ EL MESENTERIO, EL "NUEVO ÓRGANO" DEL CUERPO HUMANO IDENTIFICADO POR LOS CIENTÍFICOS? (*)

La primera mención al mesenterio que se conoce la hizo Leonardo da Vinci en uno de sus escritos sobre anatomía humana de comienzos del siglo XVI.

Pero esta parte del cuerpo, que hace de conexión de los intestinos con el abdomen, permaneció casi ignorada por los médicos por 500 años y hasta ahora los científicos no la habían considerado un órgano propiamente dicho.

Más bien, **creían que se trataba de un repliegue de tejido.** Una estructura fragmentaria compuesta de múltiples partes separadas y, como tal, una suerte de apéndice sin relevancia médica.

Investigaciones recientes, sin embargo, acaban de **confirmar que se trata de un órgano único y continuo** en el corazón de nuestro sistema digestivo.

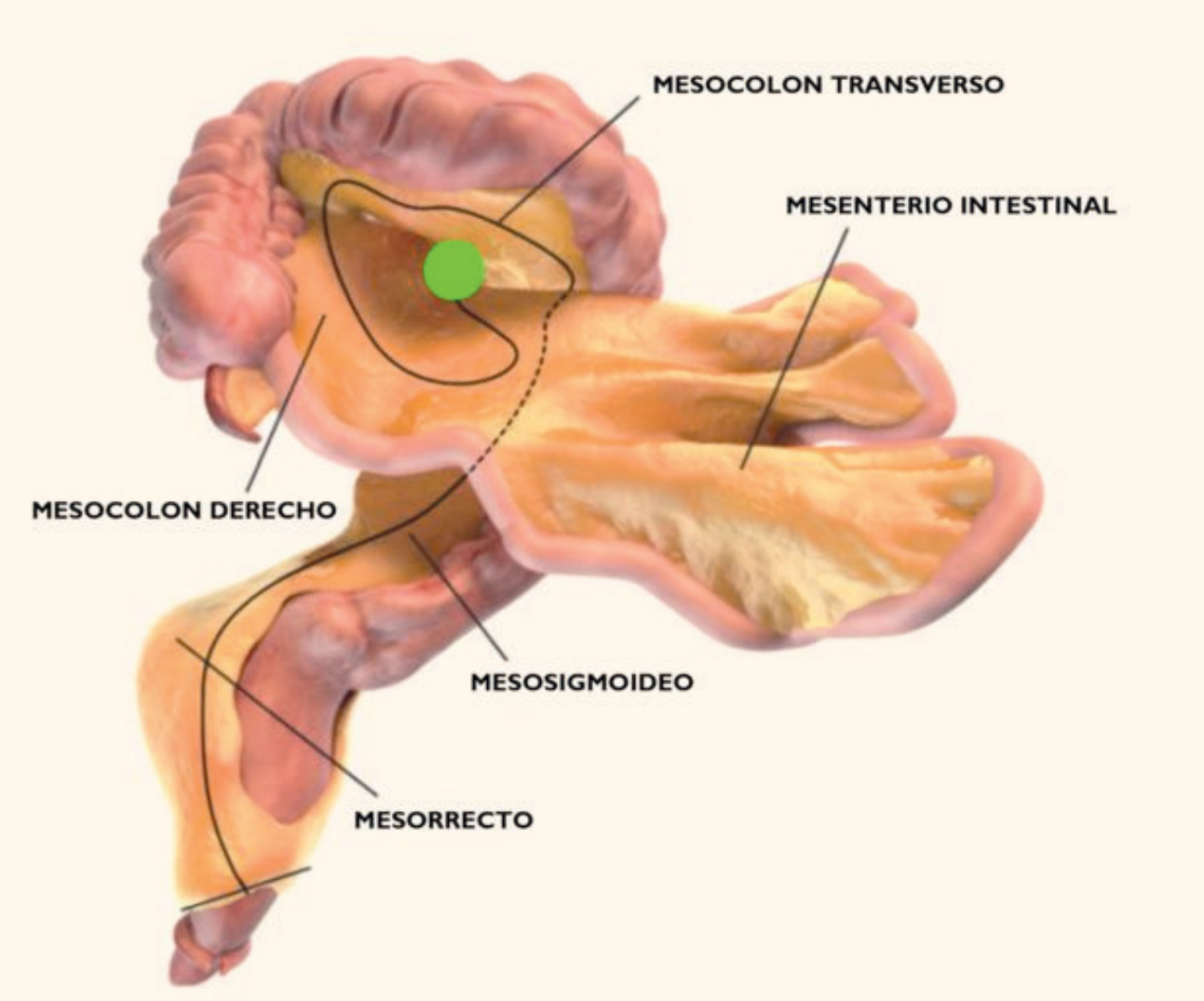
Mediante un estudio de más de seis años, un equipo médico de Irlanda recogió la evidencia necesaria para que el mesenterio adquiera estatus de órgano.

Y eso lo convirtió en **el más nuevo descubierto en el cuerpo humano.**

"La descripción anatómica que se estableció hace unos 100 años era incorrecta. Este órgano está lejos de ser fragmentario; es una estructura simple, continua y única", señaló J. Calvin Coffey, investigador de University Hospital Limerick, en Irlanda, líder del equipo que realizó el descubrimiento.

La reclasificación **fue publicada en un artículo de la prestigiosa revista médica *The Lancet*** de Gastroenterología y Hepatología, firmado por Coffey y su colega Peter O'Leary.

(*) Redacción BBC Mundo. 3 enero 2017



"En el estudio, que ha sido revisado y aprobado por colegas, decimos que ahora tenemos un órgano en el cuerpo que hasta la fecha no se había reconocido", señaló el médico cirujano.

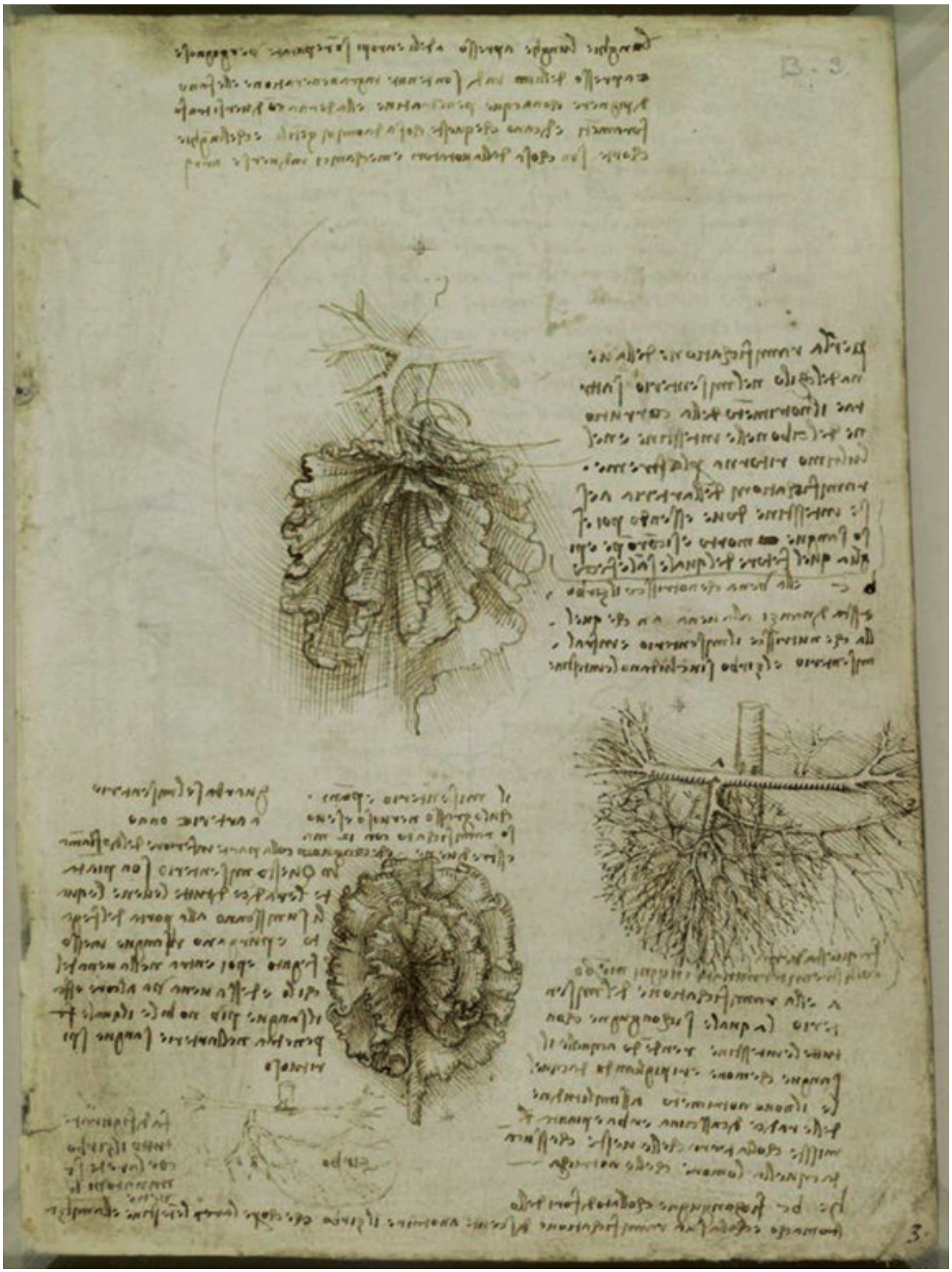
NUEVO ÓRGANO, NUEVA CIENCIA

El flamante órgano es **un doble pliegue del peritoneo** -como se llama al recubrimiento de la cavidad abdominal- que une el intestino con la pared del abdomen y permite que se mantenga en su lugar.

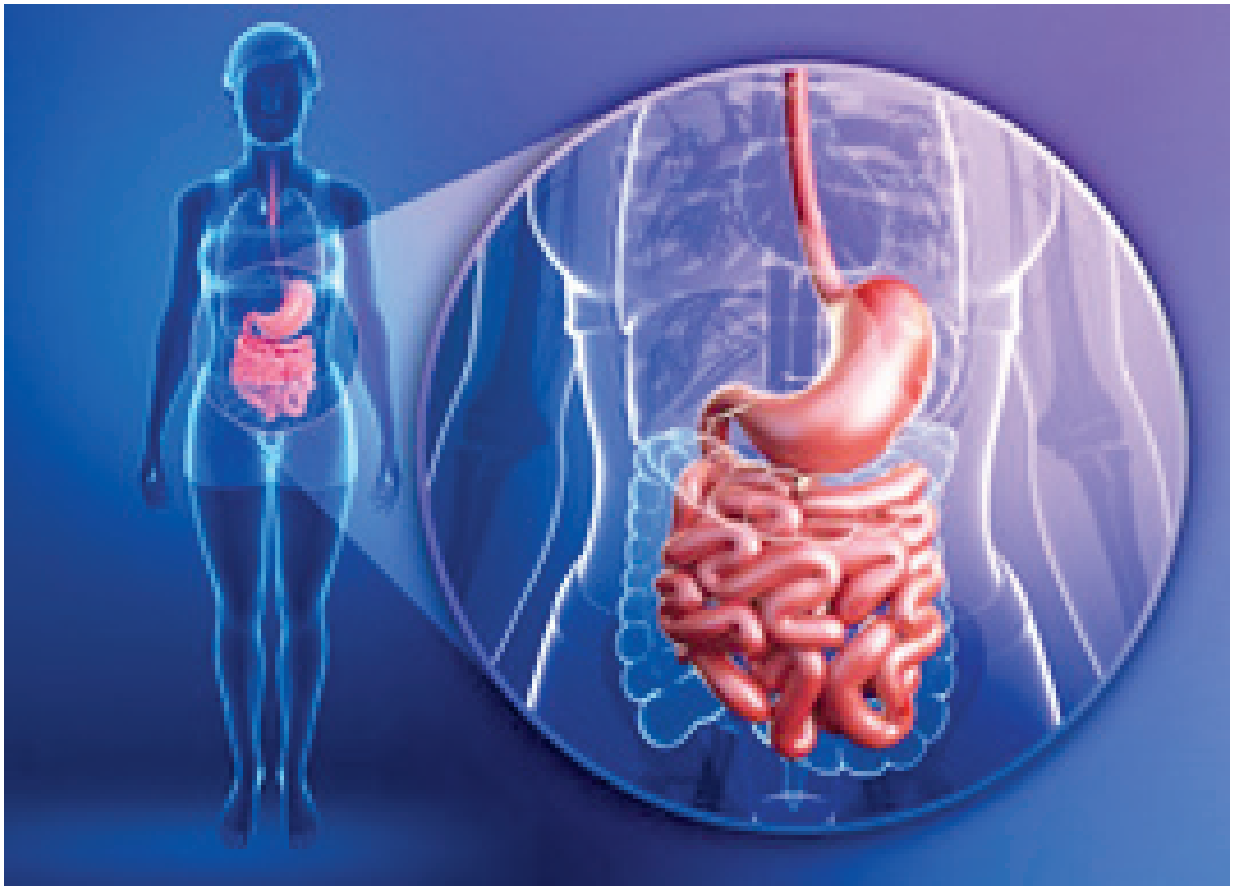
En 2012, Coffey y sus colegas mostraron los resultados de sus estudios con microscopio en los que se sugería que el mesenterio tiene **una estructura continua, necesaria para que un órgano sea considerado tal.**

Desde entonces, se han dedicado a recoger evidencia para sostener que su reclasificación era justificada.

El artículo final que han publicado ahora es la validación de esos hallazgos.



Apunte de Leonardo Da Vinci.



Y aunque el funcionamiento del aparato digestivo no cambia, **la confirmación de que esta porción de tejido es efectivamente un órgano "nuevo" abre la puerta de una nueva disciplina de estudio.**

"Podemos categorizar enfermedades digestivas en relación a este órgano", apunta Coffey.

¿SIRVE PARA ALGO?

Sin embargo, ahora que han detallado su estructura y características anatómicas, es hora de focalizarse en la funcionalidad: los científicos aún no saben demasiado sobre las funciones específicas del mesenterio, más allá de proporcionar sostén y llevar irrigación a las vísceras.

"(Es) el próximo paso... Si entendemos su función podemos identificar las anomalías, **y establecer que entonces tienes una enfermedad (cuando el funcionamiento es anormal)", apunta Coffey, en el comunicado de prensa de la Universidad de Limerick que acompañó a la publicación en *The Lancet.***

Un nuevo órgano: siempre estuvo allí, pero hasta ahora no le habían prestado mucha atención.

El estudio, señalan los expertos, puede ser clave para entender mejor algunas enfermedades abdominales y digestivas **y para revisar los tratamientos vigentes.**

Puede dar lugar, por ejemplo, al desarrollo de nuevas técnicas quirúrgicas menos invasivas, con menos complicaciones o con una mejor tasa de recuperación del paciente.

Por lo pronto, los manuales de medicina y las clases universitarias **ya contemplarán al mesenterio como un órgano hecho y derecho, que los aspirantes a médicos comenzarán a estudiar así como lo hacen con los otros casi 80 órganos del cuerpo humano que conocemos.**

LA INCÓGNITA DE LA LETRA H: ¿POR QUÉ EXISTE SI NO SUENA?(*)

En el idioma español hay más de 2.000 palabras que empiezan con la letra h

Hay que ver los horribles quebraderos de cabeza que nos hace padecer la dichosa letra H. Al hablar no presenta problemas, pero a la hora de escribir es otra historia: se transforma en una horripilante pesadilla.

La dificultad de la H estriba en que es la única letra del alfabeto español muda, la única que no posee sonido alguno. Únicamente se pronuncia cuando va precedida de la C, formando de ese modo el sonido CH. Pero cuando va ella sola, huérfana de C, es como si no existiese.

El problema es que en español **hay más de 2.000 palabras que comienzan con esa letra H,** que pasa inadvertida ya que no se deja oír. Y,

(*) http://www.bbc.com/mundo/noticias-41667461
Irene Hernández Velasco. Especial para BBC Mundo, HayFestivalArequipa@BBCMundo - 6 noviembre 2017

para más agravio aún, la H también puede aparecer intercalada, en medio de palabras como zanahoria, adhesivo, tahúr o bahía.

La pregunta, absolutamente legítima, que surge entonces es: y si no suena, ¿por qué demonios existe la H? **¿Es una letra inútil que está ahí con el único propósito de complicarnos la vida?**

No es la primera vez que se humilla a la H, que se hace leña contra esa letra aparentemente inservible. De hecho, a lo largo de la historia ha habido numerosos intentos por suprimirla.

El prestigioso lingüista venezolano Andrés Bello ya pidió en 1823, a coro con el escritor colombiano Juan García del Río, una reforma ortográfica que acabara de una vez por todas con la H. También Gabriel García Márquez abogaba eliminar esa letra muda.

Y en 1726, los autores del Diccionario de la Lengua Castellana publicado por la Real Academia ya sentenciaron que la H "casi no es una letra".

Pero ahí sigue la H, resistiendo a vientos, mareas y huracanes.

"UNA LETRA MUY COMPLEJA"

"Una letra reúne dentro de sí muchas cosas: el nombre, la figura, la pronunciación… **La H es una letra muy compleja, y existe porque ha ido reuniendo a lo largo de la historia una serie de valores, algunos de los cuales han desaparecido pero otros se mantienen",** le asegura a BBC Mundo José Manuel Blecua, doctor en Filología Románica, catedrático de Lengua Española y ex director de la Real Academia Española (RAE).

El caso es que **la H no siempre fue muda**. Los fenicios, los primeros al parecer en utilizarla, la pronunciaban como una "J" aspirada. Los griegos la adoptaron del fenicio dándole la forma mayúscula con que hoy la conocemos y pronunciándola como una suave aspiración. Del griego pasó al latín, donde poco a poco fue suavizando su sonido.

Del latín la H dio el salto al español, donde también en un principio se decía aspirada, es decir, acompañada de una pequeña explosión de aire similar a la que caracteriza hoy en día a la pronunciación de la H aspirada del inglés.

Pero, además de adueñarse de varios vocablos en latín que iniciaban con la H, el español se apropió también de numerosas palabras latinas que empezaban con F, y que también en castellano comenzaban en un principio con esa letra.

Pero con el pasar de los años, y dado que en algunas zonas de España esa F se pronunciaba también aspirada, esa letra inicial empezó a ser sustituida por la H a partir del siglo XIV.

Es el caso por ejemplo de farina, que pasó a ser harina; del verbo hacer (que en sus orígenes era facer), de helecho (felecho en la Edad Media), herir (ferir), hurto (furto), humo (fumo), higo (en "El Cantar del Mío Cid", que data de alrededor del año 1200, aparece como figo) y tantos otros vocablos. Y ese cambio también afectó a palabras que tenían la H intercalada, como es el caso de búho (bufo en latín).

La RAE sostiene que hasta mediados del siglo XVI la H aún se pronunciaba por medio de una aspiración en algunas palabras, sobre todo en aquellas que originalmente comenzaban por la F latina. Al principio, era la gente culta la que al hablar pronunciaba la H mediante una ligera aspiración.

Pero **a partir del siglo XV, esa tendencia cambió y las haches aspiradas comenzaron a considerarse un vulgarismo, algo propio de las clases bajas y de gente no instruida.** Y así, sigilosa y paulatinamente, la H enmudeció completamente.

Aunque no del todo. En algunas formas dialectales del español que se hablan en Andalucía, Extremadura, las Islas Canarias y en determinadas zonas de América la H sigue manteniendo su viejo sonido de aspiración.

En la palabra búho, la H intercalada sirve para marcar un hiato

En Andalucía, por ejemplo, se denomina "cante jondo" al cante más genuinamente andaluz,

un cante caracterizado por una profunda carga de sentimiento. Pues bien: ese "jondo" viene en realidad de "hondo", solo que muchos andaluces pronunciaban esa H inicial con una aspiración tan fuerte que acabó sonando como una J.

Los dominicanos, por su parte, pronuncian la palabra huracán (que al principio en español se escribía furacán) como juracán. "Y en las puertas en México es frecuente leer la palabra 'jalar (variante de halar)", señala Blecua.

También **son muchas las palabras de origen árabe adoptadas por el español que llevan H.** Y en algunos extranjerismos usados corrientemente en español (y tomados, por lo general, del inglés o del alemán), la H se pronuncia también aspirada o con sonido cercano al de J. Léase hámster, holding, hachís o hawaiano.

¿LETRA INÚTIL?

Pero, aunque no suene, Blecua defiende que **la H no es una letra inútil, aunque pueda parecerlo**. "Tomemos por ejemplo la palabra 'huevo'. A simple vista, parece absurdo que lleve una H inicial. Pero esa H está justificada. Antiguamente, las letras U y V se escribían exactamente igual, con la misma grafía. La H sirve para identificar que la letra que la sucede en la palabra 'huevo' es una U y no una V", explica.

Y aún da otro ejemplo más de su utilidad: "La palabra búho. La H intercalada sirve para marcar un hiato", subraya. Es decir: para advertir al lector de que hay una separación entre la U y la O, que la palabra búho se compone de dos sílabas y no de una.

Y, por supuesto, la H sirve a la hora de escribir para diferenciar palabras homófonas, vocablos que en el lenguaje hablado suenan exactamente igual aunque tienen significados distintos. Porque **no es lo mismo huno que uno, hojear que ojear, hola que ola o hala que ala.** Aunque hay varias palabras que la RAE admite que se escriban indistintamente con o sin H: harmonía o armonía, harpa o arpa, harpillera o arpillera, hurraca o urraca, por señalar algunas.

Ay la H, **aunque no suene, en ella hay mucha sustancia**.

Qhapaq Ñan o camino incaico

Qeswachaka, un puente del Qhapaq Ñan

JUGAR A LAS MATEMÁTICAS

Laura Moreno Iraola (*)

Cada vez es más frecuente que profesores, alumnos y padres recurran a las nuevas herramientas digitales para mejorar el aprendizaje de las matemáticas.

Las matemáticas siguen siendo una de las asignaturas que más rechazo generan dentro del alumnado. Frente a ello, las nuevas herramientas tecnológicas pueden convertirse en importantes aliadas a la hora de enseñar y aprender. “Durante siglos, en el aula de matemáticas solo se ha usado lápiz, papel, regla, escuadra, transportador y compás. En la actualidad, se incorporan calculadoras y recursos informáticos”, comenta Cecilia R. Crespo, miembro del **Instituto Nacional Superior del Profesorado Técnico de la Universidad Tecnológica Nacional** (Argentina).

Las posibilidades van mucho más allá de calcular logaritmos y funciones trigonométricas con la calculadora. “Ahora se pueden programar y hacer matemáticas con un teléfono, sin conocimientos avanzados de programación”, opina el austriaco Markus Hohenwarter, matemático, profesor en la **Universidad de Johannes Kepler de Linz** (Austria) y creador del software libre **GeoGebra**, que sirve de apoyo a profesores y alumnos gracias a su capacidad de ilustrar con imágenes la geometría, el álgebra, la estadística y el cálculo. “En matemáticas se trata con objetos abstractos, que no existen en el mundo real, y que pueden ser difíciles de entender”, comenta. “Por ejemplo, comprender qué es una función puede ser complicado, pero si la puedes ver, tocar, mover y ver qué ocurre si cambias un determinado valor, la noción se vuelve mucho más cercana”, apunta.

(*) Laura Moreno Iraola es miembro del Instituto de Ciencias Matemáticas
15 Sep 2017

GeoGebra es uno de los programas más utilizados en el aula a todos los niveles. Aunque lleva en funcionamiento desde 2001, es en los últimos años, gracias al desarrollo de ordenadores, teléfonos móviles y tabletas, cuando GeoGebra ha ganado terreno, especialmente en los países de Iberoamérica. Lo emplean millones de personas en todo el mundo, cuenta con institutos propios, unas sedes que unen a la comunidad de usuarios (**11 de ellos en España**), y con "embajadores", entre los que se encuentra Agustín Carrillo, también secretario general de la **Federación Española de Sociedades de Profesores de Matemáticas** (FESPM). GeoGebra se financia gracias a empresas de publicidad, como las de los libros de texto que aparecen en ella, pero para profesores y estudiantes es totalmente gratis.

También incorpora un aspecto más lúdico que pretende mostrar las matemáticas como parte del capital cultural, poco a poco, desde edades muy tempranas. "Hemos generado juegos matemáticos para niños de primaria en coordinación con sus profesores. Está siendo un éxito, muchos piden 'jugar a las matemáticas otra vez'", explica Hohenwarter. En este sentido, la startupespañola **Smartick** ha sabido encontrar su nicho. Este sistema virtual de aprendizaje ayuda a niños y jóvenes de cuatro a 14 años a mejorar su nivel de matemáticas a través de 15 minutos diarios de ejercicios. Está inspirado en el **método japonés Kumon** (que ofrece un aprendizaje autodidacta a los más jóvenes a partir de materiales y con la orientación de profesores), cuenta ya con 11 000 usuarios activos y, desde que comenzara en 2009, suma un total de 32 000. La clave de su éxito, **según sus creadores Daniel González de Vega y Javier Arroyo**, reside en la capacidad de adaptarse a las necesidades particulares, por lo que nadie realizará nunca la misma sesión de ejercicios. Esta herramienta está pensada sobre todo para ser utilizada en casa con ayuda de adultos.

Sin embargo, pese al gran abanico de opciones, el uso de las TIC en el aula no es generalizado. Muchos centros educativos aún carecen de las infraestructuras adecuadas y hay una parte del profesorado reticente a su uso, la mayoría, por falta de formación. "Si no se conocen o no se tiene confianza en ellas, es difícil que el profesorado las incorpore en su práctica diaria, hay que mostrarles buenas prácticas y ejemplos de lo que hacen otros colegas", declara Agustín Carrillo. Además, es fundamental tener en cuenta que "se tiene que hacer un uso inteligente de la tecnología y que ha de ser entendida como una herramienta para la construcción del conocimiento matemático y no como un fin en sí", aclara Cecilia R. Crespo.

LOS DIEZ EFECTOS MÁS IMPORTANTES DEL CAMBIO CLIMÁTICO (*)

Uno de los temas más controvertidos en nuestros tiempos es el calentamiento global, el cambio climático … y de las consecuencias que tiene, las cuales afectan a todo el planeta, aunque el señor Trump cree que no a EE.UU. El calentamiento global es el fenómeno del aumento de la temperatura media global, de la atmósfera terrestre y de los océanos, que posiblemente alcanzó el nivel de calentamiento de la época medieval a mediados del siglo XX, para excederlo a partir de entonces. Los efectos del calentamiento global afectarán a todo el mundo.

A pesar de que el calentamiento global es un tema de debate en el ámbito científico, así como en la comunidad política, los efectos y características del cambio climático se hacen sentir ya en todo el mundo. Todavía algunos, ya pocos, no se ponen de acuerdo sobre las causas, sin embargo los efectos del calentamiento global amenazan no solo con ser generalizados, sino también catastróficos.

1. Aumento del nivel del mar.

Cuando la temperatura de la superficie se calienta, se produce la fusión del hielo de los glaciares, del hielo marino, así como de la plataforma de hielo polar. Cuando esto sucede, aumenta la cantidad de agua que desemboca en los océanos de todo el mundo y conduce a que crezcan los niveles del mar drásticamente, poniendo en peligro numerosas ciudades que se sitúan bajo el nivel del mar. Los científicos han especulado que si se derrite a este ritmo el hielo de la Antártida y Groenlandia podría elevar los niveles del mar en más de 20 metros de aquí a 2100.

2. Olas de calor.

Olas de calor severas se han vuelto cada vez más comunes, y la razón no es otra que los gases de efecto invernadero están atrapados dentro en la atmósfera. Los estudios indican que estas olas de calor seguirán aumentando en los próximos años y en el futuro 100 veces peor. Esto dará lugar a un aumento de enfermedades relacionadas con el calor y también desencadenar innumerables incendios.

3. Tormentas asesinas.

Cuando la temperatura de los océanos se vuelve más cálida, las tormentas son más intensas. El calentamiento global hará que las tormentas puedan llegar a ser extremadamente graves, así como su número. El agua caliente del océano alimentará la intensidad de las tormentas y dan como resultado un mayor número de huracanes extremadamente devastadores. Efectos como estos se están sintiendo ya hoy – ya hemos visto que en los últimos 30 años, la gravedad y número de ciclones, huracanes y tormentas han aumentado y se han casi duplicado. Todo esto conduce a inundaciones, pérdida de vidas, así como daños a la propiedad. Los patrones de lluvias se están modificando como consecuencia del cambio climático.

4. Sequía.

Las sequías se encuentran en el polo opuesto de este espectro y podemos ver que ya están causando estragos en varias partes de nuestro planeta. El planeta se está calentando y, a su vez disminuye el agua dulce, lo que lleva a ma-

(*) https://ecoinventos.com/los-diez-efectos-mas-importantes-del-cambio-climatico/ 16 de marzo de 2017

las condiciones en la agricultura. Hay una gran escasez de agua que está causando interrupciones en la producción mundial de alimentos y el hambre se está haciendo cada vez más generalizada.

Hay lagos históricos que están desapareciendo por todo el mundo, caso del Poyang (el mayor de China), el Poopó (Bolivia) o el Mar de Aral.

5. Especies en extinción.

La desertificación, el aumento de las temperaturas de los océanos así como la deforestación está contribuyendo a los cambios desastrosos e irreversibles que se están produciendo en el hábitat y amenazan con poner en peligro a varias especies, que pronto podrían extinguirse. El oso polar pasa a ser el primer ejemplo y vemos que sus números están continuamente cayendo a medida que luchan para aclimatarse a la pérdida de hielo en las regiones del ártico. Una característica crucial para el éxito humano es la biodiversidad, y la pérdida de flora y fauna a causa de la extinción en masa que amenazan a nuestro planeta, pone en serio peligro la continuidad de la raza humana

6. Enfermedades.

Cuando hay un cambio en el hábitat, automáticamente se traduce en un aumento de las enfermedades en todo el mundo. Las temperaturas más cálidas, inundaciones y sequías, se combinan y crean las condiciones adecuadas para que las ratas, mosquitos, así como otras plagas que son portadores de enfermedades, prosperen. Enfermedades como el cólera, virus del Nilo Occidental, la enfermedad de Lyme, la fiebre del dengue, etc., son cada vez mayores y ya no se limitan a los climas tropicales. El asma está en continuo crecimiento.

7. Desaparición de glaciares.

En todo el mundo estamos viendo que los glaciares se están reduciendo a un ritmo alarmante.

8. Guerras.

Los conflictos en todo el mundo se producen por el control de los recursos naturales que están disminuyendo día a día. No muchos de nosotros somos conscientes de que el genocidio que ocurrió en la región de Darfur en Sudán fue la consecuencia de la crisis ecológica que tenía sus raíces en la reducción de los recursos naturales que fueron puestas en marcha debido a los cambios climáticos. La guerra en Somalia comenzó en circunstancias muy similares. Hoy en día, los expertos temen que este incremento en las guerras por el agua y los alimentos se traducirá en guerras entre algunos países.

9. Inestabilidad económica.

La economía de un país está directamente relacionada con las consecuencias del cambio climático. Los desastres naturales como inundaciones o huracanes son costosos. La crisis mundial está dando lugar a un aumento en los costos de la energía y los alimentos, así las tensiones económicas por controlar las materias primas hacen que están cada vez sean más costosas.

10. Destrucción de ecosistemas.

El aumento de los gases de efecto invernadero no solo está provocando cambios drásticos en la atmósfera, sino que está causando estragos en todo el planeta, lo que afecta el suministro de agua, el aire limpio y a la agricultura, así como a los recursos energéticos. Las plantas y los animales mueren o se trasladan a otros hábitats (no nativos), cuando los ecosistemas de los que dependen para sobrevivir (como los arrecifes de coral) se ven amenazados por el calentamiento de la temperatura del mar y el agua es más ácida. A medida que el cambio en el clima afecta a la forma de vida, incluso los seres humanos deberán migrar – resultando en una mayor competencia y la guerra por la escasa cantidad de recursos.

Las barreras de coral están siendo una de las grandes perjudicadas, el aumento de temperatura del agua está provocando que se vaya destruyendo su ecosistema. Si no se pone remedio podrían desaparecer para 2050, aunque hoy día ya se han perdido muchas zonas que se consideran irrecuperables.

SANMARQUINOS ILUSTRES

JOSÉ SEBASTIÁN BARRANCA LOVERA (1830-1909)[1]

José Sebastián Barranca Lovera

Lingüista, científico y maestro. Nació en el distrito de Acarí, provincia de Camaná, departamento de Arequipa, el 20 de enero de 1830. Cursó estudios de humanidades y de ciencias con diferentes preceptores. Sus notables progresos en los estudios le fueron rodeando de una cierta aureola, llegando a ser considerado por sus maestros como un joven excepcional. Uno de sus decididos protectores fue el célebre Cayetano Heredia, quien propició su matrícula en la escuela de medicina [San Fernando]. Debido a los problemas surgidos entre Barranca y los demás alumnos, abandonó pronto la universidad. En 1849 fue nombrado bibliotecario en el colegio de San Fernando y a partir de 1852 impartió clases de lenguas clásicas y matemáticas en Huancayo, Ayacucho y Huancavelica. En 1857 regresó a Lima y en 1860 abrió un curso público de química en la ciudad de Ica. Por aquella época analizó las aguas de Huacachina-Orovilca, Pozo Hediendo y la Huega, descubriendo la existencia de yodo y de sal de Glauber. En 1861 viajó nuevamente a Lima con el fin de continuar sus estudios sobre minerales, pero otras razones le condujeron al estudio de las ciencias naturales.

En 1865 se graduó de doctor en ciencias en la universidad de San Marcos. Tres años más tarde fue designado profesor interino de griego en el colegio de Guadalupe. Durante la misma época ejerció como director de la Biblioteca de San Fernando y como profesor de historia natural en la Facultad de Ciencias. Sintiendo la necesidad de un museo de historia natural, Barranca dedicó todos sus esfuerzos a conseguirlo y una vez fundado el **Museo de Historia Natural** fue nombrado su director. Desde este cargo se dedicó a practicar numerosos análisis químicos y realizó variados peritajes judiciales, como el reconocimiento de los guanos existentes en las islas de Chincha. Por la misma época, al dividirse la cátedra de historia natural que desempeñaba en la Facultad de Ciencias, quedó a su cargo la de Geología y Mineralogía, desde la que dio a conocer en el país el pensamiento geológico

(1) De: Milla Batres, **Diccionario histórico y biográfico del Perú**. Siglos XV-XX, Lima, Ed. Milla Batres, 1986, tomo I: 380-382.

alemán. En 1868 fue declarado doctor nato de la recién creada Facultad de ciencias. En 1871 asumió la docencia de mineralogía y geología de la Facultad de Ciencias y un año después el gobierno le designó los cargos de consultor del Ministerio de Hacienda y matemático de hacienda. En el desarrollo de sus actividades, viajó a los depósitos de guano de Mepillones, Bolivia, y examinó en el sur del país las muestras del salitre descubierto en Arica y Tacna. Entre 1876 y 1881, fue profesor de metalurgia general en la Escuela de Ingenieros del Perú, profesor de química analítica en la Facultad de Ciencias y profesor de química e historia natural en el Colegio de Guadalupe. En 1880 la dirección del Museo de Bellas Artes le encargó la catalogación de las muestras mineralógicas y zoológicas del Museo de la Exposición. Años más tarde fundó en su propia casa de Lima su célebre academia de ciencias naturales, en la que él solo impartía clases en más de 30 asignaturas, con lo cual fundó en Suramérica los trabajos de seminario, así como los de fitoquímica, que se enseñaron por primera vez en el Perú. No obstante, a pesar de su gran prestigio, en 1892 le fue negado por la Cámara de senadores el pago del saldo de sus haberes como catedrático de la Escuela de minas, alegándose para ello su carencia de títulos universitarios oficiales. La vasta y variada obra de Barranca no quedó circunscrita a la investigación sobre geología, mineralogía y botánica, sino que se hizo extensa al campo de la lingüística, sobre la que realizó profundos estudios del quechua y las traducciones al castellano de "Usca-Paucar" y el "Ollanta".

Para valorizar la vasta obra de Barranca, pionero de las ciencias de la naturaleza, es preciso indicar que tan singular y variada obra científica no quedó circunscrita a investigaciones sobre geología, mineralogía y botánica, sino que se hizo extensa al campo de la lingüística, legando a la posteridad interesantes y decisivos trabajos, que pueden ser divididos en obras inéditas y obras éditas.

Entre las **obras inéditas** tenemos: "Almidón de los líquenes"; "Análisis químicos de las plantas indígenas"; "Botánica sistemática"; Curso de geogenia"; Constitución geológica de los Andes"; Clasificación de fósiles del Perú"; "Clasificación de insectos raros"; "Descripción de la flora terrestre y marítima del Perú"; "Diccionario para el poema Ollanta"; "Dialecto Yungas"; "Dialecto del quechua, esencia del amancay"; "Existencia de líquidos en los cristales"; "Etimologías de algunos nombres indígenas en Cerro de Pasco"; "Etimología de Arequipa"; "Flora de San Bartolomé, Cocachacra y Surco"; "Fitoquímica"; "Flora limensis"; "Flora cantensis"; "Gramática quechua"; "Gea limensis"; "Geografía mineralógica o sea la denominación de los minerales con indicación de los lugares del globo donde existen"; "Gramática de la lengua de Eten"; "Guía para el reconocimiento de los minerales, tanto por vía seca como por la húmeda"; "Historia de la mineralogía"; "Hipodialecto Recuay"; "Hipodialecto Huanca"; "Huaynos con traducción"; "Infloresencias observadas en el clima de Lima tanto en las plantas tóxicas como indígenas"; "Mineralogía y geología"; "Mapas de las lenguas primitivas del Perú"; "Materiales para la gea limensis"; "Mamíferos, su distribución geográfica en el Perú"; "Nombres mitológicos del departamento de Apurímac"; "Observaciones al escrito de P. Sanmartín"; "Observaciones al diccionario políglota de los padres franciscanos"; "Observaciones de José Sebastián Barranca al recorrer el territorio nacional"; "Obras de historia natural peruana"; "Patología vegetal"; "Química de los alimentos"; "Química-fitoquímica-zooquímica"; "Relaciones del quechua con los dialectos limítrofes"; "Relaciones químicas de la luz"; "Reacciones del opio"; "Ríos de la montaña del Cusco"; "Sinopsis de los fósiles, coordinados de ornitología del Perú"; "Toponomástica"; "Términos técnicos de la oriptogamia alemana"; "Vocabulario cauqui"; "Vocabulario del Puquina"; "Vocabulario quichua"; y "Vocabulario mochica".

Sus **obras publicadas** son: *Ollanta,* drama en tres actos y traducidos del quechua al castellano con notas diversas por José S. Barreda, 1868; "Informe sobre la teoría del astrónomo alemán Rodolfo Falb acerca de los temblores y erupciones volcánicas…", publicado en 1869;"Informe de la comisión encargada de dictaminar sobre la cantidad, calidad del guano y otros productos naturales que se encuentran en las islas de Chincha", en *El Peruano*, 1872; "Descubrimien-

to del ácido oxálico en la begonia geranifolia, en *El Siglo,* 1874-1875; "Nueva materia colorante extraída de las polillas", en *El Siglo*; "El glucósido de la tara", en *El Siglo,* 1875; "Los principios inmediatos del sauce indígena y su excreción negra", en *El Siglo,* 1895; "Existencia de la Cantaridina en un insecto perteneciente a la familia de los coleópteros, que viven en las inmediaciones de Lima", en *El Siglo,* 1876; "Fragmentos para una gramática para el Cauqui", en *El Siglo,*1876; "Primer suplemento a la gramática quechua, dialecto chinchaysuyo", en *El Siglo,* 1877; "Estudio de las lenguas americanas, informes sobre las ediciones del doctor Platzmann", en *Revista Peruana,* 1880; "Lenguas indígenas, nueva contribución para la glótica. Raíces quechuas de origen exótico", en *Gaceta Científica,* 1884-1889; "Informe emitido sobre las arenas del río Chinchipe (provincia de Jaén)", en *La Gaceta Científica,* 1891; "Memorándum de los productos nacionales peruanos que proceden de los tres reinos con indicación de las especies y grupos típicos de los animales, vegetales y minerales que lo suministran", en *La Gaceta Científica,* 1899.

"Existencia de la Cantaridina en un insecto que vive en las inmediaciones de Lima, perteneciente a la familia de los coleópteros", en *La Gaceta Científica*, 1893, números 4-5-6; "El glucósido de la tara", en *La Gaceta Científica,* 1893, números 7-8-9; "Nueva materia colorante amarilla extraída de los palillos", en *La Gaceta Científica*, 1893, números 10-11-12; "Ica en su etimología", en *La Gaceta Científica,* 1895, número 9; "La esencia del Amancay", en *La Gaceta Científica,* tomo XV, número 2; "La raíz Kam y sus derivados en el idioma quechua como medio de investigación de la historia antigua del Perú", en *Revista Histórica,* tomo I, 1906; "Esencia de la planta conocida en Ica con el nombre de Toñús", en *La Gaceta Científica,* 1908, números 7-8-9; "Yamiaco", en *Boletín de la Sociedad Geográfica de Lima,* tomo XXX, 1914, "Lingüística peruana, raíces quechuas", en *Boletín de la Sociedad Geográfica de Lima,* 1915-1918; "Ensayo de clasificación y etimología de los nombres geográficos peruanos (quechua y aymara)", en *Boletín de la Sociedad Geográfica de Lima*, tomo XXXIX, 1922; "Apuntes científicos, farmacografía y fitoquímica", en *Revista de Ciencias,* 1923-1924, números 7-8-9-10-11-12; "Apuntes científicos, fauna peruana. I parte. I, Subreino osteozoa; observaciones generales sobre la distribución de los mamíferos en el Perú", en *Revista Científica,* 1924, números 3-4-5-6.

Este eminente científico dejó de existir el 4 de diciembre de 1909.

Carachupa o armadillo (Amazonia)

Vizcacha (Sierra)

RINCÓN LITERARIO

EL NIÑO DE JUNTO AL CIELO [1]

Enrique Congrains Martín (1932-2009)

I

Esteban bajó la vista y vio el billete anaranjado junto a sus pies. Había descendido desde el cerro hasta la carretera y a los pocos pasos divisó aquello cerca del sendero que corría paralelamente a la pista. Vacilante, incrédulo, se agachó y lo tomó entre sus manos. Diez, diez, diez, era un billete de diez soles, un billete que contenía muchísimas pesetas, innumerables reales. ¿Cuántos reales, cuántos medios, exactamente?. Los conocimientos de Esteban no abarcaban tales complejidades, pero le bastaba saber que se trataba de un papel anaranjado que decía diez por ambos lados.

Cruzó la pista y se internó en un terreno salpicado de basuras. Llegó a una calle y desde ahí distinguió el Mercado Mayorista. ¿Eso era Lima, Lima, Lima…?. La palabra le sonaba a hueco. Recordó que su tío le había dicho que Lima era una ciudad grande, tan grande que en ella vivía un millón de personas.

Se detuvo, miró y meditó: la ciudad, el Mercado Mayorista, los edificios de tres y cuatro pisos, los autos, la infinidad de gente y el billete anaranjado en el bolsillo de su pantalón.

Estuvo dando algunas vueltas hasta que llegó a sentirse parte de la ciudad. La gente se movía, se agitaba. Unos iban en una dirección y otros en otra, y él quedaba siempre en el centro de todo aquello.

II

Algunos muchachos de su edad jugaban en una vereda. Esteban se detuvo a unos metros de ellos observando el ir y venir de las bolas. Al cabo de un rato, los chicos se fueron. El único que quedó era más o menos de su misma edad, y vestía pantalón y camisa kakis.

-¿Eres de por acá? –le preguntó a Esteban.

Esteban se aturdió y no supo cómo explicar que desde su llegada, hacía pocos días, vivía en el cerro.

-¿De dónde, ah? –volvió a preguntar el otro.

-De allá del cerro –y Esteban señaló a la dirección por donde había venido.

---

[1] De: Enrique Congrains Martín, **Lima, hora cero,** Lima, Ed. Tipográfica Peruana, 1965. Esta obra inaugura lo que se conoce como el realismo urbano, en la literatura peruana; Congrains fue uno de los primeros en abordar el tema de la marginación urbana y concretamente de las barriadas de Lima.

-¿Del Agustino?

-Sí, de ahí –exclamó sonriendo.

Ese era el nombre, pero él no llamaba así. La choza que su tío había levantado quedaba en el Barrio de Junto al Cielo. Y Esteban era el único que lo sabía.

-Yo no tengo casa… -dijo el chico después de un rato. Tiró una bola contra la tierra y exclamó:

-¡Caray, no tengo!

-¿Dónde vives, entonces? –inquirió Esteban

-En el mercado cuido la fruta, duermo a ratos… -Y añadió amistoso: -¿Cómo te llamas tú?

-Esteban…

-Yo me llamo Pedro.

Empezaron a caminar juntos. Dieron algunas vueltas. Más y más edificios. Más y más gente. Más y más autos en la calle. Y el billete anaranjado seguía en el bolsillo. Esteban lo recordó:

-Mira lo que me encontré –dijo a su amigo mostrando el billete.

- Caray! –dijo Pedro, y lo tomó -. ¿Dónde lo encontraste?

-Cerca del cerro.

-¿Qué piensas hacer con él?

-Guardarlo bien seguro.

- Yo con una libra haría negocios, palabra!

-¿Qué clase de negocios?

-Negocios hay de sobra. En dos días cada uno de nosotros podría tener otra libra en el bolsillo.

-¿Una libra más? –preguntó Esteban asombrado.

-¿Tú eres de Lima? –dijo Pedro.

Esteban se ruborizó.

-No, soy de Tarma.

Recordó su llegada a Lima y las casas junto al cerro, en mitad del cerro, en la cumbre del cerro. Desde ahí había visto la ciudad tan por debajo de él que había pensado que estaba en el Barrio de Junto al Cielo.

-En Lima hay muchos negocios –dijo Pedro-. Por ejemplo, comprar revistas, chistes, y venderlos ahora mismo. Por la tarde tendríamos quince soles.

-¿Quince soles?

-Claro, quince soles. Dos cincuenta para ti y dos cincuenta para mí. ¿Qué te parece, ah?

III

Después del almuerzo los dos muchachos se encontraron. Pedro le enseñó a Esteban a gorrear el tranvía hasta el centro, a cruzar las calles corriendo, a internarse en la ciudad. Tras el viaje llegaron a un portón. En el patio, desde el piso hasta el techo, había toda clase de revistas, y chicos, mujeres y hombres seleccionaban las que querían adquirir. Pedro se dirigió a uno de los estantes y fue acumulando bajo el brazo un buen número de ellas. Luego las contó y dijo a Esteban:

-Paga…

Desprenderse del billete anaranjado le resultaba desagradable. Preguntó:

-¿Es justo una libra?

-Sí, justo. Diez revistas a sol cada una..

Entregó la plata a un hombre gordo y salió con su amigo.

Se instalaron en la plaza San Martín. Alinearon las diez revistas en uno de los muros bajos que rodean el césped y se pusieron a vocear.

-¡Revistas, revistas, revistas! ¡Chistes a sol cincuenta!

Al poco rato sólo restaban seis revistas y pronto no quedaría ninguna.

-¿Qué te parece, ah? –dijo Pedro con orgullo.

-Está bueno, está bueno… -y se sintió enorme-

mente agradecido de su amigo y socio.

El negocio continuó:

-¡Revistas, chistes a sol cincuenta!

A las cuatro y media ya no quedaba sino una revista.

-Caray –dijo Pedro-, ¡me muero de hambre! No he almorzado. ¿Me podrías ir a comprar un pan o un bizcocho?

-Bueno –aceptó Esteban inmediatamente.

Pedro sacó un sol de su bolsillo y explicó:

Esto es de los dos cincuenta de mi ganancia, ¿ya?

-Sí, ya sé.

-Anda hasta ese cine –dijo Pedro señalando la esquina-, y después tomas la calle de la derecha. A mitad de cuadra hay una tienda de japoneses. Cómprame un pan con jamón o plátanos y galletas.

Esteban cruzó la pista, pasó por entre dos autos estacionados y siguió la dirección que le había indicado su compañero.

Al rato, con el paquete de galletas en la mano, se puso de regreso. Pasó junto al cine y se detuvo a contemplar los avisos. Más tarde atravesó la calle y alcanzó el lugar donde habían instalado el negocio. Pedro no estaba. ¿Se había extraviado? No, ese era el lugar. Pensó que se había demorado y que Pedro lo estaba buscando. El tiempo comenzó a pasar. Preguntó la hora a un transeúnte. Eran las cinco. ¿Y Pedro, y los quince soles? Los letreros luminosos se encendieron. La gente caminaba ahora con más prisa. Esteban permanecía inmóvil, recostado en el muro, con el paquete de galletas en la mano. Volvió a preguntar por la hora. Las seis y diez.. ¿Pedro lo había engañado? Eran ya las siete, y Esteban trataba de dominarse para no llorar.

Cansado de esperar, dejó el muro, mordisqueó una galleta y, desolado, se fue a gorrear el tranvía de vuelta. Lima le había dado su primera lección y él la aprendió bien.

Parte de El Agustino, Lima.

DE LOS AUTORES

Fernando Falcone León

Médico-cirujano. Profesor Principal de la Facultad de Medicina. Doctor en medicina y ha ejercido la docencia en la Facultad de medicina, en la especialidad de medicina física y ortopedia – Tecnología médica. También ha enseñado en la Facultad de medicina de la Universidad Nacional Federico Villarreal, en la Escuela de Educación Física “Carlos Cáceres A.” Entre los cargos ejercidos están: Jefe de servicio de medicina física del Hospital Materno Infantil “San Bartolomé” (1961-1971), Director del Hogar Clínica San Juan de Dios (1983-1988), Médico de servicio del Hospital “Hipólito Unanue”.

Entre las distinciones se cuentan: Miembro fundador de la Sociedad Peruana de Reumatología (1964), Miembro titular de la Sociedad Peruana de Medicina Física (1959), Miembro titular y luego honorario de la Sociedad Peruana de Traumatología (1970), Miembro honorario de la Sociedad Peruana de Kinesiología (1972), Presidente del Cuerpo médico del Hospital San Bartolomé (1970-1972), Presidente de la Sociedad Peruana de Ortopedia y Traumatología (1978-1979).

Leoncio A. Andía Ramos

Economista y Contador Público. Bachiller y Doctor en Ciencias Económicas por la UNMSM. Profesor Principal de la Facultad de Ciencias Económicas, Ciencias Contables y Ciencias Administrativas. Tiene estudios de especialización en: Universidad de California Berkeley USA – Update Infinance; ESAN, Estudios sobre Planeamiento estratégico empresarial y Reingeniería de Negocios; Universidad Nacional Agraria La Molina, Costos agrícolas y ganaderos, estadística aplicada.

Ha sido también profesor en la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad Nacional del Callao. Asimismo ha desempeñado cargos como Gerente Central de Finanzas de TELEFÓNICA S.A., Gerente Central de Finanzas de ENTEL PERÚ S.A., Sub Gerente de Finanzas de Minero Perú Comercial, Consultor y Asesor de las Naciones Unidas (PNUD).

Publicaciones: “Futuro agrícola de la provincia de Ica” (1986), “Análisis de los costos para la toma de decisiones a nivel gerencial” (1975), “Análisis de los coeficientes financieros en la gestión empresarial” (2001), Los Presupuestos y la Planeación de utilidades en la gestión empresarial” (2002).

Magaly Flores Páucar

Licenciada en Nutrición por la Universidad Nacional Federico Villarreal, con Maestría en la Universidad César Vallejo. Diplomada por la Universidad Nacional Agraria La Molina en las especialidades “Implementación de la Norma ISO 22000 y del Sistema HACCP para la seguridad alimentaria” (2008) y de “Gestión de calidad e inocuidad de alimentos y bebidas” (2008). Asimismo es Diplomada por la Universidad Femenina del Sagrado Corazón en las especialidades de “Consultoría nutricional pediátrica” (2012) y de “Administración y gestión en la consultoría nutricional” (2012).

Ha sido miembro del Comité Científico del Colegio de Nutricionistas del Perú – Región IV (2013-2015) y hoy es miembro del Comité de Eventos científicos y de especialización del Colegio de Nutricionistas del Perú – Región IV (2016-2019).

Actualmente es Jefa del Servicio de Nutrición y Estilo de vida saludable de la Clínica Santa Beatriz; además es responsable del área de Salud y Nutrición del IEI Niños Felices y también Nutricionista Asistencial de la Beneficencia FOPASEF.

Facultad de Medicina “San Fernando”, UNMSM, inicios de siglo XX.

Memoria del Presidente del Consejo Directivo ASDOPEN-UNMSM 2015-2017

En nombre del Consejo Directivo que me honro en presidir en el marco del décimo octavo aniversario institucional y al término de nuestra cuarta gestión, presentamos a ustedes el trabajo realizado en estos dos últimos años; cumplimos así lo establecido en nuestro Estatuto presentando la memoria del Consejo Directivo 2015-2017.

Agradezco en primer lugar a nuestros asociados por haber depositado su confianza, dándonos la oportunidad de dirigir nuestra institución durante cuatro períodos, brindándonos su apoyo, amistad y reconocimiento de nuestra gestión a lo largo de estos ocho años. Hemos trabajado con ahínco y esfuerzo para transformar ASDOPEN, brindando a ustedes nuestros asociados una atención preferente y una gestión eficiente y eficaz.

Hoy empezamos por quinta vez a presidir nuestra institución ASDOPEN-UNMSM, gracias al 94% de los asociados votantes que con su respaldo nos han dado su confianza para seguir luchando por el bienestar pensionario de todos ustedes.

El 23 de setiembre del 2009 iniciamos nuestra primera gestión haciendo un diagnóstico situacional de ASDOPEN, en base al plan del Estudio Actuarial de la Asociación. De este modo se ha fortalecido, hasta el período que estamos finalizando, las cuatro áreas fundamentales:

I. Área Administrativa:

Con dedicación y esfuerzo hemos logrado fortalecer la organización y la normatividad administrativa, con una redistribución de las aéreas de trabajo dándole una mejor organización en base al Manual de Organización y Funciones, y con el uso racional de nuestro local institucional.

Nuestra principal tarea fue orientar a nuestro personal administrativo para que den una atención de mucha amabilidad a los asociados brindándoles a cada uno de ustedes calor de hogar, brindando una atención personalizada. Junto a ello hemos mejorado la infraestructura de nuestra institución y además hemos priorizado las actividades de Solidaridad, de Bienestar, Recreación y Salud.

En estos dos últimos años nos propusimos mantener las campañas de salud en favor de los asociados, brindándoles chequeos médicos en las especialidades de mayor demanda; para lo cual firmamos un convenio con la Clínica Santa Beatriz para realizar las campañas a cargo de los médicos de la referida clínica. La misma que viene realizando las campañas de salud y prestando todo tipo de servicios asistenciales a nuestros asociados y cónyugues debidamente acreditados, brindándoles a través de su infraestructura un Servicio Asistencial Integral, con el uso de una Tarifa Preferencial a través de la Tarjeta FOPACARD Convenio VIP que se entrega gratuitamente previa inscripción. Para recibir estas prestaciones asistenciales, el asociado solo debe registrar a sus beneficiaros, llenando y firmando la ficha correspondiente en el área de Trabajo Social.

Así mismo, hemos recurrido a la Dirección del Hospital Rebagliati para llevar adelante la vacunación gratuita contra la influenza, el que se ha llevado a cabo ya los tres últimos años,

II.- El marco legal-normativo:

Está pendiente de su aprobación por la Asamblea General la modificación del Estatuto y el Reglamento en varios artículos, sobre todo lo relacionado con el cronograma electoral y la fecha de cambio del Consejo Directivo que sea concordante entre lo que manda el Estatuto y sostiene Reglamento. Esta regularización fue presentada a este órgano de gobierno hace más de cinco años, con los proyectos elaborados por la Comisión de Asunto Jurídicos, acto que solo se podrá efectivizar contando con la asistencia a la asamblea del 10% del total de asociados, como lo estipula el Código Civil.

Así mismo venimos aplicando los Reglamentos establecidos por nuestra gestión, como el de las Comisiones, el **Manual de Organización y Funciones, el Reglamento del Fondo de Auxilios Mutuos de Solidaridad (FAMSO-ASDOPEN), el Código de Ética, el Reglamento de Administración de Caja Chica, Reglamento de Actividades Recreativas, Reglamento de la Revista de ASDOPEN, "Cultura, Ciencia y Tecnología", y el Reglamento Interno de Trabajo.**

III.- El Área Económico-financiero:

Desde el primer día del primer mandato venimos trabajando en el marco de un presupuesto realista y austero, controlado a través de una ejecución presupuestal exhaustiva e informado mensualmente al Consejo Directivo y a la Junta Revisora de Cuentas. Además presentamos oportunamente todos los balances (estados financieros) de los años 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, los mismos que han sido debidamente auditados, por Estudios de Auditoría independientes, con resultados aprobatorios en su ejecución. Solo falta auditar el período correspondiente al presente año, el que debe hacerse a inicios del próximo año.

El MOVIMIENTO ECONÓMICO AL 31 de JULIO 2017 arroja lo siguiente:

El estado de los recursos financieros depositados en entidades bancarias y de crédito municipal, muestra la siguiente situación:

1. Movimiento Económico al 31 de Julio de 2017

- El Estado de los recursos financieros depositados en entidades bancarias y de crédito municipal, muestra la situación siguiente:

- **Banco Continental**
  Cta. Cte. en MN S/ 44,018. 81 (*)

(*) (Acumulacion correspondiente a los aportes de julio S/ 23,564.52 más un saldo del mes anterior de S/ 3,564.52 y de agosto de S/ 20,454.29)

Fondo de Reserva:

- **Banco Continental** -
  Cta.Cte.MN FAMSO S/ 42,005.28
- Préstamos por Cobrar FAMSO
  Inc. Intereses S/ 63,665.82
- Depósito a Plazo Fijo –
  Caja M. Piura. S/ 187,540.31
- Cta. Órdenes de Pago –
  Caja Arequipa S/ 44,929.45

  (Fondo para atender pagos del AEFA)

  TOTAL DISPONIBILIDAD FINANCIERA S/ 382,159.67

Desde la creación del FAER (Fondo de Ayuda Económica Retornable) aprobado por la Asamblea General, hoy denominado Fondo de Auxilios Mutuos de Solidaridad (FAMSO) aprobado por el Consejo Directivo, se viene cumpliendo con el objetivo propuesto de sanear nuestra economía, administrando detalladamente nuestros ingresos y sobre todo generando recursos para la Asociación a fin de no depender solo de nuestros aportes mensuales.

En nuestra primera gestión la Asamblea General Extraordinaria del 29 de octubre del 2010 aprobó el incremento de la cuota de los asociados de 10 a 20 soles, con el compromiso de que el Consejo Directivo tenga un gasto mensual austero. El artículo 23° del Estatuto señala que

corresponde a la Asamblea General Extraordinaria fijar las cuotas ordinarias. Por lo que al incorporarse nuevos asociados con pensiones niveladas, de conformidad a la legislación vigente, la Asamblea General Extraordinaria del 08 de agosto del 2014 aprobó que los nuevos asociados paguen una cuota mensual de cuarenta soles, y que una vez aprobada la nivelación de pensiones de los antiguos asociados estos abonen una cuota igual que los nuevos asociados.

Es importante manifestar que el número de asociados en setiembre del 2009 era de 1200; al mes de julio del presente año fue de 964 asociados aportantes, es decir han fallecido 236 asociados. En agosto del presente año la recaudación total por aporte mensual de los asociados ha sido de S/. 20,254.29. Si tenemos en cuenta un promedio de cuatro atenciones mensuales por AEFA (Ayuda Económica por Fallecimiento del Asociado) de S/. 12,000.00, hay un desbalance del 33 % del ingreso mensual y el gasto en el pago de AEFA, lo que nos lleva a que hagamos una restructuración integral del presupuesto institucional para el año 2018, previendo un ajuste en los sueldos de los colaboradores administrativos, así como, en los gastos corrientes. Esta situación nos lleva a plantear el incremento del monto de nuestras cuotas mensuales de asociados en dos partes: primero incrementar en 10 soles a partir de enero próximo y 10 soles una vez que recibamos nuestra nivelación de pensiones.

El Consejo Directivo tiene un compromiso con ustedes de cumplir con el Estatuto, potenciando presupuestalmente el Fondo de Ayuda Económica al Fallecimiento del Asociado (FAEFA); poniendo en vigencia el Fondo de Reserva; aplicando en beneficio de los asociados los Fondos de Solidaridad y de Bienestar, Recreación y Salud, así como seguir fortaleciento el Fondo de Auxilios Mutuos de Solidaridad (FAMSO).

El Consejo Directivo propuso la necesidad de una Ayuda Económica inmediata por fallecimiento del asociado, mediante una partida presupuestal intocable (para otros rubros), para atender la previsión a la Ayuda Económica por Fallecimiento del Asociado (FAEFA) a través del incremento y fortalecimiento del Fondo de Reserva.

En base al mandato de la Asamblea General se aprobó destinar del presupuesto mensual, de aproximadamente S/ 20,254.29 en promedio, correspondiente a las cuotas mensuales de los asociados, como sigue: el 44% del ingreso (S/ 9,000.00), para el Fondo de Ayuda Económica al Fallecimiento del Asociado, 19% (S/ 4,000.00), para Solidaridad y 8% (S/ 2,000.00) para Bienestar y Recreación en favor de los asociados. El 28% (S/ 6,800.00) restante se destina a gastos corrientes.

En todas nuestras gestiones administrativas, económicas y financieras hemos trabajado con transparencia, manteniendo informados a todos nuestros asociados a través del Blog Oficial de ASDOPEN-UNMSM, de sus correos electrónicos, de la página web de ASDOPEN y de los Boletines mensuales ASDOPEN INFORMA, entregados a ustedes durante la semana de la firma de planillas, que en la actualidad está en su edición 93.

Mensualmente se han presentado los estados económico-financieros a la Junta Revisora de Cuentas y hemos rendido cuentas al Consejo Directivo, dando a conocer los Estados de Gestión de ASDOPEN con los siguientes reportes: Resumen Mensual del Movimiento Económico, incluyendo el Movimiento Económico del FAMSO-ASDOPEN, sustentando el Estado de la Ejecución Presupuestal, alcanzando, además, los Comentarios de Gestión Económica y Presupuestal, así como, dando a conocer el Movimiento Económico de los Fondos Estatutarios: Fondo de Fallecimiento, Fondo de Solidaridad, Fondo de Bienestar, Recreación y de Salud, así como del Fondo de Reserva.

Al iniciar nuestra gestión encontramos a ASDOPEN con un gran desbalance presupuestal, con deudas y sin ningún tipo de información económica oficial. Ahora podemos decirles que nuestra asociación tiene una economía totalmente saneada y hemos gestado un superávit económico, lo que da tranquilidad a la administración de la institución.

El desarrollo presupuestal se realizó gerenciándolo en forma ordenada, primando en él la eficiencia y la eficacia, aplicando la racionalidad en nuestros gastos y reordenando, mediante la mejora de la normatividad interna, un trabajo administrativo responsable.

IV.- Futuro de ASDOPEN:

El estudio "Esperanza de Vida de los asociados", publicado en el Nº 2 de la revista de ASDOPEN, nos permitió establecer los lineamientos básicos para la futura estrategia de gestión de la asociación, sobre todo para saber para quien, para cuántos, y en cuánto tiempo debemos proyectarnos para prestar un mejor servicio.

Además fijamos la necesidad de continuar trabajando, haciendo de la mejora de nuestras pensiones retos prioritarios de nuestro quehacer diario; recurrimos a todas las vías que la ley nos franqueaba y luchamos por conseguirla, trabajando dentro de una gestión corporativa y personal. Es importante presentar las acciones tomadas durante nuestra gestión frente a dos importantes acciones realizadas: Homologación y Nivelación de nuestras pensiones.

A. Sobre la Homologación

Hemos buscado el diálogo y la comprensión de las autoridades de la universidad, esperando con paciencia y esperanza y creyendo en la palabra de quienes dirigían los destinos de nuestra Alma Mater. Al no tener respuesta en dos períodos rectorales sucesivos dimos en su oportunidad por agotada la vía administrativa, paso imprescindible para iniciar la judicialización de la reivindicación de nuestros derechos.

A pesar de todo esto los rectores de turno no han cumplido con implementar los acuerdos legales que nos amparan. Las autoridades de la Universidad de San Marcos se oponen a nuestros justos reclamos y a pesar de nuestras innumerables gestiones no accedieron a nuestro pedido. Es por ello que nos han obligado a recurrir a la vía judicial no pensando en la persona sino en quien personifica a la autoridad universitaria.

En base a lo anterior, el 31 de enero de 2011 se presentó, ante el 33° Juzgado Especializado de Trabajo Permanente de la Corte Superior de Lima, la demanda contra la Universidad Nacional Mayor de San Marcos solicitando se dé cumplimiento a la regularización de las pensiones de los docentes al igual que las de los Magistrados del Poder Judicial, pago de reintegros, devengados y el pago de intereses legales devengados de la misma. La demanda ante el 33.º Juzgado contra la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en la persona del Rector -responsable del pliego presupuestal de la Universidad- es para que reconozca y ejecute nuestros derechos a la homologación, reconociendo la plena vigencia del Art. 53 de la ley universitaria como lo hizo responsablemente en diciembre del 2004 el Dr. Manuel Burga en su período rectoral, a través de la correspondiente Resolución Rectoral, norma administrativa aún vigente; a él nuestro reconocimiento y gratitud. Esta demanda actualmente se encuentra para sentencia.

B. Sobre la NIVELACIÓN

El 29 de enero del 2014 se interpuso una demanda de Proceso Constitucional de Acción de Amparo, legalmente representados por el presidente de ASDOPEN, contra la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, representada por su rector el doctor Pedro Atilio Cotillo Zegarra, para que cumpla con lo regulado en el artículo 138 de la Constitución, el Decreto Ley 20530, concordada con la Ley 23733 y conforme con la reglamentación del D.U. N° 033-2005, y se cumpla con la nivelación de los pensiones de los asociados que le corresponden de acuerdo a su categoría y clase docente. La sentencia del señor Juez del 9º Juzgado Constitucional lo ganamos limpiamente, pero una vez mas San Marcos apeló y la Tercera Sala Civil de la Corte Superior de Lima dio una sentencia en contra de los dictaminado por el 9º Juzgado Constitucional. Frente a esto tuvimos que apelar mediante una acción de Agravio Constitucional ante el Tribunal Constitucional.

Abrigamos esperanzas en las sentencias ya dadas por el Tribunal Constitucional sobre casos

similares y en una de ellas, el Auto del 07 de mayo 2015 del Exp. 02214-2014-PA/TC, acuerda: “con criterio vinculante la siguiente exigencia: todos los órganos jurisdiccionales tienen la obligación de otorgar mayor celeridad a los procesos que involucre derechos de las personas ancianas cuanto mayor sea la edad de dichas personas, bajo responsabilidad.”

Cabe destacar que el artículo 53° de la ley universitaria modificada, ha sido ratificado en la nueva ley universitaria 30220, en su artículo 96°, ante gestiones personales que hicimos con el presidente de la Comisión de Educación del Congreso, General Daniel Mora Zevallos.

Este es el trabajo que venimos desarrollando indesmayablemente desde octubre del 2009 en defensa de nuestras pensiones y el respeto que nos merecemos los docentes universitarios pensionistas.

El viernes 15 del presente fue de alegría y esperanza, en primer lugar al saber que nuestro expediente ya tiene su respectiva numeración (N° 2505 -2017), que lo identifica ante el Tribunal Constitucional, al amparo de un Agravio Constitucional; además este ya se encuentra en la 1ª Sala Constitucional del citado tribunal. Siendo los miembros de la citada sala los magistrados Carlos Ramos Núñez, Eloy Espinoza-Saldaña Barrera y el doctor Augusto Ferrero Costa, ese mismo día juntamente con nuestro abogado nos entrevistamos con el doctor Ferrero Costa, quien nos brindó la luz y la esperanza para nuestras demandas.

Además, desde mayo nos hemos entrevistado más de una vez con el doctor Julio Miranda Canales Presidente del Tribunal Constitucional, egresado sanmarquino que nos viene prestando toda su sapiencia en cuestiones constitucionales, y sobre todo su orientación dentro del citado tribunal.

Como se puede apreciar, no estamos en ASDOPEN esperando que caiga el maná del cielo, sino que con fe y esperanza ponemos todo lo que está a nuestro alcance para conseguir cristalizar nuestros ideales.

Cuando asumimos el reto de dirigir ASDOPEN lo hicimos conscientes que este era muy grande, que demandaba entrega y dedicación, y esto lo estamos cumpliendo, con el apoyo del Consejo Directivo, pues tenemos la suerte de contar con asociados que se unieron a la causa y trabajamos como un solo puño. Todos trabajamos con esmero para lograr nuestros programas de desarrollo y decir ahora tarea cumplida. A ellos toda mi gratitud y a ustedes estimados asociados por su apoyo y aliento durante todo este tiempo.

Señores asociados, ahora presentamos ante ustedes un nuevo ASDOPEN, en lo administrativo, normativo, económico-financiero y en lo humano.

Para terminar permítanme agradecer el asesoramiento jurídico de los distinguidos abogados y miembros de nuestra asociación doctores Luis La Hoz Lora, Carlos Parodi Remón, Juan Manuel Cisneros Navarrete así como el apoyo y orientación del doctor Ricardo Nugent López-Chávez. También a los asociados que conformaron los cuatro últimos Consejos Directivos, por su gran vocación de servicio a la institución.

De igual modo agradezco a mi familia por haberles tomado momentos destinados a ella. Al personal administrativo nuestro profundo agradecimiento, así como a nuestros asesores legal y contable por su orientación y asesoramiento, y a todos los asociados mil gracias por confiarnos ASDOPEN, espero no haberlos defraudado.

Quiero finalizar con esta cita: “No te rindas si el camino ante tí parece largo y difícil, solamente recuerda la meta que te motivó a comenzar”.

Lince, 22 de setiembre 2017

.

ASOCIACIÓN DE DOCENTES PENSIONISTAS
ASDOPEN - UNMSM