La Jornada

Directora General: Carmen Lira Saade · Director Fundador: Carlos Payán Velver
6 abril 2017 · www.letraese.org.mx

Letra S/Luis Alberto Mejía Montaño

letra ese

Paternidades DENEGADAS

DISEÑO INTEGRAL
Cirugías genitales **4-5**

LA PRODUCCIÓN
de la posverdad **10**

CISTITIS:
Orinar con dolor **14**

La subrogación de vientres dejó de ser legal en Tabasco; padres y bebés quedaron indefensos **6-7**

Editorial

Se agrupan las feministas en un frente nacional. Los dos primeros días de abril, cientos de mujeres provenientes de casi todas las entidades del país se reunieron en la ciudad de Querétaro para formar y dar a conocer a una nueva organización, el Frente Feminista Nacional (FFN). Al parecer, no se trata de una organización más de mujeres entre las numerosas que ya existen, porque dicho Frente busca agrupar, ni más ni menos, a todas las expresiones del feminismo mexicano con fines de articulación de agendas y de acciones con propósitos comunes.

Y La convocatoria fue lo más plural y amplia posible dentro de los principios del feminismo. En ella lo mismo caben sindicalistas que académicas, militantes de partidos que activistas lesbianas, empresarias que servidoras públicas, abogadas que víctimas de la violencia machista, la única condición es que lo hagan a título personal.

En esta oleada conservadora que recorre al mundo, han sido las mujeres quienes han encabezado la resistencia, pues los fundamentalismos de todo signo se han propuesto revertir los avances logrados en el reconocimiento de los derechos de ellas. Hacer frente a estos sectores en México, representados por el Frente Nacional por la Familia (FNF), es uno de los propósitos del FFN. Por ello, ya se vislumbra la futura confrontación de las efes, de esos dos frentes, en el terreno de los derechos sexuales y reproductivos.

letra ese

Suplemento mensual | No. 249
06 abril 2017

Canarias No. 45, Col. San Simón Ticumac, 03660, México, D.F.

Tels./Fax: 5532-2751 y 5672-7096.
letraese@letraese.org.mx
www.letraese.org.mx

Dirección Alejandro Brito
Edición Rocío Sánchez
Consejo de redacción Carlos Bonfil, Antonio Contreras, Leonardo Bastida Aguilar
Diseño original Giné Martínez Linares, Armando Pineda Cruz, Francisco Toscano Ramírez
Ilustración de portada Luis Alberto Mejía Montaño
Formación Luis Alberto Mejía Montaño
Consejo Editorial Elena Poniatowska, Marta Lamas, Carlos Monsiváis†, Ana Luisa Liguori, Arturo Díaz†, Dr. Arnoldo Kraus, Dra. Patricia Volkow, Joaquín Hurtado, Max Mejía †, Arturo Vázquez Barrón, Jorge Huerdo†, Sandra Peniche, Lilia Rubio, Manuel Figueroa, Antonio Medina.

Letra **ese**, Salud, Sexualidad, Sociedad, es una publicación mensual, editada por Demos, Desarrollo de Medios, SA de CV. Av. Cuauhtémoc 1236, colonia Santa Cruz Atoyac, CP 03310, México, DF.

Editor responsable: Alejandro Brito Lemus. Certificado de Licitud de Título No. 9169, Certificado de Licitud de Contenido No. 6418, Reserva al Título en Derechos de Autor No. 3389/95 y Certificado de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No.04-2003-052712375000-107 del 27 de mayo de 2003. Distribuido en el DF por la Unión de Expendedores y Voceadores de los Periódicos de México, AC, y en el interior de la república y el extranjero por Distribuidora de Medios, SA de CV. Impreso en Imprenta de Medios, SA de CV, Cuitláhuac 3353, colonia Ampliación Cosmopolita.

Trabajadoras
DEL HOGAR EXIGEN GARANTÍAS LEGALES

Foto: Flickr Hans van Reenen

En México, 2.4 millones de personas se dedican al trabajo del hogar; 95 por ciento de ellas son mujeres. Sigue pendiente la aprobación del Convenio 189 de la OIT sobre esta actividad laboral. El 30 de marzo se conmemoró el Día Internacional de las Trabajadoras del Hogar.

Notiese En el marco del Día Internacional de las y los Trabajadores del Hogar, el 30 de marzo, se presentó la exposición virtual "Hogar Justo Hogar" y el libro *Hacer visible lo invisible*, en las instalaciones del Senado de la República. Ahí, se recordó a la instancia legislativa que sigue pendiente el reconocimiento del Convenio 189 de la Organización Internacional del Trabajo, que había comprometido el secretario de Gobernación, Miguel Ángel Osorio Chong.

Marcelina Bautista, representante del Centro de Apoyo y Capacitación para Empleadas del Hogar, resaltó la importancia de traer el tema al Senado para recordar la urgente ratificación del convenio 189 que establece los principios básicos que los gobiernos deben promover para garantizar un trabajo digno.

Además, advirtió que en México existen 2.4 millones de personas que se emplean en el trabajo del hogar remunerado sin garantías a sus derechos laborales ni derecho a la seguridad social como lo establece el artículo 123 de la Constitución.

Por su parte, Ximena Andión, directora del Instituto de Liderazgo Simone de Beauvoir, dijo que se debe reconocer esta labor, pues nueve de cada 10 trabajadoras del hogar no tienen seguridad social, es decir "trabajarán de 30 a 40 años y no tendrán posibilidad de pensionarse; tenemos que hacer algo para que cambie su realidad".

La titular del Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred), Alexandra Haas, explicó que de ese universo de trabajadoras y trabajadores del hogar en México, 95 por ciento son mujeres, lo que refleja no sólo un problema de machismo, clasismo y racismo hacia el gremio, sino un desconocimiento del valor económico que tiene en la sociedad.

"Si lográramos que las mujeres del sector se incorporaran a la economía formal con circunstancias de trabajo digno, tendríamos un crecimiento de 240 mil millones de pesos por cada punto porcentual del Producto Interno Bruto", resaltó Haas.

TRABAJO INVISIBILIZADO

El libro *Hacer visible lo invisible. Formalización del trabajo del hogar remunerado en México: una propuesta de política pública*, de Marta Cebollada Gay, evidencia las condiciones injustas que caracterizan el trabajo del hogar en el país: jornadas de más de ocho horas, falta de prestaciones y de acceso a la seguridad social, salarios arbitrarios y precarios, pagos en especie hasta por 50 por ciento de sus pagos y ausencia de registro de relación laboral.

Por otra parte, "Hogar justo hogar" es la exposición virtual que exhibe la vida de tres generaciones de empleadas en donde cada una de ellas narra sus vivencias. Será exhibida el patio central del Senado de la República.

Tiro al BLANCO

"Cuando se me acerca la gente para pedir apoyo para iglesias yo pienso que es una petición de Dios y a Dios no me le puedo negar".

Verónica Muñoz Parra, diputada federal del PRI por el estado de Guerrero. (Sinembargo.mx, *Marzo 25 de 2017)*

"La jurisprudencia racional, incluida la de la Iglesia, siempre ha reconocido en los menores de edad, el derecho natural al matrimonio".

Héctor González Martínez, obispo emérito de Durango, en su columna "Episcopeo". (El siglo de Durango, *Marzo 19 de 2017)*

Avanza búsqueda de vacuna

CONTRA EL ZIKA

Transmisión sexual

La transmisión del zika no sólo es producto de un piquete de mosquito, también puede darse por la vía sexual, situación que generó la necesidad de determinar el tiempo de presencia del virus en el semen y otros fluidos corporales. Al saberse que pueden ser meses, Ryuta Uraki y otros investigadores de la Universidad de Yale se preguntaron si el virus podía replicarse en los testículos.

Tras realizar pruebas en ratones, vieron que el virus produce inflamación y disminución de los niveles de testosterona, y desaparece de la sangre a los 21 días, pero no de los genitales masculinos.

En su artículo publicado en la revista *Science Advances*, el equipo de investigación aseguró que aún falta comprobar si estas alteraciones también se presentan en seres humanos y en qué escala. Como parte de sus observaciones, sugieren monitorear "el nivel de testosterona en los hombres infectados con el virus para determinar si los afecta en forma similar". Además, suponen que el mayor número de casos de transmisión sexual del virus podrían ser de hombre a mujer.

Notiese Durante el primer trimestre del año se han registrado 113 casos de zika en la República Mexicana, de los cuales, 49 han correspondido a mujeres embarazadas, según datos de la Secretaría de Salud, organismo que tiene un registro histórico de ocho mil 199 casos, de los cuales, cuatro mil 703 son mujeres embarazadas y que portan el virus transmitido por el mosquito Aedes aegypti. La infección fue detectada por primera vez en México durante noviembre de 2015.

De todas las mujeres embarazadas que tenían la infección, 878 ya resolvieron su parto y tres mil 820 siguen bajo supervisión. En tres ocasiones se han registrado casos de microcefalia (el tamaño de la cabeza del bebé es más pequeña de lo esperado, lo cual significa que el cerebro no se ha desarrollado), ha habido un caso macrocefalia (la cabeza del bebé es más grande del promedio) y un caso más de hidrocefalia (hay una acumulación excesiva de líquido dentro del cráneo, lo que provoca hinchazón del cerebro.) Además, se han presentado otras alteraciones congénitas en otras partes del cuerpo de los bebés como la cara, las extremidades inferiores y las rodillas.

Se espera vacunar a **dos mil 490 personas** sanas en áreas potencialmente infestadas por **mosquitos portadores del zika**.

De acuerdo con la Dirección General de Epidemiología, las entidades con mayor número de casos a nivel nacional son: Veracruz con mil 872 casos; Yucatán, mil 217; Guerrero, 805; Chiapas, 791, y Nuevo León con 790. Las entidades con mayor cifra de mujeres embarazadas con el virus son Yucatán, con 852 registros, seguida de Veracruz, 790; Nuevo León, 549; Chiapas, 537, y Guerrero, 414.

LA VACUNA ES SEGUIDA DE CERCA

Como parte de una investigación científica, en 2016 se vacunó a los primeros seres humanos contra el zika y se obtuvieron resultados favorables en cuanto a seguridad y capacidad de provocar una respuesta inmunológica contra el virus, reportó el Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas de los Institutos Nacionales de Salud de Estados Unidos, instancia de investigación que espera poder vacunar a dos mil 490 personas sanas en áreas confirmadas o potencialmente infestadas por mosquitos portadores del zika, no sólo en la Unión Americana sino en Puerto Rico, Brasil, Perú, Costa Rica, Panamá y México, a lo largo de este año.

Durante la segunda fase de la investigación se buscará confirmar la seguridad de la vacuna, cuyo mecanismo se basa en el uso de un plasmido, una pequeña pieza de ADN en la que se insertan genes para programar a dos proteínas halladas en la superficie del virus para que, una vez que han sido inyectadas por la vía intramuscular, imiten al virus y detonen la respuesta del sistema inmunológico, y así obtener información sobre la capacidad de la fórmula para proteger contra el virus en su forma natural.

Médicos mexicanos trabajan en una **vacuna** doble contra **dengue y chikungunya**.

De acuerdo con Anthony S. Fauci, director del centro de investigación, los resultados de la infección durante el embarazo provocan efectos devastadores por lo que es urgente una medida para prevenir las posibles infecciones y defectos generados por el virus.

HECHO EN MÉXICO

En los laboratorios del Instituto Jenner del Departamento Nuffield de Medicina en Oxford, Inglaterra, una dupla de científicos mexicanos, ambos originarios de Puebla, César López Camacho y Arturo Reyes Sandoval, preparan todo para iniciar la fase clínica 1 en seres humanos de una vacuna contra el zika y el chikungunya, infecciones provocadas por el mismo mosquito.

Expertos en el estudio del dengue, los investigadores dieron un golpe de timón a su investigación ante el surgimiento de la alerta epidemiológica del zika, virus que consideran primo hermano de su objeto inicial de estudio. El resultado obtenido a dos años de distancia fue el patrocinio del Consejo de Investigación Médica y el Departamento de Salud del Reino Unido, a través de Innovate UK, para realizar pruebas en animales y después probar la inmunogenicidad en modelos preclínicos, además de tener la oportunidad de producir las dosis de la vacuna que se aplicarán el próximo año, reclutar a pacientes, aplicarlas y dar seguimiento por varios meses.

Una vez pasada esa fase, los científicos planean aplicar la vacuna a personas que están en riesgo o viven en lugares donde las infecciones de chikungunya y zika son endémicas, como Brasil y México.

Sexualidad ES

LA GENTE DE DOS ESPÍRITUS

Antes de la invasión europea, entre los pueblos nativos de América del Norte existían personas de dos espíritus. Así eran conocidas aquéllas que nacían con un sexo, pero al crecer desarrollaban el rol del otro.

Aunque en la actualidad se les catalogaría como transexuales, los actuales integrantes de los pueblos nativos aclaran que los Dos Espíritus no entraban en esta categoría, pues seguían siendo considerados hombres o mujeres que asumían tareas del otro género. Así, consideraban que en un solo cuerpo podían convivir ambas esencias.

Por esto, existían mujeres de dos espíritus y hombres de dos espíritus. Ambos eran respetados e incluso venerados, como se ha podido documentar en más de 150 pueblos originarios de los que se tiene registro. Con frecuencia, estas personas eran sanadoras, artistas y cuidadoras de los más pequeños de la comunidad, y podían casarse con personas de su mismo sexo.

De hecho, los hombres de dos espíritus eran particularmente valorados como prospectos de esposa, pues sabían desarrollar bien las tareas usualmente asignadas a las mujeres, a la vez que conservaban la fuerza física de su sexo de nacimiento, por lo que no era raro que contrajeran matrimonio con otro hombre.

Sin embargo, la colonización europea de estas primeras naciones habitantes de Canadá, Estados Unidos y el norte de México, provocó que la moral cristiana acabara con la aceptación y el respeto del que gozaba la gente de dos espíritus. Hoy, quienes se asumen como tales reivindicando su herencia cultural, padecen, además de la homofobia en sus propias comunidades, el racismo y clasismo del resto de la sociedad.

La moda no sólo indica qué ropa usar para cubrir los cuerpos, sino también incide en cómo deberían ser esos cuerpos. Hoy por hoy, los genitales femeninos pueden ser modificados de acuerdo a las tendencias, por medio de la cirugía plástica.

Diseños íntimos

SOBRE PEDIDO

Rocío Sánchez

La Semana de la Moda de Nueva York es considerada el evento más importante del mundo en lo que se refiere a la industria de la moda. En su más reciente edición, en febrero pasado, el contexto político estadunidense llevó a las marcas y los diseñadores a tomar partido: mientras el nepalí Prabal Gurung imprimió frases feministas en sus diseños, el Consejo de Diseñadores de Modas de Estados Unidos (CFDA) lanzó una campaña de apoyo a Planned Parenthood, una organización no gubernamental que lucha por los derechos reproductivos en ese país.

Mientras las marcas planteaban una postura política respecto a los derechos de las mujeres (genuina o no, es difícil saberlo), en el programa de actividades se incluyó el evento "Designer Vagina Showcase", que en español sería algo como como "Presentación de vaginas de diseñador". ¿El protagonista? El doctor Amir Marashi, ginecólogo y obstetra cuya clínica en la Gran Manzana se jacta de ser "la casa de las vaginas de diseño". En ese corporativo médico, como en muchos otros alrededor del mundo, se realizan intervenciones quirúrgicas que ofrecen mejorar el aspecto estético y también la funcionalidad de los órganos genitales femeninos.

EN BUSCA DE LA PERFECCIÓN

La oferta de cirugías en los genitales es cada vez más común. Es fácil encontrar más de 142 mil resultados sobre el tema en el buscador de Internet más popular. Surgirán más opciones dependiendo de la frase que se teclee: cirugía genital, cirugía íntima, *refreshing* vulvovaginal, rediseño vaginal, *lifting* vaginal, ginecología estética, entre otras.

Los centros que ofrecen a través de la web este tipo de procedimientos los describen junto a fotos seductoras de mujeres bien torneadas. Muchos de sus sitios aseguran comprender que las mujeres que buscan este tipo de opciones quirúrgicas lo hacen debido a la inseguridad que les provoca el no sentirse cómodas con sus cuerpos o el hecho de que el paso del tiempo se haya hecho evidente en esa zona. Alguno, incluso, refiere a un artículo médico que revisó diversas investigaciones sobre cirugía estética vulvovaginal y encontró que la mayoría de las pacientes que pasaron por estos procedimientos "reportaron una total satisfacción y un aumento subjetivo de la función sexual y mejorando (sic) su autoestima e imagen corporal".

Los médicos no dudan en utilizar el término científico correspondiente para describir los "defectos" que puede tener una vulva. La palabra constantemente hallada es hipertrofia (el aumento anormal del tamaño de alguna estructura corporal), la cual puede presentarse en el clítoris (cuando su apariencia es "descolgada" o sobresaliente de los labios mayores), en los labios menores (si sobresalen "demasiado" de los labios mayores) o incluso en los labios mayores. Sin embargo, los parámetros para "demasiado" (demasiado grande, demasiado caído, demasiado largo o demasiado holgado) no parecen estar definidos objetivamente, sino que se someten a la percepción tanto de la mujer como del médico o médica encargados de su atención.

Claro que las preocupaciones no son todas estéticas. También hay mujeres para quienes, por ejemplo, es un problema tener labios menores grandes, pues experimentan irritación, dolor durante la penetración sexual –cuando el pene arrastra la labia minora hacia dentro– o irritación e incluso laceraciones mientras hacen algún deporte como correr.

POR SIEMPRE JÓVENES

¿Cuáles son las principales motivaciones de las mujeres para hacerse una cirugía plástica, cualquiera que ésta sea? La doctora Elsa Muñiz, antropóloga especialista en este tipo de construcciones corporales, respondió, en entrevista con LetraeSe, a esta interrogante. "Una de las motivaciones es la que los médicos mismos promueven, esta idea de elevar la autoestima, la seguridad que les da a las mujeres el tener ciertas partes del cuerpo en 'buenas condiciones'"

El otro factor fundamental, considera, es el rechazo social a la vejez. "Como dicen los médicos cirujanos plásticos: uno de los factores más determinantes en este proceso es la gravedad, porque todo se cuelga". T odo este cambio corporal hace evidente el paso del tiempo, algo que se antoja inaceptable en la actualidad. "El modelo de belleza sigue estando basado en la juventud, con todas sus características: la piel tersa, la cara firme, los ojos brillantes". Por esto, "las personas que van perdiendo la juventud van adoptando actitudes de inseguridad, de baja autoestima".

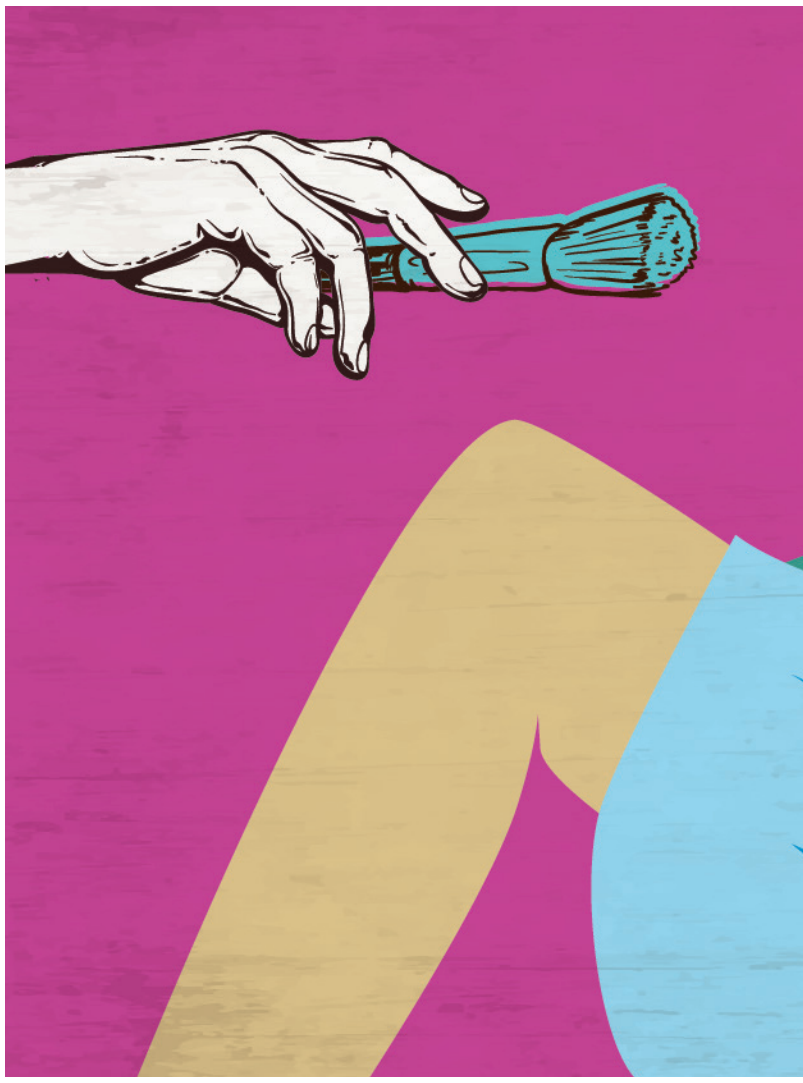
Por ejemplo, un corporativo médico de cirugía plástica que se hace llamar Antiaging Group (Grupo antienvejecimiento) en Barcelona, incluso señala que "la moda, quizá influenciada por las nuevas tendencias 'extremas' en depilación, y el avance de las tecnologías han hecho que muchas mujeres se planteen dar solución a un problema que a veces no afecta tanto a su salud física como a la psíquica, que les hace perder confianza o autoestima, pero que hasta el momento se llevaba calladamente porque daba vergüenza o se pensaba que no había solución".

REMODELACIÓN

Existen diferentes intervenciones para modificar la vulva. La labioplastia, la reducción del clítoris, los implantes de grasa en labios mayores y pubis, el injerto de vello púbico y la vaginoplastia constituyen la gama de posibilidades. Son procedimientos en su mayoría ambulatorios que se pueden hacer en el consultorio bajo anestesia local. De acuerdo con los cirujanos, pueden realizarlos entre 40 minutos y dos horas.

Sin embargo, la zona es delicada por estar siempre húmeda y cubierta por la ropa, por lo que se recomienda tener una higiene rigurosa para contribuir a la cicatrización, que suele ser más lenta que en otras partes del cuerpo.

No hay datos estadísticos oficiales, pero de acuerdo con cifras del hospital Plástica Colombia, de Bogotá, la más solicitada (51 por ciento de sus consultas) es la labioplastia o



reducción de labios menores. En ella se recorta el tamaño de los labios menores y sus principales motivaciones son estéticas o prácticas, cuando las mujeres no desean que sus labios se noten al usar ropa ajustada o se puedan "escapar" mientras usan un traje de baño. Se realiza en el consultorio con anestesia local y el periodo de recuperación va de dos a cuatro o hasta seis semanas.

Esta intervención puede realizarse sola o junto con la reducción del capuchón del clítoris, puesto que ambas estructuras están conectadas. El clítoris también podría ser intervenido por separado. El éxito de esta segunda cirugía consiste en no quitar demasiada piel, pues debe quedar suficiente como para cubrir el clítoris y que éste no quede expuesto a contactos molestos. Por lo general, las mujeres lo piden cuando no les gusta que su clítoris sobresalga de sus labios mayores, o bien, para mejorar la sensibilidad durante la actividad sexual.

El modelo de belleza está basado en la juventud, con todas sus características, como la piel firme.

De acuerdo con datos de la Asociación Internacional de Cirugía Plástica, son **las mujeres** quienes **se someten al 86.6 por ciento** del total de cirugías plásticas y procedimientos estéticos no quirúrgicos **practicados en todo el mundo**.

La reducción de los **labios menores**, la disminución del **clítoris**, los implantes de grasa en los **labios mayores y** en el **pubis**, el injerto **de vello púbico** y la **vaginoplastia** o estrechamiento vaginal constituyen la gama de posibilidades quirúrgicas para **modificar los genitales femeninos**, ya sea por motivos estéticos o funcionales.

Luis Alberto Mejía Montaño / Letra S

Las motivaciones que llevan a una paciente a someterse a una cirugía íntima son particulares de cada caso, pero el número de mujeres crece cada año, sobre todo en la franja de edad de 18 a 29 años (un total de 437 pacientes en 2013) y de 30 a 44 años (398 pacientes). Fuente: Hospital Antiaging Group Barcelona

Los lipoimplantes, por su parte, se pueden colocar en los labios mayores y/o el pubis y se recurre a ellos para contrarrestar el aspecto adelgazado y flácido que esa zona adquiere con el paso del tiempo. Se trata de una técnica de relleno que utiliza grasa de otras zonas del cuerpo (como la espalda o el abdomen), la cual se purifica y procesa y luego se inyecta en el área deseada. Los cirujanos a veces recomiendan este procedimiento junto con la labioplastía, pues así se puede "nivelar" el aspecto general de la vulva aumentando los labios mayores y reduciendo los menores. El periodo de recuperación se estipula entre dos y tres semanas. Paradójicamente, el pubis también es un área de elección para practicar una liposucción (extracción de grasa) cuando se considera que es demasiado voluminoso.

Entre los procedimientos estéticos está también el implante de vello púbico, que en realidad es un trasplante desde la cabeza hasta el pubis. Se utiliza para contrarrestar el aspecto de "calvicie" en zonas del monte de Venus. Se toma una tira de cuero cabelludo (generalmente de la nuca) y se trasladan los folículos pilosos a la zona púbica, depositándolos en pequeñas perforaciones realizadas para ello. El cabello que surgirá de ahí es permanente, además de que crecerá tanto como cualquier cabello de la cabeza, por lo que será útil recortarlo cada tanto.

Finalmente, aquellas mujeres que deseen estrechar su vagina pueden hacerlo después de haber tenido uno o más partos o simplemente cuando consideren que los músculos se han relajado. La opción quirúrgica es la vaginoplastia, también conocida como "rejuvenecimiento vaginal". Consiste en estrechar el canal vaginal mediante la unión y recolocación de los músculos de la zona, incluyendo los del suelo pélvico, para recuperar el tono y corregir posibles desgarros que puedan haber surgido con los alumbramientos. Esta cirugía sí requiere anestesia general y al menos una noche de hospitalización. Después, al cabo de una o dos semanas, la mujer podrá irse reincorporando a sus actividades, aunque deberá esperar un mes y medio para tener relaciones sexuales. La abertura vaginal quedará muy estrecha, por lo que se requerirá un periodo de rehabilitación para dilatarla

La palabra constantemente hallada es hipertrofia, un aumento anormal de alguna estructura corporal.

EL CUERPO: PUNTO DE PARTIDA Y RETORNO

Para Elsa Muñiz, quien hasta hace poco coordinaba la Maestría en Estudios de la Mujer de la Universidad Autónoma Metropolitana, muchos factores sociales se intersectan en el fenómeno de la cirugía estética genital. Uno de ellos es la sexualidad centrada en esa área. "La vagina, el ano, el pene, siguen siendo focos erotizados por la cultura; también esto tiene que ver con que la gente se preocupe porque sus genitales estén admirables".

Otro factor, quizás el más relevante, es el mercado. "Estamos en una época de absoluta mercantilización y el cuerpo se ha convertido en una mercancía". ¿Quién decide qué es bello? "Los médicos, las revistas de moda, los que inventan los cosméticos, o sea, el mercado".

Pero el tema también involucra la creencia de que la persona es libre de construir su cuerpo como prefiera. "Tiene que ver con esa idea de que el cuerpo es lo único que nos pertenece realmente". Pero esa es sólo una idea ya que "en muchos sentidos seguimos sin poder decidir sobre nuestros cuerpos", puesto que obedecemos a factores externos.

En este contexto, reflexiona la investigadora ,el cuerpo se convierte en punto de partida y de retorno. "Acudes a la cirugía cosmética para obtener cierto grado de normalidad, pero esa normalidad está impuesta también. Lo que estas prácticas hacen es *producir* la normalidad. Entonces lo que obtienes no *es* la norma, pero *se vuelve* la norma". Y se pregunta: "¿Cómo en una sociedad como la contemporánea, donde se reconoce la diversidad, cuando la diferencia es el símbolo de la época, hay una serie de procedimientos que lo que hacen es homogeneizar a las personas?".

Desde enero de 2016 quedaron anulados todos los contratos de gestación subrogada en Tabasco, la entidad por antonomasia donde ese procedimiento estaba legalizado. Con la nueva disposición legal se restringe a las parejas del mismo sexo.

Por decreto: FAMILIAS DIVIDIDAS

Leonardo Bastida Aguilar

Formar una familia fue el deseo que trasladó a Felipe y Manuel desde Italia y España, respectivamente, hasta Tabasco. Hicieron todos los arreglos necesarios con mujeres que prestarían sus vientres para que sus hijos pudieran nacer. Jamás imaginaron que en el proceso, la familia que tanto deseaban se expandiría e integraría a más miembros.

El Código Civil de Tabasco permitía la gestación subrogada y asistida, por lo que firmaron los contratos requeridos y se dedicaron a esperar a que las técnicas de reproducción asistida funcionaran para que los hijos que tanto deseaban vinieran en camino, algo que en sus países de origen era difícil por los altos costos del proceso o los vacíos legales. Los partos se llevaron a cabo sin problemas y se cumplieron los acuerdos, por lo que el regreso a casa era cuestión de días.

El último detalle era obtener las actas de nacimiento de los infantes para poder tramitar sus pasaportes, que viajaran a sus respectivos destinos y conocieran a los demás integrantes de sus familias. El Registro Civil se negó a hacerlo con diferentes argumentos, provocando que esas dos semanas de viaje se prolongaran a casi cuatro meses, de diciembre de 2016 a marzo de 2017.

Felipe y Manuel no se conocían, pero al buscar apoyo legal para poder llevar a sus hijos a sus países de origen, formaron una familia por varios meses. Compartieron el mismo espacio y las responsabilidades en el cuidado de los hijos así como los gastos, los cuales ascendían a más de dos mil pesos diarios, divididos entre alquiler de cuarto de hotel, alimentación, transporte, fórmula para los pequeños, pañales, papel higiénico, ropa, cobijas, entre otros gastos. Incluso, la familia de Manuel llegó a México para apoyarle en el cuidado de Martín, su hijo, y el de sus "hermanas" de habitación, Ema y Sofía, hijas de Felipe.

Martín, Ema y Sofía tuvieron suerte y no pasaron por la situación de Alejandro, otro niño nacido bajo el mismo método en enero de 2017, quien fue separado de su padre, Michael, a un día de nacido, por las autoridades tabasqueñas, por considerar que se había violado la ley. La situación duró más de 20 días, en los cuales, su padre no pudo verlo ni cuidarlo sino que debió litigar para poder volver a tenerlo a su lado, cosa que logró casi un mes después, pudiendo irse a Nueva York juntos a comenzar una nueva vida.

INTERPRETACIÓN DE LA LEY

El único requisito extra para poder registrar a un bebé nacido a través del método de gestación materna sustituta es el contrato debidamente certificado, explicó, en entrevista, León Altamirano, abogado especialista en derecho civil, quien acompañó los casos de Felipe y Manuel, entre otros. Desde 1997, año en que se aprobó el capítulo de gestación asistida y subrogada en el Código Civil tabasqueño, hasta noviembre de 2015, no se habían presentado trabas legales con respecto al registro de bebés procreados bajo este método de reproducción asistida, indicó.

El panorama cambió cuando en noviembre de 2015, el gobernador, Arturo Núñez Jiménez, envió una propuesta al Congreso tabasqueño para reformar dicho capítulo y establecer que las personas extranjeras no podían acceder a dicha técnica en la entidad. Los hechos provocaron que los casos que involucraran a personas extranjeras ya no se atendieran en las oficialías del Registro Civil sino en la Dirección General del organismo, una función, cuestiona Altamirano, que sólo corresponde a los jueces u oficiales.

El ambiente se tensó cuando se aprobó la reforma porque sólo se respetarían los contratos firmados por extranjeros hasta el 13 de enero de 2016, fecha de entrada en vigor de la medida. Por tanto, según las autoridades, los últimos bebés nacidos por gestación subrogada serían dados a luz en octubre de ese mismo año. Lo que no tomaron en cuenta, refirió el abogado, es que la firma del contrato no corresponde con la fecha en que tuvo éxito la transferencia embrionaria, pues ésta no siempre se logra en la primera oportunidad, y por tanto, iban a nacer bebés en noviembre y diciembre o hasta 2017. Cuando éstos nacieron, el Registro Civil comenzó a negarles su documentación legal.

En una primera instancia, el organismo reconoció que los contratos se firmaron antes de enero de 2016 pero no aceptó hacer el registro. Esto derivó en la interposición de amparos que dos meses después fueron favorables a los bebés, pues era imperante garantizar su derecho a la identidad. A pesar de eso, recordó Altamirano, la directora del Registro Civil, María Cleofas Hernández Roche, se negó a hacerlo, y el secretario de gobierno, Gustavo Rosario Torres, amenazó con impedir la salida del país de estos bebés. Incluso, supieron que se pensaba interponer un recurso de revisión y presentar cargos contra los padres. Las autoridades aceptaron el trámite con la condición de que se retiraran los amparos.

MEXICANOS, TAMBIÉN AFECTADOS

Juntar créditos hipotecarios, formar un patrimonio para establecer una familia y comenzar a formarla mediante el alquiler de un vientre para tener un hijo es algo que aún no puede ser una realidad para Antonio y David, para quienes cada paso que han dado como pareja ha implicado una batalla legal en contra de las autoridades tabasqueñas.

En 2014, acudieron a la oficina del Registro Civil en Villahermosa a solicitar la celebración de su matrimonio. La contestación fue que el Código Civil local definía al matrimonio como la unión entre un hombre y una mujer, por tanto, no podían hacerlo. Abogado de formación, David interpuso un amparo que tardó casi seis meses en resolverse. Un día antes del 14 de febrero de 2015 se casaron, convirtiéndose en la primera pareja tabasqueña en hacerlo.

Tras el logro, decidieron ayudar a otras parejas a obtener el reconocimiento de su derecho al matrimonio. A nivel personal, el plan de tener un hijo seguía pendiente y sabían que era posible en territorio tabasqueño, sin embargo, la legislación cambió para establecer que sólo tienen derecho a un proceso de gestación asistida y subrogada aquellas mujeres mexicanas de nacimiento que acrediten, a través de un certificado médico, "poseer una imposibilidad física o contraindicación médica para llevar a cabo la gestación en su útero" y que tengan entre 25 y 40 años de edad. Además, el menor sólo puede ser entregado "a la madre contratante" y el contrato sólo puede ser firmado por la madre y el padre

Según el Código Civil de Tabasco, "la **gestación por contrato** se efectuará a través de la práctica médica, mediante la cual una mujer gesta el **producto fecundado** por los padres contratantes, **cuando la madre pactante** padece imposibilidad física o contraindicación médica para llevar a cabo la gestación".

contratantes. Por eso, no hay posibilidad alguna de que se realice el proceso con parejas de hombres o de mujeres.

La adopción no era una ruta que deseaban seguir porque sabían que los requisitos son muy estrictos para las parejas heterosexuales y seguramente para ellos lo iban a ser más. Nuevamente, tomaron la vía legal al argumentar que esta modificación al Código Civil nació con un sesgo discriminatorio hacia las personas homosexuales. Tanto el gobierno como el congreso locales negaron haber aprobado una ley discriminatoria. Por su parte, en los juzgados les pidieron ir primero con un notario y a la Secretaría de Salud para preguntar si tenían derecho a un proceso reproductivo. Después, les pidieron comprobar ser tabasqueños y ser homosexuales. Tras varios alegatos, admitieron el estudio de su caso, pero del ámbito administrativo lo turnaron al civil, cuestionando que no había un interés legítimo en la interposición del recurso.

En este transcurso, lograron que la Suprema Corte de Justicia de la Nación atrajera su caso. Ese organismo, a través de la tesis jurisprudencial 08/2017, ha señalado que "la vida familiar entre personas del mismo sexo no se limita únicamente a la vida en pareja, sino que puede extenderse a la procreación y a la crianza de niños y niñas según la decisión de los padres". Por tanto, "existen parejas del mismo sexo que hacen vida familiar con niños y niñas procreados o adoptados por alguno de ellos, o parejas que utilizan los medios derivados de los avances científicos para procrear". Lo anterior se ha reflejado en la concesión de amparos a cinco parejas de diferentes partes del país para poder adoptar a un menor o acceder a un método de reproducción asistida.

Para David y Antonio esto representa un guiño, pues han pensado en lograr ese sueño de ser padres de muchas maneras, incluso no legales, pero, aunque saben que podría pasar un largo período de tiempo para obtener un fallo favorable, su esperanza en la justicia aún no muere.

LEGISLACIÓN ARCAICA

Poner al alcance de todas las personas los avances científicos es un derecho que debe garantizarse sin importar si las personas son homosexuales, lesbianas, mujeres u hombres, señaló María de Jesús Medina Arellano, investigadora del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM. El tema, dijo, va más allá de la gestación subrogada, pues hay otras tecnologías de reproducción asistida que son fáciles de llevar al ámbito clínico como la transferencia mitocondrial, caracterizada por impedir la transmisión de enfermedades genéticas, pero al haber una normatividad mínima, se genera controversia y no se ve el beneficio de la aplicación de estas técnicas en la salud reproductiva de las personas.

El problema, indicó la especialista en bioética y derecho, es que se cree que en México no hay regulación en la materia, cuando en realidad, el obstáculo es que la existente es "arcaica y no está a la altura del conocimiento producido por la ciencia básica, lo cual implica que tengamos normas que no están de acuerdo con la realidad social y no permiten llevar a cabo prácticas que no son vigiladas, además de carecer de una aplicación de la ley en beneficio de las clínicas de reproducción asistida".

Mientras tanto, en Tabasco, Altamirano recomendó, que ante ciertos vacíos legales, las personas deben evitar caer en manos de chantajistas, pues asegura que por internet hay gente ofreciendo sus servicios jurídicos y asegurando contar con contratos legalizados para iniciar el proceso. "Todo eso es falso", reiteró el jurista, quien añadió que este tipo de acuerdos no sólo es solicitado por las parejas homosexuales

En medio de esta polémica, el diputado Charles Méndez Sánchez, del Partido de la Revolución Democrática, fue más allá y propuso derogar del Código Civil tabasqueño el capítulo referente a la gestación asistida y subrogada. Proteger la dignidad del ser humano fue el argumento, por lo que el legislador busca "evitar que desde el momento de la concepción, se considere al embrión como un objeto de comercio o de investigación biotecnológica". La iniciativa fue turnada a la Comisión de Gobernación y Puntos Constitucionales, por lo que podría discutirse, e incluso aprobarse, pronto.

Mientras tanto, Julien intenta obtener el registro de su hijo, nacido el pasado 16 de diciembre, para poder irse juntos a Francia. Tres veces le han negado esa posibilidad, por lo que permanecerá en Villahermosa varias semanas más en espera de obtener un amparo que les permita a él y a su hijo dejar atrás esta odisea de más de cuatro meses.

Luis Alberto Mejía Montaño / Letra S

Además de Tabasco, el Código Civil de Sinaloa también permite la gestación subrogada con las restricciones de que solo pueden acceder a ella personas mexicanas residentes en la entidad, casadas y heterosexuales.

Repite mil veces una mentira y se volverá verdad. Parece ser el mantra de la era Trump, pero no puede aribuirse al magnate-presidente el crédito de la creación de esta estrategia. La posverdad es un fenómeno añejo que causa daños en los más diversos ámbitos.

Mentiras MERCENARIAS

Carlos Bonfil

Foto: La Jornada

No confiar en los medios autoriza a las poblaciones a fabricarse su propia verdad y a diseminarla, de modo viral, a través de las redes sociales, espacios con un poder de persuasión muy superior al de la propia televisión y al de los medios impresos tradicionales.

A río revuelto, ganancia de embaucadores. Crear confusión a partir de rumores y noticias falsas en las redes sociales se ha revelado como un arma poderosa en manos de políticos sin escrúpulos. Las consecuencias de esos engaños mercenarios también han quedado manifiestas en el terreno de la cultura, de la investigación científica y hasta de la salud pública.

El enigmático concepto de posverdad fue elegido apenas el año pasado por el diccionario Oxford como término del año, y quien lo utilizó de modo más consistente fue Katharine Viner, una periodista del diario británico *The Guardian* para describir, en el terreno de los debates en torno al *Brexit*, el alud de mentiras, rumores y noticias falsas que con profusión manejaban los partidarios de que Gran Bretaña abandonara la Comunidad Económica Europea, una situación hasta hace poco apenas imaginable y que sin embargo ha sucedido. Algo similar, aunque un tanto más dramático, aconteció durante la campaña electoral que llevó a Donald Trump a la presidencia de Estados Unidos; de nuevo, algo difícil de contemplar por una gran mayoría de votantes y que es ahora una realidad irrebatible.

La posverdad surge como un conjunto de hechos alternativos, producto de la imaginación colectiva y de un capital afectivo astutamente dirigido, que se opone a cualquier tipo de verdad verificable. Así, durante su campaña vociferante, el candidato Trump intentó descalificar las críticas poco favorables a su persona ya las discusiones en torno a sus promesas electorales, asestando olímpicamente a medios tan prestigiosos como *The New York Times*, *The Washington Post* o la cadena televisiva CNN, una frase lapidaria: "Ustedes son noticias falsas" ("*You are fake news*"). El primer efecto de esa embestida fue hacer germinar en la colectividad de sus simpatizantes la idea de que los medios de comunicación son controlados por las élites del poder, y de que por esa sencilla razón, esa masa de nuevos creyentes que el nacional-populismo denomina "pueblo" tiene derecho a creer en su interpretación de los hechos, por fantasiosa que sea.

No confiar en los medios autoriza a las poblaciones a fabricarse su propia verdad y a diseminarla, de modo viral, a través de las redes sociales, ya sea por Twitter o Facebook, espacios con un poder de persuasión muy superior al de la propia televisión y al de los medios impresos tradicionales. Según el diario británico *The Telegraph*, 62 por ciento de los estadounidenses utilizan dichas redes como fuente principal de información (44 por ciento entre ellos elige Facebook), lo que reduce considerablemente el poder de penetración de una prensa con presencia real y efectiva únicamente en las grandes urbes. Los llamados "hechos o datos alternativos" se sobreponen así a las realidades factuales y a los datos duros, creando ese universo de la posverdad donde triunfan la imaginación y la explosión de los afectos en beneficio, las más de las veces, de una intención o de un diseño propagandísticos.

Desde los niveles políticos más altos, se miente así con toda impunidad. Señala la profesora de filosofía Laurence Hansen-Löve en un artículo para el diario francés *Libération* (11 de diciembre de 2016): "Conviene precisar aquí que mentir no es simplemente decir algo falso –lo que, por lo demás, no siempre puede comprobarse–, sino decir algo falso sabiendo que lo es, con el propósito de engañar, y con el fin de obtener alguna ventaja o ganancia, como en el caso de las mentiras de Estado, donde la idea es llegar al poder y mantenerse en él".

FÓRMULAS AÑEJAS

Esa idea, naturalmente, no es nueva. El poder nacional-socialista la utilizó sistemáticamente en sus campañas para descalificar y hostilizar a las minorías raciales y sexuales a las que luego procedería a exterminar, y fue un instrumento muy eficaz en las oficinas de Joseph Goebbels, ministro de propaganda del Tercer Reich. Ya antes, durante la Primera Guerra Mundial, en Gran Bretaña se hostilizaba en los medios al enemigo alemán calificándolo, de modo caricaturesco, como primitivo y grosero, como una horda de "hunos" indignos o ignorantes de las glorias de su ilustre e inmerecido pasado intelectual. Y como lo recuerda la pensadora Hannah Arendt en Los orígenes del totalitarismo, el antisemitismo tenía raíces más antiguas y profundas, y desde los tiempos del enorme error judicial que acusara de traición al Capitán Alfred Dreyfus, de origen judío, a finales

> **"MENTIR NO ES SIMPLEMENTE DECIR** ALGO FALSO, SINO DECIR ALGO FALSO A SABIENDAS DE QUE LO ES, CON EL PROPÓSITO DE ENGAÑAR".

AGENDA

06 de Abril

Seminario Permanente de Estudios de Género
Sede: Voces en Tinta. Niza 23, Col. Juárez
Horario: 17:00 hr

08 de Abril

Taller "Hablar de sexualidad con niños y niñas"
Imparte: Guardianes
Sede: Museo Memoria y Tolerancia
Horario: 12 30 hr

20 de Abril

Conferencia "Política pública LGBT en México"
Sede: CIDE, salas CIB (www.cide.edu.mx)
Horario: 13:30 hr

Reseñas

del siglo diecinueve, la campaña de linchamiento moral en contra suya, orquestada por la derecha, fue particularmente violenta. Tanto así que la escritora cita las palabras de una mujer francesa aristócrata quien, rebosante de desprecio, habría exclamado: "Me gustaría que Dreyfus fuera finalmente condenado y que además fuera inocente; así sufriría todavía más".

CON LA CIENCIA EN LA MIRA

Uno de los blancos preferidos de la posverdad ha sido la ciencia, en especial cuando su investigación o sus hallazgos entran en conflicto con intereses políticos o económicos de un sector del poder. Así, en fechas muy recientes, los embates de los hechos alternativos o de las noticias falsas se han concentrado en descalificar o negar rotundamente las amenazas del cambio climático, los estragos de la comida chatarra o el caso de los perturbadores endócrinos, sustancias químicas capaces de inhibir las hormonas humanas. Hace tres décadas, el virólogo Peter Duesberg se empeñó en negar el origen viral del sida ocasionando confusión y no pocos estragos en la prevención y tratamiento de esa epidemia. De igual modo, la teoría de la conspiración atribuía a siniestros intereses económicos la creación misma del VIH.

Siempre hubo una prensa sensacionalista y el ubicuo poder del rumor y las paranoias colectivas para respaldar la diseminación de esas falacias. Si la ciencia no era siempre del todo confiable, razonaban los "mercaderes de la duda", lo que se imponía era la razonable interpretación subjetiva de las masas real o potencialmente afectadas por una epidemia o por un cataclismo sanitario.

De modo similar, en el terreno de la política, frente al cuestionamiento repetido de la exactitud de las encuestas o la posibilidad, siempre latente y amenazante, del fraude electoral, el político demagogo recurre a su propia verdad alternativa, misma que comparten con fervor e ingenuidad sus seguidores.

Así, el candidato republicano Donald Trump pudo descalificar a las élites gobernantes y diseminar todo tipo de rumores, basados en posverdades, para negar la nacionalidad estadunidense de Barack Obama o la honestidad de la candidata demócrata Hillary Clinton en un intento por establecer una verdad propia, muy al margen de cualquier verificación efectiva. Lo importante, de nuevo, es sembrar la confusión y la duda.

Como señala un artículo del *New York Times* (18 de enero de 2017), "En una atmósfera en la que nunca se sabe qué sucederá en el próximo momento o qué cosa será digna de crédito, las personas se volverán más receptivas a la exageración o la distorsión de la verdad". Y en esos momentos, las redes sociales habrá de confrontarse al dilema ético más apremiante: contribuir al restablecimiento de una verdad incuestionable o favorecer, de modo exponencial, la difusión de esos hechos alternativos o esas mentiras que terminarán imponiendo un enorme engaño mercenario a poblaciones enteras –la semilla misma de una nueva verdad totalitaria–.

Uno de los blancos preferidos de la posverdad es la ciencia, en especial si sus hallazgos entran en conflicto con intereses del poder

Últimos días en la Habana

Director: Fernando Pérez
Cuba/2016

HABANA BLUES

Considerada por muchos espectadores como una película espejo de la cubana Fresa y chocolate (T omás Gutiérrez Alea), éxito de público y crítica en 1993, y emotiva radiografía intimista y social de la vida en Cuba durante el llamado "periodo especial" de crisis económica que sobrevino en la isla caribeña luego del desmantelamiento de la Unión Soviética, Últimos días en La Habana (2016), del también veterano cineasta cubano Fernando Pérez (Madagascar, 1995; La vida es silbar, 1998), en realidad cuenta una historia muy diferente.

Aunque se filma dos décadas y media después, y se ambienta, al parecer, en ese mismo periodo de penuria extrema, sus protagonistas se enfrentan a un drama íntimo más doloroso. El alegre y bullanguero Diego (Jorge Martínez, excelente) se encuentra postrado en la cama esperando el desenlace fatal de una enfermedad crónico-degenerativa asociada al sida. Su compañero sentimental de muchos años, Miguel (Patricio Wood) espera, apesadumbrado y metódicamente solícito, ese final inevitable para huir de Cuba y encontrar asilo en Estados Unidos, el país de sus sueños.

El compás de espera es angustiante, pero lo que podría haber sido un melodrama plagado de escenas patéticas, el muy solvente realizador cubano lo transforma en una comedia delirante, pletórica de ingenio verbal (Diego es dueño de un habla habanera irresistible). A esto se añaden las irrupciones constantes de vecinos no menos pintorescos (un prostituto que será el bálsamo afectivo de Diego, una mujer policía que intenta sin éxito poner orden en los días últimos del enfermo, y una avispadísima adolescente punk que representa el desafío de una nueva generación inclasificable). T oda esta vida exuberante contrasta con el carácter solemne y apagado de Miguel, quien pareciera tener en la inminente muerte de su pareja, la oportunidad y el ejemplo de una existencia muchísimo más intensa.

Se exhibe este mes en la 62 Muestra Internacional de Cine.

Carlos Bonfil

Indetectables

Apoyo positivo y Estoybailando.com

España/2016

LAS REALIDADES DEL VIH

Un joven decide acudir a su primera sesión de *chemsex*, una reunión en la que hay barra libre de drogas y sexo, muy apetecible para quienes desean experimentar nuevas sensaciones. Su plan de noche cambia cuando le advierten que en esta sesión sólo se practicará sexo seguro.

Tras unos malestares, Lina acude con su doctora de confianza, quien le diagnostica hepatitis adquirida por transmisión sexual. El reto para Lina es encontrar a sus anteriores parejas e invitarlas a realizarse una revisión médica.

Ana es una joven que vive con VIH y ha decidido aislarse para no ser sujeta a discriminación y rechazos. Tiene una oportunidad de modificar esa percepción de su vida cuando su amiga Lucía la apoya para enfrentar todos sus miedos.

Las dudas llevan a un inspector de policía a la sala de urgencias de un hospital a solicitar medicamentos para prevenir una posible infección de VIH, pues ha tenido prácticas sexuales de alto riesgo. Allí se entera de todas las posibles consecuencias de una conducta sexual poco responsable.

Éstas son algunas de las historias que se abordarán en la serie digital *Indetectables*, un esfuerzo de la organización civil española Apoyo Positivo y el portal web Estoybailando.com. La finalidad es prevenir nuevas infecciones de VIH a través de un contenido audiovisual que, con ciertos toques de humor y realidad, ayude a erradicar los mitos, estigmas y prejuicios alrededor de las infecciones de transmisión sexual y de las diversidades humanas, mediante la utilización de nuevas plataformas digitales, más atractivas para las personas jóvenes.

Compuesta por cinco capítulos, la primera temporada de la webserie, titulada "Sexo, drogas y tú", se transmitirá de manera gratuita en la plataforma digital Flooxer, accesible para América Latina, a partir del mes de abril. Mientras tanto, el equipo de producción prepara una segunda temporada y el montaje de una puesta en escena.

Leonardo Bastida Aguilar

Los ciclos de sueño están relacionados con todos los procesos fisiológicos del cuerpo. Si una persona no duerme adecuadamente, puede experimentar severas alteraciones de la salud que podrían no sólo afectar su vida sexual, sino que la conducirían hasta la muerte.

El insomnio PUEDE SER FATAL

Xochitl Celaya Enríquez

El insomnio es el responsable del 21 por ciento de los accidentes en el hogar y 20 por ciento de los accidentes automovilísticos. Además, esta afección incrementa las posibilidades de sufrir un infarto hasta en un 45 por ciento.

Foto: Flickr/davidvargas

En la actualidad cada vez más la población se ve afectada por insomnio, padecimiento fisiológico que propicia diversas afecciones que, de no subsanarse, pueden dañar la salud de quienes no logran conciliar el sueño. Dormir no sólo es un proceso fisiológico, sino que es vital, pues la privación total del sueño por siete días conduce a la muerte.

Alejandro Jiménez Henich, psiquiatra y coordinador de la Clínica del Sueño del Instituto Nacional de Psiquiatría, comentó que dormir está vinculado con otros mecanismos del organismo, como el de la temperatura corporal que cambia a lo largo de las 24 horas del día.

También explicó que el dormir se asocia con la regulación hormonal, pues la hormona del crecimiento sólo se produce en el primer tercio del sueño. Es decir, si una persona no duerme, no producirá hormona del crecimiento.

De acuerdo con el experto, es tan importante dormir como estar despierto, debido a que existe una serie de procesos fisiológicos que sólo ocurren durante el periodo de sueño: se restaura la energía y se propicia la reparación de elementos neuronales, de tal forma que se consolida la memoria de lo que se aprende durante el día.

CICLOS DEL SUEÑO

De acuerdo con Jiménez Henich, en un periodo típico de 7 horas de sueño, la actividad del cerebro es distinta porque durante este tiempo ocurren diferentes actividades eléctricas que establecen una serie de ciclos a lo largo de la noche.

Para dormir se genera un periodo corto de vigía en donde aún se está despierto, después viene la primera etapa del sueño que se conoce como N1, un sueño superficial ya que es transicional.

La etapa N2 es la que ocupa la mayor parte de la noche y se presenta cuando gran parte de la actividad cerebral se desconecta del ambiente. Es decir, durante el día el cerebro trabaja para el resto del cuerpo y durante la noche el cerebro trabaja para sí mismo.

La etapa N3 ocupa el 20 por ciento de la noche y consiste en un sueño más profundo. Esta etapa se reduce con el avance de la edad, de tal forma que se puede suponer que una persona adulta mayor tiene poco sueño profundo y aumenta el sueño superficial.

Finalmente el sueño MOR, llamado así porque aparecen movimientos oculares rápidos. En esta etapa es cuando se sueña. Estas cuatro etapas se presentan en un lapso entre 90 y 100 minutos, de tal forma que a lo largo de la noche se tiene entre 4 o hasta 6 ciclos de sueño.

SEÑALES DE ALERTA

El psiquiatra comentó que cuando existe la dificultad para iniciar, conciliar o mantener el sueño, si hay despertares tempranos por la mañana o incapacidad para volver a dormir, se puede diagnosticar insomnio.

Éste puede afectar con mayor frecuencia a las personas con depresión, ansiedad, hipertensión arterial, diabetes, sobrepeso e insuficiencia respiratoria.Debido a los cambios hormonales, el insomnio se puede presentar en diferentes etapas del desarrollo de la mujer, como en la menstruación, periodos previos a la menopausia, durante el climaterio y el postparto. Por ello, las mujeres son un sector muy afectado.

Cuando hay privación del sueño, hay un impacto en la producción de las sustancias que son parte del sistema inmune, lo que quiere decir que el organismo se vuelve más vulnerable a adquirir infecciones.

Ante la sospecha de insomnio es necesario tener un diagnóstico clínico ya que existen "remedios" que no resuelven el problema desde su origen y otros tratamientos pueden causar adicción, por lo que se debe visitar al especialista en trastornos del sueño.

Jiménez Henich aseguró que el insomnio es el responsable del 21 por ciento de los accidentes en el hogar y 20 por ciento de los accidentes automovilísticos. Además, esta afección incrementa las posibilidades de sufrir un infarto hasta en 45 por ciento. Por ello, el insomnio es considerado ya un problema de salud pública.

SEXUALIDAD AFECTADA

De acuerdo con el especialista, las personas con insomnio crónico presentan una disminución en la frecuencia de encuentros sexuales con sus parejas, además de que reportan menor satisfacción con su vida sexual. Esto se debe a que el padecimiento altera la producción hormonal, de tal forma que se genera menos lubricación, lo que propicia que el rendimiento sexual en las personas se vea afectado ya que disminuye el deseo. Incluso la intensidad de los orgasmos se ve mermada, tanto en hombres como en mujeres.

El insomnio genera fatiga y somnolencia diurna, que es un estado intermedio entre el sueño y la vigilia; estas alteraciones inhiben el deseo sexual.

Si bien la actividad sexual puede tener un efecto relajante en las personas, no se ha demostrado que ayude a disminuir el insomnio.

Realidades LGBTI

La necesidad de crear microespacios sociales para resguardar las expresiones de género, una entrevista inédita de la cantante Chavela Vargas y la vida de una de las *drag queen* más famosas de Irlanda son sólo algunos de los temas de la programación enfocada en la diversidad sexual de la Gira de Documentales Ambulante 2017. En su paso por algunos estados dela república, la primera parada es Oaxaca (6-13 de abril), después Chihuahua (13-20 de abril), Baja California (20-27 de abril), Jalisco (20-27 de abril), Michoacán (27 de abril-4 de mayo), Puebla (27 de abril-4 de mayo), Coahuila (4-11 de mayo), Querétaro (11-18 de mayo) y Veracruz (18-25 de mayo). Cartelera en www.ambulante.com.mx

Crónica sero

Con cinco varones HSH

Joaquín Hurtado

Estos hombres no se identifican con ninguna casilla de la diversidad sexual que los activistas y académicos encabalgamos en la ininteligible cadena LGBTTTIQ.

Sin embargo en el momento que Rosy, mi pareja, o yo les explicamos el motivo de nuestro anuncio publicado en un portal de internet, en el que claramente convocamos a hombres masculinos, casados, que deseen experimentar sexo con otro hombre, acuden prontamente con la expectativa de "coger con otro vato, para conocer personalmente la experiencia y ver qué se siente".

Acuden después de sus horarios laborales a visitarnos y así conocen nuestra propuesta preventiva. Aceptan venir a nuestra oficina a cambio de 25 condones completamente gratuitos más folletos informativos, a pesar de que no hay contacto físico con ninguno de nosotros. Dos de ellos han preguntado por la posibilidad de tener relaciones "leves" con mi mujer, a lo cual ella no contesta con un no pero tampoco un sí definitivo. La petición acaba en alguna broma que quita presión al asunto: "soy demasiado mayor para eso", responde ella con naturalidad.

De los cinco hombres entrevistados hasta el momento, todos aceptaron haber tenido contacto con otros varones en la adolescencia, pero ahora están en disposición de interactuar sexualmente con otros hombres, "si se da la oportunidad" y "si les agrada el tipo", mientras no haya penetración anal receptiva ni besos. Buscan limpieza, formalidad y salud.

Los cinco varones son casados, desde los 22 hasta los 48 años de edad. Al preguntarles si se consideran bisexuales ponen cara de sorpresa y responden negativo. Eso no les pasa por la cabeza. Al explicarles con más profundidad el concepto HSH (hombres que tienen sexo con otros hombres), les cambia el semblante y absolutamente todos afirman sentirse identificados con este membrete.

Los varones atendidos pertenecen a la clase obrera, son choferes del sistema Uber. Todos niegan andar ligando en la calle con personas desconocidas pero en la plática manifiestan disposición a tener sexo siempre y cuando la persona que los invita tenga lugar propio, ya que ellos no cuentan con recursos para pagar un motel. Todos piden no verse involucrados en ningún tipo de problemas.

El temor que más manifiestan es sufrir acoso vía telefónica, en las redes sociales o en su lugar de trabajo por parte de parejas sexuales ocasionales, por eso prefieren buscar gente "tranquila", "profesionista" y "madura", que les "enseñe a gozar" de otras posibilidades. El homoerotismo es su mayor fantasía. Todos son católicos practicantes.

Después de la breve plática, de ser escuchados en torno a su ansiedad provocada por sus deseos "extravagantes", todos se van con serenidad en sus rostros. Nos mandan emoticones con caritas sonrientes y textos de agradecimiento.

Ninguno acepta usar drogas aparte del alcohol o el cigarrillo de tabaco. Todos preguntan cómo dialogar con sus hijos respecto al sexo protegido y los riesgos de adquirir una ITS. Tres se han realizado la prueba de detección de VIH en el momento de acudir a donar sangre. Saben que no son reactivos a este test. Los demás lo ignoran pero afirman estar dispuestos a realizarse la prueba siempre y cuando no sea muy costosa y cuenten con apoyo sicológico

Aunque hasta la fecha no contamos con recursos ni de Censida ni Coesida para la ejecución de este programa, la experiencia ha sido muy satisfactoria y emocionante para Rosy y para mí. Seguiremos informando.

Opinión

En 10 años la ILE ha cambiado la vida de miles de mujeres y jóvenes

Católicas por el Derecho de Decidir

El 24 de abril de 2017 se cumplen 10 años de la aprobación de la ley de Interrupción Legal del Embarazo (ILE) hasta las doce semanas de gestación en la Ciudad de México. Una ley, resultado de una intensa disputa entre los grupos de mujeres y feministas y organizaciones conservadoras y la jerarquía católica, que tuvo un efecto inmediato en las posibilidades de las mujeres para ejercer su libertad reproductiva.

Datos de la Secretaría de Salud de la Ciudad de México , revelan que de abril de 2007 al 29 de marzo de 2017 se registraron 175,545 interrupciones legales del embarazo. Una de cada dos mujeres que se ha practicado una ILE es menor de 25 años (52.7%), siete de cada diez (72.8%) cuentan con estudios de secundaria o preparatoria, dos de cada tres tienen al menos un hijo/a (65.3%), siete de cada diez viven en la Ciudad de México (71.1%) y una de cada cuatro en el Estado de México (25.3%).

Más allá de las cifras, es importante contar historias de las mujeres que decidieron interrumpir voluntariamente su embarazo en los servicios de salud de la Ciudad de México, para entender lo que han vivido y lo que significa dicha experiencia. Esto ayudará a disminuir el estigma y la discriminación hacia las mujeres que se atreven a decir: "no quiero, no puedo tener un embarazo en este momento de mi vida". También permitirá mostrar que esta ley ha contribuido a disminuir los abortos inseguros, especialmente entre las mujeres pobres, con lo cual se protege su salud y su vida.

Rocío, que vive en Puebla, es una de las miles de mujeres que han acudido a las clínicas y hospitales del gobierno de la Ciudad de México a solicitar una ILE. Cuando Rocío tomó la decisión de interrumpir su embarazo, de común acuerdo con su pareja, tenía 27 años y una hija de 5 años. Ella y su pareja habían tomado la decisión de separarse, en un momento en el que enfrentaban problemas económicos. Al principio dudó de acudir a una clínica del gobierno de la Ciudad de México, porque pensaba que al ser gratuito el procedimiento de interrupción sería inseguro. Después de informarse que muchas mujeres se han practicado una ILE de manera segura y han recibido un trato respetuoso, cambió su percepción. Acudió acompañada al Centro de Salud Duque de Estrada para interrumpir su embarazo. Ese día en la sala de espera se encontraban mujeres jóvenes con sus parejas, una mamá con su hija de 15 años, mujeres acompañadas de amigas y mujeres solas, todas ellas convencidas que no era el mejor momento para continuar con un embarazo. Después de ser atendida, Rocío regresó tranquila a su casa ese mismo día. Esta experiencia, le permitió continuar con sus proyectos de cambio de vida.

Como lo ilustra el caso de Rocío, desde hace 10 años la ILE ha cambiado la vida de miles de mujeres y jóvenes que se enfrentan a un embarazo no planeado, al brindarles la oportunidad de decidir si quieren o no continuar con él, un derecho que nuestras madres y abuelas no disfrutaron. A lo largo de esta década, ha habido un cambio en las valoraciones culturales sobre la interrupción legal del embarazo y los derechos de las mujeres en la Ciudad de México. Por estas y otras razones celebramos los 10 años de la aprobación de la ILE.

[1] Secretaría de Salud de la Ciudad de México. Interrupción Legal del Embarazo (ILE). Estadísticas abril 2007-29 de marzo 2017. Disponible en: http://bit.ly/2poQFci

Las molestias como ardor o dolor al orinar, así como una sensación inagotable de querer hacerlo, pueden ser indicativos de cistitis. Es una afección del aparato urinario que afecta a hombres y mujeres, aunque ellas la padecen con más frecuencia debido a que su uretra es más corta y su vejiga está más expuesta a infecciones.

Dolores urinarios

CISTITIS

Anadshieli Morales

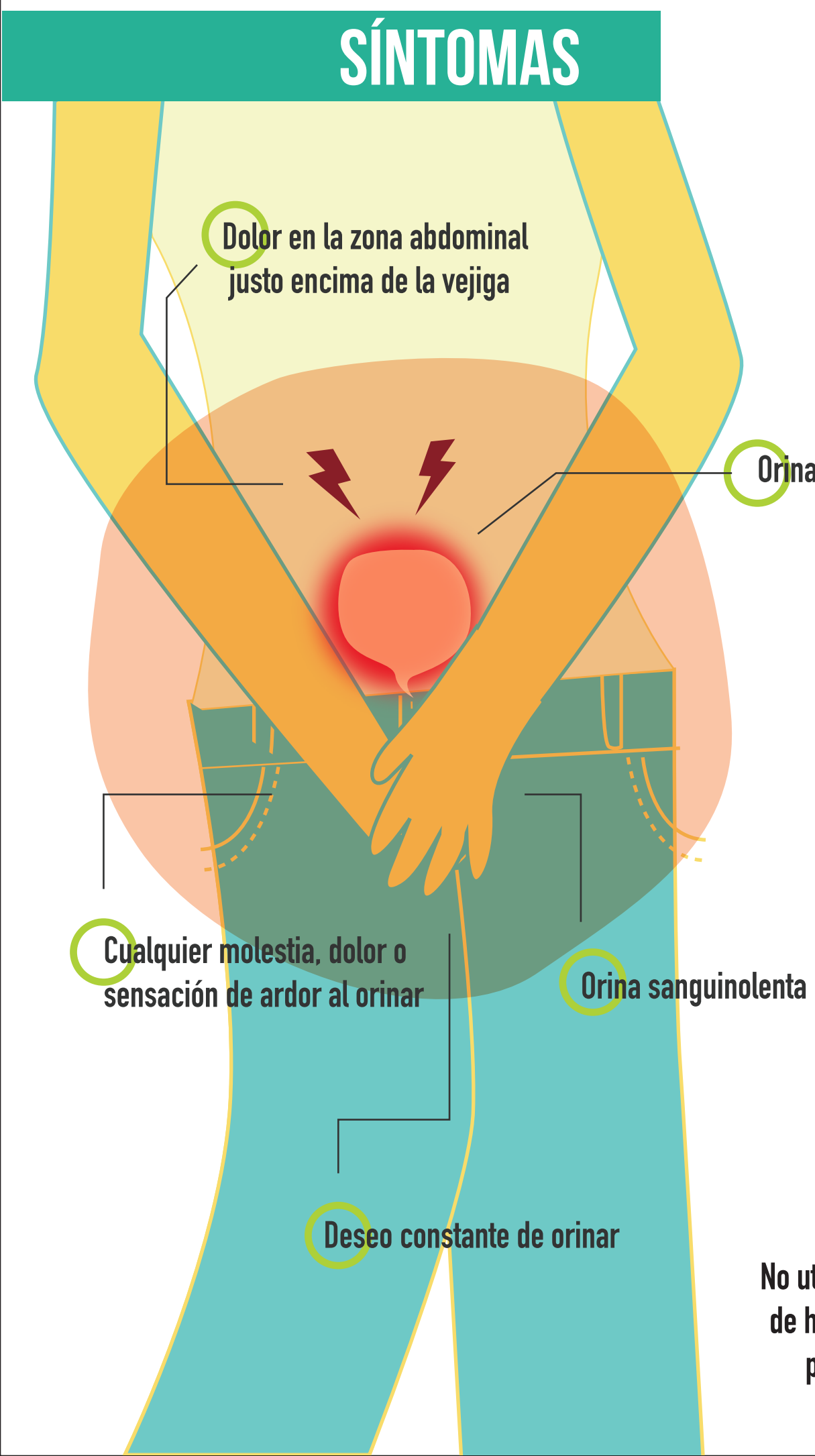
Aguantarse las ganas de ir a orinar podría resultar provechoso para el trabajo, en una cita o en algún otro momento donde "apretar" la vejiga hará ganar tiempo; no obstante, tal maniobra también puede desembocar en cistitis.

La cistitis es la inflamación de la vejiga urinaria inferior al momento de infectarse con alguna bacteria, virus o patógeno que ingresan a la uretra y después a la vejiga, de modo que causa dolor, incomodidad, constantes deseos de orinar, orina sanguinolenta o sensación de ardor al orinar.

La cistitis se presenta de forma diferente en hombres y mujeres, debido a que la uretra es más corta en ellas que en ellos, situación que facilita que los agentes patógenos penetren la vejiga. En el caso de los hombres, las infecciones urinarias se presentan con más frecuencia después de los 50 años, cuando aumenta el tamaño de la próstata y se estrecha la uretra, lo que dificulta el paso de la orina.

Este padecimiento se diagnostica por medio de un cultivo de orina para saber si se trata de una infección aislada (primera vez), una infección aguda o una infección recurrente, misma que se trata comúnmente con antibióticos que consideran la de edad de la persona y el tipo de infección. Sin embargo, las medidas más eficientes para prevenir infecciones en vías urinarias tienen que ver con el consumo de agua (de un litro y medio a dos litros diarios), ir al baño cuando se tengan las ganas de orinar, no hacer uso de artículos de higiene genital perfumados y, en el caso de las mujeres, limpiar la vulva de adelante hacia atrás.

SÍNTOMAS



CAUSAS

- Estrechamiento de la uretra
- Cuerpos extraños en la uretra
- Cálculos en la vejiga
- Un tumor en vejiga o uretra
- Malformaciones congénitas de vías urinarias

¿CÓMO PREVENIRLA?

No utilizar artículos de higiene genital perfumados

Si hay necesidad de orinar, hacerlo en ese momento

Beber de 1.5 a 2 litros de agua diariamente

Luis Alberto Mejía Montaño / Letra S